Prawo. Uwaga! Niektórzy prawnicy chcą łowić klientów na łatwe pieniądze **str. 3**

FOT. FREEPIK.COM

Czy gorzka czekolada jest zdrowa i pomaga się odchudzać? Może wpływać na zmniejszenie stężenia insuliny we krwi **str. 10-13**

STRONA ZDROWIA

NOWOŚCI
DZIENNIK TORUŃSKI

Środa 8.04.2026 | Nr 81 (16975) Rok LIX | www.nowosci.com.pl Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Księgi wieczyste w mObywatelu sprawdzisz bez numeru i bez wizyty w sądzie **str. 3**

Nagi mężczyzna spacerował po moście. 25-letni student będzie deportowany **str. 3**

Budżet Obywatelski do konsultacji. Już dziś spotkanie **str. 4**

Nr ISSN 0137-9259 Nr indeksu 350370

HISTORIA GDZIE RÓSŁ TEN DĄB, A GDZIE STAŁ KOŚCIÓŁ?

Archeolodzy i ślady pierwszego Torunia

Szymon Spandowski
szymon.spandowski@polskapress.pl

Ziemia jest fascynująca. Naukowcy z UMK, którzy pracują na polu w Starym Toruniu, na podstawie wielkości i ułożenia ziaren piasku są w stanie określić, gdzie i z jaką mocą kilkaset lat wcześniej przelewały się fale powodziowe pogrążające pozostałości pierwszego Torunia.

Teoretycznie wszystko było jasne. W 1231 roku Krzyżacy przeprawili się przez Wisłę i na wielkim dębie założyli swoją pierwszą warownię na ziemi chełmińskiej. Dwa lata później lokowali w sąsiedztwie miasto, jednak ze względu na liczne powodzie niebawem przenieśli je w bardziej dogodne miejsce, położone na wysokim brzegu rzeki. Miejscowość Stary Toruń istnieje do dziś, ale gdzie dokładnie znajdowała się krzyżacka osada i jak wyglądała? Wiadomo, że w jej centrum stał murowany kościół. Świątynia przetrwała zresztą kilka stuleci, zachowało się całkiem sporo dokumentów na jej temat.

– Dotyczą one między innymi kradzieży i sprzedaży 4000 cegieł, której pod koniec XVI wieku dopuścił się pewien czeladnik, a także odszkodowań, jakie otrzymali właściciele gruntów po wielkiej powodzi z 1786 roku, w wyniku której ruiny kościoła przestały być widoczne – mówi Romualda Uziembło, emerytowana kierowniczka archeologicznego oddziału Muzeum Okręgowego oraz szefowa specjalnego zespołu, który w 2018 roku zajmował się poszukiwaniem pierwszego Torunia. Poszukiwania te, prowadzone z ziemi i z powietrza, zostały zakończone sukcesem. Teraz archeolodzy, wspierani przez geologów, postanowili sprawdzić, co kryje się pod powierzchnią. ©℗

Więcej na stronie 4

FOT. Z ARCHIWUM KAMILA SNOCHOWSKIEGO

Redaktor Wartmann wkracza do ratusza. Później będzie musiał oddać klucze **str. 6**

KOMUNIKACJA
Nocne prace na torowisku przy Kościuszki

FOT. GRZEGORZ OLKOWSKI

Trwa remont torowiska przy ulicy Kościuszki. Wczoraj rozpoczęły się prace przy montażu słupów sieci trakcyjnej. Będą prowadzone nocami, by zminimalizować utrudnienia w ruchu. Więcej na stronie 4

Syn senatora Lenza operowany bez kolejki? Polityk odpowiada

Doniesienia z Aleksandrowa Kuj. wskazują, że mogło dojść do sytuacji, w której jeden z pacjentów został potraktowany w sposób niedostępny dla innych. W tle nazwisko senatora i zarzuty naruszenia medycznych procedur **str. 2**

Czynsze w górę, a nerwy w strzępach? Tak jest. „To siedzi nam z tyłu głowy przez cały miesiąc” **str. 5**

Zaskakujący ruch prezydenta. Nowe prawo dla rolników. Projekt ustawy o ochronie funkcji produkcyjnej wsi **str. 8**

eprasa.pl fcc20ec372

AUTOPROMOCJA 0010990317

Zamów **prenumeratę**
Nowości Toruńskie 56 451 91 04
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.nowosci.com.pl

Jutro w „Nowościach”
Pod paragrafem

Przemytniczymi szlakami w czasach PRL-u szmuglowano opony rowerowe, kożuszki, platynę, kryształowe wazony, trójrzędowe grzebyki, biseptol i klej...

Mateusz Pojnar

I PO ŚWIĘTACH

Jedno z najpopularniejszych zdań kojarzonych ze świętami? Święta, święta i po świętach! Było cudnie, ale niestety Wielkanoc szybko upłynęła i wracamy do codzienności. Używając sportowej metafory, można byłoby ze specjałów, które zostały po świętach, zrobić drużynę, która wygrałaby w cuglach tegoroczny mundial. Wyobraźcie sobie ten skład marzeń. Bramki dzielnie strzegłyby święcone jajka. Blok defensywny nie do przejścia od lewej strony utworzyłaby sałatka jarzynowa, biała kiełbasa i pieczeń. Dwóch wahadłowych? Niech będzie, że świeżutki chleb i chrzan. Środkowi pomocnicy to barszcz biały i pasztet. Reżyserem gry zostałby żurek (na sam wydźwięk tego słowa aż ślinka cieknie, prawda?). Atak byłby słodki, ale morderczy dla rywali: sernik i niekwestionowany król stołu, przed którym należy się pokłonić – mazurek wielkanocny! Tak, po świętach prawie zawsze zostaje sporo jedzenia. Mam gorący apel: nie wyrzucajcie żywności do śmietnika.W każdym mieście są lodówki społeczne, z których można skorzystać. Niech prawdziwą puentą tegorocznej Wielkanocy będzie podzielenie się dobrem. Takie zwyczajne i jednocześnie w swojej prostocie piękne. ©℗

Syn senatora w szpitalu bez kolejki?

Ewelina Fuminkowska
ewelina.fuminkowska@polskapress.pl

Doniesienia z Aleksandrowa Kujawskiego wskazują, że mogło dojść do sytuacji, w której jeden z pacjentów został potraktowany w sposób niedostępny dla innych. W tle pojawia się nazwisko Tomasza Lenza oraz poważne zarzuty dotyczące naruszenia medycznych procedur.

Wszystko miało wydarzyć się w niedzielę, 15 marca, w szpitalu w Aleksandrowie Kujawskim. Z relacji świadków wynika, że senator Tomasz Lenz pojawił się tam wraz z bliską osobą, jednak ich wizyta od początku odbiegała od standardowych procedur. Zamiast udać się na izbę przyjęć, gdzie rozpoczyna się proces diagnostyki, mieli wejść głównym wejściem i skierować się na oddział chirurgii.

To właśnie tam – jak twierdzą osoby pracujące w placówce – wszystko miało być już przygotowane. Na miejscu czekał ordynator, a pacjent miał trafić prosto do pokoju zabiegowego. Dla wielu pracowników było to sytuacją co najmniej nietypową.

Według świadków po krótkim czasie na oddziale pojawił się anestezjolog wraz z pielęgniarką anestezjologiczną, niosąc torbę, w której trzyma się sprzęt niezbędny do znieczulenia. Problem w tym, że lekarz w tym czasie powinien pełnić dyżur na oddziale intensywnej terapii. Jak podkreśla sam szpital, opuszczenie takiego dyżuru jest możliwe jedynie w sytuacjach nagłych, gdy zagrożone jest życie pacjenta. Czy w tym przypadku istniały takie przesłanki – na razie nie wiadomo.

Bez dokumentacji?

Jeszcze więcej pytań pojawia się w kontekście samego zabiegu. Z ustaleń wynika, że mógł on zostać przeprowadzony bez wymaganej dokumentacji medycznej, bez pisemnej zgody pacjenta na operację i znieczulenie, a także bez formalnej kwalifikacji. Jeśli te informacje się potwierdzą, oznaczałoby to poważne naruszenie podstawowych zasad funkcjonowania systemu ochrony zdrowia.

W tej samej sprawie pojawia się także nazwisko innego lekarza. Świadkowie twierdzą, że lekarz, miał tego dnia pojawić się w szpitalu, zaparkować luksusowy samochód na miejscu przeznaczonym dla karetek i wejść do środka z reklamówką, którą wyniósł już pustą lub której w ogóle nie miał przy wyjściu. Choć szczegóły tej wizyty pozostają niejasne, to świadków interesuje zwykła siatka.

Dyrektor placówki, Mariusz Trojanowski, przyznaje, że o sprawie dowiedział się dopiero od dziennikarzy i pracowników. Jak relacjonuje, jego pierwszą reakcją było niedowierzanie. Obecnie prowadzone jest wewnętrzne postępowanie wyjaśniające, jednak już teraz wiadomo, że dokumentacja dotycząca zdarzenia jest niepełna lub wręcz jej brakuje.

To właśnie brak dokumentów jest jednym z najbardziej problematycznych aspektów całej sprawy. Bez nich nie da się nie tylko odtworzyć przebiegu zdarzeń, ale również rozliczyć procedury w ramach NFZ.

Wątek polityczny...

W tle pojawia się także kontekst polityczny. Zarówno Mariusz Trojanowski, jak i Tomasz Lenz są związani z Platformą Obywatelską, a w lokalnych strukturach partii od dawna mówi się o napięciach. Trojanowski w przeszłości publicznie krytykował sposób podziału środków z Krajowego Planu Odbudowy, co doprowadziło do jego zawieszenia w prawach członka partii i postawienia przed sąd koleżeński. Sprawę wygrał.

Tomasz Lenz w oświadczeniu z 7 kwietnia, po opublikowaniu tekstu przez Wirtualną Polskę wskazał, że opisywane przez media informacje nie oddają rzeczywistego przebiegu zdarzeń. „Zabieg został wykonany w warunkach szpitalnych przez lekarzy pełniących w tym dniu dyżur, z zachowaniem właściwych procedur medycznych. Ze względu na charakter świadczenia oraz bezpieczeństwo dziecka nie było możliwe przeprowadzenie go w warunkach przychodni lekarza rodzinnego. Nieprawdziwe są również twierdzenia o braku dokumentacji czy braku zgody na zabieg. Dokumentacja została sporządzona, a mój syn opuścił szpital tego samego dnia po godzinie 18:00, po zakończeniu koniecznej obserwacji i za zgodą lekarzy. Szczególnie bulwersujące jest wykorzystywanie zdrowia małoletniego dziecka do budowania sensacyjnej narracji medialnej opartej na anonimowych relacjach i insynuacjach” - czytamy w oświadczeniu.

W szpitalu prowadzona jest obecnie kontrola. ©℗

0011506267

Z czcią i honorami żegnamy
ś†p
dr **Cecylię Iwaniszewską**
1928-2026
wybitną postać polskiej i międzynarodowej astronomii,
cenionego naukowca i nauczyciela akademickiego
Uniwersytetu Mikołaja Kopernika,
oddaną działaczkę Towarzystwa Naukowego w Toruniu
i Towarzystwa Miłośników Torunia,
współzałożycielkę i wieloletnią prezeskę
Klubu Inteligencji Katolickiej w Toruniu,
odznaczoną
Medalem za Zasługi dla Miasta Torunia (2013)
i Medalem Honorowym „Thorunium” (2018).

Kształtowała najlepsze standardy
tradycji kopernikańskiej.
Angażowała się także w życie społeczne naszego miasta,
współpracując z Radą Miasta Torunia
w zakresie nazewnictwa ulic.

Toruńska wspólnota miejska utraciła szlachetną,
mądrą i zasłużoną obywatelkę.

Niech odpoczywa w pokoju wiecznym!

Pogrążonej w żałobie
Rodzinie,
społeczności akademickiej
Uniwersytetu Mikołaja Kopernika
oraz
Przyjaciołom i Współpracownikom
przekazujemy słowa współczucia i jedności
w czasie cierpienia, osamotnienia i bólu.

Prezydent
Miasta Torunia
Paweł Gulewski

Przewodniczący
Rady Miasta Torunia
Łukasz Walkusz
wraz z Radnymi
Miasta Torunia

0011506217

Rzekł do niej Jezus:
«Ja jestem zmartwychwstaniem i życiem.
Kto we Mnie wierzy, choćby i umarł, żyć będzie» (J 11, 25)

5 kwietnia 2026 r. zasnęła w Panu
Nasza Droga Prezes
dr **Cecylia Iwaniszewska**
z domu Łubieńska

świadek Ewangelii,
działaczka katolicka diecezji chełmińskiej i toruńskiej,
współzałożycielka Toruńskiego Klubu Katolików w 1983 r.,
Prezes Klubu Inteligencji Katolickiej w Toruniu
w latach 1994-2017,
nestorka polskiej astronomii, popularyzatorka nauki,
wykładowca akademicki i wychowawca
wielu pokoleń studentów
Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu.

Odznaczona medalami oraz wyróżnieniami
państwowymi, samorządowymi i akademickimi.

Rodzinie Zmarłej
i wszystkim pogrążonym w żałobie
słowa chrześcijańskiej otuchy
składają

Prezes i Zarząd
Klubu Inteligencji Katolickiej w Toruniu

0011506371

Z żalem żegnamy
ś†p
dr **Cecylię Iwaniszewską**

pierwszą absolwentkę astronomii
na Uniwersytecie Mikołaja Kopernika,
popularyzatorkę nauki, cenioną badaczkę
i wykładowczynię akademicką, społeczniczkę.

Wieloletnią prezes Klubu Inteligencji Katolickiej w Toruniu,
odznaczoną Medalem Marszałka Województwa
Unitas Durat Palatinatus Cuiaviano-Pomeraniensis.

Zapamiętamy Ją jako osobę o nieprzeciętnym umyśle,
ze wszech miar niezwykłą i szlachetną,
darzoną powszechnie wielkim szacunkiem i uznaniem.

Region i świat nauki wiele Jej zawdzięczają.

Rodzinie i Bliskim
składamy
serdeczne wyrazy współczucia.

Elżbieta Piniewska
Przewodnicząca Sejmiku
Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Piotr Całbecki
Marszałek
Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

eprasa.pl fcc20ec372

Prawnicy chcą łowić klientów na łatwe pieniądze

Agnieszka Domka-Rybka
agnieszka.domka@polskapress.pl

„Płakać mi się chce" - pisze do prezesa banku klient, który przegrał w sądzie sprawę o SKD. Dał się skusić kancelarii na wygraną, a po przegranej musi oddać więcej niż... ma do spłaty kredytu.

FOT. FREEPIK.COM

Jak kończą się sądowe sprawy dotyczące Sankcji Kredytu Darmowego? W 85-90 procentach wygrywają je banki

Zacznijmy od tego mężczyzny, którego historię opisał niedawno serwis businessinsider.com.pl i była szeroko komentowana w mediach społecznościowych. Zostało mu do spłacenia zaledwie 1800 złotych kredytu, kiedy dał się namówić przez kancelarię na sprawę sądową dotyczącą Sankcji Kredytu Darmowego (SKD).

Kancelaria obiecała, że w sądzie odzyska dla niego prowizję, odsetki, opłaty przygotowawcze oraz koszty ubezpieczenia tego kredytu. Innymi słowy sprawi, że kredyt stanie się darmowy - na tym polega SKD.

Jaki był efekt? Kredytobiorca przegrał w sądzie i ma teraz do oddania nie tylko wspomniane 1800 złotych, ale doszło do tego jeszcze 3600 zł kosztów sądowych, no i zapewne honorarium dla kancelarii.

Nie jest tajemnicą, że prawnicy pobierają wynagrodzenie nawet, gdy przegrają, stosując 2 rozliczenia: tzn. opłatę wstępną (gratyfikacja stała za analizę umowy i prowadzenie sprawy, która nie podlega zwrotowi w razie niepowodzenia) oraz, oczywiście, „success fee (prowizję za sukces)".

Osoby decydujące się na walkę o SKD muszą liczyć się z ryzykiem poniesienia kosztów, nawet jeśli postępowanie sądowe zakończy się porażką. Tak było w przypadku opisywanego mężczyzny, który w akcie desperacji napisał list do prezesa banku, prosząc o umorzenie opłat: „Płakać mi się chce" - dodał na koniec.

Sprawę przegranej klienta skomentował m.in. Piotr Cymcyk, prowadzący na YouTube kanał Merytorycznie o Finansach (i taki sam profil na Facebooku):

„Uwaga - skisłem. Wy też skiśniecie i może podacie dalej przestrzegając innych (...). Najpierw były franki. Potem był WIBOR. Teraz coraz częściej pojawia się SKD, czyli sankcja kredytu darmowego (...). Brzmi dobrze? Oczywiście! Tylko że wyroki polskich sądów powinny ostudzić emocje klientów, a przede wszystkim emocje parakancelarii odszkodowawczych, które znowu szukają nowych źródeł zysku. Saga frankowa się kończy, TSUE obronił WIBOR, to teraz parakancelarie próbują z SKD i znowu chcą łowić klientów na „łatwe pieniądze". Ponownie więc to nie jest żadna automatyczna wygrana z bankiem, jak to mówią parakancelarie. To pełen proces, a proces oznacza także ryzyko i koszty, ale o tym już nikt klientom nie mówi, bo i po co. Gość z początku historii tłumaczył, że skusiły go reklamy w internecie, a kancelaria nigdy nie poinformowała go o ryzyku przegranej i potencjalnych kosztach. Może teraz czas na kancelarie prawne sądzące oskarżające parakancelarie o wprowadzanie w błąd?"

Liczby mówią same za siebie.

Pod koniec 2025 roku w sądach toczyło się ponad 21 tysięcy spraw dotyczących SKD, zakończyło się ich ok. 3,4 tys. - poinformowała w rozmowie z Bankier.pl Agnieszka Wachnicka, wiceprezes Związku Banków Polskich. Podała, że w około 85-90 procentach wygrywają banki.

Tymczasem w mediach społecznościowych jest wysyp filmików różnych kancelarii, które obiecują klientom odzyskanie odsetek i prowizji z zaciągniętych przez nich kredytów konsumenckich (SKD).

Inne, w podobnych kampaniach sponsorowanych, oferowały, że „rozprawią się" z kredytem wiborowym.

Oferowały, bo ich biznesowe plany skomplikował wyrok TSUE z lutego br. Trybunał Sprawiedliwości UE uznał WIBOR za prawidłowy i legalny. Jednak odniósł się do umów kredytowych zawieranych po 2018 roku, gdy weszły w życie przepisy BMR (unijne prawo regulujące zasady tworzenia i stosowania wskaźników referencyjnych, jak np. WIBOR, EURIBOR w umowach finansowych. Jego celem jest zapewnienie rzetelności, przejrzystości i wiarygodności tych wskaźników, co zwiększa ochronę np. konsumentów).

Co na to prawnicy?

Według nich, wyrok otworzył drogę do kwestionowania zapisów umów... sprzed 2018 roku, kiedy to w Polsce nie obowiązywały przepisy BMR. Teraz kuszą klientów.

