

**Zrób budkę, nakarm, ale „z głową”,
czyli jak zimą pomagać zwierzętom wolno żyjącym**
str. 2



FOT. PIOTR KRZYŻANOWSKI

Dieta wegetariańska ma wiele zalet. Spróbujesz? Jak rozgrzać przemarznięty organizm **str. 11-12**

**STRONA
ZDROWIA**

Środa
14.01.2026

Wydanie 3
Nr 10 (23.520)
Nakład 7.830 Rok LXXVIII

GAZETA

pomorska

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

Grudziądz
Tomasz Wolski
pokaże nam swoje
nowe filmy
str. 8



FOT. MADESLANE

Toruń
Tu skończyli studia,
teraz zamieszkają
w lokalach od miasta
str. 9

Toruń
Rośnie zabudowa
na terenach
po Metronie
str. 10



FOT. GRZEGORZ OŁKOWSKI



FOT. JAROSŁAW PABIAN

SPORT

Kryterium Asów Polskich Lig Żużlowych
otworzy sezon na stadionie Polonii. Są już
pierwsze nazwiska na liście startowej turnieju.
I to mocne – w Bydgoszczy wystartują Emil
Sajfutdinow i Artiom Łaguta **str. 16**

Błąd przy porodzie. Szpital w Inowrocławiu ma za niego zapłacić!

Przez ponad 5 lat pani Katarzyna walczyła
o sprawiedliwość, domagając się zadośćuczynienia
za złamanie jej praw. Po porodzie w jej
drogach rodnych został gazik **str. 5**

Nr ISSN 0867-4965

Nr indeksu 350184



**W wiejskich
sklepach** kupisz sushi,
krewetki, ale swojskie
jaj to już nie **str. 4**

Do szkoły w czym chcesz, byleś nie szerzył nienawiści

**Zasady dotyczące stroju uczniów
mają zostać zapisane w ustawie. Według rządowego projektu szkoły nie
będą mogły tworzyć własnych, sze-
rokokich regulaminów ubioru.**

Zmiany zostały wpisane do pakietu przepisów o prawach i obowiązkach uczniowskich. Ministerstwo Edukacji zapewnia, że po konsultacjach przeanalizowano ok. 700 uwag, a zaktualizowana wersja została skierowana pod obrady Stałego Komitetu Rady Ministrów.

Dzisiaj szkoły mają prawo same tworzyć statuty i zapisywać tam obowiązki ucznia, w tym reguły dotyczące ubioru. I robią to na różne sposoby: od ogólnych zapisów po rozbudowane listy zakazów odnoszących się do wyglądu, dodatków

czy konkretnych elementów stroju. Projekt likwiduje taką możliwość. Wytyczne dotyczące stroju mają wynikać jedynie z ustawy, a nie z zapisów statutowych.

W projektowanym katalogu obowiązków ucznia znajdujemy ogólny zapis o ubieraniu się „zgodnie z ogólnie przyjętymi normami społecznymi”. Niedozwolony ma być jedynie strój (lub elementy) sprzeczny z prawem, nawołujący do nienawiści (cokolwiek to znaczy - red.) lub dyskryminujący, a także taki, który stwarza zagrożenie dla bezpieczeństwa ucznia lub innych osób.

Po zmianach statut ma zachować możliwość regulowania stroju i wyglądu ucznia, ale jedynie w sytuacjach powiązanych z organizacją zajęć i bezpieczeństwem (zajęcia wf oraz w pracowniach,

laboratoriach i warsztatach - zasady mają wynikać z potrzeby zapewnienia bezpiecznych i higienicznych warunków).

Projekt przewiduje utrzymanie możliwości wprowadzenia jednolitego stroju (mundurka), ale z doprecyzowaniem procedur. Opisano m.in. tryb inicjatywy oraz uzgadniania wzoru stroju z udziałem organów szkoły, w tym samorządu uczniowskiego i rady rodziców.

W katalogu praw i wolności uczniowskich zapisano też „prawo do kształtowania własnego stroju i wyglądu” - z zastrzeżeniem obowiązków i zakazów przewidzianych w przepisach. Według ministerstwa, ma to porządkować sytuację, w której dotąd część szkół próbowała regulować wygląd uczniów bez jasnej podstawy ustawowej. © (WIAD)

GRUDZIĄDZ

Po śmierci Olka medycy żalą się na hejt i bronią dyrektorki szpitala



FOT. PIOTR BILSKI

Prezydent Grudziądza Maciej Glamowski (od lewej) oraz lekarze: Maciej Bieliński, wicedyrektor szpitala, Jan Kosior z Okręgowej Izby Lekarskiej w Grudziądzu i Paweł Szymański, przewodniczący rady ordynatorów, potępił skandaliczne zachowanie załogi karetki wiozącej 19-latkę do szpitala. 19-latek zmarł, bo nieprawidłowo udzielono mu pomocy. O dalszym ciągu głośnej sprawy piszemy na str. 8

Jutro w „Pomorskiej” Pod paragrafem

● W serialu „Peaky Blinders” Tommy Shelby i jego ludzie przypominają gangsterów ery prohibicji. Niewiele ma to jednak wspólnego z faktami

Adam Willma
publicysta



Z PERSPEKTYWY STRUSIA ZENKA

Idziecie sobie przez miasto i mijają was człowiek. Ot, facet jak facet, wysoki, z bródką, ani ładny, ani brzydki. Ubrany jak każdy, zachowujący się jak każdy. I choćbyście nie wiem jak długo myśleli, nie wpadniecie na to, co temu facetowi zaprzęta głowę. Otóż pan Łukasz marzy o zgwałceniu strusia. Tak, nie przejęczyłem się. Łukasz Sz. to ten gość od zakatowanego strusia Zenka z Osady Traperskiej w Bolechówku. „Wtargnął z zamiarem zgwałcenia strusia” - ustalił sąd. Skóra człowiekowi cierpieć, gdy pomyśli, że jego dzieci chodzą po tej samej ulicy co Łukasz Sz.

Prawo statystyki - powiecie, w końcu ok. 1 proc. populacji (wśród liderów biznesu ok. 3 proc.) to osoby zdiagnozowane jako psychopaci. Być może, choć zacząłem wątpić w te liczby. A to za sprawą parszywych algorytmów, które zidentyfikowały mnie już jako psiarza, więc bombardują wszelkimi aktualnymi informacjami o psich nieszczęściach. Zwłaszcza ostatnio, gdy kilkunastostopniowy mróz, jaki zapanował, zmroził psiaki, te na łańcuchach, i te w kojcach.

Owszem, przeraża mnie widok zwierząt dręczonych przez patologię umysłową, alkoholową albo zaniedbanych przez staruszków z demencją. Najgorsze jednak są obrazki „porządných” ludzi, takich co zawsze mówią „dzień dobry” i pucują okna na święta, ale do łba im nie przyjdzie, wpuścić szcenną sukę do garażu czy przedsionka na czas największych mrozów. Albo choćby ocieplić budę. Straszny jest widok zdziwionych i zakłopotanych, skupionych na własnym życiu tak bardzo, że aż ślepych na odległą parę metrów torturę.

A propos odległości. Okazało się, że zwisa nam i powiewa rolniczy problem z umową Mercosur. Nie mamy czasu na „cudze” problemy, skoro brakuje go na własne. Otóż jądro zła, która przynosi ta międzynarodowa umowa, polega nie tyle na tym, że żywność, towar najbardziej strategiczny, będziemy sprowadzać z drugiego końca świata, ale na tym, że zostanie on (mięso) wyprodukowany w gigantycznych „fabrykach zwierząt”. Osiedły one w Brazylii i Argentynie, ale należą do międzynarodowych korporacji, dla których świat przyrody jest tylko rubryką w excellu. Nic więc po małych zwycięstwach, które odnieśliśmy w Europie, aby ulżyć zwierzątom. Cóż tam - ominiemy pewnie ten problem, jak Łukasza Sz. na ulicy.

POGODA W REGIONIE

Dzisiaj

3°C
-4°C



Imieniny obchodzą
dzisiaj:
**Nina,
Feliks, Hilary**
Jutro:
**Arnold,
Paweł**

Czwartek

1°C
-1°C



Piątek

2°C
-1°C



Dzisiaj możliwe opady deszczu ze śniegiem, od niedzieli więcej słońca

Zrób budkę, nakarm, ale „z głową”!

Jarosław Więclawski
jaroslaw.wieclawski@polskapress.pl

Niska temperatura za oknem doskwiera nie tylko ludziom. Zwierzęta, które nie mają schronienia, zimą często walczą o przetrwanie. Każdy może im pomóc - istotne jest, aby robić to z rozsądkiem.

Zima to trudny okres dla wolno żyjących zwierząt. Gdy chcemy pomóc kotom, warto wiedzieć, co zrobić, aby wsparcie było jak najbardziej efektywne. Dobre chęci to nie wszystko, bo czasem można popełnić błędy, które zwierzętom zaszkodzą.

- Pierwsza najważniejsza sprawa w przypadku dużych mrozów to możliwość postawienia budki dla kotów. Mogą być zwykłe, styropianowe. Grubość ścian powinna wynosić minimum 2 cm, aby faktycznie sprawdzały się przy ociepleniu. Najlepiej egzaminiować słoja w budce. Nie kładźmy żadnych koców czy kurtek, bo one nasiąkają wilgocią i mogą ochładzać wnętrze - radzi Lucyna Tomicka, wolontariuszka ze Stowarzyszenia Stukot, która od lat zajmuje się kotami w terenie.

- W blokowiskach istotne jest, aby była zgoda na uchylanie

okienek piwnicznych. Na prywatnej posesji super, jeśli uchylimy garaż lub postawimy na posesji budki - stwierdza.

W czasie mrozów koty bardziej niż zwykle potrzebują jedzenia, ale ich dokarmianie jest trudniejsze. Wolontariuszka zaleca, aby w miarę możliwości zostawiać posiłki dla zwierząt w karmnikach czy pod zadaszeniem, a nie na wolnej przestrzeni bez osłony.

- W zimowym okresie główną rolę gra sucha karma. Jeżeli karmimy koty, które przychodzą punktualnie na daną godzinę, dobrze, gdybyśmy dali im także karmę moką, pełnowartościową. Zużycie energetyczne kotów w ciągu zimy jest o wiele wyższe niż latem. Jeżeli nie wiemy, kiedy koty przyjdą, zostawiamy suchą karmę. W przypadku mokrej, jeśli ją zostawiliśmy, a widzimy kolejnego dnia, że przymarzała, warto mieć w termosie wrzątek, zalać ją i odzyskać, aby się nie zmarnowała - tłumaczy Tomicka.

Koty zimą jedzą więcej suchej karmy, więc naturalne jest, że muszą spożywać więcej wody. Dostęp do niej jest trudniejszy, a ta, którą zostawiają ich opiekunowie szybko zamarza. - Nie znam dobrego rozwiązania. Jeden ze sposobów to stawianie let-



FOT. POTR KRZYŻANOWSKI

Zwierzęta wolno żyjące zimą szczególnie potrzebują wsparcia

niej wody i zwiększenie częstotliwości wizyt na miejscu - doradza wolontariuszka.

Pomoc nie może być jednorazowa

Kluczowa w przypadku dokarmiania zwierząt jest regularność.

- Zasada jest prosta: jeśli zaczynasz karmić, jesteś odpowiedzialny za zwierzę, którym się zaopiekowałeś. W przypadku, gdy przestajesz to robić, koty i tak z przyzwyczajenia wracają do miejsca, gdzie do tej pory jadły. W takiej sytuacji są narażone na brak pożywienia, a dalej choroby czy śmierć głodową. Są losowe sytuacje, gdy ktoś nie może przez jakiś czas karmić, więc warto

wtedy znaleźć zastępstwo - wyjaśnia nam Lucyna Tomicka.

- Zimą często widzimy koty chore: zakatarzone czy kaszlące. Nie każdy może zabrać tego kota do weterynarza. Zawsze można w kontakcie z fundacją poprosić o załatwienie leków, aby dodawać je do karmy. Takie koty są leżone w terenie i to przynosi pozytywny efekt - ocenia.

Zimą do organizacji wpływa więcej zgłoszeń dotyczących możliwości zabrania kotów. Fundacje i stowarzyszenia nie są jednak w stanie odpowiedzieć na każdy apel, więc warto we własnym zakresie zorganizować wsparcie.

Śmiertelne zagrożenie

W czasie mrozów trzeba również zadbać o własne zwierzęta.

- W Polsce złe utrzymanie psa zimą (np. brak schronienia, wody, narażanie na mróz) może być traktowane jako znęcanie się nad zwierzęciem albo wykroczenie - zależnie od skali i skutków - przypomina kujawsko-pomorski oddział OTOZ Animals.

Właściciel musi zapewnić zimą ocieploną budę lub dostęp do ciepłego pomieszczenia, stały dostęp do niezamrożonej wody, odpowiednią ilość karmy, a także ochronę przed mrozem wiatrem i opadami. ©

Snajper z Torunia na razie bezkarny! Policja umorzyła śledztwo

Małgorzata Oberlan
malgorzata.oberlan@polskapress.pl

W ubiegłym roku ktoś z okien kamienicy przy ul. Warszawskiej w Toruniu strzelał z broni pneumatycznej do motocyklistów. Jednego z nich ranił w oko. Śledztwo umorzono.

O tej szokującej sprawie minionego lata głośno było w całym kraju. Snajper z okien kamienicy przy ul. Warszawskiej 2 strzelał do motocyklistów. Między innymi do Marcina Lewickiego, dziennikarza toruńskiego, którego ciężko ranił w oko. Wzrok mężczyźnie uratowali lekarze podczas długiej operacji w Bydgoszczy.

Toruńska policja była zdeterminowana, by ująć sprawcę tych ataków na motocyklistów, o tym zapewniała i zapewnia. Niestety, wszystkie wykonane w śledztwie czynności nie doprowadziły do sukcesu. Sprawę nie-

dawno umorzono. - Policjanci umorzyli dochodzenie w sprawie narażenia osób na bezpośrednie niebezpieczeństwo utraty życia lub ciężkiego uszczerbku na zdrowiu, poprzez oddawanie strzałów w lipcu i sierpniu ubiegłego roku w kierunku osób, znajdujących się przy zbiegu ulic Warszawskiej, Lubickiej, Bulwar Filadelfijski i Plac 18 Stycznia - przekazała nam 8 stycznia aspirant Dominika Bocian, rzeczniczka toruńskiej policji.

Rzeczniczka zapewnia, że policjanci wykonali w tej sprawie wszelkie możliwe czynności śledcze.

- Wykonali szereg przesłuchań, przesłuchiwali świadków, sprawdzali zapisy monitoringu. Niestety, czynności te nie umożliwiły ustalenie sprawcy - informuje rzeczniczka.

Funkcjonariusze uzyskali też opinię biegłego z zakresu broni i balistyki, który nie był w stanie określić dokładnej trajektorii lotu pocisków, a zatem i wskazać

miejsca, skąd padały strzały. Wobec braku dalszych możliwości dowodowych w tej sprawie dochodzenie zostało zakończone.

- Oczywiście, sprawa ta nadal pozostaje w zainteresowaniu policji. Jeśli pojawią się w tej sprawie informacje wymagające wykonania czynności procesowych, postępowanie może zostać wznowione - zaznacza aspirant Dominika Bocian.

Przypomnijmy, że 15 sierpnia 2025 roku około godziny 20 postrzelony w oko został Marcin Lewicki, dziennikarz portalu O2.pl.

Jadąc motocyklem zatrzymał się wówczas u zbiegu ulicy Traugutta i Bulwaru Filadelfijskiego. Absolutnie nic nie wskazuje na to, by jechał za szybko, łamał przepisy etc. Dziennikarz trafił do szpitala, przeszedł operację. Oko reporterowi uratowali lekarze ze Szpitala Uniwersyteckiego im. Jurasza w Bydgoszczy. Operacja trwała 10 godzin - trzeba było po pierwsze usunąć śrut.

Marcin Lewicki zdołał nagłośnić całą sprawę i odezwali się też inni poszkodowani motocykliści - w tym samym prawie miejscu, także śrutem pochodzącym najprawdopodobniej z wiatrówki.

Strzały oddawano 14, 15 i 18 sierpnia. Potem okazało się, że w lipcu także.

Nasi dziennikarze rozmawiali w wieloma mieszkańcami okolicy kluczowej kamienicy przy ul. Warszawskiej.

Zgodnie wskazywali oni lokal, z którego mógł strzelać snajper.

- W tej kamienicy większość ludzi mieszka od dawna; znamy się i wiadomo, czego po kim można się spodziewać. To nie mógł ktoś ze stałych lokatorów. W grę wchodzi jedno mieszkanie - na pierwszym piętrze, z oknami od frontu. Było wynajmowane studentom i różni ludzie tutaj przychodzili. Ten „snajper” to musiał być ktoś dochodzący, z zewnątrz - usłyszeliśmy. ©

Samobójstwa w naszym regionie. Co się dzieje z Toruniem, Żninem oraz Wąbrzeźnem?

Adam Willma
adam.willma@polskapress.pl

Najwięcej samobójstw w Polsce? Trzy powiaty w regionie znalazły się w gronie tragicznych rekordzistów.

Najnowsze dane przeanalizowane i udostępnione przez GUS dotyczą 2024 roku. W województwie kujawsko-pomorskim zarejestrowano wówczas 542 zamachy samobójcze. Po przeliczeniu na liczbę mieszkańców daje to wskaźnik 27,3 na 100 tys. Już ten wynik zauważalnie przekracza średnią ogólnopolską. Jednocześnie dane pokazują bardzo duże zróżnicowanie wewnątrz regionu.

