

Udar mózgu groźniejszy niż zawał.
Rozmowa z prof. Krzysztofem J. Filipiakiem,
kardiologiem **str. 2**



FOT. WUM

Jak jeść chosnek, żeby chronił
nas przed chorobami.
Niedobory witaminy D. Jak
zwiększyć jej wchłanianie. **str. 11**

STRONA
ZDROWIA

Środa
16.04.2025

Wydanie 3
Nr 89 (23.298)
Nakład 8.520 Rok LXXVII

GAZETA

pomorska

www.pomorska.pl
Cena 4,80 zł (w tym 8% VAT)

Grudziądz

Modernizacja PKP
powinna się już
kończyć, a nawet się
nie zaczęła! **str. 8**



FOT. PIOTR BILSKI

Toruń

Nowe odcinki ulic
na Jarze – z jezdnią
zamiast parkingu
str. 9



FOT. MAREK NIENARTOWICZ

Toruń

Na skwer zaproszą
nas na koncert
na fortepianie
str. 10



FOT. TOMASZ CZACHOROWSKI

SPORT

Zawisza Bydgoszcz ostatnio mocno zawiódł
swoich kibiców. Stadion nie jest twierdzą
niebiesko-czarnych. To się powtarza od wielu
sezonów. Czas, by to zmienić **str. 15**

Świąteczne smakołyki od rolników, jak co roku, bardzo popularne

Jaja, twaróg, masło, wędliny, chleb, ciasto -
większość produktów wielkanocnego koszyka
można kupić od rolników z regionu. Niektórzy już
jednak nie przyjmują zamówień na święta **str. 3**

Nr ISSN 0867-4965

Nr indeksu 350184



**Brakuje rodzin
zastępczych.** Czeka
na nie w regionie aż
172 dzieci **str. 4**

KOŚCIÓŁ PO INTERNECIE KRAŻĄ INFORMACJE O STAWKACH

Bez „co łaska”, czyli koniec z kościelnymi cennikami

Katarzyna Piojda
katarzyna.piojda@polskapress.pl

Ksiądz bierze co najmniej 700 złotych za udzielenie ślubu, a 300 zł za chrzest. Podobne nieoficjalne cenniki obowiązują w części parafii. Watykan mówi: stop! Wierni mówią natomiast, że zakaz będzie obowiązywał tylko w teorii.

„Za udzielanie sakramentów nie wolno niczego żądać, zawsze unikając tego, by najubożsi zostali pozbawieni pomocy sakramentów z powodu ubóstwa. Należy również prze-

strzegać tego, aby także nie otrzymawszy ofiary, odprawić mszę świętą w intencjach wiernych, zwłaszcza ubogich”. Tak brzmi jeden z zapisów nowego dekretu kościelnego, wydanego przez papieża Franciszka. Nowe przepisy wejdą w życie już 20 kwietnia, czyli w Niedzielę Wielkanocną.

Ks. Ryszard Pruczkowski, proboszcz parafii Bożego Ciała w Bydgoszczy, popiera ten zakaz. - W naszej parafii swoiste cenniki nigdy nie obowiązywały. Owszem, część wiernych przekazuje kapłanom ofiary „co łaska”. Gdyby jednak ich nie przekazy-

wali, to z jednakowym zaangażowaniem odprawilibyśmy nabożeństwo.

Część wiernych twierdzi, że nowy przepis będzie teorią, a dekret papieski nie zmieni praktyk wybranych kapłanów. Młode małżeństwo spod Bydgoszczy ślubowało w 2024 roku. - Organizację wesela zlecieliśmy wedding-planerce. Zapytała, czy chcemy mieć ślub w „modnej” parafii w mieście, ale wtedy księdzu powinniśmy przekazać minimum 1000 zł. Zrezygnowaliśmy. Wzięliśmy ślub w parafialnym kościele, a za mszę daliśmy 300 zł. ©

Więcej na stronie 3

POWIAT GRUDZIĄDZKI

„Czołówka” w Mokrem pod Grudziądzem



FOT. NADESŁANE/KM PSP GRUDZIĄDZ

- Volvo, jadące DK 55 z kierunku Grudziądza, skręcało w lewo, do Mokrego w gm. Grudziądz. 22-latek, który siedział za kierownicą tego auta, nie ustąpił pierwszeństwa poruszającemu się w przeciwnym kierunku volkswagenowi - wyjaśnia asp. Łukasz Kowalczyk z policji w Grudziądzu. 22-letni mieszkaniec powiatu kwidzyńskiego, sprawca kolizji z wtorkowego poranka, dostał mandat 1,5 tys. zł i 10 punktów karnych

Jutro w „Pomorskiej” Pod Paragrafem

● Ponad pół wieku temu,
do amerykańskich kin wszedł
„Serpico” Sidneya Lumeta - jeden
z najważniejszych filmów tamtej epoki

Beata Busz



POLACY, NIE KRÓLIKI I SWÓJ GŁOS MAJĄ

Kim pan jest? - spytał podczas debaty w Końskich kandydat Krzysztof Stanowski swojego konkurenta do prezydenckiego fotela Macieja Maciaka. Temu przez sekundę mowę odebrało, ale szybko odparł: Polak mały. Podejrzewam, że również większość widzów widziało tego reprezentanta Ruchu Dobrobytu i Pokoju pierwszy raz na oczy.

Okazuje się, że to człowiek stąd, a konkretnie z Włocławka. Studiował na UMK w Toruniu, jednak dyplomu uczelni w kieszeni nie ma. Kiedyś szef lokalnej telewizji, dziś youtuber. Karierę polityczną zaczynał w Samoobronie. Ruch Dobrobytu i Pokoju założył sam, w 2022 r. W ostatnich wyborach parlamentarnych RDP zdobył marnie 0,12 proc. głosów. Wcześniej Maciak próbował dostać się do sejmiku województwa oraz zostać prezydentem Włocławka. Po drodze w wyścigu do fotela włodarza miasta zachował się - mówiąc ogólnie - nieelegancko wobec swego konkurenta urodzonego w Nigerii, za co sąd kazał mu przeprosić i zapłacić. Zarzuca mu się też prorysyjskie sympatie, czemu stanowczo zaprzecza.

W swoich obietnicach wyborczych jawi się niczym Janosik. Chce łupić wysokimi podatkami zagraniczne firmy, a polskim przedsiębiorcom obniżać podatki. Obiecuje tańszą wodę, gaz, prąd i wyższe emerytury. Socjal też ma być większy - do rąk obywateli trafią państwowe bony towarowe, które można by realizować wyłącznie u krajowych przedsiębiorców, zamiast 800 ma być 1600 plus. A do tego „willa z basenem dla każdego pracującego Polaka”. Idealnie, prawda?

Ale te obietnice to pikus. Bardziej ujął mnie inny kandydat na głowę państwa - Artur Bartoszewicz. Uprzedzając tych, którzy wzorem Stanowskiego chcą spytać: kim pan jest, spieszę wyjaśnić, że to doktor nauk ekonomicznych z Suwałk, wykładowca i ekspert ds. polityki publicznej. Podobnie jak Maciak obiecuje bony, ale... na usługi beauty, medyczne, spa dla każdej matki, w skrócie: „piękna matka plus”. Nie zapomina też o tatusiach, dla nich byłby bon np. na wędkarstwo, siłownię lub strzelnicę, czyli „silny ojciec plus”. Liczba przyznanych bonów byłaby uzależniona od liczby sprowadzonych na świat dzieci. W tej sytuacji nie dziwi, że bony te są częścią większego programu „Królik plus”, który ma spowodować, że ci atrakcyjni - wprost ze spa i siłowni - Polacy będą mnożyli się na potęgę. A na zachętę proponuje po dodatkowym tysiąku za trzecią i czwartą pociechę, za piątą - 1250, a za szóstą i każdą kolejną - po 1500 zł. Pod kołdrę rodzicom mieliby zaglądać politycy, bo kandydat chce powiązać liczbę parlamentarzystów z liczbą ludności. Za każdy spadek o 100 tysięcy obywateli, zabierałby w parlamencie „jedno krzesło”...

Kiedyś, po jakichś wyborach, dworowaliśmy sobie z kumplem z redakcji, że też założymy partię i będziemy kandydować. Wymyśliłiśmy nawet nazwę: Polska Jest Najjedniejsza, a w programie mieliśmy m.in. 13, 14, 15 i 16-stki dla seniorów. Cóż, jak widać szansa na polityczną karierę wciąż przed nami. ©©

POGODA W REGIONIE

Dzisiaj

24°C
12°C



Imieniny obchodzą

Dziś

Benedykt, Erwin,

Julia

Jutro

Józef, Robert, Klara,

Rudolf

Udar mózgu groźniejszy niż zawał

Mira Suchodolska
Rozmowa

z prof. Krzysztofem J. Filipiakiem, kardiologiem, hipertensjologiem, farmakologiem klinicznym, prezesem Polskiego Towarzystwa Postępów Medycyny - Medycyna XXI.

Jako kardiolog ma pan dużo roboty?

Tak, bardzo dużo, co wynika z faktu, że choroby układu krążenia nadal są pierwszą przyczyną zgonów w Polsce. Co ciekawe, ten trend nie ulega zmianie. Był taki moment, kiedy sądziliśmy, że tak jak w społeczeństwach Europy Zachodniej, pierwszą przyczyną zgonów będą nowotwory, ale dokonała się swoista rewolucja w postępie onkologii - weszły nowe leki, dzięki czemu zamieniamy wiele chorób nowotworowych w choroby przewlekłe. To powoduje, że osoby z wywiadem onkologicznym umierają będą coraz częściej na powikłania sercowo-naczyniowe - zawały i udary - a nie na chorobę podstawową.

Z tego, co pamiętam, to za 38 proc. zgonów odpowiadają choroby sercowo-naczyniowe, podczas gdy choroby nowotworowe za 24 procent. To prawda, te liczby robią wrażenie, ale trzeba pamiętać, że do tych chorób zaliczamy nie tylko zawały serca, ale także udary mózgu. Co więcej - dzisiaj większym problemem niż zawały, stają się właśnie udary. Z zawałami dobrze sobie radzimy, potrafimy je dobrze leczyć, więc wydłużamy życie naszym pacjentom. Natomiast udary występują u ludzi dekadę, dwie dekady później niż zawał serca. Dlatego, choć udało się zredukować śmiertelność z powodu zawału serca, takich sukcesów nie mamy z udarami mózgu, które skutkują zgonem lub trwałym inwalidztwem i koniecznością opieki osób trzecich.

Skąd się biorą te udary? Udary mózgu i zawały serca mają dokładnie taką samą etiologię, czynniki ryzyka ich wystąpienia są identyczne. To nadciśnienie tętnicze, zaburzenia lipidowe, cukrzyca, palenie papierosów oraz nad-

waga / otyłość. W przypadku udaru niedokrwiennego mózgu dochodzi kilka innych czynników ryzyka - w tym niezdiagnozowane / nieleczone migotanie przedsionków. Gdyby wyeliminować u każdej osoby te czynniki ryzyka - co zostało potwierdzone w różnych badaniach epidemiologicznych na świecie - ryzyko zawału bądź udaru zmniejszyłoby się o 90 proc.

To dlaczego jedni dostają zawału, a inni udaru?

W pewnym uproszczeniu, pomijając czynniki genetyczne, dlatego, że niektóre z tych czynników mają statystycznie większą wagę w poszczególnych dekadach życia człowieka. Np. jeżeli jesteśmy osobą młodą, to większe znaczenie mają zaburzenia lipidowe, palenie papierosów, otyłość, klasyczne czynniki ryzyka zawału serca. U osób starszych coraz większą wagę spośród czynników ryzyka zyskuje nadciśnienie tętnicze, migotanie przedsionków, cukrzyca, które - jeśli nie są kontrolowane - przełożą się na zwiększone ryzyko udaru mózgu. Jednak - powtórzę - jeśli mamy pod kontrolą wszystkie te czynniki ryzyka, zapobiegamy zarówno zawałowi serca, jak i udarowi mózgu. Jest to jednocześnie prewencja chorób nowotworowych, bo przynajmniej dwa czynniki ryzyka - palenie papierosów i otyłość - są jednocześnie bardzo istotnymi czynnikami ryzyka chorób nowotworowych.

Dlaczego tkanka tłuszczowa jest onkogenna?

Bo to nie jest taki prosty tłuszcz, ale bardzo intensywnie pracujący gruczoł endokrynny, który wydzielają różne hormony, które mogą modyfikować zarówno procesy aterogenezy, czyli prowadzić do miażdżycy, zawału i udaru, jak i również wpływać na czynniki wzrostu (insulina), co prowadzi do łatwiejszego inicjowania procesów kancerogenezy, niekontrolowanego rozrostu pewnych linii komórkowych. Zarówno w aterogenezie, jak i w nowotworzeniu odgrywa również rolę przewlekły proces zapalny, a ten nieodłącznie związany jest z nadmiarem tkanki tłuszczowej.



Prof. Krzysztof J. Filipiak, kardiolog

Powiedział pan, że z zawałami serca sobie dobrze radzimy i chorzy wychodzą z nich w zasadzie bez albo prawie bez szwanku. Co powinno się zdarzyć, żeby ludzi z powodem wyciągać także z udarów?

O kontroli czynników ryzyka już mówiłem, przypomnę więc jeszcze, że przy udarze mózgu dochodzi jeszcze jeden dodatkowy czynnik, który nie jest istotny dla przyczyn zawału serca, czyli specyficzne zaburzenie rytmu serca o nazwie migotanie przedsionków - bardzo wiele udarów niedokrwiniowych jest nim spowodowanych, zwłaszcza, jeśli nie zostało zdiagnozowane i nie podlegało leczeniu. Natomiast jeżeli się wcześniej zdiagnozuje migotanie (a często występuje ono bezobjawowo) i poda przewlekłe leki przeciwkrzepliwe, pacjent udaru niedokrwinnego mózgu nie doświadczy. Bardzo się cieszę, że w szeroko rozumianej prewencji do użytku wchodzi urządzenie określane w piśmiennictwie anglosaskim mianem „health self-management”, czyli zarządzaniem własnym zdrowiem. To na przykład inteligentne smartwatche, które potrafią badać tętno, są w stanie zinterpretować nawet krótkie jednokanałowe zapisy EKG z opuszki palca i są w stanie zaalarmować „hej, masz migotanie przedsionków”. Taki pacjent szybciej zgłasza się do lekarza, żeby za pomocą profesjonalnych badań potwierdzić lub zaprzeczyć takiej diagnozie. Popularyzacja tego typu urządzeń może w przyszłości przyczynić się także do zmniejszenia częstotliwości występowania udaru mózgu.

To wspaniale, ale bardziej interesuje mnie to, dlaczego lekarze są w stanie postawić na nogi pacjentów po zawale,

natomiast ci po udarach wychodzą ze szpitali mniej lub częściej bardziej niepełnosprawni.

K.J.F.: Jestem kardiologiem i muszę jeszcze raz podkreślić, że Polska to kraj, w którym mamy fantastycznie zorganizowaną kardiologię inwazyjną. Jeżeli chodzi o organizację kardiologii inwazyjnej, mamy jedną z najlepszych sieci pracowni hemodynamicznych w Europie i możemy w szybkim czasie dowieźć pacjenta do pracowni kardiologii inwazyjnej w każdym miejscu Polski, otworzyć naczynie i leczyć przyczynowo ten zawał. Faktycznie, bardzo często jest tak, że pacjent wychodzi z tego bez szwanku, albo z niewielką niewydolnością serca. W przypadku udaru niedokrwinnego mózgu też moglibyśmy pomyśleć o lepszym rokowaniu pacjenta, gdyby istniała sieć analogicznych 24-godzinnych ośrodków, gdzie byłyby wykonywane zabiegi w świeżym udarze mózgu, ale wolalbym pozostawić temat tej optymalnej organizacji leczenia udarowego koleżankom i kolegom neurologom. Aktualnie ośrodki, które uczestniczą w programie leczenia inwazyjnego udaru mózgu, są na pewno nieadekwatne do skali występowania udarów mózgu, a samo środowisko neurologiczne w Polsce nie wykształciło jeszcze odpowiedniej liczby neurologów inwazyjnych. Postawiłbym trochę paternalistycznie brzmiającą tezę, że neurologia powtarza ścieżki kardiologii, tylko z 30-, 40-letnim opóźnieniem. My kiedyś leczyliśmy zawał serca metodą leżenia w łóżku. Później mieliśmy niesamowity przełom, bo weszły do użytku leki trombolityczne, czyli, jak czasem tłumaczą studenci, środki będące takim farmakologicznym „kretem”, podawanym do naczynia w celu rozpuszczenia zakrzepu na pękniętej blaszce. Przy czym tę epokę kardiologia ma już za sobą, bo kardiologia inwazyjna wyparła leczenie trombolityczne w świeżym zawale serca. A neurologia stosunkowo niedawno weszła w fazę leczenia trombolitycznego, a dekadę leczenia inwazyjnego - w skali ogólnopolskiej - dopiero rozpoczyna. PAP

KOŚCIÓŁ NIEKTÓRZY WIERNI MÓWIĄ: – NOWE PRZEPISY NIE UKRÓCĄ PRAKTYK NIEKTÓRYCH DUCHOWNYCH

Koperta dla księdza nie jest obowiązkowa

Katarzyna Piojda
katarzyna.piojda@polskapress.pl

Papież Franciszek przeciw „cennikom”, jakie obowiązują w niektórych parafiach. Mają zniknąć przypadki typu udzielenie ślubu za nie mniej niż 700 zł albo przynajmniej 300 zł za chrzest.

Ojciec Święty Franciszek za twierdził w Niedzielę Palmową, 13 kwietnia, dekret (dla niewtajemniczonych: specjalny akt prawny) w sprawie – jak to określił – dyscypliny intencji mszy. Nowe przepisy wejdą w życie 20 kwietnia, czyli w Niedzielę Wielkanocną. Znajduje się wśród nich zapis: „Kapłani mogą przyjąć więcej ofiar od różnych ofiarodawców, łącząc je w jednej mszy świętej, sprawowanej według jednej zbiorowej intencji, o ile, i tylko o ile, wszyscy ofiarodawcy zostali o tym poinformowani i dobrowolnie na to wyrazili zgodę”.

Kolejny zapis jest o tym, że „za udzielanie sakramentów nie wolno niczego żądać, zawsze unikając tego, by na-



FOT. ADAM WOJNAR/ARCHIWUM

Czy księża przestaną stosować swoje taryfikatory za udzielenie ślubu, chrztu i pogrzeb – czas pokaże

jubożsi zostali pozbawieni pomocy sakramentów z powodu ubóstwa. Należy również przestrzegać tego, aby także nie otrzymawszy ofiary, odprawić mszę świętą w intencjach wiernych, zwłaszcza ubogich”.

„Co łaska” dla księdza

Tym samym papież Franciszek opowiedział się przeciw „cennikom”, jakie obowiązują w niektórych parafiach. Nie ma więc już dochodzić do sytuacji typu udzielenie ślubu za nie

mniej niż 700 złotych albo „co łaska”, czyli przynajmniej 300 złotych za chrzest dziecka. Żadna tajemnica, że wybrani księża tego rodzaju niepisane cenniki stosują. Na stronach internetowych konkretnych parafii czy na tablicach ogłoszeń w parafii takich informacji nikt nie znajdzie. Wystarczy jednak poszukać opinii na lokalnych forach, żeby przekonać się, w jakich kościołach i też którzy duchowni mają ustalone stawki za odprawienie mszy

lub udzielenie sakramentów. Najbardziej cenią się „modne” parafie, czyli te, w których parafian jest najwięcej, zatem ślubów, chrztów oraz pierwszych komunii jest najwięcej. Zdarza się, że narzeczeni nie tyle chcą, co muszą, wręczyć księdzu przykładowo 800 złotych, bo inaczej – jak przekonują – tenże ksiądz powie im, że nie ma dla nich terminu nabożeństwa.

