

MAGAZYN *razem z dodatkami*

- W nocy z soboty na niedzielę przestawiamy zegary. O godzinę do tyłu. Jak to znieść?
 - Wyzwiska i szykany. Biedronka płaci za mobbing ● Poszkodowana pacjentka i nieistniejący szpital
- PLUS** TELEMAGAZYN z programem TV i zapowiedziami najciekawszych programów w tygodniu



NOWOŚCI

DZIENNIK TORUŃSKI

Piątek
24.10.2025

Nr 248 (16841)
Rok LVIII

www.nowosci.com.pl
Cena 6,50 zł (w tym 8% VAT)



W Toruniu ceny sylwestrowych noclegów wystrzeliły w kosmos str. 3

Anioł Śmierci z Torunia zmienia adwokata i odwołuje się od wyroku str. 7

Nr ISSN 0137-9259

Nr indeksu 350370



Białe czepki założone

Absolwenci pielęgniarstwa z Wyższej Szkoły Gospodarki odebrali dyplomy i czepki podczas uroczystości w Toruniu. Wśród nich znaleźli się też studenci z kilku państw Afryki **str. 4**

Będę zabierać „prawka” piratom również za zbyt dużą szybkość poza miastami str. 10

- Trasa S1 połączy nas ze Słowacją i południem Europy - zapowiada premier Donald Tusk str. 14



W toruńskim sądzie rozpoczął się proces byłych prezesów „Ziarna”. Mieli oszukać 500 rolników str. 4

Władze Torunia chwala się rekordowymi wydatkami na oświatę. Na pierwszym miejscu inwestycje na Jarze str. 9

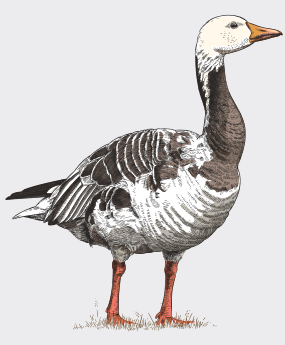
REKLAMA 0011409091

JUŻ DZISIAJ specjalny dodatek

KUJAWSKO-POMORSKA

GĘSINA

NA ŚWIĘTEGO MARCINA



ORGANIZATOREM AKCJI JEST SAMORZĄD WOJEWÓDZTWA KUJAWSKO-POMORSKIEGO

Fundusze Europejskie dla Kujaw i Pomorza Rzeczpospolita Polska Dofinansowane przez Unię Europejską Samorząd Województwa Kujawsko-Pomorskiego

TYDZIEŃ Z „NOWOŚCIAMI”

SOBOTA

● Hubert Urbański swoją
charyzmą porывa widzów

PONIEDZIAŁEK

● Sportowe wydarzenia,
wyniki i tabele z weekendu

WTOREK

● Strefa biznesu - analizy
i informacje gospodarcze

ŚRODA

● Pierwsze objawy udaru mó-
zgu. Kiedy wzywać pomoc?

CZWARTEK

● Cichy drukarz z Londynu,
który okazał się zbrodniarzem

PIĄTEK

● Ile jest warte życie psa
i kota? Animalsi w sądach

ZAMÓW PRENUMERATĘ: tel. 56 451 91 04, bok.prenumerata@polskapress.pl, prenumerata.nowosci.pl

Adam Willma

JAK UWOLNIĆ CHOPINA
OD WIERZBY

N o i jak tu wrócić do rzeczywistości po kilku tygodniach nocnych odsłuchań kolejnych etapów Konkursu Chopinowskiego? Na szczęście, żeby pożegnania nie były zbyt cliche, z pomocą przyszli politycy, którzy wystąpili na gali.

Pan prezydent wygłosił przemówienie z czapy, jako to ważny ten Chopin dla narodu polskiego. Była to mowa cenna, ponieważ dała dowód, że nie każdy jest stworzony do improwizacji, i warto jednak czasem mieć pod ręką nuty. Pan Hołownia, kiedy tylko dostał się do mikrofonu, pojechał z repryzami w stylu brilliant tak bardzo, że do końca nie był pewien, czy przypadkiem nie jemu przypadnie w udziale główna nagroda. Na koniec wszyscy ustawili się do wspólnego zdjęcia, przy czym reprezentanci naszej klasy politycznej obiegli pierwszy rząd, przesłaniając niewielkie wzrostem jurorki z Azji.

Nie potrafię uporać się z myślą, że złoto chopinowskie leży - oprócz Warszawy - tylko w jednym miejscu w Polsce. Nie w Żelazowej Woli (z której Chopin wyjechał jako 18-miesięczne niemowlę). I nie na Mazowszu! To złoto leży na Ziemi Dobrzyńskiej i na Kujawach. To tutaj dwukrotnie Chopin spędzał wakacje. Dla chorowitego chłopca były to wrota do raju - z wiejską kuchnią, zwierzętami w zagrodzie, wycieczkami po okolicy, wygłupami z przyjaciółmi i ze słuchaniem tego co grało się i śpiewało w wiejskich chatkach. To w Szafarni powstaje pierwszy mazurek. A mazurki (w których pojawia się motyw kujawiaka), jako nostalgiczny pamiątnik, Chopin będzie pisał do końca życia, powracając do dziecięcych wspomnień.

Mazurki są największą „miną” dla uczestników konkursu. W trzecim, „mazurkowym” etapie rozkładają się na nich nawet faworyci. Bo bardzo trudno (zwłaszcza muzykom z zagranicy) zrozumieć idiom polskich tańców ludowych. Trudno mi pojąć, dlaczego nie podjęliśmy próby zaproszenia na Kujawy i Ziemię Dobrzyńską muzyków, którzy przyjeżdżają do Polski po tę naukę. Dlaczego nie potrafimy „sprzedać” światu krainy młodości jednego z najpopularniejszych kompozytorów w historii? Fantastyczną robotę wykonuje Ośrodek w Szafarni, ale - z racji mizernych środków - jest tylko jasną chopinowską wysepką w morzu niewykorzystanych możliwości. A najwyższy czas zastąpić te sztampowe obrazki wierzb mazowieckich, modrzewiarni z Płonnego. Tego Płonnego, o którym sam Chopin pisał wielokrotnie w „Kurierze Szafarskim”.

Odyskajmy Chopina. I mazurki pełne kujawiaków. ©@

MINAŁ TYDZIEŃ

Prezydent milczący, PiS kasający

Marek Nienartowicz

marek.nienartowicz@polskapress.pl

Tydzień mija, jak doktrynę Tuska poznaliśmy. A w jej kontekście pytań o Toruń nie brakuje.

Wedle wspomnianej doktryny premiera Tuska ze spełnienia tylko jednej trzeciej obietnic sprzed ostatnich wyborów parlamentarnych rozliczać można. Sam to Polsce całej oznajmił. Bo KO, na czele której stoi, 30-procentowe poparcie w owych wyborach dostała. Wniosek dla wszystkich oczywisty być powinien - politycznych podwładnych premiera Tuska na podobnej zasadzie rozliczać należy. W tym prezydenta Gulewskiego, rzecz jasna.

Akurat tydzień minął, jak Rada Miasta Torunia zielone światło dla kolejnego jego planu dała. Czyli wizji budowy osiedla mieszkaniowego w miejscu tzw. pięciobazy na Koniuchach. I le-dwie dni mijają, jak umowa z wykonawcą przebudowy ulicy Olsztyńskiej parafowana została. A te tematy w głównym pakiecie obietnic wyborczych prezydenta Gulewskiego sprzed ostatnich wyborów samorządowych się znalazły.

No, więc wedle jednej z interpretacji doktryny Tuska prezydenta Gulewskiego z dwóch trzecich zapowiedzi rozliczać możemy. Bo w drugiej turze wyborów prezydenckich 65-procentowe poparcie dostał. Spokojnie jednak - Olsztyńska tylko w dwóch trzecich prze-



FOT. AGNIESZKA BIELECKA

To nie feta - broń Boże! - ku chwale prezydenta Gulewskiego i jego sukcesów. Taką paradą w sobotę festiwal lalkowy w Bajach Pomorskich zainaugurowany został

budowana nie zostanie. Rozkopanej jej prezydent Gulewski nie zostawi. Całościowo potraktowana będzie. W końcu w wyborach do Rady Miasta ugrupowanie prezydenta Gulewskiego bezwzględnie większość zdobyło.

Przypomnieć nie zaszkodzi - KO 15 radnych do 25-osobowego gremium wprowadziła. Prezydent więc w tworzenie koalicji popierającej w radzie jego pomysły bawić się nie musiał. Torunianie więc stuprocentowej realizacji obietnic od niego oczekiwać więc muszą. Nawet na cień słynnego stwierdzenia „cóż szkodzi obiecać” szansy tu nie ma. A w razie czego prezydent prezydent od premiera

Tuska zgłosi. Jak to swego czasu ich koleżanka partyjna rzekła: sorry, taki klimat mamy.

Na dziś wizja pretensji do premiera jednak odległa się wydaje. Bo taki rozchochoń prezydent Gulewski się zrobił. W miniony weekend jego ludzie radosną wieść w internecie ogłosili. Ano tę, wedle której w tym roku samorząd Torunia rekordowe pieniądze na inwestycje wyda. To prawie pół miliarda złotych. Czyli o sto i trzydzieści osiem milionów więcej niż w roku 2024. Taki raj w Toruniu mamy!

Miliony te na polityczne konto prezydenta Gulewskiego - rzecz jasna! - spłynąć mają. Nic to, że sporo z tych przedsię-

wzięć jeszcze za rządów poprzednika rozpoczętych zostało. Jak choćby przebudowa Szosy Okrężnej. I - o zgrozo! - pieniądze na realizację niektórych ludzkie PiS-u za rządów w Polsce tej partii załatwili! Za to dociekać, ile z tych milionów wiceminister Karpiński załatwił, sensu nie ma. To po prostu dobry kolega prezydenta jest. W duecie panowie teorię łamią. Tę, wedle której największy wróg polityka nie w konkurencyjnej partii, ale w tej samej, w tym samym okręgu wyborczym, się czai.

Co do ludzi PiS-u, to tylko kasanie prezydenta Gulewskiego na forum Rady Miasta i w internecie im pozostało. A tak dobrze za poprzedniego prezydenta mieli. Tak owocną koalicję z nim tworzyli. Za to obecny prezydent milczeniem radnych PiS-u w podziękowaniach za wsparcie w przygotowaniu do przebudowy Olsztyńskiej potraktował. Bo go nie udzielił. Fakt, interesu politycznego w tym nie mieli. Tak jak obecny prezydent we wspieraniu ich pomysłów go nie ma. Rachunek tu banalnie prosty jest. Jak między premierem Tuskiem i prezesem Kaczyńskim. I na odwrót.

Na to więc wygląda, że za jakieś dwa lata, gdy przebudowywana Olsztyńska już przejezdna będzie, mieszkający na Skarpie radny Jakubaszek - szefem PiS-u w Toruniu będący - ją omijać powinien. I w drodze na wczasy na Mazurach objazd autostradą wybrać. ©@

POGODA

Piątek

10°C
10°C

Wiatr
zach., 25 km/h
Ciśnienie
997 hPa
Biomet
niekorzystny

Sobota

9°C
3°C

Niedziela

8°C
8°C

Imieniny dziś obchodzą Alojzy, Antoni, Feliks, Filip, Marek, Rafał i Walentyna

W SOBOTĘ Z „NOWOŚCIAMI”



FOT. SYLWIA DĄBROWA

Ewa Błaszczyk. Została doświadczone przez los. Straciła męża, a później jej córka, Ola Janczarska, od 25 lat jest w śpiączce po tym, jak zakrztusiła się tabletką. To poniekąd z tego powodu aktorka założyła

fundację „Akogo?”, potem klinikę „Budzik”. która przez 12 lat istnienia wybudziła już 131 pacjentów. Ola Janczarska, tak jak i inni, może liczyć na specjalistyczną opiekę, a kolejne przełomy w medycynie dają bliskim chorych nową nadzieję na to, że śpiączka nie oznacza wegetacji do końca życia.

Ponadto:

- Menopauza jest naturalnym etapem w życiu każdej kobiety.
- Historie z dreszczykiem o upiorach naszych gór i lasów.
- Na miłość nigdy nie jest za późno, czyli jak kochają seniorzy.



FOT. POLSKA PRESS

Maciej Banach,
prof. n. med., kardiolog,
przewodniczący
Polskiego Towarzystwa
Lipidologicznego oraz
prorektor CM KUL

”

Każdy wzrost liczby kroków o 500-1000, co potwierdziły nasze badania, daje korzyści przekładające się na wydłużenie życia i zmniejszenie o 7-15 proc. ryzyka zgonu z powodu chorób sercowo-naczyniowych.

Puls, str. 26

Ceny noclegów na sylwestra wystrzeliły

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

Nie wiadomo jeszcze, jakie gwiazdy pojawią się w Toruniu w ostatnią noc 2025 roku. Tymczasem w hotelach brakuje miejsc, a te, które zostały mają najczęściej kosmiczne ceny.

Na początku października ogłoszono, że nowy, 2026 rok widzowie telewizji Polsat kolejny raz przywitają w Toruniu.

- Telewizja Polsat po raz drugi z radością wita Nowy Rok w mieście Mikołaja Kopernika. We współpracy z władzami Miasta Torunia i Województwa Kujawsko-Pomorskiego zaplanowano uwielbiany przez publiczność i widzów Polsatu koncert „Sylwestrowa Moc Przebojów 2025”. W programie hity i gwiazdy, bo zaproszenie na imprezę przyjęli wyjątkowi artyści - podał Polsat.

Miejsc w hotelach brak

Stacja informuje, że ubiegłoroczna edycja zgromadziła ponad 3 miliony widzów przed telewizorami, a w kulminacyjnym momencie noworoczny

toast z Telewizją Polsat wzniosło ponad 4 miliony 150 tysięcy widzów.

- Impreza nie wybrzmiałaby tak wspaniale, gdyby nie niesamowita naturalna scenografia, jaka stanowią toruński Rynek Staromiejski i przyległe uliczki. W tym roku ponownie chcemy wkomponować supernowoczesną scenę w baśniowy pejzaż zabytkowych kamienic, których powstanie datuje się nawet na przełom XIII i XIV wieku i które są wpisane na Światową Listę Dziedzictwa Kulturowego i Naturalnego UNESCO - reklamuje Toruń i swoją imprezę Telewizja Polsat.

Nieznane są jeszcze nazwiska artystów i nazwy zespołów, którzy wystąpią na imprezie. Będą ujawniane stopniowo, w ramach budowania gorącej atmosfery przed zabawą.

„Nowościom” udało się nieoficjalnie ustalić, że artystów może być nawet 24, o czym już informowaliśmy. Przypomnijmy, że przed rokiem w Toruniu wystąpili między innymi Maryla Rodowicz, Zenek Martyniuk, Doda, Dawid Kwiatkowski, Natalia Nykiel, Julia Żugaj, Skolim, Roxie Węgiel, Sławek

Uniatowski. Wielu z tych artystów jest od lat związanych z Polsatem. Można się spodziewać, że ponownie zaprezentują się na sylwestrowej scenie w Toruniu.

Choć do sylwestra pozostały ponad dwa miesiące, to trudno dziś w Toruniu znaleźć lokum na tę wyjątkową w roku noc. I chyba ciężko tego nie wiązać z imprezą na Rynku Staromiejskim.

Internetowe platformy do rezerwacji miejsc noclegowych oferują je w cenach trudnych do zaakceptowania dla zwykłego człowieka, a to co jest w rozsądnej cenie znajduje się albo na obrzeżach miasta, albo w ogóle poza nim (w Łysomicach, Głogowie, Małej Nieszawce, a nawet Ciechocinku). Nawet hostele, gdzie standard jest z założenia niższy, są niedostępne albo bardzo drogie.

Zarezerwowanie noclegu bez pośredników też nic nie zmienia - w hotelach po prostu nie ma wolnych miejsc na noc z 31 grudnia na 1 stycznia 2026 roku.

Poniżej kilka przykładów cen w toruńskich hotelach i apartamentach dla pary na noc z 31 grudnia na 1 stycznia:

- 40-metrowy apartament przy ul. Szczytnej - 4 756 zł
- 38-metrowy apartament przy ul. Strzałowej (lewo-brzeże) - 3 433 zł
- 20-metrowy apartament przy Rynku Staromiejskim - 2 524 zł
- 37-metrowy apartament przy ul. Łaziennej - 2 328 zł
- hotel Halo Toruń, ul. Wola Zamkowa, (pokój ze śniadaniem) - 2 318 zł
- hotel Nicolaus, ul. Ducha Świętego (pokój ze śniadaniem) - 2 059 zł
- hotel Heban, ul. Mała Garbary (ze śniadaniem) - 1 750 zł
- hotel Legenda, Rynek Nowomiejski (pokój ze śniadaniem) - 1 604 zł
- hotel Przystanek Toruń, ul. gen. Chłopickiego (pokój ze śniadaniem) - 1 539 zł
- hostel Freedom, Rynek Staromiejski, pokój ze wspólną łazienką - 650 zł

Promocja Torunia liczona w milionach

A na koniec kilka liczb z imprezy w 2024 roku. Jak krótko po imprezie podawało miasto, przez toruńską starówkę w sylwestra przewinęło się 16-18 tys. osób. Bardzo wiele z nich przy-



Tak wyglądała „Sylwestrowa moc przebojów” w 2024 roku w Toruniu

jechało z innych miejscowości regionu. 6 specjalnych pociągów, które na powrót przygotował samorząd województwa, przewiozło prawie 2 tys. ludzi. Najwięcej w kierunku Bydgoszczy i Nakła. Z darmowej tamtej nocy komunikacji miejskiej - z tzw. kursów odwozowych ze starówki skorzystało 4,3 tys. pasażerów. 2,5 tys. przewiozły autobusy, 2,8 tys. - tramwaje. Pełne były też specjalnie przygotowane parkingi, w tym park&ride na Rubinkowie i Skarpie.

„Sylwestrowa Moc Przebojów 2024” to było wspólne

przedsięwzięcie samorządu województwa, miasta Toruń oraz telewizji Polsat. Z urzędu marszałkowskiego i miasta płynęło na ten cel dokładnie 2 mln 450 tys. zł. Miasto dołożyło jeszcze 128 tys. zł na koszty dodatkowe - m.in. transport publiczny i sprzątanie po imprezie.

- Ekwivalent promocyjny miasta wynosi na tę chwilę 24 mln zł. To znaczy, że musielibyśmy właśnie tyle pieniędzy wydać, by się w przestrzeni publicznej tak pokazać, jak zostaliśmy pokazani - przekazał prezydent Torunia Paweł Gulewski na początku stycznia br.©©

MATERIAŁ INFORMACYJNY SIECI BIEDRONKA

0011416397

Profilaktyka ratująca życie pracowników Biedronki

Monika z działu finansowego Biedronki czuła się świetnie. Skorzystała z badań, które firma zorganizowała dla pracowników w biurze — ot, rutynowa kontrola. Wynik zmienił wszystko: guz piersi. Szybka diagnoza pozwoliła rozpocząć leczenie, zanim pojawiły się objawy. *To mogło uratować mi życie* — mówi dziś Monika Kołakowska, która teraz zachęca koleżanki i kolegów do badań profilaktycznych.

Takich historii w Biedronce jest więcej. Zakończyła się właśnie 20. edycja programu „Razem zadbajmy o zdrowie”, w której przebadano się blisko 32 tysiące pracowników. Każdy z nich mógł bezpłatnie wykonać badania krwi o wartości ponad 600 zł, obejmujące m.in. markery nowotworowe, a w wybranych lokalizacjach także badania USG. Pracownicy kupili też prawie 13 tysięcy pakietów badań dla swoich bliskich w symbolicznej cenie — już od 9 zł.

Program dociera nie tylko do dużych miast, ale i do mniejszych miejscowości, gdzie dostęp do usług medycznych bywa ograniczony. Wśród najbardziej aktywnych lokalizacji znalazły się m.in. Biały Bór, Modlnica i Skarbimierz. Dzięki



Monika Kołakowska, badania w firmie uratowały jej życie

firmowym badaniom tysiące osób mogły skorzystać z diagnostyki, na którą w publicznej służbie zdrowia często trzeba długo czekać, a jak wiadomo czas odgrywa kluczową rolę.

Troska o zdrowie pracowników i ich rodzin

Biedronka, jako największy pracodawca w Polsce z ponad 85 tysiącami pracowników, od lat inwestuje nie tylko w rozwój swojej sieci, ale przede wszystkim w zdrowie i dobrostan swoich ludzi. W roku 30-lecia obecności w Polsce takie inicjatywy najlepiej pokazują, że marka naprawdę jest blisko swoich pracowników, ich rodzin i lokalnych społeczności. Dzięki

takim programom profilaktyka staje się niemal powszechna.

Chcemy, by każdy z naszych pracowników — niezależnie od tego, czy pracuje w dużym mieście, czy w małej miejscowości — miał realny dostęp do profilaktyki zdrowotnej. To inwestycja w ludzi, którzy tworzą Biedronkę — podkreśla Katarzyna Chlebuś, Starsza Menedżerka ds. Programów dla Pracowników w sieci Biedronka.

To miały być rutynowe badania

Monika mimo tego, że nie miała żadnych dolegliwości, zapisała się na badania, bo była na miejscu w biurze. Diagno-



za, którą usłyszała w gabinecie, brzmiała jak wyrok — guz piersi.

Po pierwszym szoku, zaczęłam działać, miałam poczucie, że nie jestem sama. Bardzo pomocni okazali się specjaliści, zaangażowali w naszą akcję po stronie partnera medycznego. Otrzymałam kompleksowe instrukcje, gdzie powinnam się zgłosić i co mam dalej robić, krok po kroku. Dzięki szybkiej diagnozie, kiedy mój organizm nie wysyłał jeszcze żadnych niepokojących sygnałów, podjęłam skuteczne leczenie. Nastawiłam się zadaniowo i zaczęłam walkę o zdrowie. Cieszę się, że nasza firma w sposób przemyślany opracowuje ofertę badań

i każda edycja programu „Razem zadbajmy o zdrowie” jest inna. Nie możemy już się usprawiedliwiać, że nie mamy czasu na badanie, jeśli możemy je wykonać w swoim biurze lub nieopodal pracy lub domu — mówi Monika Kołakowska, Kierownik Sekcji Kontrolingu Skarbcza w sieci Biedronka.

Monika stała się naturalną ambasadorką badań profilaktycznych w firmie. Teraz sama przypomina swoim bliskim i znajomym o ich wykonaniu, zwłaszcza w różowym październiku, miesiącu profilaktyki raka piersi. A jeśli ktoś otrzymał niepokojący wynik, stara się podtrzymać go na duchu i przekonuje, że rak to

nie wyrok. Rozumie, jak ważna jest rozmowa, dlatego chętnie spotyka się ze współpracownikami, oferując swoje wsparcie i praktyczne wskazówki. Podkreśla, że nawet jeśli organizm nie wysyła niepokojących sygnałów, profilaktyka jest konieczna, bo wczesne wykrycie choroby daje szansę na całkowite wyzdrowienie.

Promocja na zdrowie z Biedronką

W roku 30-lecia istnienia Biedronki, w którym jednocześnie przypadła 20. jubileuszowa edycja programu „Razem zadbajmy o zdrowie” nasi pracownicy po raz kolejny udowodnili, jak ważnym elementem dbania o zdrowie i dobre samopoczucie są regularne badania. Jesteśmy dumni, że po raz kolejny tak licznie wzięli udział w naszej akcji — podkreśla Katarzyna Chlebuś.

Poza skorzystaniem z bezpłatnych badań dla siebie, pracownicy mogli też przebadać swoich bliskich, kupując dowolną liczbę pakietów dla dorosłych i dla dzieci w bardzo atrakcyjnych cenach już od 9 zł.

Więcej o benefitach dla pracowników na stronie: pracawbiedronce.pl/benefity.

Nowe pielęgniarki i nowi pielęgniarze dostali czepki. Wiele z tych osób pochodzi z Afryki

Marek Nienartowicz
marek.nienartowicz@polskapress.pl

Absolwenci pielęgniarstwa z Wyższej Szkoły Gospodarki odebrali dyplomy i czepki podczas uroczystości w Toruniu. Wśród nich znaleźli się również studenci z kilku państw Afryki.

To było nietypowe dyplomatorium i czepkowanie Kolegium Nauk Medycznych Wyższej Szkoły Gospodarki. Odbyło się w czwartek 23 października w sali konferencyjnej hotelu Filmar w Toruniu.

Nowe pielęgniarki, pielęgniarze i położne

Dyplomy odebrało 150 absolwentów pielęgniarstwa i położnictwa - studiów licencjackich i magisterskich w KNM WSG. Więcej niż w poprzednich latach, co jest efektem rosnącego zainteresowania zawodem pielęgniarki i pielęgniarza.

Dyplom odebrała między innymi Aleksandra Ogródnik. Jest absolwentką biologii na Uniwersytecie Mikołaja Ko-

pernika. Pracowała w administracji Specjalistycznego Szpitala Miejskiego. Po latach zdecydowała się na studia pielęgniarstwa. Zrobiła licencjat i pracuje na oddziale neurologii SSM.

Marcel Kot był opiekunem medycznym na Oddziale Intensywnej Opieki Medycznej szpitala dziecięcego w Toruniu. Pojechał do Torunia, podczas których odbyło się czepkowanie. Teraz na OIOM-ie pracuje jako pielęgniarz.

- Pielęgniarka czy pielęgniarz to zawód z przyszłością - mówi Małgorzata Kufel, wykładowczyni KNM WSG i wiceprzewodnicząca Okręgowej Rady Pielęgniarek i Położnych w Toruniu. - Sytuacja ogromnie się zmieniła. Nie można mylić obecnego zawodu pielęgniarki czy pielęgniarza z tym sprzed kilkudziesięciu lat. Wtedy był to zawód pomocniczy. Pielęgniarka wykonywała głównie zalecenia lekarzy. Była absolwentką Liceum Medycznego czy też Studium Pielęgni-

skiego. Dziś pielęgniarki, pielęgniarze i położne to osoby z wyższym wykształceniem, zdobywające kompetencje także podczas studiów podyplomowych. Prestiż tych zawodów jest więc zdecydowanie większy. Z nim wiąże się płace, które są wyższe od tych obowiązujących przed laty.

Trzeba jednak podkreślić, że inna niż pielęgniarek i pielęgniarzy jest sytuacja położnych. Kształcą się ich zdecydowanie mniej. Powód - znaczący spadek urodzin dzieci i zamykanie porodówek. Dlatego WSG wygasza kierunek położnictwo.

Symboliczne przyjęcie do zawodu

Grono położnych było najmniejszą grupą podczas czwartkowego dyplomatorium KNM WSG. Wśród 150 absolwentek i absolwentów studiów licencjackich i magisterskich zdecydowanie dominowały panie.

Częścią uroczystości było też czepkowanie. Absolwentkom studiów licencjackich nauczyciele akademicy oraz



Czwartkowe dyplomatorium i czepkowanie w Toruniu absolwentów Kolegium Nauk Medycznych WSG

przedstawiciele środowiska medycznego symbolicznie nałożyli czepki. Absolwentom nałożyli niewielkie czepki na strój medyczny. Te gesty oznaczają formalne przyjęcie do grona zawodowego pielęgniarek, pielęgniarzy i położnych.

- Pielęgniarki i położne od lat nie noszą czepków, także dlatego, że przeszkadzały w pracy.

Pozostały one jednak jako element tradycji, symbol przyjęcia do zawodu - wyjaśnia Anna Szytniewska, naczelnia pielęgniarki w WSG w Toruniu.

W gronie 150 absolwentów KNM WSG, którzy odebrali dyplomy i czepki, znalazło się 50 studentek i studentów z Afryki. Także wśród nich dominowały panie.

- Mamy bardzo duże grono absolwentów z Afryki. Pochodzą z Zimbabwe, Rwandy, Nigerii, Kenii - mówi Wiktor Karasiewicz, dziekan KNM WSG. - Wiele z nich przyjechało tutaj dzięki wielkiemu wysiłkowi finansowemu swoich rodzin. Studentom z Afryki nie było łatwo, a główny problem stanowiła bariera językowa podczas praktyk w szpitalach. Z doświadczenia wiemy, że wielu nie wróci do Afryki. Ruszą do pracy w państwach Europy Zachodniej. Jej zdobycie ułatwi im dyplom uzyskany w Polsce, czyli państwie Unii Europejskiej.

Studentzi z Afryki podczas trzyletnich anglojęzycznych studiów w WSG mieszkali w Toruniu i Bydgoszczy. Praktyki mieli - tak jak koleżanki i koledzy z Polski - w szpitalach w Toruniu i Grudziądzu.

Na dyplomatorium przyjechało wielu bliskich absolwentek i absolwentów z Afryki. Wszyscy bardzo żywiołowo, z wielką euforią reagowali podczas wręczania dyplomów. ©

500 rolników oszukanych na ponad 22 mln zł! W Toruniu zaczął się proces prezesów „Ziarna”

Małgorzata Oberlan
malgorzata.oberlan@polskapress.pl

Wczoraj w toruńskim sądzie zaczął się proces prezesów grupy „Ziarno” z Cichoradza, którzy mieli oszukać 500 rolników z regionu na ponad 22 mln zł.

To wyczekiwany proces przez rolników, którzy zostali pokrzywdzeni przez Grupę Producentów Rolnych „Ziarno”. Najpierw musieli uzbroić się w cierpliwość na etapie działania śledczych. Po długim badaniu sprawy dopiero w marcu 2024 roku Prokuratura Okręgowa w Toruniu skierowała do sądu akt oskarżenia. Potem długo trwało przygotowywanie samego procesu. W czwartek wreszcie się on rozpoczął.

W stan oskarżenia postawieni zostali: Stefan K., czyli prezes Grupy Producentów Rolnych „Ziarno” z Cichoradza (gm. Zławieś Wielka), dwaj członkowie zarządu Janusz P. i Maciej B. oraz prokurent spółki Bartosz M.

Oskarżeni odpowiedzieli mają za: oszukanie 500 rolników, którym nie zapłacili

za plody rolne (ponad 22 mln zł), przywłaszczenie sobie tychże plodów od 14 kolejnych osób (ponad 570 tys. zł), niegospodarność oraz wyrządzenie własnej spółce szkody o wielkich rozmiarach (na blisko 27 mln zł). Grozi im kara pozbawienia wolności od roku do lat 15. Od etapu śledztwa oskarżeni nie przyznają się do winy.

Wiedzieli, że nie mają pieniędzy

Proces nie będzie krótki z uwagi choćby na liczbę pokrzywdzonych i obszerny zakres zarzutów.

- 73 pokrzywdzonych zdecydowało się na status oskarżycieli posiłkowych - dodaje Jarosław Szymczak, asystent rzecznika Sądu Okręgowego w Toruniu.

Proces zaczął się od długiego odczytywania aktu oskarżenia i przyjmowania pierwszych wyjaśnień. Kolejne terminy rozpraw sędzia Hanna Konrad wyznaczyła już na październik, listopad, grudzień, a nawet styczeń. Sprawa toczyć ma się rytmicznie i tak sprawnie, jak to możliwe - długo cze-

kała na samo wejście na wókanę.

Czego dopuścić mieli się prezesi „Ziarna” i prokurent? Jak ustaliła prokuratura, pomimo utraty we wrześniu 2019 roku zdolności płatniczych, „Ziarno” wciąż przyjmowało od rolników plody rolne.

- Rolnicy, po dostarczeniu zboża i wystawieniu faktur VAT, przy braku świadomości złej sytuacji finansowej spółki oczekiwali na zapłatę. Ta jednak nie następowała - podaje prokuratura. - W przypadku

rolników, którzy oddali swoje plody rolne na przechowanie w magazynach GPR „Ziarno”, po wyrażeniu przez nich woli odbioru składowanych plodów rolnych, przedstawiciele Spółki oświadczały, że należące do nich zboża nie mają już na magazynach, gdyż zostało bądź to wywiezione, bądź sprzedane innym podmiotom.

Jednocześnie przedstawiciele spółki namawiali rolników, aby ci za przechowywane wcześniej zboże wystawili fakturę sprzedaży VAT, na podsta-

wie której nastąpi rozliczenie w formie pieniężnej. Wielu rolników wystawiało wskazane faktury sprzedaży, za które de facto nie otrzymali w późniejszym czasie zapłaty.

- Natomiast rolnicy, którzy nie zgodzili się na sprzedaż zboża, nie otrzymali potem ani zboża, ani pieniędzy - przekazywał nam prokurator Andrzej Kukawski.

„Nowościom” rolnicy wielokrotnie relacjonowali, jak zostali oszukani, jakie straty ponieśli i z jakim zniecierpliwieniem oczekują pociągnięcia winnych do odpowiedzialności.

Niektórzy stanęli na skraju bankructwa

Jedni utopili w „Ziarnie” kilkadziesiąt tysięcy zł, inni sto, a jeszcze inni nawet po dwieście tysięcy zł. Na skraju bankructwa znaleźli się ci, którzy powierzyli „Ziarnu” np. 90 procent swego potencjalnego rocznego dochodu.

- Był nawet przypadek samobójstwa takiego bankruta - mówili nam pokrzywdzeni.

Prezesi „Ziarna” oskarżeni zostali też o przestępstwa w pro-

wadzeniu ksiąg rachunkowych, niegospodarność i wyrządzenie własnej spółce strat w dużych rozmiarach - na ponad 26 mln zł.

Wszyscy oskarżeni najczęściej nie przyznają się do zarzucanych im czynów. Pozostają na wolności - nie byli i nie są tymczasowo aresztowani.

- Zastosowano wobec nich poręczenia majątkowe w wysokości 100.000 zł wobec Stefana K. i po 50.000 zł w stosunku do Janusza P., Macieja A. i Bartosza M., zakaz opuszczania kraju oraz zakaz kontaktowania się z określonymi osobami - wyliczał nam prokurator Andrzej Kukawski.

Śledczy dokonali także zabezpieczenia majątkowych na nieruchomościach należących do podejrzanych poprzez ustanowienie dwóch hipotek przymusowych o łącznej wartości ponad 170.000 zł.

Dodajmy, że Stefan K. był już karany w roku 2022 za występki z art. 79 pkt 4 ustawy o rachunkowości.

Pozostali oskarżeni nigdy dotąd nie byli karani. Teraz grozi im do 15 lat więzienia. ©



Proces zaczął się od długiego odczytywania aktu oskarżenia i składania wyjaśnień przez oskarżonych

Bałtyk – wspólna siła i bezpieczeństwo. ORLEN stawia na międzynarodową współpracę

Morze Bałtyckie to dziś jedno z kluczowych ogniw transformacji energetycznej i bezpieczeństwa Unii Europejskiej. Ze względu na swoje położenie, zasoby i infrastrukturę, region ten staje się centrum innowacyjnych inwestycji i współpracy międzynarodowej. Według Sławomira Staszaka, członka Zarządu ds. Energetyki i Transformacji Energetycznej ORLEN, państwa nadbałtyckie powinny zacieśniać współpracę w obszarach energetyki, transportu, bezpieczeństwa oraz ochrony środowiska.

Podczas Europejskiego Forum Nowych Idei w Sopocie, ORLEN zainicjował debatę o potencjale Bałtyku jako wspólnego projektu strategicznego. Do rozmów zaproszono ekspertów i analityków z Polski, Niemiec, Litwy i innych państw regionu. – *Rozwijamy się dynamicznie, a Morze Bałtyckie jest dla nas kluczowe. Przykładem są inwestycje w morskie farmy wiatrowe. Jednak dziś musimy także myśleć o bezpieczeństwie całej infrastruktury energetycznej na Bałtyku* – podkreślił Staszak.

Karol Wolff, Dyrektor Biura Strategii i Transformacji Energetycznej ORLEN, zwraca uwagę, że Bałtyk odgrywa strategiczną rolę w planach firmy. – *Potrzebujemy realnej dyskusji o współpracy z państwami regionu. Wspólne inwestycje mogą zwiększyć bezpieczeństwo i przyspieszyć zieloną transformację* – zaznaczył. W ocenie ekspertów, Bałtyk może stać się energetycznym sercem Europy Północno-Wschodniej, a jego potencjał nie jest jeszcze w pełni wykorzystany. Dodatkowo, rosnące znaczenie regionu wymusza nowe podejście do współpracy międzynarodowej w zakresie nadzoru nad infrastrukturą krytyczną.

Energia z wiatru i nie tylko
Bałtyk to nie tylko offshore wind. Jak pokazuje raport ORLEN „Baltic Cooperation: Momentum for Energy Transition”, akwen ten oferuje



jedne z najlepszych warunków w Europie do rozwoju morskich farm wiatrowych. Potencjał odnawialnych źródeł energii w regionie Bałtyku może być nawet 4,5 razy większy niż obecna produkcja energii elektrycznej wszystkich ośmiu nadbałtyckich krajów.

Bałtyk pełni również rolę strategicznego korytarza transportowego – nie tylko dla Polski, ale i dla całego regionu Europy Środkowo-Wschodniej. Dzięki infrastrukturze przesyłowej, możliwe jest dostarczanie gazu z pominięciem Rosji, także do Ukrainy. To także przestrzeń pod inwestycje w huby wodorowe i technologie wychwytywania oraz składowania CO₂ pod dnem morskim. – *Dywersyfikacja źródeł energii to dla nas priorytet. Nie możemy dopuścić do sytuacji, w której awaria jednego źródła doprowadzi do blackoutu. Offshore wind to nasza odpowiedź na to zagrożenie* – tłumaczy Staszak.

Co istotne, rozwój morskiej energetyki wiatrowej bę-

dzie także impulsem do tworzenia nowych miejsc pracy oraz modernizacji portów i infrastruktury przybrzeżnej. ORLEN już dziś planuje kolejne inwestycje wspólnie z partnerami technologicznymi i przemysłowymi. Długofalowo ma to pozwolić Polsce osiągnąć większą niezależność energetyczną.