Podczas konferencji prasowej Związku Banków Polskich poprosiłam o komentarz w tej sprawie i tak mi odpowiedział dr Tadeusz Białek, prezes ZBP:

- Kancelarie kuszą, dobrze to pani powiedziała. W prawie 160 prawomocnych orzeczeniach dotyczących WIBOR-u również znajduje się co najmniej kilkadziesiąt, które dotyczą okresu sprzed BMR. Wyroki oddalały powództwa kancelarii. Oczywiście, orzeczenie TSUE odnosi się do stanu po 2018 roku, natomiast, jak wiadomo, prawo nie działa wstecz. Banki stosują takie regulacje, jakie w danym momencie obowiązują. Przed 2018 rokiem realizowały obowiązki informacyjne, jakie wówczas były przewidziane w przepisach i wynikały z prawa bankowego i rekomendacji KNF. Nie ma więc podstaw do kwestionowania wskaźnika WIBOR sprzed 2018 roku.

Nie zmienia to faktu, że 23 kwietnia TSUE ma wydać orzeczenie dotyczące SKD. Na wyrok czekają kancelarie reprezentujące kredytobiorców, licząc, że zmieni on dotychczasowe, niekorzystne dla ich klientów podejście polskich sądów. Po cichu liczą na nowe źródła zysku.

©℗

Księgi wieczyste w aplikacji mObywatel sprawdzisz bez numeru i bez wizyty w sądzie

Adam Willma
adam.willma@polskapress.pl

Nowa funkcja w aplikacji mObywatel pozwala zajrzeć do własnych ksiąg wieczystych. Dokumenty można też zamówić i opłacić bezpośrednio w telefonie.

Zmianę wprowadziło Ministerstwo Cyfryzacji we współpracy z systemem ksiąg prowadzonym przez Ministerstwo Sprawiedliwości. Nowa usługa og-ranicza formalności do minimum, dzięki czemu w wielu przypadkach odpadnie nam konieczność wizyty w sądzie albo korzystania z zewnętrznych portali. Dostęp do danych o nieruchomości jest powiązany bezpośrednio z użytkownikiem i jego numerem PESEL.

Co widać w aplikacji

Księgi są przypisywane do użytkownika automatycznie. Po wejściu w odpowiednią zakładkę aplikacja pokazuje wszy-stkie nieruchomości, w których dana osoba widnieje jako właściciel lub współwłaściciel. Nie trzeba już zatem szukać nume-ru księgi ani składać wniosków o dostęp.

Lista zawiera podstawowe informacje: numer księgi, rodzaj nieruchomości, sąd prowadzący oraz jej położenie.

W niektórych przypadkach pojawia się też informacja o zamknięciu księgi. W praktyce oznacza to, że większość danych potrzebnych np. przy sprzedaży mieszkania można sprawdzić od ręki, bez logowania do kilku systemów.

Zamówienie dokumentów

Z poziomu aplikacji można zamówić odpis zwykły, odpis zupełny, wyciąg z wybranego działu albo zaświadczenie o zamknięciu księgi. Wystarczy wybrać dokument przy konkretnej księdze i przejść do płatności. Na razie opłaty można uregulować przez BLIK. Po zatwierdzeniu zamówienia system przygotowuje dokument automatycznie.

Gotowy dokument trafia do użytkownika zwykle w ciągu kilkudziesięciu sekund lub kilku minut. Informacja pojawia się jako powiadomienie w aplikacji. Plik można pobrać w PDF, sprawdzić jego autentyczność w systemie ksiąg wieczystych albo przekazać dalej, np. przez kod QR. Dokumenty pozostają dostępne przez dwa lata.

FOT. ADAM WILLMA

Księgi są przypisywane do użytkownika automatycznie. Po wejściu w odpowiednią zakładkę aplikacja pokazuje wszystkie nieruchomości

Wiceminister cyfryzacji Dariusz Standerski zapowiada, że resort będzie przenosił do mObywatela kolejne usługi publiczne.

Czym jest mObywatel?

To rządowa aplikacja mobilna, w której można przechowywać, okazywać cyfrowe dokumenty i korzystać z usług publicznych. Działa jako uzupełnienie tradycyjnych dokumentów - pozwala m.in. potwierdzić tożsamość, sprawdzić dane pojazdu czy skorzystać z usług administracji.

Aby z niej korzystać, trzeba pobrać aplikację na smartfon i potwierdzić swoją tożsamość, najczęściej przez profil zaufany lub bankowość elektroniczną. Po zalogowaniu dokumenty i usługi przypisywane są automatycznie do użytkownika. ©℗

Nagi mężczyzna spacerował po moście

Szymon Spandowski
szymon.spandowski@polskapress.pl

Policja wystąpiła z wnioskiem o deportację 25-letniego studenta zatrzymanego w dość niecodziennych okolicznościach na toruńskim moście. Mężczyzna był nagi, ale nikogo nie zaczepiał.

Jak już wcześniej informowaliśmy w naszym internetowym wydaniu, w nocy z ostatniej soboty na niedzielę policja otrzymała zgłoszenie o nagim mężczyźnie widzianym w okolicach toruńskiego mostu drogowego. Chodzi o przeprawę im. Józefa Piłsudskiego. Zaalarmowana policjaa zatrzymała mężczyznę, który wymagał pomocy medycznej.

O sprawie zrobiło się w kraju dość głośno, mocno ją komentowano, w związku z czym Komenda Miejska Policji opublikowała w niedzielę specjalny komunikat. Przekazaliśmy go Państwu, jednak poprosiliśmy funkcjonariuszy o wyjaśnienie powodów planowanej deportacji zatrzymanego obcokrajowca.

Podkomisarz Dominika Bocian, oficer prasowy Komendy Miejskiej Policji w Toruniu przysłała nam właśnie nowy komunikat poszerzony o te informacje:

„W sobotę (04.04.26) o godz. 23:51 policjanci z Torunia otrzymali zgłoszenie od mężczyzny, który widział jak w okolicy mostu J. Piłsudskiego chodzi nagi, czarnoskóry mężczyzna" - czytamy.

- „Policjanci, którzy dotarli na miejsce zatrzymali wskazaną osobę, a następnie przewieźli do jednostki Policji. Ze względu na jego nietypowe zachowanie na miejsce wezwano karetkę, której załoga zdecydowała, aby przewieźć go do specjalistycznej placówki zdrowia. Jednocześnie wyjaśniam, że do policjantów nie dotarły żadne zgłoszenia świadczące o tym, że mężczyzna kogokolwiek zaczepiał, czy był agresywny. Zatrzymanym okazał się, przebywający w Polsce, 25-letni student z Zimbabwe, który według ustaleń miał wydaną decyzję nakazującą powrót do swojego kraju. Dzisiaj (poniedziałek - przypis redakcji) 25-latek zostanie doprowadzony do placówki Straży Granicznej z wnioskiem Policji o deportację - informuje dalej rzeczniczka policji.

©℗

eprasa.pl fcc20ec372

Toruń

Budżet Obywatelski do konsultacji

Katarzyna Kucharczyk
katarzyna.kucharczyk@polskapress.pl

Torunianie mają okazję wpłynąć na wygląd swojego otoczenia. W Galeria Copernicus 8 kwietnia odbędzie się otwarte spotkanie konsultacyjne poświęcone Budżetowi Obywatelskiemu.

Środowe wydarzenie w Galerii Copernicus skierowane jest do wszystkich, którzy mają pomysł na zmiany w swojej okolicy. Na Placu Rotundy w godz. 14.00-18.00 ustawione zostaną specjalne stoiska, przy których mieszkańcy znajdą pomoc i wsparcie w całym procesie - od pierwszej idei aż po gotowy projekt, który może zmienić dany obszar Torunia.

W praktyce oznacza to możliwość skonsultowania swojego pomysłu z ekspertami na miejscu. Uczestnicy będą mogli sprawdzić m.in., czy wskazana przez nich lokalizacja jest dostępna pod względem własnościowym, czy planowana inwestycja ma szanse realizacji oraz ile może kosztować. Oprócz tego Torunianie dowiedzą się też, jak złożyć wniosek, co musi się w nim znaleźć czy jakie ogólne zasady panują przy braniu udziału w Budżecie Obywatelskim.

W konsultacjach wezmą udział urzędnicy, społecznicy oraz przedstawiciele różnych środowisk i instytucji miejskich. Obecni będą m.in. członkowie Rady Seniorów oraz Młodzieżowej Rady Miasta, a także reprezentanci rad okręgów: Jakubskie-Mokre, Wrzosy i Jar oraz Bydgoskie. Dzięki temu możliwe będzie spojrzenie na projekty z różnych perspektyw - zarówno młodszych, jak i starszych mieszkańców.

- Galeria Copernicus od lat jest miejscem, które łączy torunian, dlatego z radością udostępniamy naszą przestrzeń na inicjatywę, która oddaje głos mieszkańcom. Tegoroczny Budżet Obywatelski daje naprawdę „kosmiczne możliwości". Chcemy pomóc je dobrze wykorzystać - podkreśla Kamila Kaczmarek, marketing manager galerii.

Organizatorzy zachęcają, by przyjść ze swoimi notatkami, szkicami czy nawet wstępnymi wizjami i skonsultować je na miejscu. Każdy pomysł może zostać dopracowany i przygotowany do zgłoszenia. Ten, kto nie będzie mógł uczestniczyć w środowym spotkaniu, będzie mógł skorzystać z jeszcze jednego, które odbędzie się 16 kwietnia w godz. 16.00-18.30 przy ul. Bydgoskiej 52.

Budżet obywatelski od lat daje torunianom możliwość decydowania o inwestycjach w ich najbliższym otoczeniu. To dzięki niemu powstają nowe place zabaw, tereny zielone, ścieżki rowerowe czy inicjatywy społeczne. To mieszkańcy najlepiej wiedzą, czego potrzebuje ich miasto. I właśnie dlatego po raz czternasty będą mogli o tym zadecydować. Do podziału jest rekordowe 10,8 mln zł! To wzrost o 11 proc. w porównaniu do poprzedniego roku.

©℗

FOT. ARCHIWUM „NOWOŚCI"

W Galeria Copernicus odbędzie się spotkanie poświęcone Budżetowi Obywatelskiemu na 2027 rok

Gdzie rósł ten dąb? Gdzie stał kościół w pierwszym Toruniu?

Szymon Spandowski
szymon.spandowski@polskapress.pl

Miejscowość Stary Toruń istnieje do dziś, ale gdzie dokładnie znajdowała się krzyżacka osada i jak wyglądała? Wiadomo, że w jej centrum stał murowany kościół.

Jak dotąd archeologom udało się trafić na pozostałości otaczającej osadę wałów i fos.

Zaraz, zaraz - ktoś może zapyta - skoro w poprzedniej dekadzie nie było wykopalisk, to skąd wiadomo, gdzie znajdował się pierwszy Toruń? Ziemia jest fascynująca i czasami można z niej czytać jak z książki. Pamiętacie Państwo, jak to było ze średniowieczną Nieszawą, która w pierwszej połowie XV wieku kwitła w sąsiedztwie zamku dybowskiego? Na przełomie wieków do jej reliktów dotarła ekipa archeologów pod wodzą Lidii Grzeszkiewicz-Kotlewskiej, ale ślady miasta wypatrzył również z samolotu archeolog Wiesław Stępień. Okazało się, że rośliny, które rosną nad fundamentami zburzonych domów, gdzie zbiera się woda i w glebie jest sporo substancji organicznych, zachowują się i wyglądają inaczej, niż te rosnące tam, gdzie były ulice czy place. Dzięki temu z powietrza widać było kwartały zabudowy. Obserwacje Wiesława Stępnia potwierdzili archeolodzy, którzy „prześwietlili" ziemię przy pomocy różnych urządzeń geofizycznych.

FOT. SZYMON SPANDOWSKI

Archeologom z Uniwersytetu Mikołaja Kopernika udało się jak dotąd zlokalizować fragment umocnień otaczających pierwszą krzyżacką osadę na ziemi chełmińskiej

W przypadku Starego Torunia było podobnie. Obserwacja z powietrza, szczegółowa analiza rzeźby terenu i badania geofizyczne, które potwierdziły, że pod ziemią znajdują się pozostałości różnych konstrukcji, w tym czegoś, co wyglądało na wały i fosy. Brakowało kropki nad i, którą można było postawić dzięki wykopaliskom. Brakowało jej aż do teraz.

Poza śladami pierwszego Torunia archeolodzy trafili na pozostałości osadnictwa z czasów rzymskich. Okolice były gęsto zaludnione

- Na podstawie tych danych założyliśmy wykopy. Mamy dowody na to, że są dwa rowy, zewnętrzny ma około 10 metrów szerokości, wewnętrzny mógł być podobny - mówi prof. Jacek Bojarski z Instytutu Archeologii UMK. - Pomiędzy rowami był częściowo naturalny, a częściowo usypany wał.

Kolejny wykop archeolodzy założyli w miejscu, w którym podczas badań geofizycznych przeprowadzonych przed laty przez archeologów z firmy Prodigi wyszło, że może się znajdować piwnica. Jak dotąd nie udało się jej jeszcze zlokalizować, jednak wykopaliska będą trwały do końca kwietnia.

Poza śladami pierwszego Torunia archeolodzy trafili na pozostałości osadnictwa z czasów rzymskich. Nadwiślańskie okolice obecnego Torunia były wtedy gęsto zamieszkane. Co ciekawe, te relikty przeszłości znajdują się znacznie bliżej powierzchni ziemi niż się wcześniej spodziewano. W Starym Toruniu archeolodzy trafiają na zabytki już na głębokości kilkudziesięciu centymetrów! Mamy nadzieję, że uda im się znaleźć pozostałości średniowiecznego kościoła, krzyżackiego folwarki i kto wie, może również legendarnego dębu?

W wykopach, poza archeologami, spotkaliśmy również geologów, którzy na podstawie wielkości i ułożenia ziaren piasku są w stanie określić gdzie i z jaką mocą kilkaset lat wcześniej przelewały się fale powodziowe pogrążające pozostałości pierwszego Torunia. To będą bardzo ciekawe badania, do Starego Torunia zatem wrócimy niebawem.

Nocne prace na torowisku przy Kościuszki

Justyna Wojciechowska-Narloch
justyna.wojciechowska.narloch@polskapress.pl

Do 10 kwietnia potrwają nocne prace przy montażu słupów sieci trakcyjnej na remontowanym torowisku tramwajowym przy ul. Kościuszki w Toruniu.

Prace rozpoczęły się we wtorek. Prowadzone będą nocami ze względu na zminimalizowanie utrudnień w ruchu. Potrwają do 10 kwietnia br.

- Przepraszamy za związane z tym niedogodności i możliwy hałas. Jednocześnie wyjaśniamy, że prace prowadzone będą nocą, gdyż pozwoli to na zachowanie funkcjonowania komunikacji tramwajowej oraz zminimalizowanie utrudnień w ruchu drogowym - informuje miasto.

FOT. GRZEGORZ OLKOWSKI

Nocne prace przy stawianiu słupów sieci trakcyjnej potrwać mają do 10 kwietnia

Na ul. Kościuszki modernizowany jest odcinek torowiska i sieci trakcyjnej od wysokości wejścia na posesję Kościuszki 28-30 do ul. Olbrachta, czyli ok. 1,2 tys. metrów toru pojedynczego. Większość torowiska wybudowana zostanie w technologii zielonej. Ponadto wymienione zostaną wiaty przystankowe i powstaną zielone przystanki. Stare tory i sieć trakcyjna zostały zdemontowane, koryto torowiska pogłębione, a teraz powstają fundamenty pod słupy trakcyjne i kanalizacja pod kable elektryczne i teletechniczne. Usuwane są także kolizje z istniejącą infrastrukturą podziemną. Prace planuje się zakończyć w sierpniu 2026 r.

Remont torowiska w ciągu ul. Kościuszki kosztuje prawie 11,1 mln zł netto (blisko 13,7 mln zł brutto). Torowisko w ciągu ul. Kościuszki jest modernizowane w ramach projektu „Rozwój ekologicznej komunikacji miejskiej w Toruniu", który jest współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Programu Fundusze Europejskie na Infrastrukturę, Klimat, Środowisko 2021-2027.

Warto dodać, że trwa także modernizacja torowiska w ciągu ul. Konstytucji 3 Maja. Obejmuje ona odcinek od ul. Śląskiego do pętli Olimpijska. W efekcie powstanie ok. 4,6 tys. m toru pojedynczego (w większości zielonego) i sieci trakcyjnej. Prace obejmują także pętlę Olimpijska i łuk na skrzyżowaniu Szosy Lubickiej ze Śląskiego. Powstanie też podstacja trakcyjna do zasilania infrastruktury tramwajowej oraz instalacja do napełniania piasecznic w tramwajach.

©℗

eprasa.pl fcc20ec372

Czynsze w górę, a nerwy w strzępach? Tak jest

Agnieszka Domka-Rybka
agnieszka.domka@polskapress.pl

Coraz wyższe opłaty za mieszkanie to tylko pozycja na liście wydatków? Nie! Okazuje się, że to również źródło stresu i niepewności, bo „to siedzi nam z tyłu głowy przez cały miesiąc".

- W kwietniu znów dostałam podwyżkę czynszu. Mam 60-metrowe mieszkanie własnościowe, za które muszę teraz płacić aż 940 złotych - skarży się pani Krystyna, mieszkanka bydgoskiego osiedla Górzyskowo.

FOT. ARCHIWUM

Liczby nie kłamią: 47 proc. Polaków przyznaje, że opłacanie rachunków za mieszkanie to dla nich duży stres

Skąd te podwyżki? Jest kilka powodów

Opowiada, że szwagierka w Fordonie również od kwietnia płaci więcej za mieszkanie.

Okazuje się, że ceny wzrosły nie tylko w bydgoskich spółdzielniach mieszkaniowych, ale też w innych miastach regionu.

Powody? Skumulowało się kilka czynników ekonomicznych, z których najważniejszym jest wzrost kosztów utrzymania budynków oraz nowe wymogi rozliczeniowe.

I tak np. od 1 kwietnia standardem stał się KSeF (Krajowy System e-Faktur), co dla spółdzielni oznacza, że dostają wielokrotnie więcej faktur za media. Rozliczenia są wystawiane osobno dla poszczególnych pozycji, co zwiększa koszty obsługi i eksploatacji.

Ponadto to również wzrost płacy minimalnej w 2026 roku do 4806 zł brutto.

W grę wchodzą także koszty energii i ciepła systemowego. Mimo zmian cen energii, wydatki na prąd i ciepło (w tym ciepła systemowego od lokalnych dostawców) pozostają wysokie i stanowią duże obciążenie dla budżetów spółdzielni. Podwyższyły się też opłaty za ubezpieczenie budynków oraz spółdzielnie więcej płacą za ich remonty i modernizacje (rosnące ceny materiałów budowlanych i wyższe stawki za robociznę).

Natomiast mieszkańcy już dziś boją się np. przyszłorocznego rozliczenia za miniony jesienno-zimowy sezon grzewczy.

- Zima, jaka była to każdy wie. Podkręcałam kaloryfery bardziej niż we wcześniejszych latach, miałam marznąć? Aż strach pomyśleć, ile będę musiała dopłacić do ogrzewania i już na samą myśl przechodzą mi ciarki po plecach - zdradza pani Krystyna.

Nie ona jedyna denerwuje się z powodu coraz większych rachunków za utrzymanie „M".

Bo aż 47 proc. Polaków przyznaje, że opłacanie rachunków mieszkaniowych jest dla nich źródłem stresu, a 64 proc. nie wierzy, że opłaty da się realnie obniżyć. Gdy koszty mieszkania rosną, najczęściej zaciskamy pasa rezygnując z restauracji, rozrywki i wyjazdów - wynika z nowego badania portalu ogłoszeniowego Nieruchomosci-online.pl.

