

Kijów chce dialogu z Polakami o historii,
ale jeszcze nie teraz, kiedy trwa wojna **str. 6**



Wąchaj róże, cytryny i kawę. Tak
można wykryć groźną chorobę.
Zrób sok z buraków – doskonały dla
seniorów i sportowców **str. 11-12**

STRONA
ZDROWIA

Środa
11.09.2024

Wydanie 38R6C5
Nr 212 (23.118)
Nakład 9.720 Rok LXXVI

GAZETA

pomorska

www.pomorska.pl
Cena 4,50 zł (w tym 8% VAT)

Grudziądz
Miasto zadebiutowało
na Giełdzie Papierów
Wartościowych
str. 8



Toruń
Kongres Dialogu, czyli
otwarcie się władzy
na głos mieszkańców
str. 9



Świecie
Dh Czesław Porożyński
jest patronem skweru
przy SP nr 3
str. 10



SPORT

Klub Pro i 100 milionów złotych do wzięcia.
Ministerstwo Sportu i Turystyki wspomoże
szkolenie dzieci i młodzieży. Zyska blisko 50
klubów z Kujaw i Pomorza **str. 16**

Najwięcej pieniędzy w służbie zdrowia pochłaniają pensje

Szpital powiatowy w Polsce czekają na jak
najszybsze uregulowanie przez NFZ płatności za
nadwykonania w świadczeniach nielimitowanych.
W regionie są one już uregulowane **str. 2**

Nr ISSN 0867-4965

Nr indeksu 350184



Plebiscyt medyczny
Hipokrates 2024.
Poznajcie naszych
kandydatów **str. 7**

ZMIANY DWIE ROBOCZE NIEDZIELE W MIESIĄCU I TEŻ DWIE WYPŁATY

Podwójna pensja? Handel nie wierzy!

Agnieszka Domka-Rybka
agnieszka.domka@polskapress.pl

W parlamencie trwają prace nad projektem ustawy znoszącej zakaz handlu - mają być dwie niedziele z zakupami w miesiącu, a pracownicy dostaną 200 proc. pensji. Związkowcy nie wierzą w podwójną wypłatę!

- Za każdym razem, gdy widzę w internecie hasło „koniec z zakazem handlu”, od razu się denerwuję i klikam. My, pracownicy sklepów, przyzwyczailiśmy się do normalności, a teraz znów ma wrócić stare? Żeby jeszcze klienci nas szanowali, a z tym jest coraz gorzej. Co do zarobków, nie mamy aż tyle, jak chwalą się w mediach sieci handlowe, a w podwójną wypłatę po zmianach też nie wierzę - mówi pani Monika, od pięciu lat kasjerka w znanym dyskoncie w Bydgoszczy.

Mamy dziś taką sytuację, że w parlamencie trwają prace nad projektem znoszącym zakaz niedzielного handlu. Wcześniej Sejm go nie odrzucił, za czym opowiadali się posłowie PiS i Lewicy, a wręcz przeciwnie - skierował do dalszych prac, jak głosowali KO, PSL-TD i Konfederacja. Projekt złożyła w Sejmie Polska 2050. Zakłada dopuszczenie han-

dlu w pierwszą i trzecią niedzielę miesiąca, ale wprowadza podwyżkę płacy za pracę w te dni do 200 proc. wysokości wynagrodzenia oraz dodatkowy dzień wolny, który musi być przyznany w ciągu 6 dni przed lub 6 dni po roboczej niedzieli.

Organizacja OPZZ Konfederacja Pracy mówi o zdecydowanej „nie” nowej wersji ustawy: „Mamienie pracowników, że zarobią w niedzielę więcej, jest fikcją. Można obiecywać nawet 300 proc. dodatku za pracę w niedzielę, tyle że odbije się to na jeszcze niższych podwyżkach i większym obciążeniem pracą”. ©

Czytaj więcej na stronie 3

GRUDZIĄDZ

Tu na razie jest ściernisko, ale... będzie nowe rondo



Ostro do pracy zabrały się ekipy firmy, która przebudowuje skrzyżowanie ul. Karabinierów i Piłsudskiego w Grudziądzu. Tutaj powstanie rondo, które połączy te dwie ulice z jezdnią biegnącą w stronę budowanej właśnie komendy straży pożarnej. Na placu budowy sfrezowano już nawierzchnię skrzyżowania i wykonano pierwsze wykopy

Jutro w „Pomorskiej” Pod Paragrafem

● Życie w stalinowskiej Warszawie przypominało koszmar: terror, codzienna siemnięga, wszechobecny bandytyzm, a w tle absurda polityka gospodarcza

Małgorzata Pieczyńska
malgorzata.pieczynska@polskapress.pl

Okręgowa Komisja Egzaminacyjna w Gdańsku ogłosiła wyniki matury po sesji poprawkowej. W naszym regionie zdało 88,2 proc. uczniów, 11,8 proc. będzie musiało poprawiać za rok.

W tym roku egzamin maturalny przeprowadzany był jeszcze w dwóch formułach. Zdecydowana większość uczniów zdawała go jednak w Formule 2023, w tym po raz pierwszy tegorocznymi absolwenci 5-letniego technikum i branżowej szkoły II stopnia na podbudowie 8-letniej podstawówki. W przypadku absolwentów 4-letniego liceum był to już drugi rok, gdy obowiązywała Formuła 2023.

Wyniki majowej matury uczniowie poznali 9 lipca. Większość - 82,9 proc. uczniów - maturę wtedy zdała, 6,3 proc. jej nie zdało. Prawo do poprawki w sierpniu uzyskało wówczas 10,8 proc. maturzystów z regionu - z tego grona wielu zdecydowało się na drugie podejście. Początkowo zamiar poprawy wyniku deklarowało 1757 uczniów z województwa kujawsko-pomorskiego. Ostatecznie do egzaminu maturalnego w sesji poprawkowej w sierpniu br. przystąpiło 1110 tegorocznych absolwentów.

Przypomnijmy, że do egzaminu poprawkowego, który odbył się 20-21 sierpnia br., mogli

przystąpić uczniowie, którzy w maju lub w terminie dodatkowym w czerwcu przystąpili do wszystkich przedmiotów obowiązkowych i nie zdali egzaminu tylko z jednego przedmiotu obowiązkowego w części pisemnej lub ustnej.

Po sesji poprawkowej wyniki matur w Formule 2023 w województwie kujawsko-pomorskim, które podała dziś (10 września) OKE w Gdańsku, przedstawiają się następująco: zdało - 88,2 proc. uczniów, nie zdało 11,8 proc. uczniów.

Odsetek sukcesów w przypadku przedmiotów obowiązkowych w terminie głównym, dodatkowym i poprawkowym w 2024 r. na poziomie podstawowym wyniósł: język polski - 95 proc., matematyka - 90 proc. i język angielski - 96 proc.

W regionie do wszystkich egzaminów obowiązkowych przystąpiło 12 tys. 135 uczniów. Lepiej matura wypadła w liceach. Tu egzamin dojrzałości zdało 91,9 proc. uczniów, z kolei w technikach 84,0 proc.

W całym kraju maturę zdało 89,3 proc. uczniów, a 10,7 proc. - nie zdało. Odsetek sukcesów na poziomie podstawowym (egzamin pisemny) wyniósł: z języka polskiego - 96,1 proc., matematyki - 91,4 proc. i języka angielskiego - 96,4 proc. Podobnie jak w regionie w całej Polsce egzamin dojrzałości w 2024 r. lepiej wypadł w liceach, gdzie maturę zdało 92,5 proc. uczniów, w technikach było to 85,2 proc. ©

Grażyna Rakowicz
grazyna.rakowicz@polskapress.pl

Szpital powiatowy w Polsce czeka na jak najszybsze uregulowanie przez NFZ płatności za nadwykonania w świadczeniach nielimitowanych. W regionie są one już uregulowane.

- Na podstawie wniosków, złożonych przez świadczeniodawców Kujawsko - Pomorski Oddział Funduszu Zdrowia zapłacił już za świadczenia nielimitowane, za I i II kwartał - poinformowała Barbara Nawrocka, rzeczniczka prasowa K - P Oddziału Wojewódzkiego Narodowego Funduszu Zdrowia (NFZ) w Bydgoszczy. I dodała: - Trzeci kwartał jeszcze trwa...

Była deklaracja, będą spotkanie

Na spotkaniu, 2 września zarządu Ogólnopolskiego Związku Pracodawców Szpitali Powiatowych (OZPSP) z Izabelą Leszczyną, minister zdrowia, przedstawicielami Narodowego Funduszu Zdrowia (NFZ) i Agencji Oceny Technologii Medycznych i Taryfikacji omówiono m. in. nowelizację ustawy o świadczeniach zdrowotnych finansowanych ze środków publicznych, plan wspólnych działań dotyczących zmian systemowych, środki z Krajowego Planu Odbudowy czy wynagrodzenia dla pracowników ochrony zdrowia.

Padły również deklaracje o jak najszybszym uregulowaniu, przez NFZ płatności za nadwykonania w świadczeniach nielimitowanych za II kwartał 2024. - Mam nadzieję, że ten temat uda się zamknąć do końca września lub w październiku - powiedział po spotkaniu Waldemar Malinowski, prezes OZPSP. I poinformował, że zaległości płatnika wobec szpitali powiatowych, za III kwartał tego roku wynoszą 3 mld zł. - I ta kwota musi się znaleźć - stwierdził.

Według szefa OZPSP wzrost nakładów na ochronę zdrowia, pochłaniają przede wszystkim koszty wynagrodzeń. - Są szpitale, które przeznaczają na nie od 90 do 95 proc. przychodów.



Według szefa Ogólnopolskiego Związku Pracodawców Szpitali Powiatowych wzrost nakładów na ochronę zdrowia pochłaniają przede wszystkim koszty wynagrodzeń

- Nie mamy za co leczyć, tak być nie może - zaznaczył.

W najbliższym czasie mają odbyć się spotkania z wojewodami, wojewódzkimi kierownikami Wydziałów Zdrowia oraz dyrektorami NFZ. Podczas nich będą omawiane planowane zmiany systemowe w ochronie zdrowia.

Te koszty są dość dużą bolączką

Spośród szpitali powiatowych w regionie, do których się dodzwoniliśmy udało się nam porozmawiać z szefem lipnowskiej placówki.

- Proszę pani kondycja wszystkich szpitali jest podobna. Choć niektóre ze świadczeń są wycenione dość dobrze, to nie będę ukrywał, że brakuje nam środków - mówi Andrzej Wasielewski, prezes zarządu Szpitala Lipno spółka z o.o.

Te „dość dobrze wyceniane świadczenia” - jak wskazuje prezes - dotyczą np. ortopedii. - Ale my nie realizujemy tych konkretnych świadczeń, za to prywatne podmioty medyczne jak najbardziej, bo one mogą je sobie selekcjonować co oznacza, że nie muszą brać wszystkiego. Za to my, zamiast tylko tych rentownych świadczeń, mamy wszystkie jakie są na rynku i musimy, jako szpital publiczny realizować je całodobowo - podkreśla Andrzej Wasielewski.

Szpital w Lipnie ma już uregulowane płatności za nadwykonania. - Nie narzekam na współpracę z NFZ - przyznaje szef placówki. Zapytany o koszty wynagrodzeń ocenia, że „są one dość dużą bolączką”. - Niestety to rząd, minister zdrowia decydują o tym jak będą kształtowane zobowiązania szpitali, zwłaszcza w zakresie placowym i niezależnie od tego czy mamy na te płace środki czy też nie, jesteśmy zobowiązani je regulować. Stąd aż 95 proc. szpitali ma trudności finansowe - stwierdza Andrzej Wasielewski i dodaje: - Ale to nie oznacza, że placówki te są źle zarządzane, tylko wynika m. in. z tego, że koszty zatrudnienia pracowników kształtują się w nich na poziomie ponad 80 proc. Do tego dochodzą jeszcze koszty energii elektrycznej, za wodę czy leki i praktycznie nie mamy pieniędzy na żadne działania rozwojowe, tylko przede wszystkim musimy realizować przepisy wynikające z ustaw.

W szpitalu w Lipnie, na 14 oddziałach - na umowy cywilnoprawne - jest zatrudnionych około 650 osób. - Istotną sprawą są ciągłe zmiany i brak pełnej stabilności w obowiązujących przepisach oraz zwiększające się lawinowo procedury administracyjne w związku z nowymi aktami prawnymi, które nakładają na nasze podmioty nowe obowiązki - podsumowuje prezes Wasielewski.

Tu negocjacje jeszcze trwają

Uregulowanie płatności za nadwykonania, za I i II kwartał 2024 roku potwierdza Jan Gessek p. o. dyrektora SP ZOZ w Mogilnie i jednocześnie zwraca uwagę na to, że Kujawsko - Pomorski Oddział NFZ należy do nielicznych oddziałów w kraju, który - ze względu na swoją sytuację finansową - miał możliwość zapłacenia za te wszystkie nadwykonania. W szpitalu w Mogilnie były one m. in. w Ambulatoryjnej Opiece Specjalistycznej, w tzw. świadczeniach kosztochłonnych jak choćby w gastrokopii czy kolonoskopii.

- W przypadku kosztów wynagrodzeń to podobnie jak w innych szpitalach, nie jest już tak kolorowo, bo koszty te pochłaniają u nas około 90 proc. wszystkich przychodów - wskazuje Jan Gessek. I podkreśla: - Środki wynikające z waloryzacji umów, w związku z ustawą o minimalnym wynagrodzeniu w ochronie zdrowia, a przekazane przez NFZ wystarczyły nam na wyrównanie wynagrodzeń osób zatrudnionych na umowę o pracę. Co do umów cywilnoprawnych, to negocjacje jeszcze trwają.

W SP ZOZ w Mogilnie 50 proc. osób jest na etacie, drugie 50 proc. - na umowach cywilnoprawnych. Łącznie w placówce jest zatrudnionych blisko 460 pracowników. ©

POGODA W REGIONIE

Środa

21°C
11°C



Imieniny obchodzą
Dzisiaj
Dagna, Jacek,
Jutro
Prot
Gwidon, Maja,
Maria

Czwartek

13°C
11°C



Piątek

12°C
10°C



Dwie niedziele w miesiącu, płatne podwójnie. Wróciła dyskusja o zakupach przez siedem dni w tygodniu!

Agnieszka Domka-Rybka
agnieszka.domka@polskapress.pl

- To nie handel w niedzielę, a dyskonty i sklepy franczyzowe są powodem naszej coraz gorszej sytuacji - mówią nam sklepikarze. „Ostatnie lata to rzeź małych sklepów”.

- Szczerze? Dla mnie nie ma znaczenia czy niedziel z zakazem handlu będzie 10, 20, 30, czy każda lub wcale! Najważniejsze, żeby klienci przychodzili do małych sklepów, robili w nich duże zakupy i zostawiali u nas pieniądze - mówi pani Małgorzata, która wciąż dziwi się, jak udaje jej się przy takich kosztach utrzymywać dwa wiejskie sklepy w powiecie bydgoskim.

„Gdy Dino po drodze, do mnie już nie zająrz!”

- Rzeczywistość wygląda tak, że jak na wsi mają po drodze Dino, do mnie już nie zająrz. Kiedyś weszłam do dyskontu - choruję na cukrzycę i musiałam zjeść batonika. Batonik na półce dla klienta był tańszy, niż ja kupuję w hurtowni! Czyli, to nie jest kwe-



FOT. DARIUSZ BŁOCH

W niedziele w centrach handlowych działają restauracje

stia handlowych niedziel, nie wiem, czy będzie mi się opłacało otwierać sklepy w niedzielę, skoro mam zapłacić pracownikowi tyle, ile nawet mogę nie zarobić! - komentuje pani Małgorzata.

Infopolska.pl pisze, że ostatnie lata możemy wprost nazwać rzezią małych sklepów. Ze statystyk wynika, że każdego roku znika ich z przynajmniej kilkanaście tysięcy. Mowa nie tylko o sklepach w dużych miastach, ale coraz

częściej znikają również z małych miejscowości.

Dane BIG Info Monitor pokazują, że w 2023 roku małe sklepy zadłużone były na kwotę ponad 880 milionów złotych, czyli 37 milionów więcej niż w roku 2022.

Sklepy otwarte, ale „godziny do zmiany”

Tymczasem handel w niedzielę może wrócić. Mamy teraz taką sytuację, że pomysł liberalizacji ustawy ma szansę doczekać się realizacji. W parlamencie trwają bowiem prace nad projektem Polski 2050 znoszącym zakaz niedzielного handlu. Wcześniej Sejm go nie odrzucił, za czym opowiadali się posłowie PiS i Lewicy, a - wręcz przeciwnie - skierował do dalszych prac, jak głosowali KO, PSL-TD i Konfederacja.

Przypomnijmy, taki projekt złożyła w marcu tego roku w Sejmie Polska 2050. Zakłada dopuszczenie handlu w pierwszą i trzecią niedzielę miesiąca, ale wprowadza podwyżkę płacy za pracę w te dni do 200 proc. wysokości wynagrodze-

nia oraz dodatkowy dzień wolny, który musi być przyznany w ciągu 6 dni przed lub 6 dni po pracującej niedzieli.

Według Związku Polskich Pracodawców Handlu i Usług, propozycja przywrócenia po wielu latach handlu w niedzielę powinna przewidywać ograniczenie godzin otwarcia placówek.

W opinii dyrektora generalnej ZPPHiU Zofii Morbiato, cytowanej przez PAP, przyzwyczajenia i oczekiwania konsumentów się zmieniły, więc zasady przywrócenia handlu w niedzielę powinny być dogłębnie przeanalizowane: „Istotne jest prawidłowe zaplanowanie czasu otwarcia sklepów w niedzielę. Powinien być krótszy w porównaniu z wcześniejszym obowiązującym zasadami - na przykład ośmiogodzinny. Pozwoliłoby to na optymalne dostosowanie czasu funkcjonowania placówek handlowych do potrzeb zakupowych klientów, przy ograniczeniu skrajnych porannych i wieczornych godzin” - zaznaczyła Morbiato.