Bezpieczeństwo energetyczne - wspólny obowiązek

Zagrożenia dla infrastruktury energetycznej na Bałtyku są coraz bardziej realne. Sabotaż, cyberataki, nieoznakowane jednostki, „przypadkowe” uderzenia dronów czy zagrożenia ze strony tzw. floty cieni – to tylko część ryzyk, na które zwracają uwagę analitycy, w tym Piotr Szymański z Ośrodka Studiów Wschodnich.

– *Wspólna odpowiedź państw regionu jest konieczna. Potrzebne są m.in. zintegrowane systemy bezpieczeństwa i współdziałanie w reagowaniu na zagrożenia. To decyzje, które muszą*

zapaść również na poziomie politycznym – zaznaczył Staszak.

ORLEN widzi również potrzebę współpracy w zakresie budowy wyspecjalizowanych jednostek do układania i serwisowania kabli podmorskich. To właśnie instalacje teleinformatyczne są coraz częściej celem ataków. Jednostki typu „cable layers” mogłyby błyskawicznie reagować w razie awarii. Firma wskazuje również na potrzebę wykorzystania technologii o podwójnym – cywilno-wojskowym – przeznaczeniu.

Eksperti obecni na EFNI zgodzili się, że inwestycje w bezpieczeństwo morskiej infrastruktury będą kosztowne, ale konieczne. – *To wydatek, który należy traktować jako inwestycję w przyszłość i stabilność dostaw energii* – dodał Staszak.

Bałtycka współpraca: od strategii po ekologię
Wspólne projekty gospodarcze, takie jak połączenia gazowe, sieci energetyczne

czy huby wodorowe, mogą stworzyć spójny system bezpieczeństwa energetycznego. – *Potrzebujemy kompletnego modelu działania, który zapewni stabilność całemu regionowi* – zaznaczył Karol Wolff.

ORLEN postrzega swoją rolę nie tylko jako inwestora, ale także jako podmiot odpowiedzialny za środowisko naturalne. Spółka podkreśla konieczność oczyszczenia dna Bałtyku z pozostałości po obu wojnach światowych – zatopionej broni chemicznej, niewypałów, wraków czy paliw. Równolegle wspiera działania na rzecz przywrócenia bioróżnorodności w morzu.

Transformacja energetyczna regionu nie będzie możliwa bez zaangażowania lokalnych społeczności. – *Chcemy, by mieszkańcy regionów nadmorskich uczestniczyli w tym procesie. To powinien być wspólny projekt państw nadbałtyckich* – podkreślił Wolff. Dodatkowo działania edukacyjne i społeczne mogą wzmocnić

lokalną akceptację dla realizowanych inwestycji.

Bałtyk na mapie Europy

Bałtyk zasługuje na większą uwagę instytucji europejskich – zarówno jako źródło zielonej energii, jak i jako obszar wymagający skutecznej ochrony. – *Region Morza Bałtyckiego, dzięki swojej potencjałowi, ma szansę odegrać kluczową rolę w dekarbonizacji i budowie nowej architektury bezpieczeństwa UE. Międzynarodowa współpraca państw regionu może przyspieszyć realizację najważniejszych projektów – od energetyki po transport i ekologię* – podsumował Staszak.

ORLEN zapowiada kontynuację rozmów oraz konkretne działania w obszarze transformacji energetycznej i bezpieczeństwa infrastruktury na Bałtyku. Jak deklarują przedstawiciele spółki, to dopiero początek wielkiego projektu, który może połączyć interesy gospodarcze, ekologiczne i strategiczne ośmiu państw.

WOAK przetestuje skrócony czas pracy

Katarzyna Kucharczyk
katarzyna.kucharczyk@polskapress.pl

Od 1 stycznia 2026 r. Wojewódzki Ośrodek Animacji i Kultury w Toruniu dołączy do grona 90 firm i instytucji, które wezmą udział w programie „Skrócony czas pracy - to się dzieje!”.

Program, który wystartuje na początku przyszłego roku, zakłada testowe wdrożenie krótszego tygodnia pracy - najpierw 35-godzinnego, a potem 32-godzinnego. Projekt potrwa dwanaście miesięcy i ma sprawdzić, czy redukcja czasu pracy może przynieść korzyści zarówno pracownikom, jak i pracodawcom.

W całym kraju do programu zgłosiło się niemal dwa tysiące chętnych, jednak zakwalifikowano tylko 90 podmiotów - zarówno z sektora prywatnego, jak i publicznego. Aż 53 z nich to jednostki samorządowe! Wśród nich znalazł się właśnie Wojewódzki Ośrodek Animacji Kultury w Toruniu.

Testy w WOAK-u

Toruńska instytucja przystąpi do programu z projektem „Efektywniejszy WOAK - pilotaż skróconego czasu pracy”, na którego realizację otrzymała 264 580 zł dofinansowania z ministerstwa.

- Nie jest to dofinansowanie na dodanie pieniędzy pracownikom, tylko na zainwestowanie w różnego typu narzędzia i szkolenia, które umożliwią nam przejście na skrócony czas pracy - mówi Łukasz Wudarski, dyrektor WOAK w Toruniu.

Obecnie w WOAK-u pracuje 26 osób w różnym wieku. Wszyscy wezmą udział w kursach rozwijających zarówno kompetencje miękkie - jak zarządzanie czasem, delegowanie zadań czy współpraca w zespole - jak i kompetencje twarde, w tym obsługę narzę-

dzi cyfrowych i wykorzystanie sztucznej inteligencji w pracy.

Od stycznia 2026 roku toruńscy pracownicy rozpoczną pracę w nowym modelu. W praktyce oznacza to, że osoby zatrudnione w administracji będą pracowały po siedem godzin dziennie. W przypadku zespołów działających przy wydarzeniach kulturalnych plan pracy będzie bardziej elastyczny.

- Będzie to oznaczało, że pracownicy administracji będą pracować siedem godzin dziennie. Natomiast pracownicy działu animacji kultury będą mieli elastyczny harmonogram - jednego dnia mogą pracować jedenaście godzin, a drugiego trzy - byle w tygodniu nie przekroczyć widełek czasowych - tłumaczy dyrektor Wudarski.

Nowy system pracy w WOAK-u ma nie tylko zwiększyć efektywność, ale też poprawić komfort pracowników. Toruński ośrodek funkcjonuje przecież w trybie ciągłym, organizując wydarzenia kulturalne nie tylko w dni robocze, ale również w weekendy.

We Włocławku taki system już testowali

Kujawsko-Pomorskie już wcześniej testowało krótszy czas pracy. W 2024 roku Urząd Miasta Włocławek, kierowany przez prezydenta Krzysztofa Kukuckiego, wprowadził siedmiodzinny dzień pracy dla urzędników. W regionie do pilotażu zakwalifikowały się teraz także Gmina Miejska Nieszawa oraz firma z Łochowic w powiecie bydgoskim.

Program „Skrócony czas pracy - to się dzieje!” jest jednym z najważniejszych społecznych eksperymentów ostatnich lat. Jeśli wyniki pilotażu okażą się pozytywne, skrócony tydzień pracy może stać się nowym standardem w Polsce. ©©

Już nie kupimy „Najtaniej na świecie”. Tak się zmienia toruńska starówka

Małgorzata Oberlan
malgorzata.oberlan@polskapress.pl

W ostatni weekend przy ulicy Szerokiej otwarto małe delikatesy. Tam, gdzie działał sklep „Najtaniej na świecie”. To już kolejna zmiana na starówce - znikają z niej sklepy z tandetą i lumpeksy.

Niedziela 19 października, godziny popołudniowe. Starówkę tradycyjnie o tej porze przemierzają tłumy. Uwagę wielu przyciąga nowy sklep - na rogu ulic Szerokiej i Małe Garbary. Wejście zdobi kolorowe baloniki, bo w ten właśnie weekend było otwarcie.

To żadna luksusowa placówka handlowa, tylko „Best Market” będący formą małych delikatesów, ale zmiana jest znacząca. Wcześniej w tej prestiżowej lokalizacji, w obszernej kamienicy, działał przez lata sklep... „Najtaniej na świecie”. I prestiżu deptakowi to nie dodawało...

„To jest dobra zmiana” - mówią klienci

- Fajny asortyment i sklep czynny do wieczora nawet w niedzielę. Na pewno więcej towaru i ciekawszego niż w „Żabkach”, których w centrum jest już przesyt. Kupiliśmy słodczyce i soki. W środku całkiem dużo miejsca i bardzo miła obsługa - komentują swoje pierwsze zakupy młodzi ludzie, trzymający się za ręce.

Co to za sieć? Nie jakaś wielka, ale w kraju już znana. Swoje sklepy stacjonarne ma np. w Warszawie, Gdańsku, Krakowie, Łodzi, Koszalinie czy na Śląsku. Ma też rozwiniętą dobrze sprzedaż w internecie. A czym się wyróżnia?

- „Best Market” to wyjątkowy sklep, który zaprasza



Na starówce znikają punkty z tandetą i lumpeksy, w ich miejscu pojawiają się m.in. sklepy kolekcjonerskie

do kulinarnej podróży przez różnorodne smaki i kuchnie świata, oferując szeroki wybór produktów spożywczych z każdego zakątka globu. Klienci mogą odkrywać autentyczne przyprawy, sosy, herbaty, kawy oraz specjały regionalne, które pozwalają na kreowanie unikalnych dań w zaciszu swojej kuchni - reklamuje się sieć.

Czy przypadnie do gustu klientom w Toruniu, czas pokaże. W miniony weekend, jak obserwowały „Nowości”, drzwi się tutaj nie zamykały do wieczora. Czy działał tzw. efekt nowości, czy też „Best Market” zyska autentyczną popularność? Zobaczymy.

Ze starówki znikają też lumpeksy. A przynajmniej te, których nikomu specjalnie nie żal. Tak jak sklepu z ulicy Szerokiej 10.

Nie ma „Wszystko za 5 zł”, jest sklep kolekcjonerski

Podobna zmiana zaszła w wakacje w innej prestiżowej lokalizacji - na Rynku Nowomiejskim, tuż przy dziecięcej galerii plastycznej. I tutaj przez długie lata obszerne lokale na dole pięknej kamienicy zajmował sklep typu „Wszystko za 5 zł”. Sprzedawał mydło i powidło o niskiej jakości i w niskich cenach. Dość długo na brak klientów nie narzekał, ale najwidoczniej interes przestał się tutaj kalkułować.

Latem w tym miejscu drzwi otworzył sklep „Satori”, co autentycznie uszczęśliwiło wielu miłośników mangi anime, gier, komiksów i seriali. To kolekcjonerska sieciówka, znana w kraju z naprawdę szerokiej oferty w tych dziedzinach.

Gadżety, figurki kolekcjonerskie, komiksy, karty, breloki, pluszaki i dziesiątki innych towarów - to wszystko znajduje tu-

taj miłośnicy mangi, anime, gier i nie tylko. Oferta jest naprawdę bogata, a półki w obszernej kamienicy napakowane są po brzegi.

Znikają gorsze lumpeksy

Ze starówki znikają też lumpeksy. A przynajmniej te, których nikomu specjalnie nie żal. Tak było w przypadku sklepu z używaną odzieżą przy ulicy Szerokiej 10. Ten sklep już nie istnieje. Zastąpiły go delikatesy wschodnie „Słowianoczka”.

Oferują nie tylko towary ukraińskie, ale i np. mołdawskie i inne wschodnie. Kuszają nie tylko ciekawymi dla zwykłych Polaków produktami codziennymi, ale i rarytasami - np. rybnymi. Ostatnio też przyciągały kwasem chlebowym prosto z beczki!

- Nie mam nic przeciwko sklepom z używaną odzieżą na starówce. Czasem tam zaglądam i coś oryginalnego kilka razy udało mi się upolować. Ale niech to będą sklepy na poziomie i z ładnymi wystawami. Adres na starówce zobowiązuje! - mówi pani Aleksandra, prawniczka pracująca w centrum. I pokazuje kilka przykładowych.

Od lat oryginalną ofertę i wysmakowane zawsze ekspozycje ma najstarszy second hand na starówce, czyli ten przy ulicy Wielkie Grabary. Krócej działa, ale również prezentuje ofertę w butikowym stylu sklep „używek” przy ulicy Szewskiej.

Z kolei przestronne lumpeksy przy ulicy Prostej i Rynku Nowomiejskim znane są ze swojej naprawdę bogatej oferty, promocji i dbania o witryny. O ich widok zresztą można zaobserwować w inny sposób - nie pokazując zbyt wiele, tak jak czyni to lumpeks przy Szerokiej (blisko rogu z ulicą Mostową). ©©

Toruń zamieni się w królestwo literatów! Zbliża się 31. Toruński Festiwal Książki

Katarzyna Kucharczyk
katarzyna.kucharczyk@polskapress.pl

Od 24 do 30 listopada Toruń stanie się miejscem spotkań z literaturą, sztuką i kulturą słowa. Przed nami 31. Toruński Festiwal Książki.

Od poezji po reportaż, od spektaklu po improwizację - przez tydzień Toruń będzie tętnił słowem w najróżniejszych formach. Po kilkuletniej przerwie w programie festiwalu ponownie znalazł się Ogólnopolski Konkurs Poetycki „O Liść Kon-

walii” im. Zbigniewa Herberta - jedno z najstarszych i najbardziej prestiżowych wydarzeń poetyckich w Polsce.

Jury w składzie z Jackiem Dehnelem, Joanną Mueller i Justyną Sobolewską wybierze laureatów spośród nadesłanych wierszy, a uroczystą galę zwieńczy koncert Doroty Miśkiewicz i Michała Pipoquinhy - duetu, który łączy jazzową wrażliwość z brazylijską energią.

Tegoroczny festiwal obfituje w spotkania z najważniejszymi postaciami polskiej i zagranicznej literatury. Wśród zaproszo-

nych gości są m.in.: Wojciech Mann, Mariusz Szczygieł, Éric-Emmanuel Schmitt, Jacek Dehnel, Manuela Gretkowska, Sylwia Chutnik, Dorota Kotas, Zyta Rudzka, Witold Szablowski, Michał Rusinek i Joanna Rusinek, Anita Werner, Michał Kołodziejczyk oraz Jerzy Owsiak.

W programie znajdują się również pokazy filmowe. Będzie można obejrzeć kultową ekranizację „Chłopów” z 1973 roku w reżyserii Jana Rybkowskiego oraz najnowszą, animowaną wersję dzieła Reymonta z 2023 roku.

Na scenie Bajy Pomorskiego zobaczymy spektakl „Pani Pylńska i sekret Chopina”, oparty na autobiograficznej powieści Érica-Emmanuela Schmitta, z udziałem m.in. Joanny Żółkowskiej i Kacpra Kuszewskiego.

Toruński Festiwal Książki w tym roku potrwa od 24 do 30 listopada. Wydarzenia odbywać się będą w Dworze Artusa, Książnicy Kopernikańskiej, Muzeum Etnograficznym, Domu Muz, Kombinacie Kultury czy NRD. Na wszystkie wydarzenia wstęp jest bezpłatny. ©©



Od lewej: Justyna Bieluch, Kafka Jaworska i Danetta Ryszkowska-Mirowska na konferencji przed imprezą

Skazany na dożywocie Anioł Śmierci z Torunia zmienił adwokata i odwołuje się od wyroku

Małgorzata Oberlan
malgorzata.oberlan@polskapress.pl

Skazany na dożywocie Maciej B. z Torunia nie pogodził się z wyrokiem. Zmienił adwokata i wniósł apelację. Akta sprawy Anioła Śmierci powędrują do Sądu Apelacyjnego w Gdańsku.

Maciej B. celowo wywołał pożar w wieżowcu przy Szosie Lubickiej (grudzień 2021 rok), aby zabić 68-letnią panią Marię i zgarnąć pieniądze z jej polisy ubezpieczeniowej - ustalił Sąd Okręgowy w Toruniu. Już tylko za to przestępstwo w lutym br. skazał mężczyznę na karę dożywocia. Podkreślając, że zabójstwa dokonał z motywacji zasługującej na szczególne potępienie.

Nazywany Aniołem Śmierci z Torunia przestępca dopuścił się jednak szeregu innych bulwersujących czynów. „Ubezpieczał ludzi, a oni ginęli w tajemniczych okolicznościach” - tak pisały o nim media. Dokładnie tego nie udało mu się udowodnić, ale oszukanie licznych



FOT. PIOTR LAMPKOWSKI

W lutym br. Maciej B. skazany został w Toruniu na dożywotnie więzienie

Maciej B. nie traci wiary, że odmieni swoją sytuację. Nie godzi się z tym, by do końca życia oglądać świat z za krat.

towarzystw ubezpieczeniowych - już tak.

W lutym br. Maciej B. skazany został przez Sąd Okręgowy w Toruniu na dożywotnie więzienie, a także utratę praw publicznych na 10 lat. Poza tym zapłacić miałby też

100 tys. zł zadośćuczynienia najbliższej rodzinie zmarłej pani Marii.

Natomiast 5 oszukanych przez siebie towarzystw ubezpieczeniowych Maciej B. zwrócić ma wyłudzone 326 tysięcy zł. Przedsiębiorca ubez-

pieczył sześciu rzekomych pracowników, z czego pięciu zmarło krótko od tego ubezpieczenia. Zataił zły stan zdrowia tych osób, w ten sposób usiłując doprowadzić do wypłaty odszkodowań w łącznej kwocie około 5 mln zł. Ostatecznie towarzystwa wypłaciły mu wspomniane 326 tysięcy złotych.

Jak się jednak okazuje, ten nieprawomocny wyrok sprawy nie kończy! Anioł Śmierci z wizją dożywotniej odsiadki się nie pogodził.

Jak dowiedziały się „Nowości”, Maciej B. nie traci wiary w to, że odmieni swoją sytuację. Nie godzi się z tym, by do końca życia oglądać świat z za krat. Ba, wielu zarzucanych mu czynów nadal nie czuje się winnym. Przemyślał sprawę, obrał nową strategię i po pierwsze zmienił obrońcę.

Rozstał się ze znanym toruńskim adwokatem Adamem Wygrałakiem, który bronił go przez kilka lat - od czasu śledztwa prokuratorskiego w sprawie pożaru i śmierci lokatorki. Zaangażował nowego - adwo-

kata Karola Kamperta ze Starogardu Gdańskiego. Jak się dowiedzieliśmy, nie jest to obca mu osoba, tylko prawnik, z którym wcześniej współpracował w innych sprawach (proces o zabójstwo).

To już nowy obrońca Macieja B. przygotował odwołanie od wyroku dożywocia.

- To apelacja zaskarżająca praktycznie cały wyrok, czyli punkt 1, 3 i wszystkie kolejne aż do 14 - przekazuje Sąd Okręgowy.

Co ciekawe jednak apelację przygotowała także Prokuratura Okręgowa w Toruniu, która żąda jeszcze zaostrzenia wyroku! Domaga się między innymi zapisu, żeby skazany na dożywocie Maciej B. o warunkowe przedterminowe zwolnienie mógł ubiegać się nie wcześniej niż po odbyciu 30 lat kary w więzieniu.

Lada dzień, jak słyszymy w toruńskim sądzie, odwołania i akta sprawy Anioła Śmierci wysłane zostaną do Sądu Apelacyjnego w Gdańsku. To tam mają rozstrzygnąć się losy Macieja B. ©

REKLAMA

0011406044

Fundusze Europejskie dla Kujaw i Pomorza

NASZ WSPÓLNY PROJEKT

Samorząd Województwa, dzięki Funduszom Europejskim, nieustannie wspiera rozwój naszego regionu. Wykorzystując zarządzane przez marszałka środki unijne przywracamy życie miejscom dotkniętym kryzysami społecznymi, gospodarczymi i przestrzennymi. Stawiamy na poprawę jakości życia mieszkańców i tworzenie przyjaznych, bezpiecznych przestrzeni.

W obecnej perspektywie do wykorzystania mamy **ponad 12 mln euro** ze środków EFRR na działania rewitalizacyjne w pięciu miastach prezydenckich naszego regionu: Bydgoszczy, Toruniu, Włocławku, Grudziądzu i Inowrocławiu.

CO WSPIERAMY?

- przebudowę, remonty i modernizację zdegradowanych budynków,
- adaptację terenów zielonych i przestrzeni publicznych,
- renowację obiektów zabytkowych,
- rozwój infrastruktury komunalnej,
- działania na rzecz poprawy bezpieczeństwa publicznego.

Dzięki projektom rewitalizacyjnym obszary zdegradowane zyskują nowe funkcje społeczne, kulturalne, edukacyjne i rekreacyjne, co pozytywnie wpływa na rozwój lokalnych społeczności.

Z Funduszami Europejskimi dla Kujaw i Pomorza WSPIERAMY REWITALIZACJĘ!

DLA KOGO?

Wsparcie skierowane jest do instytucji i organizacji (m.in. jednostek samorządu terytorialnego, organizacji pozarządowych, instytucji kultury, centrów aktywności lokalnej, podmiotów ekonomii społecznej) z miast prezydenckich regionu, realizujących projekty wynikające z Gminnych Programów Rewitalizacji.

KIEDY?

Przed nami ogłoszenie kolejnego naboru, który zaplanowano już na początku listopada br.

Szczegółowe informacje dotyczące terminu składania wniosków o dofinansowanie projektów znajdziesz w Harmonogramie naborów wniosków na stronie: funduszeue.kujawsko-pomorskie.pl

Fundusze Europejskie

Dowiedz się więcej na stronie
funduszeue.kujawsko-pomorskie.pl



STARTUJE DRUGA EDYCJA AKCJI **DUMNA Z SIEBIE**

Do udziału w konkursie zaprasza
Marszałek Województwa Piotr Całbecki

DOŁĄCZ DO WYJĄTKOWYCH KOBIET I WYGRAJ ATRAKCYJNĄ NAGRODĘ!

Może nauczyłaś się nowego języka? Przebiegłaś maraton? Pomagasz potrzebującym?
Świetnie radzisz sobie w pracy? Jesteś wspaniałą matką? Podróżujesz po świecie? Masz ciekawą pasję?
Tu nie ma złych odpowiedzi! Opowiedz nam o tym, co dla Ciebie ważne!

Wystarczy, że napiszesz w kilku zdaniach,
dlaczego jesteś z siebie dumna i dołączysz swoje zdjęcie.

*(Opis tekstowy możesz uzupełnić krótkim filmem
lub nagraniem głosowym, ale nie jest to obowiązkowe).*

Zgłoszenia przyjmujemy do 6 listopada za pośrednictwem formularza



Dodatkowo wszystkie zgłoszenia opublikujemy na specjalnym serwisie internetowym,
zdjęcia dumnych z siebie kobiet ukażą się w formie rozkładówki 29 listopada
w „Gazecie Pomorskiej”, „Expressie Bydgoskim” i „Nowościach – Dzienniku Toruńskim”.

Autorki 5 najbardziej inspirujących historii tego dnia przedstawimy
też na okładkach ww. gazet i zaprosimy do nagrania wideowywiadów.

**Dla autorek
10 najbardziej
inspirujących
opowieści
przygotowaliśmy
nagrody:**

- **5 voucherów o wartości 3 000 zł
na pobyt w Hotelu Herbarium**
*(2 noclegi dla dwóch osób, z wyżywieniem, autorskim masażem
relaksacyjnym i dostępem do strefy wellness oraz fitness)*
- **5 voucherów na profesjonalną sesję kobiecą,
beauty lub wizerunkową**
- **upominki od firm Apis i Fale Loki Koki**

Organizator



Partner główny



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego



Urząd Marszałkowski
Województwa
Kujawsko-Pomorskiego
w Toruniu



Rekordowe wydatki na toruńską oświatę

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

40 milionów złotych wyda Toruń w tym roku na szkoły i przedszkola. To inwestycje w nowe obiekty i wydatki na modernizację tych od dawna już istniejących.

Miasto chwali się rekordowymi wydatkami na rozwój Torunia. W bieżącym roku jest to w sumie 496,6 mln zł, co w porównaniu do 2024 roku oznacza wzrost o blisko 138 mln zł.

Najwięcej miejskich wydatków na Jar

- Myślimy strategicznie. Inwestujemy w to, co realnie poprawia jakość życia mieszkańców: w nowoczesne drogi i transport publiczny, budownictwo komunalne, w szkoły, przedszkola i żłobki, a także w zieleń i infrastrukturę sportową - wylicza Paweł Gulewski, prezydent Torunia. - Ten budżet inwestycyjny nie jest przypadkiem. To efekt odpowiedzialnego planowania i skutecznego sięgania po środki zewnętrzne, krajowe i unijne. Naszym celem jest, by Toruń był miastem nowoczesnym, wygodnym i zrównoważonym

miejschem, w którym mieszkańcy widzą, że każda złotówka jest inwestowana z myślą o ich codziennych potrzebach i przyszłości naszego wspólnego miasta.

Wśród wydatków inwestycyjnych są również te przeznaczone na oświatę. W sumie w tym roku to 40 mln zł. Najwięcej, bo 28,4 mln zł wydatkowano na realizację pierwszego etapu szkoły podstawowej przy ul. Grasera na Jarze. Łączny koszt realizacji inwestycji ze środków GMT wyniósł 45,3 mln zł.

Od września br. w podstawówce, która oficjalnie jest filią Szkoły Podstawowej nr 4, uczą się dzieci i przebywają przedszkolaki (mieści się tam filia sąsiedniego Przedszkola Miejskiego nr 18). Placówka przestanie być filią SP nr 4, gdy cały projekt zostanie dokończony, czyli w momencie wybudowania sal dla starszych uczniów i bazy sportowej.

Niedawno miasto wystosowało zapytanie ofertowe na wykonanie programu funkcjonalno-użytkowego dla zadania „Rozbudowa filii Szkoły Podstawowej Nr 4 przy ul. Grasera 1 w Toruniu”. To pierwszy krok w kierunku realizacji in-

westycji. Ma pokazać m.in. ile kosztować, będzie cały projekt, jak funkcjonować będą zaplanowane obiekty, jaką rolę potencjalnie mogą pełnić. Będzie też punktem wyjścia dla dalszych prac.

- Inwestycja wymaga przeprojektowania ze względu na to, że będziemy się ubiegać o dotacje na dwie sale gimnastyczne - dużą i mniejszą oraz na wielofunkcyjne boisko - powiedziała nam Dagmara Zielińska, wiceprezydentka Torunia odpowiedzialna m.in. za oświatę.

Koszt realizacji drugiego etapu podstawówki na Jarze szacowany jest na 70 mln zł.

Dobłą informacją dla mieszkańców Jaru jest jeszcze to, że powstaje tam żłobek miejski. Będzie to piąta tego typu placówka w mieście, która przyjmie 150 dzieci. Żłobek przy ul. Heweliusza ma być gotowy 31 marca 2026 roku.

Szkolny basen, kuchnia oraz windy

Warto dodać, że 5 mln zł przeznaczono na remonty w szkołach. W okresie wakacyjnym w toruńskich placówkach oświatowych intensywnie odnawiano sale, wymieniono in-



FOT. GRZEGORZ OLSKOWSKI

Miejska inauguracja roku szkolnego 2025/2026 odbyła się w ZS nr 19, gdzie działa nowy basen

stalacje, naprawiano dachy i montowano windy.

Modernizację obiektów oświatowych trwającą bądź zakończoną w tym roku:

- na początku tego roku zakończyła się budowa basenu rehabilitacyjnego z łącznikiem w Szkole Podstawowej nr 19 przy ul. Dziewulskiego 41 c w Toruniu. Koszt budowy basenu wyniósł 14 350 000 zł,
- zrealizowano kompleksowy remont kuchni w Szkole Podstawowej nr 18. Koszt prac wyniósł 1 975 000 zł,

- relokacja stołówki w Zespole Szkół Muzycznych kosztowała prawie 300 tys. zł,
- w Szkole Podstawowej nr 31 wybudowaną windę zewnętrzną za ponad 462 tys. zł,
- winda została udostępniona również w IV Liceum Ogólnokształcącym. Inwestycja kosztowała blisko 551 tys. zł,
- prace dostosowawcze do przepisów przeciwpożarowych zostały przeprowadzone w budynku internatu Zespołu Szkół Mechanicznych, Elektrycznych i Elektronicznych.

Koszt prac to prawie 409 tys. zł, - trwała budowa windy wewnętrznej w Szkole Podstawowej nr 6. To zadanie będzie zrealizowane za kwotę 576 tys. zł, - trwają prace przy modernizacji basenu w II Liceum Ogólnokształcącym przy ul. Kosynierów Kościuszkowskich 6. Realizacja planowo zakończy się w tym roku, a koszt prac to 8 255 000 zł, - dobiega końca modernizacja kuchni w Szkole Podstawowej 24. Koszt zadania to 1 880 000 złotych. ©

MATERIAŁ INFORMACYJNY NASK

0011378252

EZD RP. Lokalny impuls rozwoju cyfrowego

Nie tylko ministerstwa i urzędy centralne. Cyfrowa transformacja, która jest możliwa dzięki projektowi EZD RP, obejmuje także małe urzędy, przedszkola, żłobki czy biblioteki. Elektroniczne zarządzanie dokumentacją oznacza nowoczesność bez dużych inwestycji, a więc bez konieczności kupowania drogiego sprzętu czy zatrudniania informatyków.

Nowoczesność dla wszystkich

To właśnie w mniejszych instytucjach wciąż dominuje tradycyjny, papierowy obieg dokumentów. Jak wynika z danych GUS, jedynie 30,6 proc. jednostek administracji publicznej w Polsce korzysta z systemów klasy EZD jako podstawowego narzędzia pracy. Wdrożenia EZD RP mają tę proporcję odwrócić. A także przyczynić się do wyrównania poziomu cyfryzacji w całym kraju.

Obniżenie kosztów i uproszczenie procesów

EZD RP jest bezpłatne. Dzięki zastosowaniu modelu chmurowego SaaS EZD RP samorządy nie muszą już utrzymywać kosztownych serwerowni ani przejmować się kwestiami aktualizacji i bezpieczeństwa. Wszystkie działania – od szkoleń pracowników, przez pomoc w konfiguracji, po wdrożenie systemu – zapewnia NASK. Efekt? Gmina lub przedszkole, które wcześniej nie mogły pozwolić sobie na budowę zaplecza informatycznego, mogą korzystać z tego samego narzędzia, co ministerstwa czy urzędy centralne.

Z ekonomicznego punktu widzenia oznacza to oszczędności dla państwa oraz redukcję kosztów utrzymania sektora IT nawet o 40-60 proc. w porównaniu z dotychczasowymi rozwiązaniami lokalnymi. Zysk nie jest jednak wyłącznie finansowy. Elektroniczne zarządzanie dokumentacją pozwala skrócić czas obsługi spraw urzędowych, poprawia komunikację



między jednostkami i ogranicza błędy wynikające z ręcznej obsługi papierów.

EZD RP w codziennej pracy urzędnika

System jest intuicyjny również dla osób, które wcześniej nie korzystały z zaawansowanych narzędzi cyfrowych. Interfejs uproszczono, a szkolenia finansowane z KPO obejmują aż 75 tys. użytkowników – pracowników urzędów gmin, szkół i placówek opiekuńczych. Dzięki temu korzystanie z EZD RP już na wstępie stanie się znacznie łatwiejsze.

Praktyczny wymiar tej zmiany jest ogromny. Urzędnicy nie będą musieli już ręcznie numerować i archiwizować spraw – system automatycznie przypisuje identyfikatory, zapisuje metadane i umożliwia szybkie wyszukiwanie dokumentów. Dobra organizacja pracy urzędów przekłada się na poprawę jakości obsługi obywateli. Wdrożenia EZD RP to strategiczny element cyfrowej transformacji państwa i skutecznej realizacji procesów administracyjnych.



Wsparcie eksperckie i bezpieczeństwo

Bezpieczeństwo danych jest dla urzędów kluczowe – to o nim najczęściej rozmawia się w kontekście cyfryzacji. Dlaczego EZD RP zapewnia odpowiednią ochronę? Jednym z narzędzi, które gwarantują bezpieczeństwo danych i dokumentacji, jest nadawanie użytkownikom uprawnień. Dzięki temu dostęp do dokumentów i treści mają wyłącznie osoby, które potrzebują go w związku z wykonywanymi obowiązkami. Model SaaS EZD RP opiera się na chmurze rządowej, która działa w ramach infrastruktury spełniającej wymogi ustawy o krajowym systemie cyberbezpieczeństwa. To niezwykle istotne, bo oznacza, że dane pozostają w Polsce, w systemie monitorowanym przez państwowego operatora. Administratorem danych osobowych w EZD RP jest jednostka wdrażająca, która odpowia-

da za zgodność z przepisami prawa. Co ważne, na każdym etapie wdrożenia jednostka może liczyć na wsparcie ekspertów NASK.

Przykłady wdrożeń

Już dziś z EZD RP korzystają nie tylko ministerstwa, ale też małe gminy – m.in. Gmina Supraśl czy Urząd Miasta w Zambrowie. Pilotaże pokazują, że średni koszt obsługi dokumentacji w tych jednostkach spadł o 1/3, a liczba błędów rejestracyjnych zmniejszyła się o 70 proc. EZD RP to nie tylko nowoczesne narzędzie informatyczne – to awans cyfrowy i wyrównanie szans między dużymi a małymi jednostkami sektora publicznego. Dzięki finansowaniu z KPO oraz chmurowej usłudze SaaS EZD RP także gminy, przedszkola i żłobki mogą pracować w zgodzie z najwyższymi standardami administracji cyfrowej. Więcej informacji o projekcie: ezdrp.gov.pl/kpo.

Będą zabierać „prawko” poza terenem zabudowanym

Maciej Mazur PAP
maciej.mazur@polskapress.pl

Przegłosowano nowelizację Prawa o ruchu drogowym. Zakłada ona możliwość odbierania kierowcom prawa jazdy, jeśli przekroczą prędkość o ponad 50 km/h także poza terenem zabudowanym.

Autorem nowelizacji ustawy jest Ministerstwo Infrastruktury a dokument wprowadzi wiele zmian. Wśród najważniejszych

trzeba wymienić możliwość odebrania prawa jazdy przez policję kierowcom, którzy przekroczą dozwoloną prędkość o ponad 50 km/h także w terenie niezabudowanym. Przepis ten będzie jednak dotyczył tylko dróg jednojezdniowych, dwukierunkowych. Mundurowi nie będą mogli w takim przypadku odebrać prawa jazdy kierowcy, który przekroczył prędkość o ponad 50 km/h, ale poruszał się trasami szybkiego ruchu, w tym wszystkimi autostradami.

To jednak i tak zaostrenie przepisów, bo dotychczas prawo jazdy można stracić za przekroczenie prędkości o ponad 50 km/h tylko w obszarze zabudowanym.

Kierowca, który dopuści się takiego wykroczenia będzie musiał liczyć się z surowymi konsekwencjami. Za przekroczenie prędkości o 50 km/h za pierwszym razem - utrata prawa jazdy na 3 miesiące, a za drugim razem - utrata prawa jazdy na 6 mie-

sięcy. Za trzecim razem - możliwa jest też dożywotnia utrata prawa jazdy. Natomiast, jeśli policja złapie kogoś na jeździe bez uprawnień, wówczas trzeba będzie się li-

Młody kierowca nie będzie mógł przekraczać prędkości 80 km/h poza obszarem zabudowanym oraz 100 km/h na autostradzie.

czyć z ich utratą na okres aż pięciu lat.

Przygotowany przez resort infrastruktury projekt nowelizacji wprowadza także inne zmiany, w tym przywrócenie wydawania prawa jazdy kat. B osobom, które skończyły 17 lat i uzyskały pisemną zgodę rodziców lub opiekunów.

Młody kierowca (17-latek) nie będzie mógł m.in. przekraczać prędkości 80 km/h poza obszarem zabudowanym oraz 100 km/h na autostradzie i dro-

dze ekspresowej dwujezdniowej, wykonywać przewozu osób taksówką albo w ramach przewozu okazjonalnego. Taki kierowca będzie mógł przewozić osoby, które nie ukończyły 18 lat wyłącznie w towarzystwie dorosłego, doświadczonego pasażera. Wprowadzono także od dawna postulowany już obowiązek stosowania kasu przez kierujących rowerami, e-hulajnogami i urządzeniami transportu osobistego do 16 lat. ©P

AUTOREKLAMA

0211368920

3. BIEG DLA JAJ

RODZINNE BIEGANIE W SZUSZNEJ SPRAWIE!

BIEG GŁÓWNY (18+) 5 km

BIEGI DLA DZIECI (6-12 LAT) 400 i 800 m

MARSZOBIEG (13+) 2,5 km

ZAPISZ SIĘ NA NOWOSCI.COM.PL/BIEGDLAJAJ

9 XI 2025 BYDGOSZCZ

BCTW/Ogród Botaniczny w Myślecinku

ambasador akcji
BLAŻEJ BRZEZIŃSKI
dwukrotny Mistrz Polski w maratonie

ORGANIZATOR

Express
BYDGOSKI**GAZETA pomorska****NOWOŚCI**
DZIENNIK TORUŃSKI

SPONSOR STRATEGICZNY

Enea

PARTNER STRATEGICZNY

2025 ROKIEM
LUDZI NAUKI
Z NAUKĄ I PRACĄSamorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego**KUJAWY POMORZE**Urząd Marszałkowski
Województwa
Kujawsko-Pomorskiego
w Toruniu2025
ROK DZIECI
I MŁODZIEŻY
w Bydgoszczy**Yulwierz Sport**

PARTNER BIURA ZAWODÓW

zielone arkady

PARTNER GŁÓWNY

Aspargin®

PATRONAT HONOROWY

Marszałek Województwa
Kujawsko-Pomorskiego
Piotr CalbeckiPATRONAT HONOROWY
PREZYDENTA BYDGOSZCZY
Rafała Bruskiego

PARTNERZY

Fale Leki Koki
DOSTARCZAMY PIĘKNO**UMK CM****GABINETY LEKARSKIE**
ŚNIADECKICH 2**UNIBIKE****Diagnostyka+****NOVA****TORITAL**
BAIC ESTETICS**nirvel****AMS PERFECT**
SERVIS**WODA WAPNIA**
MIEJSKIE WODOCIĄGI
I KANALIZACJA
w Bydgoszczy**Biedronka**
Zielone Arkady**Bank Pocztowy****MM**
NEUPACK**Metalkas****iGYM**
centrum sportu**APIS®**
NATURAL COSMETICS**PAGACZ**
SERVIS**BYDGOSZCZ**PROJEKT
WSPÓRNANSOWANY
PRZEZ MIASTO BYDGOSZCZ**JURATA**
SOLE**PZU****INTER-VAX**
ZNIN**Osielsko**
Kuchnia**SPORT LAB**
COSMETICS**VauPe**

PARTNERZY MERYTORYCZNI

Centrum Onkologii
im. prof. F. Łukaszczyka
w Bydgoszczy**Centrum Onkologii**
im. prof. F. Łukaszczyka
w Bydgoszczy**NFZ**

PATRONAT MEDIALNY

TVP3
BYDGOSZCZ**TVP info****ESKA**



LOTERIA

WYKLARUJ SOBIE KUCHNIĘ MARZEŃ!



nagroda główna

20 000

na Twoją
wymarzoną
kuchnię
zł

nagrody tygodniowe



x1
robot
KitchenAid

10x
na kuchenne
dodatki

300 zł

1

Kup dowolne **Masło
Klarowane Mlekovita**
i zachowaj dowód zakupu.