Badanie „To my. Polacy o nieruchomościach - I kwartał 2026" pokazuje wyraźnie, że dla wielu osób opłaty mieszkaniowe to nie tylko pozycja na liście wydatków, ale realne źródło stresu i niepewności.

- Rachunki stały się dla wielu z nas czymś, co siedzi z tyłu głowy przez cały miesiąc: czy jakaś opłata nie zaskoczy, czy budżet się domknie w razie nieprzewidzianego wydatku? I nawet, jeśli próbujemy oszczędzać, często towarzyszy nam poczucie braku kontroli. Warto dodać, że mniej niż połowa z nas regularnie zapisuje i monitoruje swoje rachunki, tak wskazują wyniki badania - komentuje Anna Zachara-Widła, badaczka zachowań konsumenckich w Nieruchomosci-online.pl.

Tych opłat nie da się przesunąć na później

- Opłat za dach nad głową nie da się przesunąć na później, dlatego rosnące rachunki mieszkaniowe często sprawiają, że zaciskamy pasa na innych polach. Tutaj nie ma zaskoczenia, bo w sytuacji kryzysu w budżecie domowym najczęściej tniemy wydatki na przyjemności - dodaje Anna Zachara-Widła.

Badanie pokazuje także, na czym oszczędzamy z powodu wysokich rachunków mieszkaniowych.

Na pierwszym miejscu znalazły się wyjścia do restauracji/kawiarni (56 proc. badanych rezygnuje z tego „często" lub „bardzo często"), na drugim miejscu rozrywka/kultura (49 proc.), a na trzecim wyjazdy wakacyjne/weekendowe (45 proc.).

Z drugiej strony są wydatki, które bardzo trudno ograniczać, nawet w sytuacji kryzysowej. Dotyczy to zakupów spożywczych czy artykułów dla dzieci - tu osz-czędzamy najrzadziej, ale i tak ponad 20 proc.osób przyznaje, że są do tego zmuszone.

A co robimy, aby nasze comiesięczne rachunki mieszkaniowe były niższe?

Najczęściej jest to wprowadzanie świadomych zmian w codziennych przyzwyczajeniach: zmiana nawyków prowadząca do oszczędniejszego korzystania z energii elektrycznej (28 proc. badanych), zakup bardziej energooszczędnych urządzeń (26 proc.) oraz zmiana nawyków prowadząca do oszczędniejszego korzystania z wody/gazu (23 proc.).

Takie ruchy oszczędnościowe jak zmiana dostawcy (np. prądu, internetu, TV) czy renegocjacje warunków umowy wykonało 7 proc. badanych.

- W badaniu widać też ciekawy paradoks. Choć rachunki stresują, 34 proc. badanych nie podejmuje żadnych działań, by je obniżyć. To może wynikać z poczucia, że oszczędzanie oznacza wyrzeczenia, a koszty i tak rosną niezależnie od naszych starań czy nawyków podsumowuje bada-czka z Nieruchomosci-online.pl. ©℗

Dania gotowe znacznie gorsze od domowych

Agnieszka Romanowicz
agnieszka.romanowicz@polskapress.pl

Po gotowe potrawy lepiej sięgać sporadycznie i zawsze warto przeczytać ich skład. Ma być jak najkrótszy.

Z raportu Pricewaterhouse Coopers z 2025 roku nt. wyborów konsumenckich Polaków, wynika, że ok. 35 procent mieszkańców naszego kraju co najmniej raz w tygodniu lub częściej sięga po dania gotowe ze sklepu, a 52 procent korzysta z nich od 1 do 3 razy w miesiącu.

Wśród czynników wpływających na częstsze korzystanie z tego typu żywności wymienić można:

- większą liczbę gospodarstw jedno- i dwuosobowych,
- wzrost popularności jedzenia poza domem oraz tzw. przekąsek,
- zmianę schematu organizacji życia rodzinnego przez większą aktywność zawodową kobiet,
- poprawę sytuacji finansowej części społeczeństwa, co pozwala na zakup droższej żywności.

Czy to dobry trend? Czy gotowe posiłki mogą być elementem zdrowej diety?

Więcej tłuszczów, mniej wartości

Odpowiedzi na te pytania udziela Justyna Kowalska-Bąbik z narodowego Centrum Edukacji Żywieniowej.

- W większości przypadków gotowe posiłki charakteryzują się gorszą jakością i wartością odżywczą w porównaniu do tych przygotowanych w domu. Dania gotowe najczęściej zawierają niewiele warzyw, a co za tym idzie mniej błonnika. Mają także mniejszą ilość witamin czy składników mineralnych, a jednocześnie często dostarczają więcej cukrów prostych, soli, tłuszczów (w tym nasyconych kwasów tłuszczowych i kwasów tłuszczowych trans) oraz mają wyższą kaloryczność niż ich domowe odpowiedniki - wylicza.

Minusem jest także obecność substancji dodatkowych, jak konserwanty, wzmacniacze smaku, barwniki i aromaty czy zagęstniki.

- W dłuższej perspektywie nadużywanie gotowych posiłków może pogarszać ogólną jakość diety, wiązać się z niedoborami pokarmowymi i zwiększać ryzyko wystąpienia nadmiernej masy ciała czy chorób przewlekłych, jak cukrzyca i nadciśnienie tętnicze - ostrzega specjalistka.

FOT. 123RF.COM

Dania gotowe najczęściej zawierają niewiele warzyw i witamin, a więcej soli, cukrów prostych, nasyconych kwasów tłuszczowych i kalorii

Wiele mówi skład

Są jednak dania lepsze i gorsze. Różnicę jakości uwidacznia skład.

- Wybierajmy te z jak najkrótszym i najprostszym składem, bez dodatku substancji takich jak konserwanty czy wzmacniacze smaku - zaleca Justyna Kowalska-Bąbik. - Należy zwrócić uwagę na jak najmniejszy dodatek soli i cukru oraz, jeśli to możliwe, stosunkowo niską zawartością tłuszczu (zwłaszcza kwasów tłuszczowych nasyconych), a wysoką zawartością białka.

Wiele o produkcie mówią jego wartości odżywcze, obowiązkowa informacja na etykiecie.

Dla przykładu:

- 100 g zupy pomidorowej z makaronem: 48 kcal, tłuszcz 2,1 g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe 0,6 g, węglowodany 5,4 g, w tym cukry 3,5 g, białko 1,2 g, sól 1,1 g.
- 100 g zupy pomidorowej instant: 80 kcal, tłuszcz 3,5 g, w tym nasycone kwasy tłuszczowe 1,7 g, węglowodany 10 g, w tym cukry 0,9 g, białko 1,5 g, sól 0,75 g.

- W produkcie z gorszym składem jest blisko trzykrotnie więcej nasyconych kwasów tłu-szczowych oraz dostarcza on dwukrotnie więcej kilokalorii - zwraca uwagę specjalistka.

- Znajdziemy w nim także liczne aromaty oraz wzmacniacze smaku. Spożywane w nadmiarze dodatki do żywności mogą powodować m. in. dolegliwości ze strony układu pokarmowego, czy bóle głowy, zwłaszcza u osób wrażliwych na ich działanie - dodaje.

Bardzo ważna jest kolejność składników wymienionych na etykiecie. To, co pojawia się na początku, występuje w największej ilości.

- Pamiętajmy, że do dań gotowych zawsze możemy dodać coś od siebie, np. świeże warzywa. Taka prosta modyfikacja znacząco poprawi jakość całego posiłku - zaleca specjalistka.

Do wymienionej wyżej zupy pomidorowej z makaronem dodałaby pokruszonej mozzarelli light. - Żeby zwiększyć ilość białka - wyjaśnia.

©℗

eprasa.pl fcc20ec372

Nowości Dziennik Toruński
Środa, 8.04.2026

Redaktor Wartmann wkracza do ratusza. Później będzie musiał oddać klucze

Szymon Spandowski
szymon.spandowski@polskapress.pl

W kwietniu 1906 roku 4 Juliusz Reich otworzył księgarnię, polecając bogaty wybór dzieł historycznych i powieści. Pięknie zdobiona gablota reklamowa księgarni zachowała się do dziś.

Na pocztówce z Mokrego, tej ze zbiorów Muzeum Okręgowego, na której są zdjęcia budynku urzędu gminy, poczty, apteki i zakładów Borna, widać urzędowe tabliczki na siedzibie władz. Ciekawe, co się z nimi stało? Czy 1 kwietnia 1906 roku zdjął je były już wójt? A może zrobił to któryś z radnych? Albo, zupełnie bez pompy, zdemontował je jakiś pracownik techniczny i przekazał na złom? Milej jest myśleć, że odbyło się to w sposób uroczysty. Zatem w czasie, gdy historia samodzielnego Mokrego dobiegała końca, a Wilhelm Falkenberg już szykował śrubokręt, po drugiej stronie Wisły, w mieście Podgórz, które - podobnie jak Mokre - znajdowało się wewnątrz pierścienia umocnień Twierdzy Toruń i równo 32 lata później poszło w ślady Mokrego, samorząd się umacniał. „Na ostatniem posiedzeniu rady miejskiej postanowiono wybudować na gruncie p. Thomasa nowy ratusz, który kosztować ma 70.000 marek - poinformowała „Gazeta Toruńska" 18 marca 1906 roku. - W nowym ratuszu pomieszczony ma być także urząd pocztowy, za co fiskus pocztowy opłacać ma 1800 marek rocznie".

Nastroje nad Wisłą nie były specjalnie świąteczne, w każdym razie w gazetach z tamtych czasów raczej tego nie widać. Fabryka pierników Hermanna Thomasa reklamowała wielkanocne słodkości przy pomocy obrazka z trzema zajączkami na trójkołowym rowerze. Jeden z pasażerów, siedzący w części towarowej, wyrzucał z paki wielkanocne jaja. Reklama ta ukazała się jednak tylko w gazetach niemieckich, wśród Polaków najwyraźniej czekoladowe zajączki jeszcze się nie przyjęły.

Wielkanoc w 1906 roku wypadała w połowie kwietnia. W „Gazecie Toruńskiej" pierwsza wzmianka o świętach pojawiła się dwa tygodnie wcześniej, jednak miało to związek z organizacją roku szkolnego w niemieckich szkołach. Pisaliśmy o tym szczegółowo już kilka razy. Stary rok szkolny kończył się a nowy zaczynał na początku kwietnia. Przeważnie pierwszego, ale ze względu na ferie świąteczne zdarzało się to później. Przy okazji w gazetach pojawiały się wtedy takie informacje:

„Na Wielkanoc opuszczają chłopcy, którzy ukończyli rok 14ty życia, szkołę, a wielu z nich wstępuję w naukę rzemiosła - czytamy w pierwszym kwietniowym wydaniu „Gazety Toruńskiej". - Przy tej okazyi przypominamy, iż uczniów można zatrudniać tylko tym rzemieślnikom, którzy złożyli przepisany egzamin na majstra. Kontrakt z uczniem powinien być zawarty w przeciągu pierwszych czterech tygodni piśmiennie i to w trzech egzemplarzach, odpowiednich przepisom izby robotniczej. Jeden egzemplarz zatrzymuje majster, drugi rodzice ucznia, trzeci należy wysłać do izby rzemieślniczej swego obwodu. Kto tego nie uczyni naraża się na karę".

Wiosną 1906 roku nasi przodkowie bardzo przeżywali tragedię, do której doszło we francuskiej kopalni węgla w Courrières. Dziesiątego marca zapalił się tam pył węglowy. W ogromnym pożarze zginęło 1099 górników, w tym również dzieci. Wtedy była to największa podziemna katastrofa na świecie i do dziś jest jedną z najstraszniejszych. Na pomoc pospieszyli nawet ratownicy z Niemiec. Koniec ich akcji „Gazeta Toruńska" opisała na początku kwietnia, mniej więcej z tygodniowym opóźnieniem. „Ogień w kopalni został opanowany, skutkiem czego Westfalczycy mogli dotrzeć do korytarza, gdzie znaleźli stosy zwęglonych zwłok. Pomimo olbrzymiej trudności spowodowanej nieustającem spadaniem rozżarzonych kawałków węgla ze ścian na owo wzgórze śmiertelnych szczątków ludzkich, rozpoczęto wynoszenie ich z kopalni. Zwłoki posypywane są wapnem. Niemiecka brygada ratunkowa, ukończywszy swą pracę, pożegnała się we wtorek rano z kolegami w Courrières, poczem wyruszyła w drogę do ojczyzny. Wydobywanie zwęglonych zwłok dokonywane jest w dalszym ciągu przez francuską brygadę ratunkową".

W Toruniu, na wschodnich obrzeżach Bydgoskiego Przedmieścia, również doszło wtedy do eksplozji. Silnej, ale w pełni kontrolowanej.
„Północną część muru reduty fortecznej w pobliżu ogrodu Tivoli wysadzono celem uzyskania miejsca pod budowę, dnia 4 bm. o godzinie pół 6 rano w powietrze. Użyto do tego około 9 centnarów prochu. Miejsce owe odgraniczone było przez całą noc patrolem wojskowym".

FOT. Z ARCHIWUM KAMILA SNOCHOWSKIEGO

Ulica Elżbiety w Toruniu, czyli dziś Królowej Jadwigi, z księgarnią Juliusza Reicha. Ta oferowała nie tylko powieści, ale także nuty i katechizmy

W kwietniu 1906 roku Juliusz Reich otworzył księgarnię przy ul. Elżbiety 4. Czternaście lat później ulica zmieniła nazwę, wróciła do nazwy sprzed zaborów i stała się Sadlarską. Później została ulicą Królowej Jadwigi. Dużo się tam pozmieniało, ale gablota reklamowa księgarni przetrwała do dziś. Juliusza Reicha wspominaliśmy przy różnych okazjach już wiele razy. Księgarz, wydawca i redaktor „Gazety Toruńskiej" jest jednym z tych, dzięki którym dziś w Toruniu mówimy po polsku. Otwierając księgarnię w kwietniu 1906 roku polecał szanownej publiczności Torunia i Prus Królewskich dzieła historyczne i powieściowe, bogato zaopatrzoną bibliotekę ludową, a także elementarze, katechizmy, nuty i przybory papiernicze.

Tu warto przypomnieć, że w Toruniu mieliśmy już polską księgarnię, którą przy ul. Mostowej 38 prowadził Kazimierz Zabłocki. O niej zresztą również w pierwszej połowie kwietnia 1906 roku gazety wspominały, przy okazji premiery najnowszego dzieła mieszkającego akurat w Toruniu pisarza stawianego wtedy na równi z Sienkiewiczem czy Conradem. „Śluby" Stanisława Przybyszewskiego codopiero opuściły prasę. Najnowsze dzieło Przybyszewskiego wyszło czcionkami drukarni p. S. Buszczyńskiego a w komisie księgarni p. K. Zabłockiego. Cenę egzemplarza ustanowiono na 4 marki 50 fenigów".

Pod koniec marca w prasie pojawiła się informacja, ilu przedstawicieli będzie miało Mokre w Radzie Miasta Torunia. Tuż przed świętami „Gazeta Toruńska" podała ich nazwiska. „Z rady miejskiej. Jako zastępców Mokrego, przyłączonego 1 kwietnia do miasta, wybrano do rady miejskiej w 3 klasie ogrodowego Hentschla i mistrza rzeźnickiego Schinauera, w 2 klasie przedsiębiorcę budowlanego Brosiusa i mistrza stolarskiego Fredera, w 1 klasie posiedziciela Goetza i redaktora Wartmnna".

Heinrich Wartmann był redaktorem naczelnym „Die Presse", mieszkał w domu, który do dziś stoi na rogu ul. Kościuszki i Batorego. Dla nas istotniejsze jest chyba jednak to, że później został przewodniczącym Rady Miasta i to on, oraz nadburmistrz Arnold Hasse, 18 stycznia 1920 roku przekazali pułkownikowi Stanisławowi Skrzyńskiemu klucze do miasta.

Natomiast Gotlieb Hentschel był właścicielem dużej firmy ogrodniczej, która znajdowała się przy ul. Legionów i Lelewela tam, gdzie dziś stoi Komenda Miejska Państwowej Straży Pożarnej. Miał również gospodarstwo w Górsku. To bardzo ciekawa postać. W Radzie Miasta zasiadał przez lata, również w czasach II RP. Po wyborach w 1921 roku okazało się, że jest najstarszym wybranym członkiem rady, zgodnie ze zwyczajem poproszono go więc, aby otworzył posiedzenie inauguracyjne. On jednak tego zaszczytu nie przyjął odpowiadając, że nie wypada, aby pierwsze posiedzenie Rady Miasta po powrocie Torunia do Polski otwierał Niemiec.

Najwyraźniej niedaleko padło jabłko od jabłoni. Podczas II wojny światowej jego syn, który przejął firmę, zatrudniał Polaków chroniąc ich przed prześladowaniami. W gospodarstwie w Górsku ukrywał się np. poszukiwany przez okupantów ksiądz. W 1945 roku zatrudnieni przez Hentschlów Polacy chcieli za nich poręczyć, jednak ogrodnicy zdecydowali się opuścić rodzinne strony przed nadejściem Armii Czerwonej. Jak się miało okazać niebawem, postąpili słusznie.

Informacje o godnej podziwu postawie Gotlieba Hentschla znaleźliśmy kiedyś w „Słowie Pomorskim" i opisaliśmy wspominając pierwsze wybory samorządowe w polskim Toruniu. Na tekst ten trafił pan Edward z Gdyni, którego rodzice wraz z kilkuletnim synem, dzięki Hentschlom przetrwali wojnę. Wzruszony Czytelnik podzielił się swoją historią i kilkoma zdjęciami zrobionymi w 2018 roku podczas wizyty na gruzach kwitnącego kiedyś gospodarstwa w Górsku.©℗

FOT. SZYMON SPANDOWSKI

Fragment gabloty reklamowej księgarni Reicha

FOT. KUJAWSKO-POMORSKA BIBLIOTEKA CYFROWA

Podgórz zdecydował o budowie nowego ratusza

eprasa.pl fcc20ec372

Para z Torunia wytańczyła złoty medal mistrzostw Polski

Szymon Spandowski
szymon.spandowski@polskapress.pl

Z Mistrzostw Polski w Tańcach Polskich, które odbyły się w podwarszawskim Wieliszewie reprezentujący Toruń Maria Sudzińska i Marcin Hemmerling wrócili ze złotym medalem.

Mazurek, mazureczek. Kujawiak, kujawiaczek... I kolejny złoty medal do kolekcji.

W jubileuszowej, 25. edycji Mistrzostw Polski w Tańcach Polskich w Wieliszewie wzięło udział 151 par z 28 ośrodków z kraju i zagranicy.

Wśród nich nie zabrakło Torunian, którzy w swoich kategoriach wiekowych od lat nie mają sobie równych. Nasze miasto reprezentowali Maria Sudzińska i Marcin Hemmerling z Grupy Tańców Ludowych „Grodzianie" działającej przy Stowarzyszeniu Popierania Kultury Ludowej „Młody Toruń".

Grupa zadebiutowała na parkiecie niedawno, jednak jej członkowie to weterani, występując pod sztandarem SPKL „Młody Toruń" zdobyli już mnóstwo różnego rodzaju laurów.

Z tegorocznych zawodów para wróciła z tytułem Mistrza Polski w kategorii VIII (50+) w której oboje startują od stycznia, oraz tytułem Najlepszej Pary roku 2025 w kategorii VII. Na najwyższy stopień podium wkroczyli tańcząc mazura i kujawiaka.