Co o niedzielnym handlu myślą Polacy? Jak wynika z badania „Polacy a handel w niedzielę”, przeprowadzonego na zlecenie BIG InfoMonitor, dla 18 proc. z nas nie ma znaczenia, czy sklepy są otwarte siedem, czy sześć dni w tygodniu. Zwolenników rozwiązań skrajnych - takich, które dopuszczają handel w każdą niedzielę lub całkowicie go zakazują, jest równo po 21 proc. Pozostałe 40 proc. respondentów wybiera opcje pośrednie, czyli handel możliwy w niektóre niedziele. Jednak większość chciałaby, by było ich więcej.

Zakaz handlu w niedzielę obowiązuje od 1 marca 2018 r. Wtedy zaczęto wprowadzać ograniczenia, początkowo dotyczące części niedziel w miesiącu. Obecnie sklepy są czynne zaledwie w kilka niedziel w roku. W każdą mogą być natomiast otwarte tylko niewielkie placówki, o ile za kasą stoi właściciel.

Póki co, następna niedziela handlowa będzie 15, a kolejna 22 grudnia.

© ©

REKLAMA

0011157407

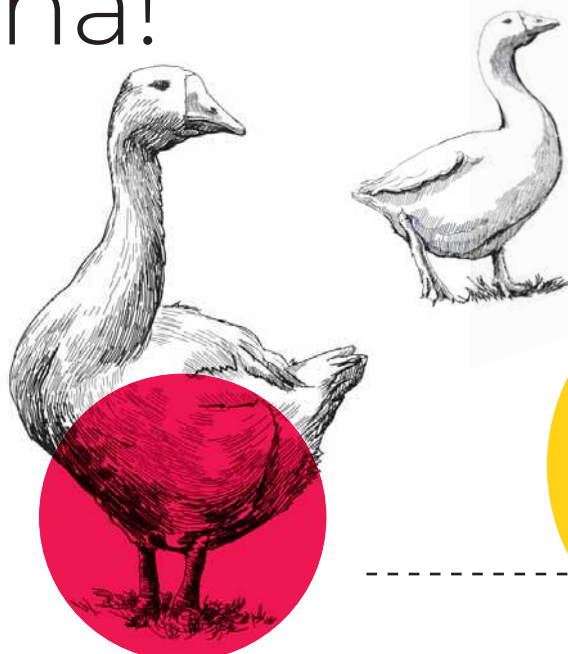
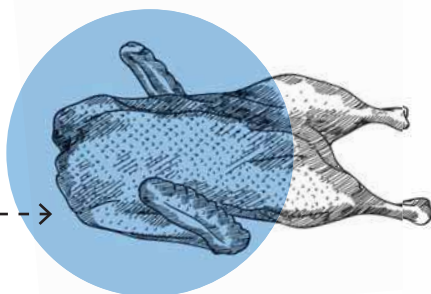
Kujawsko-Pomorska gęsina na Świętego Marcina!

Weź udział w konkursie!

www.pomorska.pl/gesina

Wymyśl hasło promujące gęsinę!

Do wygrania prawie **800 tuszek!**



Na zgłoszenia czekamy do **20 września** do północy

Regulamin i więcej informacji o konkursie na: www.pomorska.pl/gesina

Fundatorem gęsinich tuszek i organizatorem akcji „Kujawsko-Pomorska gęsina na św. Marcina” jest marszałek województwa Piotr Całbecki

ORGANIZATOR:

Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego



Marszałek Województwa
Kujawsko-Pomorskiego
Piotr Całbecki

PATRONAT MEDIALNY:



Dofinansowano z budżetu Samorządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego

Mama, tata, dziecko, no i pluskwy w domu

Katarzyna Piojda
katarzyna.piojda@polskapress.pl

**Ulokatorów z Bydgoszczy wi-
dać ślady po pogryzieniu
przez pluskwy. - Zaległy się
w wynajmowanym mieszka-
niu, za które płacimy 2700 zł
co miesiąc - mówią najemcy.
Właściciel się nie przejmuje.**

Młode małżeństwo z niespełna 2-letnim dzieckiem tuż przed wakacjami 2024 roku wprowadziło się do mieszkania w Bydgoszczy. To była oferta z ogłoszenia, dwaumeblowane pokoje, 50 metrów w bloku. - Nie pochodzimy stąd, ale akurat dostałem pracę w Bydgoszczy - zaczyna pan Damian. - Na razie nie możemy pozwolić sobie na zaciąganie kredytu hipotecznego. To dlatego wynajmujemy mieszkanie. Żona zajmuje się małą i nawet w ciąży dorabia sprzątniem. Jeszcze w tym roku urodzi się nam drugie dziecko. Zależało nam na szybkiej przeprowadzce, a ofert było mało.

Po pierwszych dniach pod nowym adresem zaczęło robić się nieciekawie. - Pojawili się robaki. Rozpoznaliśmy pluskwy i francuzy. Jak te pierwsze ugryzą, to miejsce na skórze staje się czerwone. Jest bardziej rozle-



Przechowywanie części rzeczy na balkonie nie uchroni ich przed robakami

gle niż po ugryzieniu komara, mocniej piecze i swędzi.

Mebel do wymiany

Mężczyzna opowiada: - Robale biegają po podłodze zwłaszcza nocą, wchodzi w pościel i w meble. Odkryliśmy siedlisko w kanapie, krótko po przeprowadzce. Za zgodą właścicieli mieszkania, wyrzuciliśmy ją, kupiliśmy nową. W nowej pluskwy tak samo się zaległy. Bywały w łóżeczku dziecka. Malutka zo-

stała kilka razy ugryziona, chociaż chronimy, ją, jak możemy, żeby nie zaatakowały. Za każdym razem pierzemy wtedy pościel i wszystkie inne rzeczy. Mija kilka godzin i robale się pokazują.

Żona z mężem wiele razy zgłaszali problem właścicielowi. - Stwierdził, że przesadzamy. Zauważył kilka robaków. Fakt, było jedynie parę, bo najgorzej jest, jak jest ciemno i cicho. Kiedy się ruszymy i zapalimy światło, uciekają pod meble i pod ściany.

Właściciel odwiedził nas ponownie, już z preparatem w aerozolu. Zachwalał niby skuteczny środek na owady i robaki. Tylko popisał. Po dwóch dniach sytuacja wróciła do normy.

Bydgoszczanin kontynuuje: - Za mieszkanie płacimy łącznie 2700 złotych, w tym 1700 zł przekazujemy właścicielowi, a 1000 zł stanowi czynsz dla spółdzielni. Umowę spisaliśmy. Płacimy na bieżąco. Gdy wynajęliśmy lokum, przysmkliśmy

oko na to, że w środku wygląda, jakby czas zatrzymał się 30 lat temu. Nie możemy natomiast pozwolić na to, żeby żyć z robakami.

Najemcy nie wiedzą, czy insekty panoszą się w mieszkaniach sąsiadów. - U rodziny, mieszkającej obok, ich nie ma. Co do innych, nie mamy pojęcia, bo to albo pustostany, albo mieszkają obcokrajowcy, którzy w ogóle nie mówią po polsku.

Obowiązek najemcy

Zgodnie z Ustawą o ochronie praw lokatorów „najemca jest obowiązany utrzymywać lokal oraz pomieszczenia, do używania których jest uprawniony, we właściwym stanie technicznym i higieniczno-sanitarnym określonym odrębnymi przepisami oraz przestrzegać porządku domowego”. Właśnie określenie „higieniczno-sanitarne” dotyczy obowiązku, leżącego po stronie najemcy. - Dezynsekcja kosztuje jakiś 1000 zł, a trzeba ją wykonać dwukrotnie - wskazuje nasz rozmówca. - Wiele już zainwestowaliśmy w nie swoje mieszkanie. Kanapa kosztowała 800 zł. Za drzwi, które popszyły się nie z naszej winy, płaciliśmy 750 zł. Co chwilę coś wychodzi. Mieszkanie domaga się kapitalnego re-

montu i natychmiastowego pozbycia się robali.

W Zrzeszeniu Właścicieli i Zarządców Domów w Bydgoszczy mówią o procedurze. - O części wspólne budynku, czyli np. klatki schodowe i piwnice oraz korytarze, dba administrator posesji. O mieszkanie dba natomiast jego właściciel. Najemca powinien najpierw zgłosić problem do właściciela, a on z kolei powinien powiadomić stację sanitarno-epidemiologiczną.

Pan Damian, nie mogąc doprosić się interwencji właściciela, wybrał się do Sanepidu. - Byłem i w wojewódzkiej, i w powiatowej stacji sanitarno-epidemiologicznej, bo z pierwszej skierowano mnie do tej drugiej. Później pofatygowałem się do spółdzielni mieszkaniowej. Wszystkie odprawiły mnie z kwitkiem.

Rodzina ma zamiar wyprowadzić się, zanim na świat przyjdzie ich drugie dziecko. - Noworodek, ani starsza córka, nie mogą wychowywać się w takich warunkach. Pilnie szukamy innego mieszkania w Bydgoszczy. Obyśmy zmieścili się z wszystkimi opłatami do 2500 zł. Zarobię na wynajem, lecz nie jestem w stanie pracować dłużej niż 12 godzin dziennie - kończy pan Damian. ©©

Gwiazdą gali Złotej Setki Pomorza i Kujaw będzie Natalia Przybysz



Beata Busz
beata.busz@polskapress.pl

Już 30 września w Operze Nova w Bydgoszczy ogłosimy laureatów 28. edycji Złotej Setki. Gwiazdą wieczoru będzie Natalia Przybysz.

To kompozytorka, autorka tekstów, ale też aktywistka zaangażowana w działania społeczne i proekologiczne. Na sce-

nie muzycznej zadebiutowała w 2001 roku współtworząc z siostrą Pauliną Przybysz zespół Sistars. Po zakończeniu działalności zespołu, skupiła się na solowej karierze. Na swoim koncercie ma już cztery Fryderyki, w tym dwukrotnie w kategorii Płyta Roku POP za pokryte platyną albumy „Prąd” i „Światło nocne”.

W październiku ubiegłego roku ukazał się jej kolejny, świetnie przyjęty album „Tam”, zarejestrowany podczas podróży na malowniczą, grecką wyspę Hydra, na którą



Jeden z czołowych głosów na polskiej scenie muzycznej

zabrała swój zespół. Jak wyznała artystka, ten projekt to nie tylko muzyka, ale także fascynująca ucieczka w nieznane i powrót do korzeni tworzenia w bliskości, wypełnionej dźwiękami morza. To opowieść o podróżach dalekich i bliskich, w głąb siebie. Na krążku oprócz tytułowego „Tam” znalazły się też utwory „Za zimną wodę”, „Do zobaczenia, do jutra” czy duet z Mrozem „O czymś innym”.

Natalia Przybysz to nie tylko uznana wokalistka. W 2009 roku została ambasadorką

kampanii „Stop Malarii”, a rok później dołączyła do kampanii „Avon kontra rak piersi”.

Zaproszeni na galę goście będą mieli okazję przeżyć muzyczną ucztę, ale przede wszystkim poznają laureatów 28. Złotej Setki w kategoriach finansowych, a także Lidera społecznej odpowiedzialności biznesu i firmy wyróżnione w tym roku przez dziennikarzy piszących na co dzień o gospodarce.

Finałową galę z Opery Nova w Bydgoszczy będziemy relacjonowali na żywo w Internecie. W sieci zaraz po gali opubli-

kujemy również zwycięzców oraz drugie i trzecie miejsce w poszczególnych kategoriach, a także udostępnimy zdjęcia z uroczystości i rozmowy z laureatami.

Również po gali ukaże się specjalny dodatek poświęcony rankingowi najlepszych firm z Kujawsko - Pomorskiego w 2023 roku. Przedstawimy w nim pełną listę przedsiębiorstw we wszystkich kategoriach 28. edycji Złotej Setki Pomorza i Kujaw. Opublikujemy również zdjęcia z gali i bankietu. ©©

Organizator

28. edycja rankingu
**GAZETA
pomorska**
Strefa Biznesu

Sponsor generalny



Partner główny ogólnopolski



Partner główny



Partnerzy merytoryczni



Partner motoryzacyjny



Partnerzy



Patronat



Patronat medialny



Syn właściciela „Perfekty” przywłaszczył sobie majątek firmy i pieniądze z konta ojca

Małgorzata Oberlan
malgorzata.oberlan@polskapress.pl

30-letni Arian P. zamiast zarządzać firmą ojca, przywłaszczył sobie jej samochody, maszyny i setki tysięcy złotych. Wyczyścił też konto ojca. Sąd skazał go za to na 1 rok i 9 miesięcy więzienia.

Mający obecnie 30 lat Arian P. to syn nieżyjącego już właściciela Przedsiębiorstwa Budowlano-Inżynierskiego „Perfekta”. Firma jest znana w branży, wykonywała rozmaite zlecenia, także publiczne, a siedzibę ma pod Grudziądem.

Arian P. ustanowiony był zarządcą sukcesyjnym firmy „Perfekta”. Taki zarządca to osoba, która po śmierci przedsiębiorcy przejmuje stery przedsiębiorstwa i zapewnić ma jego bieżące funkcjonowanie do czasu ostatecznego zakończenia formalności spadkowych.

Niestety, syn właściciela „Perfekty” temu zadaniu nie sprostował. Ba, wręcz mu się sprzeniewierzył i to popełniając przestępstwo!

Przełazł sobie ponad pół miliona złotych!

Do takich ustaleń doszła oskarżająca młodego mężczyznę Prokuratura Rejonowa w Grudziądzu, a następnie - w trakcie procesu - Sąd Okręgowy w Toruniu.

4 września br. sędzia Ewa Lemanowicz-Pawlak ogłosiła wyrok dla Ariana P. Uznała go za winnego nie tylko przywłaszczenia sobie pieniędzy z firmowego konta „Perfekty” oraz samochodów i maszyn przedsiębiorstwa, ale także przywłaszczenia sobie pieniędzy z prywatnego konta ojca. Kara? 1 rok i 9 miesięcy bezwzględnej więzienia oraz obowiązku naprawienia szkody.

Według ustaleń toruńskiego sądu, syn zmarłego przedsiębiorcy - korzystając z funkcji zarządcy sukcesyjnego - sukcesyjnie przywłaszczał sobie firmowy majątek.

W okresie od sierpnia 2020 roku do połowy marca 2022 roku mężczyzna przywłaszczał sobie z firmowego konta ponad 301 tys. zł. Wykonywał prze-

lew z tego rachunku na własny i przywłaszczał pieniądze płacąc kartą. Poza tym Arian P. przywłaszczył sobie także samochody należące do „Perfekty”, maszyny i urządzenia, a nawet barakowóz - ustalono w trakcie procesu.

To jednak nie wszystko! Młody biznesmen wyczyścił również prywatne konto ojca. Z jego rachunku - od lipca do września 2020 roku - przywłaszczył sobie 144 tys. zł.

Czy Arian P. odda pokrzywdzonym pieniądze?

Na mocy ogłoszonego wyroku Arian P. ma nie tylko spędzić 1 rok i 9 miesięcy w więzieniu (to kara łączna za oba przestępstwa: przywłaszczenia mienia firmy i przywłaszczenia pieniędzy z konta ojca). Mężczyzna ma także naprawić szkodę.

Komu? Pokrzywdzone są dwie osoby - spadkobiercy. Każdej z nich ma zwrócić dołącznie po 236 tys. 115 zł.

- Ogłoszony wyrok dla Ariana P. jest na razie nieprawo-



4 września sędzia Ewa Lemanowicz-Pawlak w Sądzie Okręgowym w Toruniu ogłosiła wyrok dla Ariana P.

mocny - zaznacza jednak w rozmowie z nami Jarosław Szymczak, asystent rzecznika Sądu Okręgowego w Toruniu.

Można się tylko domyślać, że z orzeczeniem winy i wizją więziennej odsiadki mężczyzna się nie pogodzi. Jeśli jego obrońca wywiedzie apelację, to losy trzydziestolatka rozstrzy-

gać będzie Sąd Apelacyjny w Gdańsku.

Tak stanowi prawo - zarządca sukcesyjny możliwy od zmiany prawa w 2018 roku

Każdy przedsiębiorca prowadzący jednoosobową działalność gospodarczą, a także

wspólnik spółki cywilnej ma prawo ustanowić za życia zarządcę sukcesyjny nad swoim przedsiębiorstwem. W przypadku gdy przedsiębiorca tego nie zrobił, prawo powołania zarządcy sukcesyjnego przysługuje - w uproszczeniu - jego spadkobiercom lub zapisobiercom.

Zarządca sukcesyjny to osoba, która po śmierci przedsiębiorcy przejmuje stery przedsiębiorstwa i zapewni jego bieżące funkcjonowanie do czasu ostatecznego zakończenia formalności spadkowych. Zarząd sukcesyjny ma charakter tymczasowy.

Instytucja zarządu sukcesyjnego pojawiła się w Polsce za sprawą zmiany prawa w roku 2018. Ustawa ta umożliwiła płynniejsze przejście przedsiębiorstwa na spadkobierców i ułatwiła kontynuację działalności gospodarczej dzięki wprowadzeniu nowego rozwiązania - przedsiębiorstwa w spadku. Wcześniej firmy często traciły płynność, bo postępowania spadkowe trwały w sądach latami. ©©

Eksperci z WZL nr 2 będą pracować przy fotelach wyrzucanych

Wojciech Mąka
wojciech.maka@polskapress.pl

Wojskowe Zakłady Lotnicze nr 2 podpisały porozumienie z brytyjską firmą Martin Baker Aircraft Company LTD dotyczące foteli wyrzucanych Martin Baker.

„Porozumienie ma na celu stworzenie podstaw w obszarze wsparcia eksploatacji foteli wyrzucanych Martin Baker stosowanych na samolotach eksploatowanych przez Polskie Siły Powietrzne oraz określenie możliwości budowy kompetencji w WZL Nr 2 S.A. w odpowiedzi na potrzeby rynku europejskiego klientów Martin Baker” - informują Wojskowe Zakłady Lotnicze nr 2 w Bydgoszczy.