Powiat toruński wyraźnie odstaje

Największy problem jest w części powiatów sąsiadujących z dużymi ośrodkami miejskimi. W 2024 roku w powiecie toruńskim (dane skumulowane wraz z miastem) zarejestrowano 165 zamachów samobójczych, czyli 53 na 100 tys. ludności. To jeden z najwyższych



FOT. PIOTR KRZYŻANOWSKI

W 2024 roku w powiecie toruńskim (dane skumulowane wraz z miastem) zarejestrowano 165 zamachów samobójczych, czyli 53 na 100 tys. ludności

wyników w skali kraju (drugi w województwie po powiecie żnińskim). Jest to skokowy przyrost w porównaniu do poprzednich kilku lat.

Powyżej średniej wojewódzkiej znalazły się także powiaty m.in. żniński (59,4), wąbrzeski (49,5) i lipnowski (48,1). W kilku z nich po 2022

roku widoczna jest duża zmienność roczna (np. gromniadzi: spadek do 16 w 2023, wzrost do 34 w 2024 roku).

Najniższe wskaźniki w powiatach peryferyjnych

Na drugim biegunie są powiaty o bardzo niskiej skali zja-

wiska. W 2024 roku w powiatach mogileńskim i rypińskim odnotowano po 2 zamachy samobójcze, co po przeliczeniu daje wskaźniki poniżej 5 na 100 tys. mieszkańców. Relatywnie niskie wartości notują także powiaty chełmiński (10,2) i inowrocławski (12,0). Różnica między skrajnymi powiatami

w regionie jest więc bardzo duża.

Region na tle kraju

W 2024 roku w Polsce odnotowano 14 980 zamachów samobójczych. Najwyższe liczby bezwzględne dotyczyły województw o największej liczbie mieszkańców, m.in. ślą-

skiego, pomorskiego i łódzkiego. Najniższe - opolskiego i lubuskiego.

Kujawsko-Pomorskie w ujęciu liczbowym plasuje się w dolnej części zestawienia województw, jednak po przeliczeniu na mieszkańców sytuacja wygląda inaczej. Wskaźnik 27,3 na 100 tys. lokuje region wyraźnie powyżej średniej krajowej.

Polskie powiaty grozy

Wśród tragicznych „rekordzistów”, oprócz Torunia i powiatu żnińskiego znajdują się również powiaty otaczające największe aglomeracje, m.in. w rejonach Wrocławia i Poznania.

Po drugiej stronie tabeli znajdujemy powiaty ze wskaźnikami na poziomie 4-5 na 100 tys. mieszkańców.

Cytowane dane dotyczą zamachów samobójczych ogółem, a więc obejmują zarówno próby, jak i zdarzenia zakończone zgonem. Należy wziąć pod uwagę, że wskaźniki na 100 tys. mieszkańców w małych jednostkach są wrażliwe na niewielkie zmiany liczby zdarzeń. ©©

REKLAMA

0011460152

O potrzebie i sile dialogu – w kwietniu XVIII Europejski Kongres Gospodarczy w Katowicach

W terminie 22-24 kwietnia 2026 roku, Katowice ponownie staną się stolicą biznesu za sprawą 18. edycji Europejskiego Kongresu Gospodarczego (European Economic Congress – EEC). Wydarzenie ponownie zgromadzi liderów życia publicznego, biznesu i nauki, by, w kontekście gwałtownie zmieniającej się sytuacji geopolitycznej, odpowiedzieć na kluczowe pytania o podmiotowość Europy, odporność gospodarek, tempo transformacji energetycznej oraz rozwój technologii, które przeobrażają świat. W centrum uwagi znajdują się także kwestie suwerenności przemysłowej, inwestycji w zieloną energię, bezpieczeństwa cyfrowego i kompetencji przyszłości, a więc obszary decydujące o pozycji Polski i całej Unii Europejskiej w nowej globalnej rzeczywistości.

18. edycja kongresu skupi się na najważniejszych procesach kształtujących europejską rzeczywistość: od redefinicji relacji Unii z globalnymi mocarstwami, przez potrzebę wzmacniania suwerenności technologicznej, po inwestycje w energetykę, infrastrukturę i innowacje. Paneliści i panelistki przyjrzą się, jak Europa, pod presją geopolitycznych napięć, transformacji klimatycznej i cyfrowej rewolucji, może utrzymać konkurencyjność, budować bezpieczeństwo i wyznaczać kierunki rozwoju. W centrum dyskusji znajdują się również wyzwania społeczne: rynek pracy przyszłości, migracje, edukacja, jakość życia oraz rola człowie-

ka w gospodarce opartej na danych i technologiach. – Na naszych oczach zmieniają się układ sił, modele współpracy i sposób funkcjonowania gospodarek. Dlatego potrzebujemy dialogu, który pozwoli lepiej zrozumieć dynamikę tych procesów i wypracować rozwiązania adekwatne do nowej rzeczywistości. Z tej potrzeby wyrósł Europejski Kongres Gospodarczy. Edycja, którą teraz budujemy, będzie przestrzenią dyskusji, i określi kierunki działania, kluczowe dla bezpieczeństwa i konkurencyjności Europy – podkreśla **Wojciech Kuśpik**, prezes Grupy PTWP, inicjator i organizator Europejskiego Kongresu Gospodarczego.



„Kupisz krewetki i sushi, ale swojskich jaj nie dostaniesz”, czyli oferta w sklepach wiejskich

Agnieszka Romanowicz
agnieszka.romanowicz@polskapress.pl

Jak zmiany społeczno-gospodarcze wpłynęły na ofertę sklepów spożywczych na wsiach? Są wyniki badania z klientami, również w Kujawsko-Pomorskiem.

Na zlecenie Ministerstwa Rolnictwa i Rozwoju Wsi, Krajowego Ośrodka Wsparcia Rolnictwa, Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa oraz Kasy Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego zbadano opinie klientów sklepów spożywczych na wsiach. W większości były to kobiety z wykształceniem średnim. Badanie przeprowadzono w 2025 r.

Wybór rośnie dzięki marketom

Zapytano m. in. o wybór produktów w sklepach wiejskich. 58,2 proc. ankietowanych w Kujawsko-Pomorskiem uznało, że jest wystarczający.

- Można powiedzieć, że wybór znacznie wzrósł, ponieważ na wsiach pojawiły się markety,

np. Dino czy Biedronka - mówi Czytelniczka ze Świdziebni w powiecie brodnickim.

- I wypchnęły ze wsi małe sklepiki - dodaje Czytelniczka z Gruczna w powiecie świeckim. - Efekt jest taki, że bez problemu kupię sushi, imbir, awokado czy krewetki, ale po swojskie jaja muszę jechać na targowisko w Świeciu.

Na wsiach brakuje warzywniaków

54,5 proc. klientów nie ma zastrzeżeń do jakości żywności, oferowanej w sklepach wiejskich; 56,6 proc. ankietowanych sprawdza ich skład.

Co trzeci narzeka na owoce i warzywa z marketu.

- Cherlawka natka pietruszki owinięta folią to smutny widok na wsi - komentują klienci.

- Jabłka z marketu są soczyste przez trzy dni. Gdy wyjadą z chłodzi, natychmiast tracą jędrność - dodają.

- Na wsiach są potrzebne klasyczne warzywniaki, gdzie lokalni rolnicy sprzedawaliby swoje produkty - uważają mieszkańcy.



- Wybór znacznie wzrósł, ponieważ na wsiach pojawiły się markety - mówią klienci mieszkający na wsi

74,5 proc. klientów z regionu kujawsko-pomorskiego, którzy zaopatrują się na wsi, chciałaby mieć możliwość kupowania produktów bezpośrednio w gospodarstwach rolnych.

Większość wędlin jest dziurawa

Klienci krytykują też przetwory mięsne, dostępne w sklepach wiejskich. 39,6 proc. z nich uważa, że są coraz gorszej jakości.

- Wiem, że nie należy kupować wędlin z widocznymi dziurkami, bo to oznacza, że coś w nie wstrzykiwano, żeby zwiększyć ciężar. Niestety, w marketach większość wędlin jest dziurawa - dodaje Czytel-

nik z Zielonki pod Bydgoszczą.

Istotne jest też opakowanie. 49,7 proc. nie chce kupować żywności w folii. Jeszcze więcej, bo 54,5 proc. pytanym w naszym regionie oczekuje, że będzie to żywność z Polski.

Poprawiła się jakość pieczywa

Ankietowani zauważyli, że rośnie jakość pieczywa oferowanego w sklepach wiejskich.

- Nie wszyscy zdołali się przestawić na chleb z marketu i rynek zaczął odpowiadać na te potrzeby. Pieczywo wysokiej jakości znacznie podrożało, ale w sklepach wiejskich, oczywiście nie w sieciówkach, pilnują, żeby mieć dobry chleb. Ludzie po niego przyjdą i przy okazji wezmą coś innego - komentuje Czytelniczka z gminy Gruta w powiecie grudziądzkim.

Większość pytanym w naszym regionie uważa, że ceny żywności w sklepach wiejskich są za wysokie. 43,6 proc. przyznało, że z tego powodu ograniczają ilość kupowanych produktów. ©©

Twój Market i Żabka otwarte w każdą niedzielę? Inspekcja Pracy straciła cierpliwość, sypią się mandaty

Agnieszka Domka-Rybka
agnieszka.domka@polskapress.pl

„Ludzie przychodzą do sklepu w niedzielę po alkohol i nie zachowują się na pewno, jakby byli w czytelnii. Wychożą z piwem w ręku, a nie z książką. Ktoś wreszcie skończy z tą maskaradą? - pyta pan Marek z Bydgoszczy. PIP próbuje coś zrobić.

Zacznijmy od sygnału z Solca Kujawskiego.

Przyszedł do nas mail o takiej treści: „Nie wiem, gdzie dalej szukać instytucji, która zajęłaby się sklepem „Twój Market” w Solcu Kujawskim. Otwiera się w każdą niedzielę, ponieważ stworzył sobie tzw. czytelnię. Jest to oczywistym kłamstwem, bo nikt tam nie czyta i nie wypożycza książek. W listopadzie 2025 roku złożyłam w tej sprawie skargę do PIP w Bydgoszczy i podejrzewam, że została nałożona kara pieniężna na supermarket, ale dalej otwiera się mimo zakazu”.

Dalej czytamy: „My jako mniejsi przedsiębiorcy z Solca,

którzy walczą o każdego klienta, stojąc sami za ladą w niedziele niehandlowe, walczymy, by tak duża konkurencja nam nie przeszkadzała, bardzo mocno odczuwamy to w obrotach. Jednak jeszcze bardziej nas denerwuje to, że działa niezgodnie z przepisami, tak naprawdę i każdy to wie. Czy ustawami jakie obowiązują. I nie jest tajemnicą, że ten supermarket jest czynny w niedziele także w innych lokalizacjach”.

„W czytelnii wypada zachowywać się ciszej”

Zgadza się, bo podobne spostrzeżenia ma też pan Marek z bydgoskiego osiedla Kapuścisk, gdzie również w każdą niedzielę jest czynny „Twój Market”.

- Z czytelnii nigdy nie korzystałem i nie widziałem tam nigdy nikogo z książką. Nie wiem, może prowadzą jakieś statystyki wypożyczeń. Jednak uważam, że niedzielni klienci nie potrafią się odpowiednio zachować w tym miejscu. Powinni być zdecy-



Czytelnie w sklepach, w których nikt nie wypożycza książek to, niestety, standard w niedzielnym handlu

dowanie ciszej, bo to w końcu jest czytelnia - żartuje pan Marek.

Co na to „Twój Market”?

„Część sklepów otworzyła lokalne Kluby Czytelni, z których można korzystać przez 7 dni w tygodniu. Przy okazji wizyty w klubie można zrobić zakupy” - odpowiada krótko Krzysztof Kropaczewski, kierownik działu marketingu w „Twoim Market”.

Mamy też sporo sygnałów, że w niedziele niehandlowe normalnie pracują również regionalne Żabki.

- Tutaj to już nawet niczego nie udają, „na legalu” w niedziele stawiają za kasą pracowników. Przecież wszyscy o tym wiedzą, a dlaczego nikt z tym nie robi? - pyta pani Ewa z Torunia.

Otrzymaliśmy taki komentarz z biura prasowego Żabki: „Zgodnie z obowiązującą

ustawą o ograniczeniu handlu w niedziele i święta, każdy franczyzobiorca, jako indywidualny przedsiębiorca, sam podejmuje decyzję dotyczącą otwarcia sklepu w niedziele i z jakich wyłączeń obowiązujących w prawie korzysta. W ramach sieci Żabka funkcjonują sklepy o różnej wielkości i profilu, dlatego franczyzobiorcy mogą używać odmiennych wyłączeń, o ile spełniają kryteria zapisane w przepisach. Z naszych informacji wynika, że większość z nich otwiera sklepy w dni objęte ograniczeniami, korzystając z wyłączenia dla przedsiębiorców działających we własnym imieniu i na własny rachunek, prowadząc sprzedaż osobiste”.

Państwowej Inspekcji Pracy temat jest znany, zarówno w przypadku „Twojego Marketu”, jak i Żabek.

- W sklepach sieci „Twój Market” na Kujawach i Pomorzu obecnie trwają kontrole i dotyczą one m.in. tego, jak są realizowane obowiązki wynikające z ustawy o ograniczeniu handlu w niedziele i święta

oraz w niektóre inne dni - informuje Magdalena Araczeńska, p.o. zastępcy Okręgowego Inspektora Pracy w Bydgoszczy.

2025 rok: na 58 Żabek aż 30 złamało prawo

Jak wygląda sytuacja w Żabkach?

- W roku 2025 inspektorzy pracy OIP w Bydgoszczy przeprowadzili 58 kontroli w sklepach należących do sieci Żabka, z czego w 30 sklepach stwierdzono naruszenie przepisów ustawy o zakazie handlu. W tych sprawach inspektorzy pracy wszczynali postępowanie w sprawach o wykroczenia albo w postaci postępowania mandatowego, albo kierowali wnioskiem o ukaranie do sądu karnego. Należy przypomnieć, że naruszenie przepisów tej ustawy jest wykroczeniem przeciwko prawom pracownika zagrożone karą grzywny od 1000 zł do 100 000 zł - dodaje Magdalena Araczeńska.

PIP zapowiada, że podobne kontrole będą prowadzone także w 2026 roku. ©©

Błąd przy porodzie. Szpital w Inowrocławiu ma zapłacić!

Małgorzata Oberlan
malgorzata.oberlan@poslakpress.pl

Przez ponad 5 lat pani Katarzyna walczyła o sprawiedliwość, domagając się od szpitala w Inowrocławiu zadośćuczynienia za złamanie jej praw. Po porodzie w jej drogach rodnych został gazik.

„Z prawdopodobieństwem bliskim pewności gazik ten został wprowadzony do pochwy w czasie szycia krocza” - stwierdziła biegła. Sąd ogłosił wyrok.

Sąd uznał odpowiedzialność szpitala w Inowrocławiu za naruszenie praw pacjentki i przyznał pani Katarzynie 20 tysięcy zł zadośćuczynienia. Wraz z odsetkami za kilka lat, co ostatecznie czyni sumę zbliżoną do 30 tysięcy zł. Pozwanymi przez nas był szpital i jego ubezpieczyciel, oni zatem wyrok będą musieli wykonać, gdy stanie się prawomocnym - przekazuje адвокат Mariusz Lewandowski.

Wyrok w Sądzie Rejonowym w Inowrocławiu ogłoszony został we wtorek, 12 stycznia, i jest jeszcze nieprawomocny.

Pani Katarzyna przyjęła go z ogromną satysfakcją i w emocjach. W tej sprawie nie chodziło głównie o pieniądze, tylko o wy-



Pani Katarzyna ponad pięć lat walczyła w sądzie o zadośćuczynienie

sluchanie głosu kobiety, która uciepiała przy porodzie. Nie tyle fizycznie, co psychicznie i życiowo generalnie. Gazik pozostawiony w jej drogach rodnych był nie tylko powodem fizycznego bólu, ale i licznych innych cierpień. Nie mogła karmić dziecka, cieszyć się macierzyństwem; nie znalazła zrozumienia o personele medycznego i dyrekcji lecznicy. Teraz, po ogłoszeniu wyroku, jest satysfakcją z tego, że sąd jej głos usłyszał. I nadzieją, że ta sprawa podniesie na duchu też

innych pacjentów, których prawa są łamane - dodaje adwokat.

Sprawę opisujemy od początku. Opisywaliśmy najpierw historię porodu i jego konsekwencji w postaci zaszytego gazika i cierpień kobiety, przyznanie racji pani Katarzynie przez Rzecznika Praw Pacjenta, a także start procesu sądowego (ruszył dokładnie 8 marca 2021 roku).

W największym skrócie chodzi o to, że przy porodzie syna pani Katarzynie pozostawiono w drogach rodnych gazik/tam-

pon. Okazało się po czasie - gdy po bólach i cierpieniach „urodziła” ten opatrunek.

Lecznica, według relacji kobiety, bagatelizowała wcześniej zgłaszane przez nią bóle. Radzono łagodzić je np. przykładaniem butelek z zimną wodą. Tymczasem okazało się, że w drogach rodnych matki zaszyto opatrunek... Ubezpieczyciel szpitala w Inowrocławiu uznał krzywdę pani Katarzyny. Stwierdził jednak, że wystarczy jej 2500 zł odszkodowania i tyle przelał na

konto. Kobieta nie odpuściła i pozwała Towarzystwa Ubezpieczeń Wzajemnych PZUW na drodze cywilnej o 40 tys. zł zadośćuczynienia. Stąd właśnie cała sprawa i proces.

