

Igrzyska zimowe. Wojciech Topór: Wierzyliśmy w jeden medal, ale trzy?! **str. 15**



FOT. PAP/GRZEGORZ MOMOT

Czy kot jest zdrowy dla człowieka? Liczne badania wykazują, że koty mogą poprawiać ludziom nastrój i podnosić morale **str. 9-12**

STRONA
ZDROWIA

Express

BYDGOSKI

Środa
18.02.2026

Nr 40 (11228)
Rok XXXVII

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

PRACA ZMIANY KADROWE W FIRMACH W KUJAWSKO-POMORSKIEM

Jednych zwalniają grupowo, innych wyrzucają „po cichu”

Agnieszka Domka-Rybka
agnieszka.domka@polskapress.pl

Na początku roku w naszym regionie zawsze przybywa bezrobotnych, którym umowy o pracę skończyły się w grudniu i nie zostały przedłużone. Często nie „widzą ich” statystyki dotyczące pracowników zwalnianych grupowo – cisza w raportach.

Tak została zwolniona m.in. pani Ewa, która do końca roku pracowała w firmie odzieżowej w powiecie bydgoskim.

- Co miesiąc pozbywali się dwóch osób, żeby nie zgłaszać zwolnień grupowych. Tak robią firmy! Ja, na szczęście, załapałam się na świadczenie przedemerytalne, ale koledzy nie mieli tyle szczęścia.

132 osoby zgłoszone do zwolnień grupowych w styczniu na Kujawach

i Pomorzu, faktycznie zwolniono 43 - to na pewno nie są liczby grozy, ale nie wiadomo, co przyniesie kolejnych 11 miesięcy. - W styczniu tego roku zwolnienia grupowe lub takie plany zgłosiły dwie firmy z Kujaw i Pomorza, jedna z Bydgoszczy, a druga z powiatu bydgoskiego - informuje Maciej Smolarek, rzecznik prasowy Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Toruniu.

Jak wygląda szczegółowo sytuacja zwolnień w Bydgoszczy i powiecie bydgoskim?

- Jedna z bydgoskich firm zgłosiła nam zwolnienia grupowe dotyczące 114 osób, co ma zakończyć się do końca kwietnia - powiedział nam Tomasz Zawiszewski, dyrektor Powiatowego Urzędu Pracy w Bydgoszczy.

- Wolałbym nie podawać nazwy, bo trwa tam postępowanie sanacyjne, ale ta firma nie zostanie zlikwidowana. Liczymy, że zakład wyjdzie z kłopotów - dodaje Tomasz Zawiszewski.

Mowa tutaj o firmie z branży przetwórstwo przemysłowe.

Dodajmy, że postępowanie sanacyjne to najbardziej zaawansowana sądowa procedura restrukturyzacyjna, która ma na celu uzdrowienie (sanację) sytuacji finansowej przedsiębiorstwa zagrożonego upadłością. Pozwala na wdrożenie głębokich działań naprawczych, ochronę przed wierzycielami, renegocjację umów oraz zawarcie układu, przy jednoczesnym ograniczeniu zarządu dłużnika nad majątkiem.

- W przypadku drugiej firmy, z powiatu bydgoskiego, zwolnienia będą dotyczyły kilku osób - dodaje dyrektor Powiatowego Urzędu Pracy w Bydgoszczy.

Ustaliliśmy, że to niewielkie przedsiębiorstwo z podbydgoskiego Osieleska (też z sektora przetwórstwo przemysłowe). ©©

Więcej str. 3

Kontrola w jednostkach Komendy Miejskiej PSP. To pokłosie niepokojących doniesień str. 3



FOT. ARKADIUSZ WOJASIEWICZ

Nowe legitymacje emeryta-rencisty. Zielone dokumenty do wymiany str. 2

Nr ISSN 1230-9192

Nr indeksu 350680



Junior Polonii Bydgoszcz potrzebuje pomocy



FOT. JAROSŁAW PABLIAN

- Walczę o możliwość normalnego funkcjonowania - mówi Jan Rompkowski. I prosi o wsparcie leczenia i rehabilitacji po wypadku na torze **str. 16**

Wiktor Ż. odpowie za szpiegostwo na rzecz Rosji

Mieszkaniec Bydgoszczy jest oskarżony o gotowość do przekazywania strategicznie ważnych informacji na rzecz Rosji.