Chodzi o serwisowanie i przeglądy foteli Martin Baker. Fotele tego przedsiębiorstwa są stosowane w użytkowanych przez Polskę F-16 i w przyszłości F-35.

Przedsiębiorstwo Martin Baker założyli inżynier James Martin i pilot Valentine Baker w 1934 roku. Martin był specjalistą od konstrukcji z cienkościennych rurek stalowych, z których budował spawane,



Wojskowe Zakłady Lotnicze nr 2 podpisały porozumienie z firmą Martin Baker Aircraft Company LTD

nitowane lub zgrzewane elementy samolotów. W 1929 roku w warsztacie w Denham zbudował prototypowy samolot z silnikiem z kabiną pilotów. Ze względu na wielki kryzys finansowy zmuszony był zrezygnować z dalszych prac, ale 1934 roku wszedł w spółkę z V. Bakerem, i nowe przedsiębiorstwo Martin-Baker stworzyło przed i podczas II wojny światowej serię udanych prototypów, które jednak nie weszły do produkcji seryjnej. Podczas oblotu jednego z nich, Baker zginął w katastrofie prototypu

w 1942 roku, co przyczyniło się do ukierunkowania przedsiębiorstwa ku rozwiązaniom z zakresu bezpieczeństwa lotniczego i pod koniec wojny rozpoczęto w nim prace nad fotelami katapultowanymi.

Jako pierwsi fotele wyrzucane zastosowali na swoich samolotach Szwedzi i Niemcy - m.in. w odrzutowcu Me 262. Pierwsze brytyjskie próby rozpoczęto w 1946 roku, na myśliwcu Gloster Meteor. Jako pierwszy katapultował się 24 lipca pilot Barry Lynch, nie odnosząc obrażeń. ©©

REKLAMA

0011154552



edycja
25

AGRO SHOW 25

20 – 22 września 2024

Wystawa czynna:
piątek – niedziela
godz. 9 – 17

Bednary
k. Poznania

WSTĘP PŁATNY

www.agroshow.pl

Międzynarodowa WYSTAWA ROLNICZA

ORGANIZATOR:  PATRONAT HONOROWY: 

POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

WARSZAWA

Prezes PiS oskarża o „putinadę”

Jarosław Kaczyński, 10 września, gdy przypada „miesięcznica” katastrofy smoleńskiej, wystąpił na konferencji prasowej na placu Piłsudskiego w Warszawie. Prezes PiS podkreślił, że uczestnicy obchodów nie są w należyty sposób ochraniani przez policję przed atakami i zaczepkami. Jego zdaniem, wobec uczestników „tolerowana jest agresja”, którą według niego można określić mianem „putinady”. Kaczyński ocenił, że obecna władza akceptuje działania dążące do wymazania lub znie-

kształcenia pamięci o ofiarach katastrofy smoleńskiej. „Będziemy bronić godności tych, którzy zginęli. (...) Obok mnie stoją osoby, które straciły najbliższych w trakcie zamachu smoleńskiego. (...) Są osoby, których mąż, ojciec, żona zginęły w trakcie tego strasznego wydarzenia, tego zbrodnictwa, zamachu - dzieła Putina i jego polskich sojuszników” - oświadczył prezes PiS. 10 kwietnia 2010 r. w katastrofie samolotu Tu-154M pod Smoleńskiem zginęło 96 osób. oprac. WS|PAP

BARCELONA

Policyjna oblawa na nożowników



Policja w Barcelonie intensyfikuje kontrole na ulicach, konfiskując broń białą, w tym noże, przed zbliżającym się corocznym świętem La Merce w stolicy Katalonii. Według władz Barcelony w mieście rozpowszechnia się „kultura noża”, co wiąże się ze wzrostem napadów i groźb z bronią w ręku.

OPOLE

Jechał hulajnogą ponad 60 km/h

Policjanci z opolskiej drogowki zatrzymali 21-latkę, który jadąc elektryczną hulajnogą, przekroczył dopuszczalną prędkość o 41 km/h. Wystawili mu za to mandat na tysiąc złotych - poinformowała we wtorek KW Policji w Opolu. Prowadzący pomiar prędkości samochodów w Komprachcicach policjanci z opolskiej drogowki zauwa-

żyli jadącego ulicą z dużą prędkością mężczyznę na hulajnodze elektrycznej. Kiedy na prędkościomierzu zobaczyli 61 km/h, zatrzymali kierującego jednośladem. Policja przypomina, że dopuszczalna prędkość dla hulajnóg wynosi 20 km/h, a kierujących tymi pojazdami obowiązują przepisy ruchu drogowego. oprac. WS|PAP

MOSKWA

– Rosja nie weźmie udziału w żadnych rozmowach z Ukrainą, dopóki siły ukraińskie nie zostaną wycofane z rosyjskiego terytorium – oznajmił we wtorek sekretarz rosyjskiej Rady Bezpieczeństwa Siergiej Szojgu w telewizji Rossija-24. Ukraińska ofensywa w obwodzie kurskim Rosji trwa od 6 sierpnia. Rosjanie mieli stracić kontrolę nad 1294 kilometrami kwadratowymi terytorium, gdzie znajduje się ponad 100 miejscowości.

”

Dopóki nie wyrzucimy ich z naszego terytorium, to naturalnie nie będziemy z nimi prowadzić żadnych rozmów

Siergiej Szojgu, sekretarz rosyjskiej Rady Bezpieczeństwa

Kijów chce dialogu z Polakami o historii, ale nie w czasie wojny

oprac. Anna Nagel
Kijów

Dialog polsko-ukraiński w sprawie kwestii historycznych trwa i nie można pozwolić, by manipulowali nim nasi wspólni wrogowie - oświadczył we wtorek premier Ukrainy Denys Szmyhał.

Szef ukraińskiego rządu zaznaczył przy tym, że w czasie wojny historia nie jest priorytetem we wzajemnych relacjach, a jest nim współpraca wojskowa.

„Mamy wspólną historię, w której są wspólne zwycięstwa i nie powinniśmy o tym zapominać. Ale są też smutne karty, o których trzeba mówić szczerze, prawdziwie i spokojnie. (...) Jestem przekonany, że idziemy dobrą drogą, idziemy spokojnie i będziemy to robić dalej, żeby nasza historia nie była manipulowana przez naszych wrogów” - powiedział Szmyhał na konferencji prasowej w Kijowie.

Pytany, w jaki sposób ukraińskie władze zamierzają rozwiązać problem sporów historycznych z Polską, Szmyhał wyjaśnił, że dialog na ten temat cały czas trwa. Prowadzą go - jak powiedział - Instytut Pamięci Narodowej w dwóch krajach.

„Cały czas podejmujemy kroki na rzecz porozumienia. Chcielibyśmy ten problem bardzo szybko rozwiązać. (...) Są



Ukraina wzywa państwa zachodnie do kupowania broni dla ukraińskiej armii od ukraińskich producentów

pewne postępy po obu stronach. Teraz, w czasie wojny, nie jest to oczywiście priorytetem. Priorytetem jest współpraca wojskowa” - podkreślił premier Ukrainy.

Jeszcze w poniedziałek nowy szef MSZ Ukrainy Andrij Sybiha zaapelował w poniedziałek do Zachodu o kupowanie broni dla ukraińskiej armii od ukraińskich producentów oraz wezwał do inwestowania w przemysł zbrojeniowy jego państwa.

Minister uznał, że jest to obecnie najlepszy sposób zwiększenia pomocy wojsko-

wej dla Ukrainy. „Nasz przemysł obronny szybko się rozwija i może produkować znacznie więcej dzięki dodatkowym inwestycjom. Jest to również szybsze i tańsze dla naszych partnerów” - napisał minister na platformie X.

Sybiha ocenił, że każdy dolar lub euro inwestycji w broń dla ukraińskich żołnierzy jest „najlepszą inwestycją w długoterminową stabilność euroatlantycką”. „Niektórzy partnerzy już kupują od naszych producentów. Wzywamy ich do zwiększenia inwestycji, a innych do pójścia w ich

ślady” - podkreślił szef ukraińskiej dyplomacji.

W piątek minister obrony Litwy Laurynas Kasciunas zapowiedział, że jego kraj prześle Ukrainie 10 mln euro na zakup broni dalekiego zasięgu od własnych producentów. Wezwał także sojuszników do utworzenia koalicji na rzecz finansowania ukraińskiego przemysłu obronnego.

Premier Denys Szmyhał informował jesienią 2023 roku, że Ukraina chce zwiększyć do 1,5 mld USD wydatki na uzbrojenie i wyposażenie wojskowe w 2024 roku, by wzmocnić swój przemysł zbrojeniowy. Władze w Kijowie zwiększają wysiłki na rzecz produkcji własnej broni z powodu obaw, że dostawy z Zachodu mogą się radykalnie zmniejszyć.

W czerwcu Państwowa Służba Statystyki informowała, że w pierwszym kwartale br. produkcja broni na Ukrainie wzrosła o 25,4 proc. w porównaniu z tym samym okresem minionego roku.

Portal Ekonomiczna Prawda przypominał, że rząd Danii wydzielił w czerwcu 170 mln USD na wsparcie przemysłu obronnego Ukrainy, a państwowy koncern Ukroboronprom podpisał wtedy memorandum o stworzeniu wspólnego przedsiębiorstwa z amerykańską firmą Ammunition Services. PAP

Wsparcie psychologiczne dzieci i młodzieży w Polsce jest niewydolne. NIK: Ostatnia reforma była nieprzygotowana

oprac. Karolina Wrońska
Warszawa

W ramach kontroli systemu pomocy dla dzieci i młodzieży Najwyższa Izba Kontroli stwierdziła, że działania ministra zdrowia na rzecz poprawy sytuacji w tym obszarze były nieskuteczne.

Minister zdrowia rozpoczął w 2019 r. reformę opieki psychiatrycznej dzieci i młodzieży bez właściwego przygotowa-

nia. W efekcie nie zapewniła ona wystarczającego i równomiernego dostępu do świadczeń potrzebującym pomocy pacjentom - wynika z zaprezentowanego we wtorek raportu Najwyższej Izby Kontroli.

Według NIK przed wprowadzeniem nowego modelu opieki psychiatrycznej resort nie opracował całościowej koncepcji reformy ani nie określił niezbędnych zasobów (np. dotyczącej potrzebnej liczby psychologów), oczekiwanych efek-

tów czy harmonogramu działań.

„Minister nie dysponował aktualnymi danymi epidemiologicznymi dotyczącymi zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży, oparł się na danych statystycznych, w tym danych historycznych. Zatem dane te obrazowały możliwości dotychczasowego, niewydolnego systemu” - podkreśliła Karolina Wirszyt-Sitkowska, p.o. dyrektora delegatury NIK w Poznaniu.

Kontrolerzy zwrócili też uwagę, że resort zdrowia dopiero po trzech latach od wprowadzenia nowych rozwiązań opracował standardy opieki, które miały wesprzeć reformę.

„Zostało to przeprowadzone w sposób niegospodarny i nierzetelny” - powiedziała Karolina Wirszyt-Sitkowska.

Również dopiero po trzech latach przygotował akcję informacyjną o reformie - zwróciła uwagę NIK. PAP

HIPOKRATES 2024. Poznaj uczestników

Trwa wielki plebiscyt medyczny HIPOKRATES 2024. Kandydatów do nagród w 22 kategoriach zgłosili pacjenci. Laureaci zostaną wybrani w głosowaniu, które już ruszyło i dzięki temu znamy pierwszych liderów różnych kategorii.

Po raz kolejny głosami naszych Czytelników zostaną wybrani laureaci nagród między innymi dla wyróżniających się pracowników ochrony zdrowia, którzy nie tylko skutecznie pomagają, ale też wykazują się wyjątkowym, empatycznym podejściem do pacjentów. - Każdego

dnia wykonują niezwykle wartościową i wymagającą pracę, która zasługuje na najwyższe uznanie - mówi Kamila Kalinowska, koordynatorka plebiscytu. Zaszczytne tytuły zostaną przyznane najpierw w ramach województwa, a potem odbędzie się ogólnopolski finał.

Akcję zakończy uroczysta gala na Zamku Królewskim w Warszawie! Dziś prezentujemy bliżej wybranych uczestników plebiscytu oraz liderów plebiscytowych rankingów, którzy doskonale sobie w nim radzą, dzięki głosom pacjentów. Kolejna publikacja już za tydzień.

Dzięki swojej pracy może skutecznie pomagać kobietom

Agnieszka Dylik-Malecka (Nowy Szpital, Świecie) jest młodym ginekologiem, na początku swojej zawodowej drogi. To również aktualna liderka naszej akcji.

Mówi Pani, że nigdy nie widziała siebie w innym zawodzie...

Kierowała mną potrzeba pomocy innym ludziom, natomiast wybór specjalizacji pojawił się już we wczesnych latach studiów. Skonkretyzowałam swoją potrzebę na edukację i pomoc kobietom.

Co najbardziej Pani lubi w swojej pracy?

Najbardziej lubię pozytywne efekty leczenia, trafne diagnozy i ciężę zakończone udanym porodem zdrowego dziecka. Podoba mi się rów-



Agnieszka Dylik-Malecka

nież, gdy pacjentki wykonują zalecane badania.

A co jest najtrudniejsze?

Najtrudniejsze jest przekazywanie niepomyślnych diagnoz w taki sposób, by pacjentka nie straciła nadziei i nie przerwała procesu diagnostyczno-leczniczego.

Bo opieka zdrowotna to nie tylko nauka i technologia

Liderką kategorii Pielęgniarka Roku jest Marianna Skoczek-Chruścińska (Wojewódzki Szpital Dziecięcy, Bydgoszcz).

Jak odbiera Pani nominację w akcji Hipokrates 2024?
Odbieram tę nominację jako ogromne wyróżnienie i dowód uznania dla mojej pracy. To dla mnie niezwykle miłe i budujące, że pacjenci oraz czytelnicy docenili moje zaangażowanie i poświęcenie.

Co motywuje Panią do pracy?
Przede wszystkim ludzie, którym mogę pomagać każdego dnia. Widok pacjentów odyskujących zdrowie, wracających do swoich bliskich z uśmiechem na twarzy. Ich wdzięczność i zaufanie dają mi ogromną satysfakcję.



Marianna Skoczek-Chruścińska

Opieka zdrowotna to nie tylko nauka i technologia, ale także kontakt z drugim człowiekiem, jego emocjami, potrzebami i historią. Możliwość bycia wsparciem, przewodnikiem w trudnych chwilach, a czasem nawet ratowania życia to coś, co daje ogromne poczucie sensu i spełnienia.

Mówi, że możliwość pomagania, to najlepsza motywacja

Mariusz Jachimczak (Synevo, Wojewódzka Stacja Pogotowia Ratunkowego, Włocławek) jest ratownikiem medycznym i liderem kategorii Ratownik Medyczny Roku 2024.

Za co najbardziej lubi Pan swoją pracę?

Za satysfakcję z niesienia pomocy i pomagania innym. Widok wdzięczności i zadowolenia jest czymś, co buduje ducha. W ratownictwie medycznym nie ma dwóch takich samych wyjazdów. Każdy jest inny, oceną pacjenta jest indywidualna, nie ma monotonii.

A dlaczego wybrał Pan zawód związany z opieką zdrowotną? Co Panem kierowało?
Wybrałem ratownictwo medyczne, ponieważ stanie



Mariusz Jachimczak

na pierwszej linii niesienia pomocy od zawsze mi się marzyło. Bardzo lubię też kontakt z ludźmi. Ciągłe pogłębianie swojej wiedzy, dlatego obecnie jestem również studentem wydziału lekarskiego. A jeżeli chodzi o wybór ścieżki życiowej, uważam, że jest to powołanie, a nie zawód.

Celem jest niesienie skutecznej pomocy i zdobywanie zaufania

- Moim celem jest niesienie skutecznej pomocy i zdobywanie zaufania pacjentów - mówi Jacek Rzeszotarski (10 Wojskowy Szpital Kliniczny z Polikliniką SPZOZ, Bydgoszcz), nefrolog.

Jako lekarz pomaga Pan ludziom poprzez wpływanie na ich zdrowie i jakość życia.
Tak i jest to niezwykle satysfakcjonujące uczucie, kiedy widzę, że moje działania przynoszą realną poprawę zdrowia pacjenta, pomagają mu przezwyciężyć chorobę lub poczuć się lepiej.

Co skłoniło Pana do wyboru takiej ścieżki kariery, jaką Pan podąża?

Jako młody człowiek nie wiedziałem do końca, co robić dalej w życiu. Przypadkowe spo-



Jacek Rzeszotarski

tkanie z kolegą, który skończył studia medyczne, pomogło mi w wyborze zawodowej ścieżki. Powiedział, że zawód związany z opieką zdrowotną, a zwłaszcza bycie lekarzem, oferuje wiele możliwości rozwoju zarówno pod względem umiejętności praktycznych, jak i wiedzy teoretycznej.