W procesie Sąd Rejonowy w Inowrocławiu przesłuchał wielu świadków, w tym lekarzy. Zgromadzono obszerną dokumentację; była też już opinia jednego biegłego. Dopiero jednak w 2025 roku doczekano się ekspertyzy specjalisty z dziedziny ginekologii i innych - biegłej sądowej prof. dr hab. n. med. Elżbiety Sowińskiej-Przepiery, ginekologa-położnika oraz endokrynologa ze Szczecina. Jej treść i konstatacje były przełomem w sprawie.

Opinia biegłej, wydana w maju 2025, jest obszerna. Przytoczmy więc tylko najbardziej kluczowe jej fragmenty.

„Z prawdopodobieństwem bliskim pewności do pozostawienia tamponu w pochwie położnicy doszło w czasie wykonywania operacji szycia krocza w godzinach 00.25-01.11 04 lutego 2020 roku” (czyli przy porodzie-przyp.red) - stwierdza prof. Sowińska-Przepiera.

Dalej biegła jasno wskazuje, jak do błędu doszło. „Pozostawienie tamponu w pochwie położnicy nie było wynikiem zanie-

chania, lecz spowodowane zostało nieuwagą operatora przy podstawowej kontroli pola operacyjnego po zakończeniu szycia krocza oraz niewłaściwym zabezpieczeniem tamponu wymagającego pozostawienie wskaźnika na zewnątrz pochwy (na przykład nici przywiązanej do tamponu)” - opisuje.

Biegła zwróciła też uwagę na to, że w epikryzie wypisowej w szpitalu niedokładnie wpisano zalecenia lekarskie: „kontrola ginekologiczna za 6 tygodni”.

„Położnica tymczasem przebywała w szpitalu aż 14 dni od porodu (zwykle są to 3-4 dni), dlatego wypis powinien brzmieć: „kontrola ginekologiczna za sześć tygodni liczonych od daty porodu”, to jest około 17 marca. Gdyby nie popełniono tego błędu w zapisie, a położnica stosowała się do wskazań epikryzy, to ciało obce usunięto by 17 marca 2020 roku, a więc 42 dni po porodzie - czytamy w opinii.

Ostatecznie biegła konstatuje: „Nie ma potrzeby oceniać czasu przebywania gazika w pochwie (nie jest to zresztą możliwe bez analizy organoleptycznej), gdyż z prawdopodobieństwem bliskim pewności gazik ten został wprowadzony do pochwy w czasie szycia krocza”. ©©

REKLAMA

0011460130

22-23.01.2026

4DESIGN DAYS

Międzynarodowe Centrum Kongresowe, Katowice



Najważniejsze wydarzenie dla branży architektury i designu w Polsce

DEBATY | EXPO | NETWORKING

ZAREJESTRUJ SIĘ



www.4dd.pl



POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

NOWY SĄCZ

Dziecko mogło być maltretowane

Do Szpitala Specjalistycznego w Nowym Sączu trafiło 20-miesięczne dziecko z obrażeniami mogącymi sugerować, że ktoś się nad nim znęcał. Z informacji, do których dotarł portal miastoNS.pl wynikało, że malutkie dziecko miało liczne urazy, których zakres wzbudził podejrzenia personelu medycznego.

- Potwierdzam te informacje. Stwierdzono szereg obrażeń, w tym uraz czaszki oraz kończyn górnych. W związku z charakterem obrażeń lekarze zgłosili na policję podejrzenie

maltretowania dziecka - powiedziała dla miastoNS.pl Agnieszka Zelek-Rachtan, rzeczniczka prasowa sądeckiego szpitala.

Dziecko, po uzyskaniu niezbędnej pomocy, miało zostać przetransportowane do specjalistycznej placówki - Uniwersyteckiego Szpitala Dziecięcego w Krakowie-Prokocimiu.

Na razie nie wiadomo, na jakim etapie jest sprawa. Zwrócił się do oficjalnym zapytaniem do Komendy Miejskiej Policji w Nowym Sączu. Czekamy na odpowiedź.

DYPLOMACJA

Prezydent z wizytą w Londynie



Wtorek był drugim dniem roboczej wizyty Karola Nawrockiego w Wielkiej Brytanii. Około południa prezydent Polski spotkał się w Londynie z premierem Wielkiej Brytanii Keirem Starmerem. Obaj przywódcy wyrazili zadowolenie z silnych relacji, jakie łączą oba kraje.

ZABRZE

Samochód dachował przy torach

Do niebezpiecznego zdarzenia doszło we wtorek (13 stycznia) około godziny 5.35 na drodze krajowej nr 88, czyli Alei Jana Nowaka-Jeziorańskiego w Zabrzu.

- Pojazd po dachowaniu zatrzymał się przy torowisku kolejowym, które biegnie wzdłuż drogi, i zahaczył go nadjeżdżający pociąg osobowy - poinformowały służby.

Kobieta kierująca samochodem w porę opuściła pojazd. Wśród pasażerów pociągu nikt nie został poszkodowany.

Od rana w województwie śląskim sypał śnieg. Jak przekazała śląska policja, warunki na drogach są szczególnie wymagające w godzinach porannych, gdy jest jeszcze ciemno lub panuje półmrok.

ZATRUDNIENIE

W ostatnim dniu lipca 2025 r. pracę w Polsce wykonywało 1106,3 tys. cudzoziemców, tj. o 6,2 proc. więcej niż w lipcu 2024 r. W porównaniu do poprzedniego miesiąca ich liczba zwiększyła się o 0,6 proc. - poinformował Główny Urząd Statystyczny. Z danych wynika też, że najliczniejszą grupą obcokrajowców wykonujących pracę w Polsce byli obywatele Ukrainy. Według stanu na 31 lipca 2025 r. było ich 741 tys.

„

Strefy czystego transportu nie są dobrym rozwiązaniem; nie jestem ich zwolennikiem w takiej odsłonie, jaka jest proponowana

Dariusz Klimczak minister infrastruktury

Wybory przewodniczącej Polski 2050 zostały unieważnione

Adam Kielar
Warszawa

Druga tura wyborów przewodniczącej Polski 2050, w której mierzą się Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz oraz Paulina Hennig-Kłoska, została unieważniona. Jak poinformowało biuro prasowe partii, doszło do tego „z powodów technicznych”.

Głosowanie online na nową szefową partii Polska 2050 rozpoczęło się 12 stycznia o godzinie 16. Członkowie ugrupowania mieli do wyboru dwie kandydatki, które zdobyły najwięcej głosów w pierwszej turze wyborów. Były to: Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz, ministra funduszy i polityki regionalnej, i Paulina Hennig-Kłoska, szefowa resortu klimatu i środowiska. Zdołyły one odpowiednio 277 i 131 głosów.

II tura wyborów, do której dostały się obie przedstawicielki obecnego rządu, miała zakończyć się o godzinie 22, następnie planowano ogłoszenie ostatecznych wyników.

Nie zostały one jednak ujawnione do 23.30. Z partii zaczęły płynąć głosy, że są jakieś problemy techniczne. Początkowo mówiono o publikacji wyników we wtorek (13 stycznia), jednak w nocy biuro prasowe Polski 2050 ogłosiło, że głosowanie zostało unieważnione z przyczyn technicznych.

Szymon Hołownia we wtorek nie wykluczył kandydowania



O funkcję przewodniczącej Polski 2050 ubiegają się Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz (z lewej) i Paulina Hennig-Kłoska (z prawej)

na przewodniczącego Polski 2050, jeśli wybory na szefa partii zostaną powtórzone. Dodał, że w piątek zbierze się Rada Krajowa ugrupowania, która ma zdecydować, czy powtórzone zostaną całe wybory, czy tylko ich druga tura.

Politolog, prof. Maria Winclawska, powiedziała PAP we wtorek, że tak naprawdę nikt nie wie, co się wydarzyło, bo Polska 2050 „nie poinformowała, na czym polegały problemy techniczne”. - Najpierw podanie wyników głosowania było przesuwane, a ostatecznie II tura została unieważniona. Można z uśmiechem zwrócić uwagę, że Polska

2050 miała być partią, która zmieni jakość polskiej polityki, unowocześni ją, a przecież już wprowadzone kiedyś przez to środowisko narzędzie Jaśmina okazało się spektakularną kląpą - dodała.

„Jaśmina” to aplikacja Polski 2050. Jej uruchomienie miało na celu m.in. bezpośredni wpływ obywateli na program i najważniejsze decyzje ruchu. Aplikacja była „gościem specjalnym” kongresu Polski 2050 - wtedy już partii - jesienią 2021.

Prof. Winclawska oceniła, że partia z takimi postulatami nie powinna pozwolić sobie na problemy techniczne w wyborach

przewodniczącej. - Może się okazać, że faktycznie napisany program zawierał błędy, ale to podnosi pytania o to, co działo się w I turze. Przecież między drugim i trzecim wynikiem, czyli ministrem Hennig-Kłoski i Joanną Muchą, nie było dużej różnicy. Wówczas też pojawiały się głosy o możliwych problemach technicznych. Trzeba więc postawić pytanie, czy tamte wyniki na pewno były wiarygodne - uważa prof. Winclawska.

Specjalistka od marketingu politycznego oceniła, że bez względu na to, jak zostaną rozstrzygnięte wybory w Polsce 2050, to opcja dołączenia części posłów tej partii do Koalicji Obywatelskiej jest na stole.

- Polska 2050 ma poparcie sondażowe od 1 do 1,5 procenta. Z punktu widzenia premiera Donalda Tuska lepszym rozwiązaniem byłoby, aby klub Polska 2050 pozostał klubem spójnym, żeby to z nim można było negocjować. Trudno się jednak dziwić, że na 1,5 roku czy rok przed wyborami politycy tej partii, którzy będą chcieli kontynuować karierę polityczną, będą szukali opcji wyjścia. A pierwszą taką opcją będzie KO i dobre miejsca na ich listach. Drugimi opcjami mogą być PSL, a może i Lewica. W tej chwili podział klubu na dwie lub trzy części byłby niekorzystny dla koalicji rządowej, bo premier musiałby negocjować z kilkoma podmiotami, aby utrzymać stabilną większość - powiedziała prof. Winclawska. PAP

Zbigniew Ziobro i azyl polityczny. Czy były minister faktycznie go ma? Jego pełnomocnik twierdzi, że tak

Adam Kielar
Warszawa

Pełnomocnik Ziobry poinformował, że otrzymał on na Węgrzech azyl polityczny. Sam zainteresowany nie jest w stanie ani pokazać decyzji na piśmie, ani wskazać daty przyznania mu ochrony.

Zbigniew Ziobro był we wtorek (13 stycznia) gościem porannej rozmowy w RMF FM. Prowadzący rozmowę Tomasz Terlikowski

spytał go, czy ma na piśmie decyzję o tym, że faktycznie przyznano mu azyl polityczny na Węgrzech.

Były minister sprawiedliwości odpowiedział w dość niepewny sposób, że „zapewne taka decyzja jest na piśmie”. - Prosiłem kogoś, by tymi sprawami się zajął, powiem panu, że nie mam jej przy sobie na pewno - przyznał Ziobro. Dopytywany przez dziennikarza polityk powiedział, że „zapewne na 100 procent ma taki dokument”.

- Być może jest w rękach mojego kolegi, któremu powierzyłem te formalne kwestie. To są „czwartorzędne szczegóły”, nie przywiązuję do tego żadnej wagi, decyzja została podjęta, potwierdziły to władze Węgier - przekonywał.

Nie był też w stanie wskazać konkretnej daty, kiedy ów azyl został mu przyznany.

- To było w drugiej połowie, pod koniec grudnia. Możliwe, że było to 23 grudnia - mówił Zbigniew Ziobro.

Jak przyznał, chciał ogłosić to, że otrzymał azyl polityczny na Węgrzech, w drugą rocznicę „nielegalnego przejścia” prokuratury, która, jego zdaniem, stała się „narzędziem do zamiatania pod dywan korupcji i złodziejstwa ludzi Platformy (Obywatelskiej)”.

Informację o tym, że Zbigniew Ziobro dostał azyl polityczny na Węgrzech, przekazał w poniedziałek 12 stycznia jego pełnomocnik, mec. Bartosz Lewandowski. PAP

Po śmierci Olka z Grudziądza: medycy żalą się na hejt. Prezydent zapowiada kontrolę w szpitalu

Daniel Dreyer

daniel.dreyer@polskapress.pl

Zastępca dyrektora szpitala przekonuje, że wstrząsające nagrania z karetki nie były wcześniej znane dyrekcji. Lekarze zapewniali, że starają się jak najlepiej wykonywać swoją pracę.

Blisko tydzień po tym jak za sprawą programu „Uwaga” TVN na jaw wyszły nagrania z karetki, którą do szpitala wieziono 19-letniego Olka, oświadczenia w tej sprawie, wydali medycy grudziądzkiego szpitala oraz Maciej Glamowski, prezydent Grudziądza. Wszyscy zgodnie przyznali, że doszło do olbrzymiej tragedii oraz potępiili zachowanie załogi karetki nazywając je m.in. haniebnym.

Dyrektor szpitala: - Nie znaliśmy tych nagrań

Główny zarzut stawiany dyrekcji szpitala brzmi: dlaczego załogę karetki zwolniono dopiero dopiero po materiale „Uwagi” TVN, czyli dwa lata po tragicznych wydarzeniach i pół roku po tym jak wobec lekarza z karetki oraz dwóch kolejnych lekarzy z oddziału ratunkowego prokuratura skierowała do sądu akt oskarżenia?

Maciej Bieliński, zastępca dyrektora ds. leczenia Regionalnego Szpitala Specjalistycznego, przekonywał, że przed publikacją „Uwagi”, nagrania z karetki nie były znane dyrekcji szpitala.

- Te zapisy wideo z karetki to jest element dokumentacji medycznej. Do szpitala do dzisiaj nie wpłynęły żadne oficjalne zastrzeżenia co do tego co się w tej karetce wydarzyło, czyli ani rodzina, ani prokurator nie wystąpił do nas z prośbą o analizę tych zapisów - mówił wice-



FOT. PIOTR BILSKI

Dr Maciej Bieliński, wicedyrektor szpitala: - Zburzenie zaufania do medyków jest nieplanowaną konsekwencją, która może przynieść bardzo dużo niepokojących następstw

dyrektor Maciej Bieliński. - Szpital współpracuje z organami szpitala na co dzień i przekazaliśmy wszystkie materiały do prokuratury od razu, tak jak powinno to być wykonane. Natomiast w związku z tym, że jest to element dokumentacji medycznej, nikt z nas bez konkretnej przyczyny tych zapisów nie ogląda. Także te zapisy nie były przez nas analizowane wcześniej, natomiast zaraz po zapoznaniu się z nimi nastąpiła reakcja dyrekcji.

Dodajmy: ta reakcja to zerwanie umów z załogą karetki, które nastąpiło następnego dnia po emisji reportażu „Uwagi”. Nagle stało się możliwe, mimo że jeszcze do kamery TVN-u dyrektor Agata Kurkowska mówiła, że czeka na wyniki postępowań organów ścigania.

Murem bronią dyrektorki

- Zdecydowanie popieramy zachowanie pani dyrektor i zgadzamy się z nim w 100 procentach - mówił wczoraj Jan Kosior, wiceprezes Okręgowej



FOT. PIOTR BILSKI

Dr Jan Kosior, przewodniczący delegatury Izby Lekarskiej w Grudziądzu: - Zdecydowanie popieramy zachowanie pani dyrektor i zgadzamy się z nim w 100 proc.

Rady Lekarskiej, przewodniczący delegatury Okręgowej Izby Lekarskiej w Grudziądzu. I dodawał: - Jako Izba Lekarska nie otrzymaliśmy żadnej informacji, skargi - ani pisemnej, ani słownej - na to co się działo w tej karetce. Oficjalnie nic na ten temat nie wiemy, a dopóki nie mamy żadnej informacji jawnej, takiej typowej nie jesteśmy w stanie podjąć żadnych działań.

Paweł Szymański, przewodniczący rady ordynatorów szpitala w Grudziądzu: - Na terenie szpitala przeprowadzamy w tej chwili szkolenia, aby uczulić kadrę medyczną, aby takie sytuacje nigdy więcej nie miały miejsca. Mam nadzieję, że dalszą pracą udowodnimy, że nasz szpital jest dobrym szpitalem i bezpiecznym dla pacjentów.

Z oświadczeniem potwierdzającym taką deklarację, a także popierającym działania dyrektorki do prezydenta Grudziądza wystąpił wczoraj też personel szpitala w Grudziądzu. Pismo podpisało dziewięć osób z kierownictwa różnych działów medycznych lecznicy.



FOT. PIOTR BILSKI

Paweł Szymański, szef rady ordynatorów szpitala: - Mam nadzieję, że dalszą pracą udowodnimy, że nasz szpital jest dobrym szpitalem i bezpiecznym dla pacjentów

Medycy mierzą się z falą hejtu

Lekarze przekonują, że wydarzenia, które rozegrały się w karetce, nie są standardem w grudziądzkim szpitalu. Zapewniają, że cała załoga lecznicy każdego dnia stara się dbać o zdrowie i życie pacjentów. Apelują, aby powstrzymać falę hejtu, który po tym jak opinia publiczna zobaczyła co wydarzyło się w karetce, wylewa się na środowisko medyczne w internetowych komentarzach.

- Ta fala mowy nienawiści, tych gróźb, które się tam znajdują jest dla mnie niewyobrażalna. Groźby, które słyszymy odbierając telefony na SOR-ze też są porażające. Naprawdę się boję, że możemy mieć kolejne ofiary tej sytuacji. Uważam, że wszyscy powinniśmy jednak wyciszyć emocje i dać organom ścigania możliwość pracy i wydania sądu - mówił wczoraj Maciej Bieliński, zastępca dyrektora szpitala. - Zaburzenie zaufania do medyków jest nieplanowaną konsekwencją, która może przynieść bardzo dużo niepokojących następstw.