- Sukces ten to efekt wielu lat ciężkiej pracy, pasji oraz doskonałego przygotowania - podkreśla Maria Sudzińska. Wielki wkład w to zwycięstwo miała instruktorka p. Katarzyna Bilska. To pod jej czujnym okiem mistrzowska para szlifowała choreografię, która zachwyciła sędziów i zapewniła im złoto.

- Pierwszy dzień „Mazura" upłynął pod znakiem pracy i doskonalenia technik tanecznych - relacjonuje Maria Sudzińska. - Podczas ogólnopolskich warsztatów uczestnicy rozwijali swoje umiejętności w różnych stylach, od dynamicznego oberka, po wymagającego kujawiaka. W tym samym czasie, w sali koncertowej im. K. Klenczona w Wieliszewie, odbywało się sympozjum naukowe poświęcone polskim tańcom narodowym, w którym prelegentami byli specjaliści z polskich uniwersytetów.

Następnego dnia parkiet sali sportowej w Wieliszewie wypełnił się tancerzami którzy prezentowali różnorodne interpretacje tradycyjnych układów. Eliminacje i kolejne etapy rywalizacji ukazały wysoki poziom przygotowania uczestników.

- Mistrzostwa po raz kolejny udowodniły, że polskie tańce narodowe to nie tylko dziedzictwo, ale żywa forma sztuki, która łączy ludzi, buduje wspólnotę i pozwala wyrażać tożsamość - dodaje Maria Sudzińska. - Dla uczestników było to nie tylko współzawodnictwo, lecz przede wszystkim spotkanie pasjonatów, dla których taniec stanowi ważną część życia.©℗

TV TORUŃ

ŚRODA, 8 KWIETNIA

10.00 Aktualności Toruńskie
10.20 Pogoda dla Torunia
10.25 Rozmowa dnia
10.40 Serwis sportowy
10.45 Magazyn samorządowy (3/26)
11.10 Pisanki na święta
11.30 Chiny obok nas
11.40 Fitness - Marta Wirzchowska (2)
12.00 Powtórka programu
14.00 Oferty TV Toruń
16.00 Entr'acte (5)
16.55 Sowy na Barbarce
17.05 Honorowi Obywatele Torunia - Antoni Stawikowski
17.20 Magazyn Kujawsko-Pomorski
17.45 Aktualności Toruńskie
18.05 Pogoda dla Torunia
18.10 Radioteleskop - kwiecień
18.15 Rozmowa dnia
18.30 Serwis sportowy
18.35 Chiny obok nas
18.45 Bulwar sztuki - kwiecień
19.30 Świat na wyciągnięcie ręki (2) - Mistrzostwa z misją
20.00 Aktualności Toruńskie
20.20 Pogoda dla Torunia
20.25 Radioteleskop - kwiecień
20.30 Rozmowa dnia
20.45 Serwis sportowy
20.50 Chiny obok nas
21.00 Magazyn samorządowy (3/26)
21.25 Honorowi Obywatele Torunia - prof. Stanisław Dembiński
21.45 Aktualności Toruńskie
22.05 Pogoda dla Torunia
22.10 Radio teleskop - kwiecień
22.15 Rozmowa dnia
22.30 Serwis sportowy

Czy wielki sport może zmieniać świat?

Sportowe emocje mierzymy zwykle w sekundach, centymetrach i rekordach. Ale są takie wydarzenia, po których zostaje coś więcej niż wyniki w tabelach. Po halowych Mistrzostwach Świata Kujawy-Pomorze 2026 nie zostaną tylko medale i wspomnienia kibiców. Zostanie las, czystsze ulice, nowe nawyki i pytanie: czy wielki sport może naprawdę zmieniać świat na lepsze? Zapraszamy na kolejny odcinek programu z cyklu Świat na wyciągnięcie ręki - Mistrzostwa z misją.

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

INFORMATOR

WAŻNE TELEFONY

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

SZPITALE

Wojewódzki Szpital Zespolony im. L. Rydygiera w Toruniu:

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

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

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

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

Stacja Pogotowia Ratunkowego,
ul. Grudziądzka 47, tel. 56 56 623 35 48
Specjalistyczny Szpital Miejski
ul. Batorego 17, tel. 56 610 02 09
Specjalistyczny Szpital Matopat,
ul. Storczykowa 8, tel. 56 659 48 00
Miejska Przychodnia Specjalistyczna,
ul. Uniwersytecka 17, tel. 56 611 99 00

POLICJA

Komenda Miejska Policji,
ul. Grudziądzka 17,
tel. 47 754 28 11
Komisariat Toruń-Śródmieście,
ul. PCK 2,
tel. 47 754 24 52
Komisariat Toruń-Rubinkowo,
ul. Dziewulskiego 1,
tel. 47 754 25 71
Komisariat Toruń-Podgórz,
ul. Poznańska 127,
tel. 47 754 24 71
Komisariat Policji w Dobrzejewicach,
Dobrzejewice 65,
tel. 47 754 29 00
Komisariat w Chełmży,
ul. Sądowa 2,
tel. 47 754 42 11

NA POMOC

Niebieska linia - pogotowie dla ofiar przemocy w rodzinie:
tel. 801 120 002
Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży,
tel. 116 111,
poniedziałek - niedziela, godz. 12-02

Telefon zaufania w Miejskim Ośrodku Pomocy Rodzinie, tel. 56 622 00 00,
poniedziałek-piątek, godz. 19-21.
Telefon zaufania HIV/AIDS, tel. 801 888 448, 22 692 82 26, poniedziałek-piątek i każda trzecia sobota miesiąca, godz. 9-21.

INFORMACJE

Ośrodek Informacji Turystycznej w Toruniu, ul. Szeroka 43,
tel. 56 621 09 31, visittorun.com
Informacja kolejowa, tel. 19 757
Intercity: tel. 703 200 200
Przewozy Regionalne, tel. 703 202 020
Arriva, tel. 703 302 333
Infolinia kolejowa dla osób niepełnosprawnych,
tel. 800 022 222 (stacjonarne),
tel. 22 47 32 354 (komórkowe).
Arriva Bus, telefoniczny rozkład jazdy,
tel. 703 302 333
MZK Toruń, rozkład jazdy:
mzk-torun.pl
Informacja o rzeczach pozostawionych w autobusach i tramwajach MZK:
tel. 56 612 18 41

INTERWENCJE

Schronisko dla Bezdomnych Zwierząt w Toruniu, ul. Przybyszewskiego 3,
tel. 56 622 48 87,
telefon interwencyjny: 666 683 377
Ekopatrol Straży Miejskiej,
tel. 56 62 25 877, tel. alarmowy: 986

REKLAMA 0011496115

eprasa.pl fcc20ec372

POLSKA *i* ŚWIAT

PALIWA

Aż 80 proc. Polaków chce, by państwo utrzymało maksymalne ceny paliw do końca roku – wynika z najnowszego badania. Respondenci wyraźnie opowiadają się za dalszą ingerencją rządu w rynek, szczególnie w obliczu niepewności związanej z cenami ropy na świecie. Badanie Instytutu Badań Pollster dla „Super Expressu" zrealizowano w dniach 2-3 kwietnia na próbie 1011 dorosłych osób.

„Chcemy zrealizować jedną z obietnic KO oraz premiera i wprowadzić kwotę wolną od podatku do 60 tysięcy złotych

Marek Sawicki, poseł PSL

KRÓTKO

REFERENDUM

Krakowianie zdecydują 24 maja

Referendum w sprawie odwołania Aleksandra Miszalskiego (KO) z urzędu prezydenta Krakowa odbędzie się 24 maja. Komisarz wyborczy w Krakowie wydał we wtorek postanowienie w tej sprawie. Referendum dotyczyć będzie także odwołania całej Rady Miasta Krakowa.

Inicjatorem referendum w Krakowie jest grupa mieszkańców. Ogłaszając w styczniu informację o zbiórce podpisów pod wnioskiem o organizację referendum jego inicjatorzy podkreślali, że nie są grupą polityczną. W akcję zbierania podpisów włączyli się politycy opozycji – PiS i Konfederacja, a także środowisko byłego posła PO, radnego i przedsiębiorcy Łukasza Gibały – głównego rywala Miszalskiego w wyborach prezydenta miasta w 2024 r.

Aby referendum było ważne, musi wziąć w nim udział co najmniej 158 555 mieszkańców Krakowa, czyli minimum 3/5 liczby osób biorących udział w wyborze prezydenta miasta w II turze.
PAP

KRAKÓW

Tłumy pod Kopcem Krakusa

FOT. ANNA KACZMARZ

Podczas odbywającego się tradycyjnie w Krakowie Święta Rękawki zobaczyć można było rekonstrukcję wczesnośredniowiecznej bitwy i obrzędów związanych z nadejściem wiosny, a także poznać bliżej bohaterów najciekawszych legend i ludowych opowieści związanych z Krakowem i okolicami.

TRANSPORT

Kara finansowa dla RegioJet?

RegioJet nie uruchomił w 2025 r. planowanych pociągów, naruszając zbiorowe interesy pasażerów – poinformował we wtorek Urząd Transportu Kolejowego. Prezes UTK może nałożyć na przewoźnika karę w wysokości do 2 procent rocznego przychodu.

Urząd Transportu Kolejowego stwierdził, że RegioJet nie uruchomił 23 połączeń, które były ujęte w rozkładzie jazdy na grudzień ubiegłego roku. Chodzi o siedem pociągów na trasie między Warszawą a Krakowem, cztery między Gdynią a Krakowem i 12 między Poznaniem a Warszawą. UTK podkreślił, że skala odwołań „była znaczna" i objęła 12 stacji kolejowych.

Zaskakujący ruch prezydenta. Nowe prawo dla rolników?

Maciej Badowski
Warszawa

Prezydent zapowiedział projekt ustawy o ochronie funkcji produkcyjnej wsi. Nowe przepisy mają uporządkować konflikty między mieszkańcami a rolnikami.

W opublikowanym we wtorek przez Kancelarię Prezydenta oświadczeniu Karol Nawrocki przedstawił projekt ustawy, który – jak podkreślił – ma wynikać z przekonania, że praca rolnika jest wartością.

„Chcemy zrealizować jedną z podstawowych zasad: praca rolnika nie jest problemem, jest wartością – wskazał prezydent. Dodał, że wieś to nie tylko miejsce do życia, ale przede wszystkim przestrzeń ciężkiej pracy: od hodowli zwierząt po pracę maszyn w polu.

„Nowe prawo mówi jasno: chów zwierząt, prace polowe, ruch maszyn to nie są uciążliwości, które trzeba tłumaczyć. To jest produkcja żywności, to jest służba narodowi – podkreślił.

Projekt zakłada, że rolnik działający zgodnie z prawem nie będzie musiał udowadniać, że jego działalność jest uzasadniona. Ciężar dowodu ewentualnych nadużyć ma zostać przeniesiony.

„Musimy skończyć z sytuacją, w której rolnik musi się bronić czy tłumaczyć z tego, że pracuje" – zaznaczył Nawrocki.

FOT. ADAM JANKOWSKI

Nawrocki podkreślił, że przygotowana przez niego inicjatywa nie jest przeciwko komukolwiek

Według prezydenta projektowana ustawa „nie daje nikomu przyzwolenia na nadużycia, ale stwarza jasne reguły, takie, które kończą chaos i niepewność". Wprowadzana jest zasada proporcjonalności. „Całkowity zakaz działalności lub jej istotne ograniczenie przez sąd będzie mogło być orzeczone wyłącznie w ostateczności, gdy inne metody zawiodą, a produkcja realnie zagraża zdrowiu lub środowisku" – podkreślił prezydent.

Dodał, że nowe ramy prawne mają sprzyjać unowocześnianiu technologii w rolnictwie oraz wzmacniać pozycję gospodarstw rodzinnych, zapobiegając sytuacjom, w których decyzje sądowe wypychają rolnictwo z terenów wiejskich. Dodatkowo zanim sprawa trafi do sądu, strony będą miały obowiązek podjęcia próby polubownego rozwiązania sporu, czyli mediacji.

Nowe zasady dla mieszkańców

Projekt przewiduje również obowiązkowy mechanizm informacyjny dla osób kupujących nieruchomości na wsi.

„Osoby kupujące nieruchomości na wsi będą oficjalnie oświadczały, że mają świadomość, że w ich sąsiedztwie może być prowadzona uciążliwa, ale w pełni legalna działalność rolnicza" – tłumaczył.

Zanim sprawa trafi do sądu, strony będą musiały podjąć próbę mediacji. Prezydent wskazał, że impulsem do przygotowania projektu była sprawa rolnika spod Łodzi, którego działalność uznano za „nadmiernie uciążliwą".

„Jeśli jeden rolnik może zostać w ten sposób ukarany za legalną działalność, to jutro może to spotkać każdego" – ocenił.

Równolegle zapowiedział skierowanie do premiera wniosku o zaskarżenie umowy UE z państwami Mercosur do Trybunału Sprawiedliwości UE. „Wieś nie może dłużej czekać" – podkreślił.

Na koniec prezydent wskazał, że nowe regulacje mają przywrócić równowagę między funkcją mieszkalną a produkcyjną wsi i wzmocnić bezpieczeństwo żywnościowe kraju.

Nad podobną ustawą pracuje resort rolnictwa. Projekt ustawy ws. ochrony funkcji produkcyjnych wsi został opublikowany 30 marca na stronie Rządowego Centrum Legislacji. Trafił on do konsultacji, które potrwają do końca kwietnia. Celem projektowanej ustawy jest także zabezpieczenie realizacji funkcji produkcyjnych wsi oraz ograniczenie na tym tle konfliktów społecznych.
PAP

PiS chce dymisji minister zdrowia. „Jest przykładem na to, jak można demolować ochronę zdrowia"

Karolina Wrońska
Warszawa

Prawo i Sprawiedliwość złoży do Sejmu wniosek o wotum nieufności wobec minister zdrowia Jolanty Sobierańskiej-Grendy.

Politycy PiS-u we wtorek przed siedzibą Ministerstwa Zdrowia skrytykowali działania resortu, wskazując na pogarszającą się sytuację w systemie ochrony zdrowia, oraz zapowiedzieli złożenie w Sejmie wniosku o wotum nieufności wobec minister Jolanty Sobierańskiej-Grendy. – To minister likwidator nominowany przez Donalda Tuska – mówił Przemysław Czarnek.

– Pani Sobierańska-Grenda jest przykładem na to, jak można demolować jedną z najważniejszych płaszczyzn działania tego państwa – ochronę zdrowia. To jest ta pani, której marzeniem jest likwidacja 30 procent szpitali. To jest ta pani, której marzeniem byłoby, żeby każdy płacił fakturę u lekarza, a później refundował ją sobie w NFZ, jeśli by się udało. Czyli to jest ta pani, która chciałaby prywatyzacji służby zdrowia – mówił Czarnek.

Jak zauważył polityk PiS, rok 2026 został ogłoszony rokiem profilaktyki, jednak w tym samym czasie podjęto decyzję o ograniczeniu finansowania badań profilaktycznych. Jako przykład wskazał, że środki na badania takie jak kolonoskopia i gastroskopia zostały zmniejszone do 60 procent.

Przewodnicząca sejmowej komisji zdrowia Marta Golbik (KO) w rozmowie z PAP oceniła, że składanie wniosków o wotum nieufności i debata wokół niego to prawo opozycji i – jak dodała – element wewnętrznej kampanii samego Czarnka. Zapewniła, że koalicja rządząca obroni szefową resortu zdrowia.

Na początku kwietnia swój wniosek o wotum nieufności wobec minister zdrowia zapowiedziała także Partia Razem.
PAP

eprasa.pl fcc20ec372

Strach przed katastrofą nuklearną po ataku na elektrownię jądrową

Kazimierz Sikorski
Teheran

Kluczowa irańska elektrownia jądrowa w Buszehr została uszkodzona po ataku, w którym zginął strażnik, a Teheran ostrzegł, że mogło to doprowadzić do katastrofy.

To już czwarty atak na elektrownię jądrową w Buszehr od początku konfliktu. Atak spowodował uszkodzenie jednego z budynków pomocniczych - podała irańska agencja Tasnim.

Elektrownia przechowuje duże ilości materiałów radioaktywnych, dlatego poważne uszkodzenia mogą spowodować katastrofalny incydent nuklearny w całym regionie.

Dochodzenie sugeruje, że eksplozja nie uszkodziła głównej infrastruktury elektrowni ani nie zakłóciła jej zdolności operacyjnej. Pocisk eksplodował zaledwie 200 metrów od działającego reaktora jądrowego. Kolejne uderzenia stwarzają ryzyko katastrofy nuklearnej.

Atak na Buszehr mógłby spowodować uwolnienie materiałów radioaktywnych, co mogłoby mieć katastrofalne skutki dla środowiska.

Położenie na wybrzeżu Zatoki Perskiej oznacza, że zanieczyszczenia mogłyby przedostać się do wody morskiej, zwiększając ryzyko oddziaływania na ekosystemy morskie, a co ważniejsze, na zakłady odsalania wody, od których wiele państw Zatoki Perskiej jest zależnych w zakresie zaopatrzenia w wodę pitną.

FOT. TWITTER

Buszehr to kluczowa irańska elektrownia jądrowa. Została uszkodzona po ataku rakietowym

Amerykańskie wsparcie dla Orbana przed wyborami

oprac. Anna Nagel
Budapeszt

Wiceprezydent USA J.D. Vance przybył z dwudniową wizytą na Węgry, aby odbyć spotkania z premierem Viktorem Orbanem i wygłosić przemówienie na temat partnerstwa między USA a Węgrami.

FOT. PAP/EPA/AKOS KAISER HANDOUT

Premier Węgier Viktor Orban wita wiceprezydenta USA J.D. Vance'a przed swoim biurem, byłym klasztorem karmelitów w Budapeszcie

- Chcę pomóc premierowi Węgier Viktorowi Orbanowi w sezonie wyborczym jak tylko mogę - zadeklarował we wtorek wiceprezydent USA J.D. Vance na konferencji prasowej w Budapeszcie z szefem węgierskiego rządu.

- Prezydent (USA Donald) Trump i premier Orban dokonali razem wspaniałych rzeczy i jestem tu, by je uczcić - powiedział Vance, podkreślając przyjaźń obu przywódców i poparcie prezydenta USA dla szefa rządu w Budapeszcie przed nadchodzącymi wyborami parlamentarnymi.

- Nie liczę na to, by obywatele Węgier słuchali wiceprezydenta USA, nie dlatego tu jestem. Chcę wysłać sygnał wszystkim, a szczególnie biurokratom w Brukseli, którzy robią, co mogą, by kontrolować naród węgierski, bo nie lubią ich lidera - zaznaczył amerykański wiceprezydent.

- Myślę, że premier Orban jest najbardziej wpływowym przywódcą Europy w kwestiach bezpieczeństwa energetycznego i niezależności. To śmieszne, gdy widzę europejskich liderów mówiących o kryzysie energetycznym, gdy powinni podążyć śladem polityki premiera Orbana i Węgier - powiedział.

- Wyjaśniłem wiceprezydentowi USA J.D. Vance'owi, że mierzymy się na Węgrzech z poważną ingerencją w nadchodzące wybory parlamentarne - powiedział z kolei premier Viktor Orban podczas wspólnej konferencji prasowej z Vance'em.

- Jesteśmy wdzięczni prezydentowi USA Donaldowi Trumpowi i wiceprezydentowi Vance'owi za to, że stali ramię w ramię z Węgrami w ostatnich latach. USA są najsilniejszym państwem globu i jestem szczęśliwy, mogąc powiedzieć, że Stany Zjednoczone są naszym sojusznikiem i dlatego pokój oraz stabilność Węgier są zagwarantowane - powiedział Orban.