LIDERZY RANKINGÓW

LEKARZ RODZINNY I POZ ROKU

1. **Mateusz Kasinowicz**, Przychodnia Tatrzańska, Bydgoszcz
2. **Karolina Ferenc**, Centrum Medyczne Ikar, Grudziądz
3. **Edyta Stefaniak-Mansour**, NZOZ Przychodnia Rodzinna, Aleksandrów Kujawski

PEDIATRA ROKU

1. **Magdalena Tworkiewicz**, Przychodnia Lekarska Świat Zdrowia Medic, Bydgoszcz
2. **Anna Ossowska**, Przychodnia Lekarska Tormed, Toruń
3. **Magdalena Woźniak**, Gabinet Pryw. Indyw.Spec. Prak. Lek. Magdalena Woźniak, Inowrocław

PIELĘGNIARKA/PIELĘGNIARZ ROKU

1. **Marianna Skoczek-Chruścińska**, Wojewódzki Szpital Dziecięcy, Bydgoszcz
2. **Adam Zwoliński**, Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. Bł. Jerzego Popiełuszki, Włocławek
3. **Bogumiła Czajka-Bogacka**, Nowy Szpital, Nakło nad Notecią

STOMATOLOG ROKU

1. **Jacek Domagała**, Gabinet Stomatologiczny, Szubin
2. **Sebastian Synus**, Synus Clinic, Bydgoszcz
3. **Karol Sulerzycki**, Sulerzycki Dental Studio, Grudziądz

POŁOŻNA/POŁOŻNY ROKU

1. **Iwona Strugarek**, ZOZ, Brodnica
2. **Katarzyna Kaczmarek**, Przychodnia Medycyny Rodzinnej Nowy Fordon, Bydgoszcz
3. **Weronika Kachlicka**, Szpital Wielospecjalistyczny im. dr. Ludwika Błażka, Inowrocław

GINEKOLOG ROKU

1. **Magdalena Czekień**, ProFemina, Grudziądz
2. **Andrzej Burysz**, Nowy Szpital, Świecie
3. **Oleksy Holdobin**, Nasz Lekarz Przychodnie Medyczne, Toruń

CHIRURG ROKU

1. **Katarzyna Piotrowska-Juszczak**, Centrum Medyczne Eskulap, Osielesko
2. **Masaoud Sousak**, Pałuckie Centrum Zdrowia, Żnin
3. **Tomasz Zwoliński**, Szpital Uniwersytecki nr 2 im. dr. Jana Biziela, Bydgoszcz

ORTOPEDA ROKU

1. **Matthias Lorkowski**, Centrum Medyczne Dormed, Bydgoszcz
2. **Bartłomiej Borkowski**, Szpital Uniwersytecki nr 1 im. A. Jurasza, Bydgoszcz
3. **Leszek Sadkowski**, Centrum Medyczne Giziński, Bydgoszcz

FIZJOTERAPEUTA ROKU

1. **Aleksandra Kotlińska**, FizjoMed Aleksandra Kotlińska, Brześć Kujawski
2. **Bartosz Trzeciak**, Wojewódzki Szpital Specjalistyczny, Włocławek
3. **Rafał Gołębiowski**, Ośrodek Fizjoterapii Pro-Motus, Włocławek

KARDIOLOG ROKU

1. **lek. med. Kamil Kwas**, Poradnia Kardiologiczna Szpital MSWiA, Bydgoszcz
2. **Michał Szymczak**, Regionalny Szpital Specjalistyczny im. dr Wł. Biegańskiego, Grudziądz
3. **dr n. med. Joanna Gierach**, Centrum Kardiometaboliczne GIERACH-MED, Bydgoszcz

NEUROLOG ROKU

1. **Aneta Ogłodzińska**, Woj. Szpital Specjalistyczny im. Bł. Jerzego Popiełuszki, Włocławek
2. **Maria Kowalczyk**, Neurocentrum, Bydgoszcz
3. **dr. hab. n. med. i n. Łukasz Rzepiński**, 10 Woj. Szp. Kliniczny z Polikliniką SPZOZ, Bydgoszcz

UROLOG/NEFROLOG ROKU

1. **Maciej Tworkiewicz**, Centrum Onkologii im. prof. F. Łukaszczyka, Bydgoszcz
2. **Paweł Bartoszewski**, Centrum Kardiometaboliczne GIERACH-MED, Bydgoszcz
3. **dr n. med. Jacek Rzeszotarski**, 10 Wojskowy Szpital Kliniczny z Polikliniką SPZOZ, Bydgoszcz

OKULISTA ROKU

1. **dr n. med. Marzena Krajewska**, Woj. Szpital Spec. im. Bł. Jerzego Popiełuszki, Włocławek
2. **Agata Majewska**, Revital Medic, Toruń
3. **Bartosz Potrzebowski**, Miejska Przychodnia Specjalistyczna, Toruń

DERMATOLOG ROKU

1. **Michalina Sobecka**, 10 Wojskowy Szpital Kliniczny z Polikliniką SP ZOZ, Bydgoszcz
2. **Małgorzata Płocka**, Wojskowa Specjalistyczna Przychodnia Lekarska SPZOZ, Toruń
3. **Adam Cichewicz**, Silea Clinic, Bydgoszcz

LARYNGOLOG ROKU

1. **dr n. med. Kinga Romanowska**, AthleticoMed, Bydgoszcz
2. **Michał Szumlański**, Wojewódzki Szpital Dziecięcy im. J. Brudzińskiego, Bydgoszcz
3. **Andrzej Krzyżaniak**, Centrum Medyczne Kwiatowa, Bydgoszcz

RADIOLOG/TECHNIK RADIOLOGII ROKU

1. **Katarzyna Nowicka**, Szpital Uniwersytecki nr 1 im. A. Jurasza, Bydgoszcz
2. **Rafał Pawlik**, NZOZ Przychodnia Lekarska WRZOSY, Toruń
3. **Paweł Antkowski**, Prywatny Gabinet USG Paweł Antkowski, Włocławek

ORTODONTA ROKU

1. **Katarzyna Szczypińska**, Orto&Dent House, Toruń
2. **Dorota Lesikowska**, NZOZ Vita, Janikowo
3. **dr n. med. Oskar Komisarek**, BlueMed, Bydgoszcz

MENEDŻER PLACÓWKI MEDYCZNEJ ROKU

1. **Patrick Baginski**, Specjalistyczny Gabinet Neurochirurgiczny, Włocławek
2. **Danuta Szczepańska**, Klinika Wident, Bydgoszcz
3. **Klaudia Sowa-Yuzvenko**, Centrum Medyczne i Kardiologiczne, Żnin

FARMACEUTA/TECHNIK FARMACEUTYCZNY ROKU

1. **Magdalena Słomińska**, Przy Przychodni. Apteka, Rypin
2. **Natalia Bożejewicz**, Apteka Dobra pod Arkadami, Golub-Dobrzyń
3. **Karolina Wojciechowska**, DOZ Apteka dbam o zdrowie Przy Dworcu, Radziejów

RATOWNIK MEDYCZNY/PRZEDMEDYCZNY ROKU

1. **Zbigniew Tomczyński**, Szpital Uniwersytecki nr 2 im. dr. Jana Biziela, Bydgoszcz
2. **Anna Cyranowska**, Szpital Uniwersytecki nr 1 im. A. Jurasza, Bydgoszcz
3. **Mariusz Jachimczak**, Synevo, Wojewódzka Stacja Pogotowia Ratunkowego, Włocławek

Więcej na www.pomorska.pl/hipokrates

Patronat Prezesa Narodowego Funduszu Zdrowia

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia

Partner główny plebiscytu

APTEO+

Partner plebiscytu



Grudziądz

Dyżur reportera - tel. 56 45 11 920 (w g. 10-14)

Szpital otrzymał „zastrzyk” pieniędzy

Aleksandra Pasis
aleksandra.pasis@polskapress.pl

Zarząd Województwa Kujawsko-Pomorskiego podjął uchwałę przyznającą szpitalowi w Grudziądzu 70 mln zł.

- Władze województwa zauważyły konieczność objęcia wsparciem podmiotów szpitalnych i zarekomendowały zwiększenie wsparcia dla naszej lecznicy jako podmiotu o zasięgu regionalnym i strategicznym znaczeniu dla całego województwa - wyjaśnia Karol Piernicki, rzecznik prezidenta Grudziądza.

Poziom wsparcia to 70 mln zł. Środki te pochodzą z funduszy na rozwój służby zdrowia, w ramach perspektywy unijnej 2014-2020, a wydane zostaną:

- zakup robota chirurgicznego,
- wymianę systemu archiwizacji i przeglądania obrazów w zakresie diagnostyki obrazowej,
- modernizację: centralnego bloku operacyjnego, oddziału pediatrii i kardiologii dziecięcej, obszaru pracowni endoskopii i koronarografii i infrastruktury przeciwpożarowej.

Grudziądzki szpital stara się o pozyskanie pieniędzy w kilku konkursach, o czym podczas ostatniej, sierpniowej sesji rady miejskiej poinformowała Agata Kurkowska, dyrektor placówki. Są to projekty dotyczące:

- utrzymania zdolności do pracy przez cały okres aktywności zawodowej: przeciwdziałanie powstawaniu chorób zawodowych związanych z pracą w warunkach naświetlań na promieniowanie jonizujące,
- zakup sprzętu do diagnostyki patomorfologicznej,
- zakup aparatury diagnostycznej dla wczesnego wykrywania nowotworów - mammografy,
- modernizacja infrastruktury i doposażenie podmiotów leczniczych: inwestycje w system opieki kardiologicznej poprzez dofinansowanie zakupu angiografu,
- modernizacja infrastruktury i doposażenie podmiotów leczniczych: inwestycje w system opieki kardiologicznej poprzez dofinansowanie zakupu echokardiografu,
- dotacje na rozwój infrastruktury w ramach ochrony zdrowia dla POZ. ©P

Grudziądzkie obligacje zadebiutowały na giełdzie

Daniel Dreyer
daniel.dreyer@polskapress.pl

Wczoraj na Giełdzie Papierów Wartościowych zadebiutowały obligacje komunalne Grudziądza. Dzięki ich emisji miasto chce pozyskać pieniądze m.in. na spłatę pożyczek i kredytów.

Miasto Grudziądz od lat emituje obligacje komunalne. Wczoraj pierwszy raz trafiły one jednak na Giełdę Papierów Wartościowych.

- Na giełdę trafiły obligacje Grudziądza na kwotę 21,5 miliona złotych.
- Wartość nominalna jednej obligacji to tysiąc złotych.
- Oprocentowanie w bieżącym okresie to 6,66 proc., a odsetki skumulowane to 12,77 zł.

- Terminy wykupu tych obligacji zaplanowano na lata 2038-2040.

Pozyskane z emisji tych obligacji pieniądze, władze miasta chcą przeznaczyć na spłatę wcześniej zaciągniętych zobowiązań z tytułu emisji papierów wartościowych oraz zaciągniętych pożyczek i kredytów.

Skąd pomysł, aby obligacje Grudziądza sprzedawać na Giełdzie Papierów Wartościowych?

- Miasto zdecydowało się na ten krok wspólnie z PKO BP i to bank zaproponował wprowadzenie obligacji na Giełdę



Prezydent Maciej Glamowski (w środku) oraz Tomasz Szczechowski, skarbnik miasta, otrzymali certyfikat potwierdzający debiut obligacji miasta na Giełdzie Papierów Wartościowych oraz statuetkę rynku Catalyst. Wręczyła je Monika Gorgoń, członkini zarządu Giełdy Papierów Wartościowych w Warszawie

Papierów Wartościowych, co stanowi wyraz uznania za prowadzoną przez grudziądzki samorząd politykę finansową w ciągu ostatnich pięciu lat - mówi Karol Piernicki, rzecznik prezydenta Grudziądza.

Z okazji debiutu Grudziądza na GPW, w Warszawie zorganizowano krótką prezenta-

- Jestem przekonany, że inwestycje w papiery wartościowe Grudziądza to bardzo dobra inwestycja - zachęcał Maciej Glamowski

cję miasta. W jej trakcie do zakupu obligacji zachęcał Maciej Glamowski prezydent Grudziądza. Mówił, że Grudziądz jest miastem dynamicznie rozwijającym się, inwestującym m.in. w przedsiębiorców we współpracy z Pomorską Specjalną Strefą Ekonomiczną.

- Jestem przekonany, że inwestycje w papiery wartościowe Grudziądza, w obligacje, to bardzo dobra inwestycja - zachęcał Maciej Glamowski, prezydent Grudziądza.

Grudziądzkie obligacje notowane są na rynku Catalyst, gdzie notowane są także obli-

gacje innych miast i gmin. Nasze miasto jest 136 emitentem na tym rynku.

Catalyst to jeden z rynków obligacji prowadzonych na platformach transakcyjnych Giełdy Papierów Wartościowych.

Uczestnikami rynku Catalyst, mogą być: firmy inwestycyjne, zagraniczne firmy inwestycyjne, instytucje kredytowe, a także inne podmioty, które spełniają wymogi prawne. To one są potencjalnymi nabywcami grudziądzkich obligacji komunalnych. ©P

Rozbite auta w trasie i na... parkingu

(DD, ŁS)
redakcja.grudziadz@pomorska.pl

Wczoraj doszło do wypadku w Czczewie pod Radzyniem Chełmińskim. W poniedziałek wieczorem na parkingu w Grudziądzu zderzyły się trzy auta marki Audi.

Wczoraj, ok. g. 7.30 kierowca nie opanował swojego auta i uderzył w drzewo przy drodze wojewódzkiej na wysokości Czczewa. Auto wpadło do przydrożnego rowu, a kierowca został zabrany do szpitala.

W poniedziałek ok. g. 20.30 na parking przy parku handlowym „Unia” doszło do stłuczki z udziałem trzech audi.

Jak ustalili policjanci, 21-latek skręcając autem w lewo zderzył się z wyprzedzającym go audi, kierowanym przez 19-latkę.



Auto jadące przez Czczewo uderzyło w drzewo i wpadło do rowu

Jedno z tych aut po zderzeniu uderzyło w trzecie, zaparkowane audi i potrafiło 39-latkę, która do niego wsiadała. Kobieta nie ucierpiała poważnie.

Policjanci uznali, że to 21-latek spowodował całe zdarzenie. Został zatrzymany i pobrano mu krew do badań. ©P

KRÓTKO

JUBILEUSZ
Państwowa Szkoła Muzyczna świętuje 100-lecie

Mocnym akcentem - koncertem znakomitego zespołu proModern - rozpoczęły się obchody 100-lecia szkolnictwa muzycznego w Grudziądzu. W ramach jubileuszu na najbliższe tygodnie zaplanowano kilka wydarzeń kulturalnych.

Sekstet proModern to „pierwsza liga” polskich zespołów wokalnych. Istnieje od 12 lat, a w tym czasie występował na wielu krajowych i międzynarodowych festiwalach, a także niemal wszystkich polskich filharmoniach. Grupa wydała cztery albumy płytowe i zdobyła aż pięć nagród polskiego przemysłu muzycznego Fryderyk w kategoriach: „Album Roku Muzyka Chóralna, Oratoryjna i Operowa” oraz „Najwybitniejsze Nagranie Muzyki Polskiej” (dwukrotnie), „Album

Roku Muzyka Współczesna” (dwukrotnie).

W Grudziądzu możemy być dumni, że jednym z wokalistów, a także kierownikiem artystycznym zespołu proModern jest Piotr Pieron (na zdjęciu pierwszy z prawej), grudziądzanin, absolwent Szkoły Muzycznej I i II st. w Grudziądzu, wybitny śpiewak solista i kameralista.

Występ zespołu proModern odbył się w niedzielne popołudnie w grudziądzkiej bazylice. Gości powitali proboszcz parafii pw. św. Mikołaja Bpa ks. kanonik Dariusz Kunicki oraz Leszek Orłowski, dyrektor Państwowej Szkoły Muzycznej I i II stopnia w Grudziądzu.

Koncert ten zainaugurował obchody 100-lecia Szkoły Muzycznej I i II st. w Grudziądzu.

Na stronie internetowej grudziądzkiego „Muzyka” czytamy: 3 września 1924 roku członkowie Towarzystwa



Muzycznego im. Stanisława Moniuszki w Grudziądzu powołali szkołę pod nazwą Instytut Muzyczny im. Stanisława Moniuszki w Grudziądzu. W 1952 roku upaństwowiono szkołę i tak powstała dzisiejsza Państwowa Szkoła Muzyczna - najpierw I stopnia, a od 1978 roku I i II stopnia, w której swoją pasję muzyczną rozwinęło tysiące osób, w której uczyło wielu wspaniałych pedagogów. Wszyscy tworzyli społeczność, która znacząco wpisała się w życie artystyczne miasta....

W ramach jubileuszu Państwowej Szkoły Muzycznej I i II stopnia im. Stanisława Moniuszki w Grudziądzu planowane są m.in.:

- 15 listopada - klub „Akcent” - koncert muzyki rozrywkowej w wykonaniu uczniów PSM
- 8-21 listopada - koncerty, okolicznościowe spotkania w szkole
- 22 listopada - Muzeum - koncert absolwentów PSM
- 23 listopada - Centrum Kultury Teatr - gala jubileuszowa, 100-lecia PSM. (PB)

Toruń

Pierwszy spacer pandek w ogrodzie

Katarzyna Kucharczyk
katarzyna.kucharczyk@polskapress.pl

Na ten moment czekali wszyscy pracownicy Ogrodu Zoobotanicznego w Toruniu. Rodzeństwo pandek rudyh wyszło na wybieg! Nad ich bezpieczeństwem czuwała mama.

Bliźnięta pandki rudej w Ogrodzie Zoobotanicznym w Toruniu przyszły na świat w czerwcu br. Było to ogromne wydarzenie i radosna chwila, szczególnie dla opiekunów tego gatunku. Zagrożony jest on wyginięciem, a ogrody zoologiczne i zoobotaniczne mają jedno zadanie - zrobić wszystko, by przetrwać.

Ciąża u pandek rudyh trwa od 114 do 145 dni. Pracownicy ogrodu nie wiedzieli więc, kiedy dokładnie maluchy przyjdą na świat. Obserwowano Rani, czyli pandzią mamę, która stale szukała sobie miejsca na poród. Wybrała budkę w domku mundżaków. Znosiła tam gałązki. Aż w końcu przyszły na świat - i to wcale nie rude, ale szare.

Wielkie oczekiwanie

Pandzie dzieci rosły zdrowo, choć wśród pracowników i opiekunów gatunku pojawiło się mnóstwo obaw, bowiem gatunek ten źle znosi upały. A przed nimi było całe lato, które okazało się bardzo upalne.

Rani przenosiła je w różne miejsca, szukała im schronienia przed upałem. Każdego dnia maluchy doglądano, sprawdzano ich stan i oczekiwano momentu wyjścia.