Wziął na celownik lotnisko i zakłady WZL nr 2 w Bydgoszczy. Grozi mu od 8 lat do dożywocia str. 5

Fiskus nie zna litości! Kolekcjoner kupił w USA list królewski Augusta III, a urząd naliczył słony VAT **str. 6**

Obronność. Droga dla miliardów euro na uzbrojenie z programu SAFE otwarta. UE przyjęła plan **str. 7**



FOT. TOMASZ CZACHOROWSKI

BYDGOSZCZ
Kolumbijskie klimaty w III LO

III Liceum Ogólnokształcące im. Adama Mickiewicza w Bydgoszczy już po raz piąty zorganizowało karnawałową imprezę. Tym razem była to zabawa w kolumbijskim stylu rodem z miasta Barranquilla, w którym urodziła się znana piosenkarka Shakira. Wydarzenie zostało przygotowane w ramach międzynarodowego projektu eTwinning na europejskiej platformie edukacyjnej ESEP - str. 5

Jutro w „Expressie” Pod paragrafem

Adam Kieler
dziennikarz, publicysta



SPORT WOLNY OD POLITYKI?

Władze światowych organizacji sportowych za wszelką cenę próbują udowodnić, że chcą „by sport był wolny od polityki”. Piękne słowa, niestety, raz, że naiwne, dwa, że gdy w grę wchodzi interesy, nagle punkt widzenia potrafi się zmienić o 180 stopni. Ostatnia dyskwalifikacja ukraińskiego olimpijczyka to tylko jeden z przykładów hipokryzji sportowych federacji. Pytanie za 100 punktów brzmi - w jaki sposób upamiętnienie zabitych przez agresorów kolegów wpisuje się w ten zakaz? Gdzie tu jest jakakolwiek polityka?

Ironia losu jest tym większa, że do udziału w zimowych igrzyskach olimpijskich w Mediolanie i Cortinie d'Ampezzo dopuszczono pewną liczbę rosyjskich i białoruskich sportowców. Występują oni bez flagi, hymnu, a na trybunach nie można wywieszać narodowych barw. Państwo-agresor może wysłać sportowców, również takich, których neutralne stanowisko wobec wojny jest mocno dyskusyjne, a reprezentant kraju, który jest ofiarą brutalnej inwazji, która kosztowała życie tysięcy ludzi, w tym także sportowców, nie może ich upamiętnić. Jak to mówią, samo się komentuje.

Coraz głośniejsze mówi się też o przywróceniu rosyjskich i białoruskich sportowców oraz drużyn do międzynarodowych rozgrywek. W zawodach bez najmniejszych problemów uczestniczą reprezentanci Izraela. To, w jak wyjątkowy sposób traktuje się ten kraj, widać było choćby po sprawie transparentu na meczu Maccabi Hajfa - Raków Częstochowa. Kibice napisali na nim „Mordercy od 1939”, kierując go w stronę Polaków. Incydent miał miejsce w sierpniu, a UEFA podjęła decyzję w listopadzie, przyznając karę... niższą niż klubowi z Częstochowy, którym zajęto się szybko po meczu. Dowolność władz piłkarskich w karaniu za polityczne demonstracje jest zaskakująca. We wrześniu 2025 roku kibice francuskiego Paris Saint Germain wywiesili transparent wyrażający solidarność ze Strefą Gazy i... kary nie było, mimo że UEFA zakazuje tego typu treści.

Legia Warszawa była za to karana za oprawy dotyczące Powstania Warszawskiego, choć wtedy federacja doszukiwała się „blokowania przejść ewakuacyjnych” oraz stosowania środków pirotechnicznych. Mówienie o tym, że „nie miesza się sportu z polityką” jest pięknym sloganem, który jednak nie ma wiele wspólnego z rzeczywistością. A już szczególnie groteskowo to brzmi z ust tych, którzy sami się stosują do takich zasad. Szkoda tylko, że często ofiarami tej hipokryzji są ci, którzy chcą przekazać jakąś ważną wiadomość.