Bez zmian

Księża z województwa kujawsko-pomorskiego zgadzają się z treścią dekretu. – W naszym przypadku dekret niczego nie zmienia, ponieważ żadnego cennika nigdy nie mieliśmy i nie mamy – zaznacza ksiądz z parafii pw. Matki Bożej Nieustającej Pomocy w Toruniu. – Nasza parafia liczy ponad 4000 osób. Mamy siedem, osiem ślubów w ciągu roku. Zastanawiają mnie natomiast opinie niektórych narzeczonych. Organizują wesele, na które przeznaczają jakieś 80 tysięcy złotych, lecz na forum pytają, czy powinni dać księdzu kilkaset czy kilkadziesiąt złotych za odprawienie mszy.

Ks. Ryszard Pruczkowski, proboszcz parafii Bożego Ciała w Bydgoszczy także wypowiada się na temat dekretu. – W naszej parafii cennika nie było i nie będzie – zapowiada. – Owszem, część wiernych przekazuje kapłanom ofiary „co łaska”. Gdyby ich nie przekazywali, to tak samo i z jednakowym zaangażowaniem odprawilibyśmy nabożeństwo. Są nabożeństwa, gdy odmawiamy przyjęcia datków, nawet gdyby rodzina nalegała. Są to przykładowo pogrzeby dzieci oraz nabożeństwa odprawiane na prośbę starszych, samotnych, schorowanych albo niepełnosprawnych osób.

Proboszcz Pruczkowski wspomina zdarzenie: – Przyszedł do nas mężczyzna w wieku około 30 lat. Zmarł mu rodzic. Syn wręczył nam 50 zło-

tych za mszę pogrzebową w kościele oraz pogrzeb na cmentarzu. Parę godzin później znowu zawitał. Był po rozmowie z innymi osobami i te osoby zapytały, ile wręczył księdzu pieniędzy za nabożeństwa. Przyznał im się, że dał 50 złotych, gdyż nie wiedział, jaką kwotę powinien był przeznaczyć. Skrytykowały go, że powinien przekazać kilkaset złotych, a nie kilkadziesiąt. Gdy przyszedł ponownie, przeprosił, że ofiara była zbyt niska. Otóż nie była za mała. Gdyby ten mężczyzna w ogóle nie przekazał nam „co łaska”, i tak odprawilibyśmy ceremonię.

Teoria i praktyka

Część wiernych sądzi, że nowy przepis to jedynie teoria, a dekret nie zmieni praktyk wybranych kapłanów. – Oficjalnie żaden ksiądz nie przyzna się, że stosuje swoje taryfikatory. Żadna jednak tajemnica, że pod stołem każdy ksiądz przyjmuje. – Są księża, którzy stosują zasadę „Bez 5 stówek nie podchodzić” – pisze internauta na forum dla bydgoszczan.

©@

Bydgoszczanka:

– Za ślub wręczyliśmy księdzu 400 zł. Nasza znajoma para dała 1000 zł i uważała, że to my przekazaliśmy za mało

Świąteczne smakołyki od rolników last minute? Będzie trudno, swojskie produkty są rozchwytywane

Agnieszka Romanowicz
agnieszka.romanowicz@polskapress.pl

Jaja, chleb, twaróg, masło, wędliny, ciasto – większość składników wielkanocnego koszyka można kupić od kujawsko-pomorskich rolników. Nie narzekają na brak zamówień.

– Nie kupuję u rolników na co dzień, bo mieszkam w Bydgoszczy. Zwykle robię zakupy w przydomowym sklepie – mówi pani Elżbieta. – Gdy byłam dzieckiem, szynkę i białą kiełbasę jadło się tylko od święta. Dziś mamy wędlin pod dostatkiem, mało nas cieszy, dlatego na Wielkanoc szukam produktów wyjątkowych i zwykle są to swojskie kiełbasy i szynki, pieczywo oraz twaróg na sernik.

Pani Elżbieta mieszka na Błoniu, robi zakupy na tamtejszym targowisku. – Białą kiełbasę można zamrozić, więc już na początku kwietnia po swojską białą ze Ślesina ustawiła się długa kolejka. Bardzo szybko się skończyła – odpowiada Cytelniczka.

Dlatego w następną sobotę wstała już o 5 nad ranem, żeby dostać tę kiełbasę. – Udało się! – cieszy się pani Elżbieta. – Kupiłam dla siebie, dzieci i sąsiadki.

Puchate serniki i swojskie twarogi

Rosnące zainteresowanie produktami zagrodowymi, zwłaszcza przed świętami, odczuwa większość producentów rolnych, do których można dotrzeć za pośrednictwem portali internetowych, m.in. „Wiejskiej e-skrzynki” lub „Kujawsko-pomorskiego e-Bazarku”.

– Mam komplet zamówień – mówi Angelina Grzybek z Łowina w gminie Pruszcz w powiecie świeckim. – Ostatnie zamówienia z „Wiejskiej e-skrzynki” przyjął przedwcześnie, a zamówienia od stałych klientów zamknęłam już dwa tygodnie temu.

Pani Angelina oferuje szeroki wybór ciast. Mówi, że własnoręczne wykonane słodkości wyrażają mnóstwo uczuć. Na tegoroczną Wielkanoc jej klienci najchętniej zamawiali serniki: z mussem czekoladowym i z białą czekoladą.



FOT. AGATA WODZIEN-OWAK

Producenci rolni z Kujaw i Pomorza oferują szeroki wybór wędlin nie tylko przed Wielkanocą. Wielu z nich nie przyjmuje już zamówień na święta

Sernik z mussem czekoladowym (2,5 – 2,8 kg) kosztuje 140 zł, a sernik z białą czekoladą (1,9 – 2,1 kg) – 120 zł.

Niektórzy wolą upiec sernik wedle własnego przepisu, ale do tego niezbędny jest twaróg wysokiej jakości.

Oferuje go m.in. Anna Guss, producentka serów krowich z Bralewnicy w gminie Kęsowo w powiecie tucholskim. – Mam już pełno zamówień. Przed-

wczoraj przyjął ostatnie od stałych klientów, którzy nieco zaspali, ale to tylko pojedyncze zamówienia i po prośbie – podkreśla Anna Guss. – Generalnie zamknęłam listę w miniony piątek, czyli tydzień przed świętami.

Najlepiej sprzedaje się twaróg (14 zł za pół kg), ale też wszystkie sery. W ofercie pani Anna ma liczne sery podpuszczkowe świeże, wędzone,

z przyprawami, a także fetę (9,50 zł za 180 g).

Szynki, schaby i wędzone piersi

Tradycyjnie w Wielkanoc zjada się wędliny, a przede wszystkim szynkę.

Krzysztof Czarnota z Okonina w gminie Gruta w powiecie grudziądzkim oferuje rozmaite wędliny, które produkuje z mięsa pochodzącego z własnego gospodarstwa.

– U mnie jeszcze można zamówić wędliny, ale mam też punkt sprzedaży na targowisku na grudziądzkim Strzemięcinie – podaje rolnik. – Jak ktoś zamówi dzisiaj, to do odbioru w moim gospodarstwie będą w piątek po godzinie 14.

Jest też opcja odbioru towaru na targowisku. – W sobotę będę na Strzemięcinie od godziny 6 do 12 – podpowiada producent.

Przygotował się na tę Wielkanoc. – Przede wszystkim robię białą kiełbasę, szynkę, schab, a także wędzoną pierś indyka – wlicza.

Ceny nie zwalają z nóg, np. podwędzony schab wieprzowy

u pana Czarnoty kosztuje 35 zł za kg, a polędwica – 38 zł za kg.

Baranek z wiejskiego masła

Gdyby ktoś chciał do tego zrobić baranka ze swojskiego masła, może je kupić u Piotra Urtnowskiego z Ostrowa Świeckiego w gminie Chełmno.

W sezonie stado jego krów pasie się na wolnym wybiegu, dzięki czemu daje aromatyczne mleko. Masło z takiego mleka smakuje lepiej.

– Nie przyjmuję już zamówień, mam ich w bród, ale prowadzę też sprzedaż stacjonarną przy ulicy Żwirki i Wigury w Świeciu, gdzie do soboty powinny być jeszcze dostępne masło, twaróg i jogurt typu gruzińskiego, który może być stosowany do sałatek. Na Wielkanoc starałem się wyprodukować więcej towaru niż zwykle, żeby nie zabrakło dla naszych stałych klientów – podkreśla Sławomir Urtnowski.

200 g swojskiego masła kosztuje u niego 15 zł, a pół kg twarogu – 13 zł.

©@

KONTROWERSJE APEL INSTRUKTORÓW WARSZTATÓW TERAPII ZAJĘCIOWEJ O LEPSZE WARUNKI PRACY

Nasz zawód nie istnieje. Jesteśmy niewidzialni

Maciej Czerniak
maciej.czerniak@polskapress.pl

Instruktorzy terapii zajęciowej na co dzień mają kontakt z osobami z niepełnosprawnością intelektualną, poświęcają się pracy, ale czują się pomijani. Chcą nie tylko wyższych płac, ale też rozwiązań systemowych.

Pod apelem środowiska podpisali się m.in. pracownicy Warsztatu Terapii Zajęciowej „Dąb” przy Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Białych Błotach.. Pismo zatytułowane „Instruktor terapii zajęciowej to zawód!” zostało opublikowane pierwotnie przez ośrodek WTZ nr 2 w Koszalinie.

Terapeuta, powiernik i przyjaciel w jednym

Jak zaznaczają pracownicy jednostki pod Bydgoszczą, w pełni solidaryzują się i przyłączają do akcji zainicjowanej przez koleżanki i kolegów z Zachodniopomorskiego.

- Pracujemy w trudnych warunkach z osobami z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym



Udział w terapii zajęciowej to dla podopiecznych ośrodków działających, np. przy GOPS okazja do zyskania nowych umiejętności. Pracownicy tych placówek czują się niedocenieni

i znacznym. Specyfika naszej pracy wymaga od nas wielkiego oddania, zaangażowania, pokładów wrażliwości i cierpliwości - zaznaczają terapeuci. - Każdego dnia prowadzimy rehabilitację, jesteśmy powiernikami, pocieszycielami, przyjaciółmi.

W liście otwartym instruktorzy WTZ zaznaczają, że „nie zdarza się, aby ktokolwiek nie otrzymał pomocy” z ich strony, „nawet jeśli są to godziny popołudniowe, czy weekendy”.

„Traktujemy naszych podopiecznych jak członków własnej rodziny, otaczając ich opieką i wielkim szacunkiem. Instruktor terapii zajęciowej to nie tylko nauczyciel, ale także opiekun, mentor, przyjaciel i terapeuta. To właśnie dzięki nam uczestnicy WTZ mają możliwość rozwijania swoich umiejętności, potrzebnych w życiu codziennym i zawodowym, zdobywają samodzielność, uczą się jak efektywnie i przyjemnie spędzać czas wolny po-

prawiając jakość swojego życia, czyniąc je godnym i spełnionym, pełnym zrozumienia i szacunku do siebie i innych ludzi. Wskazujemy im drogi rozwoju we wszystkich aspektach życia, uczymy bycia człowiekiem pełnym szacunku dla ludzi, przyrody, sztuki”.

Jak jednak zaznaczają, odnoszą wrażenie, że ich praca jest „niezauważalna, niedoceniana i lekceważona” przez system. - Brakuje zarówno godnej płacy, jak i systemowych mechanizmów rozwoju dla instruktorów terapii zajęciowej - podkreślają terapeuci. - Nie mamy jasno określonej ścieżki rozwoju kariery, co prowadzi do stagnacji zawodowej, spadku motywacji i radości z wykonywanej pracy. Nasz zawód jest marginalizowany przez organy rządzące.

Terapeuci WTZ: Nie ma nawet naszego zawodu

Instruktorów WTZ nie obejmują dofinansowania, dodatkowe urlopy, czy dodatki motywacyjne. A pracują z osobami z niepełnosprawnością 40 godzin tygodniowo, przy czym urlop wynosi 26 dni.

Ważną kwestią są też płace, które „oscylują w granicach najniższej krajowej”.

- Nie ma nawet naszego zawodu. Nas nie ma, jesteśmy niewidzialni, pomijani - słyszymy. - Pracujemy w miejscu, gdzie nie ma miejsca na dyskryminację. A jednak my jako pracownicy jesteśmy wciąż dyskryminowani przez system. Mamy dość i jest nam jednocześnie bardzo przykro.

Warto zaznaczyć, że wynagrodzenie instruktorów terapii zajęciowej nie jest regulowane w sposób adekwatny do ich obowiązków i kompetencji. Aby utrzymać siebie i swoje rodziny - czytamy w liście otwartym - zmuszeni są do „podejmowania dodatkowego zatrudnienia”.

Większość kadry w podobnych ośrodkach ma wyższe wykształcenie i studia podyplomowe, a pracownicy szkolą się, podwyższając swoje kompetencje. Te z kolei wpływają na jakość pracy. Terapeuci wnioskują, by ich zawód zakwalifikować do systemu pomocy społecznej.

- Zawody bez klasyfikacji często są postrzegane jako

mniej ważne lub tymczasowe - podkreślają instruktorzy WTZ. - Dodatkowo wnioskujemy o uznanie naszej pracy za wykonywaną w szczególnym charakterze i przyznanie nam związanych z tym udogodnień.

„W codziennej pracy mamy kontakt z osobami, które często wymagają intensywnego wsparcia, mogą wykazywać zachowania agresywne lub stanowić zagrożenie dla siebie, jak i otoczenia. Pracujemy w warunkach podwyższonego ryzyka stresu oraz narażenia na choroby zakaźne i inne zagrożenia zdrowotne” - czytamy w apelu.

Sprawa poprawy warunków pracy w WTZ była dyskutowana w ubiegłym roku na posiedzeniu Komisji Wspólnej Rządu i Samorządu Terytorialnego.

Pod koniec 2024 roku z kolei pojawiła się zapowiedź przekazywania 1500 zł więcej rocznie na pobyt uczestnika WTZ z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Kwota ma wzrosnąć z 33 696 zł do 35 196 zł. ©

REKLAMA

0011307333



WYCIĄG Z OGŁOSZENIA O PRZETARGU

Prezydent Miasta Bydgoszczy

informuje o II przetargu ustnym nieograniczonym na sprzedaż udziałów w spółdzielczym własnościowym prawie do lokalu.

- Oznaczenie nieruchomości:** Lokal nr 6 o pow. 48,90 m² z ustanowionym prawem spółdzielczym własnościowym, znajdujący się na I piętrze w 12-kondygnacyjnym budynku położonym przy ul. Karpackiej 39a, na działce nr 20 o pow. 20736 m² (obręb 491) – zapisanej w księdze wieczystej KW nr BY1B/00092544/3.
- Do sprzedaży w drodze przetargu ustnego nieograniczonego przeznaczone jest spółdzielcze własnościowe prawo do lokalu przysługujące Miastu Bydgoszcz w udziale w wysokości 1/2 oraz osobom fizycznym w udziale w wysokości 1/2.
- Cena wywoławcza:** 290 000,00 zł
- Termin i miejsce przetargu:** 20.05.2025 r. godz. 10.45 w Urzędzie Miasta Bydgoszczy przy ul. Jezuińskiej 2, Sala Łochowskiego (parter).
- Wysokość wadium i termin jego wniesienia:** 29 000,00 zł, termin wpłaty: do 12.05.2025 r.
- Miejsce wywieszenia i publikacji ogłoszenia o przetargu:**
 - tablica ogłoszeń w Referacie Terenowo-Prawnym Wydziału Mienia i Geodezji Urzędu Miasta Bydgoszczy przy ul. Grudziądzkiej 9-15, budynek „C”
 - tablica ogłoszeń w Referacie Obrotu Nieruchomościami Wydziału Mienia i Geodezji Urzędu Miasta Bydgoszczy przy ul. Grudziądzkiej 9-15, budynek „A”
 - strona internetowa www.bip.um.bydgoszcz.pl (w zakładce Nieruchomości miejskie)
- Dodatkowe informacje o przetargu:**
- Szczegółowe informacje można uzyskać w Wydziale Mienia i Geodezji Urzędu Miasta Bydgoszczy przy ul. Grudziądzkiej 9-15, budynek „C”, tel. 52 58 58 387, w godzinach 8.00-16.00 (pon., środ., czw.); 8.00-18.00 (wtor.); 8.00-14.00 (pt.).
- Lokal mieszkalny można obejrzeć w dniu 7.05.2025 r. w godz. 13.30 – 14.00.**

Brakuje rodzin zastępczych w Kujawsko-Pomorskiem

Małgorzata Oberlan
malgorzata.oberlan@polskapress.pl

Aż 172 dzieci czeka na rodzinę zastępczą w Kujawsko-Pomorskiem. W Toruniu sytuacja też jest krytyczna i MOPR ponawia apel do potencjalnych rodziców zastępczych.

„Koszmar na kolejkę” - tak nazywa się ogólnopolska kampania Fundacji Dobrych Inicjatyw na rzecz rodzin zastępczych. W kolejce jest już około 1890 dzieci w kraju! Bartłomiej Jojczyk, prezes fundacji, podkreśla: to już alarm.

Ślady w psychice

Skąd taka dynamika wzrostu? W ocenie prezesa to także skutek tzw. Ustawy Kamilka - prawa dobrego i potrzebnego. Jego efektem stała się rosnąca liczba interwencji domowych, wyczerpanie społeczne na krzywdę dzieci, ale i rosnąca liczba orzeczeń sądów o umieszczeniu dziecka w pieczy zastępczej.

- Dzieciństwo powinno być czasem bezpieczeństwa oraz rozwoju w atmosferze bezwarunkowej miłości i akceptacji. Niestety, nie wszystkie dzieci mają szansę doświadczyć takiego poczucia stabilności. Dla wielu z nich codzienność naznaczona jest dysfunkcją ro-



To już nie kryzys, ale sytuacja alarmowa - kolejka dzieci czekających na rodzinę zastępczą wciąż rośnie

dzinną, przemocą lub zaniechaniem - mówi prezes Bartłomiej Jojczyk. - Te trudne warunki środowiskowe pozostawiają głębokie ślady w psychice dziecka, wpływając na jego rozwój emocjonalny, relacje interpersonalne i poczucie własnej wartości. Obecnie aż 172 dzieci z województwa kujawsko-pomorskiego, mimo decyzji sądów o konieczności zabezpieczenia ich w pieczy zastępczej, pozostaje w dysfunkcyjnym środowisku, gdyż brakuje miejsc w rodzinach zastępczych i domach dziecka.

Kryzys dotyczy też Torunia. W kwietniu Miejski Ośrodek

Pomocy Rodzinie ponowił apel do potencjalnych kandydatów na rodziców zastępczych: zgłaszajcie się!

Kto może zostać zastępczym rodzicem?

Rodziną zastępczą może być osoba, która daje rękojmię należytego sprawowania pieczy zastępczej, nie była pozbawiona władzy rodzicielskiej ani nie miała tej władzy nigdy ograniczonej. Kandydat nie powinien mieć też wyroku alimentacyjnego.

Kolejne wymogi to: pełna zdolność do czynności prawnej, przebywanie na terenie

Polski, stałe źródło dochodu oraz stan zdrowia na tyle dobry, by pozwalał na opiekę i wychowanie dziecka.