FOT. FB/OGROD ZOOBOTANICZNY W TORUNIU

Pierwszy spacer pandek zaliczony! W poniedziałek, 9 września wyszły na wybieg pod czujnym okiem mamy

- Stało się, wyszły po raz pierwszy w poniedziałek - opowiadała Beata Gęsińska, dyrektor Ogrodu Zoobotanicznego w Toruniu. - Jeden z maluchów szedł chętnie po gałęziach za mamą, ale drugiego musiała przenieść. Zmieniła im miejsce pobytu. Wróciły znowu do budki w domku mundżaków.

Kiedy kolejne wyjście?

Pierwszy spacer został więc zaliczony, lecz wczoraj pandki na wybieg nie wyszły. Wszystko wskazuje, że muszą najpierw oswoić się z nową rzeczywistością i przywyknąć do tego, że mogą swobodnie wychodzić.

- Myślę, że trzeba dać im trochę czasu, tydzień, może dwa, by przywykły i oswoiły się, że na ich wybiegu pojawiają się też ludzie, że są bezpieczne. Opiekunowie doglądają, pandki są tłuściutkie i piękne - podkreśliła Beata Gęsińska. - Pogoda do wyjść teraz na pewno będzie też sprzyjać. Nie są to zwierzęta ciepłolubne. 23 stopnie to już dużo. Martwiliśmy się o nie całe lato, ale się udało. Rosną na zdrowe pandki.

Jak informuje dyrektor Ogrodu Zoobotanicznego, wyjście było ogromnym zaskoczeniem i dało wiele radości wszystkim pracownikom. Teraz wychekują kolejnych wyjść i czekają na odważne kroki po gałęziach.

Beata Gęsińska zachęca do odwiedzin ogrodu, by sprawdzić, czy rodzeństwo pojawiło się ponownie na wybiegu.

©P

Kongres Dialogu, czyli wielkie otwarcie się władzy na głos torunian

Marek Nienartowicz
marek.nienartowicz@polskapress.pl

- Tak się spełnia moje marzenie, o którym mówiłem podczas kampanii wyborczej - stwierdził prezydent Torunia Paweł Gulewski na otwarciu dwudniowego Kongresu Dialogu.

Kongres Dialogu zaplanowano na 10 i 11 września w CKK „Jordancki”. Cel to stworzenie przez władzę Torunia we współpracy z mieszkańcami zestawu zagadnień i tematów, które powinny być z torunianami konsultowane oraz sposobów, w jaki powinno to się odbywać. Uczestniczyć w nim mają przedsiębiorcy, społecznicy, osoby z organizacji pozarządowych, naukowcy, eksperci oraz urzędnicy i władze miasta.

- Chcemy wypracować zupełnie inny, różny od dotychczasowego model współpracy z mieszkańcami - zapewnił prezydent Gulewski. - To chyba marzenie nie tylko moje. Trzeba rozmawiać o dialogu w Toruniu, o tym, w jaki sposób miasto powinno być współzrządzone. Liczę, że sam kongres stanie się wydarzeniem cyklicznym.

Jakie tematy?

Dowodem na otwarcie na współpracę ma być program Kongresu Dialogu. Pełnomocnik prezydent Gulewskiego do spraw dialogu i innowacji miejskich Patryk Wawrzyński we



FOT. AGNIESZKA BIELECKA

Dzisiaj drugi dzień Kongresu Dialogu w Toruniu

współpracy między innymi z organizacjami pozarządowymi wypracował zagadnienia do rozmów przy stolikach tematycznych. Są to: wizja i kierunki rozwoju Torunia, jakość przestrzeni osiedlowych, wspieranie i rozwój przedsiębiorczości, zieleń w mieście i dostosowanie do zmian klimatu, transport zbiorowy i zrównoważona mobilność, ochrona dziedzictwa kulturowego, miasto dla młodych, miasto dostępne i otwarte dla wszystkich, polityka społeczna i zdrowie, bezpieczeństwo i czystość w mieście.

Wyznaczono trzy terminy spotkań we wtorek przy stolikach tematycznych - tak, by jak największą liczbę osób mogło w nich wziąć udział. Na rozmowy wybrała się między innymi Aleksandra Kwas z Jaru. Gdy na grupie w mediach społecznościowych zapytała mieszkańców tego osiedla, jakie kwestie powinna poruszyć, ci od razu wskazali niepropozycje dotyczące or-

ganizacji konsultacji z mieszkańcami, ale konkrety do realizacji - przebudowę skrzyżowania ulic Watzenrodego i Hubego na rondo oraz zmiany w organizacji ruchu na skrzyżowaniu ulic Polnej, Traktorowej i Ugory.

- Nie gwarantuję, że wszystkie rekomendacje będą realizowane, bo z tym wiąże się choćby kwestia kosztów, ale zrobię wszystko, by jak największą liczbę wcielonych w życie. To sprawa wiarygodności mojej i moich współpracowników - mówi podczas kongresu prezydent Gulewski.

Przykład dał Poznań

Gościem sesji otwierającej Kongres Dialogu w Toruniu był wiceprezydent Poznania Mariusz Wiśniewski.

- Poznań jest liderem rankingów dotyczących współzrządzenia miastem - wyjaśnił prezydent Gulewski.

- Trudno sobie dziś wyobrazić zarządzanie miastem z za-

biurka. Wyjście do mieszkańców to oczywistość. Dystans między nimi a władzą skrócił się także dzięki nowoczesnym technologiom - zauważył wiceprezydent Wiśniewski, który przedstawił poznańskie sposoby na udział mieszkańców w decydowaniu o mieście. Jednym z nich są rady osiedlowe, odpowiednik toruńskich rad okręgów. Jest ich 42. Zasiada w nich ponad 600 osób.

- 12 lat temu rady osiedlowe zostały wzmocnione pod względem kompetencyjnym i finansowym. W sumie w perspektywie pięcioletniej mają do dyspozycji prawie 150 milionów złotych. Dzięki temu mają poczucie współudziału w zarządzaniu miastem - zauważył wiceprezydent Wiśniewski.

Inne poznańskie sposoby to konsultacje społeczne i debaty w różnych formach (na przykład paneli obywatelskich), także współpraca z grupami takimi jak Młodzieżowa Rada Miasta Poznania, Miejska Rada Seniorów, Poznańska Rada Transportu Aglomeracyjnego. Kolejne - wsparcie finansowe dla organizacji pozarządowych oraz Poznański Budżet Obywatelski.

W programie drugiego dnia Kongresu Dialogu jest inauguracja działalności Rady Rozwoju przy prezydencie Torunia. Również w środę odbędzie się Urban Cafe - to otwarte dla wszystkich rozmowy z prezentacjami pomysłów na Toruń i współzrządzenie miastem.

©P

Na Podgórski Jarmark zaproszeni są wszyscy

Katarzyna Kucharczyk
katarzyna.kucharczyk@polskapress.pl

Osiedlowe Koło Gospodyń „Podgórzanki” i spółka Urbitor zapraszają 21 września na Podgórski Jarmark. Do Torunia zjadą wystawcy, aby zaprezentować wyroby gastronomiczne i rękodzielnicze.

Za organizację wydarzenia odpowiada Marta Galicz, założycielka Osiedlowego Koła Gospodyń „Podgórzanki”, które działa przy ROD „Kolejarz”, oraz spółka Urbitor, zarządca targowisk miejskich. Wspólnymi siłami chcą reaktywować działalność targowiska przy ulicy Okólnej.

- Skoro już jest wybudowane, to zróbmy coś, by rzeczywiście można było z niego korzystać. To naprawdę dobra przestrzeń do organizacji tego typu wydarzeń. Obserwujemy wszelkie targi i widzimy, że ludzie lubią rękodzieło czy domowe prze-



FOT. ARCHIWUM NOWOŚCI

Na jarmarku pojawi się ponad 30 wystawców z kozimi serami, miodami, domowymi przetworami i słodyczami

twory. Rzadko kiedy coś takiego odbywa się po lewej stronie Torunia, dlatego postanowiliśmy zaprosić wystawców i zorganizować Podgórski Jarmark - mówiła Marta Galicz.

Na jarmarku pojawi się ponad 30 wystawców. Odwiedzający w korzystnych cenach będą mieli okazję kupić m.in. kozie sery, miody, domowe

przetwory, słodycze, ormiańskie przysmaki czy swojskie specjały. „Podgórzanki” na ten czas również przygotowują swoje specjały. Jedzenie jednak to nie wszystko.

- Będzie naprawdę bardzo dużo rękodzieła. Odwiedzający będą mogli kupić świece sojowe, łapacze snów, ceramikę, smycze dla zwierząt, różną bi-

żuterię, naturalne produkty ziołowe czy nawet obrazy i ilustracje. Pojawi się nawet stoisko ezoteryczne, bo wiemy, że jest to coraz popularniejsze - opowiadała Marta Galicz.

Dzięki uprzejmości spółki Urbitor, wystawcy za stoiska tego dnia nie będą nic płacić. Jak informuje Marta Galicz, ma to na celu przyciągnięcie wystawców na kolejne odsłony Podgórskiego Jarmarku, które już są w planach.

- Chcemy, by była to impreza cykliczna. To ma aktywować nie tylko Podgórze. Robimy to dla wszystkich, bo nie chcemy, by targowisko przy Okólnej przestało istnieć - wyjaśniła Marta Galicz. - W naszej okolicy mało się dzieje, wiele osób na to narzeka, dlatego robimy coś, by to zmienić. Małe kroki, ale wierzymy, że w końcu uda nam się przekształcić nasze działania w coś wielkiego. ©P

RATUNEK



CHEŁMNO
Strażacy uratowali psa, który wpadł do studni
Do bardzo nietypowej sytuacji doszło przy ul. Łunawskiej we wtorek. Strażacy otrzymali zgłoszenie, że piesek wpadł do przydomowej studni. Zwierzę znajdowało się na głębokości dwuna-

stu metrów. Jeden z chełmińskich strażaków zjechał w dół po czworonoga przy pomocy trójnogu ratowniczego. - Udało się szczęśliwie go wydobyć i przekazać właścicielce. Piesek odniósł lekkie obrażenia - relacjonował nam kpt. Kasper Korczak, oficer prasowy KP PSP w Chełmnie.

Jakub Keller
jakub.keller@polskapress.pl

Imię druha Czesława Porożyńskiego otrzymał skwer przy Szkole Podstawowej nr 3, między ulicami Ogrodową, Wyzwolenia, Młyńską i Południową w Świeciu. Postawiono tam tablicę informującą o patronie.

To pokłosie ostatniej decyzji radnych. Głosując nad uchwałą w tej sprawie byli jednomyślni. Warto dodać, że Czesław Porożyński jest też patronem Kręgu Seniorów ZHP "Watra". Czesław Porożyński urodził się 9 marca 1905 r. w Koronowie. Uczęszczał do gimnazjum i działał w drużynie harcerskiej w Chełmnie. Po maturze przeniósł się do Świecia, gdzie otrzymał posadę kasjera, a następnie księgowego w szpitalu psychiatrycznym. Z czasem awansował na inspektora działu administracji. Przez pięć lat, do wybuchu wojny, prowadził w Świeciu pozaszkolną drużynę harcerzy, a następnie zorganizował i pro-



Imię druha Czesława Porożyńskiego otrzymał skwer przy Szkole Podstawowej nr 3 w Świeciu

wadził krąg starszoharcerski im. Michała Drzymały. Zbiórki odbywały się w jego mieszkaniu, przy ulicy Młyńskiej 12. Pe-

łen pomysłów i charyzmy zyskał popularność i szacunek wśród młodych mieszkańców Świecia.

W czasie wojny był czasowo oddelegowany do pracy w Pelplinie, gdzie w służbowym mieszkaniu zorganizował tymczasowy konspiracyjny punkt kontaktowy. Ciągłe pozostawał w kontakcie ze swoimi harcerzami ze Świecia. Po powrocie do Świecia dh Czesław Porożyński, współpracując z bratem Benedyktem, wstąpił do Szarych Szeregów, złożył ślubowanie instruktorskie i został mianowany komendantem świeckiego Hufca Szarych Szeregów. Obsługiwał zorganizowany przez siebie punkt kontaktowy. Działalność świeckiego hufca została przerwana w listopadzie 1943 r. Druh Czesław Porożyński został aresztowany przez gestapo i osadzony w obozie Stutthoff, gdzie przebywał do czasu ewakuacji. W czasie marszu ewakuacyjnego zachorował na tyfus i mimo troskliwej opieki brata Benedykta zmarł w obozie przejściowym w Rybnie koło Wejherowa 12 marca 1945 r. Tam też został pochowany. ©

REKLAMA	
INFORMATOR	
APTEKI	
Toruń	
Całodobowa Apteka św. Faustyny 14/4a os. Koniuchy 605-073-301, 56/623-50-70, niedziele, święta	
Włocławek	
Apteka OMEGA, pn-sob. 7-21.00, nd. 9-19.00, ul. Kaliska 89a, 54/307-08-00	
HOTELE	
Bydgoszcz	
Tanie noclegi dla firm, 601-919-805	
LEKARSKIE	
Chojnice	
Gabinet internistyczny Bernadeta Klunder. Chojnice, ul. Młyńska 4. Gastroskopia, EKG. 602-494-649.	
Włocławek	
Badania okresowe pracowników, kierowców, posiadających broń, lek. Wojciech Cader, Plac Wolności 17, pn. 10.00-11.00, wt. 8.00-9.00, śr. 18.30-19.30 czw. 8.00-9.00, pt. 18.15-19.00, 603-767-838, 54/231-43-54	
Radziejów	
Internista Mieczysław Wolański, przyjmuje codzienne od 9.00, Radziejów, ul. Łokietka 3, ekg, holter usg, laboratorium. Tel. 607 402 122, 54/285 22 40	
USŁUGI	
Bydgoszcz	
Śmieci - wywóz, kontenery, gruz „Corimp” 52/320-81-85.	

Grudziądz	
Stacja demontażu pojazdów przyjmuje samochody do złomowania, Grudziądz, tel. 56/465-48-88	
Włocławek	
Szkarskie usługi, kabiny prysznicowe, ul. Okrzei 71a (Statoil), 601-65-07-39, 54/237-95-95	
USŁUGI POGRZEBOWE	
Bydgoszcz	
Dylewscy Zakład Usług Pogrzebowych, Plac Piastowski 9, Bydgoszcz. Tel. Całodobowe 52/322-29-16, 602-26-34-72, www.dylewscy.pl Biuro Fordon ul. Piwnika Ponurego 1D, 52/342-95-16. Obsługujemy cmentarze w Bydgoszczy i okolicy, kompleksowe usługi krajowe i zagraniczne, usługi kremacyjne w Bydgoszczy - duży wybór trumien i urn. Kredytowanie pogrzebów ZUS, KRUS, wojsko, policja	
ABC Białe Błota Całodobowe Usługi Pogrzebowe, Cukrowa 14, 52/360-82-84, 608-620-484. Administrujemy cmentarzami Białe Błota i Ciele.	
Chojnice	
Zakład Pogrzebowy Tadeusz Porożyński, Gdańska 3. Przechowywanie, przewóz zwłok Chojnice bezpłatnie całodobowo. 52/397-20-47, 604-755-900.	
Tuchola	
Usługi Pogrzebowe Przedsiębiorstwa Komunalnego w Tucholi Sp. z o.o. ul. Świecka 68 (całodobowo) 52/3365739, 603265868	
Toruń	
Sotor Usługi Pogrzebowe i Cmentarne, Toruń, tel. 56/655 33 50 całą dobę. Centrum Kamieniarskie tel. 512 601120 www.sotor.pl	

Alpa-Toruń, ul. Skłodowskiej-Curie 41 tel. 791 003 410, ul. Podgórna 16 tel.56/622-26-59. Dom Pogrzebowy ul. Okólna 30. Transport Międzynarodowy. Godna obsługa ceremonii pogrzebowej, www.alpa.com.pl	
„Elizjum” kompleksowa obsługa pogrzebów, Kościuszki 9, 56/657-26-50, 600-168-113.Transport międzynarodowy, ekshumacje, kremacje. Nagrobki granitowe.	
Grudziądz	
A. Witkowski „ELWAN”, ul. Piłsudskiego 55, Dom pogrzebowy, Usługi Pogrzebowe i Kamieniarskie. Kaplica, Chłodnia bezpłatnie. Tel. 56/64-267-08, 24h	
Inowrocław	
Credo -Najtańszy całodobowy Zakład Pogrzebowy -św. Ducha 33, 88-100 Inowrocław. 52/357-74-16, 509-946-759, trumny już od 349 zł, do każdej usługi baldachim i winda nagrobna gratis, dostosowujemy się do możliwości finansowych każdego Klienta, wypłacamy zasiłki z ZUS i KRUS przed pogrzebem http://www.pogrzeb.net	
Najtańszy Całodobowy Zakład Pogrzebowy „IN LUCTU” Małgorzata Matuszak. Zarządca Domu Przedpogrzebowego w Kruszwicy, najtańsza chłodnia (własna), producent trumien (również z witryną) - trumny już od 300 zł, winda i baldachim gratis. Kruszwica, ul. Kolegiacka 12f, Inowrocław, ul. Św. Ducha 53, tel. 52/357-16-04, 357-53-41, e-mail: inluctu1@interia.pl Załatwiamy wszelkie formalności. www.inluctu.pl	
Waldemar Wójcik Zakład Pogrzebowy MEMORIA, ul. Szymborska 25A, Inowrocław. Dyżur całodobowy - tel. 602-189-676, 52/355-66-77. Załatwiamy wszystkie formalno-	