Myślę, że premier Orban jest najbardziej wpływowym przywódcą Europy w kwestiach bezpieczeństwa energetycznego i niezależności.

- Rozmawialiśmy też o tym, że Europa zmierza w kierunku jednego z najgorszych kryzysów energetycznych w historii. Dlatego tak ważna jest współpraca energetyczna Węgier z USA - dodał.

Zaznaczył, że z Vance'em omówił też problem „jawnego i poważnego" ingerowania przez zagraniczne służby w proces wyborczy na Węgrzech. Premier nie wyjaśnił, o służby jakiego kraju chodzi.

Wybory parlamentarne na Węgrzech odbędą się w najbliższą niedzielę 12 kwietnia.
PAP

Strzelanina w pobliżu konsulatu Izraela

Marcin Koziestański
Stambuł

Trzy osoby zginęły w strzelaninie w pobliżu izraelskiego konsulatu w Stambule. Jak podaje agencja Reutersa rannych zostało dwóch policjantów.

W pobliżu konsulatu Izraela w Stambule doszło we wtorek do strzelaniny, w wyniku której trzy osoby zginęły - poinformowały tureckie media cytowane przez agencję Reutera.

Jak przekazał gubernator Stambułu Davut Gul, sprawcy byli uzbrojeni w karabiny i pistolety. Dodał, że w strzelaninie rannych zostało dwóch policjantów.

Na nagraniu opublikowanym przez agencję Reutera widać policjanta, który wyciąga broń i kryje się, gdy słychać strzały. Jedna pokazana osoba była cała we krwi.

Turecki minister spraw wewnętrznych Mustafa Ciftci powiedział, że napastnicy byli powiązani z organizacją „wykorzystującą religię (do swoich celów - PAP)". Według lokalnych mediów może chodzić o dżihadystyczną organizację Państwo Islamskie.

Minister sprawiedliwości Turcji Akin Gurlek poinformował, że w sprawie strzelaniny zostanie wszczęte śledztwo. Dodał, że wyznaczono już trzech prokuratorów, którzy zajmą się tym tragicznym incydentem.

Szef izraelskiego resortu dyplomacji Gideon Saar przekazał, że w konsulacie w czasie strzelaniny nie przebywał personel dyplomatyczny. Władze prowincji Stambuł podały, że izraelskich dyplomatów nie było w placówce od dwóch i pół roku. PAP

Astronauci misji Artemis II spędzili sześć godzin na badaniu ciemnej strony Księżyca

oprac. Anna Nagel
Waszyngton

Po 40 minutach przerwy w komunikacji astronauci misji Artemis II odzyskali łączność z NASA. Załoga statku Orion przez sześć godzin badała nieoświetloną półkulę Księżyca.

FOT. HANDOUT/AFP/EAST NEWS

Astronauci misji kosmicznej Artemis II

- Wspaniale znów słyszeć Ziemię - powiedziała specjalistka misji Artemis II Christina Koch, gdy po wyjściu z cienia radiowego kontrola lotów w Houston odzyskała kontakt ze statkiem. - Zawsze wybierzemy Ziemię, zawsze wybierzemy siebie nawzajem - dodała.

Podczas przelotu nad niewidoczną stroną Srebrnego Globu, w trakcie którego łączność z NASA była całkowicie niemożliwa, załoga była świadkiem zjawiska wschodu i zachodu Ziemi.

Astronauci na żywo obserwowali również rozbłyski świetlne powstające w wyniku uderzeń meteoroidów w powierzchnię Księżyca. Dowódca misji Reid Wiseman opisał te widoki jako „całkowicie spektakularne i surrealistyczne", dodając, że brakuje przymiotników, by oddać to, co widzą przez okna.

Zgodnie z danymi pomiarowymi statek Orion znalazł się w najdalszym punkcie trajektorii, oddalając się od Ziemi na dystans 406 771 kilometrów i bijąc historyczny rekord załogowej misji należący dotychczas do Apollo 13.

Wykorzystując unikalną perspektywę, astronauci nadali robocze nazwy dwóm bezimiennym dotąd kraterom. Jeden z nich ochrzczono mianem „Integrity" na cześć statku kosmicznego. Drugi nazwano „Carroll", by upamiętnić żonę dowódcy misji, która zmarła na raka w 2020 roku. Jak przekazał łamiącym się głosem kanadyjski astronauta Jeremy Hansen, jest to „jasny punkt na Księżycu".

Lot Artemis II to pierwsza załogowa wyprawa w okolice Księżyca od czasów programu Apollo. Stanowi ona próbę generalną przed planowanym na 2028 rok lądowaniem człowieka na powierzchni naturalnego satelity.

W skład załogi Artemis II wchodzi czworo astronautów - troje Amerykanów: Christina Koch, Reid Wiseman, Victor Glover oraz Kanadyjczyk Jeremy Hansen.

Załoga rozpoczęła już podróż powrotną, która zakończy się lądowaniem na Pacyfiku w piątek. PAP

eprasa.pl fcc20ec372

Nowości Dziennik Toruński
Środa, 8.04.2026

Kodeks Haysa. Amerykańskie kino w okowach moralności

Ustanowiony 31 marca 1930 r. tzw. Kodeks Haysa, cenzurujący filmy produkowane i dystrybuowane w Stanach Zjednoczonych, zmienił oblicze kina na dobrych kilka dekad

Mariusz Grabowski

William Harrison Hays (1879-1954) był wszechwładnym prezesem Motion Picture Producers and Distributors of America, a do jego Kodeksu zastosował się do 1934 r. cały Hollywood. Producenci, którzy próbowali go obejść, mogli zostać ukarani grzywną w wysokości 25 tys. dolarów.

FOT.PARAMOUNT PICTURES/COLLECTION CHRISTOPHEL/EAST NEWS

Nie wiadomo, czy William Harrison Hays widział w kinie film „Maroko" von Sternberga, choć zapewne doskonale znał jego treść

Purytańska Ameryka

„Kodeks Haysa", a właściwie zbiór wytycznych zatytułowany „The Motion Picture Production Code" niezwykle szczegółowo określał, jakich wątków nie należy pokazywać w filmach. Nagość, obsceniczne, wulgarne zachowania i sformułowania, homoseksualizm, związki międzyrasowe, alkohol, a także niemoralne tańce zostały ocenzurowane.

Nie można było również dokładnie przedstawiać włamań, zabójstw, podpaleń i innych zbrodni, ponieważ uznano, że mogą one zachęcić widzów do popełniania przestępstw. Z kolei dobro i zło musiały być na tyle jasno i wyraźnie zdefiniowane, aby nikt nie miał wątpliwości, które czyny są właściwe, a które nie. Nawet w filmach komediowych nie należało żartować z dobra, niewinności, moralności i sprawiedliwości.

Peter Beresford w tomie „Hollywood. Romanse i skandale" z 1991 r. ujął to w zgrabnej formule: „Kodeks zabraniał realizacji filmu, który mógłby wpłynąć na obniżenie poziomu moralnego widzów i np. skłonić ich do popierania zbrodni i grzechu".

Kwestia religii?

Konsekwentnie potraktowano także kwestie związane z religią. Niedopuszczalne było jej ośmieszanie i przedstawianie osób ją reprezentujących jako czarnych charakterów bądź postaci komicznych. „Każde niuansowanie tych kwestii było podejrzane" - dodaje Beresford.

Osoba Chrystusa musiała być w filmie traktowana z szacunkiem i nie mogła być tematem szyderstw. Kodeks nakazywał, aby w pozytywnym świetle przedstawiać rodzinę i małżeństwo, a zdradę jako rzecz nieatrakcyjną, za którą człowieka może spotkać kara. Co ciekawe, można było pokazywać rozwody, ale pod warunkiem ukazania ich ujemnych skutków.

Podobnie Kodeks dopuszczał sceny uwodzenia i gwałtu, lecz tylko wtedy, gdy wymagała tego intryga. Sceny okrucieństwa wobec dzieci lub zwierząt były dopuszczalne wyłącznie wtedy, kiedy nie przekraczały granicy dobrego smaku.

Skutki Kryzysu

Liberalna narracja przez lata przedstawiała „Kodeks Haysa" jako skutek konserwatywnej ciemnoty i niezgody na obyczajową swobodę. Nie brak jednak opinii, że był on w dużej mierze spełnieniem postulatów kościołów i grup religijnych, które coraz częściej i radykalniej wzywały do cenzury nazbyt „swobodnych" produkcji.

Związek zawodowy Motion Picture Producers and Distributors of America (MPPDA), któremu przewodniczył Hays, polityk związany z partią republikańską, w ocenzurowaniu kina widział wręcz sposób na poprawy wizerunku branży filmowej, który bardzo ucierpiał dzięki emisji produkcji uznanych za kontrowersyjne.

To nie przypadek - w roku 1930, czyli w apogeum Wielkiego Kryzysu - studia filmowe, chcąc przyciągnąć widzów, decydowały się nie tylko na radykalną obniżkę kosztów, redukcję personelu i cen biletów, ale także na produkcję filmów o ryzykownej moralnie wymowie, np. rasistowskich czy na wpół pornograficznych.

Całuśna Dietrich

Dobrym przykładem jest tu „Maroko" z Marleną Dietrich, wyreżyserowane w 1930 r. przez Josefa von Sternberga. gdzie po raz pierwszy w amerykańskim kinie ukazano pocałunek dwóch kobiet. Wątek lesbijski wywołał wielki skandal, podobnie jak transgresyjna wizja uwodzicielskiej kobiety, jednak pełnej męskich cech. Do historii przeszedł image aktorki ubranej w męski frak i cylinder.

Nie wiadomo, czy William Harrison Hays widział w kinie film von Sternberga, choć zapewne doskonale znał jego treść - „Maroko" dostało aż cztery nominacje do Oscara. Na pewno jednak przeanalizował skalę społecznych protestów po jego pokazach. A tych było naprawdę sporo - protestowały nawet organizacje sufrażystowskie, nie godzące się na „narzucanie kobietom roli wyłącznie seksualnego obiektu" przez Hollywood.

Już w 1932 r. w jednym z wywiadów Hays tłumaczył: „Funkcją filmów jest rozrywka (...) nie ma większego obowiązku obywatelskiego niż uczciwa prezentacja czystej rozrywki (...) dostarczając skuteczną rozrywkę, wolną od propagandy, służymy wysokiemu i samowystarczalnemu celowi".

Arbuckle przed sądem

Wspomniany już Peter Beresford dorzuca jeszcze jeden wątek do historii powstania Kodeksu Haysa: na przełomie lat 20. i 30. Fabryka Snów kojarzyła się przeciętnemu Amerykaninowi z daleko posuniętą swobodą obyczajową. Miejscem skandali erotycznych, lekkiego chleba i propagandą łatwego życia.

Najczęściej przywoływanym wówczas przykładem była tragiczna śmierć aktorki Virginii Rappe, w którą zamieszany był niezmiernie w owym czasie popularny komik Roscoe Arbuckle, dzięki pyzatej twarzy i okrągłej głowie nazywany w branży „Mister Moon". Rappe zmarła 9 września 1921 r., cztery dni po ostrej libacji alkoholowej w jego towarzystwie, a jej śmierć stał się przyczyną trzech głośnych procesów sądowych, w których aktora oskarżono o gwałt i doprowadzenie ofiary do śmierci.

Arbuckle'a ostatecznie uniewinniono, jego filmy przestały być jednak wyświetlane, a on sam do końca życia spotykał się z wrogością opinii publicznej. Za zakazem dystrybucji komedii z Arbuckle'a stało MPPDA i jego szef.

Poprawki do Kodeksu

Kodeks Haysa wszedł w życie pod koniec marca 1931 r., jednak początkowo zasady w nim zawarte nie były szczególnie respektowane przez wytwórnie filmowe. Powód był prosty - w okresie zwanym „Pre-Code Hollywood" „Hays nie dysponował jeszcze odpowiednim personelem i nie miał wystarczającej mocy prawnej i siły przebicia, aby wymusić na producentach stosowanie autocenzury" - tłumaczyła Karolina Pasternak, dziennikarka filmowa, gość audycji „Zakazane sceny w amerykańskim kinie. Historia powstania »Kodeksu Haysa«" (Polskie Radio, 31 marca 2025 r.).

Sytuacja zmieniła się dopiero 13 czerwca 1934 r., gdy wprowadzono poprawkę do kodeksu, ustanawiającą tzw. „Production Code Administration (PCA)". Od tego momentu każdy film wydany po 1 lipca musiał otrzymać certyfikat - bez tego nie mógł być nigdzie wyświetlany. Ponadto do „Motion Picture Production Code" zostały dodane nowe, bardziej restrykcyjne zasady regulujące treści ukazywane w filmach. Dla przykładu: długość ekranowego pocałunku wymierzono na trzy sekundy.

Pojawia się o. Lord

W 2007 r. na Uniwersytecie Missouri ukazała się rozprawa Geralda R. Buttersa „Motion Picture Censorshio, 1915-1966", w której zasugerował on nowe spojrzenie na historię „Kodeksowej" cenzury w Hollywood. Okazało się, że pisząc swój „Motion Picture Production Code" Hays odwoływał się do precedensu z 1915 r., kiedy to Sąd Najwyższy Stanów Zjednoczonych, w sprawie Mutual Film przeciwko Industrial Commission of Ohio, jednogłośnie orzekł, że „wolność słowa nie obejmuje filmów".

Jeszcze bardziej sensacyjnie brzmi teza Buttersa, że „Kodeks" jest niemalże wiernym odzwierciedleniem memoriału o. Daniela Lorda, jezuity, który ten przedłożył szefom studiów filmowych w 1930 r. Egzemplarz otrzymał także William Harrison Hays.

Oryginalny projekt o. Lorda zawierał preambułę, ogólne zasady i tuzin konkretnych zastosowań: I. „Przestępstwa przeciwko prawu"; II. „Seks"; III. „Wulgarność"; IV. „Obsceniczne odniesienia"; V. „Obsceniczność"; VI. „Kostium"; VII. „Tańce"; VIII. „Religia"; IX. „Miejsca"; X. „Uczucia narodowe"; XI. „Nagłówki"; i XII. „Odrażające tematy".

Nowe czasy, nowe kino

Projekt o. Lorda nie zawierał niczego specyficznie katolickiego. Co więcej, publiczne przyznanie, że kodeks został napisany przez katolickiego jezuitę, wywołałoby zapewne niepotrzebne kontrowersje, ponieważ antykatolicyzm był wówczas bardzo silny - w 1928 r. amerykański kandydat na prezydenta, demokrata Al Smith, był zaciekle atakowany, ponieważ był katolikiem.

W jakim stopniu wpłynął na „Motion Picture Production Code" Haysa - trudno dziś rozstrzygnąć. Podobnie jak tego, na ile znalazł swe odbicie w młodszym o dwie dekady tzw. „Kodeksie Komiksowym". Warto bowiem zaznaczyć, że jednym z głównych problemów dla cenzorów stała się brutalność historii obrazkowych.

„Kodeks Haysa" obowiązywał de facto aż do końca lat 60., gdy został najpierw zliberalizowany, a następnie zastąpiony przez nowy system oceny filmów - „Motion Picture Association of America (MPAA)". Ustalał on, że każda produkcja była przypisana do konkretnej kategorii: filmy w grupie „G" były dostępne dla wszystkich, w np. grupie „M" dla osób powyżej 12. roku życia. Te z kategorii „R" widzowie poniżej 16. roku życia mogli oglądać jedynie w obecności dorosłych.

Co ciekawe, zmieniło się amerykańskie kino, zmieniły się obyczajowe standardy, a MPAA klasyfikacją produkcji filmowych zajmuje się do dziś.

eprasa.pl fcc20ec372

strona
ZDROWIA
stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Ranking najlepszych sanatoriów na NFZ

Które sanatorium wybrać na turnus finansowany z NFZ? Oczywiście najlepsze! Ale co to właściwie znaczy i jak stwierdzić, które sanatoria są rzeczywiście dobre? Z pomocą przychodzą sami pacjenci, piszący recenzje zakładów leczniczych w Google. Na ich podstawie stworzyliśmy aktualny ranking 7 najlepszych sanatoriów na NFZ w całej Polsce i w poszczególnych województwach.

ZA TYDZIEŃ:

- **Kto i dlaczego nie powinien jeść czosnku? Przeciwwskazania mogą cię zaskoczyć**
- **Zanieczyszczone powietrze sprzyja alergiom. Nasilają się objawy**

FOT. FREEPIK

Czy gorzka czekolada jest zdrowa i pomaga się odchudzać?

Redakcja Strony Zdrowia
redakcja@stronazdrowia.pl

Gorzka czekolada uchodzi za superfood. Zawiera duże ilości polifenoli, flawonoli i katechin. Działa przeciwzapalnie, korzystnie wpływa na serce i pracę mózgu. Ale czy wspomaga odchudzanie?

FOT. FREEPIK

Gorzka czekolada może wpływać na zmniejszenie stężenia insuliny we krwi

Gorzka czekolada, zawierająca minimum 70 proc. miazgi kakaowej, to źródło wielu składników mineralnych oraz niektórych witamin – ma ich zdecydowanie więcej niż inne typy czekolady.

Wśród najcenniejszych wymienianie są przede wszystkim potas, fosfor, magnez, wapń, żelazo, jod, niacyna, witamina E, tiamina i ryboflawina. Gorzka czekolada to także skarbnica antyoksydacyjnych polifenoli, które sprawiają, że jedzenie prawdziwej gorzkiej czekolady pomaga zmniejszyć ryzyko wystąpienia chorób sercowo-naczyniowych, takich jak nadciśnienie, miażdżyca, zakrzepicy żylna czy nawet udaru mózgu.

Mimo całego dobrodziejstwa należy pamiętać, że gorzka czekolada należy do dość kalorycznych produktów. 100 g, czyli tradycyjna tabliczka, dostarcza przeciętnie 500 kcal, 40 g tłuszczu, 13 g białka, 8 g węglowodanów i 6 g błonnika.

Czy gorzka czekolada pomaga w odchudzaniu?

Badania pokazują, że gorzka czekolada może wpływać na zmniejszenie stężenia insuliny we krwi, co z kolei może skutkować zwiększoną utratą masy ciała i zmniejszonym magazynowaniem tłuszczu. Inne wyniki – potrzebujące jeszcze potwierdzenia – wskazują także na to, że ciemna czekolada może pomóc w kontrolowaniu prawidłowego poziomu cukru we krwi.

Inne badania potwierdziły, że ciemna czekolada może zmniejszyć łaknienie i dawać uczucie sytości, co może być pomoce w utracie wagi. Według badaczy jedzenie czekolady nie tylko sprawiło, że uczestnicy badania byli miej głodni (spadł u nich poziom greliny – hormonu stymulującego głód), ale byli również bardziej najedzeni i zadowoleni niż osoby, które jadły inne rodzaje czekolady. Badania pokazały też, że u 15 kobiet z nadwagą, które codziennie przez tydzień spożywały czekoladę, zaobserwowano obniżenie poziomu cholesterolu i zmniejszenie masy ciała.

Dieta czekoladowa? Niekoniecznie...