Każda rodzina zastępcza może liczyć na merytoryczne wsparcie koordynatorów. Poza tym też przysługuje jej wymierne wsparcie finansowe.

Od 1 czerwca 2024 r. świadczenia obligatoryjne to:

- nie mniej niż 1002 zł - świadczenie na pokrycie kosztów utrzymania dziecka w rodzinie zastępczej spokrewnionej;

- nie mniej niż 1517 zł - świadczenie na pokrycie kosztów utrzymania dziecka w rodzinie zastępczej niezawodowej, zawodowej i rodzinnym domu dziecka;

- nie mniej niż 306 zł - dodatek do świadczenia na pokrycie kosztów utrzymania dziecka w pieczy zastępczej (dotyczy dzieci posiadających orzeczenie o niepełnosprawności);

Wysokość świadczeń fakultatywnych uzależniona jest od indywidualnej sytuacji dziecka i rodziny i poparta opinią koordynatora rodzinnej pieczy zastępczej. Nie mniej niż 306 zł wynosi dodatek dla rodziny zastępczej zawodowej na dziecko na podstawie ustawy o postępowaniu w sprawach nieletnich. ©

Wypadki powodowane przez młodych kierowców przerażają. Co zrobić, aby je ograniczyć?

Marek Weckwerth
marek.weckwerth@polskapress.pl

Młodzi kierowcy nie mają ani doświadczenia, ani nie potrafią dostatecznie dobrze rozpoznawać zagrożeń na drodze. Dlatego powodowane przez nich wypadki bywają tragiczne.

Ostatnia taka tragedia w naszym regionie wydarzyła się w sobotę, 12 kwietnia, przed godziną 22 na drodze powiatowej w miejscowości Gołębin w gminie Lubraniec. 18-letni kierowca volkswagena poło zjechał z drogi i uderzył w płot. Zginął na miejscu, a trzy jadące z nim osoby odniosły obrażenia i trafiły do szpitala. Policja ustala przyczyny wypadku.

Opinię publiczną w całym kraju zszokował wypadek, który wydarzył się 30 marca ok. godz. 4 w Chełmie na Lubelszczyźnie. Toyotą avensis prowadzoną przez 19-latkę podróżowało 10 osób w wieku 16-19 lat. Wracali z nocnej imprezy. W pewnym momencie auto zmieniło tor jazdy, uderzyło



W tym wypadku 12 kwietnia w miejscowości Gołębin w gminie Lubraniec zginął 18-letni kierowca volkswagena

w słup oświetleniowy i dachowało. Na miejscu zginęło dwóch przewożonych w bagażniku 18-latków.

Kierujący miał we krwi ponad 2 promile alkoholu, a prawo jazdy miał zaledwie od roku. Policja ustaliła wstępnie, że bezpośrednią przyczyną wypadku była nadmierna prędkość.

Długo można wymieniać wcześniejsze tragedie powodowane przez młodych i niedo-

świadczonych kierowców, którzy w statystykach policyjnych figurują jako osoby w wielu 18-24 lata.

Więcej mocy, większe ryzyko

- Jeśli młody człowiek zdobywa prawo jazdy i od razu siada za kierownicą na przykład BMW napędzanego trzylitrowym silnikiem, to nie wroży mu nic dobrego. Duża moc silnika, czy to w przypadku samo-

chodu czy motocykla, zwyczajnie kusi do szybkiej, dynamicznej i ryzykownej jazdy - przekonuje Rafał Kaczorowski, instruktor i właściciel Ośrodka Szkolenia Kierowców „Kaczorowski” w Brodnicy, wielokrotny (także za 2024 r.) laureat konkursów Wojewódzkiego Ośrodka Ruchu Drogowego w Toruniu „Instruktor Roku” i „OSK Roku”.

Dlatego instruktor radzi zdobywać doświadczenie na pojazdach o mniejszych mocach silnika i naprawdę stosować się do zasad oraz przepisów, w tym przede wszystkim nie przekraczać dozwolonej prędkości.

„Prawko” dla 17-latka

Wydaje się jednak, iż rządowy projekt (przygotowany przez Ministerstwo Infrastruktury) nowelizacji Prawa o ruchu drogowym i ustawy o kierujących pojazdami idzie w innym kierunku - przede wszystkim obniżony zostanie wiek osób, które mogą prowadzić auta osobowe (kategoria „B”). Prawo jazdy wydane kierowcy,

który ukończył 17 rok życia, będzie zawierało kod ograniczający zakres uprawnień.

Taką możliwość uzyska 17-latek (teraz dolnym limitem jest 18 lat), ale po uzyskaniu pisemnej zgody rodziców lub opiekunów. Jednocześnie nieletniemu będzie musiała towarzyszyć osoba, która ma ukończone 25 lat i od co najmniej 5 lat posiada prawo jazdy kategorii „B”. Prawo jazdy nie może być zatrzymane, a sam pasażer nie podlega (a także przez ostatnie 5 lat nie podlegał) sądowemu zakazowi prowadzenia pojazdów. Musi być też trzeźwy.

Dwa lata próby

Osoby uzyskujące prawo jazdy kategorii „B” po raz pierwszy będą objęte 2-letnim okresem próbnym, natomiast w przypadku nieletniego okres ten będzie przedłużony do 3 lat.

W okresie próbnym kierujący nie będzie mógł przekraczać prędkości 50 km na obszarze zabudowanym (nawet jeśli znaki podwyższają ten limit), 80 km na godz. poza obszarem

zabudowanym oraz 100 km na autostradzie i drodze ekspresowej dwujezdniowej. Kolejnym ograniczeniem będzie zakaz wykonywania przewozu osób taksówką albo w ramach przewozu okazjonalnego.

Młodzi kierowcy nie są najgorsi

Dane z kujawsko-pomorskich dróg nie potwierdzają tego, że właśnie młodzi są najgorszymi kierowcami.

W ubiegłym roku uczestniczyli w 115 wypadkach (na ogólną sumę we wszystkich grupach wiekowych 791 wypadków), 16 z nich zginęło (na 124 ofiary śmiertelne), 155 odniosło rany (na 909).

Okazuje się, że najbardziej niebezpiecznymi uczestnikami ruchu w naszym regionie są osoby w dojrzałym wieku 40-59 lat, a zatem - jak mogłoby się wydawać - o dużym doświadczeniu, rozsądku i odpowiedzialności.

Ci uczestniczyli w 2024 roku w 240 wypadkach, zginęło ich 43, rany odniosło 267.

©©

REKLAMA

0111289076

Doradca Trumpa: Putin powiedział, czego chce

oprac. Anna Nagel
Waszyngton

- Putin w końcu przedstawił nam warunki osiągnięcia trwałego pokoju - oświadczył specjalny wysłannik ds. Bliskiego Wschodu Steve Witkoff w wywiadzie dla Fox News.

Witkoff w piątek odbył 4,5-godzinne spotkanie w Petersburgu z rosyjskim przywódcą Władimirem Putinem oraz rozmawiał z jego doradcami: Jurijem Uszakowem i Kirylem Dmitrijewem. Jak ocenił Witkoff, porozumienie z Rosją „wyłania się”, a Putin zaprezentował swoje warunki osiągnięcia trwałego pokoju.

- Trochę czasu zajęło nam dotarcie do tego miejsca, jakie

są żądania Putina, by osiągnąć stały pokój. Poza zawieszeniem broni otrzymaliśmy na to odpowiedź - powiedział doradca prezydenta Donalda Trumpa.

Witkoff nie zdradził, czego zażądał Putin, ale stwierdził, że umowa pokojowa dotyczy przede wszystkim „tych tzw. pięciu terytoriów” - anektowanych przez Rosję obwodów Ukrainy - ale też wielu innych spraw.

- Chodzi o protokoły bezpieczeństwa, NATO czy nie NATO, artykuł V. Mam na myśli, że jest wiele szczegółów z tym związanych. To skomplikowana sytuacja, która ma swoje korzenie w pewnych naprawdę problematycznych rzeczach dziejących się między tymi dwoma krajami - powiedział wysłannik prezydenta USA.

PAP

Chorwacja oskarża Serbię o wydalenie jej obywateli

oprac. Karolina Wrońska
Zagrzeb

Premier Chorwacji Andrej Plenković oświadczył, że decyzje Belgradu stanowią „pewnego rodzaju system”.

- Oczekujemy, że to się skończy - zaznaczył Plenković. Premier przypomniał, że w ostatnim czasie z Serbii deportowano 16 osób, a kolejnych 16 zatrzymano na granicy przed wjazdem do kraju. Chorwacki polityk odrzucił przy tym oskarżenia władz w Belgradzie dotyczące rzekomej ingerencji Chorwacji w sprawy wewnętrzne Serbii.

Minister spraw zagranicznych i europejskich Chorwacji Gordan Grlić Radman przyznał w poniedziałek, że „wyraził w rozmowie z partnerami z Unii Europejskiej niezadowolenie w związku z wy-

daleniem obywateli Chorwacji z Serbii” - podała agencja Hina.

- Każdy kandydat do członkostwa w UE musi promować stabilność regionalną - podkreślił Grlić Radman.

Dodał, że szefowa unijnej dyplomacji Kaja Kallas we wstępie do dyskusji na temat Bałkanów Zachodnich potępiła zachowanie Serbii, które „nie jest zgodne z wartościami europejskimi, ponieważw dobrasąsiedzkie stosunki są jedną z podstawowych zasad UE”.

Obywatelom Chorwacji odmówiono pobytu w Serbii w czasie organizowanych przez studentów masowych protestów wywołanych tragedią w Nowym Sadzie i śmiercią 16 osób. W wypadku Chorwatów władze serbskie uznały, że stanowią oni zagrożenie dla bezpieczeństwa kraju. PAP

Rząd zapowiada „gospodarczy nacjonalizm” w interesie firm

oprac. Anna Nagel
Warszawa

Podczas Europejskiego Forum Nowych Idei w Warszawie premier Donald Tusk zapowiedział o wsparcie w budowie narodowej gospodarki.

Premier wyraził przekonanie, że 2025 rok będzie w Polsce rokiem przełomu pod względem inwestycji, ochrony i rozwoju polskich firm, a także regulacji.

Wcześniej ogłosił, że przyszedł czas na odbudowę i repolonizację polskiej gospodarki, rynku i kapitału.

W tym kontekście zwrócił się do uczestników kongresu Europejskie Forum Nowych Idei, podkreślając, że liczy na ich wsparcie.

„Ten nowoczesny, gospodarczy nacjonalizm, wzięcie sprawy mocno w garść, aby nam nikt nie przeszkadzał i nikt nie podbierał tego, co należy się nam, polskim firmom, polskim przedsiębiorcom to będzie bardzo poważna konfrontacja” - przyznał szef rządu.

Zaznaczył, że narodowa gospodarka zasługuje na wysiłek wszystkich.

„I jest to podstawowy, być może dziś najważniejszy wymiar polskiego patriotyzmu” - dodał, wskazując, że dla wszystkich będzie w tym procesie miejsce.



FOT. ARKADIUSZ WOJASIEWICZ

Rok 2025 ma być czasem przełomu pod względem inwestycji, ochrony i rozwoju polskich firm

„Marzę, żebyśmy nie musieli się przekonywać, że młodzi mają mieć swoje miejsce w tej przestrzeni gospodarczej, że kobiet ma być więcej, bo są dyskryminowane. Ale też zdrowa gospodarka, zdrowe państwo to państwo, w którym nie trzeba kogoś afirmować ze względu na wiek, kolor skóry czy płeć” - powiedział Tusk. Zaznaczył przy tym, że państwo musi skutecznie pilnować, by nikt nie był dyskryminowany.

Jednocześnie poinformował m.in., że zażądał ścisłego raportowania wszystkich in-

westycji w spółkach Skarbu Państwa.

„Podniesie się szum wśród moich współpracowników i wśród menedżerów państwowych firm, bo zażądałem ścisłego raportowania ze wszystkich inwestycji w spółkach Skarbu Państwa. Ale także inwestycji, które są nadzorowane czy inicjowane przez państwo wprost, także ze wszystkich zamówień - szczególnie tych większych” - zapowiedział premier.

Według niego w raportach tych ma być zawarte, „w jaki sposób realizowana jest poli-

tyka preferowania polskiego kapitału i polskich przedsiębiorców”.

„Nie będzie już tłumaczenia, że to jest niemożliwe, bo to jest możliwe. Nie będzie już miejsca na oportunizm” - podkreślił szef rządu.

- Premier Donald Tusk podczas wyborów jest w stanie o 180 stopni zmienić swoje stanowisko - ocenił tymczasem były szef rządu Mateusz Morawiecki (PiS) odnosząc się do słów premiera, że przyszedł czas na repolonizację polskiej gospodarki.

„Sprzedawał akcje Orlenu, PGNiG-u, sprzedawał akcje naszych sreber rodowych - PGE, PKO BP. W czasie kiedy był premierem, nastąpiła wyprzedaż majątku polskiego w wysokości 57 mld zł. Oni to skonsumowali. Panie Tusk, gdzie są te pieniądze, które ścisie zebrali z rynku po sprzedaży polskich firm?” - pytał wiceszef PiS.

Morawiecki podkreślił, że to rząd PiS dokonał repolonizacji.

„Zobaczyli, że ludzie się tym niepokoją, że nie chcą wyprzedaży sreber rodowych, tak im wyszło w badaniach. W związku z tym, co mówi dzisiaj Trzaskowski? Co mówi Tusk? Mówi: repolonizujemy, czyli wchodzimy w buty Morawieckiego, Kaczyńskiego. Wchodzimy w buty PiS, bo ludzie tego chcą” - ocenił Morawiecki. PAP

Kto naprawdę rządzi w Rosji. To FSB kontroluje państwo

Grzegorz Kuczyński
Moskwa

Federalna Służba Bezpieczeństwa pod rządami Władimira Putina stała się najpotężniejszą służbą specjalną w Rosji. Służy także jako narzędzie represji politycznych.

W ostatnich latach FSB przestała się z zapewniania rzeczywistego bezpieczeństwa na sprawowanie politycznej kontroli nad społeczeństwem. W przeciwieństwie do zachodnich agencji bezpieczeństwa, które koncentrują się na zwalczaniu terroryzmu, przestępczości zorganizowanej i zagranicznych zagrożeń wywiadowczych, FSB angażuje się przede

wszystkim w kontrolę wewnętrzną.

Aby to osiągnąć, stosuje zastraszanie, fabrykowanie spraw karnych i inwigilację przeciwników politycznych reżimu. We współpracy z Centrum Przeciwdziałania Ekstremizmowi (Centrum „E”) MSW, Komitetem Śledczym, prokuraturą i sądami FSB skutecznie kontroluje prawie wszystkie instytucje państwowe. Być może jedynym wyjątkiem wśród instytucji państwowych kontrolowanych przez FSB jest Administracja Prezydenta Federacji Rosyjskiej. Obecnie każdy sprzeciw wobec reżimu lub odmowa spełnienia żądań FSB może skutkować postępowaniem administracyjnym, karą krymi-

nalną lub dobrowolną emigracją.

Jednym z najskuteczniejszych narzędzi FSB jest prawo karne przeciwko przeciwnikom politycznym. Artykuł 280 Kodeksu karnego („Ekstremizm”) jest często wykorzystywany do ścigania autorów publicznych oświadczeń, postów w mediach społecznościowych i przemówień liderów opozycji. W artykule tym brakuje jasnych definicji prawnych. Każda organizacja lub grupa, która stanowi zagrożenie dla reżimu, może zostać uznana za ekstremistyczną i zakazana.

Przemoc fizyczna i zabójstwa to kolejne środki stosowane przez FSB do represjonowania opozycji w Rosji. Najgło-

śniejszym przypadkiem było - wszystko na to wskazuje - doprowadzenie do śmierci Aleksieja Nawalnego w kolonii karnej (2024 rok) i wcześniejsza próba jego zabójstwa z użyciem nowiczoaka w 2020 roku.

Dziś Rosja i jej organy ścigania porzuciły przestrzeganie zarówno prawa krajowego, jak i międzynarodowego. Wiele zasobów struktur bezpieczeństwa nie jest skierowanych na utrzymanie prawa i porządku lub zapewnienie bezpieczeństwa publicznego, ale na ochronę istniejącego reżimu politycznego.

Liczba więźniów politycznych w Rosji wzrosła o jedną trzecią między 30 października 2023 roku a 30 października 2024 r. - z 807 do 1198 osób. PAP

KRÓTKO

Polacy chcą wojny dyskontów

Zaostrzonej wojny cenowej sieci dyskontów przed Wielkanocą oczekuje 53,5 proc. ankietowanych, nie ma takich oczekiwań 21,5 proc. badanych - wynika z raportu UCE Research i Shopfully. W zeszłorocznym badaniu takie oczekiwanie wyraziło 55,5 proc. konsumentów. - Odsetek respondentów, którzy udzielili takiej odpowiedzi, w dalszym ciągu przekracza połowę. Jest to zrozumiałe, bo żywność w sklepach cały czas drożeje powyżej głównego wskaźnika inflacji -

zwrócił uwagę Robert Biegaj z Shopfully. W opinii autorów raportu konsumenci w dużej mierze podchodzą jednak z dystansem do reklam porównawczych stosowanych przez konkurujące sieci. Mimo to cały czas czekają na dobre oferty i liczą na ostrą walkę między sieciami handlowymi. Badanie pt. „Świąteczne wydatki Polaków. Wielkanoc 2025” przeprowadzono w dniach 2-3 kwietnia 2025 roku na próbie 1008 konsumentów w wieku 18-80 lat. oprac. WS|PAP

Ale Fura! Ale Motor! Te maszyny mają duszę – poznaj liderów akcji

Ewelina Żuberek
ewelina.zuberek@polskapress.pl

Światła reflektorów, ryk silników i miłość do motoryzacji, która nie zna granic – trwa konkurs ALE FURA i ALE MOTOR, organizowany w ramach plebiscytu Mistrzowie Motoryzacji.

Każde zgłoszone do naszej akcji auto i każdy motocykl to coś

więcej niż tylko maszyna. To często spełnione marzenie, efekt wieloletniej pracy, renowacji, pielęgnacji. To pojazdy z historią, która bije z każdego zdjęcia – czy to klasyk z dawnych lat, czy nowoczesna bestia na czterech lub dwóch kołach. Widać w nich miłość, oddanie i ogromną pasję właścicieli. Patrząc na nie, czuć dumę i zachwyt – te maszyny po prostu budzą emocje! A stawka? Jest o co walczyć!

Dwanaście najpiękniejszych samochodów i dwanaście motocykli trafi na karty wyjątkowego kalendarza na 2026 rok. Ale to nie wszystko – fura i motor z największą liczbą głosów ozdobią również okładkę specjalnego dodatku podsumowującego całą akcję Mistrzowie Motoryzacji! Na tym jednak nie koniec! Trzy samochody z największą liczbą głosów z każdego województwa awansują

do ogólnopolskiego finału, gdzie zmierzą się z najlepszymi z całej Polski. Tam stawką będą prestiżowe tytuły Fura Roku i Motor Roku – a wszystko to zakończy się z hukiem – i to dosłownie! Wielki finał odbędzie się podczas XII DUB IT Tuning Festival w Kielcach, czyli jednej z największych i najbardziej widowiskowych imprez motoryzacyjnych w kraju. To prawdziwe święto dla fanów czterech

kółek, pełne pokazów, tuningu, palenia gumi i – oczywiście – najlepszych fur i motorów z całej Polski. Dziś na łamach naszej gazety prezentujemy tych, którzy aktualnie prowadzą w głosowaniu! To właśnie ich pojazdy zachwyciły największą liczbę Czytelników, to ich historie poruszyły serca fanów motoryzacji. Ale wszystko wciąż może się zmienić! Ranking żyje, emocje rosną z dnia na dzień,

a każdy kolejny głos może odwrócić losy rywalizacji. To właśnie Ty decydujesz, kto zasłużył na miano prawdziwego Mistrza Motoryzacji. Głosując, nie tylko wspierasz swoich faworytów, ale też dajesz im szansę na spełnienie marzeń. Nie pozwól, żeby Twoja ulubiona fura czy motor przeszły niezauważone. Aktualne wyniki głosowania znajdziesz na: www.pomorska.pl/moto

LIDERZY W KATEGORII ALE FURA!