ści w imieniu rodziny. Wypłacamy zasiłek pogrzebowy przed pogrzebem. Posiadamy profesjonalny baldachim pogrzebowy oraz windę nagrobną. Świadczymy usługi na najwyższym poziomie. www.memoria.net.pl	
Barcin	
Całodobowy Zakład Pogrzebowy Sławomir Makowski, Barcin, ul. Znińska 25 (naprzeciwko cmentarza) Tel. 52/383-64-09, 601-681-917.	
Pakość	
„Konkordia” kompleksowe usługi pogrzebowe, Pakość, Inowrocławska 10, 52/35-18-766, 500-697-316, całą dobę. Wypłacamy zasiłki pogrzebowe KRUS i ZUS.	
Gniewkowo	
Całodobowy Zakład Pogrzebowy A.W.Paradowski, Kościelna 10, 52/35-58-174, 502-521-418. Kompleksowe usługi pogrzebowe, wysoka jakość, niska cena.	
Sotor - Usługi Pogrzebowe i Cmentarne Gniewkowo 52/351 02 36 całą dobę Centrum Kamieniarskie tel. 512 601 120 www.sotor.pl	
Janikowo	
Najtańszy Całodobowy Zakład Pogrzebowy KURCZEWSKI. Janikowo ul. Klonowa 2. Wypłacamy zasiłki ZUS i KRUS przed pogrzebem 52/351-37-02, 507-364-717.	
Kruszwica	
Najtańszy całodobowy Zakład Pogrzebowy „In Luctu” Małgorzata Matuszak, zarządca Domu Przedpogrzebowego w Kruszwicy, najtańsza chłodnia (własna), producent trumien (również z witryną) - trumny już od 300 zł, winda i baldachim gratis. Kruszwica,	

ul. Kolegiacka 12f, Inowrocław, ul. Św. Ducha 53, tel. 52/357-16-04, 357-53-41, www.inluctu.pl e-mail: inluctu1@interia.pl. Załatwiamy wszelkie formalności.	
Całodobowy Zakład Pogrzebowy Żurawski ul. Kolegiacka 12E Kruszwica, tel. 666-999-917	
Złotniki Kujawskie	
Zakład Pogrzebowy - całodobowy Andrzej Pabjańczyk, Złotniki Kujawskie ul. Podgórna 13, tel. 52/351-71-03, 504-270-409, 604-542-322	
Żnin	
Całodobowe - Usługi Pogrzebowe Magdalena Jezierska, ul. św. Floriana 8. Wypłacam zasiłki ZUS i KRUS przed pogrzebem. Tel. całodobowy 661-565-917	
Całodobowe, kompleksowe usługi pogrzebowe „Chmielewscy”, ul. Górską 10, 52/302-14-67, 502-314-898. Wypłacamy zasiłki ZUS i KRUS przed pogrzebem.	
Całodobowo-Usługi Pogrzebowe Firma Pietras, Żnin, Pl. Wolności 15/4. Wypłacamy zasiłki ZUS i KRUS przed pogrzebem. 52/30-22-031, 509-917-648	
Włocławek	
TARTAR spopieliarnia i dom pogrzebowy, Włocławek ul. Bojańczyka 3/5, ul. Cmentarna 12, 54/231-44-55, 54/413-15-93.	
Kowal	
Całodobowa obsługa pogrzebów, chłodnia, kaplica. Lewandowski, Kowal ul. Kościuszk 56. Tel. 54/28-41-234, 603-998-321.	

WETERYNARYJNE	
Toruń	
„Canmed” Przychodnia Weterynaryjna. Specjalista chorób psów, kotów oraz chirurgii weterynaryjnej. Tel. 56/652-07-44, codziennie 10.00-13.00, 15.00-19.00, czwartek 15.00-19.00, sb, ndz.11.00-14.00, ul. Podgórna 13, B-C. Artykuły dla zwierząt. www.canmed.pl	
„Salus” Przychodnia Weterynaryjna, Lelewela 33 /teren Arpolu/8-22, 56/652-81-67. Interna, chirurgia, profilaktyka. RTG,USG. Całodobowy dyżur 504-052-789.	
ZDROWIE I URODA	
Bydgoszcz	
Przepuklinowe pasy - sprężynowe, wypadanie macicy - inne. Wkładki - płaskostopie, koślawość. Wysyłamy pocztą. Ortopedia. Bydgoszcz, kr. Jadwigi 15, 52/322-22-85.	
Toruń	
Laureat Konkursu „Orły Optyki” najlepszy zakład w Toruniu. Bezpłatne badanie wzroku. Rewelacyjne ceny. Okulary progresywne od 250 zł. Umowa NFZ, okuliści, soczewki kontaktowe. Optyk Trejnowski. Bezpłatne badanie wzroku. Okulary progresywne. Zniżki: na NFZ. Karta dużej rodziny, karta seniora i osoby niepełnosprawne. ul. Kościuszki 41/47 pawilon Herbowa (obok Biedronki) tel. 56/623-23 26 www.optyk-trejnowski.pl	

strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

WARTO WIEDZIEĆ Czarny bez

Rośnie przy polnych drogach, nad rzekami, w lasach, jest niezwykłą samosiejką, ale ofiaruje wyjątkowe dary. Nie tylko urodę, ale kwiaty i owoce, które od tysięcy lat wykorzystuje się do podnoszenia odporności, zwalczania infekcji i stanów zapalnych, łagodzenia migreny. Kiedyś był bezcenny dla ludu, dzisiaj znowu jest doceniany. Uszanuj to, że broni swoich niedojrzałych owoców i zrób sok, syrop czy oryginalną konfiturę.

stuje się do podnoszenia odporności, zwalczania infekcji i stanów zapalnych, łagodzenia migreny. Kiedyś był bezcenny dla ludu, dzisiaj znowu jest doceniany. Uszanuj to, że broni swoich niedojrzałych owoców i zrób sok, syrop czy oryginalną konfiturę.

ZA TYDZIEŃ:

- Jakich witamin brakuje nam jesienią i jak je najlepiej uzupełnić.
- Tajną broń przeciwko demencji masz pod ręką, w kuchni. Sposoby na trening umysłu i pamięci.



FOT. RITAE/PIXABAY

Wąchaj róże, cytryny i kawę. Tak można wykryć groźną chorobę

Gabriela Fedyk
redakcja@stronazdrowia.pl

Obiad ładnie ci pachnie? Zapach kawy w kawiarni nęci? To bardzo dobrze.

Choroba Alzheimer'a to forma demencji, która rozwija się często przez wiele lat. Mało osób wie, że pewne mniej znane, wstępne symptomy tego schorzenia można zauważyć w codziennym życiu, na przykład podczas posiłków. Chodzi o problemy z węchem. Anosmia, czyli utrata węchu lub hiposmia - jego zmniejszenie to ważne wskaźniki zagrożenia. Pojawiają się wcześniej, co ma znaczenie w diagnozowaniu, bo prędkie wykrycie choroby jest ważne w spowolnieniu jej postępów.

W jedzeniu liczy się zapach, smak, ostrość, temperatura i tekstura potraw. Duża część smaku pochodzi właśnie z zapachu, dlatego gdy chorzy tracą tę zdolność, ich życie staje się trudniejsze. Często jedzenie nie sprawia im przyjemności, mogą też sięgać po produkty nieświeże. Zaburzenie węchu wiąże się z depresją.

Atak na węch

Jak podaje Światowa Organizacja Zdrowia (WHO), ponad 55 milionów ludzi na całym świecie cierpi obecnie na demencję. W Polsce według rejestrów jest około 360 tys. przypadków alzheimer'a i chorób pokrewnych. Sporo osób jednak nie wie, że ma już pierwsze symptomy otępienia, zapowiadające rozwój choroby.

Wczesne wykrycie schorzenia daje możliwość jego zahamowania, dlatego ważne jest obserwowanie siebie i bliskich. Ale należy pamiętać, że na brak węchu wpływają również inne czynniki, w tym;

- przeziębienie,
- grypa,
- reakcje alergiczne,
- problemy z zatokami.

Takie zaburzenia zakłócają zmysły, ale nie świadczą o chorobie Alzheimer'a. Jeżeli jednak po kilku tygodniach zapach lub smak nie powrócą do stanu



FOT. OXANA ABRAMOVA/GETTYIMAGES.COM

Reakcja na zapach jedzenia, napojów i kwiatów ma duże znaczenie we wczesnym wykryciu choroby Alzheimer'a i w spowolnieniu jej postępu

wyjściowego, należy skonsultować się z lekarzem.

Słabnący zmysł węchu ma związek z szybszą akumulacją patologii związanej z chorobą Alzheimer'a, wynika to z badań przeprowadzonych przez amerykański National Institute of Ageing. Obserwacje wykazały, że osoby w wieku 70 lat, które nie były w stanie zidentyfikować zapachów, takich jak róże, cytryny, kawa i cebula, były znacznie bardziej narażone na rozwój demencji w ciągu następnej dekady niż osoby, które potrafiły rozpoznać te zapachy.

Willa Brenowitz, główna badaczka stojąca za tymi badaniami stwierdziła: - Opuszczenie węchu, czyli struktury w mózgu odbierające bodźce związane z zapachami, wcześniej zostają dotknięte chorobą Alzheimer'a. Uważa się, że właśnie problemy z węchem mogą

być przedklinicznym wskaźnikiem demencji.

Wsparcie technologii

Nad kwestią zmysłu węchu w chorobie Alzheimer'a pracuje wielu naukowców. Eksperti z Uniwersytetu Warwick w Wielkiej Brytanii przygotowali technologię, która potrafi odtworzyć smak niemal każdego jedzenia czy napoju. Metodę można wykorzystać w teście, który skutecznie pomaga we wczesnej diagnostyce alzheimer'a. Zaletą tego rozwiązania jest jego powtarzalność

Osoby, które nie rozpoznają prawidłowo zapachów, są bardziej narażone na choroby otępienne w najbliższej przyszłości

z zachowaniem tych samych czynników oraz higiena, co ma znaczenie, gdy chodzi o żywność. Wstępne wyniki pokazują, że osoby chore na alzheimer'a mają inną, słabszą zdolność wykrywania smaku i węchu niż osoby zdrowe. Zanim jednak takie narzędzie będzie ogólnie dostępne, ważna jest własna czujność na zmiany sensoryczne, zachodzące u nas czy u bliskich.

Dr Andrew Bubak z amerykańskiego Uniwersytetu Kolorado przedstawił wyniki badań dowodzące, że infekcje wirusowe zaburzają przesyłanie sygnałów węchowych do mózgu. W efekcie zakłócają pracę hipokampa, czyli struktury mózgu odpowiedzialnej za pamięć, przyczyniają się zwłaszcza do postępów dziedzicznej choroby Alzheimer'a. Zdaniem naukowców, niektóre wirusy, ta-

kie jak wirus półpaśca oraz opryszczki pospolitej, również mogą powodować odkładanie się w opuszkach węchowych beta-amyloidu - białka, ściśle związanego z rozwojem choroby Alzheimer'a.

Głównie depresja

Z kolei naukowcy z Instytutu Mózgu w Paryżu skupili się bardziej na objawach dotyczących różnic w samopoczuciu osób zdrowych i chorych. Podali listę zaburzeń, które ich zdaniem zapowiadają chorobę Alzheimer'a. Pierwsze zwiastuny tego schorzenia można zauważyć na dziewięć lat przed pełnym rozwojem choroby. W badaniach wykorzystano dokumentację medyczną ponad 20 tys. pacjentów w Wielkiej Brytanii i około 20 tys. z Francji. Okazało się, że najwcześniej u osób, u których

później zdiagnozowano alzheimer'a, występowała depresja. Inne symptomy to;

- poczucie lęku,
- utrata masy ciała bez uzasadnienia,
- spondyloza szyjna - rodzaj zapalenia stawów,
- złe samopoczucie i zmęczenie, omdlenia,
- zaburzenia adaptacyjne,
- deficyt słuchu i węchu,
- zaburzenia snu.

Badanie nie uwzględniło jednak takich czynników, jak uwarunkowanie genetyczne i status społeczno-ekonomiczny pacjentów, które też mają znaczenie. Dlatego nie można było stwierdzić czy zaburzenia wymienione na liście przyczyniają się do choroby, czy już są wczesnymi objawami alzheimer'a. Ustalenie tej kwestii będzie celem naukowców na dalszym etapie badań.

Zrób seniorom sok z buraka i zostaw trochę dla siebie, więcej, gdy uprawiasz sport

Anna Rokicka-Żuk
redakcja@stronazdrowia.pl

Skromne i tanie buraki zasługują na składnikach, takie jak w drogich lekarstwach.

Burak to dietetyczny superstar, ale sok z buraka to dopiero hit. Niezbyt często jadamy buraczki jako samodzielne danie, nie jest to ulubione warzywo Polaków, ale surowe buraki z sokowirówki, z jabłkiem i marchewką należy polubić. Taki sok szybko gasi pragnienie i jest bombą zdrowia, zwłaszcza dla osób osłabionych i z problemami układu krążenia. Jest idealny dla seniorów, bo dostarcza składników obniżających ciśnienie, a poza tym składniki są tanie i dostępne. Uważać powinny tylko osoby z kamicą nerkową i rzadką alergią na buraki.

Wartość tego warzywa docenili brytyjscy naukowcy z Uniwersytetu Queen Mary w Londynie, którzy ogłosili, że nieorganiczne azotany zawarte w burakach są tak skuteczne w obniżaniu ciśnienia krwi, jak apteczne leki. Pacjenci z nadciśnieniem, którzy przez cztery tygodnie pili codziennie 250 ml soku z buraka, wykazali znaczący spadek ciśnienia krwi, natomiast u pacjentów przyjmujących placebo nie zauważono poprawy.

Gotuj małe porcje

Surowe buraki są bogate w witaminę C, której zawierają około 35 mg w 100 g. Taka dawka pokrywa połowę zapotrzebowania na kwas askorbinowy dla kobiety i około 30 proc. dla mężczyzny. Ale pod-



Buraczki mogą być nudne jako dodatek do obiadu, ale sok ujawni wszystkie zalety

czas gotowania wartość witaminy C ulega znacznemu obniżeniu. Indeks glikemiczny surowych buraków ciemnowioletowych jest niski (IG 30), ale, niestety, po ugotowaniu lub upieczeniu wartość indeksu znacznie wzrasta. Gotowane buraki mają średnio IG wynoszące 65. Nie jest to najwyższy wskaźnik, ale jednak wysoki. Dlatego osoby z cukrzycą mogą jeść gotowane buraki w porcji nie większej niż 150 g. Taka ilość ma niski ładunek glikemiczny, ale należy uważać z dodawaniem do nich innych produktów, które są źródłem węglowodanów.

Mięsz buraków jest zasobny w związki o antyoksydacyjnym działaniu, w tym:

- Kwasy organiczne - aktywnie uczestniczą w przemianie materii, likwidują szkodliwe bakterie w przewodzie pokarmowym.
- Flawonoidy - to naturalne związki roślinne, które chronią komórki ludzkiego organizmu przed uszkodzeniami.
- Flawonole - mogą spowalniać spadek zdolności umysłowych związany z wiekiem.
- Kwasy fenolowe - mają działanie przeciwzapalne, przeciwcukrzycowe, przeciwmiażdżycowe.
- Karotenoidy - wspierają wzrok, układ odpornościowy, funkcjonowanie układu sercowo-naczyniowego, chronią przed chorobami nowotworowymi.

Buraki dobrze sprawdzają się w leczeniu anemii. 100 g tego warzywa dostarcza aż 1,7

mg i kwasu foliowego - 87 mcg. w 100 g. Inne składniki mineralne obecne w burakach to niewielkie ilości wapnia, cynku, magnezu i manganu. Wartość odżywcza buraków nie kończy się na witaminach i składnikach mineralnych. Związkami o wysokim potencjale prozdrowotnym jest cholina nazywana czasem witaminą B4, która wspiera pracę wątroby, układu nerwowego i procesów poznawczych oraz betanina, o właściwościach przeciwnowotworowych. Buraki swoją barwę zawdzięczają obecności antocyjanów i betalain, które jednocześnie są silnymi przeciwutleniaczami, chroniącymi komórki organizmu przed uszkodzeniami.

Pij, gdy biegasz

Chorzy na cukrzycę powinni sięgać po sok z buraków kiszonych, bo w takiej postaci warzywo dostarcza składników hamujących procesy glikacji. To reakcja występująca we krwi glukozy z białkami w organizmie, co powoduje uszkodzenie komórek i tkanek, prowadząc do rozwoju powikłań, w tym retinopatii czy nefropatii cukrzycowej.

Buraki ciemne są zawsze dobrym źródłem błonnika pokarmowego, który działa profilaktycznie przeciw nowotworom jelita grubego. Błonnik zwiększa uczucie sytości i ułatwia odchudzanie. Zalecaną minimalną dawką błonnika pokarmowego dla osób dorosłych jest 25 g dziennie, dla dzieci to

nie mniej niż 15 g. Zwiększając dawkę błonnika w diecie, trzeba pamiętać o większej ilości płynów, bo błonnik swoje właściwości ujawnia dopiero po wchłonięciu wody.

Sok z kiszonych buraków zawiera oprócz witaminy C także kwasy organiczne, które wzmacniają wchłanianie żelaza. Medycyna ludowa uważała taki napój za remedium na anemię i słusznie, bo buraki są dobrym źródłem żelaza i kwasu foliowego. Przewlekły niedobór tych składników powoduje niedokrwistość. Anemia wpływa na gorsze funkcjonowanie organizmu, a nawet może zagrażać życiu. Dlatego nawet gotowane buraki warto jeść z sokiem z cytryny, papryką, żurawiną lub kiszoną kapustą, bo takie dodatki zwiększają wchłanianie żelaza roślinnego. Cennym bonusem w picu soku z buraka są naturalne rozszerzające naczynia krwionośne. Buraki mogą śmiało dostarczyć odznaczenie za wysoką zawartość potasu, który działa hipotensyjnie, czyli obniżając ciśnienie.

Sok z buraka powinni mieć zawsze w zapasie zawodnicy trenujący sporty wytrzymałościowe, ale też wszyscy, którzy dla zdrowia biegają, jeżdżą na rowerze, pływają lub wioślują. Wiele badań naukowych potwierdziło, że skromne buraki mają imponujące działanie, które wspomaga wysiłek i budowę wytrzymałości tlenokrzęciowej.



Badania wskazują, że najlepszą liczbą dla odchudzania nie jest 10 tysięcy, ale 15 tysięcy kroków dziennie

Spacer nie zawsze pomaga schudnąć

Anna Rokicka-Żuk
redakcja@stronazdrowia.pl

Wędrówka musi być długa, żeby trochę schudnąć. Dasz radę pokonać codziennie dziesięć kilometrów?