W świetle wyników badań czekolada rzeczywiście może być uznana za superfood sprzyjający utracie wagi. Jednak nie należy w związku z tym przechodzić na „dietę czekoladową", ale uznać ją za pełnowartościowy produkt, który warto włączyć do codziennego jadłospisu, jeśli zależy nam na utrzymaniu aktualnej wagi lub zrzuceniu kilku kilogramów. Jest z pewnością dobrym wyborem, jeśli mamy ochotę na słodką przekąskę. Lepiej wybrać wtedy kostkę gorzkiej czekolady niż sięgnąć po przetworzone sklepowe słodycze lub mleczną albo białą czekoladę. Według dietetyków bezpieczną i zalecaną porcją dla osób zdrowych jest 15-50 g dziennie, przez pięć dni w tygodniu. Im częściej sięgamy po czekoladę, tym porcje powinny być mniejsze.

Nieliczne przeciwwskazania do jedzenia gorzkiej czekolady, to oprócz nietolerancji pokarmowych i alergii, niektóre choroby nerek i układu moczowego oraz tendencja do częstych zaparć.

Mimo jej zalet należy pamiętać, że gorzka czekolada to kaloryczny produkt. Tradycyjna tabliczka dostarcza przeciętnie 500 kcal.

Dodaj do kawy, a zyskasz energię i dobry nastrój

Kawa z czekoladą gorzką to połączenie espresso lub mocnej kawy filtrowanej z rozpuszczoną gorzką czekoladą (o wysokiej zawartości kakao) i mlekiem (lub jego roślinnym zamiennikiem). Najpopularniejszą i najbardziej klasyczną formą tego napoju jest mokka (lub caffè mocha), czyli jeden z wariantów kawy latte. Jednak w kawie mokka nie ma mlecznej pianki tak jak w latte czy cappuccino. Dlatego ozdabia się ją bitą śmietaną, jednak nie polecam tego pomysłu ze względu na to, że podwyższa kaloryczność napoju. Kawa z gorzką czekoladą wyróżnia się intensywnym smakiem kakao, który doskonale komponuje się z goryczką kawy. Najlepszy efekt uzyskasz, rozpuszczając czekoladę w gorącym espresso i spieniając mleko. Połączenie kawy (kofeiny) i gorzkiej czekolady (kakao) dostarcza nie tylko przyjemnych doznań smakowych, ale także łączy korzystne właściwości obu tych składników:

- Zwiększa koncentrację i poprawia nastrój – kofeina to stymulant, który zwiększa czujność i koncentrację. Kakao z gorzkiej czekolady zawiera teobrominę – łagodniejszy stymulant, który w połączeniu z kofeiną może wydłużać i wzmacniać poczucie skupienia oraz poprawiać nastrój. Kakao może także wspierać uwalnianie endorfin, czyli hormonów szczęścia.
- Wspomaga odchudzanie – gorzka czekolada potrafi przyspieszyć metabolizm i wspomóc spalanie tłuszczu, podczas gdy kawa działa jako naturalny środek zmniejszający łaknienie (ograniczający apetyt).
- Działa antyoksydacyjnie – zarówno kawa, jak i gorzka czekolada są bogate w przeciwutleniacze (polifenole, flawonoidy). Flawonoidy w kakao są jednymi z silniejszych. Przeciwutleniacze pomagają w walce z wolnymi rodnikami, co ma znaczenie w profilaktyce chorób serca i neurodegeneracyjnych.
- Wspiera serce i układu krążenia – flawonole zawarte w kakao mogą poprawiać przepływ krwi poprzez zwiększenie produkcji tlenku azotu, co przyczynia się do obniżenia ciśnienia krwi i poprawy funkcjonowania naczyń krwionośnych. Kofeina może mieć krótkotrwały efekt podnoszący ciśnienie, ale umiarkowane spożycie kawy jest generalnie neutralne lub korzystne dla zdrowia serca.
- Chroni mózg i układ nerwowy – flawonoidy z kakao są badane pod kątem ich zdolności do poprawy funkcji poznawczych, w tym pamięci i czasu reakcji.

eprasa.pl fcc20ec372

Nowości Dziennik Toruński
Środa, 8.04.2026

„Świetna lokalizacja, pokoje czyste i przytulne". Ranking najlepszych sanatoriów na NFZ

Emil Hoff
emil.hoff@polskapress.pl

Które sanatorium wybrać na turnus finansowany z NFZ? Oczywiście najlepsze! Ale co to właściwie znaczy i jak stwierdzić, które sanatoria są rzeczywiście dobre?

FOT. JACEK BABICZ/ZDJĘCIE ILUSTRACYJNE

Zobacz listę najlepszych sanatoriów na NFZ

Z pomocą przychodzą sami pacjenci, piszący recenzje zakładów leczniczych w Google. Na ich podstawie stworzyłem aktualny ranking 7 najlepszych sanatoriów na NFZ w całej Polsce, a także listy najlepszych sanatoriów dla poszczególnych województw. Łącznie oceniłem 31 sanatoriów.

Sanatoria nie są sobie równe i dlatego już na etapie konsultacji z lekarzem i uzyskiwania skierowania warto zaznaczyć w dokumentacji, w którym konkretnie zakładzie chcielibyśmy dobyć turnus. NFZ nie musi uwzględnić naszych preferencji, ale może to zrobić, więc warto spróbować.

Jak wybrać dobre sanatorium? Na co zwracać uwagę, poza dopasowaniem do profilu naszych dolegliwości? Z opinii i opowiadań pacjentów można wyciągnąć wnioski na temat tego, jakie powinno być dobre sanatorium. Cechy idealnego miejsca na turnus to:

- Szeroka i zróżnicowana oferta zabiegowa, profesjonalna i troskliwa opieka lekarska, z częstymi konsultacjami.
- Wysoki standard pokoi, czystość całego budynku i otoczenia, także (zwłaszcza!) sal i sprzętów zabiegowych.
- Dobre jedzenie, dostosowane do indywidualnych potrzeb żywieniowych pacjentów.
- Wygodne rozplanowanie ośrodka, bez konieczności długich i wyczerpujących marszów z jednej sali zabiegowej do drugiej, zwłaszcza bez konieczności wspinania się na strome schody.
- Ładne i zadbane otoczenie z ogródkiem lub parkiem, czyste powietrze bez dymu z pieców czy palarni.
- Pacjenci leczący się na NFZ powinni być traktowani na równi z komercyjnymi, bez rażących różnic w podejściu personelu czy ofercie zabiegów.

Wszystko świetnie, ale skąd wiadomo, które sanatorium rzeczywiście jest dobre czy wręcz bliskie ideałowi? Najlepiej spytać o zdanie samych pacjentów, którzy już odbyli turnusy.

Nie musisz wcale nigdzie dzwonić czy mailować - najprościej sprawdzić opinie pacjentów o danym sanatorium, publikowane w Google. Wyszukiwarka Google pozwala każdemu napisać recenzję danego miejsca, także sanatorium.

Pacjenci chętnie dzielą się w recenzjach Google swoimi wrażeniami z pobytów, opisują wszystko bez ogródek i cenzury, i wystawiają oceny od 0 do 5. Znane sanatoria miewają po kilkaset i więcej recenzji.

Recenzje Google to świetne źródło informacji o jakości danego sanatorium. By ułatwić ci wybranie najlepszego sanatorium w całym kraju lub w twojej okolicy, stworzyłem dwa rankingi właśnie na podstawie opinii pacjentów.

TOP 7 najlepszych sanatoriów na NFZ w całej Polsce

Zobacz mój ranking najlepszych polskich sanatoriów na NFZ. Stworzyłem go na podstawie ocen i opinii samych kuracjuszy, publikowanych w Google.

Na liście znajdują się tylko sanatoria przyjmujące pacjentów na NFZ, z ocenami równymi lub wyższymi 4,0 i liczbą recenzji wynoszącą 400 lub więcej.

Liczba recenzji jest ważna, ponieważ świadczy o popularności, a więc i renomie danego sanatorium, a także zwiększa wiarygodność jego ogólnej oceny przez internautów.

Zastosowałem punktację, która decyduje o miejscu w rankingu. Obliczenie jest proste: mnożę średnią ocen przez liczbę recenzji. Sanatoria z ocenami poniżej 4,0 (zobacz kolejne rankingi niżej) dostają karę minus 200 punktów.

- **Miejsce 1: 22 Wojskowy Szpital Uzdrowiskowo-Rehabilitacyjny w Ciechocinku.**

Średnia ocen w Google: 4,6; liczba recenzji w Google: 1516, punktacja: 6973,6.

- **Miejsce 2: Sanatorium Uzdrowiskowe KRYSTYNKA w Ciechocinku**

Średnia ocen w Google: 4,6, liczba recenzji w Google: 1462, punktacja: 6725,2

- **Miejsce 3: Sanatorium Włókniarz w Busku-Zdroju**

Średnia ocen w Google: 4,2, liczba recenzji w Google: 915, punktacja: 3843.

- **Miejsce 4: Łazienki II Pałac w Ciechocinku**

Średnia ocen w Google: 4,0, liczba recenzji w Google: 853, punktacja: 3412.

- **Miejsce 5: BiaVita Sanatorium Uzdrowiskowe Augustów Medical SPA**

Średnia ocen w Google: 4,5, liczba recenzji w Google: 495, punktacja: 2227,5

- **Miejsce 6: Świerkowy Zdrój Medical SPA Rymanów-Zdrój**

Średnia ocen w Google: 4,4, liczba recenzji w Google: 437, punktacja: 1922,8

- **Miejsce 7: Świerkowy Zdrój Medical SPA Iwonicz-Zdrój**

Średnia ocen w Google: 4,0, liczba recenzji w Google: 410; punktacja: 1640.

Które sanatoium jest najlepsze w twoim województwie?

Poniżej znajdziesz listę polskich sanatoriów, przyjmujących pacjentów na turnusy finansowane przez NFZ według województw.

- **Dolnośląskie**

Miejsce 1: Centrum Medyczne Karpacz. Średnia ocen w Google: 3,6, liczba recenzji w Google: 185, punktacja: 466

- **Kujawsko-Pomorskie**

Miejsce 1: 22 Wojskowy Szpital Uzdrowiskowo-Rehabilitacyjny w Ciechocinku. Średnia ocen w Google: 4,6, liczba recenzji w Google: 1516, punktacja: 6973,6.

- **Lubelskie**

Miejsce 1: Sanatorium Uzdrowiskowe ZNP w Nałęczowie. Średnia ocen w Google: 4,3, iczba recenzji w Google: 62, punktacja: 266,6

- **Podkarpackie**

Miejsce 1: Świerkowy Zdrój Medical SPA Rymanów-Zdrój. Średnia ocen w Google: 4,4, liczba recenzji w Google: 437, punktacja: 1922,8

- **Podlaskie**

Miejsce 1: Sanatorium Uzdrowiskowe Augustów Medical SPA. Średnia ocen w Google: 4,5, liczba recenzji w Google: 495, punktacja: 2227,5

- **Pomorskie**

Miejsce 1: Sanatorium Sobieszewo. Średnia ocen w Google: 4,0, liczba recenzji w Google: 324, punktacja: 1296

- **Śląskie**

Miejsce 1: Sanatorium Uzdrowiskowe Malwa w Ustroniu. Średnia ocen w Google: 4,0, liczba recenzji w Google: 97, punktacja: 388

- **Świętokrzyskie**

Miejsce 1: Sanatorium Włókniarz w Busku-Zdroju. Średnia ocen w Google: 4,2, liczba recenzji w Google: 915, punktacja: 3843

Więcej szczegółów na: stronazdrowia.pl

FOT. GETTY IMAGES

Szpinak i ziemniaki to najbardziej zanieczyszczone warzywa wg EWG

Brudna Dwunastka 2026 ma najwięcej pestycydów

Ola Głowacka
redakcja@stronazdrowia.pl

Każdego roku Environmental Working Group (EWG) publikuje raport z listą tzw. Brudnej Dwunastki - warzyw i owoców o najwyższej zawartości pozostałości pestycydów.

W 2026 r. lista ponownie zaskakuje - badania USDA po umyciu, szorowaniu i obraniu próbek wykazały aż 264 różne pestycydy.

Oto 12 produktów o najwyższej zawartości pestycydów. Lista powstała na podstawie analizy ponad 54 tys. próbek 47 rodzajów owoców i warzyw:

- Szpinak - numer 1; najwięcej pestycydów w przeliczeniu na masę, przeciętnie minimum cztery różne substancje na próbkę.
- Truskawki - popularne, ale z reguły przenoszą ślady dziesiątek pestycydów.
- Jarmuż, kapusta włoska, gorczyca - ponad połowa próbek zawierała substancje potencjalnie rakotwórcze.
- Winogrona;
- Nektarynki;
- Brzoskwinie;
- Wiśnie;
- Jabłka - często spryskiwane środkami chemicznymi po zbiorach.
- Gruszki - jedne z najbardziej skażonych owoców.
- Jeżyny - nowość na liście, badane ponownie od 2023 r.
- Borówki
- Ziemniaki - najbardziej zanieczyszczone warzywo według EWG.

Naukowcy od lat dokumentują wpływ pestycydów na organizm. EWG przypomina, że wcześniejsze badania łączyły ekspozycję z porodami przedwczesnymi, wadami wrodzonymi, chorobami serca, zwiększonym ryzykiem nowotworów, poronieniami, obniżeniem jakości nasienia.

Amerykańska Akademia Pediatrii ostrzega także, że narażenie w ciąży zwiększa ryzyko wad wrodzonych, obumarcia płodu i niskiej masy urodzeniowej, a u dzieci wiąże się z problemami z koncentracją i uczeniem się oraz ryzykiem nowotworów.

Tegoroczny raport po raz pierwszy szeroko podkreśla obecność pestycydów z grupy PFAS, tzw. wiecznych chemikaliów - trudnych do rozkładu i kumulujących się w organizmie. Ponad 60% próbek Brudnej Dwunastki zawierało PFAS, związane m.in. z zaburzeniami hormonalnymi, chorobami tarczycy, uszkodzeniem wątroby, obniżoną płodnością, osłabieniem odporności.

FOT. FREEPIK

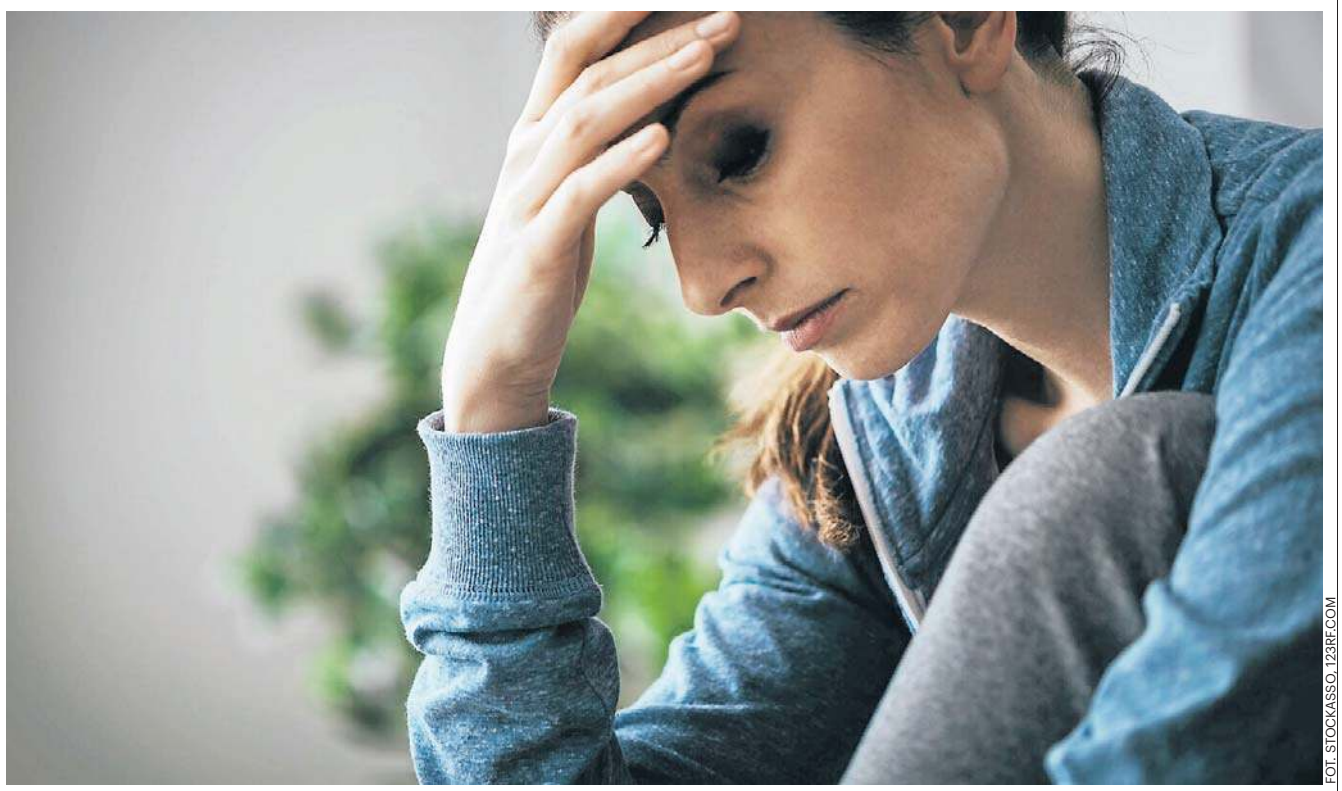
Jak zmniejszyć ilość pestycydów w jedzeniu? Jednym ze sposobów jest właściwe mycie

eprasa.pl fcc20ec372

Rak wywołuje stres, stres karmi raka. Jak przerwać ten zaklęty krąg?

oprac. Emil Hoff
redakcja@stronazdrowia.pl

Przewlekły stres może uruchamiać procesy sprzyjające rozwojowi choroby onkologicznej i osłabia mechanizmy obronne organizmu - uważają badacze z Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu.



FOT. STOCKASSO, 123RF.COM

Psychoterapia w onkologii nie jest wyłącznie wsparciem emocjonalnym. Interwencje psychologiczne mogą zmniejszać lęk i depresję, poprawiać jakość życia oraz wpływać na markery stresu i zapalenia

W gabinecie onkologicznym stres pojawia się już w chwili diagnozy, narasta na kolejnych etapach leczenia i często nie ustępuje nawet po zakończeniu terapii - napisali badacze w komunikacie. - Stres towarzyszy decyzjom terapeutycznym, oczekiwaniu na wyniki badań, lękowi przed nawrotem choroby i zmianom w codziennym funkcjonowaniu. Badania pokazują, że przewlekły stres może uruchamiać procesy biologiczne sprzyjające rozwojowi choroby onkologicznej i osłabia mechanizmy obronne organizmu.

Analiza przygotowana przez badaczy z Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu została opublikowana w 2026 roku w International Journal of Molecular Sciences. Autorzy przeanalizowali dane dotyczące czterech nowotworów - raka piersi, prostaty, trzustki i jajnika - porządkując je według pięcioletniego przeżycia.

Z biologicznego punktu widzenia przewlekły stres oznacza długotrwałe obciążenie zdolności adaptacyjnych organizmu. Nie jest to jednorazowa reakcja na trudne wydarzenie, lecz stan, w którym układy odpowiedzialne za reagowanie na zagrożenie pozostają aktywne przez tygodnie lub miesiące.

W onkologii stres ma charakter wielowymiarowy. Obejmuje nie tylko lęk czy smutek, ale także czynniki społeczne, zawodowe, rodzinne i egzystencjalne. Dla wielu pacjentów oznacza konieczność redefinicji planów życiowych, ról społecznych i poczucia kontroli nad własnym ciałem.

Autorzy analizy opisują mechanizmy łączące przewlekły stres z przebiegiem nowotworu jako trzy powiązane ze sobą etapy.