2

Wypełnij formularz
zgłoszeniowy na
www.loteriaklarowane.pl

3

Twoje zgłoszenie **weźmie
udział w losowaniu nagród
tygodniowych i głównej!**

Sprzedaż promocyjna i przyjmowanie zgłoszeń: 01.10.2025 - 31.01.2026 r. Loteria promocyjna dla osób powyżej 18 roku życia.
Organizator: First Line Polska sp. z o.o. z siedzibą w Warszawie. Regulamin loterii: loteriaklarowane.pl



Maciej Stawiski

WNIOSKI BUDŻETOWE RADY OKRĘGU NR 13

W wtorek 21 października 2025 roku odbyły się ostatnie w tegorocznym cyklu spotkania Prezydenta Torunia Pawła Gulewskiego z przedstawicielami rad okręgów poświęcone wnioskowi budżetowym rad na rok 2026. Wzięła w nich udział także moja Rada Okręgu nr 13. Łącznie zgłosiliśmy Prezydentowi 15 wniosków budżetowych o różnorodnej tematyce.

Ważną ich częścią są wnioski związane z obszarami zielonymi. Mojej Radzie Okręgu zależy na zabezpieczeniu środków na realizację w przy-

szłym roku sadu miejskiego na terenie zielonym przy zbiegu ulic Krasińskiego i Matejki. Przypomnijmy, że przez lata teren ten był zaplanowany do sprzedaży pod budownictwo wielorodzinne, ale decyzją Prezydenta Pawła Gulewskiego został wycofany z planów sprzedażowych i przeznaczono go na funkcję zieleni miejskiej. Kolejny wniosek związany z obszarami zielonymi to wymiana nawierzchni starych, zniszczonych asfaltowych ścieżek oraz nowe lampy w Parku Miejskim, czyli IV etap rewitalizacji Parku Miejskiego.

Projekt jako bardzo kosztowny będzie musiał być zrealizowany w oparciu głównie o środki zewnętrzne.

Wreszcie moja Rada Okręgu zgłosiła propozycję realizacji lasku Miyawaki w bielańskiej części naszego okręgu na terenie zielonym w pobliżu Przedszkola Miejskiego Nr 9 między ulicami Gagarina a Łukasiewicza.

Nie zabrakło także wniosków związanych z ulicami i ruchem drogowym. Bardzo kosztownym wnioskiem jest propozycja generalnego remontu ulicy Krasińskiego na odcinku od Reja do Kochanowskiego.

Długo odkładanego remontu doczekała się niedawno ulica Kochanowskiego, teraz czas na będący w najgorszym stanie pobliski odcinek ulicy Krasińskiego. Szacunkowy koszt projektu to ponad milion złotych. Po remoncie na wzmiankowanym odcinku być może zostanie wprowadzona nowa

organizacja ruchu, o ile będzie to rekomendacją mieszkańców, wynikającą z zakończonych niedawno konsultacji społecznych.

Kolejna propozycja budżetowa mojej Rady Okręgu to czytniki prędkości na ulicach Kraszewskiego i Broniewskiego. Wniosek wynika ze skarg mieszkańców na nagminne przekraczanie dozwolonej prędkości na wymienionych ulicach. Czytniki prędkości są już z powodzeniem stosowane na wielu toruńskich ulicach, np. na Szosie Lubickiej, na św. Józefa czy na Bydgoskiej.

Z myślą z kolei o rowerzystach moja Rada Okręgu zaproponowała postawienie 12 wiat rowerowych.

W zakresie bezpieczeństwa zaproponowaliśmy z kolei zakup przez Gminę Miasta Toruń radiowozu dla Komisariatu Toruń-Śródmieście z przeznaczeniem dla dzielnicowych. Dzielnicowi są kluczowi z punktu widze-

nia rozwiązywania drobnych, ale bardzo uciążliwych dla mieszkańców przez swoją regularność i powtarzalność problemów związanych z łamaniem prawa. Zapewnienie im jak największej liczby narzędzi do realizacji ich zadań jest oczekiwaniem Rady Okręgu.

Pamiętaliśmy także o asobie mieszkaniowym Gminy Miasta Toruń. Od lat przypominamy o będącej w fatalnym stanie gminnej kamienicy przy ulicy Broniewskiego 24 przy rogu z ulicą Reja. Wygląda na to, że długo oczekiwany remont jest już o krok. Jeszcze w tym roku ma zostać ukończona dokumentacja projektowa, a na początku 2026 roku ma być złożony wniosek o dofinansowanie remontu. Prezydent zadeklarował, że jeszcze w 2026 roku remont ma zostać zrealizowany. Po remoncie w kamienicy zostanie przywrócona dotychczasowa funkcja mieszkaniowa.

Zgłosiliśmy do budżetu także naprawę nawierzchni boiska przy ulicy Mickiewicza 15/17 obok sali gimnastycznej I.L.O. Naszym wnioskiem jest też wytyczenie i oznakowanie szlaku turystycznego z tablicami informacyjnymi na obszarze zabytkowego osiedla Bydgoskie Przedmieście. Pozostałe złożone wnioski dotyczyły jeszcze zabezpieczenia środków na realizację wniosków z konsultacji społecznych o organizacji ruchu, dodatkowych środków na realizację strategii rozwoju komunikacji rowerowej, zwiększenia puli na działalność bieżącą dla MZD i WŚIE, zabezpieczenia środków na sprząatanie dzielnicy podobnie jak w 2025 roku oraz zwiększenia puli środków na dział odpowiedzialny za konsultacje społeczne.

Wstępne deklaracje Prezydenta wskazują, że większość tych wniosków uda się uwzględnić w budżecie na rok 2026, chociaż niestety nie wszystkie.

Wiaty dla rowerów staną zapewne dopiero w 2027 roku. Pod dużym znakiem zapytania są też czytniki prędkości czy radiowóz. ©P

WSTĘPNE DEKLARACJE PREZYDENTA WSKAZUJĄ, ŻE WIĘKSZOŚĆ TYCH WNIOSKÓW UDA SIĘ UWZGLĘDNIĆ W BUDŻECIE NA ROK 2026, CHOCIAŻ NIESTETY NIE WSZYSTKIE. WIATY DLA ROWERÓW STANĄ ZAPEWNE DOPIERO W 2027 ROKU.

Autor jest przewodniczącym Rady Okręgu nr 13 - Bydgoskie, doktorem historii na Wydziale Nauk Historycznych UMK, przewodnikiem turystycznym po Toruniu

TV TORUŃ

PIĄTEK, 24 PAŹDZIERNIKA

- 10:00 Aktualności Toruńskie
- 10:20 Pogoda dla Torunia
- 10:25 Rozmowa dnia
- 10:40 Serwis sportowy
- 10:55 „Nowości” na weekend
- 11:00 Ludzie nauki Kujaw i Pomorza- Kurt Lewin
- 11:30 Europa w kieszonkach
- 11:40 Świat na wyciągnięcie ręki- Społeczeństwo w dialogu
- 12:00 Powtórka programu i oferty
- 16:00 Z telewizyjnej szafy- październik
- 16:40 Magiczny świat witrażu w Proscenium
- 16:55 Świat na wyciągnięcie ręki- Ale Teksas!
- 17:10 Magazyn Kujawsko-Pomorski
- 17:30 Potencjał Gospodarczy Regionu (16)
- 17:45 Aktualności Toruńskie
- 18:05 Pogoda dla Torunia
- 18:10 Rozmowa dnia
- 18:25 Hokej: KH Energa- GKS Katowice
- 20:45 Trójkąt dydaktyczny w Bierzłowie
- 20:55 Europa w kieszonkach
- 21:10 Ludzie nauki Kujaw i Pomorza- Kurt Lewin
- 21:45 Aktualności Toruńskie
- 22:20 Pogoda dla Torunia
- 22:25 Rozmowa dnia
- 22:40 Serwis sportowy
- 22:45 Magazyn Kujawsko-Pomorski
- 23:05 Potencjał Gospodarczy Regionu



Nowe rondo powstało w Golubiu-Dobrzyniu

W Golubiu-Dobrzyniu otwarto nowe rondo, które znacznie rozładuje ruch w tej części miasta. Skrzyżowanie z ruchem okrężnym powstało na połączeniu drogi wojewódzkiej nr 534 z ulicą Sokołowską.

W ramach zadania przebudowano też infrastrukturę dla pieszych i rowerzystów. Całkowity koszt prac wyniósł 4,1 mln złotych. Inwestycję zrealizowano wykorzystując Fundusze Europejskie dla Kujaw i Pomorza na lata 2021-27.

W Magazynie Kujawsko-Pomorskim dodatkowo powiemy o projekcie nasadzeń drzew wzdłuż dróg wojewódzkich w regionie.

„Magazyn Kujawsko-Pomorski” dziś w TV Toruń o godz. 17.10 i 22.45.

Program TV Toruń dostępny jest w sieciach kablowych TVK Toruń, Multimedia Polska, Vectra Toruń oraz na stronie internetowej 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;

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

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

Specjalistyczny Szpital Matopiat, ul. Storczykowska 8, tel. 56 659 48 00

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

POLICJA

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

Komisariat Toruń-Śródmieście, ul. PKC 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

NA SCENIE

Teatr im. Wilama Horzycy, pl. Teatralny

piątek, 24 października

Wcosiębawic?, godz. 19:00 (Scenana zapleczu)

sobota, 25 października

Wcosiębawic?, godz. 18:00 (Scenana zapleczu)

niedziela, 26 października

Niedziela w teatrze - liskowa, godz. 11:00

Wcosiębawic?, godz. 18:00 (Scenana zapleczu)

Kujawsko-Pomorski Teatr Muzyczny, ul. Żeglarska

sobota, 25 października

Kuguar. Musical, godz. 19:00

niedziela, 26 października

Kuguar. Musical, godz. 14:00 i 18:00

Teatr Baj Pomorski, ul. Piernikarska

31. Międzynarodowy Festiwal Teatrów Lalek i Formy „Spotkania”

piątek, 24 października

Fundacja Art Connections - Drogi, godz. 17:00 i 20:00

CKK Jordanki, al. Solidarności

niedziela, 26 października

„Gdybym ja była słońcem na niebie”, koncert z muzyką F. Chopina, godz. 15:00 i 16:30 (Sala Prob)

Krzysztof Cugowski z Zespołem Mistrzów, godz. 18:00

CK Dwór Artusa, Rynek Staromiejski

niedziela, 26 października

Jerzy Skolimowski i Jan Komasa w rozmowie o filmie „Good Boy”, godz. 16:30

INFORMACJE

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

INTERWENCJE

Schronisko dla Bezdomnych Zwierząt, ul. Przybyszewskiego 3, tel. 56 622 48 87, telefon interwencyjny: 666 683 377

POLSKA W POSZUKIWANIU NOWYCH SILNIKÓW WZROSTU

Polska przez trzy dekady utrzymywała imponujące tempo wzrostu, co pozwoliło jej dołączyć do grona 20 największych gospodarek świata. Dziś jednak kraj stoi przed jeszcze większym wyzwaniem – koniecznością dokonania jakościowego przełomu.

Wcoraz bardziej technologizowanym świecie, w realiach zielonej transformacji oraz rosnących zagrożeń geopolitycznych, utrzymanie stabilnego i wysokiego tempa wzrostu oraz statusu „zielonej wyspy” w Europie nie będzie możliwe bez nowego impulsu rozwojowego.

O tym, jakie nowe silniki wzrostu powinna uruchomić Polska, jak skutecznie przekształcić sektor energetyczny oraz pobudzić inwestycje w technologie, dyskutowano podczas sesji „Polska w poszukiwaniu nowych silników wzrostu” na Europejskim Forum Nowych Idei 2025. Udział w debacie wzięli: Miłosz Motyka - minister energii, Michał Gołębiowski - wiceprezes zarządu Energi SA, Dariusz Marzec - prezes PGE Polskiej Grupy Energetycznej, Jan Zimowicz - prezes PZU Zdrowie SA, Mariusz Jaszczyk - wiceprezes Polskiego Funduszu Rozwoju oraz prof. Piotr Wachowiak - rektor SGH.

Trzy dekady sukcesu – czas na kolejny krok

- Polska jest państwem, które w ciągu ostatnich trzydziestu lat dokonało ogromnego skoku rozwojowego dzięki pracy przedsiębiorców, pracowników, samorządów oraz administracji rządowej. Nie jest to powszechnie doceniane, a powinniśmy być dumni z naszych osiągnięć. Wiadać to nie tylko we wskaźnikach makroekonomicznych, ale także w rosnących kompetencjach Polaków i ekspansji rodzimych firm - powiedział Miłosz Motyka, minister energii.

Jak zaznaczył, kluczem do dalszego rozwoju jest transformacja energetyczna, która otworzy drogę do taniej, stabilnej i dostępnej energii, stając się jednocześnie nowym motorem wzrostu.

- Transformacja energetyczna to największy proces gospodarczy, jaki obecnie się dokonuje. Musi być prowadzona w sposób przemyślany, z dba-



Debata „Polska w poszukiwaniu nowych silników wzrostu” na EFNI 2025

łością o stabilność i bezpieczeństwo dostaw oraz zapewnienie mocy w systemie. Tylko wtedy inwestorzy nie będą się obawiać lokowania kapitału w Polsce. To również warunek rozwoju centrów danych czy nowoczesnego przemysłu - mówił minister energii.

Wielkie inwestycje w nowe moce

Transformacja energetyczna w Polsce już trwa. Operatorzy systemów przesyłowych i spółki energetyczne realizują projekty warte setki miliardów złotych.

- Transformacja nie jest celem samym w sobie. Jej zadaniem jest poprawa dostępności i bezpieczeństwa dostaw energii elektrycznej, a także obniżenie kosztów produkcji. To kluczowe dla konkurencyjności polskiej i europejskiej gospodarki. Polska odgrywa tu coraz ważniejszą rolę - pod-

kreślił Dariusz Marzec, prezes PGE.

- Grupy energetyczne, realizując swoje strategie, skupiają się na dwóch priorytetach. Pierwszy to bezpieczeństwo - zapewnienie mocy i sprawne zarządzanie systemem, zarówno przez operatora systemu przesyłowego, jak i operatorów systemu dystrybucyjnego. Drugi to umożliwienie przedsiębiorcom i konsumentom dostępu do stabilnych dostaw i konkurencyjnej cenowo energii - zaznaczył Michał Gołębiowski, wiceprezes Energi SA.

Odnawialne źródła i nowe bloki CCGT

Jak dodał, Grupa Energa wyróżnia się tym, że już połowę energii wytwarza ze źródeł odnawialnych. Elektrownia Ostrołęka to obecnie główne węglowe źródło, ale i to się zmieni - trwają inwestycje

w zeroemisyjne oraz niskoemisyjne źródła energii.

Energa realizuje dwa bloki gazowo-parowe CCGT - w Grudziądzu i w Ostrołęce. We wrześniu podpisano także umowy z wykonawcami bloku w Gdańsku, a także kolejnej jednostki w Grudziądzu. Jednak największe inwestycje w nadchodzącej dekadzie obejmą dystrybucję - ponad 40 mld zł przeznaczonych na modernizację sieci, poprawę bezpieczeństwa dostaw i elastyczne bilansowanie systemu, co umożliwi przyłączenie kolejnych źródeł OZE.

Kompetencje i lokalny udział w transformacji

Jeśli energetyka ma być motorem wzrostu, konieczna jest rozbudowa kompetencji i wsparcie krajowego przemysłu w zdobywaniu certyfikatów i udziału w projektach.

- Polski przemysł musi uczyć się nowych technologii,

rozwijać kompetencje już na poziomie szkół średnich i uczelni. Potrzebne są również umiejętności w zakresie certyfikacji międzynarodowej i udziału w globalnych przetargach. Te kompetencje będą procentować także w Polsce - zauważył prezes Marzec.

- W obszarze dystrybucji, na którą w kolejnych latach przeznaczac będziemy największe nakłady inwestycyjne, zdecydowana większość środków wydawanych przez Grupę Energa pozostaje w Polsce. Mowa m.in. o dostawcach liczników, kabli, oprzyrządowania czy oprogramowania - to głównie lokalne, polskie firmy. W przypadku kluczowych inwestycji Energi w bloki gazowo-parowe local content stanowi ok. 30-40% inwestycji. Warto dodać, że urządzenia - turbina parowa czy generator elektrowni w Ostrołęce powstały w Polsce, w fabrykach

w Elblągu i Wrocławiu - powiedział Michał Gołębiowski.

Transformacja cyfrowa – nieodłączny element zmian

Ważnym aspektem dyskusji była rola cyfryzacji.

- Transformacja cyfrowa jest nieodłączna od transformacji energetycznej. Choć wymaga znaczących nakładów, to pozwala usprawnić cały łańcuch wartości - od planowania inwestycji, przez realizację, utrzymanie, aż po nowe usługi dla klientów. Technologie cyfrowe umożliwiają m.in. wykorzystanie rynku bilansującego do optymalizacji kosztów energii - wyjaśnił Gołębiowski.

Nowy motor wzrostu dla gospodarki

Transformacja energetyczna to jeden z najważniejszych silników wzrostu, który integruje procesy edukacyjne, przemysłowe, naukowe, technologiczne i infrastrukturalne. Wzmocnia bezpieczeństwo - także militarne - i buduje stabilne warunki do prowadzenia działalności gospodarczej. Oparty na local content i cyfrowych kompetencjach, ten proces może zapewnić Polsce długoterminową konkurencyjność i innowacyjność.

Podczas EFNI 2025 przedstawiciele sektora energetycznego zgodnie podkreślali, że transformacja energetyczna to nie tylko konieczność klimatyczna, ale również szansa na wzmocnienie gospodarki. Michał Gołębiowski z Energi SA zaznaczył, że jednym z kluczowych celów jest zapewnienie bezpieczeństwa energetycznego i konkurencyjnych cen dla odbiorców. Podkreślił również wagę inwestycji w sieci dystrybucyjne oraz zaangażowania krajowego przemysłu w realizację projektów energetycznych. W opinii Gołębiowskiego cyfryzacja sektora, rozwój kompetencji IT i wykorzystanie narzędzi analitycznych stanowią nieodłączny element skutecznej transformacji i budowy nowoczesnego rynku energii.

©EP

KRÓTKO

WARSZAWA

Przyrodnicy apelują o ustawę

Utworzenie Parku Narodowego Dolnej Odry przyniesie korzyści przyrodnicze, gospodarcze i społeczne – wskazano w opublikowanym w czwartek liście Związku Pracodawców Polskich Parków Narodowych do prezydenta Karola Nawrockiego. Zaapelowano o podpisanie ustawy o nowym parku.

„W związku z uchwaleniem w dniu 17 października 2025 roku przez Sejm Rzeczypospolitej Polskiej ustawy o utworzeniu Parku Narodowego Doliny Dolnej Odry,

w imieniu wszystkich dyrektorów oraz pracowników obecnie istniejących w naszym kraju parków narodowych zwracam się do Pana Prezydenta z gorącą prośbą o podpisanie tej ustawy” – zaapelowano w liście do prezydenta podpisanym w imieniu Związku Pracodawców Polskich Parków Narodowych przez prezesa ZP PPN Andrzeja Raja, który jest jednocześnie dyrektorem Karkonoskiego Parku Narodowego.

Utworzenia parku chcą również samorządowcy. PAP

WARSZAWA

Ostatni akord Chopina



FOT. PAP/RADEK PIETRUSZKA

W czwartek wieczorem w Filharmonii Narodowej w Warszawie odbył się trzeci koncert laureatów XIX Konkursu Chopinowskiego. To ostatni akord tegorocznego konkursu. Kolejny odbędzie się za pięć lat. Melomani usłyszeli utwory Fryderyka Chopina, które pianiści wykonali podczas konkursu. PAP

KATOWICE

Prof. Migalski upomniany

– Na profesora Uniwersytetu Śląskiego Marka Migalskiego, w związku z jego słowami dotyczącymi tragicznej śmierci pilota F-16, majora Macieja Krakowiana, nałożona została kara dyscyplinarna – upomnienie – poinformował rzecznik prasowy uczelni Jacek Szymik-Kozaczko. Postępowanie dyscyplinarne wszczę-

to po sierpniowej publikacji w mediach społecznościowych, w której Migalski odniósł się do wypadku samolotu F-16, nazywając zmarłego pilota m.in. „piratem lotniczym”, „przestępcą” i „nieudacznikiem”. Słowa te wywołały falę oburzenia w mediach i wśród opinii publicznej. KW

POLSKA

Liczba ludności Polski na koniec września 2025 r. spadła o 158 tysięcy rok do roku, do 37,376 mln – podał w czwartek GUS. Ze wstępnych danych wynika, że w okresie trzech kwartałów zarejestrowano około 181 tysięcy urodzeń żywych (o ok. 11 tys. mniej niż rok wcześniej), a współczynnik urodzeń obniżył się w skali roku o 0,3 pkt. – do 6,5 proc. PAP

Premier: trasa S1 połączy nas ze Słowacją i południem Europy

oprac. Karolina Wrońska
Warszawa

– Otwieramy nowy odcinek trasy S1, która połączy nas ze Słowacją i południem Europy – zapowiedział Donald Tusk. Chodzi o 8,5-kilometrowy łącznik trasy.

„Dzisiaj otwieramy nowy odcinek S1, czyli długo wyczekiwane obejście Węgierskiej Górki, które połączy nas ze Słowacją i dalej z południem Europy. To jeden z najbardziej efektywnych projektów drogowych w historii Polski. Dwa tunele, pięć estakad, trzy mosty, a przy okazji to chyba najbardziej malownicza trasa ekspresowa w Polsce” – powiedział premier na filmie opublikowanym w czwartek na portalu X.

Tusk przypomniał, że w poniedziałek otwarta została z kolei trasa S3, która „połączyła całą zachodnią Polskę i Czechy z polskim Bałtykiem, z polskimi portami”. Chodzi o odcinek między węzłami Świnoujście Łunowo – Międzyzdroje, dzięki otwarciu którego kierowcy mogą już w pełni przejechać trasę od Świnoujścia do granicy z Czechami w Lubawce.

Jak zapowiadał minister infrastruktury Dariusz Klimczak, droga ekspresowa S1 między Przybędzą i Milówką, czyli wspomniane przez premiera obejście Węgierskiej



FOT. PAP/MARCIN BIELECKI

Donald Tusk przypomniał, że S3 „połączyła całą zachodnią Polskę i Czechy z Bałtykiem i portami”

Górki, zostanie oddana do użytku kierowcom w czwartek przed południem.

Obwodnica Węgierskiej Górki to jeden z brakujących dotąd odcinków drogi S1. Ma długość 8,5 kilometra, łączy czynne fragmenty trasy z Żywca do Przybędzy oraz z Milówki do Szarego. Zapewni płynny przejazd z Bielska-Białej do granicy ze Słowacją w Zwardoniu. Klimczak podkreślał, że droga, której fragment zostanie udostępniony, jest niezwykle ważna z punktu widzenia międzynarodowego i naszych południo-

wych sąsiadów, z którymi Polska chce prowadzić działalność gospodarczą i turystyczną, opartą na szybkiej komunikacji.

Z otwarcia obwodnicy zadowoleni są mieszkańcy okolicy. Wójt Węgierskiej Górki Piotr Tyrlík przewiduje, że ruch w centrum miejscowości spadnie o 30-40 procent. – Co najważniejsze: nie będą to już tiry, których przejeżdżało każdego dnia około 2 tysięcy. To będzie normalny ruch lokalny i turystyczny – podkreślił.

Nowy odcinek S1 z Przybędzy do Milówki zlokalizowany

jest na Żywiecczyźnie. Jego częścią jest między innymi pięć estakad, w tym jedna o długości prawie 1 km w Węgierskiej Górze, trzy mosty o łącznej długości 2,3 km, a także dwa dwunawowe tunele o łącznej długości ponad 1,8 km.

Pierwszy z nich, o długości około 830 m, powstał na północnej części trasy w stoku Barania Góra. Drugi, o długości około 1 km, zlokalizowany jest bliżej Zwardonia.

Umowa na realizację odcinka została zawarta w październiku 2019 roku. Całkowita wartość projektu wynosi 1,65 miliarda złotych.

Droga S1 jest arterią o kluczowym znaczeniu. Jest częścią VI korytarza Transeuropejskiej Sieci Transportowej, łączącej kraje basenu Morza Bałtyckiego z krajami Europy Południowej.

Docelowo trasa S1 w województwach śląskim i małopolskim połączy węzeł z autostradą A1 w pobliżu lotniska Katowice w Pyrzowicach i granicę ze Słowacją w Zwardoniu.

Standard drogi ekspresowej ma dotąd na odcinkach Pyrzowice – Podwarpie, Dąbrowa Górnicza – Tychy, a także Oświęcim – Brzeszcze i od czwartku Bielsko-Biała – Zwardoń.

Trwa budowa pozostałych odcinków, w tym między Mysłowicami i Bielskiem-Białą. PAP

Razem czy osobno? Jak w najbliższych wyborach parlamentarnych powinna startować koalicja rządząca?

Adam Kielar
Warszawa

Czy koalicja rządowa powinna iść razem czy osobno do wyborów parlamentarnych? Najnowsze sondaże Ogólnopolskiej Grupy Badawczej zbadały obie opcje.

Gdyby partie tworzące dzisiejszy obóz władzy wystawiły oddzielne komitety w wyborach parlamentarnych, to największą zdobyczą Ko-

alicja Obywatelska. Na ugrupowanie to zagłosowałoby 38,12 procent badanych – o 4,1 punktu procentowego więcej niż w poprzednim sondażu. Prawo i Sprawiedliwość zajęłoby drugie miejsce – na partię Jarosława Kaczyńskiego głos oddałoby 29,81 procent ankietowanych (wzrost o 1,9 punktu procentowego). Podium zamknęłaby Konfederacja z wynikiem 15,5 procent (o 0,9 punktu procentowego mniej niż poprzednio).

Do Sejmu weszłaby jeszcze Konfederacja Korony Polskiej Grzegorza Brauna (6,02 procent, spadek o 1,1 punktu procentowego).

Poniżej progu wyborczego znalazłyby się: Nowa Lewica (4,13 procent) Polskie Stronnictwo Ludowe (2,78 procent) Partia Razem (2,03 procent) Polska 2050 (1,61 procent).

Publicyści i komentatorzy zastanawiają się, podobnie jak przed poprzednimi wyborami, czy partie obecnej ekipy rządzą-

cej nie powinny dogadać się i stworzyć jedną listę. OGB wzięła pod uwagę taki scenariusz i opublikowała drugi sondaż.

Wynika z niego, jak pisze Łukasz Pawłowski, że lista zjednoczonej koalicji mogłaby liczyć na większość mandatów w Sejmie. Sojusze KO, PSL, NL oraz PL 2050 mógłby liczyć na 46,73 procent głosów. PiS otrzymałoby 28,7 procent poparcia, Konfederacja 16,54 procent, a KKP 5,84 procent. Partia Razem nie przekroczyłaby progu wyborczego.



PULS

#187

P O L A K U ! C O F N I J C Z A S

Str. 16-17

Ponoć ten świat skrojony jest pod „skowronki”, przecież do szkoły czy pracy biegamy zazwyczaj rano. I to właśnie poranne marki lepiej znoszą zmianę czasu z letniego na zimowy, bo wcześniej robi się jasno. Ale, umówmy się, żyć pełnią życia, cieszyć każdym dniem może każdy, niezależnie od tego, o której godzinie wstaje z łóżka i jak późno kładzie się spać

Dorota Kowalska

„SKOWRONKI” KONTRA „SOWY”, CZYLI KOMU ŻYJE SIĘ LEPIEJ

Film „Co mi zrobisz, jak mnie złapiesz” Stanisława Barei. Kultowa rozmowa w holu dworca kolejowego. Dwóch robotników rozprawia o wyjeździe do pracy.

- Ja to, proszę pana, mam bardzo dobre połączenie. Wstaję rano za piętnaście trzecia. Latem to już widno. Za piętnaście trzecia jestem ogolony, bo golę się wieczorem. Śniadanie jadę na kolację. Tylko wstaję i wychodzę.

- No, ubierasz się pan.
- W płaszcz - jak pada. Opłaca mi się rozbierać po śniadaniu?
- Fakt!
- Do PKS mam pięć kilometrów. O czwartej za piętnaście jest PKS.

- I zdążasz pan?
- Nie, ale i tak mam dobrze, bo jest przepełniony i nie zatrzymuje się. Przystanek idę do mleczarni. To jest godzinka. Potem szybko wiozę mnie do Szymanowa. Mleko, widzi pan, ma najszybszy transport, inaczej się zsiada. W Szymanowie zsiadam, znoszę bańki i łapię EKD. Na Ochocie w elektryczny do stacji, a potem to już mam z górki, bo tak... w 119, przesiadka w 13, przesiadka w 345 i jestem w domu, to znaczy w robocie. I jest za piętnaście siódma! To jeszcze mam kwadrans. To sobie obiad jem w bufecie, to po fajrancie już nie muszę zostawać, żeby jeść, tylko prosto do domu. Igóra 22.50 jestem z powrotem. Golę się. Jem śniadanie i idę spać.

Czas to ponoć najcenniejsza rzecz, jaką posiadamy. Nic więc dziwnego, że każdy gospodaruje nim najlepiej jak potrafi. Oczywiście wszystko zależy od tego, czy zaliczamy się do grupy „skowronków” czy „sów”, bo to generuje nasz rytm dnia. Jeżeli

zmiana czasu z letniego na zimowy kogoś cieszy, to raczej tych pierwszych.

Jeszcze przed budzikiem

Anna, pracuje zdalnie i tak naprawdę nie musiałaby wstać bladym świtem, ale wstaje. Budzik dzwoni dokładnie o 5.30. Prysznic, szybka kawa, potem spacer z psem. Wracając do domu wstępuje po bułki do osiedlowego sklepu, około 8.30 odpala komputer.

- Mówiąc szczerze, często wstaję przed budzikiem. Podobnie jest w sobotę, niedzielę, czy święta. Czasami chciałabym pospać dłużej, ale po prostu nie mogę - mówi.

Najlepiej funkcjonuje do południa i wczesnym popołudniem. Wtedy najczęściej robi, najłatwiej przychodzi jej praca. Zawsze tak było. Pamięta, chodziła do liceum, po lekcjach biegła na treningi, bo była zapalonym sportowcem, do domu wracała około 19.00. Nie była w stanie się uczyć, choć wiedziała, że znajomi z jej paczki właśnie wtedy, albo jeszcze później siadali do książek. Ona wolała położyć się spać, wstać o 4.00 i zakuwać.

- Ludzie z klasy pukali się w czoło - opowiada.

Oczywiście, zdarzało się, że uczyła się także wieczorami, zwłaszcza przed maturą. Mus to mus, wiadomo. Wolała jednak to poranne wstawanie.

Ale coś za coś, jak to mówią. Około 16.00 dopada ją pierwsze zmęczenie, ogarnia potworna senność.

- A im jestem starsza tym gorzej to wygląda - wzrusza ramionami. Szybka kawa, albo spacer z psem zazwyczaj pomagają.

Nie ukrywa, że najbardziej męczyła się w pracy, w której najczęściej działa się po południu, a do późnych godzin wieczornych trzeba było utrzymać umysł w formie. Potrzebowała kilku miesięcy, żeby się przestawić. I była zachwycona, kiedy mogła wreszcie wrócić do swojego normalnego rytmu dnia: wstawać wcześniej i chodzić spać około 23.00, bo o tej godzinie kładzie się do łóżka.

Ma wśród znajomych i „skowronki” i „sowy”. Doskonale wie, do kogo nie dzwonić przed południem, a kogo nie zdziwi telefon o północy. Jedni i drudzy układają dzień pod swój chronotyp: w pracy wybierają poranne albo popołudniowe zmiany, ze znajomymi umawiają się na lunch albo późną kolację. Krótko mówiąc żyją w ciągu dnia lub nocy.

Jednej z koleżanek, typowej „sowie”, wówczas dziennikarce radiowej, szefowie kazali przychodzić do pracy na 5.00 i czytać serwisy informacyjne. Prosiła, tłumaczyła, że to będzie radiowy koniec świata. Nic, podjęli decyzję i tyle. Po kilku miesiącach sami zmienili zdanie: przychodziła na 11.00, ponoć o 5.00 nawet głos miała jakiś nie jej.

Inna, dla odmiany „skowronek”, co jakiś czas między 8.00 a 9.00 dzwoniła do swojej szefowej, żeby zdać relację z postępów w pracy. Nie rozumiała,

czemu ta jest dla niej rano taka niemiła, lubiły się przecież, szanowały. Wreszcie któregoś dnia usłyszała w słuchawce: „Kochana, mogłabyś dzwonić jakieś dwie godziny później, za każdym razem mnie budzisz”. Onie miała. 9.00 rano to był dla niej środek dnia.

- Wolę, kiedy rano jest jasno. Więc przejście na czas zimowy aż tak bardzo nie demoluje mojego rytmu dnia, chociaż oczywiście nie znoszę tych ciemnych, ponurych popołudni - mówi. I przyznaje, że ma znajomych, dla których czas zimowy to organizacyjne piekło.

Oszczędności niewielkie

I wygląda na to, że będą musieli w tym piekle żyć. Wprawdzie w 2019 roku parlament europejski podjął decyzję o ostatecznej rezygnacji ze zmiany czasu letniego i zimowego. Ostatnia taka zmiana miała nastąpić 25 października 2020 roku, ale pandemia koronawirusa pokrzyżowała te plany. I nic nie wskazuje na to, żeby europosłowie do tego tematu wrócili, a zajęli się nim nie bez powodu. Z badań Komisji Europejskiej z 2018 roku wynika, że 84 proc. Europejczyków opowiada się za zniesieniem zmian czasu. Podobne wyniki przyniosło badanie CBOS z 2019 roku - ponad 78 proc. Polaków jest tego samego zdania.

Większość ludzi chciałaby, aby przez cały rok obowiązywał czas letni.

Właściwie do przesuwania wskazówek zegara powinniśmy się przyzwyczaić, pierwszy na ten pomysł wpadł wiele lat temu amerykański uczynek i polityk Benjamin Franklin, współautor Konstytucji Stanów Zjednoczonych, ale przyzwyczaić się nie możemy. Czemu właściwie miał służyć ten zabieg? Lepszemu dopasowaniu aktywności człowieka do godzin, w których jest najwięcej światła słonecznego i oszczędnościom, stąd w języku angielskim, czas letni określa się jako „czas oszczędzający światło dzienne”. W Polsce zmiana czasu została wprowadzona w okresie międzywojennym, następnie w latach 1946-1949, 1957-1964, a od 1977 roku stosuje się ją nieprzerwanie.

Tyle tylko, że oszczędności z tym związane wcale nie są takie oczywiste. W 2018 roku portal wysokienapiecie.pl przytaczał wyniki badań na temat wpływu przeprowadzania zmiany czasu na zużycie energii. I tak w Niemczech zmiana czasu dwa razy w roku daje ok. 0,8 proc. oszczędności na korzystaniu w domach z energooszczędnego oświetlenia. Z kolei czeska analiza 162 różnych badań z całego świata wykazała, że czas letni dawał średnio 0,34 proc. oszczędności w zużyciu energii w całej gospodarce, a w większości państw europejskich jeszcze mniej. „Eksperci oceniają, że tak naprawdę są to nieznaczne wartości i zależą w dużej mierze od położenia geograficznego” - napisano w raporcie. Większe korzyści ze zmiany czasu miały odnosić europejskie państwa znajdujące się bardziej na południu.

Włoskie Towarzystwo Medycyny Środowiskowej otwarcie zaapelowało, aby nie przestawiać zegarków i pozostawić czas letni. Z przedstawionych przez nie badań wynika, że to nie zmiana czasu, a obowiązywanie czasu letniego przez cały rok przyniosłoby Włochom roczne oszczędności w wysokości 500 milionów euro i zmniejszenie emisji dwutlenku węgla o 200 tys. ton. Z danych firmy Terna Rete Italia wynika, że obowiązujący obecnie przez pół roku czas letni, czyli dodatkowa godzina światła słonecznego, pozwoliła zaoszczędzić Włochom w latach 2004-2018 9,1 mld kWh, co przyniosło oszczędności rzędu około 1,5 mld euro.

Co do naszej aktywności i dobrego samopoczucia związanego z większą ilością światła dziennego, założenia Benjamin Franklin też nie do końca się sprawdziły.

Według prof. Elżbiety Pyzy z Instytutu Zoologii i Badań Biomedycznych Uniwersytetu Jagiellońskiego lepiej by było, gdybyśmy nie przestawiali dwa razy do roku zegarów.