1. Fiat color, 2000, Sławomir Szmigiel, Pawłówek



2. Mini One, 2004, Daniel Kujawa



3. Mercedes klasa S W126, 1987, Paweł Majewski, Mysłiwiec



4. Bmw e 30, 1988, Jakub Napolski, Golub-Dobrzyń



5. Volkswagen Scirocco MK3, 2008, Eryk Gącz



6. T3 80, Marcin Dzwonkowski



7. Volkswagen Garbus, 1973, Anna Kurdykowska, Radłowo



8. Renault R4, 1974, Mariusz Drzazgowski, Wronów



9. BMW E36, 1996, Remigiusz Kubacki



10. Volkswagen Bora, 2002, Łukasz Podemski, Nakło nad Notecią

LIDERZY W KATEGORII ALE MOTOR!



1. Suzuki Bandit S 1250, 2012, Piotr Wiśniewski, Tuchola



2. Kawasaki Voyager vn1700, 2017, Arkadiusz Dahm, Gniewkowo



3. Harley-davidson, 2008, Piotr Tuchalski, Rypin



4. Honda CB900 Custom, 1980, Wojciech Elszyński



5. Honda GL1800, Krzysztof Kitler, Łysomice



6. Jamaha xvs 1100 Drag Star, 1999, Dariusz Szarkowski, Żółno



7. Honda CB750, 1999, Adam Kobierecki



8. Suzuki marauder vz800 1998, Robert Lewandowski, Toruń



9. Harley Davidson Electra Glide, 2007, Marek Juchniak, Bydgoszcz



10. Ducati Panigale V4, 2018, Mateusz Pelc, Bydgoszcz

Grudziądz

Dyżur reportera - tel. 697 772 052 (w g. 10-14)

Zachęcają młodzież do biegania

(DD)

redakcja.grudziadz@pomorska.pl

**Unikatowymi medalami dla wszystkich i poduszka-
mi dzieci i nastolatków
do biegania zachęcają orga-
nizatorzy imprez biegowych
w Grudziądzu.**

Komputery, konsole, smartfony sprawiają, że dzieci i nastolatki ruszają się za mało. Aby ich zachęcić do poruszania się na świeżym powietrzu, niebawem ruszy druga edycja imprez z cyklu Klub Małego Biegacza. Cykl ten organizuje GKS Olimpia.

W ramach KMB, w najbliższych miesiącach odbędą się cztery imprezy biegowe dla dzieci i nastolatków, od maluchów po uczniów do 15. roku życia. W ubiegłym roku cykl

ten cieszył się ogromnym zainteresowaniem, więc powtórka była właściwie pewna.

Zachętą do startów w zawodach Klubu Małego Biegacza będą wyjątkowe medale, które złożą się jak puzzle w 4-częściowy obrazek oraz poduszki z wizerunkami zwierząt z grudziądzkiego lasu.

Biegi zaplanowano na 26 kwietnia, 17 maja, 7 czerwca i 6 września. Aby nie było nudy, każdy z biegów odbędzie się w innym miejscu, a imprezom towarzyszyć będą dodatkowe atrakcje.

Więcej o Klubie Małego Biegacza przeczytać można na stronie internetowej www.grudziadzbiega.pl/klub-malego-biegacza/. Tam też jest link do zapisów na pierwszy bieg, które już są na ukończeniu, bo chętnych nie brakuje. ©©



270 dzieci wzięło udział w sobotnim biegu Bronek Run - Forest Edition. Więcej zdjęć: pomorska.pl/grudziadz

KRÓTKO

SPOTKANIE

O komunikacji miejskiej będzie można porozmawiać z prezydentem

Spotkanie, jak zwykle, będzie doskonałą okazją do wymiany opinii, pomysłów oraz uwag dotyczących funkcjonowania transportu publicznego. Zaplanowano je na poniedziałek, 28 kwietnia. Początek o godz. 18 w Marinie. Podczas spotkania, odbywającego się w ramach cyklu „Porozmawiajmy o mieście”, będą obecni przedstawiciele wydziału transportu oraz MZK. (PA)

AKCJA

Oddajmy honorowo krew z przeznaczeniem na ratowanie życia dzieci z wypadków

To będzie już XIII wielka akcja zbiórka krew pod hasłem „Twoja krew - Moje życie”. Ten bezcenny dar zasili bank krwiodawstwa w Bydgoszczy i będzie dysponowany na rzecz dzieci poszkodowanych w wypadkach komunikacyjnych.

Akcja jest rozłożona na trzy dni i potrwa 23, 24 i 25 kwietnia w godz. 7.30-12.30 w punkcie krwiodawstwa przy ul. Szpitalnej 5 w Grudziądzu. (PA)

Remont dworca powinien się skończyć, a nawet nie ruszył

Daniel Dreyer

daniel.dreyer@polskapress.pl

Zgodnie z pierwotnym planem, właśnie końca dobiegać powinna modernizacja dworca PKP w Grudziądzu. Powinna, ale nie dobiega. Co więcej: prace nawet nie ruszyły. Czy i kiedy rozpocznie się inwestycja, na którą czekamy w Grudziądzu?

„Nareszcie! Firma Budimex SA zakończyła właśnie trwającą blisko dwa lata długo oczekiwaną modernizację dworca PKP w Grudziądzu. I choć bryła obiektu się nie zmieniła, to teraz prezentuje się on naprawdę przyzwoicie. W końcu pasażerowie mają do dyspozycji obiekt spełniający wszystkie ich potrzeby, a Grudziądz nie musi się wstydić swojego dworca PKP...” Tak powinniśmy dziś pisać, ale... nie możemy.

Obraz nędzy i rozpacz - to było. Dziś: brak słów

Na początku sierpnia 2023 r. spółka PKP podpisała z firmą Budimex umowę na przebudowę dworca kolejowego w Grudziądzu. Zgodnie z pierwotnym planem, inwestycja miała zostać ukończona w 87 tygodni od podpisania umowy. Mamy kwiecień 2025 roku i ten czas właśnie minął, a dworzec wygląda tylko gorzej niż dwa lata temu, choć wtedy trudno byłoby uwierzyć, że to w ogóle możliwe. A jednak „atrakcjami”, które przez ten czas pojawiły się w dworcowym krajobrazie są:

- zamknięte główne wejście do budynku,
- rusztowania i stemple podtrzymujące zadaszenie nad głównymi schodami,
- jeszcze więcej dykt i isklejki zamiast szyb w oknach oraz drzwiach.

Przypomnijmy, że od zlikwidowania marketu „Biedronka” (w czerwcu 2024) na dworcu kolejowym nie ma gdzie kupić napoju czy przekąski na drogę. A za toaletę - to jest wstyd największy - nadal „robi” toi-toi ustawiony z boku budynku.

Już przed laty pisaliśmy, że grudziądzki dworzec PKP to obraz nędzy i rozpacz. A skoro teraz jest jeszcze gorzej, to... brak nam słów.

Dlaczego nadal nie jest pięknie?

Zgodnie z umową, jaką w sierpniu 2023 r. zawarły PKP i Budimex, przebudowa dworca w Grudziądzu jest prowadzona w trybie „projektuj i buduj”. Przez rok trwać miały prace projektowe, a początek robót w terenie planowano



Dach nad głównym wejściem na dworzec PKP trzeba było podeprzeć, aby nie runął

na wiosnę 2024 roku. Wszystko miało kosztować niebagatelną kwotę około 60 mln zł.

Plan spalił jednak na palenisku, bo eksperci Budimexu rozpoczynając prace przygotowujące do opracowania dokumentacji budowlanej otworzyli „puszkę Pandory”. Stan dworca został określony na dużo gorszy niż ten opisany w ocenie stanu technicznego, który wcześniej przygotowano na zlecenie PKP.

Budimex zlecił więc wykonanie swojej ekspertyzy i przedstawił ją PKP.

Podstawowym wnioskiem wynikającym z tej ekspertyzy jest konieczność rozbiórki istniejącego dworca objętego wpisem do rejestru zabytków i budowa nowego obiektu - informuje Agnieszka Jurewicz z biura komunikacji spółki Polskie Koleje Państwowe.

Budynku rozebrać nie można, bo właśnie po to, aby zapobiec takim zakusom, zostało on w lutym 2021 roku wpisany do wojewódzkiego rejestru zabytków.

Porównują ekspertyzy. Negocjacje trwają

Umowa, jaką PKP zawarło z Budimexem, nie zakłada więc rozbiórki, a wzmocnienie konstrukcji i wymianę jej poszczególnych elementów. - Co zostało określone na podstawie wytycznych konserwatorskich oraz w ocenie stanu technicznego obiektu przez wykonawcę programu funkcjonalno-użytkowego - podkreśla Agnieszka Jurewicz z PKP.

- Inwestor (PKP - dop. red.), dla weryfikacji ekspertyzy wykonawcy (Budimex - dop. red.), zlecił również własną ekspertyzę. Wnioski z ekspertyz są weryfikowane i wdrażane

w projekt budowlany, który jest w toku - informuje Robert Noremberg z działu komunikacji firmy Budimex. I podkreśla: - Wszystkie ewentualne zmiany muszą być na bieżąco konsultowane i wymagają zgody konserwatora zabytków.

PKP podtrzymuje zamiar wykonania modernizacji dworca kolejowego w Grudziądzu. Natomiast Budimex potwierdza chęć przeprowadzenia tej inwestycji. - Realizujemy ją cały czas: trwa etap projektowy - zaznacza Robert Noremberg.

Negocjacje trwają, a rozmawiać jest o czym, bo wraz ze zmianą zakresu prac zmieniają się też wydatki. Wykonawca liczy na zwiększenie wartości kontraktu. W Grudziądzu nieoficjalnie mówi się, że chodzi o kwotę rzędu 17 mln zł.

Co jest potrzebne, aby remont mógł się rozpocząć?

- Zakończenie etapu projektowego i uzyskanie pozwolenia na budowę - odpowiada Robert Noremberg z Budimexu. Ale najpierw... - Strony muszą wdrożyć wnioski z ekspertyzy stanu technicznego budynku, akceptowalne dla obu stron z zachowaniem jak największej „tkanki historycznej” obiektu, który jest zarejestrowany jako zabytek, z zachowaniem bezpieczeństwa dla przyszłych użytkowników obiektu.

- Obecnie trwają uzgodnienia z wykonawcą sposobu dalszej realizacji umowy. Po ich zakończeniu znany będzie harmonogram inwestycji - informuje Agnieszka Jurewicz z PKP.

Kiedy to się stanie? Choć o to pytaliśmy, ani PKP, ani Budimex nie złożyły deklaracji.

Radni przygotowali apel. Liczą na poparcie

Na przeciągających się negocjacjach między PKP a Budimexem i z konserwatorem zabytków w tle, najbardziej tracą grudziądzanie.

Na to, że sprawa uda się „popchnąć” do przodu, liczą radni grudziądzkiej Lewicy Przemysław Decker oraz Łukasz Kowarowski, którzy od dłuższego czasu interesują się sprawą dworca PKP w Grudziądzu.

Wobec braku postępów tej inwestycji, radni proponują, aby rada miejska przyjęła wspólny apel w tej sprawie. W jego projekcie czytamy: „Rada miejska apeluje, aby zarząd PKP w trybie pilnym podjął wszelkie możliwe działania, które doprowadzą do jak najszybszego rozpoczęcia prac budowlanych zmierzających do realizacji i wykonania przedmiotowej inwestycji”.

Apel, jeśli zostanie podjęty, trafić ma na biurko zarządu PKP oraz Ministra Infrastruktury.

- Sprawa jest ponadpartijna, więc liczymy, że apel poprą wszyscy radni - mówi radny Łukasz Kowarowski.

Co w tej sprawie zrobili władze Grudziądza?

- Mimo, że dworzec PKP nie jest inwestycją miejską, grudziądzki samorząd podjął szereg działań zmierzających do rozpoczęcia jego modernizacji - zapewnia Karol Piernicki, rzecznik prezydenta Grudziądza. Wylicza: ratusz przygotował pisma w tej sprawie, poprzez miejską spółkę podpisano umowę na zagospodarowanie przestrzeni wewnątrz budynku dworca, przedstawiciele władz miasta uczestniczyli w spotkaniach z Wojewódzkim Konserwatorem Zabytków, a w obecności i przy zaangażowaniu Tomasza Szymańskiego, posła i wiceministra MSWiA, także w spotkaniach z zarządem PKP.

Do takiego spotkania prezydenta Grudziądza z Alanem Beroud, prezesem PKP S.A. doszło przed kilkoma dniami.

- Rozmawialiśmy na temat modernizacji dworca kolejowego w Grudziądzu oraz nadaniu mu dodatkowej funkcji w zakresie ochrony ludności i obrony cywilnej - na Facebooku napisał Maciej Glamowski. I dalej: - Z przekazanych nam informacji wynika, że rozmowy na linii PKP - wykonawca zmierzają w dobrym kierunku. (...) Po dzisiejszym spotkaniu wierzę, że prace w końcu ruszą. ©©

Czas na Ratuszu stanął... Zegar pokazuje godzinę 1.35

Katarzyna Kucharczyk
katarzyna.kucharczyk@polskapress.pl

W Toruniu czas się zatrzymał. Na najbardziej znanym zegarze w mieście - na wieży Ratusza Staromiejskiego - wskazówki informują, że nieustannie jest... 1.35.

Czy czas w Toruniu się zatrzymał? Pytali nasi Czytelnicy, którzy informowali nas, że na wszystkich tarczach zegara na wieży Ratusza Staromiejskiego wskazówki stoją w miejscu, informując, że nieustannie jest godzina 1.35.

„Niestety, jest to coś poważniejszego”

Skontaktowaliśmy się z Muzeum Okręgowym w Toruniu, by dowiedzieć się więcej o tej sytuacji. Jak udało nam się dowiedzieć, niestety wystąpiła awaria.

- Jest to coś poważniejszego. Serwisanci pracują już na miejscu - poinformowała „Nowości” Agnieszka Tybus-Bugajska, wicedyrektor ds. organizacyjno-administracyjnych Muzeum Okręgowego w Toruniu. - Wszystko wskazuje na to, że brakuje jakiejś części, by to ruszyło. Na razie jesteśmy na etapie poszukiwań, ale być może trzeba będzie ją dorobić. Są to rzeczy bardzo trudno dostępne. Trudno powiedzieć dokładnie, kiedy zegar ruszy. Być może w ciągu najbliższych dni, ale możliwe, że potrwa to też dłużej. Sami czekamy na dokładne informacje, co jest nie tak.

Przypomnijmy, że w czerwcu 2023 roku najbardziej znany zegar w mieście także był zatrzymany. Wówczas przez dziesięć dni przeprowadzano konserwację i naprawę jednego z mechanizmów.

Na czterech tarczach non stop pokazywany był ten sam czas - tuż po wpół do drugiej. Co ciekawe, tak samo jest teraz...

Cyfry i tarcza z brązu i ze złota

Tarcze zegara na Ratuszu mają 3,5 metra średnicy. Duża wskazówka jest długa na 2,1 metra.

Z brązu o grubości 3 milimetrów są wykonane cyfry i kołiste obręcze tarcz. Pokrywają je płatki 24-karatowego złota. Są zabezpieczone żywicami.

Zegar odmierza czas od prawie 650 lat

Zegar na wieży Ratusza odmierza w Toruniu czas od 1386 roku. Kolejny zamontowano w 1532 roku. Ten zegar został zniszczony podczas oblężenia Torunia przez Szwedów w 1703 roku.

Nowy zegar zaczął odmierzać czas w 1728 roku. Jego następcą jest obecny zegar ratuszowy. ©

Zegar na wieży Ratusza odmierza czas od 1386 roku. Nowy zegar zamontowano w 1728 roku. Jego następcą jest obecny zegar.



FOT. GRZEGORZ OLKOWSKI

Godzina pokazywana na Ratuszu ludzi nas, że czas się zatrzymał... Bardzo byśmy tego chcieli, ale to tylko awaria

REKLAMA 0011309393

SPÓŁDZIELNIA MIESZKANIOWA
ul. Bolesława Prusa 1, 86-100 Świecie

OGŁASZA USTNY PRZETARG NIEOGRANICZONY
na najem garażu położonego w Świeciu
przy ul. Żwirki i Wigury 6 o pow. 15,40 m².

Kontakt z Ogłaszającym - dział GZM, tel. 52 33 11 909,
w dni powszednie w godz. 8.00-15.00.
Pełna treść ogłoszenia o przetargu na stronie internetowej
Spółdzielni Mieszkaniowej www.smswiecie.pl.

Nowe odcinki ulic na Jarze - z jezdnią zamiast parkingu

Marek Nienartowicz
marek.nienartowicz@polskapress.pl

Na Jarze powstały nowe odcinki ulic Watzenrodego i Heweliusza. Powstały również drogi rowerowe, miejsca parkingowe i chodnik.

Watzenrodego to główna ulica na Jarze. Biegnie przez całe osiedle, między jej skrzyżowaniami z ulicami Ugory a Keplera, wygina się w łuk na środkowym odcinku, między ulicami Hubego a Grasera.

W zdecydowanej większości jest jednojezdniowa - dwukierunkowa. Fragmenty dwujezdniowe istnieją tylko w rejonie rond, czyli u zbiegu Watzenrodego z ulicami Ugory i Strobanda.

„Ślepy” fragment Watzenrodego

Niedawno druga jezdnia Watzenrodego powstała na odcinku między Hubego a Grasera, a dokładnie - między tą ostatnią a posesją Watzenrodego 14. Jest „ślepa”, służy tylko do dojazdu do znajdujących się tu budynków mieszkalnych i innych obiektów. Wjechać w nią można i wyjechać z niej tylko od strony ulicy Grasera. O drugiej strony kończy się na wysokości parku na Jarze. Nową jezdnią można oczywiście jeździć w dwóch kierunkach.

- Oprócz jezdni powstała tu również droga rowerowa, miejsca parkingowe i chodnik. Za-



FOT. MAREK NIENARTOWICZ

Fragment wschodniej jezdni ulicy Watzenrodego jest prawie gotowy. Zbudowano też drogę rowerową i chodnik

montowane tu jeszcze musi zostać oświetlenie uliczne, do wykonania jest także oznakowanie poziome i pionowe - informuje Agnieszka Kobus-Peńsko, rzeczniczka prasowy Miejskiego Zarządu Dróg w Toruniu.

Początkowo planowano, że ten fragment ulicy będzie spo-

O budowę drugiej nitki Watzenrodego między Ugorami a Strobanda apeluje część mieszkańców Jaru. Na razie to tylko koncepcja.

rych rozmiarów parkingiem. Prezydent Torunia Paweł Gulewski zaproponował jednak zmianę koncepcji. W efekcie powstał fragment wschodniej jezdni Watzenrodego.

- Jego budowa umożliwi w przyszłości uruchomienie tego odcinka jako pełnoprawnej drugiej, wschodniej nitki jezdni ulicy Watzenrodego między ulicami Ugory a Strobanda, co znacząco wpłynie na poprawę komunikacji w tej części miasta - podkreśla Agnieszka Kobus-Peńsko.