Chodzenie wymaga dodatkowych kalorii. Ich liczba jest indywidualna, ale podaje się, że przeciętna osoba o wadze 63 kg spala średnio 40 kcal na kilometr, idąc w umiarkowanym tempie. Natomiast ktoś o wadze 90 kg powinien spalić wtedy 54 kcal. Wykonując 10 tys. kroków, pokonuje się zwykle osiem kilometrów, wymienione osoby spalają więc orientacyjnie 320-432 kcal. To wydatek energetyczny, ale czy spowoduje schudnięcie?

Dziesięć tysięcy kroków dziennie uznano ogólnie za działanie korzystne dla zdrowia. Coraz więcej osób używa urządzeń monitorujących taką aktywność, trackery są zainstalowane w smartfonach, a krokomierze stają się łatwiej dostępne na wagę zajmuje się prof. Bob Buress z Laboratorium Fizjologii Ćwiczeń Uniwersytetu Stanowego Kenne-saw w Georgii. Naukowiec wyjaśnił, że przyczyną dzisiejszej epidemii otyłości są nadwyżki energii z diety, ale też redukcja

poziomu aktywności fizycznej. A co, gdy zaczniemy więcej chodzić, zapominając o samochodach i kurierach? Niestety, to oznacza jedynie i najwyżej umiarkowany spadek wagi. Eksperci nie ukrywali, że rola spacerów w odchudzaniu często była dla nich rozczarowaniem. Jak się okazało, opinia, że „robiąc dziesięć tys. kroków spalasz 300-400 kcal” - nie jest oparta na prawdzie. Prof. Buress stwierdził, że liczba spalanych kalorii zależy na przykład od zawartości tkanki mięśniowej. Osoba, która ma jej więcej, jest zwykle cięższa od tej, która ma z kolei dużo tłuszczu. Masę mięśniową można utrzymać dzięki obfitemu jedzeniu. Taka bardziej umięśniona osoba musi też więcej chodzić, żeby utrzymać swój skład ciała. Kobieta ważąca 70 kg i mająca 30 proc. tłuszczu w ciele, musi wykonać 11 450 kroków dziennie, żeby schudnąć. 8700 kroków dziennie wystarczy jej do utrzymania takiej wagi, jaką ma. Mężczyzna o wadze 80 kg z 25 proc. tłuszczu w organizmie, musi pokonać 10 900 kroków dziennie, żeby utrzymać stałą masę ciała. Osoba o wadze 100 kg i z 20 proc. tkanki tłuszczowej, musi wykonać aż 15 300 kroków dziennie czyli iść przez prawie 12 kilometrów, żeby schudnąć. Niełatwe.



Spacer warto przeplatać marszami, marszobiegami i biegami, a także chodzić po nierównym terenie

WARTO WIEDZIEĆ

Jakie warzywa najczęściej jadają Polacy?

Pomidory - 39 proc.
Ogórki - 23 proc.
Ziemniaki - 15 proc.
Kalafior - 10 proc.
Marchew - 10 proc.
Sałata - 10 proc.
Papryka - 7 proc.
Kapusta - 6 proc.
Brokuł - 6 proc.
Cebula - 3 proc.
Rzodkiewka - 2 proc.
Burak - 2 proc.
Cukinia - 2 proc.
Fasola - 2 proc.
Dymna - 1 proc.
2 proc. badanych stwierdziło, że nie jada warzyw. (Badania Kantar Public).

Czas z dziećmi jest najcenniejszy dla każdego rodzica, ale czasem warto spędzić czas samemu ze sobą

Małgorzata Socha na Instagramie Fot. Sylwia Dąbrowa



Z ŻYCIA GWIAZD

Anita Werner uśmiechnęła się

Prezenterka TVN-u wybrała się ostatnio na wesele znajomego – dziennikarza sportowego Jacka Kurowskiego. Na jej Instagramie pojawiło się ich wspólne zdjęcie. Największą sensację wzbudził fakt, że Werner uśmiecha się na nim szeroko, co niezwykle rzadko jej się publicznie zdarza.

Blanka Lipińska chciała wyjąć implanty

Kiedy ostatnio jedna z faneek zapytała celebrytkę w internecie czy jest zadowolona z wymiany implantów piersi, ta odpowiedziała zdecydowanie, że nie jest zadowolona: – Szczerze? Chciałam wyjąć całkiem i mieć święty spokój, ale po 10 latach to niestety nie jest takie proste – dodała Lipińska.

Agnieszka Włodarczyk nie odebrała obrączek

Zapytana w internecie, dlaczego nie nosi obrączki ślubnej, Włodarczyk napisała: „Nie nosiliśmy ich, bo schudliśmy i trzeba je było zmniejszyć. Oddaliśmy obrączki do salonu, który te obrączki zrobił, miały zostać zmniejszone i wysłane do nas kurierem przed naszym wylotem do Bahrajnu, ale zostały zgubione. Najlepsze jest to, że firma kurierska wysłała pismo, że odebrałam obrączki w dniu, w którym wylądowałam w Bahrajnie. Czy ktoś tutaj kręci? Bo ja ich nie odebrałam”. (GZL) Fot. Karolina Misztal



W TELEWIZJI



1920. Wojna i miłość Kino Polska, 19:00

Akcja serialu rozpoczyna się w 1918 r. w ogarniętej chaosem porewolucyjnej Rosji. Główni bohaterowie to trzej młodzi mężczyźni z trzech zaborów. Po zakończonej wojnie razem przedzierają się do ojczyzny, która odzyskała niepodległość.

Francuska suita TVP Kultura, 20:00

Mieszkająca w okupowanej Francji Lucille żyje w małżeństwie z pozbawionym miłości. Gdy do jej domu wprowadza się niemiecki żołnierz, musi wybrać między uczuciem a ojczyzną.

Lot 93 Stopklatka, 20:00

Boeing 757 był jednym z czterech samolotów, które zostały porwane 11 września 2001 r. Podczas lotu do kabiny pilotów wdarło się czterech zamaskowanych terrorystów, którzy przejęli kontrolę nad maszyną.

World Trade Center TVN 7, 21:00

Nowy Jork, 11 września 2001 r. Dwóch policjantów przełamuje bezradność i zaskoczenie wobec ataku terrorystycznego na WTC i rusza na pomoc ofiarom.

Na noże TVP 1, 21:05

Słynny detektyw musi wyjaśnić tajemnicze okoliczności śmierci autora kryminałów. Od początku wie jedno – wszyscy członkowie tej dysfunkcyjnej rodziny są podejrzani.

KRZYŻÓWKA NR 141

Poziomo:

- 3) złe samopoczucie spowodowane poczućmi wina,
10) „... czerwona”, amerykański western,
11) roślinny motyw dekoracyjny,
12) coś bardzo smacznego do jedzenia lub picia,
14) jadalna ryba morska,
15) badanie składu substancji,
16) wielki ptak padlinożerny,
19) Julio, autor powieści „Gra w klasy”,
23) stojak dla malarza,
27) przyszła do woza (w porze kadle),
28) drewno brzozy i topoli,
29) zarządzana przez biskupa,
30) księstwo z Monte Carlo,
33) pobiera świadczenie z ZUS-u,
37) 1/3 meczu hokeja na lodzie,
38) Marcin z kabaretu „Ani Mru Mru”,
39) film science fiction na podstawie powieści Franka Herberta,
40) ... Preis, aktorka z serialu „Ojciec Mateusz”,
41) odkryty powóz czterokołowy.

Pionowo:

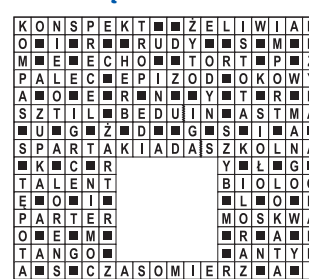
- 1) mały chłopiec, szkrab,
2) rządy strachu i przemocy,
3) skrzynia na czcionki,
4) pilotka lub bejsbolówka,
5) pańskie konia tuczy,
6) kardiochirurg lub ortopeda,
7) japoński konkurent Kawasaki,
8) bóstwo Indian Ameryki Północnej,



- 9) metropolia Kraju Klonowego Liścia,
13) idealny w pokoju czystości,
17) morski drapieżnik, miecznik,
18) fusy lub szlam,
20) wodne w ogrodzie botanicznym,
21) wszystko bieli zawdzięcza (w aforyzmie),
22) kruszec dla dezertów,
24) w parze z morełami,

- 25) belgijski port nad Mozą,
26) Tadeusz, polski poeta,
30) określony sposób postępowania, reguła,
31) nie imponuje spokojem,
32) rodzaj masy cukierniczej,
34) nastoletnia dziewczyna, podłotek,
35) olej z nasion rącznika,
36) stan w USA nad Zatoką Meksykańską.

ROZWIĄZANIE NR 140



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Twoja uwaga będzie w dużej mierze skupiona na potrzebach innych osób. Horoskop dzienny mówi, że możesz liczyć na ich wdzięczność.

Ryby (19.02 - 20.03)

Kierować się będziesz tylko swoją intuicją. Horoskop dzienny na środę mówi, że zdanie innych nie będzie się dla Ciebie liczyć.

Baran (21.03 - 19.04)

Niech lepiej nikt nie wchodzi Ci w drogę. Horoskop na dziś mówi, że będziesz przez cały dzień w bojowym nastroju. Awantura wisi w powietrzu...

Byk (20.04 - 20.05)

W pojedynkę nie poddasz wszystkim zaplanowanym obowiązkom. Horoskop dzienny na środę mówi, że musisz prosić o wsparcie. Bliźnięta (21.05 - 21.06)

Horoskop dzienny bardzo wyraźnie zapowiada, że podejmowane przez Ciebie działania zostaną dzisiaj zaważone i docenione. Rak (22.06 - 22.07)

Przygotuj się na konieczność zmiany powziętych planów. Horoskop na dziś mówi, że wprowadzi to trochę chaosu w Twe uporządkowane życie.

Lew (23.07 - 22.08)

Nie będziesz dzisiaj w najwyższej formie. Horoskop dzienny mówi, że realizacja nawet prostych zadań będzie nastrożać Ci problemy. Panna (23.08 - 22.09)

Nie rozminiaj swojego zaangażowania na drobne. Horoskop na dziś radzi skupić się na tym, co ważne dla Ciebie oraz Twoich bliskich. Waga (23.09 - 22.10)

Nie obarczaj dzisiaj innych ludzi swoimi problemami. Horoskop dzienny zapowiada, że raczej nie możesz liczyć na zrozumienie.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Będziesz dla kogoś ze znajomych ostatnią deską ratunku. Horoskop dzienny na środę mówi, że od Twojej interwencji będzie wiele zależało. Strzelec (22.11 - 21.12)

Poczujesz znużenie codziennymi obowiązkami. Horoskop dzienny na środę zapowiada, że wieczorem położysz się wcześniej spać. Koziorożec (22.12 - 19.01)

Ktoś będzie krytycznie ocenił to, co zrobisz. Horoskop na dziś bardzo wyraźnie ostrzega, że może to stać się zarzewiem sporej awantury.

Handlowe

INNE

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

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

SKUP aut do 10 000 + hol. 692840378

Praca

ZATRUDNIĘ

NIEMCY, cieśla, murarz, malarz, hydr., spawacz, op. kop., dźwig. 601-218-955

Zdrowie

INTERNA

BADANIA okresowe pracowników, kierowców, na broń, lek. W. Cader, 603767838 542314354, Badania okresowe pracowników, kierowców, posiadających broń, lek. Wojciech Cader, Plac Wolności 17, pn. 10.15-13.00, wt. 8.00-11.00,śr. 14:00-19:00 czw. 8.00-11.00, pt.14:00-19.00,603-767-838, 54/231-43-54.Wpółpraca z LUXMED i MEDICOVER

Różne

STARE książki- skup 881-934-948

Turystyka

KRAJ - GÓRY

PROMOCJA - pobyt - 85 zł ze śniadaniem. TYLICZ k/Krynicy G., pok. z łaz.+TV, bilard, parking, 730-007-166

KRAJ - MORZE

KOŁOBRZEG ! Wczasy Tydz. Od 1250 zł Tel. 94/354-36-65.

ŁĘBA - tanie pokoje z łaz. 603-471-715.

Rolnicze

PLODY ROLNE

ZBOŻA PASZOWE KUPIĘ 602114212

ZWIERZĘTA HODOWLANE

KNURKI,LOSZKI, prośne 663 932 137.

KURKI, kury, nioski odchowane, Zieleń, 566885514, 506405692.

SKUP bydła pozaklasowego. 508-869-814.

SKUP jałowic mlecznych hodowlanych i użytkowych - cielność 5-8 mc. -tel: 606289298

INNE

!!! Gazowanie zboża, bielenie wapnem budynków, mycie hal i obiektów, tel. 600-137-410.

Usługi pogrzebowe

A. Witkowski "ELWAN, ul. Piłsudskiego 55, Dom pogrzebowy, Usługi Pogrzebowe i Kamieniarskie. Kaplica, Chłodnia bezpłatnie. Tel. 56/64-267-08, 24h

REKLAMA

0011165294

Burmistrz Miasta i Gminy Jabłonowo Pomorskie

informuje, że zgodnie z art.35 ust.1 i 2 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997r. o gospodarce nieruchomościami

został sporządzony

wykaz nieruchomości przeznaczonych do zbycia.

Wykaz został umieszczony w siedzibie Urzędu Miasta i Gminy Jabłonowo Pomorskie oraz w Biuletynie Informacji Publicznej na stronie internetowej www.jablonowopomorskie.pl na okres 21 dni.

Jabłonowo Pomorskie, dnia 5.09.2024 r.

0011167236

Z głębokim żalem przyjęliśmy wiadomość o śmierci naszego wieloletniego pracownika, emeryta

Zenona Czajkowskiego

lat 72

Pogrzeb odbędzie się dnia 12.09.2024 r. o godz. 14.00 w kościele pw. św. Apostołów Piotra i Pawła w Kruszwicy.

Rodzinie Zmarłego

wyrazy głębokiego współczucia składają

Dyrekcja i Pracownicy KGS S.A. w Toruniu

Oddział: „Cukrownia Kruszwica” w Kruszwicy

0011167276

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że dnia 8 września 2024 roku odeszła nasza ukochana Mama, Babcia i Prababcia

Teresa Stankiewicz

lat 86

Msza św. pogrzebowa zostanie odprawiona dnia 13 września 2024 roku o godz 10.00 w kościele garnizonowym pw. Św. Barbary w Inowrocławiu.

Pogrzeb odbędzie się tego samego dnia po mszy św. na cmentarzu Imienia NMP (Ruina) przy ul. Marcinkowskiego w Inowrocławiu.

W smutku pogrążeni

Syn Ryszard z Rodziną

i Wnuczka Dorota z Rodziną

0011167611

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że dnia 9 września 2024 roku zmarła nasza najukochańsza Mama, Teściowa, Babcia i Prababcia

Sabina Frąszczak

z domu Toda, lat 95

Msza św. żałobna odprawiona zostanie dnia 12 września 2024 r. o godz. 14.00 w kościele parafii pw. Św. Krzyża. Po mszy św. ceremonia pogrzebowa na cmentarzu parafii Św. Mikołaja przy ul. Marulewskiej w Inowrocławiu.

Pogrążeni w smutku

Córki i Syn z Rodzinami

0011167547

Życie, choćby i długie, zawsze będzie krótkie.

W. Szymborska

Z powodu śmierci

Pani Profesor

Teresy Stankiewicz

szczerze wyrazy współczucia i słowa otuchy składają

Dyrektor i społeczność

II Liceum Ogólnokształcącego im. Marii Konopnickiej w Inowrocławiu

0011167002

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że dnia 8 września 2024 roku odszedł od nas mój ukochany Mąż, a nasz Ojciec, Teść, Dziadek i Brat

Kazimierz Burak

lat 78

Msza św. pogrzebowa zostanie odprawiona dnia 12 września 2024 roku o godz. 13:00 w kościele pw. Św. Józefa w Inowrocławiu.

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

W smutku pogrążona

Rodzina

AUTOPROMOCJA

0011102697

Zleć nekrologi, ogłoszenia drobne, życzenia

Biura ogłoszeń Gazety Pomorskiej:

Bydgoszcz: czynne: pn.-pt. 8-16
ul. Zamoyskiego 2
tel. 519 503 513, e-mail: magdalena.welka@polskapress.pl

Grudziądz: czynne: pn.-pt. 8-16
ul. Wybickiego 38, tel. 56 45 11 930
e-mail: ogloszenia.grudziadz@pomorska.pl

Inowrocław: czynne: pn.-pt. 8-16
Aleja Ratuszowa 15, tel. 692 725 390
e-mail: ogloszenia.inowroclaw@pomorska.pl

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

Włocławek: czynne: pn.-pt. 8-17
ul. Żabia 29, tel. 54 231 45 31
e-mail: ogloszenia.wloclawek@pomorska.pl



PIŁKA NOŻNA KOLEJNYM RYWALEM POLSKICH PIŁKARZY W LIDZE NARODÓW BĘDZIE REPREZENTACJA PORTUGALII

„Polskę stać na odważny futbol”

Jaromir Kruk
redakcja@polskapress.pl

Jakub Moder nie gra ostatnio w Brighton & Hove Albion F.C., na co wpływ miały też jego problemy zdrowotne. - Jestem dobry piłkarzem i chcę to pokazywać w klubie i reprezentacji - mówi pomocnik.

Mogliście osiągnąć w Osijeku korzystny wynik?

Jak w pierwszej połowie się szalenie broniliśmy, to już po przerwie było widać dużą przewagę Chorwatów. Gospodarze wykorzystali to, strzelając nam jednego gola. Mamy dużo spraw do przeanalizowania. W październiku czekają nas dwa ciężkie mecze w Lidze Narodów - oba na PGE Narodowym, z Portugalią i właśnie Chorwacją. Trzeba zdobywać punkty.