FOT. PIOTR BILSKI

Maciej Glamowski, prezydent Grudziądza: - Zdecydowałem o przeprowadzeniu w szpitalu kontroli w zakresie przestrzegania obowiązujących procedur i przepisów

Prezydent zarządził kontrolę w szpitalu

Przez dwa lata Maciej Glamowski, prezydent Grudziądza, nie zajmował stanowiska w sprawie śmierci Olka. Jak teraz mówi, tuż po tragicznej śmierci nastolatka od dyrekcji szpitala otrzymał informację o „uruchomieniu wewnętrznych procedur”. - Wtedy priorytetem było wsparcie rodziny oraz rzetelne prowadzenie niezbędnych działań, nie publiczne komentowanie sprawy - dodał prezydent.

Dopiero wstrząsający reportaż „Uwagi”, który pokazał - cyt. „poważne wątpliwości dotyczące jakości udzielanej opieki medycznej” - sprawił, że prezydent Grudziądza podjął kolejne działania.

- Zdecydowałem o przeprowadzeniu w szpitalu kontroli w zakresie przestrzegania obowiązujących procedur i przepisów prawa przy udzielaniu pomocy przez zespoły ratownictwa medycznego - czytamy w oświadczeniu Macieja Glamowskiego, prezydenta Grudziądza. - Jednocześnie zobowiązałem dyrekcję szpitala

do przedstawienia, w możliwie najkrótszym czasie, konkretnych rozwiązań organizacyjnych i nadzorczych, które mają realnie zapobiec podobnym zdarzeniom w przyszłości.

Medycy i prezydent swoje oświadczenia wygłosili wczoraj w sali konferencyjnej szpitala, po czym wyszli nie odpowiadając na pytania dziennikarzy.

Na spotkanie przyszła też Lidia, siostra Aleksandra. Mówiła dziennikarzom, że sama wiele zawdzięcza medykom ze szpitala w Grudziądzu, ale sprawę śmierci jej brata trzeba wyjaśnić. A były na to już dwa lata.

Koszmar w karetce

O bulwersującej sprawie „Pomorska” pisze od dnia, w którym doszło do tragicznych wydarzeń, dwa lata temu.

Przypomnijmy: w styczniu 2024 r. 19-letni Olek uciekając przed policjantami zranił się o szpikelec płotu przy I LO w Grudziądzu. Chłopaka zatrzymali policjanci i krwawiącego przekazali załodze karetki. W karetce niespiesznie (bez sygnałów) jadącej do szpitala rozegrał się prawdziwy koszmar, który zarejestrowały kamery monitoringu pojazdu, a co pokazano w „Uwadze” TVN. Medycy dosłownie znęcali się nad pacjentem. Duszącemu się chłopakowi nie podano tlenu. Za to wyśmiewano go, szydzono, szarpano. Druga część dramatu rozegrała się na SOR-ze. Lekarze nie zlecili podstawowych badań, a na dodatek 19-latek został nieprawidłowo zaintubowany. Olek zmarł, a jako przyczynę zgonu wskazano krwotok wewnętrzny.

W tej sprawie prokuratura skierowała akt oskarżenia do sądu wobec lekarza z karetki oraz dwóch lekarzy z SOR-u. Oni czekają na proces. Ratownicy medyczni z karetki nie usłyszeli zarzutów. ©©

REKLAMA

0011460306

Starosta Grudziądzki
ul. Małomłyńska 1
86-300 Grudziądz
ŚB.6740.249.2025

Grudziądz, dnia 14 stycznia 2026 r.

Obwieszczenie Starosty Grudziądzkiego

z dnia 14 stycznia 2026 r.

o wydaniu decyzji nr 1.2026.ZRID na realizację inwestycji drogowej

Na podstawie art. 11c, 11f ust. 3 i ust. 4 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz. U. z 2024 r. poz. 311) oraz art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (Dz. U. z 2025 r. poz. 1691) zawiadamiam, że w dniu 14 stycznia 2026 r. dla Gminy Grudziądz została wydana decyzja nr 1.2026.ZRID zezwalająca na realizację inwestycji drogowej polegającej na rozbudowie drogi gminnej nr 040535C ul. Konwaliowej w Małym Rudniku.

W związku z powyższym informuję, że z treścią decyzji można zapoznać się w siedzibie Starostwa Powiatowego w Grudziądzu, ul. Małomłyńska 1, 86-300 Grudziądz, po wcześniejszym telefonicznym uzgodnieniu terminu – tel. 56 45 14 420, w godzinach pracy urzędu.

Od ww. decyzji, zgodnie z art. 11g ust. 1 pkt 1 ustawy o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych, służy stronom odwołanie do Wojewody Kujawsko-Pomorskiego, za pośrednictwem organu wydającego przedmiotową decyzję. Zgodnie z art. 49 § 2 Kodeksu postępowania administracyjnego zawiadomienie uważa się za dokonane po upływie czternastu dni od dnia, w którym nastąpiło publiczne obwieszczenie.

KRÓTKO

SPOTKANIE

To będzie filmowy wieczór z Tomaszem Wolskim

W czwartek gratka dla miłośników dobrego kina. Gościem Dyskusyjnego Klubu Filmowego będzie Tomasz Wolski, pochodzący z Grudziądza reżyser filmowy.

Pierwszy raz Tomasz gościł grudziądzkiego DKF-u był 14 lat temu, a wtedy oglądaliśmy jego świetny film „Lekarze”, który został nagrodzony m.in. Złotą Żabą festiwalu Plus Camerimage w 2011 roku.

Teraz Tomasz Wolski wraca do Grudziądza bogat-

szy o kilkanaście lat doświadczeń, liczne nagrody, a przede wszystkim filmy swojego autorstwa. Podczas spotkania obejrzymy dwa z nich: ● „Rok z życia kraju”, który znalazł się wśród 20 najlepszych dokumentów Polskiego Instytutu Sztuki Filmowej ● oraz „Wielki szef” (to najnowsza produkcja z 2025 roku).

Początek wieczoru autorzkiego w Centrum Kultury Teatr zaplanowano na g. 18. Bilety wstępu kosztują 10 zł w przedsprzedaży i 15 zł w dniu seansu.

(DD)

WYSTAWA

Komiksy w muzeum?

No pewnie! Od czwartku

Przed nami pierwszy w tym roku wernisaż w grudziądzkim muzeum. A będzie to wystawa „Kajko i Kokosz - komiksowa archeologia”. - Ekspozycja w nowatorski sposób łączy świat archeologii z kultowym komiksem Janusza Christy - jednego z najwybitniejszych twórców polskiego komiksu - zachęcając muzealnicy. I dodają: - Wystawa zestawia autentyczne zabytki archeologiczne z kadrami z przygód Kajka i Kokosza.

Otwarcie ekspozycji w czwartek, 15 stycznia, o g. 12, w sali muzeum przy ul. Spichrzowej 17. Wstęp wolny. (DD)

Remonty dwóch kamienic za unijne miliony

Małgorzata Oberlan
malgorzata.oberlan@polskapress.pl

Dwie kolejne miejskie kamienice przejdą w tym roku remonty. To domy przy ul. Mickiewicza 118 i Kościuszki 44. W efekcie lokatorom ma być cieplej, a rachunki za ogrzewanie będą niższe.

Kompleksowe modernizacje dwóch kolejnych kamienic są możliwe dzięki dotacji unijnej, a konkretnie - programowi Fun-

duusze Europejskie dla Kujawsko-Pomorskiego.

Remonty mają potrwać przez cały 2026 rok, bo są rozległe. Efekty będą jednak solidne i to na kilku polach. Będą to termomodernizacje budynków, dzięki którym ciepło nie będzie uciekało - lokatorom będzie cieplej, rachunki za ogrzewanie powinny być niższe, a emisja zanieczyszczeń do powietrza - zdecydowanie ograniczona.

Należąca do miasta i administrowana przez ZGM kamienica

przy ul. Mickiewicza 118 dobrego wrażenia nie robi. Elewacja błaga o remont, a wnętrze - o modernizację.

Budynek położony jest na terenie objętym ochroną konserwatorską, dlatego zakres i sposób prowadzenia robót zaplanowanych na 2026 rok został dostosowany do otoczenia o charakterze historycznym.

Głównym celem projektu jest poprawa efektywności energetycznej obiektu, ograniczenie strat ciepła i zwiększenie kom-

fortu cieplnego mieszkańców. Zakres zaplanowanych działań obejmuje tutaj docieplenie dachów i stropów, docieplenie ścian zewnętrznych, docieplenie stropu nad przejazdem, wymianę stolarki okiennej i drzwiowej - wyjaśnia ZGM.

Unijne dofinansowanie na termomodernizację wynosi aż 2 mln 024 tys. 392 zł.

Poprawić ma się komfort życia także lokatorów budynku przy ul. Kościuszki 44. Ta nieruchomości wpisana jest do gmin-

nej ewidencji zabytków i zaplanowany remont to uwzględni. Wszystkie zaplanowane prace zostały opracowane z poszanowaniem jego wartości historycznych oraz w uzgodnieniu z właściwymi służbami konserwatorskimi - zapewniają urzędnicy.

Celem modernizacji przy ul. Kościuszki także jest zwiększenie efektywności energetycznej budynku poprzez ograniczenie strat ciepła, zmniejszenie zapotrzebowania na energię cieplną oraz poprawę komfortu użytko-

wania lokali mieszkalnych. - Tutaj zakres prac obejmuje m.in.: docieplenie stropu pod poddaszem i nad piwnicą, docieplenie ścian zewnętrznych z zastosowaniem rozwiązań dostosowanych do charakteru obiektu zabytkowego, a także wymianę okien zewnętrznych na stolarkę o podwyższonych parametrach izolacyjnych i wymianę drzwi - dodaje ZGM.

W tym przypadku unijna dotacja na modernizację wyniosła 805 tysięcy 391 zł. ©

Skończyli studia w Toruniu, teraz dostali mieszkania

Marek Nienartowicz
marek.nienartowicz@polskapress.pl

Przyjechali na studia do Torunia, chociaż pochodzą z miejscowości położonych bliżej większych miast. Zostali tu także dzięki lokum w ramach programu „Mieszkanie dla Absolwenta”.

Program „Mieszkanie dla Absolwenta” funkcjonuje w Toruniu od 2015 roku. Prowadzi go samorząd miasta. Celem jest zatrzymanie w Toruniu osób, które tu kończą studia na wyższych uczelniach oraz wsparcie przez nie toruńskich firm. W latach 2015-2025 samorząd Torunia przeznaczył dla nich, w ramach programu, 48 mieszkań.

Kolejnych 5 zostało przekazanych absolwentom w ramach naboru prowadzonego do końca sierpnia 2025 r. Klucze do tych mieszkań prezydent Torunia Paweł Gulewski wręczył podczas spotkania w poniedziałek, 12 stycznia.

O mieszkania wnioskowało piętnaścioro absolwentów. Pięć, którym przyznano mieszkania, pochodzi spoza Torunia. Wszyscy ukończyli studia na Uniwersytecie Mikołaja Kopernika. Klucze odebrali: Alicja Tymczewska - absolwentka chemii, Julia Domańska - absolwentka zarządzania, Robert Kwaśniewski - absolwent doradztwa podatkowego, Daniel Szarmach - absolwent biologii, Aurelia Wojtalewicz - absolwentka kulturoznawstwa.

- Świetnie, że kolejne pięć młodych, zdolnych osób zostaje w Toruniu. Zapewniamy im stabilizację, dajemy kotwicę w postaci mieszkania, co powinno sprzyjać kontynuowaniu karier zawodowych czy naukowych. Życzę udanych parapetówek. I zapraszajcie do Torunia swoich przyjaciół i znajomych - mówi prezydent Gu-



FOT. GRZEGORZ OLKOWSKI

Klucze do mieszkań w ramach programu „Mieszkanie dla Absolwenta” zostały wręczone w poniedziałek

lewski przy okazji wręczenia kluczy.

2 z przyznanych przez miasto mieszkań znajdują się przy ulicy Krasieńskiego, po jednym - przy ulicach Żeromskiego, 63 Pułku Piechoty i Rolniczej. Absolwenci przyznają, że miejskie lokum to dla nich ogromne ułatwienie, zwłaszcza pod względem finansowym - wobec mieszkań na rynku pierwotnym i wtórnym czy kosztów wynajmu.

- O tym mieszkaniowym programie usłyszałam niedługo po rozpoczęciu studiów w Toruniu - mówi Alicja Tymczewska.

- To także była motywacja do zdobywania jak najlepszych ocen i osiągnięć naukowych. Pochodzę z Gniezna. Na studia oczywiście miałam bliżej do Poznania. Dużo było w moim życiu związków z tym miastem, a chciałam odmiany. Wybrałam Toruń i UMK. Na tyle mi się

spodobało, że zostałam. Toruń jest bardzo dobry do życia - nie za duży i nie za mały. Pracuję jako technolog w firmie Bella, czyli spółce córce TZMO - dodaje.

Daniel Szarmach pochodzi ze wsi Iwiczno w pobliżu Starogardu Gdańskiego. Bliżej miał na studia do Trójmiasta, a jednak wybrał Toruń.

- Nie rozważałem innego niż UMK miejsca studiów. Zdecydowałem się na ten uniwersytet i Toruń po tym, co o uczelni i mieście opowiadali mi znajomi. Jestem doktorantem na Wydziale Nauk Biologicznych i Weterynaryjnych UMK. Rok temu zostałem tu zatrudniony jako asystent. Kończę pisać doktorat. Na UMK chcę kontynuować pracę naukową - zapowiada Daniel Szarmach.

Umowa najmu w ramach programu „Mieszkanie dla Absolwenta” zawierana jest na 10 lat. ©

REKLAMA

0011462188

Na podstawie art. 38 ust. 1 oraz art. 39 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. 2024.1145 ze zm.) oraz § 6, § 16 Rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 14 września 2004 r. w sprawie sposobu i trybu przeprowadzania przetargów oraz rokowań na zbycie nieruchomości (Dz. U. 2021.2213),

Burmistrz Miasta i Gminy Pruszcz w dniu 14.01.2026 r. ogłasza pierwszy przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż działki nr 3/2, pow. 0,0747 ha, obręb Łowinek, Gmina Pruszcz:

I TERMIN I MIEJSCE PRZETARGU:

Przetarg odbędzie się 17.02.2026 r. o godz. 9:00 (wtorek) w Urzędzie Miasta i Gminy Pruszcz, ul. Główna 33, 86-120 Pruszcz, II piętro - Sala Posiedzeń.

Cena wywoławcza wynosi: **38.000,00 zł**

1. **Wadium** w wysokości **7.600,00 zł (słownie: siedem tysięcy sześćset złotych 00/100)** należy wpłacić w terminie do **11.02.2026 r. (tj. środa) włącznie do kasy Urzędu Miasta i Gminy lub na konto Urzędu Miasta i Gminy** w Banku Spółdzielczym w Pruszcz nr: 54 8170 0008 0000 0550 2000 0020.

2. Wadium wpłacone przez uczestnika, który przetarg wygra, zostanie zaliczone na poczet ceny nabycia nieruchomości, a pozostałym uczestnikom przetargu wadium zostanie zwrócone w ciągu trzech dni roboczych od daty zakończenia lub odwołania przetargu bez odsetek na podane konto.

II OPIS NIERUCHOMOŚCI:

1. Obręb, nr działki, powierzchnia, klasoużytek, KW: **Łowinek dz. nr 3/2 o pow. 0.0747 ha, N - nieużytek, BY1B/00068897/5.**

Wpis w dziale III KW - Ostrzeżenie o toczącym się postępowaniu sądowym o stwierdzenie zasiedzenia.

2. Nieruchomość gruntowa ma kształt prostokąta z terenem płaskim niezabudowanym. Posiada bezpośredni dostęp do drogi gminnej, ul. Postępowa.

Dostępna infrastruktura techniczna: sieć wodociągowa oraz elektryczna.

3. Przeznaczenie nieruchomości i sposób jej zagospodarowania: brak MPZP, w studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego Gminy Pruszcz działka znajduje się w granicach zabudowy miejscowości Łowinek.

4. Cena: 38.000,00 zł. Sprzedaż nieruchomości objętej wykazem jest zwolniona z podatku VAT.

5. Termin zagospodarowania: 7 dni od zawarcia umowy.

6. Termin wnoszenia opłat: Cena sprzedaży nieruchomości płatna jest przed zawarciem umowy w formie aktu notarialnego.

7. Informacje o przeznaczeniu: zbycie nieruchomości.

III POSTĄPIENIA:

1. O wysokości postąpienia decydują uczestnicy przetargu, z tym że postąpienie nie może wynosić mniej niż 1% ceny wywoławczej, z zaokrągleniem w górę do pełnych dziesiątek złotych.

2. **Minimalne postąpienie wynosi 380,00 zł (słownie: trzysta osiemdziesiąt złotych 00/100).**

3. Przetarg jest ważny bez względu na liczbę uczestników przetargu, jeżeli przynajmniej jeden uczestnik zaoferuje jedno postąpienie powyżej ceny wywoławczej.

IV OBOWIĄZKI UCZESTNIKA W DNIU PRZETARGU:

1) Uczestnikami przetargu mogą być osoby fizyczne i osoby prawne, a także inne podmioty posiadające zdolność do czynności prawnych.

2) Warunkiem uczestniczenia w przetargu jest wniesienie wadium w wymaganym terminie i o określonej wysokości. W dniu przetargu należy okazać się dowodem tożsamości przez uczestnika przetargu oraz dowodem wpłaty wadium.