O budowę drugiej nitki Watzenrodego między Ugo-

rami a Strobanda apeluje część mieszkańców Jaru. Na razie jest ona jednak jedynie w sferze koncepcji.

By był dojazd na budowę

Na Jarze powstał też nowy fragment ulicy Heweliusza - na wschód od skrzyżowania z ulicą Watzenrodego. W praktyce to droga gruntowa, o długości ponad 600 m. Od skrzyżowania biegnie prosto, potem wygina się łukiem.

Pojawiły się domysły, czy nie jest to element przygotowań do budowy sklepu sieci „Polo-Market”. Ma on w niedalekiej przyszłości powstać przy skrzyżowaniu ulic Heweliusza i Watzenrodego. Nowy odcinek Heweliusza z tą inwestycją związku jednak nie ma. Powstał, by ułatwić dojazd do terenów, na których budowane są i będą domy jednorodzinne.

Przypomnijmy, że w latach 2022-2024 miasto sprzedało 18 działek, o łącznej powierzchni 20 hektarów, znajdujących się właśnie przy ulicy Heweliusza, przy wschodnim jej fragmencie.

Na tym nie koniec. Na czerwiec Urząd Miasta Torunia zaplanował przetargi, w których do kupienia będzie 11 nieruchomości w tym rejonie, także pod domy jednorodzinne. To działki o adresach Keplera od 67 do 73 oraz od 70 do 82.

W przyszłości obecnie gruntowy odcinek Heweliusza ma stać się normalną ulicą. ©

Czipowanie, czyli sposób, by nasze zwierzę nie zgubiło się

Katarzyna Kucharczyk
katarzyna.kucharczyk@polskapress.pl

Schronisko dla Bezdomnych Zwierząt w Toruniu po raz kolejny wyszło z inicjatywą darmowego czipowania zwierząt. Pierwsze z dwóch zaplanowanych spotkań odbyło się na lewobrzeżu.

Czipowanie zwierząt jest bardzo ważne, o czym już od lat przekonują organizacje pro-zwierzęce. I w Toruniu co jakiś czas przeprowadza się kampanie informujące o tym, dlaczego właściciele zwierząt powinni rozważyć takie rozwiązanie.

Pierwsi chętni jeszcze przed godz. 10

Coraz częściej organizuje się także specjalne akcje, dzięki którym czworonogi mogą zostać zaczipowane, i to całkowicie za darmo.



FOT. AGNIESZKA BIELECKA

Torunianie ponownie zaczipowali swoje zwierzęta! I to za darmo. Kolejna taka akcja - w poświęteczną sobotę

Schronisko dla Bezdomnych Zwierząt w Toruniu wraz z Gminą Miasta Toruń po raz kolejny postanowili zorganizować dwie akcje czipowania.

Pierwsza z nich odbyła się w ostatnią sobotę w sklepie zoologicznym Luz na lewobrzeżu. Jeszcze przed godz. 10 na ulicy Okólnej stanęli pierwsi właściciele wraz ze swoimi

pupilami, by poddać je czipowaniu.

Dlaczego czipowanie jest ważne?

Wielu opiekunów nie zdaje sobie sprawy, że czipowanie jest ważne, ale jeszcze ważniejsza jest rejestracja czipa na dane właściciela w jednej z baz identyfikacyjnych - identyfi-

kacja.pl lub safe-animal.eu. Taka rejestracja jest odpłatna, ale w kwietniu schronisko w ramach akcji oferuje ją za darmo.

A w zasadzie do czego służy czip i czemu musi być zarejestrowany? Przede wszystkim do „monitorowania” swojego czworonoga.

Czip umożliwia powrót do właściciela, gdy zwierzę się zagubi. Widać to szczególnie po kotach, które odnajdują się nawet po pół roku w zupełnie innym miejscu. Zaczipowanie zwierzęcia jest w pełni bezpieczne. Wykorzystuje się do tego jednorazową strzykawkę. Czip wszczepia się pod skórę.

Ten, kto nie zdążył zaczipować swojego zwierzęcia, nie musi się martwić. W sobotę, 26 kwietnia akcja się powtórzy. Tym razem jednak w sklepie „Planeta Zoo” przy ulicy Przy Kaszowniku 43F.

©

KULTURA NOWA AKUSTYCZNA ATRAKCJA TORUNIA POJAWI SIĘ W CENTRUM MIASTA JUŻ W CZERWCU

Na koncert zaproszą nas na skwer

Małgorzata Oberlan
malgorzata.oberlan@polskapress.pl

W Toruniu nowa atrakcja pojawić się ma już 1 czerwca, ale jej oficjalne otwarcie zaplanowane jest na koniec czerwca. Wtedy ma się odbyć specjalny koncert na fortepianie plenerowym.

Plenerowe fortepiany, ogólnodostępne, są już atrakcjami wielu polskich miast. Każdy przy takim instrumencie może usiąść i zagrać, a także - to bardzo popularny teraz trend- dać koncert relacjonowany w mediach społecznościowych. Nie da się jednak ukryć, że wandalę dewastować potrafią wszystko: i zabytki, i nowe sprzęty w miejskim krajobrazie. W Katowicach pierwsze fortepiany zewnętrzne stanęły w 2021 roku. Już w 2022 roku jeden z nich padł ofiarą wandalę. „Jest odporny, ale nie niezniszczalny. Jeżeli ktoś przypuści atak z premedytacją, to nie ma takiej rzeczy, która nie uległaby uszkodzeniu” - konstatawali wtedy nie bez smutku śląscy urzędnicy.

Jak będzie z fortepianem w Toruniu? Pod koniec kwietnia Biuro Toruńskiego Centrum Miasta ogłosi, jakiej firmie powierza jego dostawę i instalację, już teraz natomiast odpowiada na pojawiające się pytania o ewentualne dewastacje.

Instrument odporny na deszcz i mróz
Toruńscy urzędnicy przyznają, że działań wandalę nigdy i nigdzie nie da się wykluczyć. Zwracają jednak uwagę na to, że po pierwsze instrument stanie w miejscu centralnym, publicznym i bardzo dobrze monitorowanym. Po drugie, choć nie będzie betonowy, będzie miał stosowne zabezpieczenia na różne okoliczności: pogodowe (wytrzymać ma i mróz, skwar, deszcz - jest wodoodporny) i mechaniczne.

Fortepian stanie na specjalnie przygotowanej nadbudowie, a obok niego pojawi się ławka - także ze stali nierdzewnej i laminatu



FOT. UM KATOWICE

Tak wygląda jeden z fortepianów plenerowych na Rynku w Katowicach. W Toruniu nowa atrakcja pojawić się ma w czerwcu br., na skwerze 4 Czerwca 1989 roku

Toruński fortepian nie będzie betonowy, jak w niektórych polskich miastach. Będzie typem nowszej generacji - wykonanym ze stali nierdzewnej i laminatu wysokociśnieniowego HPL, wytrzymałego na warunki atmosferyczne. Instrument będzie miał klawiaturę z 88 klawiszami typu GHS, pedał typu „sustain”, wbudowany system oblodze-

niowy dla klawiatury. Wytrzymawać będzie temperaturę od minus 20 do plus 50 stopni C. Wyposażony będzie w system zdalnego zarządzania (głośność, harmonogram pracy) i statystyki używania poszczególnych opcji. Oczywiście, będzie miał też wzmacniacze i głośniki; będzie możliwość podłączenia do niego innych instrumentów. Fortepian stanie na specjalnie przygotowanej nadbudowie, a obok niego pojawi się ławka - także ze stali nierdzewnej i laminatu, tak jak instrument. Obok całej instalacji natomiast pojawi się stand z informacjami - stalowy, ocynkowany, z wypaloną katarzynką jako symbolem miasta. Jaki to będzie dokładnie typ instrumentu? Jaka firma go do Torunia dostarczy i zainstaluje? Biuro Toruńskiego Centrum Miasta dopina szczegóły. Pod koniec kwietnia, jak słyszemy, oficjalnie ogłosi konkrety. W marcu miasto w związku z fortepianem ogłosiło tzw. zapytanie ofertowe. Wpłynęła jedna oferta. Satisfakcjonu-

jąca, ale każąca przeanalizować jeszcze raz aspekt finansowy przedsięwzięcia. Zakres prac okazał się szerszy niż urzędnicy pierwotnie zakładali. Były negocjacje finansowe z firmą. Teraz wszystko zmierza do finału i powierzenia jej zadania.

Koncerty pod niebem
W Toruniu nowa atrakcja pojawić się ma już 1 czerwca tego roku, ale jej oficjalne otwarcie zaplanowane jest na koniec tego miesiąca. Wtedy ma odbyć się tam specjalny koncert. - Kolejne, przynajmniej trzy koncerty, też są już planowane - zdradza Natalia Wierzbowska z Biura Toruńskiego Centrum Miasta. - Generalnie jednak fortepian służyć ma każdemu chętnemu: torunianom i turystom. Myślimy też o kampanii w mediach społecznościowych. Liczymy, że całoroczny, ogólnodostępny instrument będzie okazją do wielu sympatycznych wydarzeń i promocji Torunia. A może też pozwoli odkryć prawdziwe talenty wśród torunian i naszych gości? ©@

REKLAMA

INFORMATOR

HOTELE

Bydgoszcz

Tanie noclegi dla firm, 601-919-805 00532

LEKARSKIE

Radziejów

Internista Mieczysław Wolański, przyjmuje codziennie od 9.00, Radziejów, ul. Łokietka 3, ekg, holter usg, laboratorium. Tel. 607 402 122, 54/285 22 40 Q701187897A

USŁUGI

Bydgoszcz

Śmieci - wywóz, kontenery, gruz „Corimp” 52/320-81-85. 000288

Grudziądz:

STACJA demontażu pojazdów przyjmuje samochody do złomowania, Grudziądz, tel. 56/465-48-88

USŁUGI POGRZEBOWE

Bydgoszcz

Dylewscy Zakład Usług Pogrzebowych, Plac Piastowski 9, Bydgoszcz. Tel. Całodobowe 52/322-29-16, 602-26-34-72, www.dylewscy.pl Biuro Fordon ul. Piwnika Ponurego 1D, 52/342-95-16. Obsługujemy cmentarze w Bydgoszczy i okolicy, kompleksowe usługi krajowe i zagraniczne, usługi kremacyjne

w Bydgoszczy - duży wybór trumien i urn. Kredytowanie pogrzebów ZUS, KRUS, wojsko, policja

420114801/A

ABC Białe Błota Całodobowe Usługi Pogrzebowe, Cukrowa 14, 52/360-82-84, 608-620-484. Administrujemy cmentarzami Białe Błota i Ciele. 000420

Chojnice

Zakład Pogrzebowy Tadeusz Porożyński, Gdańska 3. Przechowywanie, przewóz zwłok Chojnice bezpłatnie całodobowo. 52/397-20-47, 604-755-900.

Toruń

Sotor Usługi Pogrzebowe i Cmentarne, Toruń, tel. 56/655 33 50 całą dobę. Centrum Kamieniarskie tel. 512 601 120 www.sotor.pl 000028

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 001384

Inowrocław

Credo -Najtańszy całodobowy Zakład Pogrzebowy -św. Ducha 33, 88-100 Inowrocław. 52/357-74-16, 509-946-759, trumny już od 349 zł, do każdej usługi baldachim i winda nagrobna gratis, dostosowujemy się do możliwości finansowych każdego

Klienta, wypłacamy zasiłki z ZUS i KRUS przed pogrzebem http://www.pogrzeb.net 282814801

Najtańszy Całodobowy Zakład Pogrzebowy „IN LUCTU” Małgorzata Matuszak. Zarządca Domu Przedpogrzebowego w Kruszwicy, najtańsza chłodnia (własna), producent trumien (również z wityną) - trumny już od 300 zł, winda i baldachim gratis. Kruszwica, ul. Kolegiacka 12f, Inowrocław, ul. Św. Ducha 53, tel. 52/357-16-04, 357-53-41, e-mail: inluctu1@interia.pl Załatwiamy wszelkie formalności. www.inluctu.pl 139014805

Waldemar Wójcik Zakład Pogrzebowy MEMORIA, ul. Szyborska 25A, Inowrocław. Dyżur całodobowy - tel. 602-189-676, 52/355-66-77. Załatwiamy wszystkie formalności w imieniu rodziny. Wypłacamy zasiłek pogrzebowy przed pogrzebem. Posiadamy profesjonalny baldachim pogrzebowy oraz windę nagrobną. Świadczymy usługi na najwyższym poziomie. www.memoria.net.pl 408914801

Barcin

Całodobowy Zakład Pogrzebowy Sławomir Makowski, Barcin, ul. Żnińska 25 (naprzeciwko cmentarza) Tel. 52/383-64-09, 601-681-917. 000528

Pakość

„Konkordia” kompleksowe usługi pogrzebowe, Pakość, Inowrocławska 10,

52/35-18-766, 500-697-316, całą dobę. Wypłacamy zasiłki pogrzebowe KRUS i ZUS. 8210983

Gniewkowo

Całodobowy Zakład Pogrzebowy A.W.Paradowscy, Kościelna 10, 52/35-58-174, 502-521-418. Kompleksowe usługi pogrzebowe, wysoka jakość, niska cena. 00418

Sotor - Usługi Pogrzebowe i Cmentarne Gniewkowo 52/351 02 36 całą dobę Centrum Kamieniarskie tel. 512 601 120 www.sotor.pl 000045

Janikowo

NAJTAŃSZY CAŁODOBOWY ZAKŁAD POGRZEBOWY ROBERT KURCZEWSKI JANIKOWO, ul. Główna 18G TEL. 507 364 717 000502

Kruszwica

Najtańszy całodobowy Zakład Pogrzebowy „In Luctu” Małgorzata Matuszak, zarządca Domu Przedpogrzebowego w Kruszwicy, najtańsza chłodnia (własna), producent trumien (również z wityną) - trumny już od 300 zł, winda i baldachim gratis. Kruszwica, ul. Kolegiacka 12f, Inowrocław, ul. Św. Ducha 53, tel. 52/357-16-04, 357-53-41, www.inluctu.pl e-mail: inluctu1@interia.pl. Załatwiamy wszelkie formalności. 000345

Całodobowy Zakład Pogrzebowy Żurawski ul. Kolegiacka 12E Kruszwica, tel. 666-999-917 8686162

Złotniki Kujawskie

Zakład Pogrzebowy - całodobowy Andrzej Pabjańczyk, Złotniki Kujawskie ul. Podgórna 13, tel. 52/351-71-03, 504-270-409, 604-542-322 000281

Żnin

Całodobowe - Usługi Pogrzebowe Magdalena Jezierska, ul. św. Floriana 8. Wypłacam zasiłki ZUS i KRUS przed pogrzebem. Tel. całodobowy 661-565-917 528414801/B

Całodobowe, kompleksowe usługi pogrzebowe „Chmielewscy”, ul. Górską 10, 52/302-14-67, 502-314-898. Wypłacamy zasiłki ZUS i KRUS przed pogrzebem. 000417

Całodobowo-Usługi Pogrzebowe Firma Pietras, Żnin, Pl. Wolności 15/4. Wypłacamy zasiłki ZUS i KRUS przed pogrzebem. 52/30-22-031, 509-917-648 000416

Kowal

Całodobowa obsługa pogrzebów, Producent trumien. Lewandowski, 87-820 Kowal ul. Kościuszki 56. Tel. 603-998-321 000289

0011296505

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 000028

„Salus” Przychodnia Weterynaryjna, Lelewela 33 /teren Arpolu/8-22, 56/652-81-67. Interna, chirurgia, profilaktyka. RTG,USG. Całodobowy dyżur 504-052-789. 000045

ZDROWIE I URODA

Bydgoszcz

Przepuklinowe pasy - sprężynowe, wypadanie macicy - inne. Wkładki -płaskostopie, koślawość. Wysyłamy pocztą. Ortopedia. Bydgoszcz, kr. Jadwigi 15, 52/322-22-85. 412314801/A

Toruń

Optyk Trejnowscy. 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-trejnowscy.pl 000046

eprasa.pl d95ca173ac

Nie można dać się zatrzeć, zapracować tak ogromnie, jak pracował mój mąż

Ewa Bem o swoim niedawno zmarłym mężu, producencie telewizyjnym Ryszardzie Sibilskim Fot. Karolina Misztal



Z ŻYCIA GWIAZD

Karolina Gilon kocha swojego żółtwa

Prezenterka urodziła niedawno pierwsze dziecko i na razie chce na tym poprzestać. Ostatnio napisała na Instagramie: „Nie chcemy więcej dzieci. Oczywiście póki co... Zobaczymy, co będzie za jakiś czas. Kochamy naszego żółtwa najbardziej na świecie. On jest cudowny i... tak cudowny, że drugiego chyba nie trzeba robić”.

Sylwia Bomba prawie nic nie je

Celebrytka schudła w ostatnich latach o 30 kilogramów. Teraz raz za razem publikuje na Instagramie swoje zdjęcia w bikini. Ostatnio jedna z fanek spytała, ile kalorii dziennie spożywa. Bomba odpisała: „Maksymalnie 1500 kcal dziennie zjadam, staram się raczej trzymać 1200 kcal. Ale podstawą jest komponowanie posiłków”.

Anja Rubik jest przerażona

Modelka udzieliła wywiadu Pułdowi. Na pytanie o to, co się dzieje obecnie w USA, odpowiedziała: Osoby, które nie głosowały na Trumpa, wiedziały, że nie będzie dobrze, ale nie zdawały sobie sprawy do jakiego stopnia. Wiele osób, które głosowały na Trumpa, jest rozczarowanych. Jest to dość przerażające. Rano się budzimy i nie wiemy, co nas zaskoczy. Poziom odpowiedzialności polityków bardzo spadł, i to widać w Stanach. Amerykanie zaczynają się burzyć. W całym kraju są protesty. (GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa



W TELEWIZJI



Sekrety piramid BBC Earth, 19:45

Brytyjski komik oraz wielki wielbiciel nauki Dara Ó Briain udaje się do Egiptu, by rozwiłać tajemnice piramid. Z pomocą archeolożki Rakshy Dave i egiptologa dr. Chrisa Naughtona postara się odpowiedzieć na pytania, które nurtują ludzkość od setek lat – w jaki sposób i w jakim celu powstały te intrygujące budowle.

Yellowjackets 3 Canal+ Premium, 21:00

Wraz z nadejściem lata Yellowjackets cieszą się kruchym zwycięstwem – brutalna zima wreszcie minęła. Jednak brak zaufania do przywództwa i rozłam w drużynie zagrażają ich szansom na ratunek. W teraźniejszej osi czasu na powierzchnię zaczynają wypływać dawno pogrzebane tajemnice.

Od „Chłopów” do Nobla TVP Historia, 21:00

Reportaż poświęcony Władysławowi Reymontowi, nobliście, oraz jego dziełu, które ostatnio zyskuje popularność i ponownie fascynuje współczesnych czytelników.

Carandiru Super Polsat, 22:05

Oparta na prawdziwych wydarzeniach historia dr Daruzio Varelli (Luiz Carlos Vasconcelos). Pracował on na rzecz więźniów przetrzymywanych w bardzo surowych warunkach, kiedy w 1992 r., aby zapobiec zamieszkom, policjanci zabili w Carandiru 111 osadzonych.