- Nasz zegar wewnętrzny funkcjonuje po to, aby zanim jeszcze wstaniamiy i zanim zobaczymy światło dzienne, nasz organizm już był przystosowany do działania - stwierdziła prof. Elżbieta Pyza w rozmowie z Polską Agencją Prasową. - Osobiście uważam, że wprowadzenie jednolitego czasu letniego przez cały rok byłoby dobre, z uwagi na to, że dłuższy dzień jest korzystny. Ktoś wcześniej wstający mógłby jednak woleć, aby jasno było wcześniej - to są kwestie indywidualne - dodała.

Zdaniem pani profesor to, w jakim stopniu odczuwamy konsekwencje zmiany czasu,

*PIERWSZY NA POMYSŁ ZMIANY
CZASU WPAŁŁ WIELE LAT TEMU
AMERYKAŃSKI UCZONY I POLITYK
BENJAMIN FRANKLIN, WSPÓŁAU-
TOR KONSTYTUCJI USA*

wynika przede wszystkim ze stopnia naszej wrażliwości na takie zmiany. Jedni ludzie odczuwają je jako dużą dolegliwość, inni nie. Teoretycznie jeden dzień powinien wystarczyć, aby zegar wewnętrzny mógł się przystosować do jednogodzinnej zmiany czasu. Ale nie wszyscy reagują w ten sposób, niektórzy do nowych warunków przyzwyczajają się nie przez jedną dobę, ale przez cały tydzień.

- Mechanizm zegara okołodobowego reguluje rytm organizmu niezależnie, ale musi się też dostosować do warunków zewnętrznych. Dlatego zmiany w tym trybie mają swoje konsekwencje: prowadzą do desynchronizacji pomiędzy tym, co się dzieje na zewnątrz, a wskazaniami zegara wewnętrznego - tłumaczyła prof. Pyza.

Wiadomo, że zmiana czasu najbardziej dotyka ludzi, którzy mają problemy ze snem lub mają zaburzony rytm okołodobowy. A kiedy śpimy źle, rośnie nam ciśnienie, tętno, a tym samym zwiększa się ryzyko innych dolegliwości.

I choć sama zmiana czasu nie jest główną przyczyną problemów zdrowotnych u większości z nas, to rezygnacja z niej, przynajmniej zdaniem lekarzy, przynosiłaby więcej dobrego niż złego.

Na razie jednak jest jak jest. W nocy z soboty na niedzielę cofamy wskazówki zegara o godzinę do tyłu.

Zanim zapadnie ciemność

Dla Andrzeja i Krystyny zmiana czasu na zimowy to organizacyjna demolka. Oboje, typowe „sowy”, chodzą spać grubo po północy i nie wstają przed południem.

- Tak mamy od zawsze - mówi Krystyna. - Nasze życie zaczyna się po 20.00, wtedy siadamy do kolacji, potem czytamy, oglądamy „Szkło kontaktowe”, jakieś filmy. Bardzo późno chodzimy spać, ale też późno wstajemy - opowiada.

Prowadzą agroturystykę: mają dom dla gości, bardzo duże podwórkę, na którym posadziła dziesiątki kwiatów i krzewów.

- Każdy, kto ma dom, nie mówiąc już o dwóch, wie, że wkoło jest zawsze coś do zrobienia. Kiedy przechodzimy na czas zimowy, po prostu nie starcza mi dnia - przyznaje.

I tłumaczy, że zanim weźmie prysznic, zje śniadanie jest 14.00, za dwie godziny robi się ciemno. Nie jest w stanie podlać roślin, narąbać drewna, zgrabić liści, a trzeba przecież zrobić jeszcze jakieś zakupy, posprzątać, coś ugotować.

- Z niczym nie jestem w stanie zdążyć - narzeka.

Ich znajomi prowadzą podobny tryb życia, głównie nocny. Każdy ma gospodarstwo, kawałek ziemi. Jesienią i zimą jest problem, żeby zdążyć z robotą zanim zapadną ciemności.

- Wydaje mi się, że na wsiach czas zimowy jest trudniejszy do zniesienia niż w miastach. Tu nie ma kin, teatrów, restauracji, nie ma tylu rozrywek. Ludzie żyją trochę rytmem dnia, a „sowy” mają zupełnie przechłapane - wybucha śmiechem Krystyna. Andrzej tylko potakuje.

Lidka, ich przyjaciółka, też prowadzi agroturystykę, też ma kawałek ziemi. Nawet próbowała się swego czasu przestawić: wstawać wcześniej i wcześniej kłaść się spać. Nic z tego nie wyszło.

- Nie byłam w stanie usnąć przed północą, a jeśli nawet wstałam o 8.00, wszystko leciało mi z rąk. Chodziłam po domu jak zombi - wspomina.

Ona też zaczyna życie nocą. Wtedy dzwoni do znajomych, gotuje obiad na następny dzień, czyta, ogląda filmy na przeróżnych platformach, przyjmuje gości.

- Na wsiach ludzie spotykają się wieczorami - tłumaczy. - W ciągu dnia każdy ma coś do zrobienia, a to na podwórku, a to trzeba gościom coś wytłumaczyć, pokazać, gdzieś ich zawieść - wzrusza ramionami.

Ich miastowi znajomi też nie kładą się spać przed 2.00. Późnym wieczorem najlepiej ogarnia im się rzeczywistość. Wcześniej rano najlepiej im się śpi.

„Skowronki” mają lepiej

Dwa lata temu dr Joanna Gorgol z Uniwersytetu Warszawskiego wraz ze współpracownikami próbowała dociec, komu w Polsce żyje się lepiej „skowronkom” czy „sowom”. Rezultaty ich pracy opublikował „Plos One”.

Na swojej stronie internetowej dr Gorgol przyznaje, że tematem chronotypu, czyli indywidualnych, częściowo wrodzonych preferencji co do pory zaczynania i kończenia aktywności, zainteresowała się, bo nie godziła się ze stereotypami. Zwłaszcza tymi dotyczącymi „sów”, czyli osób, które chodzą spać późno i późno wstają, a ich aktywność jest najbardziej wydajna po południu i wieczorem.

- Często bywają postrzegane przez społeczeństwo jako mało produktywne, mało sumienne, czy nieodpowiedzialne. Prowadzę dalsze badania na ten temat z nadzieją, że ich wyniki przyczynią się do częstszego uwzględniania potrzeb osób wieczornych np. w kontekście środowiska szkolnego lub pracy - wyjaśniała Joanna Gorgol.

Już jakiś czas temu zauważono, że istnieje grupa ludzi, potocznie nazywana „sowami” oraz druga, niejako przeciwstawna - „skowronkami” - przy czym większość z nas ma jednak chronotyp mieszany.

„Chronotyp (...) jest centralnym aspektem indywidualnych różnic w obszarze rytmu okołodobowego. (...). Wiele badań wykazało, że poranność-wieczornosc jest związana nie tylko



Zmiana czasu najbardziej dotyka ludzi, którzy mają problemy ze snem lub mają zaburzony rytm okołodobowy. A kiedy śpimy źle, rośnie nam ciśnienie, tętno, a tym samym zwiększa się ryzyko innych dolegliwości

z porami snu i pobudki, ale także wieloma innymi fizycznymi i psychologicznymi cechami, włączając w to wydolność poznawczą, funkcjonowanie emocjonalne, inteligencję emocjonalną czy osobowość” - piszą we wstępie autorzy pracy w „Plos One”.

Joanna Gorgol ze współpracownikami przeanalizowała ankiety dwóch grup osób mieszkających w Polsce (500 i 728 osób). Najpierw ustalono ich typ chronometru, a potem poziom zadowolenia z życia i poziomu sumienności.

„Co ważne, chronotyp ma również znaczenie dla jakości życia i rozwoju jednostki. Mianowicie, badania wskazują, że poranność jest związana z wyższym poziomem satysfakcji w życiu, wyrażaną jako subiektywna ocena jakości życia na podstawie osobistych indywidualnych kryteriów” - przypominają naukowcy.

Badania pokazują, że „skowronki” są bardziej sumienne, „sowy” zaś bardziej kreatywne, a tym samym skłonne do ryzykownych zachowań.

Zdaniem Joanny Gorgol i jej współpracowników, korzyści chronotypu porannego mogą wynikać z różnych powodów, choćby z lepszej jakości snu, a ta rzutuje na samopoczucie i satysfakcję z życia.

Zauważono, że „poranność” związana jest z lepszymi wynikami w nauce, a to często przekłada się na sukces życiowy. Może stąd „skowronki” są bardziej zadowolone z życia niż „sowy”. Te drugie, zwłaszcza w północnej części Europy, gdzie jest ich mniej niż na południu, łatwego życia nie mają, choć badania wykazują, że są inteligentne i mają poczucie humoru.

Inna rzecz, że świat skrojony jest pod „skowronki” - zarówno do szkoły, jak i do większości miejsc pracy trzeba wstawać wcześniej rano, „sowy” cierpią z tego powodu okrutnie, pracują mniej wydajnie w ciągu dnia, bo jak wiadomo rozkręcają się dopiero wieczorem.

Z kolei naukowcy z University of Birmingham odkryli, że mózgi „sów” w niektórych aspektach działania wykazują fundamentalne różnice w porównaniu do mózgów „skowronków”. Różnice dotyczyły wielu obszarów mózgu, które, jak wyjaśniają naukowcy, biorą udział w podtrzymaniu świadomości.

Wiąże się z tym gorsza koncentracja, wolniejsze reakcje i zwiększona senność „sów” w ciągu typowego dnia (między godz. 8 rano a 8 wieczorem), co widać szczególnie w godzinach rannych.

Konsekwencje wpływu chronotypu na nasze życie mogą być jednak poważniejsze. Naukowcy z Northwestern Medicine i University of Surrey po analizie danych 50 tys. osób obserwowanych przez 6,5 roku zauważyli, że osoby preferujące późne wstawanie mają o 10 proc. większe ryzyko śmierci, niż ludzie, którzy wcześniej kładą się spać i wcześniej zaczynają dzień.

Wcześniejsze badania dowodzą też, że „sowy” częściej cierpią na kłopoty z metabolizmem i układem krążenia. Autorzy publikacji podkreślają jednocześnie, że o tym, czy ktoś lubi wstawać późno, czy wcześniej w połowie decydują geny, a w połowie środowisko.

Potrafimy się dostosować

Nie wszyscy jednak tak kurczowo trzymają się „skowronków” i „sów”. Michael Breus, psycholog, który bywa nazywany doktorem snu, uważa, że mamy 4 główne chronotypy, odpowiadające temu, jak w naturze zachowuje się delfin, niedźwiedź, wilk i lew.

Najwcześniej wstawać ma lew (budzi się nawet o 5.30) i potrafi efektywnie pracować do około 17.00. Wieczorem jest potwornie zmęczony, więc zasypia już o 22.00. Delfin wstaje około 06.30, najlepiej funkcjo-

nuje wcześniej rano oraz po południu, w środku dnia często jednak odczuwa spadek formy. Delfiny rano są bardziej kreatywne, a wieczorami łatwiej radzą sobie z trudnymi zadaniami. Miewają problemy z zasypianiem. Wilki wstają najpóźniej i nie bez trudności. Rano są mało efektywne. Ich czas pracy zaczyna się około 11.00 i trwa do mniej więcej 18.00 - 19.00. Zasypiają najpóźniej ze wszystkich chronotypów.

Niedźwiedzie wstają około 7.00 - 07.30 i rano dobrze pracują nad trudnymi zadaniami. Mają ogromną potrzebę drzemki w ciągu dnia i bez niej w zasadzie nie mogą efektywnie funkcjonować, ale jeśli się prześpią, to potrafią pracować wieczorem bez żadnego problemu. Powinny chodzić dość wcześniej spać.

Co ciekawe, zdaniem naukowców, bardzo wielu z nas ma chronotyp mieszany, inaczej rzecz mówiąc, potrafi się dostosować. Jeśli trzeba - wstanie wcześniej rano, albo pójdzie spać grubo po północy.

Więc nie ma się co zmartwiać. Bo, umówmy się, życie pełnią życia, cieszyć każdym dniem mogą tak skowronki jak i sowy, nie mówiąc już o niedźwiedziach, delfinach i wilkach.

Biedronka musi zapłacić ponad 30 000 złotych mobbingowanej przez kilka lat kasjerce pracującej w sklepie tej sieci w Wąbrzeźnie - orzekł sąd pracy w Toruniu. Wyrok jest już prawomocny. I jest ewenementem na skalę kraju

Małgorzata Oberlan

WYZWISKA I SZYKANY. BIEDRONKA PŁACI ZA MOBBING

Niesłusznie krytykowana, ośmieszana, upokarzana i szykanowana przez kierownictwo sklepu kasjerka Biedronki z Wąbrzeźna (Kujawsko-Pomorskie) wygrała batalię z pracodawcą. Na mocy wyroku sądu pracy w Toruniu właściciel tej wielkiej sieci handlowej - spółka Jeronimo Martins - musi kobiecie zapłacić ponad 30 tysięcy złotych.

Składa się na to 25 tys. zł zadośćuczynienia za krzywdy, jakich kobieta doznała wskutek mobbingu oraz 6 061 zł odszkodowania. A wszystko to z odsetkami ustawowymi, liczącymi od dnia wniesienia pozwu do sądu (zgodnie z prawem, wyrok podlega wykonaniu z datą uprawomocnienia się i wtedy następuje wypłata pieniędzy).

Mobbing trwał w jednym ze sklepów Biedronki w Wąbrzeźnie. Kasjerka przez kilka lat cierpiała upokorzenia i szykany ze strony swojej przełożonej, aż w końcu przypłaciła to zdrowiem. Potwierdzili to biegli medycy. Szukała pomocy, ale ze strony pracodawcy jej nie dostała. A ten - zgodnie z prawem - odpowiada za przeciwdziałanie mobbingowi w miejscu pracy i ponosi za niego odpowiedzialność.

- Wyrok jest już prawomocny - przekazuje nam sędzia Jędrzej Czerwiński, prezes Sądu Rejonowego w Toruniu.

A to oznacza, że podlega wykonaniu - pieniądze trzeba zapłacić. Suma może nie jest jakaś zawrotna, ale zbieżna z tym, o co wnosiła kasjerka. Sam wyrok natomiast jest ewenementem w skali kraju. Dlaczego?

Mobbing - trudny do udowodnienia. A wygrać z wielkim koncernem jest jeszcze trudniej

W internetowej wyszukiwarce na próżno szukać wyroku w analogicznej sprawie z ostatnich lat. Powody są dwa. Podstawowe.

Po pierwsze, udowodnić w Polsce mobbing przed są-



Sąd potwierdził. Mobbing miał miejsce w jednym ze sklepów Biedronki w Wąbrzeźnie. Kasjerka przez kilka lat cierpiała upokorzenia i szykany ze strony swojej przełożonej, aż w końcu przypłaciła to zdrowiem

dem jest naprawdę trudno. A domagając się za niego zadośćuczynienia i odszkodowania, dodatkowo udowodnić trzeba związek przyczynowo-skutkowy między tym, czego doświadczało się w pracy a rozstrojem zdrowia.

Cały ciężar dowodowy w takim procesie leży po stronie pokrzywdzonego pracownika. Najlepiej, żeby dysponował dziennikiem opisującym długotrwałe go szykanowanie, ośmieszanie, nękanie, a także świadkami (jak namówić jesz-

cze pracujących kolegów?) oraz stosowną dokumentacją lekarską.

Po drugie - wygrać proces pracowniczy z wielką korporacją czy koncernem to wyzwanie. Z jednej strony najczęściej staje wtedy zwykły człowiek wspierany najwyżej przez jednego prawnika. Z drugiej - cała machina, wspierana nierzadko całym sztabem doświadczonych adwokatów czy radców prawnych.

Kasjerce z małego Wąbrzeźna w województwie kujawsko-po-

morskim udało się wygrać z wielkim Jeronimo Martins.

Jak to się stało?

W październiku wyrok w jej sprawie, już prawomocny, wraz z bardzo obszernym uzasadnieniem opublikowany został w Portalu Orzeczeń Sądowych - stąd znamy szczegóły historii krzywdy kobiety, ale i procesu. Sąd pracy w Toruniu opowiedział się po jej stronie, bo przekonały go dowody. Oczywiście, ważna była ich ocena - i w tej materii wąbrzeźnianka trafiła dobrze - IV Wy-

dział Pracy i Ubezpieczeń Społecznych Sądu Rejonowego w Toruniu znany jest nie tylko ze swojego profesjonalizmu i wnikliwości, ale i empatii.

Koszmar za kasą

W tym procesie przed sądem pracy zeznawało wielu świadków, w tym - byli i obecni pracownicy Biedronki w Wąbrzeźnie oraz ich przełożeni. Ustalając przebieg wydarzeń i jego skutki, sąd opierał się także na opinii biegłego psychologa i dokumentach.

Co ostatecznie ustalili?

Przez kilka lat kasjerka była upokarzana i zastraszana przez bezpośrednich przełożonych. Szczególnie jednak dokuczała jej zastępca kierownika sklepu - pani A.K. To przez nią pracownica była regularnie wulgarnie wyzywana w obecności współpracowników i klientów, a epitet „tępa” nie należał do najgorszych.

Kobieta długo musiała znosić nie tylko permanentne złośliwości, ale też ośmieszanie, upokarzanie i nieuzasadnioną krytykę.

Nieuzasadnioną, bo jak podkreślił sąd, bez zarzutu wykonywała swoje obowiązki.

Co jeszcze robiła pani A.K.?

Nagle i celowo zmieniała kasjerce harmonogram pracy bez uprzedzenia. Uniemożliwiała jej wychodzenie na przerwę do toalety, a nawet wymuszała obsługę niesprawnych urządzeń - choćby pieca do wypieku pieczywa.

Wszystko to odnotował sąd.

Nie było tak, że wąbrzeźnianka niczym potulne cielenie znosiła te razy. Szukała wsparcia i ratunku u przełożonych, ale jej prośby były bagatelizowane i zbywane - ustalił sąd.

A koleżanki i koleżdy z pracy? Niektórzy też cierpieli wskutek zachowań pani A.K., ale bali się reagować.

Inni milcząc lub aktywnie mobberów... wspierali. To mechanizm znany w psychologii, a grono takich wspierających określa się jako „krąg mobbera”.

W końcu udrczona kasjerka podupadła na zdrowiu psychicznym tak, że musiała leczyć się u specjalisty. Także - farmakologicznie. Co dość przerażające w tej historii, nawet wtedy pani A.K. nie dawała jej spokoju - robiła jej zdjęcia na chorobowym...

Po chorobie kasjerka złożyła wniosek o rozwiązanie umowy o pracę z winy pracodawcy - jako przyczynę wskazując mobbing. Nie zrobiła tego osobiście, ale już przez pełnomocnika prawnego.

Była już wtedy silniejsza i postanowiła zaważać o siebie.

„W oświadczeniu o rozwiązaniu umowy o pracę jako

POLITYKA ANTYMOBBINGOWA W JERONIMO MARTINS

- „Polityka Antymobbingowa” Biedronki to dokument wewnętrzny, określający zasady przeciwdziałania mobbingowi w firmie oraz procedury postępowania w przypadku otrzymania informacji o takich incydentach oraz możliwość ich zgłoszenia do Zarządu.
- Złożone skargi są rozpatrywane przez Komisję Antymobbingową, która po przeprowadzeniu postępowania

wyjaśniającego, w tym przesłuchań świadków, organizuje wewnętrzną konsultację w celu podjęcia decyzji o zasadności skargi i dalszym trybie postępowania.

● „Gwarantujemy poufność i ochronę sygnalisty w każdej prowadzonej sprawie, ale także niezależność Komisji Antymobbingowej” - zapewnia firma.

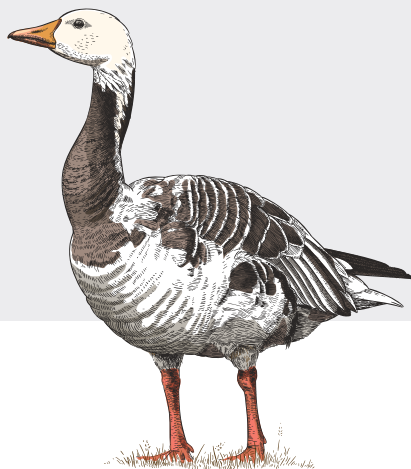
- Biedronka ma także osobną politykę przeciwdziałania dyskryminacji i molestowaniu. Ta z kolei określa wewnętrzne zasady przeciwdziałania dyskryminacji bezpośredniej i pośredniej oraz molestowaniu, w tym seksualnemu. Opisuje procedury zgłaszania takich przypadków oraz wskazuje osoby odpowiedzialne za ich rozpatrzenie.

- „Podobnie jak w przypadku mobbingu, Komisja Antymobbingowa jest odpowiedzialna za rozwiązywanie takich spraw. Komisja Antymobbingowa działa niezależnie, a w każdej prowadzonej przez nas sprawie gwarantowana jest poufność i ochrona sygnalisty” - podkreśla firma. (Za: „Raport zrównoważonego rozwoju sieci Biedronka”).

KUJAWSKO-POMORSKA GĘSINA

NA ŚWIĘTEGO MARCINA

L I S T O P A D
2 0 2 5



Niegdyś zapomniana, dzisiaj znowu zyskuje popularność. W ciągu ostatnich lat gęsiną stała się ważnym elementem wspólnego celebrowania Dnia Świętego Marcina oraz Narodowego Święta Niepodległości. Nic zresztą dziwnego, jest przecież bardzo zdrowa. Mamy na to naukowe dowody!

Już w starożytności wierzono, że gęsiną posiada właściwości lecznicze, poprawia odporność i kondycję. Te przekonania zostały poparte badaniami. Współcześnie gęsiną uchodzi za jeden z najzdrowszych rodzajów mięsa, świetne źródło witamin, minerałów oraz dobrych kwasów tłuszczowych. Wbrew pozorom nie musi być też trudna w przygotowaniu. Udowadniamy to co roku w ramach akcji „Kujawsko-Pomorska Gęsiną na świętego Marcina”.

RODZINNE BIESIADOWANIE

Celem inicjatywy zapoczątkowanej na Kujawach i Pomorzu przez marszałka Piotra Całbeckiego jest przywrócenie tradycji rodzinnego biesiadowania, promowanie wspólnego spędzania czasu oraz odkrywanie na nowo regionalnych produktów, zwłaszcza gęsin. Warto bowiem wiedzieć, że właśnie w naszym regionie hoduje się najbardziej wartościowe rasy gęsi, w tym słynną

gęś kołudzka, która jest wynikiem długoletnich prac badawczych i starannej selekcji.

Nasz region może się też pochwalić wieloma oryginalnymi przepisami, wykorzystującymi to niezwykle zdrowe i smaczne mięso. Na ministerialnej liście produktów tradycyjnych z województwa kujawsko-pomorskiego znajdziemy m.in. półgęsek, okrasę gęsią, leberkę oraz owijunki. Tych i innych pysznych potraw – z gęsiną w roli głównej – będziecie mogli spróbować podczas Festiwalu w Przysieku.

REGIONALNE PRODUKTY

To kulminacyjny punkt całej akcji. W tym roku Kujawsko-Pomorski Festiwal Gęsiny odbędzie się 10 i 11 listopada (poniedziałek i wtorek) w Przysieku koło Torunia. W programie m.in. kiermasz świeżych tuszek, regionalne przysmaki i wyroby ekologiczne, rękodzieło artystyczne w wyjątkowej oprawie, zabawy dla dzieci oraz pokazy kulinarne prowadzone przez Michela Morana, Piotra Lenarta, Marię Marecką i Sebastiana Olmę. Udział w nich jest bezpłatny – pamiętajcie tylko, żeby w dniu pokazu odebrać zaproszenie w namiocie promocyjnym Urzędu Marszałkowskiego.

To oczywiście nie wszystkie atrakcje i wydarzenia specjalne. Akcja „Kujawsko-Pomorska Gęsiną na świętego Marcina” obejmuje również limitowane menu w wielu restauracjach, rozbudowaną bazę przepisów online oraz gęsinowe konkursy z atrakcyjnymi nagrodami. Szczegóły znajdziecie na kolejnych stronach.

Mamy nadzieję, że dołączycie do wspólnego świętowania!

Więcej szczegółów
na stronach:

czasnagesine.pl
kujawsko-pomorskie.pl

Szanowni Państwo,

Razem udało się nam przywrócić zwyczaj celebrowania Narodowego Święta Niepodległości przy rodzinnym stole, z gęsiną w roli głównej. To tradycja nie tylko smaczna, ale też bardzo zdrowa. Dziękuję Państwu, że razem ze swoimi dziećmi i wnukami jesteście jej częścią. Niech listopadowe biesiadowanie upłynie Wam w ciepłej oraz radosnej atmosferze.

Piotr Całbecki

Marszałek Województwa
Kujawsko-Pomorskiego



ORGANIZATOREM AKCJI
„KUJAWSKO-POMORSKA GĘSINA
NA ŚWIĘTEGO MARCINA” JEST

**SAMORZĄD WOJEWÓDZTWA
KUJAWSKO-POMORSKIEGO**



NA WYDARZENIE ZAPRASZA
MARSZAŁEK PIOTR CAŁBECKI

GOTUJEMY GĘSINĘ W MŁYNACH WIEDZY W TORUNIU

z marszałkiem
Piotrem
Całbeckim
i Michele
Moranem



ZOBACZ
FILMY
I PRZETESTUJ
PRZEPISY

youtube.com/umwkp



Dołącz do wspólnego celebrowania Dnia Świętego Marcina!

GULASZ Z GĘSI W DAWNYM STYLU



SKŁADNIKI:

- 1/2 gęsi
- 2 łyżki gęsiego smalcu
- 2 łyżki mąki
- 750 ml bulionu z gęsi
- 200 g pieczarek
- 100 g wędzonego boczku
- 4 ziemniaki w mundurkach
- 100 g farszu z gęsi
- 8-12 szalotek
- 1 ząbek czosnku
- 1 bukiet garni
- sól i pieprz

PRZYGOTOWANIE:

W żeliwnym garnku roztopiamy gęsi smalec i podsmażamy kolejno: boczek, szalotki oraz pieczarki. Odkładamy na talerz. Dodajemy do garnka więcej smalcu i równomiernie obrumieniamy kawałki gęsi. Wyjmujemy je na chwilę, pozbywamy się tłuszczu, wkładamy mięso z powrotem do garnka, oprószamy mąką i prażymy przez kilka minut. Następnie zalewamy bulionem, dorzucamy bukiet garni, zmiażdżony ząbek czosnku, sól oraz pieprz. Gotujemy pod przykryciem przez co najmniej godzinę, raz na jakiś czas usuwając nadmiar tłuszczu. Po 40 minutach wyjmujemy bukiet garni i dodajemy odłożone wcześniej składniki.

Ziemniaki w mundurkach przekrawamy na pół, wydrążamy, a następnie wypełniamy farszem z gęsiną. Na górze każdej połówki kładziemy kilka cienkich plasterków ziemniaka, żeby zamknąć nadzienie w środku. Tak przygotowane ziemniaki wstawiamy do nagrzanego piekarnika na około 20 minut.

Na koniec doprawiamy gulasz do smaku. Podajemy bardzo gorący w towarzystwie nadziewanych ziemniaków.

TATAR Z GĘSI Z CZARNYM CZOSNKIEM



SKŁADNIKI:

- 3 oczyszczone piersi z gęsi
- 1/3 szklanki oliwy z oliwek
- 2 łyżki octu balsamicznego
- 2 jajka ugotowane na miękko
- 2 szalotki, drobno posiekane
- 1 żółtko
- 2 łyżki kaparów, odsączonych i posiekanych
- 1 łyżka posiekanego szczypiorku
- 1,5 łyżeczki sproszkowanego czarnego czosnku
- 1 łyżeczka płatków czosnku
- 6-7 boczniaków
- 6-7 grzybów shiitake
- 1/2 szklanki suszonych smardzów
- 1 pieczarka
- 1 łyżka oliwy z oliwek
- 1 łyżeczka posiekanego szczypiorku
- sól i pieprz
- kiełki rzodkiewki do dekoracji

PRZYGOTOWANIE:

Kroimy mięso w drobną kostkę, zalewamy smardze ciepłą wodą i moczymy przez pół godziny. W tym czasie przygotowujemy emulsję. W dużej misce ubijamy trzepaczką ocet balsamiczny, żółtko oraz szczyptę soli. Powoli, cienkim strumieniem dolewamy oliwę z oliwek, cały czas ubijając. Dodajemy szalotki, szczypiorek, kapary, płatki czosnku, czarny pieprz, sproszkowany czarny czosnek oraz posiekaną gęsinę. Mieszmamy i odstawiamy na około 15 minut.

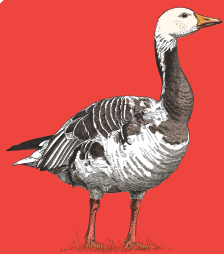
Wracamy do grzybów: odcedzamy smardze, rozrywamy boczniaki na kawałki, usuwamy nóżki grzybów shiitake i nóżkę pieczarki, kapelusze kroimy w plastry. Na dużej, nieprzywierającej patelni rozgrzewamy oliwę i smażyjemy grzyby, aż będą złociste. Dodajemy szczypiorek, pieprz oraz sól. Doprawiamy do smaku.

Tatar podajemy z porcją ciepłych grzybów, udekorowany połówką jajka oraz kiełkami rzodkiewki.

Więcej gęsinowych przepisów i ciekawostek na stronie:

czasnagesine.pl

Zapraszamy również na tematyczną playlistę na kanale YouTube: **Lubię Kujawsko-Pomorskie**



ZAPRASZAMY DO UDZIAŁU W GĘSINOWYCH KONKURSACH

„Kujawsko-Pomorska Gęsinina na świętego Marcina”
to nie tylko wspólne biesiadowanie
i przepisy na smakowite potrawy,
ale także konkursy dla dzieci i dorosłych.

KONKURS NA GĘSINOWE RELACJE

Pokażcie, jak świętujecie 11 listopada!
Przyrządzacie potrawy z gęsiny? Zasiadacie z rodziną
i przyjaciółmi do stołu? Podzielcie się swoimi relacjami
– czekamy na zdjęcia, filmy i prace plastyczne.

Relacje można przysyłać na adres:
Urząd Marszałkowski Województwa Kujawsko-Pomorskiego
w Toruniu, plac Teatralny 2, 87-100 Toruń, pokój 219,
z dopiskiem „Konkurs na relacje gęsinowe”,
a także mailowo na adres: gesina@kujawsko-pomorskie.pl.

WAŻNE! O udziale w konkursie decyduje data
wpłynięcia zgłoszenia, a nie data stempla pocztowego.

Konkurs zostanie ogłoszony w przededniu
11 listopada. Szczegóły i regulamin na stronie:

kujawsko-pomorskie.pl

KONKURS DLA DZIECI SPORTOWA GĘŚ

**Temat konkursu nawiązuje do sukcesów kujawsko-
pomorskich sportowców oraz Halowych Mistrzostw Świata
w Lekkiej Atletyce Kujawy Pomorze 2026. To największe
wydarzenie lekkoatletyczne w historii regionu i drugie
tej rangi w Polsce. Czekamy na prace przedstawiające
bohaterkę konkursu – gąskę podczas sportowej aktywności!**

Prace wykonane w dowolnej technice, w maksymalnym
formacie A3, prosimy przysyłać na adres:
Urząd Marszałkowski Województwa Kujawsko-Pomorskiego
w Toruniu, plac Teatralny 2, 87-100 Toruń, pokój 219,
z dopiskiem: „Konkurs plastyczny gęsinina”.

WAŻNE! O udziale w konkursie decyduje data
wpłynięcia zgłoszenia, a nie data stempla pocztowego.

Do zgłoszenia należy dołączyć zgodę rodziców
lub opiekunów dziecka. Na odwrotnej stronie pracy
prosimy podać dane kontaktowe: imię, nazwisko i wiek autora
pracy, imię, nazwisko i telefon opiekuna lub rodzica,
a także miejsce zamieszkania.

Na zgłoszenia w konkursie plastycznym
czekamy od 20 października do 7 listopada.
Szczegóły i regulamin na stronie:

kujawsko-pomorskie.pl

NAUKOWE CIEKAWOSTKI o gęsinie i gotowaniu

Skąd wiemy, jak łączyć różne składniki? Czy można naukowo badać przepisy? Dlaczego właściwie gęsinina uchodzi za jeden z najzdrowszych rodzajów mięsa? Poszukajcie razem z nami odpowiedzi na te i inne pytania.

Zazwyczaj podczas gotowania nie myślimy o tym, że... tak naprawdę przeprowadzamy bardzo skomplikowane reakcje chemiczne! Wykorzystujemy właściwości kwasów, soli, zasad i olejów, odmierzamy składniki w konkretnych proporcjach, mieszamy je oraz podgrzewamy do odpowiedniej temperatury. Innymi słowy: dosłownie eksperymentujemy. Gotowanie samo w sobie jest więc nauką – ale może też być obiektem badań np. archeologów i historyków.

GĘŚ NA WYKOPALISKACH

To właśnie dzięki odkryciom archeologów wiemy, że gęsinę jadano setki, a nawet tysiące lat temu. Na początku wykorzystywano mięso ptaków dzikich lub półdzikich, później udomowionych. O tym, jak szybko gęsinina zyskiwała popularność, świadczą również dawne książki kucharskie. W *Compendium ferculorum* z 1682 roku wiele przepisów zaczyna się od frazy „wezmij kaptłona albo gęś”. Z kolei w *Kucharzu doskonałym* z 1783 roku gęsinie poświęcono osobny rozdział. Na szczególną uwagę zasługuje jednak miejsce gęsiny w dziewiętnastowiecznej literaturze kulinarnej naszego regionu.

KSIĄŻKI KUCHARSKIE Z KUJAW I POMORZA

Warto wymienić tutaj cztery tytuły: niemieckojęzyczną *Marthę, Kuchnię polską, Naukę gotowania do użytku ludu polskiego* oraz *Tanią kucharkę*. W każdej z tych książek czermina jest zawsze przyrządzana z gęsi! Autorzy proponują też sprawdzone przepisy na gęś pieczoną, duszoną i kwaszoną, potrawkę z gęsi, zupę gęsiną, półgęsek, konserwowane mięso oraz tłuszcz z gęsi. Nakład *Marthy* rozchodził się tak szybko, że musiała być wielokrotnie



wznawiana w Grudziądzu i Toruniu, a potem Lipsku. Za jej sprawą kujawsko-pomorska gęsinina stała się sławna w Niemczech.

JEDYNA TAKA GĘŚ KOŁUDZKA

Szczególną renomą, również za granicą, cieszy się gęś kołudzka. To uszlachetniona rasa gęsi białej, którą wyhodowali specjaliści z naszego regionu, a konkretnie z Państwowego Instytutu Badawczego Zakładu Doświadczalnego w Kołudzie Wielkiej. W tym celu przez wiele lat starannie selekcjonowali wybrane okazy, żeby wydobyć z nich wszystkie najlepsze cechy. Tak powstała wytrzymała, dobrze umięśniona i bardzo zdrowa gęś kołudzka. Często nazywa się ją „gęsią owsianą”, a to dlatego, że jest karmiona całym ziarnem owsa, zielonką z pastwisk i innymi naturalnymi paszami.

ZDROWE TŁUSZCZE, WITAMINY I MINERAŁY

Skoro już o zdrowiu mowa – badania potwierdzają, że gęsinina to świetne źródło wartościowego białka, witamin z grupy B, witamin A, E i C, magnezu, potasu, cynku oraz żelaza. Co jednak jeszcze ważniejsze, jest też boga-

ta w zdrowe kwasy tłuszczowe, zwłaszcza oleinowy – ten sam, który znajdziemy w oliwie z oliwek. Kwas oleinowy ma właściwości przeciwzapalne, antyoksydacyjne i wspierające układ krążenia. W praktyce oznacza to, że jedzenie gęsininy może pomóc obniżyć poziom „złego”, a podwyższyć poziom „dobrego” cholesterolu.

REGION NAUKI I SMAKU

Wyżej wspomnieliśmy o witaminie C. Wiedzieliście może, że jej syntetyczną formę jako pierwszy opracował Tadeusz Reichstein, urodzony we Włocławku biochemik i laureat Nagrody Nobla? To zresztą nie jedyny wybitny naukowiec z naszego regionu. Badaniem historii kuchni od lat zajmuje się profesor Jarosław Dumanowski z Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu. Przeglądając dawne przepisy, odkrył m.in., że na Kujawach i Pomorzu jadano więcej gęsininy niż w innych regionach kraju. Na świętego Marcina serwowano ją nawet w mniej zamożnych domostwach, dzielono się potrawami z pracownikami i wspólnie biesiadowano. To tradycja warta kontynuowania!

KUJAWY
POMORZE**Piotr Całbecki**

Marszałek Województwa Kujawsko-Pomorskiego zaprasza na:

**KUJAWSKO-POMORSKI
FESTIWAL GĘSINY 2025**

czyli największy jarmark gęsinowy w Polsce!