● Jesienią 1946 r. w drodze z Gdyni do Świnoujścia doszło do pierwszej po wojnie katastrofy w Polskiej Marynarce Wojennej. Zginął jeden marynarz.

Nowe legitymacje emeryta-rencisty. Zielona dokumenty emeryta do wymiany

Elżbieta Węgrzyn
elzbieta.wegrzyn@polskapress.pl

Nowy wzór legitymacji emeryta-rencisty w tym roku. Zielone karty, którymi legitymują się emeryci i renciści będą zastąpione przez nowy, szaro-niebieski dokument.

W Rządowym Centrum Legislacji pojawił się nowy Projekt rozporządzenia Ministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej zmieniającego rozporządzenie w sprawie legitymacji emeryta-rencisty.

Legitymacja emeryta-rencisty jest podstawowym dokumentem wydawanym przez ZUS. Używane obecnie zielone legitymacje wydawane od lat emerytom, rencistom oraz nauczycielom uprawnionym do pobierania nauczycielskiego świadczenia kompensacyjnego. Od 2026 roku mają one powoli przechodzić do historii. Zmiana ta wyjaśniana jest koniecznością poprawy bezpieczeństwa dokumentów, bo stare zielone karty nie spełniają nowych norm i są łatwe do podrobienia.

Nowe legitymacje mają spełniać aktualne wymogi ochrony przed fałszerstwami, określane w regulacjach Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji.

Ustawa o dokumentach publicznych z 2018 roku wskazała termin 12 lipca 2026, jako moment, w którym wszystkie nowe dokumenty muszą być zaopatrzone w odpowiednie zabezpieczenia. Po tej dacie



Nowy dokument ma zawierać imię i nazwisko seniora, PESEL, numer legitymacji, rodzaj świadczenia, termin ważności dokumentu i nazwę oddziału ZUS-u, który wydał kartę

ZUS nie będzie już mógł korzystać ze starych blankietów.

Co nowego na szaro-niebieskich blankietach?

Mają one zawierać dodatkowe oznaczenia w alfabecie Braille'a dla osób niewidomych. Mają też być laminowane i zaopatrzone w zabezpieczenia przed fałszerstwem.

Nowy dokument ma - podobnie jak stara legitymacja - zawierać takie dane, jak: imię i nazwisko seniora, numer PESEL, numer legitymacji, rodzaj świadczenia (emerytura lub renta), termin ważności dokumentu oraz nazwę oddziału ZUS-u, który kartę wydał.

Czy trzeba będzie wymienić stare legitymacje?

Nowe legitymacje emeryta-rencisty nie trafią od razu do 8,1

mln świadczeniobiorców, mają być wydawane po wejściu w życie nowego rozporządzenia, czyli 14 dni po jego podpisaniu.

ZUS ze starych blankietów może korzystać do wzmiankowanego w ustawie terminu 12 lipca.

Nowe blankiety trafią do nowych świadczeniobiorców oraz osób, których stara legitymacja straciła ważność. Stare legitymacje będą wymieniane i wydawane stopniowo, bo to działanie kosztowne - średnia cena jednostkowa jednej legitymacji nowego typu stanowi dwukrotność ceny wydania jednej starego typu.

Co istotne, stare zielone legitymacje emeryta-rencisty zachowują ważność po zmianach w 2026. Będą służyć seniorom przez okres, na jaki zostały wydane. Nadal aktualna jest działająca od 2023 roku legitymacja dostępna w wersji cyfrowej, czyli mLegitymacja w aplikacji mObywatel.