KRZYŻÓWKA NR 59

Poziomo:

- 3) każdy następca w prostej linii w stosunku do przodka,
10) głośne rozmowy, harmider,
11) np. „Ostatnia walka Apacza” lub „Rio Bravo”,
12) przegrana, ale jeszcze nie klęska,
13) w orszaku pana młodego,
15) szybka, częsta odpowiedź,
17) drobny przedmiot reklamowy,
18) największy stan w USA,
20) naramienniki wojskowe, szlify,
22) trująca bylina z rodziny jaskrowatych, tojad,
23) ukochany Ludmiły z poematu Puszkina,
26) Wit, twórca ołtarza mariackiego w Krakowie,
28) był nim Martin Luther King,
29) ogromne, długowieczne drzewo z afrykańskiej sawanny,
32) wąska grządka kwiatowa,
34) niewielkie pomieszczenie na statku np. dla pasażera,
35) zawodnik na hipodromie,
36) sposób osuszania gleby i regulowania stopnia jej wilgotności,
37) lokum dla pawiego oczka.

Pionowo:

- 1) pospolity krzew, gatunek derenia,
2) dawna nazwa szkoły,
3) materiał do krycia dachów,
4) o młodej dziewczynie lubiącej dużo i prędko mówić,
5) komedia Aleksandra Fredry,
6) zespół czterech muzyków,
7) szyb na odpadki w wieżowcu,
8) pylasta skała osadowa,
9) koń maści jasnobrzowej,
14) płacze z byle powodu, mazgaj,
16) przedmiot wykonany przez gisera,
19) ... Łącz, gra w serialu „Klan”,
21) opera Giacomo Pucciniego,
24) owad zamieszkujący mokre łąki i wybrzeża wód,

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Dotrą do Ciebie informacje, które skłonią Cię do zmiany jednego z powziętych planów. Horoskop dzienny mówi, że zmartwi to Twoich bliskich.

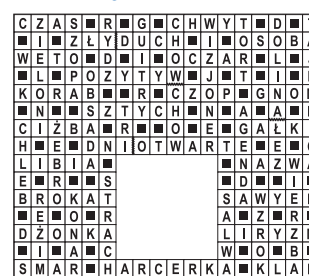
Ryby (19.02 - 20.03)

Ktoś będzie próbował wpływać na podejmowane przez Ciebie decyzje. Horoskop na dziś ostrzega, że może to skończyć się sporą awanturą. **Baran (21.03 - 19.04)** Nie bagatelizuj problemu, z jakim zwróci się do Ciebie osoba z bliskiego otoczenia. Horoskop dzienny na środę radzi postępować delikatnie.



- 25) forma wypowiedzi w utworach epickich,
27) droga do przebycia,
28) prawna lub lekarska,
30) ślad pozostały po zagojeniu się rany,
31) gałąź produkcji lub handlu,
33) przechowywana w zbrojowni,
34) miękki, srebrzystobiał metal o symbolu Cd.

ROZWIĄZANIE NR 58



Lew (23.07 - 22.08)

Ludzie będą mogli dzisiaj liczyć na Ciebie. Horoskop dzienny zapowiada, że wsparcia nie odmówisz nawet swoim oponentom. **Panna (23.08 - 22.09)** Przed Tobą wyjątkowo udany dzień. Horoskop na dziś stanowczo radzi brać się za to, co zazwyczaj sprawia Ci największe problemy. **Waga (23.09 - 22.10)** Nie odkładaj dzisiaj niczego na później. Horoskop dzienny na środę ostrzega, że piętrzenie przed Wielkanocą obowiązków to zły pomysł...

Skorpion (23.10 - 21.11)

Twoja aktywność osiągnie dzisiaj wyżyny. Horoskop dzienny bardzo wyraźnie zapowiada, że dużo uda Ci się dzięki temu osiągnąć. **Strzelec (22.11 - 21.12)** Nie rozmieniaj swojego zaangażowania na drobne. Horoskop na dziś radzi brać się tylko za to, co ważne dla Ciebie oraz Twoich najbliższych. **Koziorożec (22.12 - 19.01)** Łatwo Ci będzie przychodziło skracanie dystansu w relacjach z innymi osobami. Horoskop dzienny na środę wróży dzień w miłej atmosferze.

Czosnek ma nieskończenie wiele zalet. Jedz go codziennie

Monika Górska
monika.gorska@polskapress.pl

Czosnek służy nam głównie w kuchni jako przyprawa i składnik wielu dań. Jednak warto sięgać po niego częściej i wykorzystać w pełni jego lecznicze właściwości.

Czosnek wspomaga funkcjonowanie układu odpornościowego i pomaga zwalczyć infekcje, takie jak przeziębienie, grypa czy covid. Warzywo ma silne właściwości antybakteryjne i hamuje rozwój bakterii, chroni przed infekcjami *Helicobacter pylori*, *salmonella*, paciorkowcami i gronkowcami. Dzięki temu czosnek uznawany jest za naturalny antybiotyk, który ma przewagę nad lekami z apteki, ponieważ niszczy tylko patogeny, a oszczędza „dobre” bakterie jelitowe. To sprawia, że nie zaburza on flory jelitowej i nie wywołuje dolegliwości żołądkowych, takich jak ból brzucha czy biegunka.

Czosnek blokuje również wnikanie wirusów do komórek i dzięki temu skraca czas trwania choroby. Badanie trwające trzy miesiące udowodniło, że osoby przyjmujące codziennie czosnek w postaci suplementu diety chorowały o 70 procent krócej niż osoby przyjmujące placebo, a czas ich choroby wynosił zaledwie 1,5 dnia w porównaniu do 5 dni w grupie placebo. Dodatkowo osoby biorące czosnek chorowały o 63 proc. rzadziej.

Obniża ciśnienie, wzmacnia metabolizm, zapobiega demencji

Regularne spożywanie czosnku pomaga obniżyć ciśnienie krwi, ponieważ związki siarki zawarte w tej roślinie wpływają na rozszerzenie naczyń krwionośnych, co ułatwia swobodny przepływ krwi. Związki zawarte w czosnku rozrzedzają także krew, zmniejszając „lepkość” płytek krwi, dzięki czemu czosnek działa przeciwzakrzepowo.

Dzięki temu czosnek dba o zdrowie serca i całego układu sercowo-naczyniowego, zmniejszając ryzyko zawału czy udaru. W badaniach wykazano, że suplementowanie 600-1500 mg wyciągu z czosnku przez 24 tygodnie tak samo skutecznie obniża ciśnienie krwi, jak lek Ateanolol. Dawka świeżego warzywa musi być jednak dość duża i wynosić około 4 ząbków czosnku dziennie. Należy go spożywać regularnie, ale przed zastosowaniem takiej kuracji należy poradzić się swojego lekarza prowadzącego. Nigdy nie należy odstawiać leków na nadciśnienie bez konsultacji z lekarzem.



Czosnek zawiera w swoim składzie ponad 100 aktywnych substancji

Regularne spożywanie czosnku przyspiesza metabolizm i spalanie tkanki tłuszczowej. Czosnek usprawnia również trawienie, zapobiega zaparciom i wspiera pracę układu pokarmowego. Badania wykazały, że zmniejsza on także ryzyko powstania polipów w jelicie grubym.

Czosnek ma niski indeks glikemiczny wynoszący 30, dzięki czemu nie powoduje on nagłego wzrostu glukozy we krwi. Obniża on także poziom cukru i lipidów we krwi oraz zmniejsza ryzyko wystąpienia powikłań cukrzycowych. Dzięki temu umożliwia kontrolę glikemii i wspomaga leczenie cukrzycy typu 2.

W badaniach wykazano ponadto, że regularne przyjmowanie czosnku obniżyło stężenie cukru we krwi na czczo o 10,9 mg/dl. Inne badanie na 768 osobach z cukrzycą typu 2 wykazało, że przyjmowanie preparatów czosnku w dawce 0,5-1,5 g dziennie po 24 tygodniach obniżyło stężenie glukozy we krwi na czczo aż o 21 mg/dl.

Ze względu na wysoką zawartość antyoksydantów czosnek zwalcza wolne rodniki przyczyniające się do starzenia organizmu, co z kolei zmniejsza stres oksydacyjny i tym samym zapobiega uszkodzeniom komórek oraz opóźnia procesy starzenia.

Dzięki temu, że czosnek obniża ciśnienie krwi oraz poziom cholesterolu, a także działa antyoksydacyjnie, może również zmniejszyć ryzyko rozwoju chorób neurodegeneracyjnych mózgu, takich jak demencja czy choroba Alzheimera.

Ile kalorii ma ząbek czosnku?

Czosnek zawiera w swoim składzie ponad 100 aktywnych substancji. Są to m.in. witaminy z grupy B, a także witaminę C, A i D, składniki mineralne takie jak mangan, wapń, fosfor, cynk, potas, selen oraz siarka. Znajdziemy w nim także flawonoidy, enzymy (allinaza, peroksydaza, mirozynaza), białka, aminokwasy (cysteina), saponiny steroidowe. Czosnek jest odżywczy i niskokaloryczny: jeden surowy ząbek czosnku (ok. 3 g) ma 4,5 kcal.

WARTO WIEDZIEĆ

Czosnek (Allium)

Czosnek (Allium) to roślina należąca do tej samej rodziny, co cebula, szalotka czy por. Jest on znany i ceniony już od czasów starożytnych. W IV w. p.n.e. polecał go grecki lekarz Hipokrates jako lekarstwo na choroby układu oddechowego czy problemy trawienne. Obecnie czosnek bardziej ceniony jest jako przyprawa w kuchni, ale ostatnio następuje powrót do medycyny naturalnej i coraz więcej osób docenia jego właściwości zdrowotne, których ma on bardzo wiele. Zimą warto jeść czosnek, aby chronić się przed przeziębieniem czy grypą, a w czasie infekcji złagodzić objawy i skrócić czas choroby. Jeśli masz nadciśnienie, miażdżycę lub cukrzycę, jedz go codziennie.

Najbardziej wartościową substancją znajdującą się w czosnku, której roślina zawdzięcza swoje właściwości zdrowotne, jest allin, która jest składnikiem olejku lotnego. Jest to bezwonny związek siarki, który pod wpływem kontaktu z tlenem, czyli na skutek uszkodzenia ząbka czosnku np. podczas jego krojenia czy zgniatania przekształca się w silnie aromatyczną allicynę, która nadaje roślinie charakterystyczny zapach. Olejek czosnkowy, a więc również allin i allicyna, działają silnie przeciwwirusowo i antybakteryjnie. Hamują więc rozwój bakterii, wirusów, grzybów i pierwotniaków.

Ile czosnku dziennie można jeść?

Silne właściwości prozdrowotne posiada głównie tylko czosnek świeży, ponieważ obróbka, szczególnie termiczna, pozbawia go większości składników aktywnych. Dlatego najlepiej zjadać świeże ząbki czosnku zaraz po ich wyłuskaniu i jeść w całości, przeciśnięte przez praskę lub pokrojone, aby nie zdażyły stracić cennych lotnych związków siarki, w tym allicyny. Jeśli używasz czosnku do gotowanej potrawy, staraj się go nie podgrzewać powyżej 60 stopni C i dodawaj go na końcu przyrządzania dania. Zalecana dawka lecznicza świeżego czosnku wynosi 4-5 g dziennie, czyli około 2-3 ząbków czosnku.

Na czosnek z kolei powinny uważać osoby z niską krzepliwością krwi lub przyjmujące leki rozrzedzające krew. Czosnek ma bowiem właściwości przeciwzakrzepowe i rozrzedzające krew, przez co może doprowadzić do wystąpienia krwotoku.



Suplementujesz witaminę D? Brawo! Pytanie jednak, czy robisz to prawidłowo

Jak zwiększyć wchłanianie witaminy D? Większość Polaków ma jej niedobór

Monika Górska
monika.gorska@polskapress.pl

Witamina D jest niezbędna do prawidłowego funkcjonowania organizmu. Równocześnie przez cały rok mamy jej za mało, bo jej głównym źródłem jest słońce. Dlatego konieczna jest suplementacja.

Witamina D to grupa trzech związków steroidowych rozpuszczalnych w tłuszczach, a należą do niej: cholekalcyferol, ergokalcyferol (witamina D2) i 25-hydroksycholekalcyferol (witamina D3). Artykuł Witamina D3 - działanie, zapotrzebowanie, źródła pokarmowe i suplementacja na Stronie Zdrowia opisuje działanie poszczególnych z nich:

Witaminy D2 i D3 wykazują aktywność cholekalcyferolu, do którego są przekształcane w nerkach i wątrobie. Witamina D2 to roślinna forma tego związku występująca m.in. w grzybach i drożdżach. Witamina D3 ma pochodzenie od zwierzęce i zawarta jest w tkankach tłustych ryb morskich (mięśniach, wątrobie). Jej synteza (wytwarzanie) zachodzi również w ludzkim organizmie pod wpływem promieniowania słonecznego UVB, które natrafia na skórę człowieka.

Przyjmuj ją w ten sposób, a będzie efektywniej działać!

Główne źródło witaminy D w organizmie stanowi synteza skórna. Witamina ta produkowana jest pod wpływem promieni słonecznych w dolnych warstwach naskórka. Nie ma więc możliwości, żeby zapotrzebowanie organizmu na nią pokryć za pomocą diety. Jed-

nak ze względu na słabe nasłonecznienie w naszym kraju, które nawet w najbardziej słonecznym okresie od kwietnia do września jest niewystarczające, prawie 90 proc. Polaków ma niedobory witaminy D. Z tego względu, choć od maja do końca września, nie jest konieczna suplementacja witaminy D3, ale dla większości z nas jednak zalecana.

Objawy niedoboru witaminy D

Witamina D spełnia w organizmie wiele ważnych funkcji i jest niezbędna do jego prawidłowego działania. Przede wszystkim reguluje ona poziom wapnia i fosforu w organizmie. Dzięki temu wpływa na wzrost i rozwój kości oraz zębów. Wspomaga też pracę układu immunologicznego i działa przeciwzapalnie. Prawidłowy jej poziom w organizmie zapewnia wyższą odporność na infekcje.

Niedobór witaminy D może powodować objawy takie jak:

- zaburzenia funkcjonowania układu kostnego, np. osteoporoza, krzywica,
- przewlekłe zmęczenie,
- osłabienie siły mięśniowej,
- bóle kości i stawów,
- bezsenność lub częste wybudzanie się w nocy,
- częste infekcje,
- nasilone wypadanie włosów,
- obniżony nastrój.

Długotrwały niedobór witaminy D może prowadzić do rozwoju wielu poważnych chorób takich jak osteoporoza, krzywica, depresja, choroby serca, otyłość, cukrzyca, nadciśnienie tętnicze, choroby zapalne i autoimmunologiczne, a także nowotwory.

Czas jest bezlitosny dla każdego

Zmagania ludzkiego organizmu z tym nierównym przeciwnikiem niejednokrotnie przypominają przysłowiową walkę z wiatrakami. Obserwując bliskich w podeszłym wieku, można dostrzec, że poza oczywistymi zmianami fizycznymi, pojawiają się zaburzenia poznawcze: zapominanie, kilkukrotne zadawanie tych samych pytań lub częstsze trudności w nazywaniu przedmiotów. Czułość opiekunów powinny obudzić również wahania nastroju i zachowania: smutek, apatia, izolowanie się, lęk, pobudzenie czy zaburzenia snu.

Dalsze etapy procesu otępienia wiążą się ze stopniową utratą samodzielności aż do pełnej zależności od innych. W konsekwencji często dochodzi do zamiany ról społecznych: dziecko staje się opiekunem chorego rodzica.

Co mogą zrobić bliscy osób starszych, aby zapobiec lub zminimalizować objawy chorób podeszłego wieku? Czy leczenie psychogeriatryczne może opóźnić proces starzenia funkcji poznawczych? I wreszcie, jakie zaburzenia warto skonsultować z psychogeriatrą? Gdzie szukać pomocy?

Na te i inne pytania odpowiada dr n. med. Kinga Jochim [dalej KJ], Koordynatorka Poradni Psychogeriatrycznej i Leczenia Zaburzeń Pamięci – Centrum Psychoneurologii Wieku Podeszłego Pallmed Sp. z o.o.

Pytanie: Czy rzeczywiście starzejąc się, doświadczamy widocznych zmian w zdrowiu psychicznym?

KJ: Najczęstszym problemem klinicznym w wieku podeszłym, który obserwuję u pacjentów, jest depresja. Kryzys psychiczny mogą wywołać typowe dla tego okresu wydarzenia: przejście na emeryturę, opuszczenie domu przez dzieci, śmierć współmałżonka. To ostatnie, czyli śmierć współmałżonka jest najbardziej stresującą sytuacją życiową i jednocześnie częstym źródłem depresji.

Pytanie: Z jakimi trudnościami zmagają się na co dzień seniorzy?

KJ: Wśród seniorów z pewnością będzie to lęk przed samotnością i byciem ciężarem dla rodziny. Starość to okres podsumowań i bilansu życia. Jego efektem powinno być poczucie harmonii i sensu. Tymczasem seniorzy stają przed wyzwaniem godzenia się z utratą sprawności i wypracowaniem dojrzałej postawy wobec nieuchronnej, nadchodzącej własnej śmierci.

Pytanie: Czym właściwie jest psychogeriatra?

KJ: Psychogeriatrę możemy też inaczej określić psychiatrą wieku podeszłego, czyli nauką zajmującą się leczeniem zaburzeń psychicznych u starszych osób. Najczęstsze zaburzenia psychiczne występujące w tej grupie społecznej to: choroby otępienne, depresja, zaburzenia afektywne, zaburzenia lękowe, zespoły urojeniowe czy zaburzenia psychiczne w przebiegu chorób somatycznych. Psychogeriatra, niestety, nie ma jeszcze w Polsce

formalnego statusu specjalizacji medycznej. W naszym ośrodku psychogeriatrycznym na ul. Toruńskiej 29 w Bydgoszczy, pracują psychiatrzy, którzy mają doświadczenie w pracy klinicznej z osobami po 60. roku życia. Leczenie psychiatryczne w tej grupie wiekowej pacjentów wymaga kompleksowego podejścia: szczegółowej oceny stanu somatycznego, listy zażywanych leków i ścisłej współpracy z opiekunem pacjenta. Zespół psychogeriatryczny tworzą: lekarze psychiatry, psycholog, neuropsycholog, pielęgniarka, terapeuta zajęciowy, terapeuta środowiskowy.

Pytanie: Jakie objawy warto skonsultować ze specjalistą z dziedziny psychogeriatry?

KJ: Z pewnością będą to utrzymujące się przez co najmniej kilka tygodni zmiany nastroju oraz zachowania, takie jak: smutek, pesymizm, brak energii, unikanie aktywności, rezygnacja z hobby, izolowanie się od ludzi, niepokój czy zaburzenia snu. Niepokój powinno również pogorszenie zdolności poznawczych w zakresie zapamiętywania nowych informacji, przypominania niedawnych wydarzeń, myślenia i podejmowania decyzji, orientacji w dacie i przestrzeni, płynnego wypowiedziania się.

Pytanie: Czy jesteśmy w stanie opóźnić proces starzenia poznawczego?

KJ: Udowodniono w licznych badaniach, że zdrowy styl życia zmniejsza ryzyko rozwoju chorób otępiennych i afektywnych. Możemy wzmacniać proces pomyślnego starzenia się mózgu poprzez szereg działań prewencyjnych, takich jak: systematyczny trening funkcji poznawczych, regularna aktywność fizyczna (spacery, gimnastyka, sport), ogólna dbałość o stan zdrowia i skuteczne leczenie chorób, wpływających na stan układu sercowo-naczyniowego (nadciśnienie tętnicze, cukrzyca, dyslipidemia). Rekomenduje się stosowanie diety bogatej w: warzywa, owoce, strączki, produkty pełnoziarniste, orzechy, ryby, chudy drób, oleje roślinne i spożywanie należytą ilość płynów. Poza tym warto aktywnie uczestniczyć w życiu rodzinnym, społecznym i kulturalnym.