Pierwszym z nich jest alarm hormonalny. Przewlekły stres prowadzi do utrzymującej się aktywacji osi podwzgórze-przysadka-nadnercza (HPA) oraz układu współczulnego. W praktyce oznacza to długotrwałe podwyższenie poziomu kortyzolu, adrenaliny i noradrenaliny.

- Organizm działa, jakby stale był w trybie zagrożenia. To wiąże się z nasileniem procesów zapalnych oraz immunosupresją, co może sprzyjać progresji nowotworu i osłabiać odpowiedź na leczenie - powiedziała cytowana w komunikacie współautorka przeglądu Katarzyna Herbetko, studentka Wydziału Lekarskiego i doktorantka Nauk Medycznych i Nauk o Zdrowiu UMW.

Drugim etapem jest wpływ na odporność i stan zapalny. Hormony stresu oddziałują na funkcjonowanie układu immunologicznego. Długotrwała ekspozycja na kortyzol i katecholaminy może osłabiać nadzór immunologiczny oraz przesuwać równowagę w stronę przewlekłego, nisko nasilonego stanu zapalnego. Jest to środowisko, w którym komórkom nowotworowym łatwiej przetrwać, namnażać się i unikać mechanizmów kontroli.

Trzecim elementem jest wpływ na środowisko guza. Na poziomie tkankowym przewlekły stres może oddziaływać na angiogenezę (czyli proces, który polega na tworzeniu nowych naczyń krwionośnych i występuje w przebiegu wielu nowotworów złośliwych), migrację komórek nowotworowych oraz procesy związane z opornością na leczenie. Autorzy zaznaczają jednak istotne zastrzeżenie: są to mechanizmy biologicznie zgodne z obecną wiedzą, ale w badaniach klinicznych bardzo trudno oddzielić wpływ stresu od zaawansowania choroby, intensywności terapii i innych czynników klinicznych.

Jednym z kluczowych wniosków przeglądu jest to, że przewlekły stres nie oddziałuje w taki sam sposób we wszystkich nowotworach. Jego znaczenie biologiczne i kliniczne zależy zarówno od typu choroby, jak i od jej rokowania.

W nowotworach o lepszym przeżyciu, takich jak rak piersi i rak prostaty, stres najczęściej przyjmuje postać przewlekłej niepewności. Pacjenci żyją z chorobą przez dłuższy czas, zmagając się z lękiem przed nawrotem, skutkami ubocznymi leczenia oraz trwałymi zmianami w jakości życia. W tym kontekście na pierwszy plan wysuwa się biologiczna rola sygnalizacji adrenergicznej i glukokortykoidowej, która w badaniach przedklinicznych wiąże się między innymi z procesami przerzutowania oraz odpowiedzią na terapię. Nie oznacza to, że stres „niweczy leczenie", lecz że u części pacjentów może stanowić dodatkowy czynnik biologiczny współkształtujący przebieg choroby.

Inny obraz wyłania się w nowotworach o gorszym rokowaniu, takich jak rak trzustki i rak jajnika. W tej grupie dystres (czyli nadmierny stres) psychiczny i depresja występują częściej i zwykle mają większe nasilenie.

Co istotne, objawy psychiczne mogą czasem wyprzedzać rozpoznanie nowotworu, co sugeruje udział mechanizmów biologicznych, a nie wyłącznie reakcję emocjonalną na diagnozę. Na poziomie biologicznym dominują tu mechanizmy zapalne i cytokinowe, w tym podwyższony poziom IL-6, oraz znaczne obciążenie ogólnoustrojowe - czytamy w komunikacie.

- Dystres psychiczny nie jest tylko emocją, ale czynnikiem, który może dokładać się do fizjologicznego przeciążenia organizmu i obniżać rezerwy niezbędne w procesie leczenia - powiedziała Herbetko.

Autorzy przeglądu podkreślili, że psychoterapia w onkologii nie jest wyłącznie wsparciem emocjonalnym. Dane pokazują, że interwencje psychologiczne mogą zmniejszać lęk i depresję, poprawiać jakość życia oraz wpływać na markery stresu i zapalenia, takie jak poziom kortyzolu czy wybrane cytokiny. Jednocześnie badacze zachowują ostrożność interpretacyjną.

- Nie ma prostej zależności: psychoterapia równa się dłuższe przeżycie. Widzimy realne, mierzalne zmiany biologiczne, ale obecny stan wiedzy nie pozwala na jednoznaczne wnioski dotyczące śmiertelności - zaznaczyła Herbetko.

Najważniejszy przekaz analizy jest jednoznaczny: przewlekły stres nie jest winą pacjenta. Jest natomiast czynnikiem powiązanym z mierzalnymi procesami biologicznymi, który podobnie jak ból, niedożywienie czy zaburzenia snu może i powinien być adresowany klinicznie.

Autorzy postulują systemowe włączenie psychoonkologii do standardu opieki, rutynowy screening dystresu i szybkie ścieżki pomocy, wsparcie dla partnerów i opiekunów, a także rozwój interwencji cyfrowych oraz strategii podtrzymujących efekt terapii.

- Psychoonkologia nie może być dodatkiem. Przewlekły stres powinien być traktowany jako modyfikowalny czynnik ryzyka w onkologii, analizowany w kontekście złożonych interakcji biologicznych, psychologicznych i środowiskowych - podsumowała Herbetko.

Groźna choroba płuc, o której mówi się za mało

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

Jedno zaostrzenie przewlekłej choroby płuc może mieć poważne konsekwencje. Zwiększa ryzyko zawału serca i udaru nawet dziesięciokrotnie.

Zaostrzenia przewlekłej obturacyjnej choroby płuc niosą ze sobą poważne konsekwencje zdrowotne. Jak ujawniła dr n. med. Małgorzata Czajkowska-Malinowska, podczas konferencji „POChP w Polsce 2026: aktualne kierunki profilaktyki i leczenia", znacząco zwiększają ryzyko rozwoju chorób sercowo-naczyniowych.

- Co to zaostrzenie oznacza dla pacjenta? Nie tylko pobyt w szpitalu, nie tylko zagrożenie życia. Konsekwencje zaostrzeń przekładają się także na ryzyko rozwoju chorób sercowo-naczyniowych. Im cięższe jest zaostrzenie, tym ryzyko rozwoju chorób sercowo-naczyniowych jest większe. Dla przykładu, ciężkie zaostrzenie zwiększa dziesięciokrotnie ryzyko zawału serca, udaru mózgu w okresie do 30 dni po zaostrzeniu — powiedziała ekspertka.

Co więcej, podwyższone ryzyko utrzymuje się nawet do roku po zaostrzeniu. Choć stopniowo maleje, nadal pozostaje istotne.

Pacjenci z przewlekłą obturacyjną chorobą płuc zmagają się również z wieloma innymi obciążeniami. Szacuje się, że około 35 proc. chorych doświadcza objawów lęku i depresji. Prowadzi to do ograniczenia aktywności w życiu codziennym, zawodowym i społecznym, a nawet rodzinnym.

W efekcie wielu pacjentów stopniowo ulega wykluczeniu społecznemu, które dodatkowo pogłębia się wraz z postępem choroby i problemami psychicznymi.

POChP jest jedną z najczęstszych przyczyn zgonów na świecie. Zajmuje trzecie miejsce, tuż po zawale serca i udarze mózgu.

Choroba ta polega na postępującym ograniczeniu przepływu powietrza w drogach oddechowych oraz uszkodzeniu pęcherzyków płucnych.

W jej przebiegu najczęściej obserwuje się takie objawy jak:

- nawracająca lub stała duszność, która może pojawiać się nawet podczas codziennych czynności,
- przewlekły kaszel,
- długotrwałe odkrztuszanie wydzieliny.

eprasa.pl fcc20ec372

Apelują o pomoc psychologiczną dla mieszkańców wsi

Agnieszka Romanowicz
agnieszka.romanowicz@polskapress.pl

Mieszkańcy wsi chorują na depresję częściej niż ogół populacji, ale rzadziej zgłaszają się z tym do lekarza. Działania w tej sprawie podjęła Rada ds. Kobiet i Rodzin z Obszarów Wiejskich.

Szacuje się, że w Polsce na depresję choruje około aż 1,285 mln osób. Chorych przybywa w szybkim tempie. Refundowane leki przeciwdepresyjne (stosowane w depresji i innych zaburzeniach psychicznych) wykupiło w 2024 roku 1,9 mln osób, o 97 procent. więcej niż w 2013 roku.

Wielu chorych w regionie

W Kujawsko-Pomorskiem odsetek osób, które w 2024 r. zrealizowały co najmniej jedną receptę na refundowany lek przeciwdepresyjny, był najwyższy w Polsce i wyniósł 6,7 proc. Dla porównania, w Opolskiem było to 3,8 proc.

Wiadomo, że większość chorych na depresję to mieszkańcy wsi.

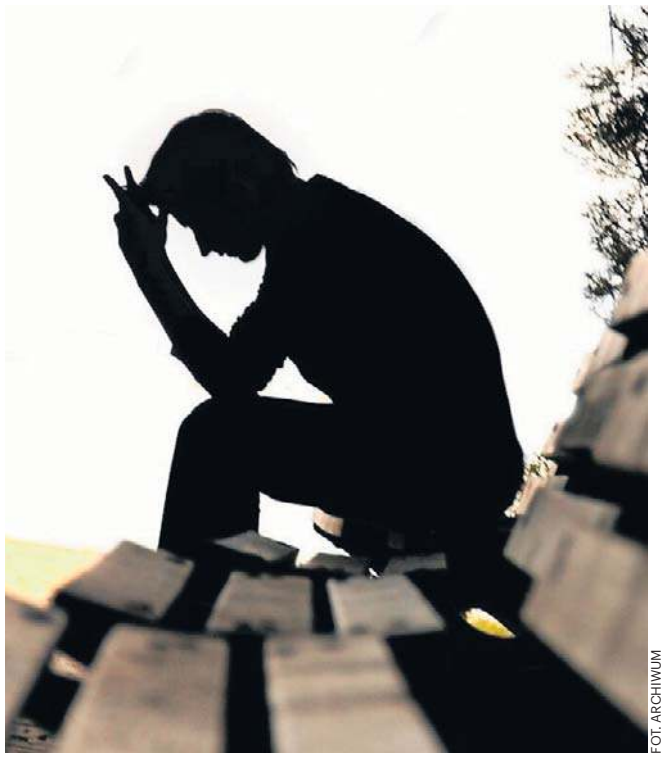
- Rolnicy miewają myśli samobójcze częściej niż ogół populacji. Badania dowodzą, że od 8 do 20 procent rolników w Europie, w zależności od kraju, miewa raz w miesiącu myśli samobójcze, podczas, gdy w całej populacji to jest od 0,5 procenta do 3 procent - podkreśla prof. Wojciech Knieć, socjolog wsi z UMK.

Jednak z danych NFZ wynika, że w 2024 r. w Kujawsko-Pomorskiem co najmniej jedną receptę na refundowany lek przeciwdepresyjny zrealizowało 65,9 procent pacjentów zamieszkałych w miastach i gminach miejskich a nie na wsiach.

- Problem depresji, szczególnie na wsi, jest tematem bardzo często ukrywanym - tłumaczy Wiktor Szmulewicz, prezes Krajowej Rady Izb Rolniczych.

- Delegatki Rady ds. Kobiet i Rodzin z Obszarów Wiejskich ze wszystkich województw potwierdzają, że często spotykają się z nieleczoną depresją wśród rolników i członków ich rodzin - dodaje.

Zdaniem Rady konieczne jest stworzenie specjalnego programu wsparcia psychologicznego dla rolników, polegającego przede wszystkim na ułatwionym dostępie do specjalistów w wiejskich ośrodkach zdrowia.


FOT. ARCHIWUM

Rada Kobiet często spotyka się z nieleczoną depresją wśród rolników i członków ich rodzin

- Na wsiach brakuje specjalistycznych placówek, a jeśli istnieją, to zatrudniają zbyt mało specjalistów - argumentuje Wiktor Szmulewicz w piśmie, które Krajowa Rada Izb Rolniczych skierowała w tej sprawie do Jolanty Sobierańskiej-Grendy, Minister Zdrowia.

- Mieszkańcy miast korzystali z opieki całodobowej o 28 procent częściej niż mieszkańcy wsi - zarówno w przypadku pierwszorazowego leczenia, jak i ogółem - potwierdza Katarzyna Kęcka, podsekretarz stanu w Ministerstwie Zdrowia.

Zwraca przy tym uwagę, że pomoc psychologiczna, w tym również dla mieszkańców wsi, zapewniona jest w wielu zakresach, w zależności od potrzeb zdrowotnych i nie różnicuje ona świadczeniobiorców ze względu na ich miejsce zamieszkania.

Ma być więcej centrów zdrowia psychicznego

- W celu zagwarantowania równego dostępu do świadczeń dla wszystkich osób potrzebujących właściwej opieki psychiatrycznej, Ministerstwo Zdrowia wdraża kompleksową reformę systemu ochrony zdrowia psychicznego - zapowiada Katarzyna Kęcka.

W regionie odsetek osób wykupujących co najmniej jedną receptę na refundowany lek przeciwdepresyjny był najwyższy w Polsce

Chodzi m. in. o centra zdrowia psychicznego, gdzie można przyjść do punktu zgłoszeniowo-koordynacyjnego bez skierowania lub umawiania wizyty. Dyżurują tam specjaliści (w godzinach 8-18), którzy na miejscu opracowują indywidualny plan leczenia.

- Celem działań jest stworzenie możliwości kontraktowania Centrów w ramach ogólnego systemu świadczeń zdrowotnych oraz znaczące zwiększenie dostępności tej formy opieki, szczególnie w regionach, które dotychczas nie były objęte pilotażem - wyjaśnia MZ.

W Polsce funkcjonuje 117 centrów zdrowia psychicznego, obejmują połowę dorosłej populacji Polski. W Kujawsko-Pomorskiem są cztery:

- Wojewódzki Szpital Zdrowia Psychicznego w Świeciu,
- Wojewódzki Szpital Zespolony w Toruniu,
- Szpital Uniwersytecki im. dr. Jurasza w Bydgoszczy,
- Regionalny Szpital Specjalistyczny w Grudziądzu.

W nagłej sytuacji zagrożenia życia lub zdrowia pacjent może skorzystać z centrum wsparcia dla osób dorosłych w kryzysie psychicznym, dzwoniąc pod nr tel. 800 70 2222. ©℗

DROBNE

Praca

ZATRUDNIĘ

505-221-448 Murarzy oraz pomocników do prac wykończeniowych, elewacyjnych.

Zdrowie

STOMATOLOGIA

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

Usługi

KOMPUTEROWE

514-042-236. Informatyk z dojazdem.

PORZĄDKOWE

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

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne w Twojej gazecie przez Internetowe Biuro Ogłoszeń. **Bez wychodzenia z domu.**

ibo.polskapress.pl

AUTOREKLAMA

Kondolencje i nekrologi w Twojej gazecie przez Internetowe Biuro Ogłoszeń, bez wychodzenia z domu

Tutaj zlecisz ogłoszenie
ibo.polskapress.pl

REKLAMA 0011503210

„ALPA"
Zakład i Dom Pogrzebowy
Nowa Główna Siedziba:
Toruń: ul. M. C. Skłodowskiej 41
ul. Podgórna 16
ul. Okólna 30
tel. 56/62-226-59
fax 56/66-11-239
CAŁĄ DOBĘ **www.alpa.com.pl**

- Transport ciała na terenie kraju i Europy;
- Załatwianie formalności pogrzebowych;
- Kremacje, ekshumacje;
- Odzież i dewocjonalia
- Wieńce i wiązanki
- Sprzedaż nagrobków;
- Możliwość wyboru kolorystyki strojów żałobników;
- Z szacunkiem i zaangażowaniem spełniamy ostatnią posługę.

REKLAMA 0011503213

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

REKLAMA 0011489354

REZONANS MAGNETYCZNY
7 DNI W TYGODNIU
ODPŁATNIE I W RAMACH UMOWY Z NFZ
OPIS BADANIA W CIĄGU OKOŁO 10 DNI
„TOMOGRAF"
ul. Kościuszki 71, Toruń
Rejestracja badań odpłatnych:
601 261 986, 22 276 24 40
rejestracja@tomograf.torun.pl **www.tomograf.torun.pl**

0011506498

„Nie umiera Ten, Kto pozostaje w pamięci żywych"

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że dnia 4 kwietnia 2026 roku odeszła do Pana,
opatrzona Sakramentami Świętymi, kochana Mama,
Babcia, Prababcia, Siostra, Bratowa i Ciocia

ŚP

Stefania Pawłowska

z domu Kozioziembska, lat 83

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się w piątek, 10 kwietnia 2026 roku o godz. 9.30 modlitwą różańcową w kaplicy przy kościele pw. Chrystusa Króla. O godz. 10.00 w kościele zostanie odprawiona Msza Święta żałobna. Po Mszy Świętej ceremonia pogrzebowa odbędzie się na Cmentarzu Parafialnym przy ul. Wybickiego (od ul. Wybickiego).

Pogrążona w smutku *Rodzina*

REKLAMA 0011506154

Prezydent Miasta Torunia

informuje, iż w dniu 8 kwietnia 2026 r. zostało podane do publicznej wiadomości obwieszczenie o przeznaczeniu do sprzedaży w trybie przetargu ustnego nieograniczonego lokalu mieszkalnego nr 4A o powierzchni użytkowej 27,47 m² usytuowanego na III piętrze budynku mieszkalnego wielorodzinnego położonego w Toruniu przy ul. Mostowej 22 wraz z pomieszczeniem gospodarczym usytuowanym w piwnicy o powierzchni 1,94 m², stanowiącego własność Gminy Miasta Toruń, posadowionego na nieruchomości oznaczonej geodezyjnie numerem działki 63 o powierzchni 0,0308 ha, położonej w Toruniu przy ul. Mostowej 22 / ul. Podmurnej 21 wraz z udziałem wynoszącym 2941/92932 części, którą stanowi grunt oraz części budynku i urządzenia, które nie służą wyłącznie do użytku właścicieli lokali.

Obwieszczenie zostało wywieszone na tablicy ogłoszeń w siedzibie Wydziału Gospodarki Nieruchomościami Urzędu Miasta Torunia, ul. Grudziądzka 126 b, II piętro oraz zamieszczone na stronie internetowej Urzędu Miasta Torunia www.bip.torun.pl w zakładce: nieruchomości.

Kontakt w sprawie: Iwona Więckowska, tel. 56 61-18-401, mail i.wieckowska@um.torun.pl

eprasa.pl fcc20ec372

Jeśli chodzi o kryzysy w moim małżeństwie, to są większe i mniejsze

Małgorzata Socha w TVN Fot. Sylwia Dąbrowa

Z ŻYCIA GWIAZD

Magda Gessler półprzytomna na zdjęciu
Celebrytka znana jest z wrzucania na swoje social media dziwacznych postów. Tak stało się w nocy z piątku na sobotę, kiedy to o 1.30 na jej Instagramie pojawiło się zdjęcie, na którym widać ją półprzytomną w nocnej piżamie w odbiciu w łazienkowym lustrze. Rano zdjęcie zostało usunięte.

Karolina Gilon czuje się stuprocentową kobietą
Na początku 2025 roku prezenterka urodziła syna Franka. Teraz w programie „Stare zdjęcia gwiazd" powiedziała, że doświadczenie ciąży sprawiło, iż zupełnie inaczej patrzy na siebie. – Uważam, że moje ciało jest teraz w pełni kobiece, bo dało życie i czuję się stuprocentową kobietą – podkreśliła.