Legitymacja emeryta-rencisty daje seniorom dostęp do szeregu zniżek. Między innymi na podróżowanie komunikacją miejską i kolejną, 100-procentowej refundacji niektórych leków, czy zwolnienia z abonamentu RTV. ©©

EMERYCI W EUROPIE

Niemcy (Rentenausweis) niektóre benefity to możliwość zakupu tańszej karty kolejowej BahnCard 50 dla seniorów; tańsze bilety do muzeów, teatrów, na baseny oraz do ogrodów zoologicznych. **Hiszpania (Tarjeta Dorada)** karta, którą mogą wyrobić osoby powyżej 60. roku życia (koszt to ok. 6 € rocznie). Kolej (Renfe): Zniżki od 25% do 40% na bilety wysokich prędkości (AVE). **Francja (Carte Avantage Senior)** płatna karta zniżkowa dla osób 60+ wydawana przez SNCF. Gwarantowana zniżka 30% na przejazdy TGV i Intercités oraz do 50% na pociągi regionalne (TER). **Wielka Brytania (Senior Railcard / Bus Pass)** Kilku rodzajów dokumentów. Np. Older Person's Bus Pass: Uprawnia do darmowych przejazdów autobusami lokalnymi w całej Anglii.

POGODA W BYDGOSZCZY

Środa

1°C
-3°C



Wiatr
płn.-zach., 18 km/h
Ciśnienie
1007 hPa
Biomet
niekorzystny

Czwartek

-1°C
-9°C



Piątek

0°C
-8°C



Imieniny obchodzą dziś: Konstancja, Bernadeta, Albert, Maksym

KALENDARIUM BYDGOSKIE

18 lutego
Odurzali się „Butaprenem” podczas koncertu

1913: w Bydgoszczy uruchomiono sieć automatycznych alarmów pożarowych, ulokowanych w kilku miejscach miasta. Po zbiegu szybki w skrzyneczce zamontowanej na murze kamienicy i naciśnięciu czerwonego przycisku, w remizie straży pożarnej przy ul. Pomorskiej odzywał się dzwonek, który długością sygnału wskazywał, z którego miejsca straż została

wezwana. Urządzenia działały aż do lat 70. XX stulecia. **1921:** przed bydgoskim „sądem pokoju” odbyła się rozprawa o zniesławienie, jaką wytoczył prezydent Bydgoszczy Jan Maciaszek drogerzyście Adolfowi Lewandowskiemu, który opublikował w „Kurierze Poznańskim” artykuł krytyczny wobec Maciaszki. Sąd drogerzystę uniewinnił. **1935:** Sąd Okręgowy w Bydgoszczy skazał na karę 4 miesięcy pozbawienia wolności w zawieszeniu na trzy lata 29-

letniego Józefa R., gońca w Urzędzie Skarbowym, który, roznosząc nakazy płatnicze, osobiście „wyręczał” urząd, kasując na miejscu należne podatki do własnej kieszeni i nierozliczając się z nich w urzędzie. **1965:** w ramach obchodów 20-lecia Klubu Sportowego „Gwardia” Bydgoszcz, działającego w tym czasie pod nazwą „Polonia”, w hali „Astorii” wystąpił popularny zespół „Czerwono-Czarni” z solistkami Katarzyną Sobczyk i Karin Stanek.

1970: milicja przewiozła do izby zatrzymań sześciorgo nastolatków, który podczas koncertu rockowego odurzali się popularnym klejem „Butapren”. Był to pierwszy tego typu przypadek w mieście. **1971:** do Bydgoszczy przyjechała 70-osobowa ekipa, która pod okiem reżysera Henryka Kluby rozpoczęła kręcenie scen do filmu „Pięć i pół bladego Józka”. Obraz nigdy nie wszedł na ekrany kinowe, został ukończony dopiero w latach 90. i zaprezentowany w telewizji. ©© (KB)

Kontrola w jednostkach Komendy Miejskiej PSP. To pokłosie niepokojących doniesień

Maciej Czerniak
maciej.czerniak@polskapress.pl

Kontrolerzy Komendy Głównej PSP zbierają informacje, m.in. zapoznając się z dokumentacją z bydgoskiej komendy straży pożarnej. To następstwo sygnałów o nieprawidłowościach w PSP.