PRZYSIEK

(plac przy dawnym ODR)

10-11 LISTOPADA 2025

(poniedziałek-wtorek)

godz. 10:00-20:00

**W PROGRAMIE:****GĘSINOWA ALEJA
HANDLOWA**KIERMASZ ŚWIEŻYCH TUSZEK
ORAZ POTRAW Z GĘSINYREGIONALNE PRZYSMAKI
I WYROBY EKOLOGICZNERĘKODZIEŁO ARTYSTYCZNE
W WYJĄTKOWEJ OPRAWIEKONKURSY Z ATRAKCYJNYMI
NAGRODAMI I ZABAWY DLA DZIECI

JAK WYGODNIE DOJECHAĆ NA FESTIWAL:

- ALTERNATYWNY DOJAZD Z TORUNIA: PRZESZKĄDZĄC BARBARKĘ
- BEZPŁATNE AUTOBUSY Z TORUNIA I BYDGOSZCZY
- WIĘCEJ INFORMACJI NA STRONIE CZASNAGESINE.PL

**PREZENTACJE KULINARNE
ORAZ DEGUSTACJE POTRAW****10 LISTOPADA:**

11:00 i 12:30 - PIOTR LENART

14:00 i 15:30 - MARIETA MARECKA

11 LISTOPADA:

11:00 i 12:30 - SEBASTIAN OLMA

14:00 i 15:30 - MICHEL MORAN

BEZPŁATNE WEJŚCIÓWKI DO ODEBRANIA W NAMIOTCIE
PROMOCYJNYM URZĘDU MARSZAŁKOWSKIEGO
W DNIU DANEJ PREZENTACJI.TRANSMISJA POKAZÓW KULINARNYCH NA STRONIE
WWW.CZASNAGESINE.PL
www.kujawsko-pomorskie.pl
www.czasnagesine.pl
facebook.com/WojewodztwoKujawskoPomorskie
facebook.com/czasnagesine

ORGANIZATOR: SAMORZĄD WOJEWÓDZTWA KUJAWSKO-POMORSKIEGO

Fundusze Europejskie
dla Kujaw i PomorzaRzeczpospolita
PolskaDofinansowane przez
Unię EuropejskąSamorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

przyczynę wskazała uporczywe i długotrwałe nękanie i zastraszanie, co spowodowało zaniżoną ocenę przydatności zawodowej. Wskazała, że poniżanie i ośmieszanie następowało w obecności pozostałego zespołu współpracowników - odnotował sąd.

Jeronimo Martins uważa, że ma politykę antymobbingową

Takie wypowiedzenie umowy o pracę w wielkiej sieci handlowej musiało poskutkować wszczęciem określonym procedur.

I one faktycznie ruszyły.

Powołano Komisję Antymobbingową, która „znamion mobbingu nie potwierdziła”. Później w sądzie pracy był to jeden z głównych argumentów prawników spółki Jeronimo Martins.

Pozwana spółka twierdziła też, że „kontrola pracy powódki nie była przejawem mobbingu, była obiektywnie uzasadniona, a wszelkie działania korygujące wynikały z niewłaściwego wykonywania przez powódkę jej obowiązków. Działania przełożonych i współpracowników nie nosiły cech mobbingu” - przekonywali prawnicy JM.

Przed sądem Jeronimo Martins przedstawiło też swoją politykę antymobbingową.

Jest ona faktycznie rozbudowana i daje szansę pracownikom na szukanie pomocy. Jest również dowodem na to, że ten pracodawca przeciwdziała mobbingowi, a przynajmniej konkretnie stara się to czynić (szczegóły tej polityki - w ramce pod tekstem). Jak zawsze jednak w życiu procedury zderzają się z „czynnikami ludzkimi”; nawet najlepsze muszą być po prostu przez ludzi stosowane w praktyce.

„Mimo szeregu dokumentów dotyczących polityki antymobbingowej, nie przyniosła ona żadnych skutków, skoro A.K. (zastępca kierownika sklepu - przyp. red.) przez kilka lat dopuszczała się nieprawidłowych zachowań, a A.W. (wyższa przełożona) je bagatelizowała. Tym bardziej że sytuacje dotyczące takich zachowań nie dotyczyły tylko powódki” - podkreśliła w uzasadnieniu wyroku sędzia Alina Kordus-Krajewska.

W sądzie pracy na korzyść Jeronimo Martins zeznawali: pani A.K., wyżsi od niej rangą przełożeni, ale również niektórzy z pracowników sklepu w Wąbrzeźnie.

Z kolei wersję wydarzeń kasjerki potwierdzili inni pracownicy sklepu (także - byli) oraz członkowie rodziny będący świadkami jej cierpień. Jasna dla sądu była też opinia biegłego medyka, który wskazał na bezpośredni związek przyczynowo-skutkowy między tym, czego kobieta doświadczała latami w pracy a jej stanem zdrowia.



FOT. GRZEGORZ OLKOWSKI

Wyrok sądu pracy w Toruniu jest już prawomocny i podlega wykonaniu

Wyrok: właściciel Biedronki odpowiedzialny i musi płacić

Proces w tej sprawie prowadziła i wyrok ogłosiła wspomniana już wyżej doświadczona sędzia Alina Kordus-Krajewska z IV Wydziału Pracy i Ubezpieczeń Społecznych Sądu Rejonowego w Toruniu.

Po pierwsze - potwierdziła, że do mobbingu w Wąbrzeźnie doszło. Uznała, że kasjerka doświadczyła w pacy długotrwałego i uporczywego nękania, czyli mobbingu.

Po drugie, wskazała, że pracodawca - nawet jeśli sam nie jest mobberem - w myśl prawa zobowiązany jest mobbingowi przeciwdziałać i ponosi odpowiedzialność, gdy do niego dojdzie.

Po trzecie zaś, sędzia podkreśliła, że wdrożenie polityki antymobbingowej przez Jeronimo Martins problemu nie rozwiązało.

„Sąd miał w sprawie na uwadze, że działania A. K. były długotrwałe. Ich nieprawidłowość nie była subiektywnym odczuciem powódki. Jak ocenili biegli: „...nie stwierdza się u pani (tu: personalia kasjerki) innych przyczyn, w tym osobowościowych, które mogły prowadzić do subiektywnego przekonania, że stała się ofiarą mobbingu. U powódki wystąpiły zaburzenia adaptacyjno-depresyjne. Ich podłożem był przewlekły stres psychologiczny. Jego nasilenie było na tyle silne, że istniała konieczność leczenia psychiatrycznego” - wskazała uzasadniając wyrok sędzia Alina Kordus-Krajewska.

Jak piszemy na wstępie, ten wyrok się ostatecznie uprawomocnił i Jeronimo Martins zostało zmuszone do zapłaty pokrzywdzonej ponad 30 tysięcy złotych za krzywdy.

Mobberka dwa razy awansowała - podkreślił sąd

Sądowi w trakcie procesu nie umknęło i to, że przez długie lata, gdy kasjerka doświadczała szykan i upokarzania, jej główna mobberka była nie tylko bezkarna, ale wręcz premiowana.

„Niewątpliwie krzywdę powódki potęgował fakt, że A. K. nie tylko nie poniosła konsekwencji za swoje zachowanie, ale jeszcze dwukrotnie awansowała” - podkreśliła sędzia Alina Kordus-Krajewska.

Przez ludzi z niewielkiego miast, a takim jest Wąbrzeźno, sytuacja komentowana jest krótko. „Zawsze rację mają ci, którzy są przy korycie” - mówią jedni. „Właśnie tacy kierownicy są najbardziej potrzebni szefom, nie tylko w Biedronce” - konstatują smutno drudzy.

Mobbing nie tylko w sklepach. Polak zwykle cierpi po cichu

Jesteśmy jednym z najbardziej zapracowanych narodów w Europie, a jednocześnie - jednymi z najbardziej narzekających na traktowanie w tej pracy.

Aż 24 procent kobiet i 15 procent mężczyzn w Polsce oświadczyło doświadczyło mobbingu w pracy - wynika z ubiegłorocznego badania portalu Pracuj.pl. W tym samym badaniu 65 procent osób potwierdziło, że złe traktowanie pracowników to wciąż istotny problem w Polsce - jeśli nie doświadczyli go na własnej skórze, to byli jego świadkami.

Co niepokojące, 71 procent badanych zdecydowało się na tzw. ciche protesty, nie zgłaszając problemu przełożonym lub odpowiednim organom. Dlaczego? Często powodem jest brak wiary w skuteczność takiego zgłoszenia.

- A co by mi dała jakaś skarga? Przez pół roku byłam niszczone psychicznie przez brygadzystę: dociążany bezsensownymi zleceniami, wyśmiewany przy innych, złośliwie pozbawiany premii. Reszta brygady udawała, że problemu nie widzi. Zgłosiłam to wszystko kierownikowi działu, ale niczego to nie zmieniło, więc po prostu się zwolniłam - opowiadał nam pan Przemysław, były już pracownik zakładu produkcyjnego w Toruniu (dane do wiadomości redakcji).

Mimo wszystko jednak świadomość tego, czym jest mobbing - wzrosła. I skargi

do Państwowej Inspekcji Pracy jednak płyną - choć w świetle wyżej przytoczonych badań uznać trzeba, że stanowią prawdopodobnie tylko wierzchołek góry lodowej. Jak przekazywał nam inspektor Waldemar Adametz z Okręgowego Inspektoratu Pracy w Bydgoszczy, co roku takich spraw jest blisko 100. Np. w 2023 roku było ich 84, a tylko w pierwszym kwartale kolejnego - już 55. Rok obecny jest podobny.

Skąd jest najwięcej zgłoszeń? Cierpią pracownicy praktycznie we wszystkich branżach, ale najliczniejsze skargi płyną z firm usługowych i z handlu.

Co roku zdarzają też zgłoszenia z placówek oświatowych, służby zdrowia, urzędów i instytucji, produkcji.

Co może inspekcja pracy, a co pozostaje w gestii sądu?

Tu ważna uwaga! PIP w toku prowadzonych przez siebie kontroli nie rozstrzyga kwestii mobbingu.

Mobbing jest zjawiskiem należącym do spraw spornych, natomiast zgodnie z art. 262 Kodeksu pracy spory o rozstrzygają sądy pracy. Inspektor pracy ma jedynie możliwość sprawdzenia, czy pracodawca podejmuje działania organizacyjne przeciwdziałające mobbingowi.

- W nielicznych przypadkach inspektorzy pracy przeprowadzają wśród pracowników kontrolowanych firm anonimowe ankiety celem zbadań występowania niepożądanych zachowań, mogących nosić znamiona mobbingu, i jednocześnie wykazania pracodawcy potrzeby podjęcia stosownych działań - objaśnia inspektor Waldemar Adametz.

Podsumowując - skarga na mobbing do PIP może skutkować tym, że inspektorzy pojawiają się w danym zakładzie pracy z kontrolą, przeprowadzą ankietę, która potwierdzi lub wykluczy tzw. „znamiona mobbingu” oraz uczulą pracodawcę na problem.

Być może czasem już to poprawi czyjąś sytuację w pracy, ale - jeśli realnie ktoś ucierpiał na zdrowiu i chce za to zadośćuczynienia - pozostaje mu droga sądowa.

©P

CZYM JEST MOBBING?

Znamiona mobbingu

- Długotrwałość i uporczywość. Działania muszą być powtarzane przez dłuższy czas, a nie być pojedynczym incydentem.
- Nękanie lub zastraszanie. Obejmuje to zarówno ataki werbalne, jak i psychiczne, takie jak np. wyśmiewanie, poniżanie, obmawianie i rozsiewanie plotek. Chodzi też o takie zachowania jak publiczne upokarzanie lub krytykowanie w obecności innych, a także izolowanie od zespołu, np. poprzez pomijanie przy decyzjach lub wykluczanie z integracji.
- Kolejne zachowania wskazujące na mobbing to wydawanie absurdalnych poleceń lub przydzielanie zadań przerastających możliwości pracownika, po czym groźenie konsekwencjami. Ponadto utrudnianie wykonywania obowiązków, np. przez ukrywanie ważnych informacji.
- Zagrożenie dla psychiki. Wszystkie te działania - zgodnie z definicją mobbingu - mają mieć na celu obniżenie samooceny pracownika, wywołanie strachu lub wyeliminowanie go z zespołu.

Zachowania, które mobbingiem nie są, a niejednokrotnie są z nim mylone

- jednorazowy akt poniżenia, ośmieszenia, zlekceważenia pracownika - niezależnie od tego, jak niewłaściwe jest traktowanie pracowników/współpracowników, nie można go klasyfikować jako mobbing,
- uzasadniona krytyka - zwracanie uwagi pracownikowi, wskazywanie błędów, sugerowanie poprawy w sytuacjach niewywiązywania się z obowiązków bądź wywiązywania się w sposób nierzetelny oraz dający efekty niskiej jakości, to zachowania jak najbardziej słuszne i leżące w kompetencjach kadry kierowniczej,
- konflikt - sytuacje, w której ludzie się nie lubią, wzajemnie się konfliktują. Konflikt od mobbingu różni się tym, że w sytuacji konfliktowej obie strony teoretycznie dążą do jej rozwiązania, w mobbingu nie ma o tym mowy,
- warunki pracy niespełniające wymogów bhp (złe warunki pracy można by uznać za mobbing jedynie wówczas, gdy są one wymierzone wobec jednej osoby, która doświadcza również szykan w innej postaci,
- poczucie dyskomfortu w pracy - niezadowolony z przydzielanych obowiązków, niechęć do realizacji wyznaczonych zadań, znudzenie pracą, niespełnianie się w pracy, brak poczucia satysfakcji. (Za: pip.gov.pl)

Rozprawa w wydziale cywilnym w Sądzie Rejonowym w Lipnie. 15.10.2025 r. Sędzia na wniosek pełnomocników powódki wyłącza jawność rozprawy. Na salę nie może wejść ani publiczność, ani dziennikarze.

Gdy ogłaszana jest przerwa, z sali rozpraw wychodzą uczestnicy postępowania. Prawnicy 19-latkę odmawiają jakiegokolwiek komentarza. Młoda kobieta, ubrana w obszerną szarą bluzę z kapturem zaciągniętym na głowę, jest prowadzona pod „eskortą” prawnych opiekunów do sekretariatu wydziału cywilnego. Tam spędza kilkadziesiąt minut, zanim sąd wezwie ponownie strony do uczestniczenia w czynnościach procesowych.

- Postępowanie jest w toku, a wyrok wyda niezawisły sąd - rzucą tylko krótko pełnomocniczka powódki.

Rozprawę prowadzi osobiście prezes sądu, sędzia Konrad Mosakowski. Pytany o to, co istotnego zadziało się procesowo, odsyła do rzeczniczki Sądu Okręgowego we Włocławku, sędzi Anety Sudomir-Koc.

W szpitalu „Bra-Med”

Nie byłoby tej sprawy, gdyby nie wydarzenie sprzed 19 lat. Dla Piotra Bramorskiego 13 listopada 2006 r. nie różnił się niczym od innych dni. Nie wydarzyło się wtedy nic, co mogłoby mu zapaść w pamięci, a już na pewno nie był świadomy, że stało się coś, co później zaważy na jego życiu.

To wtedy jednak na oddziale porodowym w Niepublicznym Zakładzie Usług Medycznych „Bra-Med” w Lipnie odbierany jest poród. W 2006 r. szpitalem kieruje dr Lech Bramorski, ojciec Piotra. Jednostka działa od lat 90., a dr Bramorski kieruje nią do końca, do swojej śmierci w kwietniu 2020 r.

W trakcie porodu dochodzi u noworodka, u dziewczynki do porażenia nerwu splotu barkowego prawego. Dziecko zostaje w szpitalu jeszcze do 25 listopada. W siedemnastej dobie zostaje umieszczone w Szpitalu Wojewódzkim we Włocławku. Jest tam jeszcze do 30 listopada. Zostaje wypisane z rozpoznaniem kilkoma schorzeniami, w tym ze wspomnianym porażeniem splotu barkowego. Do teraz młoda kobieta ma niepełnosprawność prawej ręki. Wymaga stałej rehabilitacji, pomocy w codziennych czynnościach.

W styczniu 2018 r. Sąd Okręgowy we Włocławku uznaje, że porażenie jest wynikiem urazu okołoporodowego. Stwierdza istnienie - co zostaje zaznaczone prawniczym sformułowaniem - związku „przyczynowo-skutkowego” między działaniem lekarza z „Bra-Med-u” i stanem zdrowia nastolatki. Decyzją sądu właściciel kliniki ma zapłacić pacjentce odszko-

Poszkodowana pacjentka, błąd lekarski i szpital w Lipnie, który nie istnieje

Łaska PZU na pstrym koniu jeździ. Ubezpieczyciel latami wypłacał rentę pacjentce, która cierpi na porażenie, ale przestał. Teraz poszkodowana chce renty od syna nieżyjącego właściciela szpitala, który sam jest rencistą

Maciej Czerniak



Zawiłości prawnych w tej sprawie nie brak. Pan Piotr: Nie mogę się pogodzić z tym, że inwalida miałby być zobowiązany płacić innemu inwalidzie rentę

dowanie 80 tys. zł i płacić rentę - 350 zł miesięcznie.

O sprawie pisała Lidia Jagielska, dziennikarka portalu i wydawcy dwutygodnika Lipno-CLL.pl. Na temat tego pierwszego procesu czytamy: „Zeznawali świadkowie, personel medyczny Bra-medu nie wniósł istotnych zeznań, twierdząc, że pacjentki ani przebiegu porodu nie pamiętają. Sąd opierał się więc na dokumentacji medycznej i opinii biegłych. Pozwany natomiast, właściciel i szef szpitala Lech Bramorski, kwestionował w procesie podstawę swojej odpowiedzialności, twierdząc,

że poród przebiegał prawidłowo”.

Dr Bramorski jest jednak spokojny, już po wyroku sądu sięga po polisę ubezpieczeniową, jaką podpisał 28.12.2005 r. z PZU SA. Jako że dokument obejmuje okres od 1.01. do 31.12.2006 r., ubezpieczalnia przejmuje zobowiązanie sądowe i zaczyna wypłacać poszkodowanej zaszczoną rentę.

Na tym ta historia mogłaby się zakończyć, jednak w marcu 2022 r. niespodziewanie PZU przestaje płacić. Wysła pismo, w którym wskazywane jest, że polisa nie obejmowała „odpo-

wiedzialności cywilnej podmiotu za szkody wyrządzone przy realizacji umowy o udzielenie świadczeń opieki zdrowotnej zawartej z NFZ”.

Jak to możliwe? Dlaczego wcześniej uznawano dokument za obowiązujący? Nieoficjalnie: Podważono prawdziwość polisy. Oficjalnie: „Wynikało to z błędnego zapisu w systemie obsługi”.

Z pytaniami między innymi o tę okoliczność i z prośbą o komentarz zwracamy się do rzeczownika prasowego PZU. Odpowiedzi, jak dotychczas, nie ma.

Pozwani spadkobiercy

Historia ta ma swoje zwroty. Nadchodzi rok 2023, w którym Piotr Bramorski i jego siostra, jako spadkobiercy majątku po zmarłym ojcu, właścicielu kliniki, zostają pozwani. Pozywającymi są tu prawni pełnomocnicy liczącej wtedy już 17 lat poszkodowanej. Pozwana jest również ubezpieczalnia. Żądanie dotyczy wypłat co miesiąc renty w wysokości 1200 zł.

Ze strony dorosłej już pacjentki „Bra-Medu”, jak i jej matki, nie ma żadnego komentarza w tej sprawie. Po rozprawie 15 października przemyskają tylko korytarzem do wyjścia z sądu, nie odpowiadając na żadne pytania.

- Ja to wszystko rozumiem, bardzo współczuję, tylko nie rozumiem, dlaczego to ja mam jej płacić dożywotnio rentę - mówi Piotr Bramorski.

Syn właściciela kliniki „Bra-Med” również jest niepełnosprawny. Urodził się jako wcześniak. - W latach 60. XX w. dzieci takie, jak ja, najczęściej po prostu nie przeżywały. Mnie włożyli

do inkubatora i się udało. Tylko że państwo potem w ogóle już nie obchodził los takich dzieci, jak ja.

Mężczyzna boryka się z problemami narządów ruchu, chodzi bardzo powoli, w pozycji przygarbionej, kuleje, wspomaga się laską. Nie jest lekarzem, nigdy też nie pracował w szpitalu swojego ojca. A jednak to właśnie on został pozwany przez pacjentkę kliniki i od niego domaga się ona, licząca już 19 lat, wypłat dożywotniej renty. Współpozwany jest również siostra pana Piotra oraz ubezpieczyciel nieistniejącego już szpitala - PZU SA.

Na pytanie o motyw i powody kierowania roszczeń właśnie do pana Piotra, ten odpowiada: - O oczekiwaniach tej dziewczyny to ja nie mogę za wiele powiedzieć, dlatego że nigdy nie umożliwiono mi z nią kontaktu, a chciałbym się z nią spotkać. Z dokumentów, które posiadam - kontynuuję - wynika że chciałaby, żebym płacił jej rentę, którą zasądził sąd, ale przecież nie ode mnie. 24.07.2023 r. od pełnomocnika powódki dostałem pismo, które, w mojej ocenie, było kłamliwe w treści, bo napisano, że z uwagi na fakt, iż na dzień zdarzenia, czyli 13.11.2006 r. placówka medyczna prowadzona przez pana ojca nie posiadała w PZU SA ubezpieczenia od odpowiedzialności cywilnej. Jest to nieprawda. Przecież ja posiadam taki dokument.

Pan Piotr ma swoje przypuszczenia co do motywów, jakimi kierowała się ubezpieczalnia, ale zaznacza, że to musi rozstrzygnąć niezawisły sąd: - PZU wywiązywało się z tego obowiązku, płaciło. Przestało płacić w momencie, kiedy pani spadkobierczyni sprzedała odziedziczony szpital.

„Pani spadkobierczyni” to - jak już zostało wyjaśnione - siostra pana Piotra. Tu trzeba zaznaczyć, że w testamentie, jaki spisał Lech Bramorski, to właśnie jej przypadła część majątku, jaką stanowił szpital i przychodnia ginekologiczna. Budynek przy ulicy Szkolnej został sprzedany gminie Lipno, a samorząd zamierza utworzyć w nim dom seniora.

Pan Piotr z kolei dostał licząc ponad 500 m kw. dom z 1905 r. w Lipnie. Mieszka w nim, jak sam mówi, od 55 lat. To część posiadłości, którą lekaarskie małżeństwo Bramorskich kupiło w latach 70.

- Na pismo wyjaśniające moje prawo, pełnomocnik tej dziewczyny, nie odpowiedział nic, tylko pozwał nas, ale już w trójkę. Z tego pozwu dowiedziałem się, że już nie jest to kwota 350 zł, tylko 1200 zł rozłożona na trzech pozwanych.

Pan Piotr jest załamany: - Z przykrością przyjąłem do wiadomości, że ta pani jest osobą niepełnosprawną. Bo ja też do niepełnosprawnych się zaliczam. Przykro mi, że osoba

niepełnosprawna pozywa osobę niepełnosprawną. Tym bardziej jest mi przykro, gdyż przez kilkanaście lat byłem członkiem zarządu powiatowego w Lipnie Polskiego Związku Emerytów Rencistów i Inwalidów i pełniłem tam różne funkcje z wyboru. I zawsze pracowałem w tym związku na rzecz i dla dobra osób niepełnosprawnych.

Jego zdaniem rentę powinien wypłacać wyłącznie PZU, jako zobowiązane polisą.

- Przecież po pierwszym procesie, w którym nie byłem stroną, ubezpieczyciel nie zaprzeczał i nie negował tego, że ta renta się nie należy tej pani i ma być wypłacana. Co się stało? Nie wiem. Teraz czekam na rozstrzygnięcie sądu. Trochę z niepokojem. Bo to odbiło się bardzo na moim zdrowiu.

Strona powodowa, a dokładniej reprezentująca ją kancelaria radcowska mec. Bartosza Pałusza z Włocławka, powołuje się tymczasem na przepisy Kodeksu cywilnego: „W przypadku zgonu zobowiązanego, zarówno jego aktywa jak i pasywa przechodzą na spadkobierców”.

Renta „nie do przyjęcia”

Pan Piotr, jak zaznacza, jest ma już 62 lata. Ten wiek nie byłby jeszcze problemem, gdyby nie jego kłopoty ze zdrowiem. - Mieszkam sam w tym domu, z którym jestem bardzo związany emocjonalnie, jest całą radością mojego życia. Sam już jednak z niego nie wychodzę. Potrzebuję pomocy opiekunki do codziennego funkcjonowania. I trudno mi się odnieść do tego, że to ja, osoba niepełnosprawna, miałbym płacić rentę osobie niepełnosprawnej. Nie jestem lekarzem, nigdy nie zrobiłem nikomu krzywdy i nigdy nie pracowałem w szpitalu mojego ojca.

Gdyby sąd wydał taki właśnie wyrok, w opinii pana Piotra „byłoby to nie do przyjęcia i urągające dla majestatu państwa, że inwalida jest zobowiązany płacić inwalidzie rentę”.

Mężczyzna mówi, że czuje, iż majątek, jaki odziedziczył po ojcu, kłuje w oczy mieszkańców Lipna. - Wiadomo, samotny, kulawy i mieszka w takim dużym domu... Twierdzi, że dotarły do niego pogrozki. Boi się opuszczać dom. Mówi, że zgłosił sprawę policji. Ta jednak zaprzecza. - Nie otrzymaliśmy żadnego oficjalnego zgłoszenia o groźbach karalnych od mieszkańca Lipna - mówi nadkom. Małgorzata Małkińska, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Lipnie.

Do historii sądowej batalii w ogóle nie chce się odnosić siostra pana Piotra. - A w jakiej sprawie? - pada pytanie z jej strony. Na wyjaśnienie, że chodzi o postępowanie dotyczące roszczeń pacjentki Bra-Med-u, wybrzmiewają tylko słowa: - Nie udzielam komentarza, do widzenia©©

Energia dla regionów

Transformacja energetyczna nabiera lokalnego wymiaru – blisko tysięcy samorządowców wzięło udział w sześciu konferencjach Energa-Operator, które stały się impulsem do konkretnych działań. Jednym z nich są powstające w gminach spółdzielnie i klastry energetyczne. Kolejnym – wspólne działania w celu przyciągnięcia do regionów dużych inwestycji, które skonsolidują produkowaną na miejscu energię.

Spółka zaprosiła wszystkie samorządy z terenu swojego działania do współpracy i współdziałania, odwiedzając kolejno: Gdańsk, Kalisz, Sierpc, Mieleno, Olsztyn i Toruń. Ideą konferencji "Zasilamy rozwój. Sieć, która napędza społeczność" jest przekonanie, że transformacja energetyczna dzieje się na poziomie lokalnym, przynosząc korzyści dla mieszkańców miast i gmin. Dużą rolę w tej zielonej zmianie odgrywają samorządy i oczywiście Energa-Operator, która poprzez swój największy w historii program inwestycyjny w rozbudowę i modernizację sieci elektroenergetycznych, może je w tym wspierać.

- *Transformacja energetyczna nie jest już wizją przyszłości – dzieje się tu i teraz, w gminach, miastach i regionach. Wspólnie z samorządami chcemy wyznaczyć kierunki zmian, które mają realny wpływ na lokalne bezpieczeństwo energetyczne, rozwój gospodarczy i jakość życia mieszkańców* – mówi dr **Karolina Lipińska**, wiceprezesa Energa-Operator, inicjatorka cyklu konferencji. Inwestycje dystrybutora energii to nie tylko odpowiedź na rosnącą moc OZE, ale także fundament rozwoju gospodarczego regionów. Dostępność mocy przyłączeniowej staje się kluczowym czynnikiem dla inwestorów, a dobrze zaplanowana sieć może przyciągać



Każda z sześciu konferencji gromadziła kilkudziesięciu samorządowców



Energetycy i samorządowcy spotkali się, aby rozmawiać o lokalnej energetyce przyszłości

nowe projekty przemysłowe, technologiczne i komunalne.

Wspólny cel - inwestycje

Transformacja energetyczna wyraźnie przyspieszyła - już teraz do sieci Energa-Operator przyłączonych jest ponad 10 GW mocy z OZE, czyli prawie jedna trzecia wszystkich mocy OZE w Polsce. W ciągu najbliższych pięciu lat liczba ta wzrośnie o około 6 GW. Przy prognozowanym zapotrzebowaniu na moc na poziomie 3,5 GW północ Polski stanie się centrum nadprodukcji energii. Dlatego tak ważne jest zapewnienie jej odbioru poprzez stworzenie zielonych stref energetycznych w bliskości odnawialnych źródeł wytwórczych oraz systemu zachęt dla inwestorów. Nowoczesne, energochłonne inwestycje z branży wysokich technologii, typu data center, to szansa na nowe miejsca pracy, innowacje i lokalny rozwój.

Aby je przyciągnąć potrzeba dobrej współpracy na po-

ziomie lokalnym i regionalnym, a także współdziałania z samymi przedsiębiorcami i administracją państwową. Tylko takie interdyscyplinarne działanie może skutecznie odpowiedzieć na potrzeby nowych inwestorów, zwłaszcza tych, dla których warunkiem koniecznym jest dostęp do zielonej energii i do odpowiednich mocy przyłączeniowych. Zachęty lokalizacyjne dla biznesu mogą pochodzić zarówno od operatora (zawieranie gwarancji poziomu mocy, pewności zasilania, akceptowalnej ceny usługi dystrybucyjnej), jak i samorządów lokalnych (np. zachęty komunikacyjne, logistyczne, podatkowe). Potrzebne są także rozwiązania systemowe na poziomie krajowym, które ułatwią inwestorom podjęcie decyzji lokalizacyjnych dla swojego biznesu.

Energetyczna rewolucja

Energa-Operator chce prowadzić swoje inwestycje w porozumieniu z samorządami.



Wspiera powstawanie lokalnych wspólnot energetycznych, które wytwarzają, magazynują i dystrybuują energię na potrzeby mieszkańców. Takie inicjatywy przynoszą konkretne korzyści: większą niezależność energetyczną, poprawę bezpieczeństwa dostaw energii, niższe koszty jej zużycia, rozwój lokalnej gospodarki. Klastry czy spółdzielnie energetyczne pozwalają gminom produkować własną energię z OZE i zużywać ją na miejscu, co zwiększa ich niezależność, ale też poprawia działanie całej sieci. Od grudnia 2024 roku, kiedy odbyła się pierwsza konferencja w Gdańsku, na terenie działania Energa-Operator powstało już 14 nowych spółdzielni energetycznych oraz klastrów energetycznych w Szczecinku. To dowód na rosnącą aktywność lokalnych społeczności w obszarze energetyki obywatelskiej. W październiku 2025 r. liczba wszystkich zarejestrowanych spółdzielni wzrosła do 25,

a kolejne 35 jest w trakcie przygotowań. – Energetyka przyszłości to energetyka rozproszona, elastyczna i dostosowana do lokalnych potrzeb. To fundament transformacji, bo daje szansę na konsumowanie energii w miejscu jej generowania bez strat przesyłowych. Dlatego wspieramy samorządy w tworzeniu i rozwijaniu lokalnych wspólnot energetycznych, które obniżają koszty energii, zwiększają niezależność i pomagają w stabilizacji całego systemu – podkreśla dr Lipińska. Samorządowcy popierają zmiany, które umożliwią tworzenie spółdzielni energetycznych także przez gminy miejskie do 50 tys. mieszkańców oraz przyspieszą procedowanie wniosków samorządów związanych z transformacją energetyczną. Konieczna jest także stała współpraca wielu podmiotów – gmin, powiatów, administracji rządowej, przedsiębiorców i operatora – która umożliwi skuteczne wdrażanie

nie zielonej rewolucji na poziomie lokalnym.

Od rozmów do zmian

Konferencje Energa-Operator dla samorządów zainicjowały stałą już z nimi współpracę. Samorządowcy twierdzą, że ważne jest dla nich bezpośrednie wsparcie, nie tylko merytoryczne, ale również obecność operatora tam, gdzie zapadają lokalne decyzje, m.in. na sesjach rady gminy.

– *Równolegle prowadzimy indywidualne spotkania z gminami i współpracujemy ze związkami samorządowymi. Robimy badania ankietowe, które pomogą lepiej poznać potencjał gmin i dopasować inwestycje sieciowe do lokalnych potrzeb. Już widzimy efekty: powstają nowe spółdzielnie, a samorządy coraz śmielej podejmują inicjatywy, których wcześniej brakowało* – podkreśla **Marcin Strzelczyk**, pełnomocnik Zarządu Energa-Operator ds. współpracy z samorządami.

- *Po konferencji Energa-Operator dla samorządów w Gdańsku włączyliśmy energetyczny guzik. To co tam usłyszeliśmy, zainspirowało i zachęciło nas do stworzenia spółdzielni energetycznej, pierwszej w naszym powiecie* – potwierdza **Zbigniew Fularczyk**, zastępca wójta gminy Sierakowice na Pomorzu.

Konferencje Energa-Operator wzbudziły świadomość energetyczną lokalnych wspólnot. Dlatego spółka idzie za ciosem i kontynuuje energetyczną edukację. W ramach projektu „Zielona fala – energetycy lokalnie” zapowiada już cykl szkoleń, warsztatów, działań edukacyjnych, które pomogą wspólnotom lokalnym w budowaniu kompetencji w zakresie transformacji energetycznej. Do projektu Energa-Operator zaprosiła instytucje mające realny wpływ na rozwój regionów i sieci energetycznej, m.in. Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej, Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa, Lasy Państwowe, agencje rozwoju regionalnego oraz urzędy marszałkowskie. Wspólne działania pozwolą skuteczniej wdrażać rozwiązania wspierające rozwój lokalnej energetyki.

20 lat temu - dokładnie wtedy, czyli krótko po wejściu naszego kraju do Unii Europejskiej, wyjechało za chlebem do Irlandii najwięcej Polaków. Polecałam do Dublinu zobaczyć, jak im się teraz żyje na „Zielonej Wyspie”.

Dziś są to osoby grubo po czterdzieście, 50 plus czy także 60 plus. Zdecydowanie mniej mieszka tam trzydziślatków, choć i rodaków w tym wieku można, oczywiście, spotkać na ulicy. Masowa migracja trwała około dekady, do 2014 roku, kiedy Irlandia przestała być zarobkowym rajem. Celtycki Tygrys stracił kilka zębów.

Do Dublinu dowiesz się „latający tramwaj”

Byłam w Dublinie 20 lat temu oraz w tzw. międzyczasie i niedawno znów wybrałam się w taką podróż z Bydgoszczy „latającym tramwajem” - jak nazywają samolot Ryanair Polacy, z którymi rozmawiałam na „Zielonej Wyspie”.

Wyspa cały czas jest tak samo pięknie zielona, co Irlandia zawdzięcza umiarkowanemu klimatowi morskiemu z wysokimi opadami i dużą wilgotnością, a to w połączeniu z niewysokimi temperaturami tworzy idealne warunki do rozwoju bujnej roślinności.

A żyje się na podobnym poziomie, jak 20 lat temu?

- Gdy wtedy przyleciałam do Irlandii, bezrobocie w Polsce sięgało 18 procent - wspomina 50-letni Marcin, który dziś mieszka w Lucan (dzielnica Dublinu). - Byłem młody, świeżo po studiach na UMK w Toruniu, a mój kraj nie miał mi wówczas nic do zaoferowania, zwyczajnie kopnął mnie w d... - Na początku pomogli znajomi z Polski, którzy przybyli do Irlandii rok wcześniej. W ciągu tygodnia znalazłem pracę w markecie budowlanym, w Irlandii mnóstwo się wtedy budowało. Pamiętam, że zarabiałem coś ok. 9 euro na godzinę. Wynajmłem pokój, stać mnie było na wiele rzeczy i jeszcze odkładałem pieniądze. To trwało dobre kilka lat, a potem, jak w innych państwach, nastąpił kryzys gospodarczy.

Skutkowało to załamaniem sektora bankowego i budowlanego, gwałtownym wzrostem bezrobocia, a także głębokim kryzysem fiskalnym dla państwa.

- W telewizji mówili, że Irlandia stała się jednym z najbardziej dotkniętych kryzysem krajów w Europie, co wymagało nawet międzynarodowej pomocy finansowej. Straciłem robotę i przez kilka miesięcy byłem na zasiłku. Później kolega załatwił mi kolejną pracę, jednak cięższą i gorzej płatną, w magazynie. Przez chwilę, w 2015 roku, myślałem nawet o powrocie do Polski, kilku moich przyjaciół wyjechało, a ro-

RAJ SIĘ SKOŃCZYŁ, ALE NIE WYJADA. CHCĄ ŻYĆ W IRLANDII

Choć Celtycki Tygrys stracił kilka zębów, Polacy na dobre zdomowili się w Irlandii. Nie paraliżują ich nawet ceny mieszkań za pół miliona euro, bo mogą liczyć na lokal od państwa. „Jednak on nigdy nie będzie naszą własnością, a w Polsce ludzie przez 20 lat pospłacali kredyty na domy”

Agnieszka Domka-Rybka



Przez lata Polacy byli największą mniejszością narodową w Irlandii, ale po wybuchu wojny na Ukrainie dziś to obywatele tego kraju stanowią na wyspie większość obcokrajowców. Rozbudowany system socjalny działa, bo są na to pieniądze w kraju z nadwyżką budżetową - w Dublinie siedziby mają takie firmy, jak np. Google, Amazon, Microsoft czy Apple

dzie mówili, że polska gospodarka rośnie w siłę, są miejsca pracy, lepiej się zarabia. Jednak w Irlandii poznałem żonę, Polkę, urodziła się nasza córka i, ostatecznie, zostaliśmy. Nie żałujemy. Obecnie pracuję w budżetówce, zarabiam ponad 2000 euro. To nie jest dużo, zwłaszcza, gdy ktoś wynajmuje mieszkanie, ale jakoś wiążemy koniec z końcem. Żona nie pracuje, otrzymuje jednak spory socjal od państwa, czasami podejmuje jakieś płatne zajęcie - mówi Marcin.

Więcej o irlandzkim socjalu opowiada nam Mariola, mieszkanka innej dzielnicy Dublinu - Ballymun, niedaleko lotniska Dublin Airport. Ma 49 lat, pochodzi z Koszalina.

- Na początku pracowałam w obsłudze znanej irlandzkiej firmy komputerowej, a teraz, jak

Marcin, mam etat w budżetówce i zarabiam podobnie jak on. Tak mi się życie ułożyło, że zostałam samotną matką, mam 14-letnią córkę. Jednak państwo tutaj pomaga realnie takim osobom jak ja - twierdzi Mariola. - Moja kuzynka w Polsce też sama wychowuje dziecko i, jak jej opowiadam, jak to działa w Irlandii, robi wielkie oczy. Przede wszystkim można liczyć na mieszkanie. Przez kilka lat w kryzysie mniej się tutaj budowało, ale teraz powstają wielkie, socjalne osiedla. Ja 10 lat temu złożyłam wniosek o mieszkanie od państwa, wtedy wynajem komercyjny kosztował 1200 euro miesięcznie. Zwyczajnie, nie było mnie stać. W związku z tym, że mało się budowało, brakowało lokali socjalnych, państwo płaciło mi za wynajem domu, w którym mieszkalam z córką. Teraz znów bu-



duje się w Irlandii na potęgę. Rok temu zadzwonili do mnie z opieki, że niedługo oddadzą do użytku nowy blok, w którym będę mieszkać: wprowadziłam się w styczniu tego roku - cieszy się Polka.