Pytanie: Co mogą zrobić bliscy seniorów, aby poprawić ich sprawność poznawczą?

KJ: Ważne jest, aby regularnie angażować seniorów w życie rodzinne, zapraszać na wydarzenia kulturalne, proponować spacer, wycieczki, wspólne gry planszowe,

karciane. Zachęcać ich do rozmowy i dzielenia się doświadczeniem życiowym. Ciekawą formą na wspólne spędzanie czasu może być np. spisywanie wspomnień. Po prostu dążyć do tego, aby czuli się potrzebni i wysłuchani.

Pytanie: Co wiadomo na temat skuteczności leczenia psychogeriatrycznego?

KJ: Dysponujemy wieloma skutecznymi grupami leków stosowanych w zaburzeniach nastroju i zachowania u starszych osób. Pacjentom ze zdiagnozowanym otępieniem, którego najczęstszą przyczyną jest choroba Alzheimera, na ten moment możemy zaproponować wyłącznie leczenie objawowe. Niestety, całkowite wyleczenie otępienia jest jeszcze niemożliwe, ale dzięki poprawnie wdrożonej terapii farmakologicznej, wielokrotnie udaje się spowolnić postęp choroby, złagodzić objawy zaburzeń poznawczych i poprawić codzienną aktywność życiową.

Pytanie: Czy dodatkowa dawka leków nie będzie działała negatywnie, biorąc pod uwagę długą listę innych środków przyjmowanych na stałe przez osoby starsze?

KJ: Podczas terapii w naszym ośrodku unikamy polipragmatyzacji, czyli przyjmowania wielu leków jednocześnie, a w tym także stosowania środków o nieudowodnionym działaniu.

Pytanie: Skąd chory ma wiedzieć czy przepisane środki nie wejdą w złą interakcję z innymi lekami?

KJ: Lekarz specjalista analizuje stan zdrowia pacjenta i zażywane przez niego leki. Zalecając leczenie farmakologiczne, dba przede wszystkim o bezpieczeństwo chorego. Każdy rodzaj leczenia wymaga regularnego kontrolowania i monitorowania efektów, eliminując jednocześnie ewentualne objawy niepożądane.

Warto wspomnieć w tym miejscu o częstym nadużywaniu przez starsze osoby suplementów diety, które nie powinny być stosowane bez potrzeby. Jeśli nie przynoszą efektu, należy je odstawić. Wskazane jest, aby konsultować każdą suplementację z lekarzem.

Pytanie: Jak oceniasz poziom świadomości społeczeństwa na temat psychogeriatry? Czy osoby starsze i ich bliscy, zdają sobie sprawę z tego, że leczenie psychogeriatryczne może opóźnić proces starzenia poznawczego?

KJ: Wśród dzisiejszych 60-70-latków, zauważam wzrasta-

jącą świadomość potrzeby dbałości o tzw. rezerwę poznawczą, którą wbrew stereotypom, możemy zwiększać i wzmacniać na każdym etapie życia. Stymulacja intelektualna, realizowanie zainteresowań, aktywność zawodowa, społeczna i ruchowa, mogą opóźnić rozwój deficytów poznawczych związanych ze starzeniem się układu nerwowego.

Pytanie: Jak przygotować się do rozmowy z bliskim na temat wizyty u psychogeriatry? Jak przekonać go do leczenia?

KJ: Jeśli zauważamy u bliskiego niepokojące symptomy zmian nastroju czy zmian poznawczych, warto wyrazić szczerze i spokojnie swoją troskę o jego zdrowie, jednocześnie wskazując na korzyści płynące z wczesnej diagnozy i wdrożonego leczenia w specjalistycznym ośrodku. Warto odpowiedzieć na pytania i obawy bliskiego np. związane z przebiegiem wizyty czy formami leczenia, korzystając z rzetelnych informacji dostępnych np. w internecie.

Pytanie: Z jakimi trudnościami zmagają się opiekunowie podczas opieki nad bliską osobą starszą?

KJ: Opieka nad chorym to obciążenie fizyczne, psychiczne, materialne i czasowe. Zachęcam do zaopiekowania się odpowiednią organizacją opieki, zaangażowanie najbliższej rodziny lub opiekunki, korzystania z różnych dostępnych form opieki domowej dla seniora.

Wyzwaniem staje się przyswojenie sposobów reagowania na zmiany w zachowaniu i osobowości podopiecznego. Najważniejsza jest akceptacja tego, że negatywne zachowania nie wynikają ze złej woli, ale z istoty choroby. Warto czytać poradniki dedykowane danej chorobie. Wiedza pomaga zmniejszyć lęk i jednocześnie przygotować się na różne scenariusze. Zachęcam do uczestnictwa w działalności stowarzyszeń czy samopomocowych grup wsparcia.

Pytanie: Leczenie jest wymagające nie tylko dla chorego. Czy na specjalistyczne wsparcie mogą liczyć również opiekunowie seniorów?

rów?

KJ: W naszym ośrodku udzielamy wsparcia psychologicznego, a także edukujemy opiekunów w zakresie postępowania w zaburzeniach zachowania i zmian osobowości u chorych.

Pytanie: Jakiego rodzaju ośrodki otaczają opieką osoby starsze i ich opiekunów?

KJ: Osobami starszymi z zaburzeniami psychicznymi i neurologicznymi, opiekują się wyspecjalistyczne ośrodki medyczne o zintegrowanym modelu wielodyscyplinarnej opieki. Takim ośrodkiem jest Centrum Psychoneurologii Wieku Podeszłego Pallmed. Oferujemy wielokierunkowe wsparcie lekarskie, psychologiczne i terapeutyczne w ramach opieki ambulatoryjnej, oddziału dziennego i leczenia środowiskowego. Nasz zespół tworzą doświadczeni specjaliści w dziedzinie psychogeriatry. Zajmujemy się pacjentami na każdym etapie choroby, począwszy od wczesnej diagnostyki i leczenia poprzez indywidualnie dostosowaną opiekę psychologiczną, a także terapię zajęciową oraz środowiskową.

Pytanie: Z jakimi zaburzeniami należy się zgłosić do Centrum Psychoneurologii Wieku Podeszłego?

KJ: Nasza działalność skierowana jest do pacjentów powyżej 60. roku życia. Oferujemy diagnostykę zaburzeń pamięci i leczenie chorób otępiennych. Zajmujemy się także leczeniem depresji oraz innych zaburzeń afektywnych u osób w tej grupie wiekowej. Warto skonsultować z lekarzem rodzinnym możliwość zgłoszenia chorego do Centrum Psychoneurologii. Pallmed proponuje pacjentom także specjalistyczną stacjonarną terapię w Hospicjum Dom Sue Ryder, a także w Zakładzie Opieki Leczenia w Żninie. Dodatkowo proszę mieć na uwadze, że zapewniamy domową opiekę hospicyjną pacjentom z województwa kujawsko-pomorskiego i pomorskiego. Chorzy mają więc możliwość skorzystać ze specjalistycznego wsparcia zespołu medycznego w komfortowych dla nich warunkach domowych.



PALLMED

Centrum Psychoneurologii
Wieku Podeszłego

Centrum Psychologii Wieku Podeszłego
ul. Toruńska 29, 85-023 Bydgoszcz
☎ 52 348 56 42 | ☎ 52 329 00 95
✉ cop@pallmed.pl

Nieruchomości

LOKALE UŻYTKOWE - SPRZEDAM

FIRMA sprzedaje lokal użytkowy o powierzchni 200,90 m², położony w Inowrocławiu przy alei Ratuszowej 15. Nieruchomość znajduje się na pierwszej kondygnacji (parter) budynku mieszkalnego o trzech kondygnacjach nadziemnych z poddaszem użytkowym wybudowana w 1997 r. Lokal składa się z 6 pomieszczeń biurowych, 2 łazienek, 2 pomieszczeń gospodarczych, kuchni oraz komunikacji. Tel: 510 026 836

FIRMA sprzedaje lokal użytkowy w Bydgoszczy (udział w nieruchomości) znajdujący się na szóstym piętrze budynku usługowo-biurowego (budynek Sanitasu). Biurowiec położony tuż przy dworcu PKP - nr tel 510 026 836.

Handlowe

INNE

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

Rolnicze

PLÓDY ROLNE

ZBOŻA PASZOWE KUPIĘ 602114212

INNE

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

GAZETA

pomorska

Nie przegap
piątku

Kup dziennik z dodatkiem
TeleMagazyn

pomorska.pl

REKLAMA

0011309921

**OBWIESZCZENIE
PREZYDENTA MIASTA BYDGOSZCZY
z dnia 14.04.2025 r.**

Na podstawie art. 72 ust. 6 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko,

zawiadamia się, że

w dniu 11.04.2025 r. została wydana dla REDKOM PARK BYDGOSZCZ sp. z o.o. ul. Słoneczna 116a, 05-500 Stara Iwiczna, decyzja Prezydenta Miasta Bydgoszczy, Nr 501/2024, znak: WAB-II.6740.88.2025.ED zatwierdzająca projekt zagospodarowania terenu oraz projekt architektoniczno-budowlany i udzielająca pozwolenia na budowę i rozbiórkę obejmującego częściową rozbiórkę z przebudową i rozbudową istniejącego obiektu handlowo-usługowego wraz ze zmianą zagospodarowania terenu, rozbiórką stacji paliw i myjni samochodowej oraz budową pylonu reklamowego na terenie: działki o nr ewid. 16/40 w obrębie 0152, działkach o nr ewid. 42/1, 42/2, 42/3, 42/4, 42/5, 42/24, 42/25, 42/26, 42/27, 42/28, 42/29, 42/45, 42/59, 42/60, 42/61, 42/62, 42/63, 42/64, 42/65, 42/66, 42/67, 42/68, 42/69, 42/70, 42/71, 42/74, 42/75, 42/80, 42/81, 42/82, 42/85, 42/86, 42/87, 42/88, 42/89, 42/90, 42/97, 42/98, 42/109, 42/411, 42/415, 42/417, 42/418, 42/419, 62/7, 62/9, 62/12, 62/13, w obrębie 0151 oraz działkach o nr ewid. 123/8, 123/9, 123/10 w obrębie 497 przy ul. Aleje Jana Pawła II 115 w Bydgoszczy.

W związku z powyższym informuje się, że w terminie 14 dni od daty ukazania się niniejszego obwieszczenia strony mogą zapoznać się z ww. decyzją oraz dokumentacją sprawy w Wydziale Administracji Budowlanej Urzędu Miasta Bydgoszczy – ul. Grudziądzka 9-15, budynek A, II p. pok. 213 – w godzinach pracy urzędu.

Jednocześnie informuje się, iż w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Miasta Bydgoszczy udostępnia się na okres 14 dni treść ww. decyzji.

z up. PREZYDENTA MIASTA
Katarzyna Łaskarzewska – Karczmarsz
Dyrektor Wydziału Administracji Budowlanej
Architekt Miasta

AUTOPROMOCJA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

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

ibo.polskapress.pl

REKLAMA

0011287066

FIRMA SPRZEDA

lokal użytkowy w Bydgoszczy
(udział w nieruchomości) znajdujący się
na szóstym piętrze budynku usługowo-biurowego
(budynek Sanitasu).

Biurowiec położony tuż przy dworcu PKP.
Tel.: 510 026 836.

REKLAMA

0011287081

FIRMA SPRZEDA

lokal użytkowy o powierzchni 200,90 m²,
położony w Inowrocławiu przy alei Ratuszowej 15.
Nieruchomość znajduje się na pierwszej kondygnacji (parter) budynku mieszkalnego o trzech kondygnacjach nadziemnych z poddaszem użytkowym, wybudowana w 1997 r.
Lokal składa się z 6 pomieszczeń biurowych, 2 łazienek, 2 pomieszczeń gospodarczych, kuchni oraz komunikacji.
Tel.: 510 026 836.

REKLAMA

0011311077

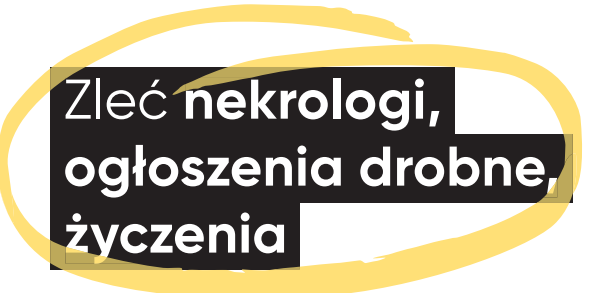
Zakład Pogrzebowy
MEMORIA
Waldemar Wójcik

NOWA SIEDZIBA FIRMY
UL. MARULEWSKA 40
88-100 INOWROCŁAW

TELEFON CAŁODOBOWY
52/ 355-66-77, 602-189-676
www.memoria.net.pl

AUTOPROMOCJA

0111102701

**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. Sikorskiego 24/8, tel. 56 45 11 930
e-mail: ogloszenia.grudziadz@pomorska.pl
Inowrocław: czynne: pn.-pt. 8-16
Aleja Ratuszowa 15, tel. 692 725 390
e-mail: ogloszenia.inowroclaw@pomorska.pl
Toruń: czynne: pn.-pt. 8-16
ul Grudziądzka 46-48, tel. 606 537 137
e-mail: lukasz.kopanski@polskapress.pl
Włocławek: czynne: pn.-pt. 8-17
ul. Żabia 29, tel. 54 231 45 31
e-mail: ogloszenia.wloclawek@pomorska.pl

Express
BYDGOSKI

GAZETA
pomorska

NOWOŚCI
DZIENNIK TORUŃSKI

0011309826

Pani
Sylwii Kruszyńskiej

serdeczne wyrazy współczucia
z powodu śmierci

Ojca


składają
koleżanki i koledzy
z Samorządowego Kolegium Odwoławczego
w Bydgoszczy

0011311055

PODZIĘKOWANIE

Wszystkim, którzy dzielili z nami smutek i żal,
okazali wiele serca i życzliwości
oraz uczestniczyli we mszy św. i ceremonii pogrzebowej,
odprawdzając na miejsce wiecznego spoczynku
mojego kochanego Męża
i naszego najdroższego Ojca, Teścia i Dziadka
i naszego najdroższego Ojca, Teścia i Dziadka
i naszego najdroższego Ojca, Teścia i Dziadka
Andrzeja
Laskowskiego

Dziękuję księdzu Proboszczowi Romualdowi
Drażkowskemu z parafii pw. św. Mikołaja
za mszę świętą i ceremonię pogrzebową
oraz Rodzinie, Przyjaciółom, Znajomym, Sąsiadom,
Delegacjom, Koleżankom i Kolegom
za modlitwę, intencje mszalne, złożone wieńce i kwiaty
składam serdeczne podziękowanie i „Bóg zapłać”.
Żona z rodziną

0011310621

Wyrazy głębokiego żalu i współczucia
z powodu śmierci



Ojca

Rektoratowi Publicznej Uczelni Zawodowej
w Grudziądzu
dr. inż. Michałowi Sójce
Profesorowi Uczelni

składają
Koleżanki i Koledzy
Publicznej Uczelni Zawodowej w Grudziądzu

0011309224

Z głębokim żalem przyjęliśmy wiadomość o śmierci



Roberta Karskiego

naszego wieloletniego współpracownika

Żonie i Córce oraz Ich Najbliższym

wyrazy szczerego współczucia składają
Zarząd i Pracownicy Przedsiębiorstwa Robót Drogowych
INODROG Sp. z o.o.



eprasa.pl d95ca173ac

Zawiszanie notują wpadki. Ich stadion nie jest twierdzą

Dariusz Knopik
dariusz.knopik@polskapress.pl

PIĘKA NOŻNA. Zawisza Bydgoszcz ostatnio mocno zawiodła swoich kibiców. Po serii porażek u siebie plany o awansie do Betclit 2. Ligi trzeba odłożyć na kolejny sezon. Okazuje się, że takie wyniki poniżej możliwości osiągnąć przez niebiesko-czarnych, to nie jest jednostkowy przypadek.

Zawisza do rundy wiosennej przystępował pełen optymizmu, choć straty do prowadzących były znaczne. Trzy zwycięstwa z rzędu na początek rozgrywek jeszcze te nadzieje bardziej rozpały. Jednak pierwsze zderzenie z rzeczywistością nastąpiło w meczu z Sokołem Kleczew. Lider wygrał na Gdańskiej 1:0 i straty wzrosły do dziewięciu punktów. Potem był remis z Unią Swarzędz i gol stracony w ostatniej akcji meczu. Potem przyszły domowe porażki Polonią Środa Wielkopolska 1:2 i kłeska 0:4 z Błękitnymi Stargard.

Aktualnie zawiszanie tracą do lidera z Kleczewa aż 13 „oczek”, do drugich Błękitnych o trzy punkty mniej. Te straty są jeszcze większe, bo niebiesko-czarni mają gorszy bilans spotkań bezpośrednich. To oznacza, że bydgoszczanie właściwie będą dogrywać bez szans na doścignięcie rywali, bo nie wydaje się, że tych dopadnie jakiś potężny kryzys i zaczną seryjnie przegrywać.

Powtórka sprzed lat

Okazuje się, że trzy porażki z rzędu na swoim stadionie to nie jest nic nowego. Prześledziliśmy wyniki bydgoskiego zespołu i co się okazuje? W sezonie 2022/23 Zawisza przegrał nawet cztery kolejne mecze u siebie. Kolejno lepsze były Polonia (3:1), Geda-



Zawodnicy Zawiszy ostatnio spisują się dużo poniżej oczekiwań i swoich możliwości

nia (3:1) i Świt Szczecin (1:0). Do tego doszedł jeszcze przegrany mecz Pucharu Polski przeciwko Radomiakowi 1:3.

Kolejna seria trzech porażek na Gdańskiej to sezon 2021/22 i przegrane z Jarotą Jarocin (0:2), Olimpią Grudziądz (0:2) i... Błękitnymi (1:4).

Następna seria porażek to sezon 2014/15. Kolejne porażki z SV Zulte Waregem (1:3) w eliminacjach Ligi Europy, Jagiellonią Białystok (1:3), Podbeskidziem Bielsko-Biała (1:2), Lechią Gdańsk (0:2) i Wisłą Kraków (2:4) w Ekstraklasie oraz ponownie z Podbeskidziem (0:2) w Pucharze Polski. Potem w tym samym sezonie trafiła się seria: Legia Warszawa (1:2), Górnik Zabrze (1:2) i Śląsk Wrocław (0:1). Wtedy zespół pożegnał się z najwyższą klasą rozgrywkową.

Twierdza do odbudowania

Analizując te wyniki można stwierdzić, że stadion przy ul. Gdańskiej nie jest twierdzą Zawiszy. Często zdarzało się też

tak, że zespół przegrywał po dwa mecze z rzędu. Żeby daleko nie szukać. Wystarczy cofnąć się do poprzedniego sezonu. Wtedy zawiszanie przegrali, a jakże (!) z Błękitnymi (2:4) i Sokołem (1:2).

W tym sezonie do tej fatalnej serii wydawało się, że niebiesko-czarni odbudowali tę twierdzę, bo zremisowali tylko raz, a resztę meczów wygrywali. Mając 12 spotkań u siebie w rundzie wiosennej wydawało się, że będzie to wielki kapitał. Niestety, zespoły z Kleczewa, Środy Wielkopolskiej i Stargardu boleśnie odarli kibiców ze złudzeń.