Kontrolę rozpoczęły się 16 lutego i mają potrwać do końca marca tego roku. - Sprawdzana jest dokumentacja i przestrzeganie wewnętrznych regulaminów w jednostkach podległych Komendzie Miejskiej PSP w Bydgoszczy - mówi st. bryg. mgr inż. Karol Kierzkowski, rzecznik prasowy Komendy Głównej Państwowej Straży Pożarnej.

Kontrola będzie trwała kilka tygodni, bo chodzi o weryfikację zgłoszeń, które - zapewnia - miały „już wcześniej” trafić do KGP, a dotyczących czterech jednostek JRG podległych bydgoskiej komendzie.

Osobne kontrole zostały wszczęte i są obecnie prowadzone przez Komendę Wojewódzką PSP w Toruniu w jednostkach w Mogilnie i Rypinie. O sprawie informowaliśmy na początku lutego.

Przypominamy, że sygnały o zachowaniach mogących wskazywać na mobbing docierały z trzech jednostek Państwowej Straży Pożarnej w Kujawsko-Pomorskiem. „W ostatnich tygodniach w sieci pojawiły się informacje o konflikcie na linii ko-



FOT. RADOŚLAW KONCZYŃSKI

Kontrole mają wyjaśnić, co działo się w jednostkach PSP w naszym regionie

mendant - załoga w Mogilnie, zmiany służby w JRG w Rypinie lub prace porządkowe w Toruniu w ubraniach specjalnych i aparatach OUO czy dramatyczna informacja o próbie samobójczej strażaka z Bydgoszczy. Co ciekawe w ubiegłym roku związkowcy interweniowali już w Mogilnie, wtedy zmiany służby również przeprowadzano w ubraniach specjalnych” - informował portal Remiza.pl.

Kontroli chcieli związkowcy

Dalej w tekście czytamy, że „Krajowa Sekcja Pożarnictwa ‘Solidarność’ wystąpiła do Komendanta Głównego Państwowej Straży Pożarnej o przeprowadzenie kontroli w kujawsko-pomorskich jednostkach Państwowej Straży Pożarnej”.

Informacja o interwencji związkowców znajduje potwierdzenie w oficjalnym piśmie, które zostało opublikowane przez związkowców. Jest tam mowa o „niepokojących sytuacjach w jednostkach PSP w województwie kujawsko-pomorskim”.

„W tle jest też dramatyczny wątek próby samobójczej jednego ze strażaków z KM PSP w Bydgoszczy” - czytamy w piśmie opublikowanym przez KSP NSZZ „Solidarność”. I dalej: „Dlatego 2 lutego Krajowa Sekcja Pożarnictwa NSZZ „Solidarność” wystąpiła do Komendy Głównej PSP o przeprowadzenie kontroli zewnętrznej. Chodzi o obiektywną ocenę zgłoszeń i sprawdzenie procedur - tak, żeby takie sytuacje nie powtarzały się w przyszłości”.

- Takim sytuacjom trzeba przeciwdziałać z całą mocą i dlatego trzeba to po prostu dokładnie posprawdzać - mówi Bartłomiej Mickiewicz, przewodniczący KSP.

Maciej Łozowski, wiceprzewodniczący KSP NSZZ „Solidarność”: - Jesteśmy bardzo wyczuleni i podchodzimy ostrożnie do tych niepokojących sygnałów. Prowadzone jest postępowanie wewnętrzne, chcielibyśmy oczywiście, by ono nie potwierdziło tego, o czym mówią strażacy. Sprawa jest delikatna, zwłaszcza, jeśli chodzi o sytuację w Bydgoszczy.

Do dramatycznego zdarzenia z udziałem strażaka z bydgoskiej

jednostki doszło w drugiej połowie stycznia. Mężczyzna spadł z wysokości 8. piętra w bloku w Fordonie, gdzie mieszka.

- Trwa postępowanie wewnętrzne prowadzone przez Komendę Główną Państwowej Straży Pożarnej - mówi mł. bryg. Karol Smarz, rzecznik Komendy Miejskiej PSP w Bydgoszczy. - Jesteśmy, jako bydgoska komenda, objęci tym postępowaniem. Ma ono charakter sprawdzający i jest na początkowym etapie.