Oglądamy mieszkanie socjalne made in Irelandia. Znajduje się na pierwszym piętrze, ma prawie 90 metrów - aż tyle na dwie osoby! Miesięczny czynsz to 10 procent zarobków lokatora. Wszystko pachnie nowością, nowoczesna łazienka, kuchnia - trzeba było tylko dokupić sprzęt agd, meble, dekoracje. Są dwie sypialnie z ogromnymi oknami, każda ma małą garderobę, wspomniana łazienka, duży salon razem z kuchnią i tzw. pomieszczenie gospodarcze, w którym można postawić pralkę i inne rzeczy, aby nie zagracać mieszkania,

m.in. suszarkę, kosz na brudną odzież czy półkę na ręczniki.

- Oczywiście, żeby dostać taki przydział, nie można przekroczyć limitu dochodowego, ale, jeśli ktoś zarabia więcej, może liczyć na tani wynajem od państwa, bo na komercyjny nie wszystkich stać - to teraz aż 1600 euro miesięcznie. Mieszkanie na własność, gdy średniej jakości lokal kosztuje 500 tys. euro, mało kto może kupić. Deweloperzy mają umowy z państwem i budują socjalne osiedla.

Setki takich mieszkań oddano niedawno np. w innej dublińskiej dzielnicy Clondalkin. Kolejne bloki są w budowie, co można poznać po budowlanych żurawiach. Powstaje tu jakby nowe miasteczko: cała infrastruktura drogowa, szkoły, sklepy, od niedawna działa nowy parking przy stacji kolejowej.

- Na razie ludzie w okolicy zostawiają tutaj swoje samochody, bo z parkowaniem ogólnie jest koszmar. Za mało jest takich miejsc! Ciekawe, jak to będzie, gdy zamkną ten kolejowy parking i będzie tylko na bilety - zastanawia się Ola, od miesiąca mieszkanka Clondalkin. W kraju mieszkała we Włocławku.

„Plusy dodatnie i ujemne” na wyspie

- Aż mi się nie chce wierzyć, że tak wyglądają mieszkania socjalne! - wzdycham, rozmawiając z Olą.

- Tak, ale wiesz, to mieszkanie nigdy nie będzie moje, nie będę go mogła przekazać dzieciom (jest mamą 16-letnich bliźniaków). A w tym czasie, jak mnie nie ma w Polsce od 20 lat, moi znajomi stamtąd kupili mieszkania i domy. Nawet, jeśli były na kredyty, to oni już je spłacili. Czyli, są plusy dodatnie i ujemne życia w Irlandii - śmieje się Ola i od razy dodaje, że nie planuje wracać do Polski, choć: - Służba zdrowia jest tutaj do niczego. Narzekacie na polską, zapraszam do Irlandii... Kilka lat temu była afera w Dublinie, bo pomyłono wyniki cytologii wielu kobiet i te z rakiem nie dowiedziały się o swojej chorobie. Myślały, że są zdrowe. Niektóre umarły. Ten przykład dobitnie pokazuje, jak tu działa opieka medyczna.

Pytam Polaków w Irlandii, co to dziś znaczy być ustawionym na emigracji. Odpowiedź mnie totalnie zaskoczyła.

Od dwóch osób usłyszałam: - Ustawiony Polak w Irlandii to taki, który ma jakąś nieruchomości w Polsce, po babci, rodzicach czy kupił z oszczędności. I jakby co... ma do czego wracać.

„Zielona Wyspa” ma rozbudowany system wsparcia, bo, trzeba sobie to jasno powiedzieć, państwo na to stać. Deficyt budżetowy np. w Polsce, zgodnie z ustawą budżetową na rok 2025, ma wynieść 289 mld zł. Natomiast w Irlandii nie ma żadnego deficytu, a - według Chartered Accountants Ireland - prognozowana jest nadwyżka budżetowa w wysokości 5,1 miliarda euro. Pieniądze mogą pochodzić m.in. z bogatych firm, bo widziałam w Dublinie siedziby dużych przedsiębiorstw, takich jak np.: Amazon, Google, Microsoft, Apple i Airbnb, a nawet Temu.

W Republice Irlandii cały czas rośnie liczba mieszkańców, dziś jest ich ok. 5,3 miliona obywateli, a dwadzieścia lat temu nie było 4 mln. Wtedy największą mniejszością narodową byli Polacy, a dziś są to obywatele Ukrainy - z wiadomych przyczyn.

Ceny są wysokie, ponieważ - jak wszędzie - wszystko drożeje. I dla własnego zdrowia psychicznego... lepiej nie przeliczać na złotówki. Usłyszałam: - Nowy Polak przelicza przez pierwsze dwa lata, a potem przestaje. ©©

RAK PIERSI – choroba, która nie musi być wyrokiem

Rak piersi to najczęstszy nowotwór złośliwy u kobiet. Z prof. Tomaszem Nowikiewiczem, koordynatorem Oddziału Klinicznego Nowotworów Piersi i Chirurgii Rekonstrukcyjnej w Centrum Onkologii w Bydgoszczy, rozmawiamy o specyfice tego nowotworu i możliwościach leczenia.



Październik jako miesiąc świadomości raka piersi został ustanowiony w 1985 roku w Stanach Zjednoczonych. Od tego czasu różowa wstążka stała się międzynarodowym symbolem walki z tą chorobą, a media i instytucje zdrowia publicznego właśnie w tym okresie intensyfikują działania edukacyjne. O zdrowie powinniśmy jednak dbać przez cały rok, bowiem nowotwór nie zna kalendarza – może zaatakować w każdej chwili.

Choć rak piersi kojarzony jest głównie z kobietami, prof. Tomasz Nowikiewicz przypomina, że choroba ta może dotknąć również mężczyzn. Co prawda takie przypadki są stosunkowo rzadkie – występują raz na 100-150 zachorowań – ale nie powinny być lekceważone. Mężczyźni również powinni być świadomi objawów i reagować na niepokojące zmiany.

SKĄD SIĘ BIERZE RAK PIERSI?

Rak piersi to nowotwór złośliwy wywodzący się z komórek nabłonkowych przewodów mlekowych lub struktur wydzielniczych gruczołu piersiowego. Przyczyn jego powstawania jest wiele – od czynników genetycznych po styl życia. Profesor Nowikiewicz wskazuje, że aż 30-40% zachorowań można przypisać niezdrowym nawykom, takim jak:

- nieprawidłowa dieta,
- niedobory mikroelementów (np. selen),
- nadwaga i otyłość,
- brak aktywności fizycznej,
- używki – alkohol, papierosy.

Nie wszystko jednak zależy od naszego stylu życia. Około 5-10% zachorowań ma podłoże genetyczne, związane m.in. z mutacjami

w genach BRCA1 i BRCA2. Jeśli więc mamy w historii rodzinnej przypadki tego nowotworu, powinniśmy rozważyć skorzystanie z usług poradni genetycznej, gdzie sprawdzić można ryzyko dziedziczenia choroby.

OBJAWY, KTÓRE POWINNY ZANIEPOKOIĆ

Rak piersi na początku nie boli, dlatego tak ważna jest czujność, regularne samobadanie i obserwacja ciała. Do najczęstszych objawów należą:

- wyczuwalny guzek,
- zmiana kształtu lub wielkości piersi,
- asymetria,
- zaczerwienienie lub pogrubienie skóry,
- wyciek z brodawki – zwłaszcza brunatny lub krwisty.

- Nie każde zgrubienie to wyrok – uspokaja profesor. Część zmian może mieć charakter łagodny, ale

kluczowa jest zawsze wczesna reakcja i konsultacja z lekarzem.

LECZENIE – CORAZ BARDZIEJ OSZCZĘDZAJĄCE

Współczesna chirurgia onkologiczna daje coraz większe możliwości leczenia oszczędzającego. Leczenie bez mastektomii – czyli zachowanie piersi – bywa nawet skuteczniejsze niż amputacja, pod warunkiem wczesnego wykrycia choroby. - *Od kilku lat wiemy, że leczenie oszczędzające pierś może być od kilku do kilkunastu procent bardziej skuteczne niż mastektomia* – podkreśla prof. Nowikiewicz.

To ogromna zmiana w porównaniu z metodami stosowanymi kilkanaście lat temu. Dziś pacjentki mogą liczyć na leczenie, które nie tylko ratuje życie, ale też pozwala zachować komfort psychiczny i fizyczny. Warunkiem jest jednak szybka diagnoza – im wcześniej wykryta choroba, tym większe szan-

se na zachowanie piersi i węzłów chłonnych.

CORAZ MŁODSZE PACJENTKI

Choć rak piersi najczęściej dotyka kobiety po menopauzie, coraz częściej diagnozuje się go u młodych kobiet. Profesor przyznaje, że lekarze już nie dziwią się przypadkom nowotworu u trzydziolatek – ale zachorowania w wieku 20 lat czy nawet nastoletnim wciąż budzą poruszenie. Najmłodsza pacjentka leczona w bydgoskim ośrodku miała zaledwie 16 lat.

- *Z tą profilaktyką naprawdę jesteśmy na bakier* – dodaje specjalista. W Polsce kobiety w wieku od 45 do 74 lat mogą skorzystać z bezpłatnej mammografii profilaktycznej – bez skierowania, bez zapisów. Niestety, zgłaszalność na badania wciąż jest zbyt niska, nie przekracza 40%, podczas gdy w krajach skandynawskich wynosi ponad 90%.

Wczesne wykrycie choroby daje niemal 100% szans na wyleczenie. Tymczasem w Polsce tylko 40% przypadków diagnozowanych jest w pierwszym stadium zaawansowania. To za mało, by skutecznie walczyć z chorobą na szeroką skalę.



Zapraszamy do wysłuchania całej rozmowy z prof. Tomaszem Nowikiewiczem – w podcaście „Porozmawiajmy o” dostępnym na serwisie internetowym „Nowości – Dziennika Toruńskiego”.



ZOBACZ NOWĄ ODSŁONĘ akcji Siła Kobiety
– projektu artystyczno-społecznego, zwracającego uwagę na profilaktykę chorób nowotworowych.

Poznaj 12 silnych kobiet, zobacz wyjątkowe zdjęcia, dowiedz się, jak dbać o zdrowie.

TERMINY WYSTAW

TORUŃ – CAŁY PAŹDZIERNIK!
Urząd Marszałkowski
Województwa Kujawsko-Pomorskiego
w Toruniu

BYDGOSZCZ – 4-12 października
Focus Bydgoszcz

GRUDZIĄDZ – 13-19 października
Galeria Grudziądzka

INOWROCŁAW – CAŁY PAŹDZIERNIK!
Galeria Solna

TORUŃ – 1-9 października
Galeria Copernicus

WŁOCŁAWEK – 20-26 października
Wzorcownia Włocławek

SPRAWDŹ TAKŻE INTERNETOWĄ GALERIĘ NA STRONIE nowosci.com.pl/silakobiety/re

ORGANIZATOR



WSPÓŁPRACA



PATRONAT HONOROWY



PARTNER STRATEGICZNY



PARTNERZY LOKALIZACYJNI



PARTNERZY



PARTNER MERYTORYCZNY



KATOWICE I KRAKÓW AUTOSTRADĄ POŁĄCZONE, A RACZEJ PRZEDZIELONE

SPRAWDZILIŚMY I TUTAJ REMONTY RZECZYWIŚCIE NIGDY SIĘ NIE KOŃCZĄ

Czy kiedykolwiek udało Wam się przejechać śląsko-małopolski odcinek autostrady A4 bez żadnych utrudnień? A może to nieprawda, co mówią złe języki, że remont trwa tam od lat i non stop, może pamięć nas zawodzi, a mózg oszukuje? Zapamiętajcie na początek dwie liczby: 1599 z 1826.

tekst

Bartłomiej Romanek

Dziennikarz i redaktor „Dziennika Zachodniego” z 20-letnim stażem, obecnie z-ca redaktora naczelnego

Jeśli zdarzyło się Wam przejechać przez śląsko-małopolski odcinek autostrady A4 bez stania w korkach i omijania remontów, to znaczy, że wygraliście los na loterii. Autostrada łącząca Śląsk z Krakowem, której koncesjonariuszem jest spółka Stalexport Autostrada Małopolska, to wieczny plac budowy. Codziennie są zamknięcia pasów i przewężenia, codziennie GPS tysiącom kierowców z całej Polski proponuje dojazd do Krakowa alternatywnymi trasami, które często są szybsze, a co najważniejsze tańsze.

Proste pytanie: czy był jeden taki piękny dzień?

Pytanie: „Czy od otwarcia tego odcinka był chociaż jeden dzień, kiedy na tym odcinku autostrady A4 nie prowadzono żadnego remontu?” przez lata prawdopodobnie padło (w formie lamentu, a częściej przekleństwa) w każdym aucie, które musi pokonywać tę krótką w sumie trasę. Wielokrotnie padało też w mediach. Kto mógłby nam udzielić odpowiedzi na to pytanie? Może Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad, a może koncesjonariusz Stalexport Autostrada Małopolska? Nic bardziej błędnego, bo obydwie instytucje nabierają wody w usta, kiedy pytamy je o listę wszystkich prowadzonych prac.

17 czerwca wysłaliśmy do GDDKiA i Stalexportu konkretne pytania dotyczące listy wszystkich prac prowadzonych na tym odcinku A4. GDDKiA odpowiedziała po kilku dniach, odsyłając nas do koncesjonariusza. Stalexport Autostrada Małopolska nie odpowiedział na naszego mejla do dzisiaj. W sierpniu ponownie próbaliśmy się skontaktować z rzecznikiem prasowym, tym razem telefonicznie. Nie odbierał, nie odpisał również na naszą SMS-ową prośbę o kontakt, nawet mimo przypomnienia, że na jego odpowiedź czekamy już dwa miesiące.

Skoro to taka tajemnica, uznaliśmy, że warto skonfrontować powszechne przekonanie polskich kierowców (że na zaledwie 61 kilometrach dróg re-

mont trwa cały czas, choć za przejazd płacić trzeba) z faktami. W sieci nic nie ginie. A Dziennik Zachodni, Gazeta Krakowska, Dziennik Polski, Nasze Miasto, a także inne serwisy, od niemal 20 lat przestrzegają kierowców przed zmianami organizacji ruchu na A4 i związaniymi z nimi korkami.

Zamykanie pasów, przewężenia, ograniczony ruch na autostradowych węzłach - na A4 od 2003 roku to codzienność. W latach 2003-2009 Stalexport wyremontował 61 km jezdni autostrady, zmodernizował 31 obiektów mostowych, wybudował 15 przejazdów awaryjnych, 10 km ekranów akustycznych, zbudował także system stacji meteorologicznych wraz z elektronicznymi tablicami informacyjnymi

oraz posterunek policji autostradowej.

Prace na nieco mniejszą, ale i tak dużą skalę kontynuowano w kolejnych latach. Do 2012 roku wykonano remonty następnych 22 obiektów mostowych. Według danych Stalexportu dostępnych na stronie internetowej na modernizację autostrady wydano duże pieniądze:

- 2013 – 29 mln zł
- 2014 – 41 mln zł
- 2015 – 18,7 mln zł
- 2016 – 37 mln zł
- 2017 – 43,9 mln zł



- 2018 – 31 mln zł
- 2019 – 32,5 mln zł
- 2020 – 41,4 mln zł
- 2021 – 45,4 mln zł
- 2022 – 70 mln zł
- 2023 – 80,5 mln zł

W sumie w latach 2013-2023 wydatki inwestycyjne wyniosły 470,4 mln zł, czyli prawie pół miliarda zł.

Dziennikarski evergreen

O tym, jak wielkie utrudnienia dla kierowców generowały prace na tym odcinku autostrady A4, świadczą przykłady archiwalnych publikacji. W redakcji DZ żyje sporo starych anegdot, ale ta o A4 do Krakowa jako miejscu, skąd na pewno nawet najbardziej leniwy reporter może napisać o remoncie i korku, z pewnością jest wciąż aktualna. 8 lipca 2004 roku Dziennik Polski informował o remoncie 8-kilometrowego odcinka. Portal Katowice Nasze Miasto dodawał, że prace potrwać mają co najmniej 5 lat – od remontów kierowcy mieli odpocząć w 2009 roku.

W 2006 roku kierowcy na Dzień Dziecka otrzymali prezent w postaci kolejnego remontu autostrady A4. Modernizacja obejmowała pięć mostów oraz wymianę nawierzchni na długości 3 km. Wyłączono z ruchu jeden pas autostrady w kierunku Krakowa – ok. 3 km za węzłem Murckowska. Koncesjonariusz informując o utrudnieniach, zapowiadał... kolejne prace.

W lipcu miał zostać wyłoniony wykonawca prac obejmujących remont kolejnych 39 mostów i 50 km nawierzchni. Ta inwestycja miała potrwać minimum trzy lata. W 2007 roku Dziennik Zachodni regulaminie przypominał o potężnych utrudnieniach w okolicach węzła Murckowska z powodu trwających prac.

W maju 2008 i czerwcu 2009 Dziennik Zachodni informował, że w remoncie jest aż 20 procent 61-kilometrowego odcinka, o którym mowa. Kierowcy stali w korkach w środku sezonu urlopowego. Nic dziwnego, że tracili cierpliwość, a nawet ogłaszali bunt, zawiązywali się w grupy, domagając się zniesienia poboru opłat ze względu na stan techniczny autostrady.

W 2008 roku opisywaliśmy na naszych łamach historię prawniczką z Częstochowy, której przejazd autostradą z Katowic do Krakowa zajął trzy godziny. Z powodu trwających remontów na znacznym fragmencie A4 ruch odbywał się tylko jednym pasem, a w dodatku samochody przesuwały się w żółwym tempie.

W międzyczasie toczyły się spory o ujawnienie umowy zawartej pomiędzy polskim rządem a Stalexportem w 1997 roku, a także o zasadność pobierania opłat w sytuacji, kiedy kierowcy nerwowo spoglądają na zegarki, stojąc w korkach na drodze nazywanej autostradą.

Druga dekada XXI wieku stała pod znakiem kolejnych remontów na autostradzie A4. Jedynie w 2015 roku wartość prac wykonanych przez Stalexport Autostrada Małopolska spadła poniżej 20 milionów rocznie.

Jest policja i dane o przetargach

Wróćmy do naszego podstawowego pytania – czy od otwarcia tego odcinka był chociaż jeden dzień, kiedy nie prowadzono tam żadnego remontu? W latach 2003-2020 jednoznacznych danych

brak, pozostaje więc kwerenda w mediach. Ale lata 2021-2025 to już inna para kaloszy, dane są. Ile dni zajęły/zajmą remonty autostrady A4 w latach 2021-2025. Wnioski są dokładnie takie, jakich się spodziewacie.

Na razie dane cząstkowe. Tyle dni w roku trwały remonty na A4 między Katowicami a Krakowem:

- 2021 – 291 dni
- 2022 – 243 dni
- 2023 – 334 dni
- 2024 – 366 dni
- 2025 – 365 dni

Skoro zarówno GDDKiA, jak i Stalexport nie odpowiadały na nasze pytania, postanowiliśmy oprzeć nasze ustalenia na danych dostępnych w internecie. Ogrom prac na A4 pokazuje m.in. liczba przetargów ogłoszonych przez koncesjonariusza. W ostatnich dziesięciu latach (2016-2025) ogłoszono ich ponad 370, czyli mniej więcej trzy miesięcznie. Przynajmniej połowa z nich związana jest z przygotowaniem projektów lub wykonaniem samych prac drogowych na A4. Pozostałe dotyczą prac na parkingach, zakupu specjalistycznego sprzętu oraz modernizacji punktów poboru opłat. Uznajmy więc, że miesięcznie półtora przetargu dotyczyło remontów drogi.

Skalę prac drogowców na śląsko-małopolskim odcinku A4 pokazują również policyjne liczby. Zarządca każdej drogi w Polsce wraz z wykonawcą przed rozpoczęciem inwestycji muszą opracować nową organizację ruchu. Zawsze jest ona opiniowana przez policję. Jak nas poinformował Bartosz Izdebski z Zespołu Prasowego Komendy Wojewódzkiej Policji w Krakowie, małopolska policja od 1 stycznia 2023 do 18 czerwca 2025 opiniowała w sumie aż 41 zmian organizacji ruchu. Daje to 41 zmian w 2,5 roku, czyli w 30 miesięcy.

– Wydział Ruchu Drogowego KWP w Krakowie archiwizuje dane w zakresie liczby wydawanych opinii do projektów organizacji ruchu dla konkretnego odcinka drogi, zgodnie z obowiązującymi przepisami, przez okres dwóch lat. W związku z tym nie dysponujemy pełnymi danymi sprzed 2023 roku – tłumaczy Bartosz Izdebski.

Zatem 41 zmian w dwa i pół roku. Dla porównania na ponadpięciokrotnie krótszym odcinku DK 91 w Częstochowie podczas gruntowej przebudowy (a właściwie budowy na nowo), pracowano w podobnym czasie na pięciu różnych organizacjach ruchu. Warto dodać, że stara „gierkówka” w Częstochowie co prawda nie jest autostradą, ale z drugiej strony koliduje m.in. z linią tramwajową, a jej modernizacja była kompleksowa i obejmowała powstanie bezkolizyjnych węzłów.

Małopolska policja również skierowała nas po szczegółowe dane do organów zarządzających ruchem, ale że te – jak już wspominaliśmy – milczą, musieliśmy znaleźć inne źródło informacji. Na swojej stronie Stalexport Autostrada Małopolska, koncesjonariusz autostrady, publikuje komunikaty o wszystkich utrudnieniach w ruchu związanych z pracami drogowców. Niestety, komunikaty znikają ze strony mniej więcej po roku od publikacji. Na szczęście dane udało się nam odzyskać dzięki witrynie Web Archive zajmującej się archiwizowaniem danych internetowych.

Jako że strony są archiwizowane kilka razy w roku, wielokrotnie dla uzupełnienia wiedzy musieliśmy czerpać informacje z dokumentacji przetargowych, a jeszcze częściej bazować na publikacjach prasowych.

To teraz te liczby: 1599 dni ze wszystkich 1826

Według naszych ustaleń utrudnienia spowodowane pracami drogowymi na A4 w 2021 roku trwały przynajmniej 291 dni – praktycznie 10 miesięcy. Według komunikatów Stalexport Autostrada Małopolska wolny od remontów był jedynie styczeń 2021, w pozostałych miesiącach prowadzono różne inwestycje. Rozbudowywano m.in. pasy przy punktach poboru opłat. Przez niemal pół roku trwały prace w okolicach węzła Jeleń, obejmujące m.in. wymianę nawierzchni, ale różne prace prowadzono również w okolicach Byczyny, Rudna czy Balice.

W 2022 kierowcy odpoczęli od remontów, bo trwały one „zaledwie” 8 miesięcy, a dokładnie 243 dni. Pierwsze drobne prace przeprowadzono dopiero w marcu, a główne utrudnienia były związane z inwestycjami prowadzonymi – z niewielkimi przerwami – od kwietnia do grudnia 2022 roku. Tym razem większość prac skupionych było w okolicach Mysłowic. Były one związane z punktem poboru opłat oraz remontami obiektów mostowych.

W kolejnych miesiącach A4 było już zdecydowanie trudniej pokonać. Aż 334 dni (11 miesięcy) trwały utrudnienia na śląsko-małopolskim odcinku „czwórki” w 2023 roku. W tym czasie remontowano m.in. dwa wiadukty w Mysłowicach, wymieniano nawierzchnię w okolicach punktów poboru opłat. Przewężenia objęły m.in. odcinek między węzłami Jeleń i Jaworznie i Balin w Chrzanowie, a znaczne zmiany organizacji ruchu dotyczyły w 2023 roku węzłów Chrzanów i Brzęczkowice.

Dwa ostatnie lata, 2024 i 2025 są już w stu procentach wypełnione remontami. Co prawda ten rok się jeszcze nie zakończył, ale przesądzone jest to, że do grudnia będziemy się zmagać z utrudnieniami na autostradzie pomiędzy Mysłowicami a Krakowem.

Odnotujemy, że w 2024 roku główne prace dotyczyły wymiany nawierzchni na niemal całym odcinku, a także remontu wiaduktu w Chrzanowie. W tym roku kontynuowane są remonty nawierzchni, ale modernizowano również wiadukty w Imielinie i Chrzanowie.

I tak właśnie wyliczyliśmy, że utrudnienia na A4 trwały i będą trwały w latach 2021-2025 w sumie przynajmniej 1599 dni. To 87,5 proc. wszystkich 1826 dni kalendarzowych w tym okresie. 1599 dni to ponad 53 miesiące utrudnień, czyli cztery lata i 5 miesięcy.

Niestety, wszystko wskazuje, że z utrudnieniami na A4 kierowcy będą się zmagać jeszcze przez 3-4 lata, można więc powiedzieć, że trzecia dekada XXI wieku będzie pod tym względem najtrudniejsza od lat 2003-2009, kiedy na śląsko-małopolskim odcinku autostrady prowadzono najbardziej intensywne prace.

Dlaczego? Stalexport musi w 2027 roku przekazać trasę Generalnej Dyrekcji Dróg Krajowych i Autostrad w znikomym stanie technicznym, dlatego

będzie kontynuować remonty. Zakres prac będzie zależny od przeglądów autostrady, których GDDKiA dokona do końca tego roku.

Będzie jeszcze gorzej, ale przynajmniej po trzy pasy

– W związku z przejściem odcinka autostrady A4 Katowice – Kraków od koncesjonariusza, w GDDKiA powołany został specjalny zespół. Jego zadaniem jest przegląd stanu technicznego trasy i określenie, czy jest on wystarczający w odniesieniu do wymagań umowy koncesyjnej. Prace zespołu trwają, odbyły się już pierwsze przeglądy, a na bieżąco planowane są kolejne. W przeglądach uczestniczą też przedstawiciele koncesjonariusza – Stalexport Autostrada Małopolska – oraz niezależnego inżyniera – tłumaczy Szymon Piechowiak, rzecznik prasowy Generalnej Dyrekcji Dróg Krajowych i Autostrad.

– Do końca tego roku planujemy dokonać przeglądów autostrady i głównych elementów jej infrastruktury towarzyszącej. Ewentualne zakresy niewypełniające zapisów umowy zostaną wyremontowane lub naprawione w tym lub przyszłym sezonie budowlanym, przed zakończeniem trwania umowy z koncesjonariuszem – dodaje Szymon Piechowiak.

Co jednak najistotniejsze, przejście autostrady przez GDDKiA nie będzie oznaczało zakończenia prac. Przeciwnie, konieczne będą nowe inwestycje, bo natężenie ruchu na tym odcinku według niektórych szacunków może wzrosnąć nawet o 40 procent. Kierowcy po tym, jak otwarte zostaną bramki i przejazd stanie się bezpłatny, z pewnością częściej skuszą się na przejazd na A4. GDDKiA dostrzega problem, ale o szacunkach dotyczących wzrostu ruchu wypowiada się ostrożnie.

– Informacja, o ile wzrośnie ruch na tym odcinku po przejściu trasy od koncesjonariusza, jest dla nas kluczowa. Dlatego planujemy zlecić przygotowanie odpowiedniej dokumentacji uwzględniającej analizy i prognozy ruchu dla odcinka pokoncesyjnego. Na podstawie dotychczas prowadzonych przez nas analiz i prognoz, obejmujących też możliwe przeniesienie ruchu z innych dróg, wzrost o 40 proc. wydaje się mało prawdopodobny. Mówimy oczywiście o stałym wzroście ruchu w dłuższym okresie, a nie chwilowych wyższych związków np. ze świętami lub rozpoczęciem wakacji – twierdzi Szymon Piechowiak.

Jednym z rozwiązań byłoby rozszerzenie odcinka w obu kierunkach do trzech pasów. Jakie w tym zakresie plany ma GDDKiA? Szymon Piechowiak, podkreśla, że rozbudowa odcinka autostrady A4 pomiędzy Katowicami a Krakowem wpisana jest do Rządowego Programu Budowy Dróg Krajowych do 2030 r. (z perspektywą do 2033 r.). To oznacza, że ta inwestycja jest raczej przesądzona, nie wiadomo jeszcze jednak, ile potrwać mają prace z tym związane.

– Szczegóły dotyczące poszerzenia autostrady przy wykorzystaniu szerokiego pasa rozdzielacza, poznamy po opracowaniu dokumentacji projektowej. Obecnie przygotowujemy się do ogłoszenia przetargu na wyłonienie wykonawcy tej dokumentacji – mówi Szymon Piechowiak, który w przy-

padku terminów przywołuje przykład innej inwestycji.

– Dla zobrazowania czasu potrzebnego na rozbudowę A4 pomiędzy Katowicami i Krakowem (ok. 60 km) możemy przytoczyć przykład związany z A2 pomiędzy Łodzią i Warszawą (ok. 90 km). Na początku lipca br. ogłosiliśmy przetarg na wyłonienie wykonawcy tych prac, a umowę planujemy podpisać w I połowie 2026 r. Zakończenie robót planowane jest na II połowę 2027 r. Przy poszerzeniu autostrady A4 Katowice – Kraków będziemy czerpać z doświadczeń zebranych przy poszerzeniu autostrady A2 Łódź – Warszawa oraz wcześniejszych tego typu inwestycji realizowanych pod ruchem (np. rozbudowa A1 w woj. śląskim i łódzkim). Dotyczy to zarówno kwestii dokumentacji, organizacji ruchu, jak i samej realizacji inwestycji – tłumaczy rzecznik GDDKiA.

Żeby nam nie umknęło: wciąż mówimy o zaledwie 61-kilometrowym odcinku drogi. 1599 dni remontów na 1826 dni ogółem.

Śląsko-małopolski odcinek autostrady A4

19 września 1997 roku Ministerstwo Transportu i Gospodarki Morskiej udzieliło spółce Stalexport sp. z o.o. koncesji na eksploatację oraz przystosowanie A4, relacji Katowice – Kraków, do wymogów płatnej autostrady. Umowa w znacznej części niejawna, później była aneksowana przez kolejnych premierów RP. W 1998 roku powstała spółka Stalexport Autostrada Małopolska, która została powołana przez koncesjonariusza autostrady – firmę Slatexport S.A. z jej 100-procentowym kapitałem akcyjnym. Celem spółki było przystosowanie autostrady A4 na odcinku Katowice (węzeł Murckowska) – Kraków (węzeł Balice) do wymogów płatnej autostrady oraz eksploatację autostrady na tym odcinku, przyznanej Stalexport S.A. w roku 1997.

Dzięki zmianom ustawy o autostradach płatnych 28 lipca 2004 roku koncesja na śląsko-małopolski odcinek autostrady A4 została przeniesiona na SAM, a 17 października 2005 r. podpisano Aneks nr 5 do Umowy Koncesyjnej. Już w grudniu 2005 zawarto z konsorcjum banków: Westdeutsche Landesbank, DePfa Group, Kreditanstalt für Wiederaufbau i BPH S.A. umowę kredytową na kwotę do 380 mln zł.

W październiku 2009 r. SAM S.A. zakończyła kolejny etap przedsięwzięcia. Koncesjonariusz wyremontował gruntownie nawierzchnię na całym 61 km odcinku A4 Katowice-Kraków, zmodernizował 31 obiektów mostowych oraz wybudował 15 przejazdów awaryjnych i 10 km ekranów akustycznych.

W kolejnych latach dzięki uzyskanemu kredytowi prowadzono kolejne prace, wyremontowano m.in. 22 obiekty mostowe. 30 września 2019 r. Stalexport Autostrada Małopolska S.A. dokonała całkowitej spłaty długu. Remonty A4 trwają jednak do dzisiaj.

15 marca 2027 roku zarząd nad śląsko-małopolskim odcinkiem A4 przejmie GDDKiA. Przejazd stanie się bezpłatny, ale sami kierowcy nie odpoczną od remontów ze względu na planowane poszerzenie obu kierunków autostrady do trzech pasów.

ZDROWIE ZACZYNA SIĘ OD WYKONANIA CZTERECH TYSIĘCY KROKÓW DZIENNIE

Każdy wzrost liczby kroków o 500-1000, co potwierdziły nasze badania, daje korzyści przekładające się na wydłużenie życia i zmniejszenie o 7-15 proc. ryzyka zgonu z powodu chorób sercowo-naczyniowych – mówi prof. n. med. Maciej Banach, kardiolog, przewodniczący Polskiego Towarzystwa Lipidologicznego oraz prorektor Collegium Medicum Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego

Liliana Bogusiak-Jóźwiak

Jaką liczbę kroków średnio każdego dnia powinniśmy wykonać, aby wysiłek przełożył się na korzyści dla naszego zdrowia? Aplikacje telefonach podpowiadają nam, że 10 tysięcy. Natomiast definicja zdrowego stylu życia mówi o co najmniej 5 tysiącach kroków dziennie...

Dostępne badania, w tym wykonane przez nas, jednoznacznie pokazują, że wykonując dziennie co najmniej 4 tys. kroków redukuje ryzyko zgonu z powodu chorób sercowo-naczyniowych, oczywiście zgodnie z zasadą im więcej, tym lepiej. Te 4 tys. kroków to wartość średnia; jednego dnia może to być 3 tys. kroków, kolejnego 5 tys. Nie musi być to jednorazowo przebyty dystans. Dostępne są już także badania, wskazując, że lepsze efekty daje wysiłek związany z pokonywaniem kilku krótszych dystansów. Możemy w ciągu dnia przejść np. trzy odcinki po 1300 kroków.

W jakim tempie powinniśmy maszerować?

Ważne jest aby zmieniać tempo maszeru; żeby idąc w równym tempie od czasu do czasu wyraźnie przyspieszyć. Jeśli mamy zaplanowany do przejścia odcinek o długości np. półtora kilometra, to przejdźmy 500 metrów w swoim zwykłym tempie, a kolejne 500 szybciej. Ostatni zaplanowany fragment trasy znowu możemy przejść w swoim stałym tempie. Przyspieszenie tempa odpowiednio angażuje układ sercowo-naczyniowy, powodując wzrost ciśnienia tętniczego, przyspieszenie akcji serca. Nie trzeba biegać, jeśli się tego nie



Maciej Banach: – Nie oczekujemy, że poćwiczymy tydzień, dwa i odczuwamy pozytywny wpływ wysiłku fizycznego na nasz organizm

lubi, wystarczy przejść kilkaset metrów w szybszym tempie. Ważne jest, aby wysiłek był regularny i aby było to średnio co najmniej 4 tys. kroków dziennie, pamiętając o stopniowym zwiększaniu tego dystansu. Są to wnioski z badań, które przeprowadziliśmy, opierając się na wynikach obejmujących największą jak dotąd liczbę pacjentów – 230 tys. osób. W badaniach brały udział osoby dorosłe, zdrowe, a wpływ wykonywanego przez nich wysiłku fizycznego obserwowano przez 7 lat.

Czy to znaczy, że osoby wykonujące 10 tys. kroków każdego dnia powinny jednak przyha-

mować i ograniczyć się do 4 tys. kroków?

Absolutnie nie, wręcz przeciwnie! Chcemy uniknąć takiego nieprawidłowego przekazu do osób, których aktywność codzienna wynosi średnio 10 tys. kroków i więcej. Korzyści dla zdrowia pojawiają się już gdy wykonujemy średnio 4 tys. kroków dziennie, ale im więcej ich wykonujemy, tym lepiej. Każdy wzrost liczby kroków o 500-1000 kroków, co potwierdziły nasze badania, daje korzyści przekładające się na wydłużenie życia i zmniejszenie o 7-15 proc. ryzyka zgonu z powodu chorób sercowo-naczyniowych. Przekaz, że korzyści zdrowotne za-

czynają pojawiać się od 4 tys. kroków, jest bardzo ważny dla osób dotychczas nieaktywnych, którzy na pytanie, ile mają tych kroków robić, otrzymywali odpowiedź 6-7 tysięcy, najlepiej 10 tys. (ok. 8 km), co było dla wielu demotywujące. Teraz mają przekaz: zaczniacie od niewielkiej liczby – co najmniej 4 tys. i starajcie się stopniowo każdego dnia i tygodnia poprawiać.

Im więcej chodzimy, tym lepiej. Ale czy zawsze?

Dostępne badania wskazują, że tę prawidłowość obserwujemy, jeśli wykonujemy średnio do 20 tys. kroków dziennie. Jaki efekt uzyskamy, wykonując powyżej

średnio 20 tys. kroków dziennie trudno, jak na razie, powiedzieć, bo takich danych jeszcze nie mamy. Jest to element naszych kolejnych badań, w trakcie których obserwujemy dorosłych mających tzw. ekstremalny wysiłek fizyczny, czyli średnio 20 tys. kroków dziennie. Wykonywanie średnio 20 tys. kroków dziennie nie jest proste, to przecież 16 km i niewiele osób taki dystans pokonuje na co dzień, chodząc czy biegając. Jestem osobą bardzo aktywną fizycznie, ale średnio powyżej 20 tys. kroków dziennie udaje mi się zrobić najczęściej podczas urlopu, gdy dużo chodzę i zwiedzam. Moja średnia dzienna wartość to ponad 10 tys. kroków. Zwykle średnio 20 tys. kroków dziennie mają osoby, które co 2-3 dzień systematycznie biegają. Wiemy też już, że ekstremalny wysiłek fizyczny, np. tzw. Iron-man czy bieganie przez 24 godziny to raczej pewien styl życia i ma on niewiele wspólnego ze zdrowiem.