3) Warunki uczestniczenia w przetargu przez określone jednostki:

a) Osoby fizyczne prowadzące działalność gospodarczą - zaświadczenie o przedsiębiorcach bez osobowości prawnej wpisanych do Centralnej Ewidencji i Informacji o Działalności Gospodarczej organizator uzyska we własnym zakresie.

b) Podmioty inne niż osoby fizyczne - konieczne jest przedłożenie aktualnego oryginału dokumentu, z którego wynika upoważnienie do reprezentowania tego podmiotu oraz upoważnienie do składania oświadczenia woli w imieniu tego podmiotu. Ponadto, gdy w imieniu podmiotów innych niż osoby fizyczne działa pełnomocnik, konieczne jest przedłożenie pełnomocnictwa w formie aktu notarialnego.

c) Małżonkowie - osoby fizyczne pozostające w związku małżeńskim i posiadające ustrój wspólności majątkowej - powinny dodatkowo złożyć pisemne oświadczenie współmałżonka, iż wyraża on zgodę na nabycie nieruchomości będącej przedmiotem przetargu.

d) Pełnomocnik - w przypadku udziału w przetargu pełnomocnika należy przedłożyć najpóźniej w dniu przetargu stosowne pełnomocnictwo (wymagane jest notarialne poświadczenie podpisu) upoważniające pełnomocnika do działania w imieniu osoby fizycznej lub prawnej.

V POZOSTAŁE INFORMACJE DOTYCZĄCE PRZETARGU:

1) **STAN NIERUCHOMOŚCI GRUNTOWEJ:** Nabywca przejmuje nieruchomość w stanie istniejącym. Nieruchomość sprzedawana jest na podstawie danych z ewidencji gruntów i wszelkie obmiary oraz ewentualne rozgraniczenie nieruchomości może przeprowadzić nabywca na własny koszt.

2) **KOSZTY NOTARIALNE I SĄDOWE:** Nabywca ponosi zarówno koszty związane z nabyciem praw do nieruchomości (tj. koszty notarialne) oraz koszty związane z ujawnieniem tych praw w księdze wieczystej (tj. koszty sądowe).

3) **SKUTKI UCHYLENIA SIĘ OD ZAWARCIA UMOWY SPRZEDAŻY NIERUCHOMOŚCI:** Jeżeli osoba ustalona jako nabywca nieruchomości nie dokona wpłaty całej należnej kwoty z tytułu nabycia lub nie stawi się bez usprawiedliwienia w wyznaczonym miejscu i terminie zawarcia umowy notarialnej podanym w zawiadomieniu, Burmistrz Miasta i Gminy Pruszcz może odstąpić od zawarcia umowy, a wpłacone wadium nie podlega zwrotowi.

V ZASTRZEŻENIA:

Burmistrz Miasta i Gminy Pruszcz zastrzega sobie prawo do odwołania przetargu, o przyczynie jego odwołania poinformuje zainteresowanych zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa.

VI INFORMACJA W SPRAWIE OGŁOSZENIA O PRZETARGU:

1. Ogłoszenie o przetargu wywieszono na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta i Gminy Pruszcz, ponadto informację o wywieszeniu tego ogłoszenia podaje się do publicznej wiadomości w prasie lokalnej, a także w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Miasta i Gminy Pruszcz.

2. Szczegółowe informacje można uzyskać w Urzędzie Miasta i Gminy Pruszcz, biuro nr 10 lub tel. (52) 562 43 23.

Rośnie zabudowa na terenach po toruńskim Metronie

Marek Nienartowicz
marek.nienartowicz@polskapress.pl

Po decyzjach wojewody będzie więcej wiadomo o przyszłości niezagospodarowanych nieruchomości po Metronie na Jakubskim Przedmieściu w Toruniu, w tym biurowca przy ul. Targowej.

Przypomnijmy, że po sądowym wyroku z lipca 2018 roku nieruchomości po firmie Metron przejął Skarb Państwa, a w praktyce - wojewoda kujawsko-pomorski.

Były wśród nich przede wszystkim te na Jakubskim Przedmieściu w Toruniu - przy ulicy Targowej i Drodze Trzeposkiej.

Część ze znajdujących się tu nieruchomości została przekazana w zarząd prezydentowi Torunia. Jako starosta grodzki wykonuje on także, w imieniu Skarbu Państwa, zadania z zakresu administracji rządowej.

Po podziałach geodezyjnych nieruchomości, niektóre z nich Urząd Miasta Torunia - za zgodą wojewody - wystawił na sprzedaż. Zostały kupione w przetargach przez firmy deweloperskie.

Wpływy z tych transakcji w większej części zasiły budżet



FOT. GRZEGORZ OLIKOWSKI

Część nieruchomości po Metronie na Jakubskim Przedmieściu ciągle czeka na zagospodarowanie, między innymi dawny biurowiec

państwa, w mniejszej (20-25 procent) - budżet Torunia.

Czekając na zgodę

Część terenów po Metronie jest jednak ciągle niezagospodarowana. Co z nimi?

Prezydent Torunia administruje aktualnie trzema nieruchomościami po Metronie. To między innymi dwie działki: przy Drodze Trzeposkiej 16 i 16a. Każda ma po prawie 0,7 hektara powierzchni. W ubiegłym roku znajdujące się tu pofabryczne obiekty zostały zburzone. Zgodnie z miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego dla tego obszaru, przeznaczenie podstawowe tych działek to

usługi, zabudowa mieszkaniowa wielorodzinna.

Co ciekawe, obie działki od miesięcy są w ofercie inwestycyjnej Torunia. Na koniec 2025 roku były zapowiadane przetargi, w których miały być do kupienia. Do licytacji nie doszło.

- Prezydent Torunia wystąpił do wojewody kujawsko-pomorskiego o zgodę na sprzedaż tych nieruchomości w drodze przetargów. Dotąd nie została wydana - mówi Marcin Centkowski, rzecznik prasowy prezydenta Torunia.

Na cele publiczne

Trzecią pometronowską nieruchomością znajdującą się w

zarządzie prezydenta jest nieruchomość przy Targowej 22, zabudowana biurowcem. Jej część w miejscowym planie zagospodarowania przestrzennego też została przeznaczona pod usługi i „mieszkaniówkę”.

Nieruchomość przy Targowej 22 jest objęta trwającą właśnie procedurą podziału geodezyjnego. Czy za jego sprawą wyjaśni się przyszłość ośmiopiętrowego biurowca? Więcej o niej miało być wiadomo w końcu roku 2024...

- Docelowo nieruchomość przy Targowej 22 rozpatrywana jest w kontekście zagospodarowania na cele publiczne. W sytuacji, gdy jednostka publiczna nie zgłosi zainteresowania przejęciem nieruchomości na cele publiczne, prezydent Torunia przedstawi wojewodzie kujawsko-pomorskiemu propozycję sprzedaży nieruchomości w drodze przetargu i zagospodarowania zgodnie z planem miejscowym - wyjaśnia Marcin Centkowski.

O którą jednostkę publiczną chodzi? Tego Urząd Miasta Torunia na razie nie ujawnia.

Z obiektów na Jakubskim po Metronie, oprócz biurowca, pozostał jeszcze, stojący na jego tyłach, budynek stacji prób. Ta

nieruchomość jest w bezpośrednim zarządzie wojewody. Jakie plany wobec niej i dwóch działek przy Drodze Trzeposkiej ma wojewoda Michał Szytybel?

- Wojewoda przychyła się do zbycia nieruchomości w Toruniu po Metronie. Wystąpiono do prezydenta Torunia o weryfikację zamierzeń. Po uzyskaniu odpowiedzi zostanie wydane zarządzenie. W stacji prób znajdują się ruchomości zabezpieczone komorniczo. Do czasu zakończenia postępowania, nie planuje się żadnych czynności związanych z tym budynkiem - podkreśla Natalia Szerbińska, rzeczniczka wojewody.

Mieszkań wiele

A co dzieje się z nieruchomościami po Metronie, które zostały przez UMT sprzedane w przetargach?

Trwa inwestycja przy Drodze Trzeposkiej 2. Na 0,57-hektarowej działce, na której niegdyś stały obiekty kuźni i odlewni oraz stacji serwisowej wodomierzy, siedmiopiętrowy budynek mieszkalny wznosi firma Murapol. Kupiła ją za nieco ponad 20 milionów złotych. W kompleksie Murapol Novo - z trzypoziomowym podziemnym garażem - będzie 238 mieszkań.

Z kolei nieruchomość o powierzchni około 0,27 ha przy Targowej 14, niegdyś zabudowaną portiernią i budynkiem socjalno-biurowym, wiosną 2025 kupiła za 8,1 mln zł firma PRES Grupa Deweloperska - pod swoje pierwsze przedsięwzięcie na Jakubskim.

W drugim kwartale obecnego roku ma się tu rozpocząć inwestycja mieszkaniowa „Chrono”. Jej realizacja zaplanowana jest na dwa lata. Nazwa pochodzi od greckiego słowa „chronos”, oznaczającego czas. To oczywiście nawiązanie do Metronu i historii nieruchomości przy Targowej.

W ramach inwestycji powstanie około 120 mieszkań oraz cztery lokale usługowe. Dwupiętrowa, podziemna część garażowa, dzięki wzmocnionej konstrukcji, będzie mogła pełnić też funkcję miejsca doraźnego schronienia.

- Architektura inwestycji opiera się na ponadczasowej, eleganckiej bryle. Szczególną uwagę poświęcono unikalnemu wyglądowi klatek schodowych i części wspólnych, podkreślających tożsamość Jakubskiego Przedmieścia - informuje Marta Łaszkiewicz z PRES Grupa Deweloperska. ©

REKLAMA

INFORMATOR			
HOTELE			
Bydgoszcz			
Tanie	noclegi dla firm, 601-919-805	00532	
LEKARSKIE			
Włocławek			
Badania	okresowe pracowników, kierowców, posiadających broń - lek. Wojciech Cader, Plac Wolności 17, pn. 10.15-13.00, wt. 8.00-11.00, śr. 14.00-19.00, czw. 8.00-11.00, pt.14.00-19.00, tel. 603-767-838, 54/231-43-54. Współpraca z LUXMED i MEDICOVER.	000074	
Radziejów			
Internista	Mieczysław Wolański, przyjmuje codzienne od 9.00, Radziejów, ul. Łokietka 3, ekg, holter usg, laboratorium. Tel. 607 402 122, 54/285 22 40	Q701187897A	
USŁUGI			
Bydgoszcz			
Śmieci	- wywóz, kontenery, gruz „Corimp” 52/320-81-85.	000288	

Grudziądz:			
STACJA	demontażu pojazdów przyjmuje samochody do złomowania, Grudziądz, tel. 56/465-48-88		
USŁUGI POGRZEBOWE			
Bydgoszcz			
Dylewscy	Zakład Usług Pogrzebowych, Plac Piastowski 9, Bydgoszcz. Tel. Całodobowe 52/322-29-16, 602-26-34-72, www.dylewscy.pl Biuro Fordon ul. Piwnika Ponurego 1D, 52/342-95-16. Obsługujemy cmentarze w Bydgoszczy i okolicy, kompleksowe usługi krajowe i zagraniczne, usługi kremacyjne w Bydgoszczy - duży wybór trumien i urn. Kredytowanie pogrzebów ZUS, KRUS, wojsko, policja	420114801/A	
Chojnice			
Zakład	Pogrzebowy Tadeusz Porożyński, Gdańska 3. Przechowywanie, przewóz zwłok Chojnice bezpłatnie całodobowo. 52/397-20-47, 604-755-900.		
Toruń			
Sotor	Usługi Pogrzebowe i Cmentarne, Toruń, tel. 56/655 33 50 całą dobę. Centrum Kamieniarskie tel. 512 601 120 www.sotor.pl		

Inowrocław			
Credo	-Najtańszy całodobowy Zakład Pogrzebowy -św. Ducha 33, 88-100 Inowrocław. 52/357-74-16, 509-946-759, trumny już od 349 zł, do każdej usługi baldachim i winda nagrobna gratis, dostosowujemy się do możliwości finansowych każdego Klienta, wypłacamy zasiłki z ZUS i KRUS przed pogrzebem http://www.pogrzeb.net	282814801	
Najtańszy	Całodobowy Zakład Pogrzebowy „IN LUCTU” Małgorzata Matuszak. Zarządca Domu Przedpogrzebowego w Kruszwicy, najtańsza chłodnia (własna), producent trumien (również z witrzyną) - trumny już od 300 zł, winda i baldachim gratis. Kruszwica, ul. Kolegiacka 12F, Inowrocław, ul. Św. Ducha 53, tel. 52/357-16-04, 357-53-41, e-mail: inluctu1@interia.pl Załatwiamy wszelkie formalności. www.inluctu.pl	139014805	
Waldemar	Wójcik Zakład Pogrzebowy MEMORIA, ul. Marulewska 40, Inowrocław. Dyżur całodobowy - tel. 602-189-676, 52/355-66-77. Załatwiamy wszystkie formalności w imieniu rodziny. Wypłacamy zasiłek pogrzebowy przed pogrzebem. Posiadamy profesjonalny baldachim pogrzebowy oraz windę nagrobną. Świadczymy usługi na najwyższym poziomie. www.memoria.net.pl	408914801	

Barcin			
Całodobowy	Zakład Pogrzebowy Sławomir Makowski, Barcin, ul. Żnińska 25 (naprzeciwko cmentarza)Tel. 52/383-64-09, 601-681-917.	000528	
Pakość			
„Konkordia”	kompleksowe usługi pogrzebowe, Pakość, Inowrocławska 10, 52/35-18-766, 500-697-316, całą dobę. Wypłacamy zasiłki pogrzebowe KRUS i ZUS.	8210983	
Gniewkowo			
Sotor	- Usługi Pogrzebowe i Cmentarne Gniewkowo 56/655 33 50 całą dobę Centrum Kamieniarskie tel. 512 601 120 www.sotor.pl	000045	
Janikowo			
NAJTAŃSZY	CAŁODOBOWY ZAKŁAD POGRZEBOWY ROBERT KURCZEWSKI JANIKOWO, ul. Główna 18G TEL. 507 364 717	000502	

Kruszwica			
Najtańszy	całodobowy Zakład Pogrzebowy „In Luctu” Małgorzata Matuszak, zarządca Domu Przedpogrzebowego w Kruszwicy, najtańsza chłodnia (własna), producent trumien (również z witrzyną) - trumny już od 300 zł, winda i baldachim gratis. Kruszwica, ul. Kolegiacka 12f, Inowrocław, ul. Św. Ducha 53, tel. 52/357-16-04, 357-53-41, www.inluctu.pl e-mail: inluctu1@interia.pl. Załatwiamy wszelkie formalności.	000345	
Całodobowy	Zakład Pogrzebowy Żurawski ul. Kolegiacka 12E Kruszwica, tel. 666-999-917	8686162	
Złotniki Kujawskie			
Zakład	Pogrzebowy - całodobowy Andrzej Pabjańczyk, Złotniki Kujawskie ul. Podgórna 13, tel. 52/351-71-03, 504-270-409, 604-542-322	000281	
Żnin			
Całodobowe,	kompleksowe usługi pogrzebowe „Chmielewscy”, ul. Górską 10, 52/302-14-67, 502-314-898. Wypłacamy zasiłki ZUS i KRUS przed pogrzebem.	000417	

0011454791			
Całodobowo-Usługi	Pogrzebowe Firma Pietras, Żnin, Pl. Wolności 15/4. Wypłacamy zasiłki ZUS i KRUS przed pogrzebem. 52/30-22-031, 509-917-648	000416	
Włocławek			
TARTAR	spopielnia i dom pogrzebowy, Włocławek ul. Bojańczyka 3/5, c. Cmentarna 12, 54/231-44-55, 54/413-15-93.	000074	
Kowal			
Całodobowa	obsługa pogrzebów, Producent trumien. Lewandowski, 87-820 Kowal ul. Kościuszkii 56. Tel. 603-998-321	000289	
WETERYNARYJNE			
Toruń			
„Salus”	Przychodnia Weterynaryjna, Lelewela 33 /teren Arpolu/8-22, 56/652-81-67. Interna, chirurgia, profilaktyka. RTG,USG. Całodobowy dyżur 504-052-789.	000045	
ZDROWIE I URODA			
Bydgoszcz			
Przepuklinowe pasy	- sprężynowe, wypadanie macicy - inne. Wkładki -płaskostopie, koślawość. Wysyłamy pocztą. Ortopedia. Bydgoszcz, kr. Jadwigi 15, 52/322-22-85.		
412314801/A			

strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Przemarznięte ręce i stopy? Nie polewaj ich gorącą wodą

Zima w tym roku pokazuje swoje prawdziwe oblicze. A my... jesteśmy w szoku, bo zapomnieliśmy już, jak to jest,

kiedy termometr wskazuje -10 st. Celsjusza. Pamiętajmy, że niskie temperatury mogą być nie tylko uciążliwe, ale wręcz groźne dla naszego organizmu. Co robić gdy przemarzniemy? Poznaj skuteczne sposoby na szybkie ocieplenie się od środka i od zewnątrz.

ZA TYDZIEŃ:

- Komplet badań - najlepszy prezent dla babci i dziadka z okazji ich święta
- Algorytm podrzuca dzieciom treści zachęcające do samobójstwa! O zagrożeniach, które płyną z sieci



Dieta wegetariańska ma więcej zalet, niż się spodziewasz. Spróbujesz?

Anna Rokicka-Żuk
redakcja@stronazdrowia.pl

Polacy wciąż zjadają więcej mięsa niż wynosi średnia w Europie, jednak ilość ta powoli spada. To wszystko nie tylko za sprawą rosnącej świadomości w społeczeństwie.

Powodów do przejścia na dietę bezmięsną jest wiele - począwszy od kwestii etycznych i związanych z ekologią, a na dbałości o sylwetkę i zdrowie skończywszy. Do zmiany menu zachęca także coraz lepszy dostęp do smacznych i przystępnych cenowo zamienników mięsa.