Rzecznik zaznacza ponadto, że do komendy nie dotarła informacja, jakoby do policji wpłynęło zawiadomienie w sprawie okoliczności dramatycznego zdarzenia. Po dalsze informacje odsyła do jednostki prowadzącej czynności sprawdzające.

Sprawa jest znana policji, ale na razie badany jest wątek upadku z wysokości, niepowiązany z ewentualną sytuacją w jednostce. - Dostaliśmy informację od policji o próbie samobójczej. Trwają w tej sprawie czynności, które prowadzi policja - mówi prok. Adam Lis, zastępca szefa Prokuratury Rejonowej Bydgoszcz-Północ. - Dotarły do nas informacje, że w przestrzeni internetowej, na forach pojawiły się wątki dotyczące ewentualnych zachowań o charakterze mobbingu, ale póki co, nikt w tej sprawie nie złożył zawiadomienia.

Do komendy wojewódzkiej PSP zwróciliśmy się z pytaniem o to, czy niepokojące sygnały docierały już wcześniej.

- Komenda Wojewódzka PSP nie otrzymywała oficjalnych zgłoszeń niewłaściwych zachowań, mogących nosić znamiona mobbingu z KP PSP Mogilno, Rypinie, czy KM PSP w Bydgoszczy. A nadmieniam, że w służbie PSP obowiązuje procedura antymobbingowa i antydyskryminacyjna. Znajomości jej zapisów wymaga się od każdego funkcjonariusza - mówi st. bryg. Małgorzata Jarocka-Krzemkowska, rzeczniczka Komendy Wojewódzkiej PSP w Toruniu.

Dodaje, że w związku z „prawdopodobną próbą samobójczą” funkcjonariusza z JRG w Bydgoszczy, badane są okoliczności zdarzenia: - Psycholog pełniący służbę w Komendzie Wojewódzkiej PSP w Toruniu przeprowadził interwencję psychologiczną, którymi objęci zostali strażacy z każdej zmiany służbowej. Jednocześnie prowadzi działania diagnostyczne, które mają pomóc w ocenie sytuacji.

Oświadczenie komendanta

6 lutego w internecie pojawiło się oświadczenie st. bryg. Rafała Świechowicza, komendanta wojewódzkiego Państwowej Straży Pożarnej: „W związku z pojawieniem się w przestrzeni medialnej informacji dotyczących rzekomych przypadków mobbingu w jednostkach organizacyjnych Państwowej Straży Pożarnej w Rypinie, Mogilnie i Bydgoszczy, a także innych wāt-

ków związanych ze służbą, informujemy, że wszelkie te sygnały traktujemy z należytą powagą, dlatego niezwłocznie rozpoczęliśmy działania wyjaśniające. Ich celem jest rzetelna i obiektywna weryfikacja wszystkich wydarzeń przedstawionych w materiale prasowym. Sprawdzamy, czy i w jaki sposób mogło dojść do naruszenia jakichkolwiek obowiązujących standardów służby, zasad etyki zawodowej lub przepisów prawa. Stanowczo podkreślamy, że w strukturach Państwowej Straży Pożarnej nie ma miejsca na jakiegokolwiek przejawy mobbingu, dyskryminacji czy nadużywania stanowiska. Niezależnie od faktu, że do tej pory nie wpłynęły oficjalne zgłoszenia w ramach obowiązującej procedury antymobbingowej, każdy - nawet najdrobniejszy - sygnał był, jest i będzie przedmiotem analizy i wyjaśnienia. Codzienna praca funkcjonariuszy oraz atmosfera podczas pełnienia służby muszą opierać się na poczuciu bezpieczeństwa i wzajemnym szacunku”.

Jak ustaliliśmy, poszkodowany strażak z Bydgoszczy i jego bliscy są obecnie objęci opieką psychologiczną. KGP ma informacje na temat jego stanu zdrowia, ale ich nie udziela ze względu na tajemnicę medyczną.