Skąd wzięło się 10 tysięcy kroków, które często przywołuje się jako dawkę optymalną dla naszego zdrowia?

Było to określenie użyte marketingowo w 1964 r. przed olimpiadą w Tokio w Japonii. Zagościło, jak widać, w powszechnej świadomości na dłużej i okazuje się, że eksperci od marketingu bardzo się nie pomylili. W naszych badaniach przyjrzelśmy się, jaka średnia liczba kroków daje najlepsze korzyści dla zdrowia w dwóch grupach pacjentów, poniżej 60 roku życia i powyżej 60 roku życia. Okazało się, że u młodszych jest to średnio od 7 do 13 tys. kroków dziennie, a u starszych średnio od 6 do 10 tys. kroków dziennie.

Pacjent, który dotąd się nie ruszał, ma nadwagę i inne choroby współistniejące, żadną miarą tych kilku tysięcy kroków dziennie nie zrobi. Śmiem przypuszczać, że szybko się zmęczy i odpuści sobie spacer. Zgodzi się Pan Profesor ze mną?

Zgadza się. Dla pacjenta może to być bardzo duży wysiłek. Dlatego zalecenia powinny być spersonalizowane, a wysiłek stopniowany. Wspomniane 4 tys. kroków dziennie to 2,5 km. Pójście do pracy, do sklepu i spacer wokół domu wystarczy, aby taką liczbę kroków zrobić. Gdy już wdrożymy się do takiej aktywności – a ważne jest, aby był to wysiłek systematyczny – to w kolejnych tygodniach powinniśmy zwiększać średni dystans o 500-1000 kroków dziennie, w zależności od naszych możliwości. Jak pokazały nasze badania zwiększenie średniej liczby kroków wykonywanej każdego dnia przekłada się na korzyści zdrowotne i wydłużanie życia. Najlepiej oczywiście gdybyśmy wykonywali średnio od 7 do 13 tys. kroków dziennie i do takiej wielkości powinniśmy zwiększać dystans.

Kiedy pacjenci zobaczą pierwsze efekty swojego wysiłku? Efekty nie pojawiają się natychmiast. Nie oczekujemy, że poćwiczymy tydzień, dwa i odczuwamy pozytywny wpływ wysiłku fizycznego na nasz organizm. To jest długotrwała praca, która powinna stać się naszym nawykiem. Z czasem pacjent zauważy, że ma lepszą kondycję, jest dotleniony, lepiej sypia. Gdy wykona badania, okaże się, że wartości ciśnienia krwi ma niższe, zmniejszy się masa ciała, poprawi się również jego profil lipidowy po poziomie glukozy. Ale na to potrzeba czasu i systematyczności. My lekarze często popełniamy błąd, zalecając pacjentowi „proszę się ruszać i stosować dietę”. Pacjent wychodzi z gabinetu i wie niewiele więcej niż wcześniej. Lekarz powinien zapytać go o to, jak wygląda jego dzień, jak się odżywia, a potem ułożyć mu taki plan aktywności, aby pacjent był go w stanie zrealizować. Jeśli rozpocznie aktywność od średnio 2-3 tys. kroków dziennie, czyli wyjdzie z domu, przejdzie się po najbliższej okolicy, popatrzy na to, co dotychczas mu umykało i zacznie czerpać przyjemność z ruchu, to na kolejnej wizycie po omówieniu jego dotychczasowej aktywności lekarz może mu ją zwiększyć o kolejny tysiąc kroków. Za kolejny pół roku pacjent będzie mógł robić bez większych problemów średnio 6 tys. kroków dziennie.

Popularny slogan „ruch zastąpi każdy lek, żaden lek nie zastąpi ruchu” jest nadal jak najbardziej prawdziwy?

Tak, ale też musimy powiedzieć pacjentowi, że sam wysiłek fizyczny nie rozwiąże jego wszystkich problemów zdrowotnych. Swoim młodszym kolegom mówię zawsze, aby kilka razy zapytali pacjenta, czy wszystko rozumie. Pacjent ma prawo nie wiedzieć, czasami wstydzi się zapytać. Od lekarza musi usłyszeć, że jeśli nie będzie się zdrowo odżywiać, będzie miał nadwagę lub otyłość, palił papierosy, nie będzie kontrolował swojego ciśnienia krwi, stężenia cholesterolu i nie będzie przyjmował przepisanych przez lekarzy leków, to nawet regularny wysiłek fizyczny nie wydłuży jego życia. Zdarza się, że pacjent skarży się lekarzowi, że robi dziennie 6 tys. kroków, a nie chudnie. Bardzo często jest to pacjent, z którym lekarz nie porozmawiał o tym, jak wygląda jego dieta i nie wytłumaczył, że sam ruch nie wystarczy, aby mieć dobre wyniki. Wysiłek fizyczny, regularne spacerowanie to jeden z elementów zdrowego stylu życia, na który składają się wymienione przeze mnie wcześniej składniki, a wszystkie razem powinny być środkami do poprawy samopoczucia fizycznego i psychicznego. ©

ASTERIKS WYBIERA SIĘ DO LUZYTANII, ALE WKRÓTCE BYĆ MOŻE ODWIEDZI POLSKĘ

27 października ukaże się kolejny komiks o sympatycznych Galach. Kilka dni przed światową i polską premierą komiksu „Asteriks w Luzytanii” mamy dla Was rozmowę z jego twórcami. O niezwyklej podróży Galów do Portugalii opowiadają nam Fabrice Caro oraz Didier Conrad

Rozmawiał: Bartłomiej Romanek

Twórcy kultowego komiksu w rozmowie z „Dziennikiem Zachodnim” opowiadają o kulisach powstania tego tomu i nie wykluczają, że Galowie kiedyś odwiedzą Polskę. - Absolutnie nie wykluczam tego w przyszłości - mówi Fabcaro, dodając, że jego zdaniem Polacy są podobni do Portugalczyków (Luzytańczyków). - Jesteście tak samo melancholijni - twierdzi scenarzysta.

W tomie „Asteriks w Luzytanii” powraca motyw podróży dzielnych Galów. Tym razem odwiedzają Portugalie. Skąd wziął się pomysł na kierunek wyprawy?

Fabcaro: To niepisana tradycja serii o Asteriksie, że naprzemiennie mamy tomy, które dzieją się w wiosce Galów oraz te związane z podróżą. Wydawca powiedział mi, że bym robił, co chcę, niczego mi nie narzucał, bo uznał, że ważniejszy od dotrzymania tradycji jest dobry pomysł na album. Sam miałem jednak ochotę trzymać się tego zwyczaju i nie odchodzić od reguły. Zrobiłem listę krajów, które były już odwiedzane przez Asteriksa i Obeliksa. Okazało się, że bardzo blisko położona Galii Luzytania nigdy jeszcze nie występowała w żadnym z komiksów o Asteriksie. Poza tym byłem spragniony słońca, atmosfery wakacji i wypoczynku, dlatego wydało mi się, że Luzytania to idealna miejscówka na kolejny album.

Czy na liście krajów, które odwiedzi Asteriks, znajdzie się Polska?

Fabcaro: Trochę to przypadek, ale kilka dni temu rozmawiałem z Anne Goscinny, córką Rene Gosciniego, który był Polakiem, a ona ma polskie korzenie. Ona również zasugerowała mi, że bardzo fajnie byłoby, gdyby któryś z kolejnych albumów miał się w Polsce. Absolutnie nie wykluczam tego



Fabrice Caro

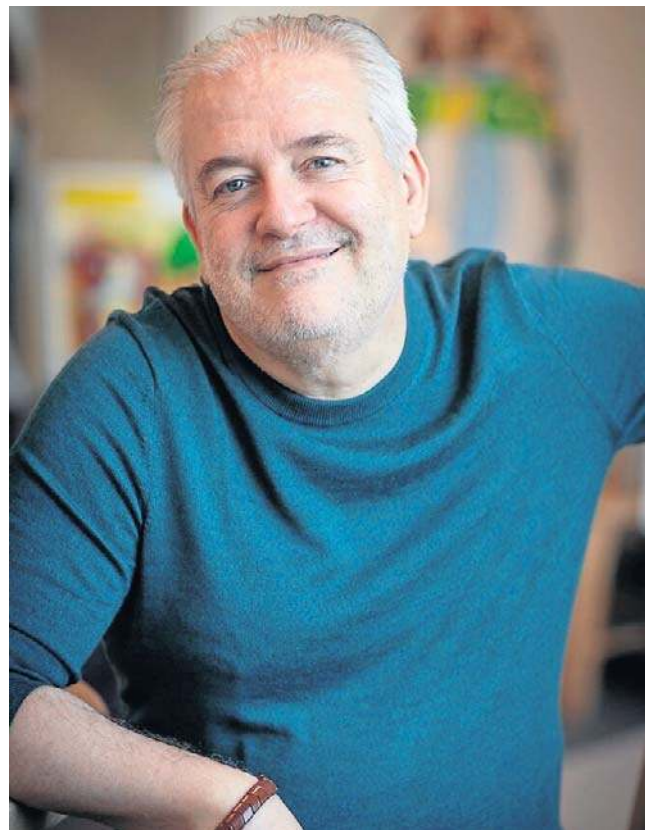
w przyszłości, ale są dwie rzeczy, na które musiałbym się przygotować. Po pierwsze nie znam historii antycznej Polski, musiałbym się zagłębić w ten temat. Poza tym chciałbym uniknąć sytuacji, w której powtarzam pewne motywy. W „Asteriksie w Luzytanii” uwypuklona została melancholia Portugalczyków. Moim zdaniem Polacy są równie melancholijni. Nie chciałbym pokazywać nacji o podobnym nastawieniu, musiałbym znaleźć w Polakach jakąś inną charakterystyczną cechę. To jednak nie oznacza, że w niedalekiej przyszłości taki komiks nie powstanie.

Portugalczycy Pana zdaniem przypominają Polaków, a Luzytańczycy przypominają Galów?

Fabcaro: Odległość między Francją a Portugalią nie jest duża, ale natury Portugalczy-

ków, czyli Luzytańczyków, i Francuzów, czyli Galów, są różne. Galowie, mówiąc z lekkim przymrużeniem oka, są bardziej arogancy i ekstrawertyczni. Patrzą bardziej w przyszłość. Natomiast Luzytańczycy są melancholijni, spokojni, introwertyczni. Obie nacje wiele różni, co pokazałbym w albumie. Mimo że geograficznie mieszkamy blisko siebie, nie widziałem między nimi wielu podobieństw. Didier Conrad: Podejście Portugalczyków do życia jest bardziej nostalgiczne, częściej rozpatrują, co się stało w przeszłości, natomiast Francuzi są bardziej skoncentrowani na tym, co się stanie, nie rozgrzebują przeszłości. Żyją tym, co się dzieje tu i teraz, nie myśląc, że zaraz może się coś złego wydarzyć.

Didier, calcada portuguesa, portugalska sztuka zdobienia



Didier Conrad

chodników i ulic, jest jednym z ważniejszych motywów rysunkowych, które przewijają się w tym albumie.

Didier Conrad: Podczas prac nad rysunkami mocno opierałem się na designie i sztuce portugalskiej, nie tworzyłem niczego od podstaw. Wszystko musi być odpowiednio skomponowane i spójne z kulturą kraju, który odwiedza Asteriks. To zostało w komiksie dokładnie odwzorowane, na poszczególnych obrazkach są autentyczne wzory z portugalskich ulic.

Kiedy rysownik - jak w tym przypadku - otrzyma wiele zdjęć przedstawiających miejsce, w którym rozgrywa się komiks, to ma łatwiej? Czy lepiej jest rysować to, co się widziało na własne oczy?

Didier Conrad: To dwa różne aspekty. Jeśli chcemy dokładnie pokazać dane miejsce

na planszach, to najlepiej bazować na zdjęciach, bo wtedy mamy dużo szczegółów, które można odwzorować. Należy jednak pamiętać, że rysunki powinny również ukazywać atmosferę danego miejsca, a tego nie da się zrobić na podstawie samych zdjęć. Jeśli chodzi o album „Asteriks w Luzytanii”, to odwiedzałem już Portugalie i pamiętam atmosferę tamtego miejsca, dlatego było mi dużo łatwiej ją narysować.

Seria o Asteriksie opowiada o antycznej historii, ale zawsze podążała za trendami sztuki komiksowej. W jakim kierunku podąża obecnie francuski czy europejski komiks?

Fabcaro: Jeśli chodzi o francuski komiks, to pod względem artystycznym dostrzegam ciągły rozwój. Na rynku wciąż pojawiają się nowe komiksy czy powieści graficzne, które coraz częściej są wydawane. Mam

bardzo dużo ciekawych, nowych publikacji, ale jeśli chodzi o aspekt rynkowy, ekonomiczny, to z powodu tak dużej liczby nowych tytułów niestety mogą przetrwać tylko te najbardziej znane lub wydawane przez największe wydawnictwa. Pod względem artystycznym przemysł komiksowy jest bardzo płodny, ale z punktu widzenia ekonomii przetrwają tylko ci najbardziej umocowani na rynku.

Obeliks to, wiadomo, miłośnik dobrej kuchni. Portugalska kuchnia przypadnie mu do gustu?

Fabcaro: Obeliks w tym albumie jest bardzo nieszczęśliwy. Albumy podróżnicze często wykorzystują stereotypy związane z danym krajem czy narodem. W najnowszym albumie tym stereotypem jest to, że w Portugalii je się tylko i wyłącznie suszonego dorsza (bacalhau). Pojawia się on wszędzie, a Obeliks jest wielkim fanem mięsa, zwłaszcza dzicyzny. To album, w którym Obeliks przeżywa prawdziwe kulinarne katusze.

Jakie są Wasze najbliższe plany artystyczne? Jest pomysł na kolejny tom Asteriksa, a może pracujecie nad innymi projektami?

Didier Conrad: Odpoczywam i czekam na kolejny tom Asteriksa, czekam na to, co Fabrice wymyśli. Fabcaro: Mam dużo pracy i pomysłów. Pracuję dla wielu różnych czasopism, ale tworzę również nieco mniejszy komiks dla kameralnego wydawnictwa. Rozpocząłem też pisanie powieści, mam również pomysły dotyczące kolejnych przygód Asteriksa, ale nie ma jeszcze decyzji, czy będę tworzył kolejny tom. Poprzedni scenarzysta (Jean-Yves Ferri - przyp. autora) zrobił sobie przerwę i nie wiadomo, czy wróci już do pracy nad kolejnym albumem, czy ta przerwa będzie dłuższa.

BOOM NA PRZETRWANIE. CO NAPĘDZA POLSKI SURVIVAL?

Strach, rozsądek i trochę mody – tak dziś wygląda polski survival. Od filtrów do wody po luksusowe zegarki, od hamaka w lesie po agregat w garażu. Między paniką a przygotowaniem rośnie nowe zjawisko: obywatelska potrzeba poczucia kontroli

Justyna Piasecka-Gabryel

Sklep „Woda, Góry, Las” znajdujący się w Poznaniu wygląda jak gotowa mapa ucieczki w naturę – każdy metr to inny przystanek: woda, ogień, schronienie. Na półkach – filtry do wody, hamaki, batony energetyczne z długim terminem przydatności i lśniące palniki. Za ladą – człowiek, który patrzył na tę branżę dłużej niż trwa niejedna moda. – Prowadzimy sklep od dwudziestu lat – mówi Mateusz Niedbała, właściciel. – Widzieliśmy déjà vu strachu i falę rozsądku. Największy boom przyszedł w marcu 2022 roku, zaraz po wybuchu wojny w Ukrainie.

Piki, które mówią dużo

„Boom” – tak powtarza kilka razy. Najpierw wojna i puste magazyny w całej Europie: apteczki, folie NRC, zapalniczki. Później mniejsze trzęsienia: doniesienia o dronach nad Polską, głośne medialne epizody, polityczne zapowiedzi.

– Widzimy wtedy detaliczne zakupy o dużej wartości: jedzenie liofilizowane, apteczki, filtry do wody. Media kształtują rynek informacji, a rynek informacji wprost przekłada się na koszyki – słyszę.

Nie jest to jednak wzrost liniowy.

– Po takich akcjach pojawiają się piki sprzedaży, a potem krzywa opada. Mam nadzieję, że dziś jesteśmy już po tym najwyższym punkcie. Trzy lata od wybuchu wojny ludzie patrzą bardziej z dystansem – stwierdza.

Podobne zjawisko obserwują też platformy sprzedażowe. Jak informuje biuro prasowe Allegro, na początku września zauważono gwałtowny wzrost zainteresowania produktami z kategorii militaria i samoobrona – od plecaków taktycznych, przez kuchenki turystyczne, aż po agregaty prądotwórcze. W niektórych przypadkach liczba wyszukiwań i zakupów wzrosła kilku-



– Przygotowanie to odpowiedzialność. Panika – to koszt – mówi Mateusz Niedbała właściciel sklepu „Woda, Góry, Las”

krotnie w ciągu jednego dnia, po czym wracała do normy. Największy ruch notowano w południowo-wschodnich województwach.

– Tego rodzaju skoki pojawiają się po każdej głośnej informacji i nie zawsze oznaczają trwały trend – zaznaczają przedstawiciele Allegro.

Ciekawostką jest też to, że obok sprzętu survivalowego w tym samym czasie rosło zainteresowanie... luksusowymi zegarkami i złotą biżuterią.

– Widać, że niektórzy klienci szukają także „bezpiecznych inwestycji” – przyznaje Allegro.

Z drugiej strony dane platformy pokazują, że Polacy coraz częściej wybierają odzież outdoorową i trekkingową – kurtki softshell, buty górskie czy bieliznę termiczną – co potwierdza, że moda na przygoto-

wanie łączy się z realnym powrotem do aktywności w naturze.

Co trafia do koszyków?

Jeśli wyobrażacie sobie, że klienci wynoszą z marketów

taczki ryżu, jesteście... tylko trochę w błędzie. Dziś hitem jest żywność, która łączy dwa światy: przetrwanie i przyjemność.

– Jedzenie liofilizowane trzyma nawet pięć lat, a smakuje jak w schronisku. Dla turysty tatrzańskiego – kolacja na Rysach; dla rodziny – awaryjny obiad, gdy zabraknie prądu. Nic się nie marnuje – tłumaczy Mateusz.

Wymienia: „kurczak tikka masala”, „bigos”, „mus czekoladowy z wiśniami”, „owsianka z jabłkiem i cynamonem”. W te ktoś dorzuca: „sernik ba-

skijski też jest!”. Brzmi jak menu bistro, a nie arsenał na czarną godzinę. Do tego filtry do wody – „modny temat, ale też kwestia świadomości” – i hamaki. Nie te ogrodowe, tylko lekkie, wytrzymałe, do lasu.

– Biwakowanie na hamakach, ognisko, strefy w Lasach Państwowych do legalnego nocowania – to wraca. Trochę moda, trochę tęsknota za naturą – podkreśla.

Kolejna półka to „energetyka”: powerbanki, latarki, czasem agregaty prądotwórcze. – To oczywiście nie jest sprzęt

– STRACH NAPĘDZA ZAKUPY.
A EMOCJE SĄ ZŁYM DORADCĄ.
ZADAJMY SOBIE PYTANIE: CZEGO
SIĘ REALNIE BOIMY? I ZABEZPIECZ-
MY WŁAŚNIE TO – MÓWI MATEUSZ

Niezbędnik czytelnicy

poleca
Agaton KozińskiDogmaty i anomalie zimnej wojny.
Wtedy i teraz

Właściwie nie ma tygodnia, byśmy nie usłyszeli o kolejnych napięciach na linii USA-Chiny. Cła, opłaty portowe, metale ziem rzadkich, zakaz eksportu najbardziej zaawansowanych technologii, manewry wojskowe wokół Tajwanu – terminy, kiedyś funkcjonujące jedynie w świecie ekspertów od spraw międzynarodowych, stały się codziennością serwisów informacyjnych. Wojna rosyjsko-ukraińska przyspieszyła ten proces, który staje się najbardziej charakterystyczną cechą trzeciej dekady XXI wieku.

I właśnie o nim pisze w swojej książce David E. Sanger. Słowo o autorze, jednym z najbardziej doświadczonych amerykańskich reporterów, publikującym od kilku dekad w „New York Times”. Jego „Nowe zimne wojny” to właśnie owoc reporterskiej pracy.

Sanger miał możliwość podróży z wojny między USA, Europą i Bliskim Wschodem. Jako reporter mógł pojawiać się w kuluarach podczas najważniejszych spotkań, miał tam dostęp do najważniejszych polityków. Wszędzie gromadził wiedzę – a teraz ją prezentuje. Już choćby pod tym względem jego książka jest ważna. Ciekawie napisana synteza zdarzeń ostatnich lat, która doprowadziła do obecnej sytuacji, określonej jako „zimna wojna 2.0”.

Ale też nie można sprowadzić publikacji Sangera do prostej syntezy. Autor wykazuje się nie tylko darem obserwacji i syntezy, ale także do analizy rzeczywistości. Piśmiennictwo, co naturalne, z perspektywy mieszkańca USA, więc punkt patrzenia Waszyngtonu znajduje się na planie pierwszym. A Sanger dowodzi, że

jest świetnie poinformowany – choćby jego opis tego, jak USA dowiedziały się o tym, że Rosja uderzy na Ukrainę w lutym 2022 r., robi ogromne wrażenie ze względu na jego szczegółowość (przy okazji zresztą ten opis to de facto akt oskarżenia wobec administracji Joe Bidena, która ataku spodziewała się pół roku wcześniej, a mimo to nie miała pomysłu, jak mu zapobiec).

Książka uzmysławia też ryzyko stojące przed Polską. Autor szuka analogii z zimną wojną. Dosłownie. Wprost taki zwrot w niej nie pada, ale czuć, że dla niego granica między dwoma blokami przebiega nie wzdłuż Bugu, ale wzdłuż Łaby – jak do 1989 r. Z perspektywy Sangera Europa to przede wszystkim Niemcy. Precyzyjnie: właściwie tylko Niemcy, może jeszcze trochę Wielka Brytania. Innych krajów na naszym kontynencie dla niego nie ma, nazwy pozostałych państw pojawiają się jako terminy geograficzne, a nie podmioty polityczne. Nie trzeba dodawać wiele, by zrozumieć, jak groźny jest dla nas ten sposób myślenia.

David E. Sanger, Mary K. Brooks „Nowe zimne wojny. Chiny, Rosja i wyzwanie rzucone Ameryce”, wyd. Przeświły, Warszawa 2025

poleca
Mariusz GrabowskiPodmalówka,
czyli wprowadzenie w świat
Józefa Czapskiego

Amerykanin Eric Karpeles, autor wydanej właśnie opasłej biografii Józefa Marii Franciszka Hutten-Czapskiego, nazwał swoje dzieło „Biografią malarza”. Ale to tytuł mylący – owszem, sporo tu o malarstwie, ale tak naprawdę to pierwsza na polskim rynku tak całościowa biografia tego niezwykłego człowieka.

Świadek XX wieku

Ale też Czapski wart był pracy, jaką wykonał Karpeles. Był arystokratą, żołnierzem, pamiętnikarzem, pisarzem, no i malarzem. W czasie rewolucji był studentem w Petersburgu, w szalonych latach 20. malarzem w Paryżu. Walczył z Niemcami, a wzięty do niewoli przez Sowieków cudem ocalał z masakry katyńskiej.

Po wojnie nie wrócił do Polski. Jego wspomnienia z sowieckiego obozu – „Na nieludzkiej ziemi” – wyprzedziły „Archipelag Gułag” Solżenicyna o ćwierć wieku. Od 1946 r. współtworzył paryską „Kulturę” (od 1947 r. do śmierci w 1993 r. mieszkał w domu – redakcji „Kultury” w Maisons-Laffitte przy Avenue de Poissy 91).

Mistrz koloru

Z Czapskim malarzem wiąże się anegdota. „Czemu pan maluje? – spytał go w 1958 r. André Malraux. „Z braku czegoś lepszego. To lepsze to mistyka, droga bezpośrednia, ale przekracza ona moją wolę ofiary...” – odparł zagadkowo Czapski.

Jakie było jego malarstwo? Od kapistów przejął przekonanie,

że powierzchnia obrazu jest miejscem transpozycji natury, transpozycji dokonywanej za pomocą środków plastycznych, z wyeksponowaną rolą czystego koloru na czele. W latach 30. malował w tej właśnie konwencji, z rzadka tylko przechodząc od rozjaśnionej do bardziej intensywnej palety barw.

Wciąż nieznanany?

Karpeles, skądinąd także malarz, pisze: „Bardziej podziwiano go za charakter niż za twórczość malarską. Ci, którzy kupowali jego prace, robili to głównie z przyjaźni dla tego człowieka. Jego malarstwo pozostaje praktycznie nieznanym”.

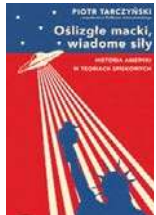
I dalej: „Obrazów Czapskiego prawie nie ma w zbiorach publicznych, większość znajduje się w prywatnych kolekcjach w różnych miejscach Europy. Wiele dziesięcioleci temu obrazy Czapskiego zostały zakupione i zarejestrowane w zbiorach w Polsce i Francji, (...) ale tylko nieliczne płótna są wystawiane publicznie”.

Eric Karpeles, „Prawie nic. Józef Czapski. Biografia malarza”, wyd. Noir sur Blanc, Warszawa 2025, cena 119 zł

Do poczytania

Piotr Tarczyński „Oślizgłe maczki, wiadome siły. Historia Ameryki w teoriach spiskowych”

Pasjonująca podróż przez historię Stanów Zjednoczonych ukazaną przez pryzmat teorii spiskowych. Amerykanista i historyk, współtwórca popularnego i nagradzanego Podkastu amerykańskiego wnikliwie analizuje bardziej i mniej popularne teorie spiskowe – od Illuminatów przez Watergate po QAnon. Wyd. Znak, Kraków 2025, 65,00 zł



Krzysztof Bochus „Hipnoza”

Zima roku 1807. Okres Pierwszego Wolnego Miasta Gdańska wyzwoleńczego pod kuratelą Napoleona. W gdańskich zaułkach giną francuscy oficerowie, mordowani w okrutny sposób przez nieuchwytnych sprawców. Wykrycie skrytobójców jest trudne, śledztwo się przeciąga. Kto stoi za tymi zbrodniami? Wyd. Skarpa Warszawska, Warszawa 2025, 54,90 zł



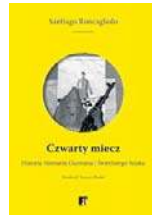
Robert Douglas-Fairhurst „Lewis Carroll w Krainie Czarów. Prawdziwa biografia Alicji”

To jedna z najlepszych książek, jakie kiedykolwiek napisano o autorze „Alicji w Krainie Czarów”. Autor opowiada o zawiłych losach Lewisa Carrolla i Alice Liddell aż do jej śmierci w 1934 roku oraz – do dziś budzącym wiele kontrowersji – związku pisarza z kilkuletnią wówczas dziewczynką. Wyd. Prószyński i S-ka, Warszawa 2025, 75,00 zł



Santiago Roncagliolo „Czwarty miecz”

Dwie ostatnie dekady XX wieku to w Peru czas dramatycznego konfliktu. Z jednej strony Świetlisty Szlak, maoistyczna organizacja, która postanowiła podpalić kraj, przeorać społeczeństwo i wprowadzić nowy ład. Z drugiej państwo, które najpierw nie umiało rozpoznać zagrożenia, a potem odpowiedziało na nie terroryzmem. Wyd. ArtRage, Warszawa 2025, 59,00 zł



Ks. Grzegorz Strzelczyk „Eklezjologia. Jak Kościół rozumie sam siebie”

Autor podejmuje teologiczną refleksję nad tożsamością i misją Kościoła. Poprzez namysł nad historią wspólnoty uczniów Chrystusa pomaga zmierzyć się z pytaniami o pochodzenie oraz kształtowanie się teologicznych przekonań, struktur i praktyk, które składają się na oblicze współczesnego Kościoła katolickiego. Wyd. WAM, Kraków 2025, 69,90 zł



Weronika Zych „Co ma pier-nik do wiat-raka i inne językowe rozkminy”

Razem z Fire-Verką ogarnij wszystkie najdziwniejsze powiedzenia i zwroty z księżycą. Odkryj tajemnice kociej mordy, niebieskich migdałów i puszczenia bąków. Autorka nie tylko opowiada, skąd się wzięły powiedzenia, którymi się dziś posługujemy, ale i zachęca do zabawy językiem. Wyd. Znak, Kraków 2025, 49,99 zł



Monika Ksieniewicz-Mil „Mira. Kobieta światowa. Opowieść o Mirze Michalowskiej”

Mira Michalowska, z domu Zandel, polska pisarka, dziennikarka, satyryczka i tłumaczka literatury amerykańskiej, m.in. Ernesta Hemingwaya, Sylwii Plath, George'a Bernarda Shawa czy Joan Didion. Na podstawie jej książki powstał kultowy dla kilku pokoleń serial „Wojna domowa”. Wyd. W.A.B., Warszawa 2025, 69,99 zł



Łukasz Malinowski „Hotel Ritz. Marzenia o prestiżu i szczęściu”

Venetia Grey jest dobrą duszą londyńskiego hotelu Ritz. Spotykała królów, aktorki, polityków i książeczki. Była obecna, gdy prowadzono biznesowe negocjacje i planowano polityczne spiski. Nikt nie wie, że skrywa tajemnicę: nieślubną córkę, będącą owocem romansu ze szlachcicem – Bertiem Townsendem. Wyd. Skarpa Warszawska, Warszawa 2025, 54,90 zł



Benjamin Wallace „Tajemniczy pan Nakamoto. Kim jest genialny twórca kryptowaluty?”

Pytanie: kim jest Satoshi Nakamoto, twórca bitcoinów, rozpała wyobraźnię. Gdyby tylko wyszedł z cienia, zyskałby sławę i bajeczny majątek – w portfelu zgromadził 1,1 miliona BTC, czyli prawie 450 miliardów złotych! Dlaczego się ukrywa? Wallace przedstawia wyniki piętnastoletniego śledztwa. Wyd. Znak, Kraków 2025, 69,99 zł



Przemysław Wysogład SJ „Odwaga zaufania ciemności”

Autor odwołując się do osobistych doświadczeń zaprasza w podróż, która pomoże mu w mierzeniu się z depresją, kryzysem i chwilami najgłębszego mroku duchowego. Przez słowa Pisma Świętego, medytację i modlitwę zachęca, by odważyć się zaufać ciemności, bo paradoksalnie to właśnie w niej czeka na nas Bóg. Wyd. WAM, Kraków 2025, 42,90 zł



Marty Makary „Gdy lekarze się mylą”

Bestseller New York Timesa. To lektura obowiązkowa dla każdego, kto pragnie zrozumieć, dlaczego medycyna czasem zawodzi i co możemy zrobić, aby to zmienić. Napisana przez lekarza rzetelną i wyważoną pozycją na temat tego, jak stare przekonania, błędy systemowe i uprzedzenia wpływają na zalecenia formułowane przez współczesną medycynę. Wyd. Buchmann, Warszawa 2025, 59,99 zł



Jakub Matecki „Obiekty głębokiego nieba”

Granice, ciała, wszechświat, relacja, przy-ciąganie, odwaga, bliskość. Powieści Jakuba Mateckiego ukazały się w przekładzie na języki: niemiecki, rosyjski, niderlandzki, fiński, słoweński i macedoński. Fragment „Historii podniebnych” znalazł się w nowym podręczniku do języka polskiego dla szkół średnich. Wyd. Sine Qua Non, Kraków 2025, 54,99 zł



Historyczne wydarzenie w Kaplicy Sykstyńskiej: modlitwa papieża i króla

oprac. Karolina Wrońska
Watykan

Król Karol III jako pierwszy brytyjski monarcha od czasów schizmy króla Anglii Henryka VIII będzie modlić się wspólnie z papieżem. Obecna będzie także królowa Kamila.

W południe w czwartek w Kaplicy Sykstyńskiej w Watykanie miało miejsce pierwsze takie wydarzenie od prawie pół tysiąca lat. Brytyjska para królewska złożyła oficjalną państwową wizytę w Watykanie w Roku Świętym.

Podczas poprzedniego jubileuszu ćwierć wieku temu królowa Elżbieta II odwiedziła papieża Jana Pawła II, ale nie doszło do wspólnej modlitwy.



Karol III i Leon XIV odbyli modlitwę ekumeniczną w intencji troski o środowisko naturalne

Obecna historyczna wizyta będzie skoncentrowana na dwóch aspektach: kwestiach ekumenizmu i ochronie środowiska naturalnego, które są bardzo bliskie papieżowi Leonowi XIV.

Pierwszym punktem wizyty było spotkanie brytyjskiej pary królewskiej z papieżem w bibliotece Pałacu Apostolskiego. Następnie Karol III udał się na rozmowę z watykańskim sekretarzem stanu kardynałem Pietro Parolinem, a królowa Kamila zwiedzała Kaplicę Paulińską.

Modlitwę po łacinie i po angielsku w Kaplicy Sykstyńskiej poprowadzili wspólnie papież Leon XIV oraz angikański arcybiskup Yorku Stephen Cottrell.

PAP

Czy nowe sankcje na Rosję zmuszą Putina do rozmów?

Kazimierz Sikorski
Waszyngton/Bruksela

Prezydent Donald Trump nałożył na Rosję nowe sankcje. Swoją pakiet przygotowała też Unia Europejska.

Prezydent Donald Trump nałożył na Rosję nowe sankcje po odwołaniu spotkania z Władimirem Putinem, co jest sygnałem, że traci cierpliwość do trwającego konfliktu.

Cała są skierowane przeciwko dwóm największym rosyjskim firmom naftowym, które Białe Dom określił jako głównych sponsorów „machiny wojennej Kremla”. Sankcje dotyczą rosyjskich spółek akcyjnych Rosneft Oil Company (Rosneft) i Lukoil OAO (Lukoil) oraz ich spółek zależnych.

– To jest skierowane przeciwko dwóm dużym koncernom naftowym i mamy nadzieję, że nie potrwa to długo. Mamy nadzieję, że wojna zostanie rozwiązana – powiedział Trump.

Ogłaszając nowe środki, Trump powołał się na „brak poważnego zaangażowania Pu-



Wszystko wskazuje na to, że Donald Trump nieco stracił cierpliwość do Władimira Putina. – Mamy nadzieję, że wojna zostanie rozwiązana – powiedział

tina w proces pokojowy mający zakończyć wojnę na Ukrainie”.

Sankcje ograniczą rosyjskim firmom dostęp do amerykańskich banków i instytucji finansowych, co uniemożliwi im dostęp do dolarów amerykańskich i korzystanie z nich.

Trump podejmuje działania przeciwko Rosji, aby zmusić ją do negocjacji. – Mam nadzieję, że Putin stanie się rozsądny i mam nadzieję, że Zełenski również będzie rozsądny – powiedział.

Trump mówił, że jest sfrustrowany brakiem postępów

w komunikacji z Putinem. – Za każdym razem, gdy rozmawiam z Władimirem, prowadzę dobre rozmowy. A potem nic z nich nie wynika – dodał.

Prezydent USA mówił, że jest optymistycznie nastawiony do możliwości zakoń-

Donald Trump: Za każdym razem, gdy rozmawiam z Władimirem, prowadzę dobre rozmowy. A potem nic z nich nie wynika.

czenia wojny na Ukrainie, ale na razie spotkania z Putinem zostaną przełożone.

Unia ogłasza swoje sankcje

W ostatecznym przyjętym w czwartek 19. pakiecie sankcyjnym wobec Rosji za jej inwazję na Ukrainę, UE rozszerzyła restrykcje na usługi. Wprowadzony zostanie zakaz świadczenia usług kryptowalutowych wobec wszystkich Rosjan. Sankcjami objętych zostanie pięć rosyjskich banków. Nie będzie można świadczyć usług turystycznych w Rosji.

Pakiet ustanawia zakaz importu rosyjskiego gazu skroplonego do UE od 2027 r. UE uderzy też w 17 firm z krajów trzecich, w tym 12 operujących w Chinach lub Hongkongu, trzy w Indiach, dwie w Tajlandii. Wiele z nich jest zaangażowanych w rozwój dronów. Poza tym nowe sankcje są wymierzone w tzw. rosyjską flotę cieni, porty państw trzecich, ruch lotniczy i łańcuchy dostaw.

PAP

REKLAMA

0111394219

KUJAWSKO-POMORSKI
TEATR MUZYCZNY
W TORUNIU

ŚWIĘTUJEMY 100 SPEKTAKLI

FRIENDS

THE UNAUTHORIZED MUSICAL PARODY

7-9 LISTOPADA 2025
KUJAWSKO-POMORSKI TEATR
MUZYCZNY W TORUNIU

WWW.TEATRMUZYCZNY.TORUN.PL

Toruń, ul. Żeglarska 8

56 678 75 18

bilety@teatrmuzyczny.torun.pl

/teatrmuzycznytorun

DROBNE

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

WWW.SKUP-MIESZKAN-TORUN.PL

Kupię mieszkanie, dom - 507123999

Praca

ZATRUDNIĘ

ZATRUDNIMY drogowców oraz budowlanców do pracy w Niemczech. Tel. 506 820 639, 691 170 156, 00 49 171 687 66 95

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

GŁADŹ, malowanie, płytki 515746722

MALOWANIE mieszkań. 509-559-008

MALOWANIE, remonty. 502141457

ZDUN 508-918-006

KOMPUTEROWE

514-042-236. Informatyk z dojazdem.

PORZĄDKOWE

DYWANY, tapicerki, okna.

Czyszczenie "Kärcher" 697-628-925

INNE

ZŁOTA RĄCZKA Toruń - DOM, OGRÓD, REMONTY 785 285 519 - PanUsterka.pl

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy koło Wadowic - tradycyjne turnusy Świąteczne, tel.: 501-642-492.

Matrymonialne

OGŁOSZENIE matrymonialne, poznam Panią do 46 lat. Tel. 508-303-756

Różne

GOTÓWKA za KSIĄŻKI,881-934-948

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

KUPIĘ ciągniki, przyczepy, maszyny rolne. Tel. 535135507.