Zalet jest wiele

Wegitarianizm to dieta bez mięsa, choć różne jego odmiany wyłączają też inne produkty odzwierzęce, takie jak ryby, jaja i/lub mleko wraz z jego przetworami.

Warto też w tym miejscu zaznaczyć, że wymierne korzyści dla zdrowia przynosi już samo ograniczanie mięsa (zwłaszcza czerwonego) w codziennej diecie, czyli dieta fleksitariańska. To dobry sposób na stopniową zmianę dotychczasowych nawyków żywieniowych.

Jadłospis bezmięśny, nazywany też dietą jarską, obfituje w naturalne pokarmy roślinne. Dzięki temu zawiera mniejsze ilości związków prozapalnych, takich jak nadmiar żelaza hemowego, zwierzęce tłuszcze, rozpuszczalne w nich zanieczyszczenia środowiskowe czy zawarte w wędlinach azotany (łatwo przekształcane w azotyny, a następnie w rakotwórcze nitrozaminy). Dostarcza za to więcej ochronnych fitozwiązków, które są przeciwutleniaczami chroniącymi organizm przed niszczącym wpływem wolnych rodników.

Wśród składników o takim właśnie korzystnym działaniu można wymienić roślinne barwniki, związki zapewniające smak i zapach, nienasycone tłuszcze, niektóre witaminy i składniki mineralne, sterole, błonnik i wszelkie bioaktywne fitozwiązki.



Nie trzeba z mięsa rezygnować w ogóle. Wymierne korzyści przynosi już samo ograniczanie mięsa w menu, czyli dieta fleksitariańska

Korzyści zdrowotne ze stosowania diety bezmięśnej:

- Dłuższe życie - osoby stosujące dobrze zbilansowaną dietę wegetariańską żyją średnio o 3,5 roku dłużej niż te jedzące mięso.

- Niższa masa ciała - wegetarianie ważą średnio o 15 proc. mniej niż osoby na diecie z mięsem. To m.in. dlatego, że dieta oparta na roślinach jest sycąca, ma wysoką zawartość błonnika oraz dużą objętość przy małych dawkach kalorii, a przy tym działa przeciwzapalnie.

- Lepsze efekty odchudzania - już samo przejście na dietę wegetariańską powoduje utratę kilogramów - nawet bez ćwiczeń i liczenia kalorii, jak pokazały wyniki analizy 15 badań z „Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics”. Przeciętny ubytek wagi wyniósł aż 10 kilogramów w ciągu 11 miesięcy, i był tym większy, im wyższa była początkowa masa ciała, a także starszy wiek. W porównaniu do kobiet więcej kilogra-

mów zrzucali mężczyźni. Dieta bezmięśna pozwala też schudnąć osobom, które mają zaburzony metabolizm - nawet tym z cukrzycą t. 2. Skutecznie redukuje nie tylko tłuszcz podskórny, ale też ten otaczający tkankę mięśniową, który jest związany z występowaniem insulinooporności. Wegetariańskie menu zwiększa też wrażliwość komórek na insulinę, obniża stężenie glukozy we krwi na czczo oraz usprawnia regulację jego poziomu.

- Mniejsze zagrożenie cukrzycą typu 2 - wyniki analiz 12 szeroko zakrojonych badań nie pozwalają mieć wątpliwości: im większe spożycie w diecie mięsa, tym wyższe ryzyko rozwoju cukrzycy. Nie dziwi więc, że menu

Osoby stosujące dobrze zbilansowaną dietę wegetariańską żyją średnio o 3,5 roku dłużej, aniżeli osoby jedzące mięso.

bezmięśne pomaga chronić się przed tą chorobą. Jak wykazano na łamach „Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Disease” na podstawie danych ponad 15 tys. osób, już samo przejście na dietę wegetariańską istotnie obniża ryzyko rozwoju cukrzycy. Jak z kolei wynika z trwających 20 lat badań, które obejmowały ponad 200 tys. osób, dieta bogata w produkty roślinne, a uboga w zwierzęce, redukuje zagrożenie rozwojem cukrzycy średnio o 20 proc. Jeśli jest zdrowa, spadek ryzyka wynosi aż 34 proc.; ta zawierająca więcej niezdrowych produktów powoduje redukcję tylko o 16 proc. Autorzy badania podkreślają, że korzyści zapewniają już niewielkie zmiany w menu, jak np. zmniejszenie spożycia produktów odzwierzęcych z 5-6 do 4 porcji tygodniowo.

- Niższe ciśnienie krwi - jak wykazała analiza 7 badań klinicznych i 32 obserwacyjnych, przedstawiona na łamach „JAMA Internal Medicine”, dieta bezmięśna pozwala utrzymać niższe ci-

śnienie krwi. To skurczowe było u wegetarian niższe średnio o 4,8 mm Hg (w badaniach klinicznych) lub 6,9 mm Hg (w obserwacyjnych), a rozkurczowe spadło odpowiednio o 2,2 oraz 4,7 mm Hg.

- Lepszy lipidogram - dieta wegetariańska pozwala utrzymać niższy poziom cholesterolu całkowitego we krwi, co oznacza niższe zagrożenie m.in. chorobą wieńcową serca. W przeglądzie wyników 50 badań naukowych w piśmie „Nutrition Reviews” czytamy, że w badaniach obserwacyjnych spadek ten wynosił 29,2 mg/dl, a w klinicznych - 12,5 mg/dl. Inne źródła dowodzą z kolei, że dieta jarska obniża też stężenie „złego” cholesterolu LDL.

- Rzadsze choroby serca - już samo zrzucenie 5-10 proc. nadmiernej masy ciała skutkuje poprawą zdrowia karbometabolicznego, np. obniżeniem ryzyka rozwoju chorób serca. Dieta wegetariańska nie tylko odchudza, ale też zmniejsza zagrożenie wieńcową (o 40 proc.), nadci-

śnieniem (o 34 proc.) i przedwczesną śmiercią wskutek chorób układu krążenia (o 40 proc.). A na dodatek aż u 91 proc. badanych powoduje choć częściowe przywrócenie sprawnego krążenia w arteriach objętych miażdżycą - donosi „Progress in Cardiovascular Disease”.

- Mniej nowotworów - jak udowodniono w badaniu przeprowadzonym przez Oxford University, które obejmowało 60 tys. Brytyjczyków i trwało 15 lat, w porównaniu z osobami jedzącymi mięso, u wegetarian nowotwory rozwijały się o 11 proc. rzadziej. Z innych badań wynika ponadto, że rzadsza zapadalność na nowotwory dotyczy zwłaszcza układu trawienia.

Należy jednak pamiętać, że samo wyłączenie mięsa z posiłków nie decyduje o tym, że będą one zdrowe. Jeśli menu składa się z produktów gotowych do jedzenia i żywności przemysłowej, będzie tak samo niekorzystne dla organizmu, jak każda inna „śmięciowa” dieta.

©®

Przemarzłeś? Oto skuteczne sposoby na szybkie ogrzanie wychłodzonego organizmu

Anna Rokicka-Żuk
annarokicka-zuk@polskapress.pl

Zima w tym roku pokazuje swoje mroźne i śnieżne oblicze! Temperatury poniżej zera mogą poważnie zaszkodzić zdrowiu. Nagłe ochłodzenie to nie tylko dyskomfort - mróz może prowadzić do odmrożeń, hipotermii i innych groźnych skutków.

Odwykliśmy od mroźnych i śnieżnych zim, a spadek temperatury poniżej zera dla wielu osób jest szokiem. Stosunkowo łagodne zimy sprawiły, że nie pamiętamy już, jak to jest, kiedy termometr wskazuje -15 st. Celsjusza. Tak niskie temperatury nie pozostają obojętne dla naszego organizmu - mogą być nie tylko uciążliwe, ale wręcz groźne dla zdrowia i życia.



Przemarznętych dłoni i stóp nie należy wkładać do gorącej wody

Objawy przemarznięcia to nie tylko uczucie zimna

Gdy organizm nie może ogrzać całego ciała, z czasem zmniejsza dopływ krwi do najbardziej oddalonych części, a także skóry, kierując więcej w stronę korpusu. Ręce, nogi robią się z tego powodu chłodne i łatwiej ulegają odmrożeniom. Gdy to nie wystarcza, ciało zaczyna się trząść, co pozwala generować niewielkie ilości ciepła. Najbardziej intensywne dreszcze pojawiają się przy temperaturze, w której rozwija się hipotermia, czyli wychłodzenie organizmu.

Objawy przemarznięcia świadczące o hipotermii to właśnie trzęsienie się, zmęczenie, dezorientacja, utrata koordynacji. Gdy natomiast ustają, a po-

jawia się niebieskawa skóra, a tym bardziej rozszerzone źrenice, spowolniony puls i oddychanie, świadczy to o głębszej hipotermii i zagrożeniu życia.

Skutki działania mrozu, nazywane stresem związanym z zimnem (cold stress), mogą prowadzić także do uszkodzeń skóry, jakimi są łagodne odmrożyny i odmrożenia. Największe spustoszenie sieje ujemna temperatura w połączeniu z wysoką wilgotnością, np. w przypadku przemoczenia butów, rękawiczek, ubrań. Utrata ciepła i ryzyko powikłań są wtedy największe, dlatego zimą należy jak ognia wystrzegać się kontaktu z wodą.

Jak się rozgrzać po przemarznięciu?

W przypadku przemarznięcia w pierwszej kolejności należy zapobiec dalszej utracie ciepła i pomóc ciału się rozgrzać. Mokre ubrania powinny być zmienione na suche. By poprawić krążenie krwi i wytworzyć nieco ciepła, można też poruszać ramionami jak wiatrak. Należy jednak unikać intensywnej aktywności, ponieważ pocenie zwiększy utratę ciepła z organizmu.

Rozgrzanie się przyspiesz picciem ciepłych napojów, które powinny być wolne od kofeiny i alkoholu. Może to być ciepła słaba herbata albo woda, do której można dodać cytrynę. Korzystne może okazać się zjedzenie cukierka, które daje szybki zastrzyk energii.

Wiele osób po powrocie z mrozu w pierwszej kolejności myśli o gorącej kąpiel. Ocieplać się trzeba jednak stopniowo i nie za szybko. Absolutnie za-

kazane jest kontakt skóry z gorącą wodą. Zbyt ciepła kąpiel albo prysznic mogą doprowadzić do zaskórniaków.

Co na przemarznęte ręce? Jak rozgrzać dłonie i stopy?

Przemarznęte dłonie czy nogi to nie tylko dyskomfort - mogą zwiastować poważne problemy zdrowotne, takie jak odmrożenia czy hipotermię. Szczególną ostrożność należy zachować w przypadku przemarznętych dłoni i stóp lub ich palców. Włożenie rąk pod ciepłą wodę to nie jest dobry pomysł. Zbyt wysoka temperatura wody może spowodować ból i doprowadzić do uszkodzeń skóry, jak i tkanek, np. naczyń krwionośnych i nerwów.

Aby rozgrzać dłonie, nigdy nie wkładaj ich do gorącej ani nawet ciepłej wody. Zaczynaj od chłodnej wody, by dojść do letniej. Możesz też ocieplić je, wkładając w pomieszczeniu rękawiczki lub owijając dłonie wełnianym szalikiem.

Części ciała łatwo ulegające odmrożeniom, a więc także nos, uszy i skóra twarzy, również należy rozgrzewać stopniowo. Aby jednak uniknąć dalszych uszkodzeń skóry, nigdy nie pocieraj ich ani nie masuj. Pod żadnym pozorem nie stosuj też nacierania śniegiem.

Jeśli możliwe jest odmrożenie, np. już na dworze pojawiło się zaczerwienienie skóry, a tym bardziej zmiana koloru skóry na białą lub żółtą, utrata czucia, rąk czy stóp nie należy rozgrzewać, tylko zabezpieczyć do czasu udzielenia pomocy lekarskiej.

Co pić, żeby rozgrzać organizm od środka?

Na czele napojów, po które sięgamy, gdy zamarzniemy i jest nam zimno, jest oczywiście gorąca herbata. Pijemy ją w wersji klasycznej lub zimowej, z dodatkiem korzennych przypraw, imbiru i cytrusów. Tak doprawiona skutecznie pomaga podnieść temperaturę wychłodzonego ciała i może pomóc w zapobiegnięciu przeziębieniu.

Zimą należy także unikać picia zimnych napojów - z lodówki czy podawanych z kostkami lodu, ponieważ w naszych gardłach dochodzi wtedy do obkurczenia naczyń krwionośnych. Sprawia to, że zmniejsza się przepływ krwi, a tym samym spada liczba komórek odpornościowych obecnych w danym obszarze. Otwiera to wirusom i bakteriom drogę do ataku.

Jaka powinna być temperatura w domu?

Nie tylko temperatura na zewnątrz wpływa na nasze zdrowie. Ważne jest także utrzymywanie odpowiedniej temperatury w domu zimą, aby nie narażać organizmu na zbyt duże jej wahania, ale też nie wychładzać pomieszczeń za bardzo. Zbyt wysoka temperatura w domu naraża organizm na przegrzanie, co sprzyja przeziębieniu i odmrożeniom po wyjściu na mróz. Natomiast stałe przebywanie w zbyt niskiej temperaturze może prowadzić do zbyt długiego wychłodzenia i skutkować podobnymi konsekwencjami, co przebywanie na mrozie. ©©



Wypróbuj łatwy przepis na syrop z marchewki, wg sprawdzonej receptury naszych babć

Domowy sposób na kaszel dobry dla dzieci i dorosłych. Prosty do zrobienia i zdrowy

Marta Siesicka-Osiak
redakcja@stronazdrowia.pl

pracę układu odpornościowego.

Podstawowym składnikiem tego syropu jest marchewka - to słodkie warzywo wspiera walkę z przeziębieniem i mokrą kaszlem, pomagając usunąć nadmiar wydzieliny z dróg oddechowych.

Przepis na syrop z marchewki z dodatkiem miodu i cytryny bez gotowania

Już nasze babcie doceniały zdrowotne działanie marchewki, sięgając po nią, aby ułatwić odkrztuszanie. Ze względu na naturalne pochodzenie i przyjemny smak, syrop z marchewki jest szczególnie polecany dla małych dzieci.

Składniki

- 1 marchewka,
- sok z połówki cytryny,
- 2 łyżki cukru,
- 1 łyżka płynnego miodu.

Przygotowanie

- Obierz, a następnie zetrzyj marchewkę.
- Umieść warzywo w głębokim naczyniu i zasymp cukrem.
- Polej marchewkę sokiem z połówki cytryny i łyżką miodu.
- Odstaw naczynie na kilka minut. Marchewka zacznie puszczać naturalny sok.
- Zlej powstały syrop, który jest od razu gotowy do spożycia.

Zaleca się przyjmowanie dwóch łyżek syropu dziennie. Szczególną ostrożnością powinno wykazać się przy podawaniu syropu osobom z cukrzycą, uczulonym na którykolwiek składnik i małym dzieciom, które nie mają w pełni rozszerzonej diety. ©©

Marchewka to niezwykle zdrowe warzywo bogate w antyoksydanty, witaminy i składniki mineralne. Ceniona jest przede wszystkim za zawartość beta-karotenu - jedna porcja pokrywa aż 77 proc. dziennego zapotrzebowania na prowitaminę A.

Ponadto zapewnia także od 4 do 7 proc. niezbędnej ilości witamin B1, B2, B5, niacyny, folianów, witaminy E i C oraz powyżej 10 proc. zalecanej dziennej dawki witaminy B6 i witaminy K.

Wśród właściwości syropu z marchwi wymienia się:

Syrop z marchwi dzięki bogactwu przeciwutleniaczy, w tym witaminy C, wykazuje działanie wzmacniające układ odpornościowy.

Działając wykrztuśnie, pomaga usunąć wydzielinę zalegającą w gardle.

Oczyszczając gardło, pomaga łagodzić kaszel.

Syrop można wzbogacić o dodatek cytryny, miodu i/lub imbiru. Spotęgują one jego działanie przeciwzapalne i przeciwbólowe oraz wspomogą

WARTO WIEDZIEĆ

Mróz? Nie pij alkoholu!

Zimą to czas, kiedy powinniśmy być szczególnie ostrożni, pijąc alkohol. Picie go na mrozie może prowadzić do wielu poważnych konsekwencji. Po pierwsze daje złudne wrażenie, że jest nam po nim cieplej, choć faktycznie prowadzi do utraty ciepła i obniżenia całkowitej temperatury ciała. Ponadto może wpłynąć na prawidłową ocenę sytuacji, co może prowadzić do hipotermii z powodu zbyt lekkiego ubioru czy zbyt długiego przebywania na mrozie.

Chcę darować ciepło i je dostarczać, a nie walczyć ze sobą i całym światem jednocześnie

Sebastian Fabijański w Plejadzie Fot. Sylwia Dąbrowa



Z ŻYCIA GWIAZD

Joanna Opozda balowała z przystojniakami

W ostatnich dniach celebrytka udała się na urlop do Dubaju wraz z mamą i synkiem. W ciągu dnia wszyscy troje zwiedzali miasto, zaś wieczorem Opozda wybrała się na imprezę. Na zamieszczonych zdjęciach widać, że towarzyszyli jej dwaj przystojniacy - jeden z nich to finalista dwóch reality-shows, a drugi - model.

Roksana Węgiel odnowiła przysięgę

Młoda piosenkarka i jej mąż udzielili krótkiego wywiadu Radiu Eska. Kiedy prezenter zapytał, czy odnawianie przysięgi małżeńskiej to klasa czy obciach, Kevin Mglej powiedział: - Klasa. My już też odnawialiśmy. A Roksana dodała: - Odnawialiśmy po roku. Może jesteście psychiczni?