0:4 Zawisza przegrał u siebie ostatnio z Lechem Poznań w Pucharze Polski w sezonie 2023/24. Wcześniej była tak wysoka porażka w 2001 roku z Jagiellonką Nieszawa (1:5) w 4. Lidze. Rok wcześniej bydgoszczanie przegrali 0:5 z Ceramiką Opoczno w Pucharze Polski.

Kolejna tak wysoka porażka na swoim stadionie to sezon 1993/94 w ówczesnej 1. Lidze.

Wtedy Legia rozgromiła bydgoszczan aż 6:0. W tym czasie niebiesko-czarni zanotowali czarną serię na swoim stadionie: Widzew Łódź (1:4), GKS Katowice (0:3) i Stal Stalowa Wola (0:1). Ta seria porażek przypieczętowała spadek Zawiszy do ówczesnej 2. Ligi.

Do kolejnej tak wysokiej porażki trzeba się cofnąć aż do roku 1961 i przegranej z Górnikiem 0:6.

Reasumując porażka 0:4 z Błękitnymi była dopiero szóstą tak dotkliwą przegraną w historii bydgoskiej drużyny!

Co dalej?

W klubie trwa szukanie przyczyn nieudanej rundy wiosennej. Jednocześnie cały czas trwa konkretyzowanie warunków współpracy z przyszłym inwestorem i właścicielem klubu. A kibicom pozostaje tylko obserwowanie dogrywania sezonu przez Zawiszę, bo na cud nie ma co liczyć. Choć jak mawiał futbolowy klasyk: „dopóki piłka w grze”...

Real i Bayern będą odrabiać straty. Arsenal i Inter chcą im w tym przeszkodzić

Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

PIĘKA NOŻNA. Późnym wieczorem dowiemy się, kto uzupełni stawkę półfinałów tegorocznej Ligi Mistrzów.

W Realu obowiązuje hasło: wszystkie ręce na pokład. Tylko wybitny, w zasadzie bezbłędny mecz sprawi, że uda się odrobić trzy bramki z Londynu i wyeliminować Arsenal, w którego składzie na środku obrony powinniśmy znów obejrzeć reprezentanta Polski, Jakuba Kiwiora. Tego widowiska niestety nie obejrzymy w paśmie otwartym. Transmisję przeprowadzi kodywany kanał Canal+ Extra 1 o godz. 21.

Real potrzebuje najlepszej wersji wszystkich swoich gwiazd, zwłaszcza Kyliana Mbappe, zbierającego surową krytykę za bandycki faul w niedzielnym spotkaniu La Liga z Deportivo Alaves (1:0). Francuz przeprosił poszkodowanego i kolegów z drużyny. Teraz ma stanąć na czele remontady, bo tak

Hiszpanie nazywają spektakularne odrobienie strat.

Arsenal walczy o swój pierwszy półfinał Ligi Mistrzów od 2009 roku. Wtedy na tym samym etapie ograł inny hiszpański zespół, Villarreal, którego też pokonał u siebie 3:0. Dodajmy, że bramki Kanonierów strzegł Łukasz Fabiański. Czy Kiwior pójdzie jego śladem?

W podbramkowej sytuacji jest nie tylko Real, ale i Bayern Monachium. Po domowej porażce 1:2 musi odpowiedzieć Interowi Mediolan. Mecz obejrzymy nie tylko w Canal+ 360, ale również na ogólnodostępnych kanałach TVP 1 i TVP Sport.

Czy na San Siro doczekamy się polskich akcentów? Występ Piotra Zielińskiego jest wykluczony z powodu kontuzji. Środkowy pomocnik wróci do gry pod koniec kwietnia. Zagrać z Bayernem może za to Nicola Zalewski, który ostatnio gra coraz więcej. Początek o godz. 21.

Wtorkowe mecze: Borussia Dortmund - Barcelona i Aston Villa - Paris Saint-Germain zakończą się po zamknięciu wydania. © ©



Real potrzebuje najlepszej wersji wszystkich swoich gwiazd, zwłaszcza Francuza Kyliana Mbappe

Znamy kadrę skoczków na przyszły sezon. Jest też cały sztab trenerski

ŁK, ZC
redakcja@polskapress.pl

SKOKI NARCIARSKIE. Siedmiu szczęśliwców znalazło się w głównej kadrze skoczków narciarskich na kolejny, olimpijski sezon.

W gronie tych, którzy rywalizować będą na skoczniach całego świata, znaleźli się ci, którzy w poprzednim sezonie często pojawiali się w zawodach: Kamil Stoch, Piotr Żyła, Dawid Kubacki, Paweł Wąsek, Aleksander Zniszczoł i Jakub Wolny. Stawkę uzu-

pełnia niespełna 24-letni Kacper Juroszek, który tym samym będzie najmłodszym członkiem kadry A dowodzonej przez Macieję Maciusiak, który niedawno został pierwszym trenerem reprezentacji.

W sztabie szkoleniowym, na czele którego stoi Maciusiak, znalazło się dwóch asystentów Krzysztof Miętus i Kamil Skrobot.

Fizjoterapeutą będzie nadal Paweł Gurbisz, a serwisantem Maciej Kreczmer. Nową osobą w teamie jest Wojciech Jurowicz, który w latach ubiegłych

był delegatem podczas zawodów. Teraz będzie kierownikiem drużyny. Na naszych łamach w ostatnich dniach informowaliśmy o takim właśnie możliwym rozwiązaniu.

W sztabie, także zgodnie z podawanymi przez nas wcześniejszymi informacjami, znalazł się indywidualny trener Kamila Stocha - Michał Doleżał, który pracuje z trzykrotnym mistrzem olimpijskim i dwukrotnym triumfátorem Pucharu Świata od sezonu 2024/25.

Z reprezentacją będzie także współpracować grupa specjali-

stów z różnych dziedzin, którzy w przeszłości już byli związani z PZN. Będą to Michał Wilk, który będzie odpowiedzialny za przygotowanie planu treningu motorycznego, lekarz Aleksander Winiarski, psycholog Daniel Krokosz, biomechanik Piotr Kręząlek, logistyk Paweł Witczak oraz dietetyczka - Aleksandra Pięta.

Wszystko zatwierdził Adam Małysz, prezes PZN.

Pierwszym testem dla nowego opiekuna kadry i jego podopiecznych będą letnie zawody zaliczane do cyklu Grand Prix.

Pierwsze konkursy zaplanowano w dniach 9-10 sierpnia w Courchevel. Prawdziwym sprawdzianem będzie jednak dopiero kolejna zima, podczas której odbędą się zimowe igrzyska olimpijskie. Z czterech ostatnich imprez Białe-Czerwoni przywozili przynajmniej jeden medal, celem więc będzie podtrzymanie tej serii.

W ramach przygotowań do najważniejszej imprezy sezonu skoczkowie uczestniczyć będą w zawodach Pucharu Świata. Wiele wskazuje na to, że tym razem konkursy nie odbędą

się w Wiśle, która od kilkunastu lat regularnie gościła najlepszych. Władze światowej federacji narciarskiej chcą bowiem, aby w terminie, w którym planowano u nas zmagania, odbyła się również rywalizacja kobiet, co może okazać się warunkiem nie do spełnienia.

- Wisła jest stosunkowo małym powierzchniami obiektem. Samo zaplecze dla męskich zawodów mieści się na zyletki, a co dopiero, jeśli połączy się z zawodami kobiet - wyjaśnił Jan Winkiel, dyrektor marketingu PZN.

SPORT

www.sportowy24.pl

Wioślarze rywalizowali na Kanale Bydgoskim. Wszystkim się podobało

Kazimierz Fiut
redakcja@polskapress.pl

WIOŚLARSTWO. Tegoroczna inauguracja sezonu wioślarzskiego odbyła się na Kanale Bydgoskim. Dobrze wypadli w niej reprezentanci naszego regionu.

Kanał Bydgoski był po raz pierwszy miejscem Centralnych Kontrolnych Regat Długodystansowych, a roli gospodarza podjęli się działacze Lotto Bydgoszcz na czele z Leszkiem Lemańczykiem, kierownikiem klubu.

-Niewykluczone, że każdego roku inauguracja sezonu będzie właśnie tu się odbywała - zdradził Lemańczyk. - Przy okazji bardzo chciałbym podziękować spółce „Wody Polskie”, która uporządkowała kanał z powalonych drzew oraz wodorostów. Wioślarze bez przeszkód mogli pokonywać określony dystans i to, co miało duże znaczenie, bez nawrotu. Niestety, jesienne mistrzostwa Polski na długim dystansie nie będą mogły się na tym akwenie odbywać, albowiem kanał jest wówczas bardzo zarośnięty. Wioślarze spotkają się wówczas w Poznaniu na Warcie - zakończył Lemańczyk.

Do Bydgoszczy zjechali wioślarzki oraz wioślarze naszego kraju, w tym kadrowicze, by rywalizować na dystansie 8 km w jedynkach oraz dwójkach bez sternika. W jedynkach kobiet na 3. miejscu uplasowała się Martyna Radosz (Lotto Bydgoszcz), a wygrała Jessika Sobocińska z Poznania. U panów zacięty bój o zwycięstwo stoczyli brązowi medalisci igrzysk olimpijskich z Paryża z czwórki podwójnej. Wygrał Dominik Czaja z AZS AWF Warszawa przed Mirosławem Ziętarskim z AZS UMK To-

ruń, a czwarty był Mateusz Biskup z Lotto Bydgoszcz. Trzeci zameldował się Piotr Płomiński z WTW Warszawa.

W dwójkach bez sternika kobiet na 2. pozycji zameldowała się osada AZS UMK/ChTW Chełmża Paulina Ziętarska, Kornelia Mattik, na 4. AZS UMK/Bydgoszcz Kinga Stałęga, Weronika Ludwiczak, zaś na 5. Zuzanna Madaj, Wiktoria Zawadzka z Lotto Bydgoszcz.

W męskich dwójkach bez sternika na 2. pozycji zameldowali się Oskar Streich (AZS UMK) i Tomasz Lewicki (Lotto Bydgoszcz), na 5. Paweł Janik, Filip Szczepaniak (Lotto Bydgoszcz), na 6. Bartłomiej Sopoński (Bydgoskie Towarzystwo Wioślarzskie), Maciej Maruszczak (AZS Szczecin).

Czołowe lokaty zajmowali reprezentanci regionu wśród juniorek i juniorów. W jedynkach juniorek zwyciężyła Natalia Uniszkievicz, a 5. była Magdalena Kompa, a w dwójkach bez sternika triumfowały Oliwia Kruś, Narina Zawadewicz (wszystkie Lotto Bydgoszcz), trzecie były wioślarzki BTW Aleksandra Nowicka, Pola Rostkowska, czwarte Zuzanna Malak, Antonina Galicka (Lotto Bydgoszcz), a piątą Agata Włodarska, Nadia Domalewska (AZS UMK).

W gronie juniorów na 2. miejscu w jedynkach uplasował się Mateusz Wnuk, na 4. Pascal Dolata, na 5. Wiktor Łochowicz (wszyscy Bydgoszcz), na 6. Stanisław Kopietz (UKS Bekawianka). Z kolei w dwójkach bez sternika wygrał AZS UMK Kacper Tymuła, Ziemowit Pietrzak przed Lotto Bydgoszcz: Antoni Kopeć - Kacper Suchacki oraz Leon Pranczk - Wiktor Kotowski-Marciniak oraz dwójką BTW: Adam Czyżewski, Wiktor Jasiński.



Wioślarze z całego kraju rywalizowali w Bydgoszczy

SIATKÓWKA

Ostatni mecz Metalkasu Pałacu Bydgoszcz

W środę o godz. 17.30 w Radomiu Metalkas Pałac Bydgoszcz zagra drugi mecz o piąte miejsce w Tauron Lidze. Przypominamy, że pierwsze spotkanie z Radomką bydgoszczanki przegrały 0:3. Aby zająć piątą lokatę muszą wygrać 3:0 lub 3:1 i potem „złotego seta” rozgrywanego do 15 punktów. Stawką piątej pozycji jest prawo gry w europejskich pucharach w kolejnym sezonie. Mecz do obejrzenia w Polsacie Sport 1.

KRÓTKO



TRIATHLON Ostatnie miejsca czekają na chętnych!

Trwają zapisy na Enea Bydgoszcz Triathlon. W zawodach zaplanowanych na 12-13 lipca wystartuje około 4500 zawodniczek i zawodników. Start potwierdziło już ponad 4000 uczestników indywidualnych, a na chętnych czekają ostatnie 60 miejsc na dystansie 1/8 oraz ostatnie 250 na dystansie 1/4. Zapisy na stronie internetowej bydgoszcztriathlon.pl. Dużym zainteresowaniem cieszy się także Enea Żnin Triathlon (1 czerwca). - Ten start to idealna okazja do rozpoczęcia sezonu triathlonowego w 2025 roku - zapewniają organizatorzy. Na chętnych czeka jeszcze ostatnie 140 miejsc na dystansie 1/8 i ostatnie 80 miejsc na dystansie 1/4. Zapisywać się można na stronie: znintriathlon.pl. Od tego roku w Żninie można będzie też wystartować w nowych zawodach. 31 maja 2025 odbędzie się PKO Bieg Sztafetowy, poprzedzając Enea Żnin Triathlon. Zawody odbędą się w formule rywalizacji zespołów liczących od 2 do 5 osób na pętli o długości ok. 800 metrów. Celem jest przebiegnięcie jak największego dystansu w regulaminowym czasie 60 minut od startu. Zapisy na www.PKO-BiegSztafetowy.pl. Obowiązuje limit 110 zespołów! (m)

**LOTTO
PONIEDZIAŁEK, 14.04
Multi Multi, godz. 22.00**
1, 8, [20], 23, 24, 30, 31, 35, 36, 42, 48, 54, 56, 59, 61, 65, 67, 71, 77, 80
Kaskada, godz. 22.00
1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 10, 12, 13, 20, 23
Mini Lotto
6, 8, 19, 24, 42
Ekstra Pensja
1, 15, 16, 23, 29 - 3
Ekstra Premia
6, 21, 25, 34, 35 - 2
**WTOREK, 15.04
Multi Multi, godz. 14.00**
1, 4, 5, 12, 17, 21, 23, 30, 31, [32], 34, 48, 49, 54, 60, 62, 63, 66, 69, 73
Kaskada, godz. 14.00
3, 5, 6, 10, 11, 15, 17, 18, 19, 20, 22, 24

Debiut Pawelczaka, walka o miejsca w finale

Magdalena Zimna
magdalena.zimna@polskapress.pl

ŻUŻEL. W Bydgoszczy odbędzie się dziś jeden z turniejów eliminacyjnych Brązowego Kasku. Zawody wzbudzają spore zainteresowanie.

A to głównie za sprawą jednego nazwiska na liście startowej. Wśród uczestników zawodów jest Maksymilian Pawelczak, dla którego będą to pierwsze oficjalne zawody w klasie 500 cm.

Wychowanek Polonii pod koniec marca zdał egzamin na licencję Ż. Jest uznawany jest za wielki talent. Na koncie ma już tytuł najlepszego zawodnika na świecie w klasie w klasie 250cc - w 2024 wygrał cykl Speedway Grand Prix 3. Bezkonkurencyjny był też w mistrzostwach Europy i mistrzostwach Polski. I jest wymieniany jest wśród najbardziej obiecujących młodych zawodników nie tylko z Polski.

Nic dziwnego, że kibice Abramczyk Polonii nie mogą się już doczekać jego najbliższych urodzin. W tym roku Pawelczak skończy 16 lat; osiągnie wiek, który pozwoli mu spróbować swoich sił w ligowym żużlu. To stanie się jednak dopiero 21 września. Dzień po planowanym meczu rewanżowym Metalkas 2. Ekstraligi. Jeśli Abramczyk Polonia do tego momentu nie zrealizuje swojego celu, być może o awans powalczy w barażach - te zaplanowane są na 28 września i 5 października, a wtedy Pa-



FOT. TOMASZ CZACHOROWSKI

PIĘKA NOŻNA

Urban zwolniony z Górnika

Jan Urban nie jest już trenerem Górnika Zabrze. Został zwolniony po porażce z Zagłębiem Lubin. Jego następcą został Piotr Gierczak. Zabranie zajmują 7. miejsce w tabeli z dorobkiem 40 punktów.



FOT. LUKASZ SZALKOWSKI

Maksymilian Pawelczak (w środku) i Emil Maroszek (z lewej) powalczą dziś o awans do finału Brązowego Kasku

welczak mógłby już wskoczyć do składu.

Przez najbliższe miesiące młody Maksymilian będzie zbierał doświadczenie w gronie rówieśników w Drużynowych Mistrzostwach Polski Juniorów i innych młodzieżowych imprezach. Pierwszą z nich będą właśnie śródkowe eliminacje BK.

W Bydgoszczy wystartuje też Emil Maroszek. On również dopiero zdobywa doświadczenie, ale ma skończone 16 lat i może startować w zawodach ligowych. Debiut ma już za sobą - w Łodzi zastąpił w jednym biegu Bartosza Nowaka i wywalczył swój pierwszy ligowy punkt.

Na torze Polonii pokażą się dziś także m.in. młodzieżowców

Bayersystem GKM - Jana Przanowskiego i Kevina Małkiewicza oraz Antoniego Kawczyńskiego z KS Toruń. Druga runda odbędzie się w Świętochłowicach, gdzie o awans powalczy m.in. polonista Kacper Andrzejewski.

Do finału Brązowego Kasku awansuje po siedmiu zawodników z obu turniejów (i po jednym rezerwowym). Oskar Paluch i Bartosz Bańbor mają zapewnione miejsce w finale.

Zawody w Bydgoszczy rozpoczyna się o godzinie 16:00. Wstęp - 20 zł (Trybuna Główna), na program dostępny przy wejściu na stadion. Dzieci do 7 lat - bezpłatnie. Bramy otwarte zostaną o 15:30 (kasa czynna od 15:00).

Astoria o awans, Noteć o nadzieję

Dariusz Knopik
dariusz.knopik@polskapress.pl

KOSZYKÓWKA. W środę rozegrane zostaną trzecie mecze 1/4 finału play off 1. Ligi.

Enea Abramczyk Astoria Bydgoszcz o godz. 19 zagra w Pelplinie z miejscową Decką. Podopieczni Grzegorza Skiby prowadzą 2-0 w serii i udali się na Kociewie z jasnym przesłaniem: wygrać po raz trzeci i zapewnić sobie awans do półfinału.

Przypominamy, że Astoria wygrała dwa pierwsze mecze

zdecydowanie 98:77 i 114:78. Dodajmy, że w sezonie zasadniczym bydgoszczanie pokonali Deckę 92:84 u siebie i 92:77 na wyjeździe.

Zestawienie tych wyników jasno pokazuje, że Astoria jest zdecydowanym faworytem i powinna przyklepać awans.

Dwie godziny wcześniej KSK Qemetica Noteć Inowrocław podejmie Miasto Szkła Krosno. Podopieczni Przemysława Łuszczewskiego są zgoła odmienną sytuacją niż bydgoszczanie i walczą o nadzieję, by przedłużyć rywalizację ze zwycięzcą

rundy zasadniczej. Dwa pierwsze mecze play off na wyjeździe przegrali 66:92 i 52:77. Przed tą rywalizacją na zakończenie rundy zasadniczej ulegli też u siebie 68:85. Byli gorsi też w pierwszej rundzie sezonu zasadniczego, przegrywając w Krośnie 67:89.

Patrząc na suche rezultaty inowrocławianie nie mają większych szans, ale może kibice poniosą graczy Noteci i ci przedłużą rywalizację.

Inne pary: Kotwica Kołobrzeg - Sokół Łańcut (g. 17, 1-1), GKS Tychy - WKK Wrocław (g. 19, 1-1).