ZWIERZĘTA HODOWLANE

KURKI nioski dowóz 600500710

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne

w Twojej gazecie przez Internetowe Biuro Ogłoszeń.

Bez wychodzenia z domu.

ibo.polskapress.pl

AUTOREKLAMA

aktualne z całej Polski PRZETARGI

nasze komunikaty.pl

REKLAMA

0011414371

ANTCZAK

ZAKŁAD OPTYCZNY

87-100 Toruń , ul. Kr. Jadwigi 20

tel. 56 622 12 43

zaklad@antczak-okulary.pl

www.antczak-okulary.pl

www.facebook.com/ZakladOptycznyAntczak

TO JEST WYRÓB MEDYCZNY.
UŻYWAJ GO ZGODNIE Z INSTRUKCJĄ LUB ETYKIETĄ

0011420240

Z ogromnym żalem i smutkiem żegnamy

śp. dra

Tadeusza Chojnackiego

Naszego Mentora i Przyjaciela

Żonie i Najbliższym

składamy serdeczne wyrazy współczucia

Koleżanki i Koledzy z Oddziału Położnictwa i Ginekologii WSZZ w Toruniu

REKLAMA

0011418289

Urząd Marszałkowski Województwa Kujawsko-Pomorskiego

przypomina o możliwości składania do 30 listopada 2025 r. wniosków o dofinansowanie robót budowlanych dotyczących obiektów służących rehabilitacji w związku z potrzebami osób niepełnosprawnych, z wyjątkiem rozbiórki tych obiektów, ze środków PFRON.

Zasady ubiegania się o dofinansowanie określa rozporządzenie Ministra Polityki Społecznej z dnia 6 sierpnia 2004 r. w sprawie określenia zadań samorządu województwa, które mogą być dofinansowane ze środków PFRON (Dz. U. z 2015 r. poz. 937).

Szczegółowe informacje oraz aktualny druk wniosku można uzyskać na stronie internetowej: <http://niepełnosprawni.kujawsko-pomorskie.pl/>, zakładka „Roboty budowlane” oraz <https://bip.kujawsko-pomorskie.pl/>, zakładka (Nie)pełnosprawni.

REKLAMA

0011420341

Sanatorium CHEMIK

zaprasza do złożenia ofert

NA WYKONANIE ROBÓT związanych z remontem pokoi sanatoryjnych wraz z łazienkami

Materiały do pobrania w sekretariacie tel. 54 283 55 16 w godz. 7-15 Ciechocinek, ul. Widok 13 chemik@sanatoriumchemik.pl

Termin składania ofert do dnia 10.11.2025 r. do godz. 12.00.

0011419315

„Rozłąka jest naszym losem, Spotkanie naszą nadzieją”

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że dnia 19 października 2025 roku odszedł do Pana kochany Tata, Dziadek, Brat, Wujek i Przyjaciół

śp.

Bronisław Lewandowski

Wieloletni Redaktor Dziennika Toruńskiego „Nowości” lat 81

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się w piątek, 31 października 2025 roku o godz. 13.30 modlitwą różańcową, która zostanie odmówiona w kościele pw. Św. Piotra i Pawła. O godz. 14.00 w kościele zostanie odprawiona Msza Święta żałobna. Po Mszy Świętej ceremonia pogrzebowa odbędzie się na nowym Cmentarzu Parafialnym przy ul. Poznańskiej.

Pogrążona w smutku RODZINA

REKLAMA

0011264133

sotor

FIRMA POGRZEBOWA

TELEFONY: 56 655 33 50 | +48 509 799 013

Kompleksowe usługi pogrzebowe

Międzynarodowy transport zmarłych

Rozliczenie ratalne

Usługi cmentarne

www.sotor.pl | Toruń, Sowińskiego 5

REKLAMA

0011407835

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

Masaż na telefon?

Wiele osób traktuje umówienie się na masaż, jak „wydanie”, w ramach którego można wyjść z domu i zapomnieć o codziennych kłopotach. Ale nie wszyscy certyfikowani masażyści przyjmują zawsze we własnych salonach. Z myślą o pacjentach, którzy nie mają czasu lub ochoty na dojazdy do stacjonarnego gabinetu, coraz popularniejsze staje się oferowanie masażu „na telefon”. To rozwiązanie dla tych, którzy czują się bardziej komfortowo we własnym domu lub mają wolny czas tylko poza godzinami funkcjonowania większości salonów w najbliższej okolicy. W takich przypadkach warto poszukać „mobilnego masażyisty”, który przyjedzie z rozkładanym łóżkiem do naszego mieszkania.

FOT.: GETTY IMAGES



Odpowiednio dobrany masaż pozwoli złagodzić bóle lędźwi, barków, szyi, a nawet ograniczyć migreny

Dla zdrowia i relaksu

►► Masaż jest nie tylko dla tych, którzy pragną poczuć się rozpieszczani

Tomasz Skory

Masaż pomaga na wiele dolegliwości, ale nie na wszystkie. Doświadczonemu masażyście wystarczy jedno spotkanie, a nawet krótka rozmowa, by był w stanie powiedzieć, że jego rola się skończyła i trzeba udać się do rehabilitanta bądź do ortopedy.

Klasyczny, tajski, lomi-lomi, świecą, gorącymi kamieniami... Rodzajów masażu jest bardzo wiele i właściwie dla każdego z nas da się dobrać taki, który przyniesie nie tylko odprężenie, ale pozwoli załagodzić też pewne proble-

my czy dolegliwości bólowe. Oczywiście najpopularniejszym rodzajem masażu jest ten klasyczny, relaksacyjny, którego zadaniem jest rozładowanie napięć, ale odpowiednio dobrany dotyk pozwala na wiele więcej!

Masaż jest wykorzystywany m.in. w terapii dla osób, które posiadają blizny, np. po cesarskim cięciu. Oczywiście taka blizna całkiem nie zniknie dzięki dotykowi - masaż to nie to samo co medycyna estetyczna. Ale dzięki niemu możemy ją zmiękczyć i spowodować, że przestanie nas boleć. Odpowiednie techniki ugniatania pozwalają poprawić krążenie w zabliźnionej skórze, co pozwala to pozbyć

się dolegliwości bólowych, ale przy okazji blizna staje się bardziej elastyczna, miękka, mniej wyczuwalna i jaśniejsza.

Nawet masaż relaksacyjny, jeśli poddajemy się mu regularnie, pomoże nam się pozbyć pewnych napięć, a w rezultacie i bólu napięciowego. Odpowiednio dobrany masaż pozwoli złagodzić bóle lędźwi, barków, szyi, a nawet ograniczyć migreny, czyli standardowe dolegliwości, które wiążą się ze współczesnym, siedzącym trybem życia. Godziny przed komputerem czy w samochodzie nie wpływają dobrze na stan naszych pleców, ale większość z nas nic z tym nie robi, dopóki nie zacznie boleć. A gdy już boli, często

szukamy pomocy w lekach przeciwbólowych, ale to nie jest najlepsze rozwiązanie. W takich sytuacjach należy się udać do lekarza, który postawi diagnozę i skieruje na rehabilitację... lub właśnie masaż.

Każdy przypadek jest oczywiście inny, dlatego przy pierwszym kontakcie z pacjentem potrzebny jest najpierw wywiad - zarówno u lekarza, jak i u masażyisty. Doświadczonemu masażyście wystarczy jedno spotkanie, a nawet krótka rozmowa, by był w stanie powiedzieć, że jego rola się skończyła i trzeba odesłać pacjenta do rehabilitanta bądź do ortopedy. Uczciwy masażyista nie będzie też przedłużał na siłę terapii, która prawdopo-

dobnie oczekiwanego skutku i tak nie przyniesie.

Ale jak odróżnić doświadczonego masażyistę od kogoś kto po prostu zrobił weekendowy kurs?

Niestety, masażyista nie jest uregulowanym zawodem. Są szkoły, które dają dyplom z Ministerstwa Edukacji, ale jest też mnóstwo kursów dostępnych na rynku, które nie dają żadnych „oficjalnych” kwalifikacji i nie zawierają podstaw anatomii. A bez niej przystępowanie do masażu „leczniczego” jest po prostu ryzykowne. Zawsze natomiast można poprosić masażyistę by przedstawił dyplom, a umawiając się przez telefon, by podał jego numer.

REKLAMA 0011407839

PRYWATNA SPECJALISTYCZNA
PRAKTYKA LEKARSKA

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

AUTOREKLAMA

 **strefa
EDUKACJI**

**Edukacja
w najwyższym stopniu**
stronaedukacji.pl

AUTOPROMOCJA 009500638

Strefa Biznesu

**NAJWIĘKSZY
REGIONALIZOWANY
SERWIS GOSPODARCZY
W POLSCE**

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



www.strefabiznesu.pl

AUTOREKLAMA

**strona
zdrowia**

Czytaj dla zdrowia

stronazdrowia.pl

REKLAMA 0011396030

Firma SPRZEDA

lokal użytkowy w Bydgoszczy
(udział w nieruchomości).

znajdujący się na szóstym piętrze budynku usługowo-biurowego (budynek Sanitasu).
Biurowiec położony tuż przy dworcu PKP.
Tel. 510 026 836

REKLAMA 0011391528

REZONANS MAGNETYCZNY
7 DNI W TYGODNIU
ODPŁATNIE I W RAMACH UMOWY Z NFZ

„TOMOGRAF”
ul. Kościuszki 71, Toruń

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

rejestracja@tomograf.torun.pl www.tomograf.torun.pl

REKLAMA 0011416557

 **SKLEPY
MEDYCZNE**

Inowrocław
UL. ANDRZEJA 15 - TEL. 52 353-22-15
UL. POZNAŃSKA 97 (SZPITAL) - TEL. 52 354-53-94

Bydgoszcz
UL. KONOPNA 22 - TEL. 52 345-43-97

Toruń
UL. FAŁATA 92 - TEL. 56 661-69-16
UL. ANDERSA 72 - TEL. 56 475-60-55

Zapraszamy

SCE „Flandria” Spółdzielnia Europejska z o.o. WWW.SKLEP.FLANDRIA.PL

REALIZUJEMY
WNIOSKI
NFZ



doświadczona doradczyni		drugi pokos trawy		Józef, aktor polski	piwne lub czarne		do „... do dości”		hurtowy lub detaliczny		metałowa listwa		sportowy lub harcerski		walczył pod Cedynią		pracz wśród ssaków		niszczy metal kres biegu		kraj z Limą		załenie się		
kanadyjski poeta i pieśniarz		marszałkowska			cienki przewód		pieśń na dwa serca						góry z Narodną		futr z tryków		rasa psa pokojowego								
film Wajdy															10										
ładowy znak nawigacyjny					część uprząży						krzew parkowy, żywotnik				polski taniec ludowy				Pięć ksiąg Mojżesza						
ptak leśny, bargiel									żałobna tkanina		rzadko się myje				boleń, ryba zamyślenie										
		17			grecki szczyt rozwoju						podstawa kolumny				komedia Gabrieli Zapolskiej		ukryty w Srebrnym Jeziorze								
drewniane budynki		Santor lub Eris		komediant, kabotyn		związki chemiczne		gra dla sztygara		tekst dla aktora				twardy w komputerze				6		dzieło kartografa					
oferma						rudel wiaderko z klepek				5		rzecz nietykalna				16		czarny koń				szata liturgiczna		21	
Wokulski z serialu „Lalka”		miasto na Uralu		3				lew górski						egzotyczna przyprawa						Mankiewiczówna operowy książ					
										8		puszysty ogon						tomik wierszy				19			
kiwi z Nowej Zelandii																rzesza ludzi, tłum		drzewce na maszcie				kwiecista oracja		dawne narzędzie tortur	
lina poręczowa na statku		dawna złota moneta		Jerzy, aktor z filmu „Stara baśń”				roślinny motyw dekoracyjny																	
nowicjuszka w zawodzie		chorobliwe zwidy		francuski burmistrz		wybra-kowany towar												gaz do jarz-niówek		27		efekt pracy, dzieło		założył wawel-ski gród	
ciało nie-bieskie																						15			
kapela ludowa z Bali						2												jelen po zrzu-ceniu wienca		do kupienia w salo-niku		przyja-ciółka Gucia		polski port rybacki	
koń maści białej w płamy		autor „Tajem-nic Paryża”		potocznie: kłopot, ambaras				błąd w tenisie				nie-wielki kram		poprze-dnik oboju		podrywa do tańca		woj-skowa czujka		zbrojny bunt szlachty		23		ogro-dzenie z gałęzi	
												rycerz z Bog-dańca								dawna wystawa					
pomoc-nik nau-kowca		24		człowiek dobrze zbudowa-ny i silny		cieplica		13						konku-rent „Ariela”		uko-chana Hamleta		cztery i pięć piąty		7				instru-ment stru-nowy	
												głośnie bicie serca								dawna stolica państwa Khmerów				skwarki do pierogów	
zwolennik władzy duchow-nych		stawka w grze hazardowej		boczna część koś-cioła		1		jednostka masy nieudane kopnięcie piłki		20				na-dzienie lx dla fizyka						4		szkolna klasa		miasto Świę-tego Pawła	
plus-kiewka drewnia-ny strop												owady w szafie				kruszona przez lodolamacze				atribut furmana					
								polska kawa zbożowa						tłusty solony śledz		12				hazar-dowa gra w karty					
małe pod-nośniki gatunek małpy				11								na grzbie-cie muła				brazy-lijski złoty						odmiana w hodowli			
								wydrzyk wielki						skandy-nawski mit				bęben woj-skowy							

AUTOPROMOCJA

0210990326

NOWOŚCI

DZIENNIK TORUŃSKI

w prenumeracie z Tele Magazynem

56 451 91 04

TELEMAGAZYN

STRZELCE WAWNICKI
PLUS
VOD

WIELKA TWARDZ
SZYMA
ZŁOTY

SŁOWNIK ANGORSK AKSAK ETAL A7 FAIRBEP GAMEIAN GOMOI A MYANMAR BUKKE SZAJ AMATA

Litery z pól ponumerowanych od 1 27 34 utworzą rozwiązanie – myśl Wojciecha Bartoszewskiego.

ROZWIĄZANIE: ZA RZEKĄ SŁÓW LEŻY BAJORO CZYNOW.

ŻUŻEL TYLE PRES TORUŃ WYDAŁ NA MISTRZOSTWO PGE EKSTRALIGI. TO NAJBOGATSZY KLUB W REGIONIE

Trzydzieści milionów za złoto

Joachim Przybył
joachim.przybyl@polskaiexpress.pl

Mistrzostwo kosztuje fortunę. Pres Toruń w 2025 roku zaplanował budżet na poziomie 28 mln złotych. Kolejny będzie jeszcze większy.

- To klubowy rekord, ale ten sezon jest wyjątkowy pod względem wielu aspektów. Podkreślam, że wpływy mieliśmy też większe, niż planowaliśmy, co wiąże się choćby z atmosferą i frekwencją na trybunach - przyznał ostatnio Adam Krużyński z rady nadzorczej KS Toruń w rozmowie z portalem Sportowe Fakty.

Przychody? Największa pozycja to wpływy ze Speedway Ekstraligi, wynikające z umów z telewizją i sponsorem tytularnym rozgrywek, to około 7,5 miliona złotych rocznie. Kolejna duża kwota to przychody z biletów, w tym sezonie tylko dwa mecze play off przyniosły ponad 2 mln złotych zysków, a w całym sezonie przychód ze sprzedaży biletów, kartonów i programów meczowych mo-

żemy oszacować przynajmniej na 6-7 mln zł. Reszta budżetu to umowy sponsorskie oraz dotacje - ta miejska wyniosła w 2025 roku 1,65 mln zł.

Przemysław Terminiński przyznał ostatnio, że mimo sportowego sukcesu nie udało się w pełni zbilansować wpływów z przychodami w żużlowej spółce. Właściciel klubu musiał z własnej kieszeni dołożyć pół miliona złotych do interesu, co jest i tak dobrym wynikiem, bo w poprzednich sezonach musiał głębiej sięgnąć do kieszeni. Deficyt wynikał z premii, które mieli w kontraktach żużlowcy za zdobycie mistrzostwa Polski. Niestety, podobnych bonusów nie zawierała większość umów ze sponsorami, co zapewne zmieni się w najbliższych latach.

- Staramy się unikać sytuacji, w których musielibyśmy przebić się pod kątem wynagrodzenia. Premie związane z wynikiem drużyny są zapisane w kontraktach. Większość naszych zawodników miała zawarte bonusy dot. indywidualnej postawy i drużynowej.



Przemysław i Ilona Terminińscy prowadzą toruński klub od 2015 roku. Przeżyli spadek do I ligi, teraz cieszą się z mistrzostwa swojej drużyny

Na kolejne lata naturalnie będą zmiany w kontraktach i wynikają z tego, co dzieje się na rynku. Musimy dopasować nasze stawki do stawek rynkowych - wyjaśnia Krużyński w rozmowie ze Sportowymi Faktami.

W Toruniu liczą, że w przyszłym roku uniknie się problemu deficytu, a być może uda się wypracować zysk, którym może pochwalić się co roku choćby Sparta Wrocław. I to mimo faktu, że budżet znowu wzrośnie. Pres Toruń dołączy

tyl samym do Motoru Lublin i wrocławian, do tej pory tylko te dwa kluby miały ponad 30-milionowe budżety.

Wzrost wynika głównie z podpisania nowych kontraktów z największymi gwiazdami „Aniołów” do 2027 roku. Ale

także po stronie wpływów są dobre wiadomości. Większą wartość ma mieć umowa ze sponsorem tytularnym Pres Grupą Developerską. Przede wszystkim jednak na Motoarenę wraca w przyszłym sezonie finałowy turniej Grand Prix, którego toruński klub będzie już jedynym organizatorem. To nawet 2 mln dodatkowego zysku w porównaniu do deficytowego Speedway of Nations w 2025 roku.

Dodatkowe pieniądze mogą popłynąć do Torunia z programu PRO Junior, który startuje w 2026 roku. Kwota 4,5 miliona złotych zostanie podzielona na kluby, które będą mogły pochwalić się największą ilością punktów wychowanków. Pres liczy tu na postępy pary Antoni Kawczyński - Miłkołaj Duchński.

Poprzedni tytuł mistrza Polski „Anioły” zdobyły w 2008 roku. Wtedy klub pod szyldem Uninbaxu Romana Karkosika wydał na złoto nieco ponad 6 mln zł. To pokazuje skalę przemian finansowych w żużlu w ostatniej dekadzie. ©©

W Świeciu derby Wda - Zawisza. Elana o podtrzymanie świetnej passy, trudne wyjazdy Olimpij i Tłuchowii

Marcin Kozłowski
marcin.kozlowski@polskaiexpress.pl

PIŁKA NOŻNA. Do zakończenia jesieni w Betclie 2. i 3. Lidze pozostało sześć kolejek. Kibiców futbolu w regionie czeka kolejny emocjonujący weekend.

W sobotę (godz. 15) w kolejnych derbach województwa kujawsko-pomorskiego w Betclie 3. Lidze Wda Świecie gościć będzie Zawiszę Bydgoszcz. Gospodarze zanotowali w obecnych rozgrywkach kilka bolesnych porażek, ale teraz spisują się dobrze. W czterech ostatnich kolejkach zdobyli aż 9 punktów i odnieśli m.in. dwa cenne zwycięstwa po 2:1 nad wyżej notowanymi rywalami - w Stargardzie z Błękitnymi i przed tygodniem u siebie z Flotą. Świecianie mają na koncie 17 pkt. zajmując 9. lokatę. Zawisza po znakomitym początku zwolniła. W czterech ostatnich kolejkach bydgoszczanie zdobyli tylko 4 pkt. i pierwszy raz w sezonie nie wygrali w dwóch kolejnych meczach (0:1 z Flotą i 1:1 z Elaną Toruń). Niebiesko-czarni, którzy przewodzili stawce spadli na trzecie miejsce z dorobkiem 27 pkt. Drużyna trenera Ad-



Po derbowej bitwie Zawisza będzie szukać punktów w Świeciu, zaś Elana u siebie w meczu z Pogonią II

riana Stawskiego traci „oczko” do drugiego Lecha II Poznań i trzy do lidera ze Środy Wielkopolskiej.

Elana nie przegrała od 22 sierpnia i notuje znakomitą serię - sześć zwycięstw i trzy remisy. Ostatnio jako pierwsza drużyna zabrała punkty Zawiszy na jego stadionie. W sobotę (godz. 14) torunianie podejmować będą Pogonię II Szczecin. Kibice żółto-niebieskich liczą na kolejną wygraną, która umocni ich zespół w czołówce.

Gospodarze po słabym początku zgromadzili 24 pkt. i są na 7. lokacie. Rezerwy ekstrakurki w obecnym sezonie spisują się przeciętnie i mają na koncie zaledwie 10 pkt. są w strefie spadkowej (16. miejsce).

Ciężki wyjazd czeka Tłuchowię. Beniaminek z Kujaw zagra we Wronkach z rezerwami Lecha, które we wtorek w zaległym meczu pokonały 2:0 w Niechorzu Wybrzeże Rewalskie Rewal i po

piątym zwycięstwie z rzędu zostały wiceliderem tabeli. Niedzielnymi (godz. 12) rywali w tabeli dzieli aż 13 lokat i 17 pkt.

W 14. kolejce Betclie 2. Ligi Olimpia Grudziądz zagra (sobota, godz. 14.30) na wyjeździe z Rekordem Bielsko-Biała. W daleką podróż białozieloni pojadą z jasnym celem - obronić pozycję lidera. Na razie mają 2 punkty przewagi nad Unią Skierniewice, rewelacyjnym beniaminkiem oraz spadkowiczem Wartą Poznań. Zespół trenera Artura Kosznickiego przed tygodniem świetnie zareagował na porażkę 2:3 w Poznaniu (pierwszą od ośmiu spotkań i od 10 sierpnia) i pokonał 2:1 Chojniczankę Chojnice. Rekord w ostatniej kolejce wygrał 3:0 na wyjeździe z ŁKS II Łódź i z dorobkiem 18 pkt. jest na 9. miejscu w tabeli.

13. kolejka 4 Ligi Kujawsko-Pomorskiej: sobota - Cuiavia Inowrocław - Noteć Łabiszyn (godz. 11.30), GLKS Dobrzyń - Mustang Ostaszewo (12), Unia Gnieńkowo - Victoria Czernikowo (13), Sparta Brodnica - Orleń Aleksandrów Kujawski (13), Piast Kołodziejewo - Start Pruszcz (14), Unia Solec Kujawski - Chemik Bydgoszcz (14), Unia Wąbrzeźno - Lech Rypin (14), Pogoni Mogiła - Kujawiak Kowal (15), Wisła Dobrzyń nad Wisłą - Łokietek Brześć Kujawski (15).

Nowa gwiazda GKM z największym postępem

Joachim Przybył
joachim.przybyl@polskaiexpress.pl

ŻUŻEL Maksym Drabik wkrótce zostanie zaprezentowany jako nowy zawodnik Bayer-system GKM Grudziądz. W ostatnim sezonie był żużlowcem z największym postępem w ekstrakurki.

To może być jeden z ważniejszych transferów w PGE Ekstralidze przed kolejnym sezonem: w Grudziądzu miejsce bardzo nierównego Jaimona Lidseya zajmie Maksym Drabik. Wychowanek Włóknarza Częstochowa ma za sobą życiowy sezon. Zaczynał jako rezerwowi zawodnik w ROW Rybnik, a finiszował ze średnią 2.16 tuż za czołową dziesiątką indywidualnego rankingu, w klasyfikacji Polaków był piątą, wyprzedzili go jedynie Bartosz Zmarzlik, Patryk Dudek, Artiom Łaguta, Piotr Pawlicki i Wiktor Przyjemski.

PGE Ekstraliga właśnie opublikowała ranking żużlowców, którzy mogą się pochwalić największym postępem w ostatnim sezonie. Maksym Drabik otwiera to zestawienie: w porównaniu do sezonu 2024 awansował aż o 23 miejsca. To

nie koniec sukcesów Bayer-system GKM w tym rankingu. Piąte miejsce zajął junior Kevin Małkiewicz, któremu średnia 1.54 zapewniła awans o czternaście pozycji.

Aż trzech żużlowców w dziesiątkę ma także Pres Toruń. Żadną niespodzianką jest trzecie miejsce Mikkeła Michelsena, który sezon zakończył ze średnią 2.15. W poprzednim sezonie było to tylko 1,65 i awans o 21 pozycji. Siódmy jest Patryk Dudek, któremu średnia 2,36 zapewniła skok o dwanaście miejsc, a dziesiąty Antoni Kawczyński - 1,03 i osiem pozycji w górę.

Bayersystem GKM ma już gotowy skład na sezon 2026, choć oficjalnie jeszcze go nie ogłosił. Oprócz Drabika nową twarzą będzie 19-letni Bastian Pedersen, wypożyczony z Pres Toruń na pozycję U24. W drużynie zostają Michael Jepsen Jensen, Max Fricke i Wadim Tarasienko, a parę juniorów Małkiewicz ma tworzyć z Janem Przanowskim.

TOP 10 awans: 1. Maksym Drabik +23, 2. Piotr Pawlicki +22, 3. Mikkel Michelsen +21, 4. Jakub Krawczyk +17, 5. Przemysław Pawlicki +15, 6. Kevin Małkiewicz +14, 7. Patryk Dudek +12, 8. Marcel Kowolik +9, 9. Antoni Kawczyński +8, 10. Jack Holder +6. ©©

Anioły i BKS punktuja na wyjazdach. Czas na derbowe emocje

Magdalena Zimna
magdalena.zimna@polskapress.pl

SIATKÓWKA. Po trzy punkty z wyjazdowych meczów przywieźli siatkarze z Torunia i Bydgoszczy.

Po trudnym początku rozgrywek (dwie przegrane na własnym parkiecie), toruńska ekipa wyraźnie się rozkręciła i zaczęła kompletować trzypunktowe zwycięstwa - w Tomaszowie, w Grodzisku Mazowieckim i u siebie z BBTS Bielsko-Biała. Czwarte z rzędu Anioły zaliczył w Jaworznie, w zaległym meczu 3. rundy PLS 1. Ligi.

Torunianie szybko narzucili rywalom swój rytm gry i zbudowali przewagę. W pierwszej partii killpunktową, w drugiej już zdecydowaną. Mieli szansę zakończyć spotkanie w trzech setach, ale ta część meczu była wyjątkowo zacięta. Skończyła się zresztą grą na przewagi, w a niej minimalnie lepsi byli gospodarze. W czwartej partii, po dość wyrównanym początku, torunianie znów odskoczyli na 15:10. Gospodarze raz jeszcze rzucili się w pogoń i zbliżyli na punkt, ale nie utrzymali skuteczności. Końcówka należała do Aniołów (24:19), a trzecią piłkę meczową skutecznym atakiem wykorzystał Maciej Krysiak (MVP).

MCKIS JAWORZNO - ANIOŁY TORUŃ 1:3

Sety: 23:25, 13:25, 31:29, 21:25

MCKIS: Szczechowicz 2, Mielczarek 5, Pietras 9, Strzeżek 14, Stolic 18, Cichosz-Dzyga 7, Dereń (libero), Żeliński, Bororczyk 1, Czerny 4

Anioły: Jankowski 8, Podleśny 3, Kalinowski 14, Urbaniczek 12, Skadorwa 16, Krysiak 23, Podboraczyski (libero), Stemik (libero), Andruszkiewicz



Czwarte zwycięstwo z rzędu zantowali siatkarze CUK Aniołów. W czwartek w Toruniu derby z BKS Bydgoszcz

Awansen z 8. rundy, z ostatnią drużyną tabeli PLS 1. Ligi mierzyli się w śróde bydgoscy siatkarze. Wygrali szybko i pewnie.

Już w pierwszym secie bydgoscy zawodnicy dość szybko zaczęli odskakiwać od przeciwników, wykorzystując m.in. błędy miejscowych. Z killpunktową przewagą dograli do końca tej partii. W drugiej części rozkręcali się nieco dłużej, ale ponownie, niemal w każdym elemencie byli lepsi od młodej ekipy SMS. Gospodarze zerwali się jeszcze do walki o trzeciej partii i długo dotrzymywali bydgoszczanom kroku, ale nie mieli wystarczająco dużo argumentów, by odwrócić losy tego meczu.

MVP spotkania wybrany został Łukasz Szarek.

SMS PZPSS PAŁA - BKS BYDGOSZCZ 0:3

Sety: 19:25, 17:25, 19:25

SMS: Skóra 5, Drag 1, Trawka 7, Lenik 4, Potempa 10, Głowa 6, Schadach (libero), Leppert 2, Guzy, Hoffman

BKS: Lisicki 10, Ramotowski 7, Bień 7, Mendel 6, Siwicki 6, Szarek 15, Dzierżyński (libero), Sobociński (libero), Kraut 6

Za niespełna tydzień CUK Anioły Toruń i BKS Bydgoszcz razem staną pod siatką. Pierwsze w tym sezonie derby w PLS 1. Lidze zaplanowane są na czwartek (30 października), o godz. 20.30 w Kujawsko-Pomorskiej Arenie Toruń.

A już w tę sobotę (25.10) kobiece derby w Tauron Lidze. Metalkas Pałac Bydgoszcz podejmie Sokoła i Hagric Mogilno. Mecz w hali Łuczniczka rozpocznie się o godz. 12.30, transmisja w Polsat Sport 1.

HOKEJ

Podwójne emocje na Tor-Torze

Dwa trudne i ważne mecze przed toruńskimi hokeistami. Po porażkach z niżej notowanymi rywalami z Bytomią i Tychów teraz KH Energa powalczy o zwycięstwa z mocniejszymi: w piątek o godz. 18.30 podejmie GKS Katowice (w 1. rundzie porażka 3:4), w niedzielę o godz. 17.00 JKH GKS Jastrzębie (zwycięstwo 5:2). Te trzy drużyny w tabeli dzieli zaledwie punkt. Dwa zwycięstwa mogą już zapewnić awans torunian do turnieju finałowego Pucharu Polski.



FOT. AGNIESZKA BIELECKA

BOKS

Drugie miejsce Rygielskiej Organizacja World Boxing pierwszy raz w historii opublikowała ranking kobiet. Na 2. pozycji w kat. 60 kg znalazła się Aneta Rygielska z Pomorzania Toruń, ze stratą 700 pkt do liderki Rebeki Limy Santos. **(szcz)**

KRÓTKO



FOT. NADIESZANE

SPORTY WALKI

Daria Brzozowska mistrzynią w grapplingu. Brąz dla Torunia

Zawody odbyły się w Nowym Sadzie w Serbii. Daria Brzozowska w finale rywalizacji w kat. 58 kg rywalizowała z Ellen Oberbach (Niemcy). Ze swoją rywalką wcześniej spotykała się już dwukrotnie - w czerwcu podczas European Open w Warszawie - i dwa razy była górą. Mimo takiego bilansu bydgoska zawodniczka ostrożnie podchodziła do tej rywalizacji. W finale poszło jej jednak bardzo dobrze.

W pierwszej minucie spróbowała dźwigni kolanowej na rywalce, ale ta się obroniła, oddając tylko punkt. Potem Polka wykonała obalenie obunóż i kontrolowała Oberbach na macie przez ponad trzy sekundy, zdobywając dwa punkty. Obie pozostały w tej pozycji, a polska zawodniczka została uznana za pasywną. To jednak wszystko, co udało się Oberbach, a Brzozowska wygrała finał 3-1. - Na dziesięć sekund przed końcem walki pomyślałam: „udało mi się” - skomentowała zawodniczka. To był debiut Brzozowskiej w grapplingu poza granicami. Obecnie trenuje w klubie ASW Panther w Bydgoszczy. Brązowy medal w Nowym Sadzie zdobyła Sylwia Wankiewicz w kategorii do 64 kg. Zawodniczka Toruńskiej Akademii Sportów Walki w w drodze na podium pokonała zawodniczkę z Rosji, Kazachstanu i Ukrainy. **(m)**

LOTTO

ŚRODA, 22.10

Multi Multi, godz. 22.00

5, 8, 9, 11, 13, 23, 26, 28, 37, 43, 44, 47, 48, 58, [64], 65, 68, 69, 70, 72

Kaskada, godz. 22.00

1, 4, 6, 8, 9, 10, 12, 15, 16, 17, 19, 22

Mini Lotto 8, 22, 29, 30, 33

Ekstra Pensja 6, 14, 17, 28, 32 - 1

Ekstra Premia 1, 8, 10, 11, 18 - 2

CZWARTEK, 23.10

Multi Multi, godz. 14.00

1, 2, 6, 11, 15, 19, 24, 36, 41, 42, 47, 49, [51], 53, 57, 64, 65, 66, 70, 71

Kaskada, godz. 14.00

1, 3, 5, 7, 12, 13, 14, 15, 17, 19, 20, 22

Porażka po meczu pełnym sędziowskich skandali



FOT. OLIVIA NOWAK

Elvar Fridriksson i Mate Vucić należeli do najlepszych graczy Anwila w meczu z PAOK, ale to rywale z Salonik ostatecznie cieszyli się z wygranej

Joachim Przybył

joachim.przybyl@polskapress.pl

KOSZYKÓWKA. Kolejna porażka Anwila Włocławek w FI-BA Europe Cup, a w niedzielę trudny mecz z Kingiem. W piątek arcyważny mecz Arrivy Lotto w Krośnie.

ANWIL WŁOCŁAWEK - PAOK SALONIKI 93:94 (19:20, 24:25, 26:24, 17:17, D. 7:8)

Anwil: Mucius 17 (2), Michalak 16 (2), Vucić 14, 13 zb., Fridriksson 11 (1), 6 as., Lockett 6 oraz Slaughter 10 (2), Pearson 9 (1), Słupiński 7, Furmanavicius 2, Kolodziej 1

PAOK: Dimsa 22 (6), Moore 12, Brown 7 (1), Persidis 6 (1), Zaras 3 (1) oraz Jackson 21 (5), Jones 17 (1), Koniaris 6

Anwil w zasadzie musiał wygrać ten mecz, aby liczyć się w rywalizacji o zwycięstwo w grupie F czy choć o dobry bilans i szansę na awans z drugiego miejsca.

To był najlepszy początek w defensywie Anwila, jedynie Tomas Dimsa (6/6 z dystansu do przerwy) potrafił znaleźć na nią receptę, jego koledzy mieli 4/14 z gry w 1. kwarcie. W drugiej kwarcie PAOK odskoczył po serii 7:0, ale „trójkami” odpowiadali Mucius i Michalak i po 1. połowie było 43:45.

Po przerwie grecki zespół prowadził już 9 punktami, ale bardzo dobre wejście z ławki mieli AJ Slaughter i Słupiński, a w ostatniej akcji 3. kwarty remis dał Anwilowi kolejny rezerwowy - Pearson.

W ostatniej kwarcie grecki zespół już nie prowadził ani

razu. Pod kosztami ciężko pracował Mate Vucić. W środę rozegrał jedno ze swoich najlepszych spotkań w europejskich pucharach: 14 punktów (6/8 z gry), 13 zbiórek i 5 asyst.

Włocławianie mieli wielką szansę na zwycięstwo w regulaminowym czasie gry, ale w ostatnich dwóch minutach nie zdołał trafić do kosza i za 3 na dogrywkę trafił JK Jackson.

Kluczowym momentem było ostatnie 37 sekund dogrywki. Anwil prowadził 93:90. Najpierw rzutu wolnego nie wykorzystał Nijal Pearson po faulu rywala przed wznowieniem gry. Na 13 sekund przed końcem faulowany był AJ Slaughter. On wydawał się pewniakiem na linii, a.... spuścił dwa razy. Rzuty wolne były jednym z największych problemów Anwila, który w całym meczu spuścił ich 13 na 30 prób, z tego aż osiem w dogrywce. W ostatniej akcji uwolnił się Stephen Brown i trafił z półdystansu.

Osobny akapit trzeba poświęcić sędziom, którzy w końcówce spotkania podjęli dwie decyzje, który mogły mieć wpływ na wynik w meczu. Przy prowadzeniu 84:80 Anwila nie zauważyli, że PAOK przez kilka sekund grał w sześciu, za to przewinięcie techniczne (punkt Dimsy) otrzymał protestujący Słupiński. Potem nie odgrywali faulu niesportowego, gdy Pearson był ewidentnie trzymany za koszulkę przy wznowianiu gry z boku.

W innym meczu meczu grupy F Anwil Brunswick pokonał u siebie BC Trepcza 85:74. Anwil w kolejnym meczu zagra 29 października na wyjeździe z BC Trepcza.

Ligowy weekend

W niedzielę pierwszy ligowy hit w Hali Mistrzów: Anwil podejmie Kinga Szczecin. Rywale mają na koncie zwycięstwo w Toruniu, ale i wysoką klęskę w Słupsku. Kibice zobaczą m.in. Tomasza Gielo, który latem miał konkretną ofertę z Anwila. Początek emocji w niedzielę o godz. 12.00.

W piątek o 20.15 bardzo ważny mecz Arriva Lotto, które w meczu dwóch drużyn bez zwycięstwa zmierzają do Krośnie z MOSiR. A w jego barwach m.in. była gwiazda Twardych Pierników Maurice Watson. Torunianie mają na koncie nieży, choć przegrany po dogrywce mecz w Lublinie, czas więc na pierwsze zwycięstwo.

W I lidze Qemetica Noteć Inowrocław już w piątek o godz. 19.00 podejmie Miners Katowice, beniaminek do tej pory wygrał jeden mecz. Niepokonana Enea Abramczyk Astoria zmierzy się w Kołobrzegu z Kotwicą (bilans 2-3). Początek w sobotę o 18.00.

W Orlen Basket Lidze Kobiet dwa domowe mecze: Energa Toruń w sobotę o 18.00 podejmie Politechnikę Poznań, Artego Bydgoszcz zagra dopiero we wtorek z Polonią Warszawa. ©