Viki Gabor odnalazła swoją połówkę

Niedawno młoda wokalistka odwiedziła studio „Dzień dobry TVN”. Podczas rozmowy nie zabrakło oczywiście pytania o romski ślub Gabor z Giovannim Trojankiem i medialne zamieszanie wokół tego wydarzenia. - Ja nie mówię za bardzo o swoim życiu prywatnym. Jestem, żeby śpiewać, pisać, a nie żeby mówić o tym, jak będzie wyglądać mój ślub - powiedziała. I dodała: - Myślę, że to jest bardzo ważne, żeby odnaleźć swoją połówkę, bo każdy człowiek tego potrzebuje.

(GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa



W TELEWIZJI



Wędrowki z dinozaurami BBC Earth, 19:45

Nowa odsłona jednej z najbardziej kultowych produkcji w historii telewizji, która ćwierć wieku temu cieszyła się ogromnym uznaniem. Seria powstała na podstawie najnowszych odkryć. Będziemy mogli się dowiedzieć, jak żyły, polowały, walczyły o przetrwanie i ewoluowały te prehistoryczne stworzenia.

Bo we mnie jest seks

Kino Polska, 20:00

Lata 60. Kalina Jędrusik (Maria Dębska), zjawiskowa aktorka i piosenkarka, kusi seksapilem i nie wpisuje się w ówczesny model kobiety. Życie w trójkącie z mężem (Leszek Lichota) i kochankiem (Krzysztof Zalewski) sprawia, że zyskuje miano naczelnicy skandalistki PRL...

Bez skrupułów Toma Clancy'ego

Polsat Film, 21:00

Zespół US Navy SEALs, w tym John Kelly (Michael B. Jordan), ratuje agenta CIA wziętego jako zakładnika. Okazuje się, że porywacze to rosyjscy żołnierze, a trzy miesiące później kilku członków zespołu zostaje zamordowanych. Ginie też żona Kelly'ego...

Fighter

TVP 1, 21:10

Obsypana nagrodami autentyczna historia dwóch braci bokserów: jeden (nagrodzony Złotym Globem i Oscarem Christian Bale) stacza się i trafia do więzienia, drugi (Mark Wahlberg) chce wspiąć się na szczyt.

KRZYŻÓWKA NR 6

Poziomo:

- 3) tatrzański szczyt z krzyżem,
- 10) naprawiane przez szewca,
- 11) tytułowa bohaterka tragedii Eurypidesa,
- 12) skrytka w sekretarzyku,
- 13) jeden z trzech rodzajów literackich,
- 15) ... Narodowy w Warszawie,
- 17) wydeptana ścieżka polna,
- 18) miasto z Dworem Artusa,
- 20) urzędnik nadworny opiekujący się stołem panującego,
- 22) nisko położone tereny,
- 23) osiedle mieszkaniowe na Targówku,
- 26) drogocenne rzeczy w Sezamie,
- 28) Miki z kreskówek Disneya,
- 29) działanie na coś z pewną siłą,
- 32) kobiecy kostium plażowy jak atol,
- 34) chętką jak dzielnica Warszawy,
- 35) pracuje wśród drzew,
- 36) kary koń w stadninie,
- 37) grecka bogini miłości.

Pionowo:

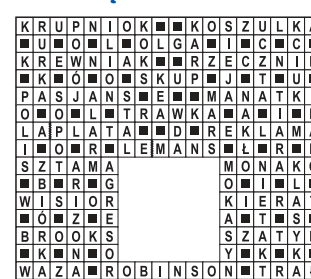
- 1) gorąca parówka w bułce z sosem,
- 2) symbol władzy hetmańskiej,
- 3) umowny znak ręką,
- 4) aktor z filmu „Apollo 13” i „Truman Show”,
- 5) ciężarek stawiany na szali,
- 6) mocne spodnie, farmerki,
- 7) krzykliwy ptak nadmorski,
- 8) futerał na naszyjnik,
- 9) miesza benzynę z powietrzem,



- 14) trujący niemetal o symbolu As,
- 16) litera w greckim alfabecie,
- 19) doroczna gonitwa trzyletnich koni,
- 21) azjatycki kuzyn kota, pantera śnieżna,
- 24) obrotowe lub wahadłowe,
- 25) biała niewolnica w haremie sułtana,
- 27) minerał dla przemysłu szklarskiego,

- 28) ruchoma rzeźba z drucików, blaszek lub kulek,
- 30) Indianin z Ameryki Północnej jak fryzura punka,
- 31) Krzysztof, reżyser filmu „Nowy Jork, czwarta rano” i „Gry uliczne”,
- 33) część szkieletu kręgowców,
- 34) grupa koczujących wojowników mongolskich.

ROZWIĄZANIE NR 5



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Dziś energia sprzyja działaniu i odważnym decyzjom. Horoskop dzienny radzi jednak uważać na słowa, bo szczerość może zranić...

Ryby (19.02 - 20.03)

Dzień sprzyja poprawnym relacjom z innymi osobami. Horoskop na dziś mówi, że docenisz drobne przyjemności i poczucie stabilności.

Baran (21.03 - 19.04)

Rozmowy przyniosą nowe pomysły. Skup się na priorytetach, bo horoskop dzienny na środę ostrzega, że nadmiar spraw może rozproszyć.

Byk (20.04 - 20.05)

Emocje będą silniejsze niż zwykle. Zadbaj o dom i bliskich. Horoskop dzienny wróży, że odzyskasz dzięki temu wewnętrzny spokój.

Bliznięta (21.05 - 21.06)

Twoja charyzma będzie przyciągać ludzi. Horoskop na dziś zapowiada, że to dobry moment na pokazanie talentów i odważne plany.

Rak (22.06 - 22.07)

Porządek w sprawach osobistych przyniesie ulgę. Horoskop dzienny na środę to wskazówka, by zaufać logice, ale nie ignorować intuicji.

Lew (23.07 - 22.08)

Harmonia w relacjach jest dziś kluczowa. Horoskop dzienny zapowiada, że kompromis pomoże uniknąć niepotrzebnych napięć.

Panna (23.08 - 22.09)

Intuicja podpowie właściwy kierunek. Horoskop na dziś to wskazówka, by unikać manipulacji i postawić na szczerość w działaniach.

Waga (23.09 - 22.10)

Pojawi się potrzeba zmiany lub podróży. Horoskop dzienny na środę wróży, że nawet mały krok da poczucie wolności i radości.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Obowiązki wymagają skupienia, ale efekty będą bardzo trwałe. Horoskop dzienny wyraźnie mówi, że wieczór sprzyja odpoczynkowi.

Strzelec (22.11 - 21.12)

Kreatywność rośnie, gdy działasz po swojemu. Horoskop na dziś wróży, że nietypowe pomysły spotkają się z uznaniem innych ludzi.

Koziorożec (22.12 - 19.01)

Wrażliwość pomoże zrozumieć innych. Horoskop na dziś to wskazówka, by zadbować o granice i by nie brać na siebie cudzych spraw.

Usługi

INNE

ZŁOM, Żeliwo i Akumulatory, złomowanie piecy. Skupujemy w dobrej cenie, odbieramy własnym transportem. 602-726-894

Usługi pogrzebowe

"KONKORDIA", kompleksowe usługi pogrzebowe Pakość ul. Inowrocławska 10, 52/ 35-18-766, 500-697-316, całą dobę Wyplacamy zasiłki ZUS i KRUS przed pogrzebem.

CREDO - Najtańszy Całodobowy Zakład Pogrzebowy Inowrocław, św. Ducha 33. 52/357-74-16, 509-946-759. Baldachim, winda nagrobna gratis. Wyplacamy zasiłki z ZUS i KRUS przed pogrzebem, www.pogrzeb.ne

AUTOPROMOCJA

GAZETA
pomorska

Czwartek z dreszczykiem

Kup dziennik z dodatkiem „Pod paragrafem”
pomorska.pl

REKLAMA0011461426



**PREZYDENT
MIASTA BYDGOSZCZY**

OGŁOSZENIE

Na podstawie art. 35 ust. 1 z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. z 2024, poz. 1145 t.j. ze zm.)

informuję,

że gmina Miasto Bydgoszcz **zamierza wydzierżawić nieruchomości**, których wykaz wywieszono w siedzibie Wydziału Mienia i Geodezji przy ul. Grudziądzkiej 9-15.

Ponadto wykaz nieruchomości przeznaczonych do wydzierżawienia zamieszczono w Biuletynie Informacji Publicznej na stronie internetowej **www.bip.um.bydgoszcz.pl**.

AUTOPROMOCJA

0111102703

Zleć nekrologi,
ogłoszenia drobne,
życzenia

Biura ogłoszeń
Gazety Pomorskiej:

Bydgoszcz: czynne: pn.-pt. 8-16
ul. Zamoyskiego 2
tel. 519 503 513, e-mail: mag-
dalena.welka@polskapress.pl
Grudziądz: czynne: pn.-pt. 8-16
ul. Sikorskiego 24/8,
tel. 56 45 11 930
e-mail: ogloszenia.grudziadz@
pomorska.pl
Inowrocław: czynne: pn.-pt. 8-16
Aleja Ratuszowa 15,

tel. 692 725 390
e-mail: ogloszenia.inowroclaw@
pomorska.pl
Toruń: czynne: pn.-pt. 8-16
ul Grudziądzka 46-48,
tel. 606 537 137, e-mail: lukasz.
kopanski@polskapress.pl
Włocławek: czynne: pn.-pt. 8-17
ul. Żabia 29, tel. 54 231 45 31
e-mail: ogloszenia.wloclawek@
pomorska.pl

Express
BYDGOSK

GAZETA
pomorska

NOWOŚCI
DZIENNIK TORUŃSKI

0011462829



„Kiedy słońce życia zachodzi, gwiazdy pamięci świecą”.

W trudnych chwilach pożegnania

Mamy

łączymy się w smutku i żałobie

z Panem Marcinem Heymannem

Prezesem Zarządu Leśnego Parku Kultury i Wypoczynku
„Myślęcinek”

Otaczając wspierającą myślą, przekazujemy

Rodzinie i Bliskim

wyraży głębokiego współczucia.

Monika Matowska *Rafał Bruski*
Przewodnicząca *Prezydent Bydgoszczy*
Rady Miasta Bydgoszczy



0011462651

Panu

Leszkowi Czaplewskiemu

Prezesowi Miejskiego Przedsiębiorstwa Gospodarki
Nieruchomościami Sp. z o.o. w Grudziądzu

wyraży głębokiego współczucia
z powodu śmierci

Taty

składa

Maciej Glamowski
Prezydent Grudziądza

0011462499

Z sercem pełnym bólu i smutku zawiadamiamy,
że dnia 10 stycznia 2026 roku odeszła od nas
kochana Żona, Mama, Teściowa i Babcia

SP

Krystyna Popiołkiewicz

lat 75

Msza św. pogrzebowa zostanie odprawiona
dnia 14 stycznia 2026 roku o godz. 12.00
w kościele pw. Zwiastowania NMP (Matki Boskiej)
w Inowrocławiu.

Pogrzeb odbędzie się tego samego dnia po Mszy św.
na cmentarzu Św. Józefa przy ul. Libelta w Inowrocławiu.

W smutku pogrążona

Rodzina

0011462571



Z głębokim żalem i bólem informujemy,
że zmarł długoletni Pracownik
spółki Rembis w Janikowie

Marek Szudera

Wyraży głębokiego współczucia

Żonie Ewie i całej Rodzinie

składają

*Rada Nadzorcza, Zarząd, Kierownictwo
oraz współpracownicy
Spółki REMBIS w Janikowie*



0011460732

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że dnia 8 stycznia 2026 roku odszedł od nas
ukochany Mąż, Tata, Teść i Dziadek

SP

Jacek Drogowski

lat 60

Msza św. pogrzebowa zostanie odprawiona
dnia 15 stycznia 2026 roku o godz. 9.00
w kościele pw. św. Józefa w Inowrocławiu.

Pogrzeb odbędzie się tego samego dnia
o godzinie 10.00 w kaplicy na cmentarzu św. Józefa
przy ul. Libelta w Inowrocławiu.

W smutku pogrążona

Rodzina

0011462633



Z głębokim żalem
przyjęliśmy wiadomość o śmierci

Teściowej i Brata

naszego kolegi Doktora
Mariana Skrzyneckiego
- anestezjologa.

Rodzinie oraz bliskim zmarłych

w imieniu całej firmy
składamy
najszczerze kondolencje
i wyraży głębokiego współczucia.

Centrum Medyczne Bieńkowski



0011462178

Pani

Izabeli Sut

Dyrektor Domu Pomocy Społecznej
w Bożenkowie

wyraży głębokiego współczucia
z powodu śmierci

Ojca

składają

*Starosta Bydgoski
Rada i Zarząd Powiatu Bydgoskiego*

Klaudia Zwolińska: Wiele zawdzięczam rodzicom

Zbigniew Czyż
redakcja@polskapress.pl

KAJAKARSTWO GÓRSKIE. Rozmawiamy z Klaudią Zwolińską, wicemistrzynią olimpijską z Paryża oraz dwukrotną mistrzynią świata w kajakarstwie górskim z 2025 roku.

Została pani wybrana Sportowcem Roku w Polsce w 91. edycji Plebiscytu „Przeglądu Sportowego”. Jakie emocje towarzyszą po odebraniu tej prestiżowej nagrody?
Zupełnie się tego nie spodziewałam. Marzyłam o zajęciu miejsca w pierwszej trójce. Bardzo ciężko pracowałam na ten sukces, rywalizując w zawodach, ale też w ostatnich miesiącach. Wiele razy jeździłam do różnych miejscowości, aby opowiadać ludziom, czym tak naprawdę w naszym sporcie się zajmujemy. Wiadomo, że popularna jest piłka nożna czy tenis, a o kajakach górskich wciąż wiedza nie jest zbyt duża.

Komu chciałaby pani zadedykować nagrodę?

Moim rodzicom. Nie tylko ją, ale wszystkie moje sukcesy, bo wiele im zawdzięczam. Poświęcili mi w życiu bardzo dużo czasu oraz energii. I robią to do dziś. Dla nich wciąż jestem małym dzieckiem. Jestem przekonana, że mój tata załatwił mi wiele głosów, bo wszystkim opowiadał o mnie i się mną chwalił (śmiech).

Jak zamierza pani wykorzystać rosnącą popularność? Maksymalnie jak się da. Chcę zrobić wszystko, aby moi następcy w kajakarstwie górskim mieli trochę łatwiejszą drogę niż ja, choć jest już trochę lepiej. Kiedyś stawiałam na głowie, żeby promować na-



FOT. LESZEK SZYMANSKI/PAP

Klaudia Zwolińska, mistrzyni świata w kajakach, została zwyciężczynią w Plebiscywie „Przeglądu Sportowego” na Najlepszego Sportowca Polski 2025 roku podczas Gali Mistrzów Sportu w Warszawie 10 stycznia

szą dyscyplinę, dziś na szczęście nie muszę już prosić się i błagać o zainteresowanie mediów. Ale najpierw muszę ochłonąć, bo wciąż jestem w szoku.

W 2025 roku została pani pierwszą zawodniczką w historii slalomu, która zdobyła trzy indywidualne medale mistrzostw świata na jednej imprezie. To też przypadek, jakich w całym polskim sporcie było niewiele.

Bardzo szanuję te osiągnięcia. Mistrzostwa świata pozwoliły mi zapisać się w historii nie tylko slalomu, ale całego polskiego sportu, a na tym mi bardzo zależało. Wiadomo, że jest jeszcze sporo lekcji do odrobienia, ale takie sukcesy tylko motywują na przyszłość. Oczywiście na kolejne

sezony nastawiam się równie pozytywnie.

Presja w poprzednim roku była większa niż w sezonie olimpijskim, gdy w Paryżu wywalczyła pani srebrny medal?

Zdecydowanie tak. Myślałam, że presji już nie będzie. Ale stało się inaczej, bo sama ją sobie narzuciłam. Gdybym tego nie zrobiła, nie byłabym sobą.

Ostatni czas był dla pani niezwykle intensywny. Pojawiło się zmęczenie?

I to bardzo dużej! Szczególnie ostatnie dwa miesiące były bardzo męczące. Po powrocie z mistrzostw świata postawiłam wszystko na promocję naszej dyscypliny. Miałam mnóstwo spotkań z dziećmi i młodzieżą, wyjazdy do Warszawy.

Wszystkim opowiadałam, czym się zajmuję. Nagrywałam mnóstwo filmów. Teksty w stylu: „Cześć, nazywam się Klaudia Zwolińska i trenuję kajakarstwo slalomowe” mówiłam już po nocach.

Był też projekt „Na fali”.

Tak. Chciałam zainspirować młode pokolenie do uprawiania kajakarstwa górskiego. Cieszę się, że miałam taką możliwość, wierzę, że to za procentuje.

Jak będą wyglądać przygotowania do nowego sezonu?

Po Gali Mistrzów Sportu zakładam... klapki na oczy i koncentruję się już tylko na moich przygotowaniach do nowego sezonu. Wkrótce wyjeżdżam do Australii do Penrith. Lubię to miejsce, jest tam dużo Polonii i czuję się zaopiekowana przez rodaków. Poza tym są tam świetne warunki do treningów i będę mogła się skupić tylko na nich. I co ważne, gdy w Australii jest dzień, w Polsce noc i odwrotnie. Przygotowania zarówno do sezonu, jak i igrzysk olimpijskich będą trudne i nie ma się co nastawiać, że pójdzie z górki. Chcę utrzymać pozycję liderki i taki jest plan. Przecież po to rywalizuje się w sporcie, żeby wygrywać i cały czas być na topie.

Jak wygląda plan na najbliższe miesiące?