Zwycięskiego gola dla gospodarzy zdobył 39-letni Luka Modrić. Dało się coś od niego podpatrzeć?

Luka Modrić to klasowy zawodnik. Jest jak wino: im starszy,

tym lepszy. Mieliśmy problemy w środku pola, z pressingiem, doskoki do nich, by im tę piłkę odebrać. Chorwacja stwarzała sobie przewagę, schodziła napastnikami nisko, naprawdę fajnie rozgrywała.

Na co kładliście największy nacisk w spotkaniu w Osijeku?

Mieliśmy poprawić wyjście spod pressingu, przy otwarciu gry, jak zaczynamy od bramkarza. Gdzieś tam dobrze wychodzimy, lecz brakuje utrzymania piłki z przodu. To trzeba poprawiać.

Jaki był plan na Chorwację?

Chcieliśmy grać ofensywnie, a my mieliśmy problemy z wyprawianiem piłki. Za kadencji trenera Michała Probierza pokazaliśmy, że możemy się postawić rywalom teoretycznie lepszym od nas, jak na przykład Francja.

Polskę stać na odważniejszy futbol?

Oczywiście, że stać. Mamy piłkarzy z dużym potencjałem.



Jakub Moder: Brakuje utrzymania piłki z przodu, to trzeba poprawiać. Nie chcemy tylko się bronić, a tak jak momentami na Euro 2024 dłużej operować futbolówką

Chorwacja była lepsza, ale my też mieliśmy parę ciekawych momentów, kiedy fajnie pograliśmy. Okazało się, że to zdecydowanie za mało. Czas jednak pracuje na naszą korzyść. Kluczem to - jak mówiłem - utrzymywa-

nie się przy piłce. Pierwsza połowa w Osijeku była w miarę pod kontrolą, niestety straciliśmy to. Za często pozbywaliśmy się piłki na własnej połowie, powinno być więcej podań do przodu.

Co z tego wrześniowego zgrupowania wyniosłeś dla siebie?

Cieszę się, że powołanie dostałem, choć nie grałem w klubie i nie miałem okresu przygotowania. Zdobyłem minuty w kadrze, to dla mnie cenne.

W spotkaniu z Francją na Euro grałem z kontuzją, naderwanym mięśniem czworogłowym, bo bardzo mi zależy, aby reprezentować nasz kraj. Dlatego też selekcjoner pomógł mi w trudnej sytuacji i jestem mu bardzo wdzięczny. Tak jak mówi, trzeba grać w drużynie klubowej, i zrobię co w mojej mocy, by odzyskać miejsce. Nagle nie zapomniałem, jak się gra w piłkę, a uważam się za dobrego zawodnika.

Trzy punkty w dwóch meczach Ligi Narodów UEFA we wrześniu to dobry wynik dla Polski?

Stać nas było na więcej. Chorwacja pokonała nas zasłużenie, ale gdybyśmy w pewnych elementach zaprezentowali się lepiej, można było coś zdobyć.

Po Modricu czas na Cristiano Ronaldo. Jego przyjazd do Polski to dla was dodatkowa motywacja?

Rozmawiamy o wielkich gwiazdach, ale my musimy przeciwstawiać się rywalom jako drużyna.

Piłkarskie Orły. Wilczki są pazerne na gole

Wojciech Konończuk
wojciech.kononczuk@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA W wrześniowej edycji rankingu „Piłkarskie Orły” sporo namieszać mogą piłkarze Warmii Grajewo, którzy brylują na czwartoligowych boiskach.

Wilczki w czterech ostatnich występach strzeliły aż 27 goli, gromiąc kolejnych przeciwników.

Warmia w tym roku obchodzi stulecie powstania klubu. Kibice po cichu liczą na uczczenie pięknego jubileuszu włączeniem się do walki o III ligę. Początek okazał się jednak zimnym prysznicem, bo zespół z Grajewa na inaugurację przegrał u siebie 2:3 z KS-em Michałowo, a potem uległ w prestiżowym starciu derbowym na wyjeździe Wissie Szczuczyn 1:3.



Piłkarze Warmii Grajewo (ciemniejsze stroje) w tym sezonie strzelili już 30 goli. Imponująca skuteczność.

- Trudno mi powiedzieć, dlaczego z tego doszło. Może trochę uspiły nas wyniki przedsezonowych sparingów i zabrakło koncentracji, może nie przygotowaliśmy dobrej formy na otwarcie sezonu. Na pewno jed-

nym z powodów była nieskuteczność, bo i z Michałowem i z Wissą mieliśmy swoje okazje, a w Szczuczynie można też mieć wiele zastrzeżeń do pracy sędzkiego - wspomina działacz Warmii Janusz Szumowski. -

Boli szczególnie porażka u siebie i fakt, że było to jedyne jak dotąd zwycięstwo Michałowa. Tego jednak już nie zmienimy i możemy tylko skupić się na tym, co przed nami - dodaje.

Przełom nastąpił w trzeciej kolejce, kiedy do Grajewa zawiązała Sparta 1951 Szepietowo i została przez Wilczki rozgromiona 9:0. To uruchomiło lawinę, bo drużyna, która prowadzi trener Kamil Randzio poszła za ciosem i kolejno ogrywała: 5:0 Promień Monki (wyjazd), 6:0 Orleńską Czyżew ((dom) i 7:2 MOSP Białystok (dom).

Zwraca uwagę ostatni triumf, bo złożona wyłącznie z młodzieżowców drużyna ze stolicy regionu do tej pory znakomicie broniła, tracąc w pięciu kolejkach ledwie dwie bramki. W Grajewie defensywa białostoczan nie była w stanie zatrzymać rozgromionych gospodarzy.

30 zdobytych bramek w sześciu meczach to osiągnięcie na skalę krajową. We wszystkich IV ligach lepszą skuteczność ma tylko lider grupy kujawsko-pomorskiej - Tuchovia Tuchowo (34 gole), a podium zamykają z dorobkiem 28 trafień prowadzący na Podlasiu KS Wasilków i najlepszy aktualnie na Dolnym Śląsku Słowianin Wolibórz.

W rankingu „Piłkarskie Orły” liczą się indywidualności, które w pojedynkę rozstrzygają losy spotkań. Takim snajperem jest na przykład Jan Pawłowski z Wasilkowa. W grajewskim zespole dorobek bramkowy rozkłada się między wielu zawodników ofensywnych.

- Tak naprawdę uważam to za plus i do tego dążyliśmy. Przez lata o naszej ofensywności decydował Tomek Dzierżgowski, potem liczby wykręcał Pa-

weł Kossyk. Teraz mamy jeszcze braci Kalinowskich, jest Dawid Śliwowski, znakomicie rozwija się młody Arek Mazurek, który z MOSP-em popisał się hat-trickiem. Nawet jeśli ktoś jest pod formą, albo ma kontuzję, to bramki zdobywają inni - wylicza Janusz Szumowski.

Znakomity dorobek strzelecki to także efekt tego, że Wilczki są bardzo pazerne na kolejne bramki. Nawet, gdy zespół z Grajewa prowadzi różnicą kilku trafień i wynik jest przesądzony, Warmia atakuje dalej i sporo goli strzela w ostatnich fragmentach gry.

- Ta pazerność cieszy i świadczy o właściwym podejściu do meczu. Według mnie stać nas na włączenie się do walki o miejsca pierwsze lub drugie. Szkoda stracić z początku sezonu, ale walczymy dalej - kończy Janusz Szumowski. ©



RANKING

PATRONAT
HONOROWYMinisterstwo
Sportu i TurystykiPARTNER
MERYTORYCZNY

SPORT

www.sportowy24.pl

Maciej Janowski poruszył transferowy rynek. „Zaczynam rozmowy”

Magdalena Zimna
magdalena.zimna@polskapress.pl

ŻUŻEL. Doszliśmy do tego, że zaczynam rozmowy z innymi klubami - tymi słowami Maciej Janowski rozgrzał prezów i kibiców kilku klubów PGE Ekstraligi i kandydatów na beniaminków.

Janowski od lat związany jest ze Spartą i jeszcze niedawno nie nie wskazywało, by ich wspólna przygoda miała się skończyć. „Magic” od lat jest jednym z filarów wrocławskiej drużyny i ulubieńcem miejscowych kibiców. W tym sezonie wypadł z czołówki najsukuteczniejszych zawodników PGE Ekstraligi, w Sparcie lepsi od niego są Artur Łaguta i Daniel Bewley, ale wciąż kręci się wokół średniej 10 punktów na mecz.

Niedawno jednak przyznał, że jego negocjacje w sprawie kontraktu ze Spartą na kolejny sezon utknęły. - Byłem na rozmowach, ale nie odczułem entuzjazmu i zbyt wielkiego zainteresowania, by kontynuować współpracę. Utrzymuję dużą grupę ludzi, inwestuję w park maszyn, mam rodzinę, za którą jestem odpowiedzialny. Dlatego chciałem wiedzieć, na czym stoję. Liczę, że ta niepewność skończy się jak najszybciej - mówi w rozmowie dla redbull.com.

A po wygranym półfinałowym meczu Sparty w Gorzowie, w Magazynie Żużlowym na antenie Canal+ wypalił: - Jestem

z Wrocławia, tam się wychowałem. Jednak uprawiam sport profesjonalny i w pewnych rzeczach zgodzić się muszą dwie strony. Przez ostatnie dziesięć lat nie rozmawiałem z żadnym klubem. Po ostatnim spotkaniu we Wrocławiu doszliśmy z prezesem do tego, że zaczynam rozmowy z innymi klubami - dodał. Jego słowa wywołały lawinę spekulacji co do potencjalnych ruchów transferowych. Chętnych na zatrudnienie Janowskiego na pewno by nie zabrakło. W tym gronie może być GKM Grudziądz, na pewno zaś beniaminek PGE Ekstraligi. A tym będzie Polonia Bydgoszcz lub ROW Rybnik.

Wiadomo, że bydgoski klub po ewentualnym awansie - chętnie widziałby Janowskiego u siebie. Jerzy Kanclerz póki co jest po słowie z Wiktorem Przyjemnskimi i Krzysztofem Buczkowskim (w tym drugim przypadku podobno niezależnie od ligi). Do grona polonistów dołączyć ma też Aleksandr Łoktajew, być może także Gleb Czugunow. Maciej Janowski byłby świetnym wzmocnieniem, a z naszych informacji wynika, że rozmowy na linii Janowski - Kanclerz się odbyły.

Póki co, na Sportowej zapewnianą jednak, że skupiają się na najbliższych meczach z ROW, bo jest zadanie do wykonania. Pytany o Janowskiego Kanclerz mówi dyplomatycznie: - To świetny zawodnik. Pytanie, czy na pewno chce odejść ze Sparty.



Macieja Janowskiego w swoich barwach widziałoby kilka klubów, ale Sparta łatwo go nie wypuści

ŻUŻEL

Michelsen nie dokończy cyklu Grand Prix

Mikkel Michelsen, który miał groźny upadek w turnieju o Grand Prix Łotwy w Rydze, nie wróci już na tor w tym sezonie. Jak poinformował jego team, żużlowiec doznał urazu prawego ramienia, uszkodzenie kości i złamanie łokcia. Konieczna jest operacja. Michelsena nie zobaczymy w ostatnich dwóch turniejach cyklu Grand Prix w Vojens i Toruniu. Przypomnijmy, że Duńczyk od sezonu 2025 ma być zawodnikiem Apatora.



FOT. MARCIN ORŁOWSKI

OLIMPIZM

Koniec współpracy z PKOl

PKP Intercity wypowiada umowę sponsorską Polskemu Komitetowi Olimpijskiemu (PKOl) ze skutkiem natychmiastowym - poinformowała we wtorek spółka. Zastanawia się nad tym też Orlen.

KRÓTKO



FOT. ADAM JASTRZĘBOWSKI

PIŁKA NOŻNA

Grają w Pucharze Polski w okręgu bydgoskim

W środę rozegrane zostaną mecze III rundy Pucharu Polski w okręgu bydgoskim. Na tym etapie do rozgrywek dołączają zespoły z Betclis 3. Ligi oraz 4. Ligi Kujawsko-Pomorskiej. I to one są faworytami w poszczególnych parach. Choć puchary rządzą się swoimi prawami...

Oto zestaw par: Dąb Potulice - Rawys Raciąż, Fala Świekatowo - Unia Solec Kujawski, GLKS Dobrcz - Cuiavia Inowrocław, Kujawiak Sukowy - Polonia Bydgoszcz, LKS Dąbrowa Chełmińska - Gopło Kruszwica, Notecianka Pakość - Pałuczanka Żnin, Noteć Gębice - Tarpan Mrocza, Olimpia Dąbrowa - Noteć Łabiszyn, Piast Kołodziejewo - Chemik Bydgoszcz (wszystkie mecze godz. 16.45); Zawisza II Bydgoszcz - Start Pruszcz (godz. 17), Gryf Sicienka - MUKS CWZS Bydgoszcz (godz. 17), Unia Gniewkowo - Wda Świecie (godz. 17.15), Chemik II Bydgoszcz - Pogoń Mogilno (godz. 19), Dąb Barcin - Pomorzanin Serock (wtorek, 17.09, godz. 18), Sędziowie KPZPN - Dąb Bąkowo Dąbrowa Biskupia (środa, 18.09, godz. 17.30), Tarant Wójcin - Zawisza Bydgoszcz (środa, 25.09, godz. 16.45). (dlk)

LOTTO

PONIEDZIAŁEK, 09.09**Multi Multi, godz. 22.00**

4, 5, 9, 14, 16, 18, 26, 28, 44, 47, 49, 50, 52, 54, [59], 69, 73, 74, 79, 80

Kaskada, godz. 22.00

2, 4, 6, 7, 11, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 24

Mini Lotto

15, 23, 24, 27, 31

Ekstra Pensja

2, 4, 15, 17, 22 - 2

Ekstra Premia

4, 27, 28, 31, 33 - 3

WTOREK, 10.09**Multi Multi, godz. 14.00**

3, 5, 8, 9, 23, 24, 26, 41, 47, 51, 53, 54, 55, 59, 61, 66, 71, 72, [73], 75

Kaskada, godz. 14.00

2, 3, 4, 6, 7, 8, 11, 14, 16, 21, 23, 24

Będą pieniądze na sport dzieci, ale...

Dariusz Knopik

dariusz.knopik@polskapress.pl

FINANSOWANIE SPORTU. Sławomir Nitras, szef Ministerstwa Sportu i Turystyki, ogłosił założenia programu Klub Pro, który ma wspierać szkolenie dzieci i młodzieży. Budżet programu 100 mln zł.

- Polski sport potrzebuje debaty na temat sposobu szkolenia m.in. dzieci i młodzieży. Stąd ten program. Chcemy złamać monopol związków sportowych i trafić z pieniędzmi bezpośrednio do klubów w oparciu o obiektywne kryteria - mówił Minister Sportu i Turystyki Sławomir Nitras podczas konferencji prasowej w Bytomiu, ogłaszając program Klub Pro.

O dofinansowanie z programu będzie mogło ubiegać się 600 najlepszych klubów w Polsce które uzyskały najwyższą liczbę punktów w klasyfikacji Systemu Sportu Młodzieżowego (SSM) w latach 2021-23.

Punktomania i medalomania

I tu pojawia się pierwszy problem. Od lat trwa dyskusja, dlaczego tak mało sportowców, którzy osiągnęli sukcesy jako juniorzy czy młodzieżowcy, potem stają się słabymi seniorami i nie przynoszą Polsce medali. Panuje opinia, że winna jest punktomania i medalomania właśnie u progu szkolenia, a nie chęć wyszkolenia przyszłego mistrza. Duża część finansowania klubów właśnie uzależniona jest od liczby punktów i medali, dlatego trenerom nie zależy na kształtowaniu przyszłych mistrzów, a na osiągnięciu wyników tu i teraz, bo od tego zależy byt klubu.

Drugi problem, to późne wejście części juniorów i młodzieży w rywalizację i wystąpienia z formą w późniejszym czasie. W takim systemie finansowania tacy młodzi sportowcy także mogą być skazani poza nawias i można ich łatwo przecoczyć, będąc nastawionym na tu i teraz.

Trzeci problem: to nadmierna eksploatacja młodych dobrze rokujących sportowców, by „ciągnęli wynik” i „kosili krawki” - jak często mówi się



FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

Najlepsze kluby trenujące dzieci i młodzież mogą zyskać dodatkowe finansowe ze środków MSiT

w sportowym żargonie. Potem jak wchodzi w wiek seniora są już wypaleni i bez szans na prawdziwe sukcesy w zawodowym sporcie.

Wydaje się, że ludzie w ministerstwie tych zagrożeń nie dostrzegli, choć w środowisku mówi się o nich od lat.

Odnosi się wrażenie, że urzędnicy po prostu wzięli najbardziej dostępne dokumenty i na ich podstawie stworzyli listę klubów, które mogą składać wnioski o dofinansowanie.

Nic nie wiadomo czy projekt Klub Pro był w jakiś sposób konsultowany ze środowiskami sportowymi.

Wątpliwości budzą też niektóre kluby na liście, które są współfinansowane przez spółki skarbu państwa.

Środki na płace, szkolenie i sprzęt

W myśl założeń programu środki pozyskane z dofinansowania będzie można przekazać na wsparcie działań związanych ze szkoleniem.

„Chodzi m.in. o wynagrodzenia dla trenerów i kadry prowadzącej zajęcia, a także koszty takie jak wynajem obiektów sportowych, zgrupowania i konsultacje krajowe, zakup sprzętu sportowego i specjalistycznego” - czytamy w komunikacie MSiT.

100 milionów do podziału

Budżet programu Klub Pro na rok 2024 wynosi 100 milionów złotych.

Kluby, które znajdują się na liście opublikowanej przez MSiT mogą składać wnioski od 16 września. Finansowaniem może być objęty okres od 1 lipca do 31 grudnia 2024 roku.

Programem może być objętych 48 klubów z województwa kujawsko-pomorskiego (pełna lista w internecie). ©©