Katarzyna Skrzynecka zachwycona Barceloną
W tym roku aktorka spakowała walizki i poleciała z mężem i córką na Wielkanoc do słonecznej Hiszpanii. Pochwaliła się serią zdjęć ze zwiedzania Barcelony w towarzystwie ukochanego i córki. „Spontanicznie wyruszyliśmy w wielkanocną podróż odwiedzić wiosenną Barcelonę, zwiedzać i doświadczyć, jak te święta obchodzone są w Hiszpanii. Sagrada Familia wedle architektury Gaudiego zachwyca monumentalnie" – podpisała Skrzynecka jedną z fotografii.
(GZL) Fot. Piotr Fehler

W TELEWIZJI

Śmiertelna wyliczanka
TVN 7, 21:00
Cassie Mayweather i Sam Kennedy prowadzą śledztwo w sprawie morderstwa. Trop prowadzi do dwóch nastolatków. Sam jest przekonany, że chłopcy są niewinni, ale Cassie czuje, że sprawa ma drugie dno.

Pozdrowienia z Paryża
TVP 1, 21:20
James jest pracownikiem amerykańskiej ambasady w Paryżu. Ma wziąć udział w akcji, której celem jest udaremnienie spisku terrorystycznego. Na jego partnera wyznaczony zostaje agent CIA, Charlie Wax.

Stuber
Polsat, 22:45
Kierowca Ubera Stu zabiera pasażera, który okazuje się być policjantem ścigającym brutalnego zabójcę. W roli głównej nominowany do Oscara i nagrody Emmy Kumail Nanjiani. Partneruje mu znany ze „Strażników galaktyki" Dave Bautista.

Banksterzy
TVN, 22:55
Zaciągnięcie kredytu może wydawać się dobrym sposobem na zrealizowanie marzeń. Bohaterowie filmu pozwolili się zwieść bankom i zaciągnęli kredyty we frankach szwajcarskich. Podobieństwo do prawdziwych wydarzeń jest zamierzone. W obsadzie m.in.: Antoni Królikowski, Jan Frycz i Małgorzata Kożuchowska.

KRZYŻÓWKA NR 53

Poziomo:
3) „nudzący" się pies pokojowy,
6) ryba serwowana w galarecie,
11) rosyjskie imię kobiece,
12) część składowa przyrządów optycznych,
13) „Nocny …", thriller psychologiczny,
14) armatnia lub ziemska,
15) zmięta, brudna pościel,
16) koszenie trawy lub zboża,
17) Louis, autor powieści „Dzwony Bazylei",
18) kursuje między piętrami,
19) srebrzystobiały metal o symbolu Tb,
21) „… Wikingów", film przygodowy,
23) gołąb z grupy garłaczy,
26) „Czarna …", piosenka zespołu Raz, Dwa Trzy,
27) zespół disco polo z Zenonem Martyniukiem,
30) jedna z pięciu brył platońskich,
31) stolica Kazachstanu nad rzeką Iszym,
34) niemiecki producent sprzętu sportowego,
38) Karen, autorka „Pożegnania z Afryką",
39) sześćdziesiąta część godziny,
40) zespołowa gra z młynem,
41) ujemny stan konta w banku,
42) mieszkańcy stolicy Japonii.

Pionowo:
1) mieszkaniec wawelskiego grodu,
2) stawia drewniane budynki,
3) ozdobna tkanina, kilim,
4) materiał na miękkie kurtki,
5) kasa pancerna, sejf,
6) kamień szlachetny szlifowany na kształt kuli,
7) scena dla linoskoczka,
8) żabkarz lub kraulista,
9) staropolskie względy,
10) ptak z magnackiej uczty,
20) sielankowy utwór poetycki,
22) dawne narzędzie tortur,
24) woreczek z talarami,
25) nie urodzi sokoła,
28) nogi ptaków grzebiących,
29) rzymska pieśń żałobna,
31) imię autora powieści „Dżuma",
32) auto z fabryki Renaulta,
33) można się w niego pogrążyć,
35) cykl dramatów romantycznych Adama Mickiewicza,
36) w orszaku pana młodego,
37) pieśń śpiewana przez żeglarzy.

AUTOPROMOCJA 0010990324
NOWOŚCI DZIENNIK TORUŃSKI
w prenumeracie z Tele Magazynem
56 451 91 04

ROZWIĄZANIE NR 52

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

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Dzień sprzyja odważnym decyzjom. Uważaj jednak na pośpiech. Horoskop dzienny mówi, że spokój da Ci dzisiaj więcej niż impuls.
Ryby (19.02 - 20.03)
Drobne przyjemności poprawią Ci humor. Horoskop na dziś zapowiada, że ktoś bliski może potrzebować Twojej cierpliwości i uwagi.
Baran (21.03 - 19.04)
Czeka Cię ciekawa rozmowa. Nie rozpraszaj się, bo horoskop dzienny na środę wróży, że jedna dobra decyzja zmieni więcej niż drobiazgi.
Byk (20.04 - 20.05)
Emocje będą dziś silniejsze niż zwykle. Horoskop dzienny to wskazówka, by zadbać o własny komfort i nie brać wszystkiego do serca...
Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Masz szansę zabłysnąć w pracy lub towarzystwie. Horoskop na dziś mówi, że pewność siebie Ci pomoże, ale zbytnio nie dominuj.
Rak (22.06 - 22.07)
Dobry dzień na porządki, planowanie i kończenie zaległości. Horoskop dzienny na środę wróży, że wieczór przyniesie miłe uspokojenie.
Lew (23.07 - 22.08)
Relacje znajdą się na pierwszym planie. Horoskop dzienny mówi, że szczera rozmowa może naprawić coś, co długo Ci doskwierało.
Panna (23.08 - 22.09)
Twoja intuicja będzie wyjątkowo trafna. Horoskop na dziś podpowiada, by ufać sobie, ale nie zdradzać wszystkich planów od razu.
Waga (23.09 - 22.10)
Poczujesz potrzebę zmiany lub ruchu. Horoskop dzienny na środę mówi, że to dobry moment na spontaniczny pomysł albo nowy, mały cel.
Skorpion (23.10 - 21.11)
Skupienie i konsekwencja przyniosą efekt. Nie ignoruj jednak zmęczenia. Horoskop dzienny przypomina, że odpoczynek też jest ważny.
Strzelec (22.11 - 21.12)
Nietypowy pomysł może zyskać uznanie. Działaj śmiało, ale horoskop na dziś radzi nie zapominać również o konkretach i terminach.
Koziorożec (22.12 - 19.01)
Dzień sprzyja refleksji, twórczości i wyciszeniu. Horoskop dzienny na środę sugeruje zaufać emocjom, lecz nie uciekać też od faktów.

NOWOŚCI DZIENNIK TORUŃSKI
www.nowosci.com.pl

Redaktor naczelna **Alicja Polewska**
Z-ca redaktor naczelnej **Justyna Wojciechowska-Narloch**
Prezes Makroregionu **Marek Ciesielski**
Dyrektor biura reklamy oddziału **Agnieszka Perlińska**
Dyrektor marketingu oddziału **Katarzyna Jabłońska**

Redakcja, ul. Grudziądzka 46-48, 87-100 Toruń
tel. 56 611 8133
redakcja@nowosci.com.pl
Druk Polska Press Oddział Poligrafia
85-438 Bydgoszcz, ul. Grunwaldzka 229

POLSKA PRESS GRUPA
Wydawca **Polska Press Sp. z o.o.**
ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa,
tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10

Prezes Zarządu Polska Press Grupy **Zenon Nowak**
Redaktor naczelny Polska Press Grupy **Marek Twaróg**
Dyrektor artystyczny **Tomasz Bocheński**
Dyrektor kolportażu **Tomasz Osoliński**
Biuro Konsumenta PPG, e-mail: biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10

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

eprasa.pl fcc20ec372

SPORT

www.sportowy24.pl

WYGRANE LECHII I LEGII NA ZAKOŃCZENIE KOLEJKI

W ostatnich meczach 28. kolejki PKO BP Ekstraklasy Pogoń Szczecin przegrała 0:2 z Legią Warszawa (po dwóch golach Milety Rajovicia w 32 i 46 minucie), a Lechia Gdańsk pokonała 4:2 Koronę Kielce. Gole zdobyli Aleksandar Cirković 19, Tomas Bobcek 29-karny, Rifet Kapić 59, Dawid Kurminowski 90 oraz Dawid Błanik 78karny i Pau Resta 84. Czołówka tabeli: 1. Lech Poznań - 45 pkt., 2 Jagiellonia Białystok - 42, 3. Górnik Zabrze - 42.

FOT. PRZEMYSŁAW ŚWIDERSKI

KOSZYKÓWKA

Noteć gra we Wrocławiu

W środę o godz. 17 w ramach 31. kolejki 1. Ligi KSK Qemetica Noteć Inowrocław zagra na wyjeździe z WKK Wrocław. Mecz nie ma większego znaczenia, bo inowrocławianie się już utrzymali.

Anioły rozpoczynają walkę w play offach. Ich marzenia sięgają bardzo wysoko

Dariusz Knopik
dariusz.knopik@polskapress.pl

SIATKÓWKA. **Avia Świdnik jest pierwszym rywalem CUK Aniołów Toruń w fazie pucharowej PLS 1. Ligi**

Za nami sezon zasadniczy, który był przygrywką do tego, co kibice lubią najbardziej a więc fazy play off. W niej już nie ma miejsca na potknięcia, bo obowiązują reguły pucharowe: przegrywający odpada.

- Zdajemy sobie dokładnie sprawę z rangi czekających nas spotkań - przyznaje trener Marcin Kryś. - Na takie mecze czeka się cały sezon, na takie mecze pracuje się ciężko przez cały sezon. Mamy swoje marzenia i chcemy je spełniać, a jednocześnie dać radość swoim kibicom, którzy mocno nas wspierają przez cały czas - dodaje szkoleniowiec.

Przypomnijmy, Anioły skończyły rundę zasadniczą na drugim miejscu. W całym sezonie przegrały tylko siedem meczów. Można stwierdzić, że były rewelacją rozgrywek, bo nikt na nich wcześniej nie stawiał. O wiele wyżej notowane były akcje spadkowiczów czyli GKS Katowice i Stali Nysa, a także MKS Będzin. Jednak trener Kryś zbudował bardzo ciekawy zespół, który przez wiele tygodni był niepokonany. Kto wie czy tak nie byłoby do końca gdy nie groźne kontuzje dwóch przyjmujących Łukasza Kalinowskiego i Adriana Andruszkiewicza. Szczególnie brak tego pierwszego mocno doskwiera, bo był on jednym z liderów toruńskiej drużyny.

- Musieliśmy reagować na bieżąco - podkreśla trener Kryś. - Ich brak mocno utrudnia rotacje, ale musimy sobie radzić. Nie chcemy się tłumaczyć kontuzjami, bo każdy rywal ma swoje problemy. Skupiamy się na sobie i na naszych atutach, jakimi są zagrywka i przyjęcie. W rywalizacji play off bardzo duże znaczenia ma dyspozycja dnia oraz regeneracja między meczami, bo ich natężenie jest bardzo duże. Trzeba podtrzymywać formę, którą się wypracowało i dobrze szafować siłami zawodników. Naszym celem jest skończyć rywalizację w dwóch meczach. To nie oznacza, że nie cenimy Avii, wręcz przeciwnie. Uważamy, że w play offach są same silne zespoły i nie ma większego znaczenia, kto z jakiego miejsca przystępuje do rywalizacji - uważa szkoleniowiec.

Początek meczu w środę o godz. 18 w hali SP nr 28 Przy Skarpie. Rywalizacja toczy się do dwóch zwycięstw. Drugi mecz w sobotę w Świdniku. W wypadku remisu powrót do Torunia w następną środę.

Pozostałe pary 1/4 finału: GKS Katowice - KPS Siedlce 3:0 (25:23, 25: 16, 25:23), Stal Nysa - BBTS Bielsko-Biała (godz. 18), Mickiewicz Kluczbork - MKS Będzin (godz. 18). ©℗

FOT. AGNIESZKA BIELECKA

W rundzie zasadniczej CUK Anioły dwa razy pokonały Avię. U siebie 3:0, a na wyjeździe 3:1. Jak będzie teraz?

Pół wieku temu pokonaliśmy w Spodku Związek Radziecki

Jacek Sroka
j.sroka@dz.pl

HOKEJ NA LODZIE. **8 kwietnia 1976 roku reprezentacja Polski po raz pierwszy i ostatni wygrała w MŚ mecz z ZSRR.**

FOT. JACEK SROKA

Bohaterowie meczu z ZSRR pięć lat temu pojawili się na premierze filmu o tym spotkaniu

Dziś mija dokładnie 50 lat od historycznego meczu ze Związkiem Radzieckim w Katowicach. Biało-Czerwoni sprawili wówczas ogromną sensację pokonując w Spodku legendarną drużynę „Sbornej", która regularnie sięgała po złote medale olimpijskie i mistrzostw świata.

Dwa miesiące wcześniej Polacy przegrali na igrzyskach z ZSRR 1:16, więc przed inaugurującym MŚ spotkaniem wszyscy marzyli tylko o tym, by nie było powtórki i nasza porażka była jak najniższa. TVP nie zaplanowała nawet bezpośredniej transmisji z tego pojedynku, choć hokejowe MŚ po raz pierwszy odbywały się w naszym kraju, za to kibice szczelnie wypełnili trybuny Spodka i głośno dopingowali polską kadrę.

- Wtedy hymny grało się w hokeju przed meczami i gdy ponad 10 tysięcy ludzi w Spodku zaśpiewało Mazurka Dąbrowskiego, to myśmy dostali dreszczy. Poczułem się jak w niebie, bo przecież grałem z kolegami z GKS Katowice w swoim mieście, a na trybunach było pół mojej klasy z rudzkiego liceum, której załatwiłem bilety. W trakcie gry na początku na widowni było cichutko, ale po każdej naszej bramce robiło się coraz głośniej, a dopingiem dyrygowali czescy kibice, których reprezentacja walczyła z Rosjanami o mistrzostwo świata. Prowadziliśmy niemal przez cały mecz, ale w to, że możemy wygrać uwierzyliśmy dopiero w samej końcówce, bo Ruscy przyzwyczaili nas do tego, że potrafili strzelić 5-6 bramek w kilka minut. Andrzej Tkacz wyczyniał jednak w naszej bramce cuda i ostatecznie wygraliśmy 6:4 - wspominał Henryk Gruth, który w tym spotkaniu zagrał tylko przez chwilę.

Bohaterem był wspomniany Tkacz, którego wyczyny w bramce porównywano do tego, czego trzy lata wcześniej dokonał na Wembley Jan Tomaszewski.

- To nie był wcale mój najlepszy mecz w życiu . W pierwszej połowie lat 70. graliśmy wiele dobrych spotkań np. na Turnieju Izwiestii pokonaliśmy Szwecję 5:3, ale z ZSRR nie wygraliśmy nigdy wcześniej i patrząc na sytuację w polskim hokeju nie wygramy z Rosją przez kolejne 50, a może i 100 lat - powiedział Tkacz, który mógł w tym meczu wcale nie zagrać.

Wszystko dlatego, że dzień przed meczem wracając do sosnowieckiego Novotelu został poturbowany przez milicjantów pilnujących hotelu, w którym gościło osiem reprezentacji grających w katowickich MŚ, bo ci nie poznali bramkarza Biało-Czerwonych i nie chcieli wpuścić go do środka.

Trzy bramki dla Biało-Czerwonych strzelił Wiesław Jobczyk.

- Po końcowej syrenie Spodek oszalał. To dla mnie było niesamowite przeżycie grać przy takim dopingu. Rosjanie nie mogli uwierzyć w nasze zwycięstwo. Twierdzili, że mamy zakaz wygrywania z ZSRR - dlatego nie możemy ich pokonać. To oczywiście nie była prawda, ale władza nie mogła się cieszyć z pokonania „Wielkiego Brata", a część gazet na drugi dzień przemilczała naszą wygraną - wspominał Jobczyk, który stał się w ZSRR bohaterem powiedzenia kibiców: „Jobczyk, Zabawa i Kokoszka nastrieliali nam niemnoszka" (Jobczyk, Zabawa i Kokoszka trochę nam nastrzelali).

O meczu Polska - ZSRR powstał film „Kryptonim „Obiekt", czyli cud nad Rawą", którego autorem jest Wojciech Wikarek. Znany śląski dokumentalista przedstawił w nim kulisy najsłynniejszego polskiego meczu hokejowego, a jego premiera miała miejsce w 2021 roku.

PZHL legendarną wygraną ma zamiar świętować 30 kwietnia w Spodku z udziałem bohaterów tamtego wydarzenia oraz kilku innych hokejowych pokoleń. W planach jest projekcja filmu i wystawa pamiątek związanych z MŚ w Katowicach. ©℗

Stawka tego meczu jest wysoka - finał STS Pucharu Polski

DK, MK
sport@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. **Dziś o godz. 18 na stadionie przy ul. Gdańskiej Zawisza Bydgoszcz podejmie Górnika Zabrze w 1/2 finału STS Pucharu Polski. Spotkanie z trybun obejrzy rekordowe 20 tysięcy kibiców.**

Niebiesko-czarni są rewelacją obecnej edycji zmagań Tysiąca Drużyn. Grając w Betclic 3. Lidze awansowali do wielkiej czwórki tych prestiżowych rozgrywek. Stawkę uzupełniają drużyny z PKO BP Ekstraklasy - Raków Częstochowa, GKS Katowice i Górnik Zabrze. I właśnie ten ostatni zespół zamelduje się dziś w Bydgoszczy.

Obie ekipy z STS Pucharu Polski wyeliminowały już po czterech rywali. Zawisza pokonał 2:0 GKS Tychy, 3:0 GKS Wikielec, 4:1 Wisłę Kraków i po rzutach karnych Chojniczankę Chojnice (po dogrywce było 1:1). Górnik z kolei zwyciężył kolejno na wyjazdach Legię II Warszawa (3:0), Arkę Gdynia (2:1), Lechię Gdańsk (3:1) oraz Lecha Poznań (1:0).

Gospodarze przekonują, że pucharową rywalizację traktują jako piękną przygodę. Niebiesko-czarni dotarli już jednak do półfinału i na pewno liczą na wyjazd do Warszawy na finał, a potem powalczenie na PGE Narodowym o wygraną i powtórzenie sukcesu z 2014 roku. Przypomnijmy, że wówBydgoszczanie pokonali po rzutach karnych Zagłębie Lubin. Celem nadrzędnym jest jednak wywalczenie awansu do Betclic 2. Ligi.

Górnik mimo wielkich osiągnięć na zdobycie trofeum czeka dłużej od Zawiszy. Ostatnie mistrzostwo Polski zdiobył bowiem w 1988 roku. W Zabrzu mają jednak dość czekania i liczą, że w tym sezonie do klubowej gabloty trafi co najmniej jedno trofeum. W STS Pucharze Polski górników od zwycięstwa dzielą tylko dwa zwycięstwa - w Bydgoszczy i finale. Z kolei PKO BP Ekstraklasie na 7. kolejek przed końcem rozgrywek zespół jest na 3. miejscu z dorobkiem 42 pkt. (12 wygranych, 6 remisów, 9 porażek) i do prowadzącego Lecha Poznań tracą tylko 3 „oczka".

eprasa.pl fcc20ec372