W 2026 roku rozpoczną się kwalifikacje olimpijskie. Po pierwsze punkty popłynę podczas mistrzostw świata w Oklahomie, gdzie odbędzie się rywalizacja slalomistów podczas igrzysk olimpijskich w 2028. Poza planami sportowymi mam też dotyczące życia prywatnego i chciałabym je zrealizować. ©©

Czas na półfinały Pucharu Narodów Afryki. Gwiazda Królewskich w roli głównej?

Jakub Jabłoński
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Gospodarz tegorocznego Pucharu Narodów Afryki - reprezentacja Maroka - pędzi po drugi triumf od 1976 roku. W półfinałowym starciu Lwy Atlasu podejmą Super Orły z Nigerii.

Reprezentacja Maroka w rozgrywanym u siebie Pucharze Narodów Afryki idzie jak burza. Lwy Atlasu pozostają niepokonane i straciły dotąd zaledwie jedną bramkę - w fazie grupowej przeciwko Mali. Co więcej, 26-letni skrzydłowy Brahim Díaz trafił do siatki w każdym kolejnym meczu turnieju. W 1/8 finału jego jedyne trafienie przesądziło o wyeliminowaniu Tanzanii, natomiast w ćwierćfinale napoczął Kamerun już w 26. minucie rywalizacji.

Półfinałowi rywale Marokańczyków - reprezentacja Nigerii - również są w gazie. Super Orły wygrały wszystkie dotychczasowe mecze, choć już w fazie grupowej straciły więcej goli - aż

cztery. Podopieczni selekcjonera Erica Chelle'a w kolejnych spotkaniach nie pozostawili jednak żadnych złudzeń rywalom. Zwycięstwa nad Mozambikiem i Algierią, okraszone łącznie sześcioma bramkami, dały im pewny awans do półfinału.

Początek meczu Nigeria - Maroko zaplanowano dziś na godzinę 21.00. Godzinę wcześniej powinien zakończyć się pierwszy półfinał, w którym Senegal zmierzy się z Egiptem. Lwy Terangi, na czele z Sadio Mané, spróbują wykonać przedostatni krok w drodze do końcowego triumfu i wyeliminować Faraonów z Mohamedem Salahem. As Liverpoolu zdobył już cztery bramki w turnieju, a w dwóch ostatnich meczach dwukrotnie „gasił światło” rywalom - z Beninu i Wybrzeża Kości Słoniowej. Senegal z kolei bez większych problemów poradził sobie z Sudanem oraz Mali, które kończyły w dziesiątkę.

Początek spotkania Senegal - Egipt dziś o 18.00. Oba mecze można obejrzeć w płatnym serwisie Megogo. ©©



FOT. PAP/EPA

Reprezentacja Maroka, z niesamowitym Brahimem Díazem na czele, pędzi po drugi triumf od 1976 roku

FIFA zatwierdziła transfer Pietuszewskiego. Czy zadebiutuje już dziś?

Damian Świdorski
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Oskar Pietuszewski 7 stycznia został piłkarzem FC Porto, ale dopiero przedwcześnie transakcja została zatwierdzona przez FIFA. Wielki transfer 17-latka, nazywanego „polskim Yamalem”, wywołał w Polsce euforię. W Portugalii nie wzbudził takich emocji.

Utalentowany 17-latek trafił do lidera ligi portugalskiej z Jagiellonii Białystok za 10 milio-

nów euro i będzie grać w jednym klubie z Janem Bednarkiem i Jakubem Kiwiorem.

Wydawałoby się - a w każdym razie na to liczyła spora grupa polskich kibiców - że Oskar Pietuszewski szybko zostanie gwiazdeczką Porto.

Polak zacznie od rezerw?

Takie podejście, w rozmowie z PAP, mocno tonuje jednak Maniche - zwycięzca Ligi Mistrzów ze „Smokami” z 2004 roku i były reprezentant Portugalii. Legendarny gracz uważa,

że Oskar Pietuszewski, talent znad Wisły, grę w FC Porto zacznie od rezerw.

Pucharowy hit dla Oskara?

Bo taka jest właśnie polityka FC Porto. Bardzo młody zawodnik trafia zazwyczaj do rezerw, czyli ekipy B, aby mógł się najpierw ograć w nowym otoczeniu, nabrać odpowiedniego doświadczenia i sprawdzić w swojej roli.

Nowy klub będzie więc go najpierw sprawdzał, obserwował jego poczynania w druży-

nie rezerw, analizował, jak radzi sobie z presją i jak adaptuje się do tej nowej piłkarskiej rzeczywistości.

Dzięki występowi w rezerwach Oskar Pietuszewski będzie mógł ustabilizować swoją formę i dostosować się do portugalskich realiów. I dopiero z czasem przejdzie do pierwszego zespołu, zdobędzie pierwszoligowe szlify, a jego wartość zacznie rosnąć - zasugerował wicemistrz Europy z 2004 roku.

Tymczasem, jak informuje serwis poświęcony FC Porto,

Mercado Azul, transfer Oskara Pietuszewskiego został zatwierdzony przez FIFA. Oznacza to, że 17-latek z Polski może już trenować z pierwszym zespołem i być może zadebiutować już nawet w środę w hitowym meczu FC Porto z Benficą Lizbona.

To mecz ¼ finału Pucharu Portugalii. W podstawowym składzie w tym spotkaniu powinni wystąpić dwaj inni białoczerwoni: Jan Bednarek, który został wybrany obrońcą grudnia w lidze portugalskiej oraz Jakub Kiwior. Warto dodać, że

dla Bednarka jest to już czwarta taka nagroda z rzędu,

Mecz w TVP

Mecz ¼ finału Pucharu Portugalii FC Porto - Benfica Lizbona rozpocznie się o godz. 21.45. Spotkanie będzie można obejrzeć za darmo w TVP Sport, tvpsport.pl i w aplikacji mobilnej TVP Sport. Mecz skomentuje Dariusz Szpakowski, a wraz z nim były gracz FC Porto Grzegorz Mielcarski, który w barwach Porto rozegrał w latach 1995-1999 41 meczów i strzelił 8 bramek. ©©

SPORT

www.sportowy24.pl

CUK Anioły na ekranie.
Powstał serial o siatkarzachJoachim Przybył
joachim.przybyl@polskapress.pl

SIATKÓWKA. Takiego oblicza drużyny sportowej jeszcze nie widzieliście - obiecują w klubie. Wkrótce serial „Toruńskie Anioły” o siatkarzach CUK Aniołów może trafić do jednej z telewizji.

Pomysł narodził się w głowie szefa CUK Aniołów Karola Lejmana, gdy oglądał serial „Witamy we Wrexham”. To historia Wrexham FC, jednego z najstarszych klubów walijskich, który w 2020 roku kupił wraz z przyjacielem słynny hollywoodzki gwiazdor Ryan Reynolds. Od tego momentu drużyna zaczęła iść w górę.

- Zainspirowała mnie droga sportowego rozwoju tego klubu, nie tylko sportowego, ale także budowanie wielkiej społeczności wokół drużyny. My od początku chcieliśmy być trochę inni, wykorzystywać nasze doświadczenie w zarządzaniu sportem, wprowadzać innowacje w marketingu. Mamy potencjał, mamy Wilfredo i stwierdziliśmy, że to historia, którą warto pokazać - mówi Karol Lejman.

Projekt powierzono toruńskiej firmie Splot Media. Jak podkreślają twórcy, serial nie jest zapisem sportowej drogi drużyny, nie ma tam wiele relacji z meczów, statystyk, tabel. Kamera zaglądała wszędzie tam, gdzie na co dzień wstępu nie mają kibice. To serial o siatkówce i sporcie, ale przede wszystkim o ludziach, którzy tworzą toruński zespół.

- Naszym początkowym założeniem było to, aby sport był bardzo głębokim tłem, ale okazało się, że te wszystkie osobiste historie tych ludzi bardzo mocno się ze sportem wiążą i szczególnie z tym właśnie jednym sezonem. Te losy drużyny sprawiły, że łatwiej było opowiedzieć historię ludzi, którzy ją tworzyli - mówi Bartosz Janus, scenarzysta i reżyser serialu.

Tłem sportowym jest sezon 2023/24, w którym CUK Anioły w roli beniaminka I ligi do ostatniego meczu walczą o utrzymanie. Ale siatkówka w tym serialu to pretekst, aby opowiedzieć historię ludzi z drużyny.

- Co prawda nasz ubiegłoroczny sezon był trochę hollywoodzki w sensie przebiegu i dramaturgii, ale skupiliśmy się na historii poszczególnych ludzi, chcieliśmy wysłuchać co mają do powiedzenia, jakie emocje przeżywali, jakie sytuacje przytrafiały im się w życiu w czasie gry w Toruniu. A to są historie, które czasami wyciskają łzy z oczu. Myślę, że takiego projektu jeszcze w polskim sporcie nie było - mówi Karol Lejman.

I tak Jakub Skadorwa opowie o swojej nietypowej pasji, Łukasz Kalinowski i Łukasz Detmer oprowadzą widzów miejscowości, w którym spędzili dzieciństwo, Mesa opowie o swojej przyjaźni z Wilfredo Leonem i drodze z Kuby do Torunia. Najwięcej emocji budzi jednak odcinek, w którym Łukasz i Karolina Sternik dzielą się z widzami niezwykle osobistą i tragiczną historią ze swojego życia.

- Nie jest łatwo sfilmować osoby, które mają do przekazania tak osobiste uczucia. To ogromny bagaż emocji, także po naszej stronie. To była wielka odwaga z ich strony, a dla nas coś wyjątkowego, że zdecydowali się otworzyć właśnie przed nami. Ten odcinek na pewno był wyjątkowy, trudny, ale też pokazuje, że można wydobyć się nawet z najtrudniejszych sytuacji w życiu - mówi Adrian Łowkajtis ze Splot Media.

Jednym z bohaterów serialu jest Jakub Skadorwa, jedyny siatkarz, który jest z CUK Aniołami od pierwszego meczu cztery lata temu.

- Jak mi nie wyjdzie z siatkówką, to może przeniosę się do aktorstwa - uśmiecha się siatkarz. - Czułem się fajnie przed kamerą. Fajnie było sprawdzić się w takiej roli i to kolejne doświadczenie, które mogłem przeżyć w czasie gry w Toruniu. Było wiele emocji, historia Łukasza porusza wszystkich, oglądałem ten odcinek po raz kolejny i za każdym razem emocje są równie wielkie - dodaje Skadorwa.

Całość to pięć odcinków, każdy po około 20 minut. Wkrótce serial ma być dostępny na jednej z platform telewizyjnych. ©

KOSZYKÓWKA

Trudne zadanie Energi Toruń w Warszawie

Energia Toruń dziś zagra na wyjeździe z Polonią Warszawa (20.00). Stołeczny zespół przegrał po raz ostatni jeszcze przed świętami w Gorzowie, a potem wygrał cztery kolejne spotkania, w tym z Artego Bydgoszcz 89:81. Obie drużyny rywalizują o play off, w tabeli „Katarzynki” są lepsze tylko o jedno zwycięstwo. W pierwszej rundzie Energia wygrała w Arenie Toruń 78:67. Gospodynie do sukcesu poprowadziła Asiana Johnson, autorka 28 punktów.

KRÓTKO



SIATKÓWKA

Jest duża motywacja, liczymy na punkty

Ważne spotkanie rozegrają dziś siatkarze BKS. Bydgoska drużyna w tym sezonie będzie skupiać się na utrzymaniu w PLS 1. Lidze, a wynik najbliższego spotkania będzie miał duży wpływ na sytuację w dole tabeli. Siatkarze BKS zagrają na wyjeździe z Czarnymi Radom. Obie drużyny są tuż nad strefą spadkową, BKS z dorobkiem 12, a Czarni 19 pkt. Obie będą mocno zmotywowane, by odskoczyć od rywali. Dodatkowo, bydgoszczanie liczą na rewanż. W pierwszej części sezonu z Czarnymi przegrali u siebie 2:3. W czwartek swój mecz rozegrają CUK Anioły. Ich rywalem w Toruniu będzie Lechia Tomaszów Maz. Początek spotkania o godz. 20.00. (m)

TENIS STOŁOWY
Ścinali najmłodszy

9-letni Kacper Świerczyński (KS Nowa Era Toruń) i 11-letnia Amelia Jaskot (Baszta Żnin) zwyciężyli w 3. wojewódzkim turnieju klasyfikacyjnym żaków. Kacper w finale pokonał Oliwiera Ilcewicza (Krajna Sępólno Krajeńskie), a Amelia okazała się lepsza od Leny Synakiewicz (Gwiazda Bydgoszcz). Triumfatorzy będą reprezentować woj. kujawsko-pomorskie w imprezie z cyklu Grand Prix Polski w Krakowie (20-22 luty). (szcz)

LOTTO
PONIEDZIAŁEK, 12.01

Multi Multi, godz. 22.00
2, 8, 9, 12, 16, 25, 28, [32], 34, 40, 44, 45, 48, 51, 55, 60, 63, 67, 74, 79
Kaskada, godz. 22.00
7, 8, 9, 10, 11, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 24
Mini Lotto
3, 11, 14, 25, 26
Ekstra Pensja
4, 10, 18, 20, 34-2
Ekstra Premia
1, 7, 28, 32, 33-1
WTOREK, 13.01
Multi Multi, godz. 14.00
4, 5, 12, 19, 25, 28, 30, 31, 37, 39, 41, 44, 45, 47, 53, 60, 62, [64], 67, 78
Kaskada, godz. 14.00
2, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 16, 17, 18, 21, 22



FOT. AGNIESZKA BIELECKA

ŻUŻEL

Nic z hitu transferowego Artiom Łaguta przedłużył kontrakt ze Spartą Wrocław do 2028 roku. Byłym mistrzem świata bardzo interesowały się kluby z Grudziądza i Bydgoszczy w kontekście sezonu 2027.

Dwa Asy na otwarciu
listy uczestnikówMagdalena Zimna
magdalena.zimna@polskapress.pl

ŻUŻEL. Emil Sajfutdinow i Artiom Łaguta otwierają listę startową Kryterium Asów Polskich Lig Żużlowych.

Ten turniej otworzy sezon żużlowy w Bydgoszczy. Zawody zaplanowano na 29 marca, start o godzinie 16.45. Kibice mogą już zacierać ręce, bo szykują się ciekawe zawody. Organizatorzy, tak jak w poprzednich latach, szykują mocną stawkę zawodników.

A pierwsze potwierdzone nazwiska są mocne. - Tasujemy talię... i odkrywamy pierwsze

karty. W Kryterium Asów nie ma słabych rozdań, są tylko mocni gracze - przekazał bydgoski klub.

Bo listę uczestników zawodów otwierają Artiom Łaguta i Emil Sajfutdinow. Obaj to liderzy swoich ekstrakligowych drużyn z Wrocławia i Torunia, czołowi zawodnicy ligi. Są bardzo ambitni, a ich jazda widowiskowa.

Miejscowych kibiców ucieszy pewnie zwłaszcza obecność Sajfutdinowa, który swoją karierę na polskich torach zaczynał w bydgoskiej Polonii i w tym klubie przez długi czas startował. - Drodzy kibice, zapraszam was na Kryterium Asów. Będę

obecny i na pewno będzie dobre ściganie - przekazał Emil w mediach społecznościowych.

Kogo jeszcze zobaczymy w Kryterium Asów? Można spodziewać się jeszcze kilku mocnych ekstrakligowych nazwisk. Wśród uczestników z pewnością znajdą się zawodnicy Abramczyk Polonii, w tym zwycięzca z ubiegłego roku, Aleksandr Łoktajew. Dla polonistów będzie to doskonała okazja, by „rozgrzać się” przez inaugurację rozgrywek ligowych.

Metalkas 2. Ekstraliga wystartuje w świąteczny weekend 4-5 kwietnia. Z kolei rozgrywki PGE Ekstraligi rozpoczną się 10-12 kwietnia.



FOT. PIOTR LAMPKOWSKI

Start Emila Sajfutdinowa na pewno ucieszy bydgoskich (i nie tylko) kibiców

Dwa transfery Olimpii z ekstraklasy

Marcin Kozłowski
marcin.kozlowski@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Bartosz Brzęk i Adam Kardaś z Lechii Gdańsk zostali zawodnikami biało-zielonych z Grudziądza.

Olimpia przygotowania do drugiej części sezonu w Betclie 2. Lidze wznowiła 7 stycznia. Po rundzie jesiennej zespół zajmuje 4. pozycję w tabeli z dorobkiem 34 pkt. Celem grudziądzan jest wywalczenie co najmniej drugiej lokaty, czyli promocji do wyższej

klasy. Plan minimum zakłada natomiast zajęcie miejsc 3-6, a więc walkę o awans barażach.

W klubie zapadły pierwsze decyzje personalne. Za porozumieniem stron rozwiązana została umowa z Szymonem Krocem, który do zespołu dołączył w zimowym okienku transferowym sezonu 23/24. Od tego czasu napastnik rozegrał w biało-zielonych barwach 57 meczów.

Teraz Olimpia pochwałała się pozyskaniem - na zasadach transferów definitywnych - dwóch zawodników z grającej

w ekstraklasie Lechii Gdańsk. To 20-letni obrońca Bartosz Brzęk i 22-letni pomocnik Adam Kardaś.

- To młodzi piłkarze, z którymi wiążemy spore nadzieje. Bartek ma już spore doświadczenie ligowe i wywalczył awans z Wieczystą Kraków do Betclie 1. Ligi. Obaj będą walczyć o miejsce w pierwszym zespole, choć Adam jest po kontuzji i będzie z pewnością potrzebował więcej czasu na doświadczenie do optymalnej formy - powiedział Artur Kosznicki, trener Olimpii.