- Oczywiście badamy wszelkie wątki w tej sprawie. Niczego nie przesadzamy, czynności są w toku - dodaje rzecznik, st. bryg. Kierzkowski. ©

Skomplikowana sytuacja na rynku pracy w województwie kujawsko-pomorskim

Agnieszka Domka-Rybka
agnieszka.domka-rybka@polskapress.pl

- W styczniu tego roku zwolnienia grupowe lub takie plany zgłosiły dwie firmy z Kujaw i Pomorza, jedna z Bydgoszczy, a druga z powiatu bydgoskiego - informuje Maciej Smolarek, rzecznik prasowy Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Toruniu.

W przypadku pracowników zwalnianych grupowo Powiatowy Urząd Pracy może zorganizować spotkania informacyjne w zakładzie pracy, oferować doradztwo zawodowe, pośrednictwo pracy i umożliwić finansowanie szkoleń dla osób, które tracą zatrudnienie.

Te firmy zwalniały w 2025 roku

Spójrzmy szerzej na regionalne liczby.

- W styczniu do PUP w województwie kujawsko-pomorskim zgłoszono do zwolnienia 132 osoby. Faktycznie zwolniono 43 z 5 zakładów pracy. Są to branże przetwórstwo przemysłowe, tutaj cztery firmy i 42 osoby oraz informacja i komunikacja: jedna firma i jedna osoba - wyjaśnia Maciej Smolarek, rzecznik prasowy Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Toruniu.

A teraz porównanie do stycznia 2025: wtedy zgłoszono do zwolnienia 64 osoby z dwóch zakładów pracy - przetwórstwo przemysłowe (jedna firma, 38 osób) oraz informacja i komunikacja (jedna firma, 26 osób).

Rzeczywiście pracę straciło 30 osób z 4 zakładów pracy (w przetwórstwie przemysłowym).

Na początku roku sytuacja na Kujawach i Pomorzu nie wygląda źle, choć, oczywiście, nie wiadomo, co przyniosą dalsze miesiące.

W styczniu ubiegłego roku zgłoszono PUP do zwolnień zaledwie 64 pracowników z regionu, a potem?

W ciągu roku etaty tracili zatrudnieni m.in. w: Atos Bydgoszcz (doWUP zgłoszono 58 osób), Lear Corporation w Piekutkowie (354 osoby), Qemetic Janikowo (350), Naturana Włocławek (100), Polser Toruń (40), Shapers' Polska Bydgoszcz (16), ZNTK Paterek (9).

Bezrobocie wzrosło. W grudniu 2025 roku w województwie kujawsko-pomorskim wynosiło 7,8 proc., a w kraju - 5,7 proc. (na razie GUS nie podał nowszych danych). W porównaniu do grudnia 2024 wzrosło o 0,5 punktu procentowego, a liczba bezrobotnych była wyższa o 7,2 proc. Na koniec ubiegłego roku liczba zarejestrowanych jako bezrobotne sięgnęła 59 310 - to więcej o 850 w porównaniu do listopada 2025.



FOT. RADOŚLAW DIMITROW

Na Kujawach i Pomorzu mamy 59 310 mieszkańców zarejestrowanych jako osoby bezrobotne, jest ich 7, 8 proc.

Oni tracą pracę „po cichu”

Oczywiście, więcej osób traci pracę niż mówią statystyki dotyczące zwolnień grupowych, które firma musi zgłosić, gdy zatrudnia co najmniej 20 osób i planuje rozwiązać umowy z 10 pracownikami (mniej niż 100 zatrudnionych), 10 proc. (100-299) lub 30 (300).

- Na początku roku to często ci, którym pracodawcy nie przedłużyli kończących się okresowych umów o pracę i dotyczy to różnych branż - mówi Paweł Przyjemski, zastępca dyrektora PUP dla powiatu toruńskiego. - U nas, odpukać, żadna firma nie zgłosiła w tym roku zamiaru grupowego zwolnienia pracowników. Mimo wszystko jednak rejestrujących się jako bezrobotni teraz nam przybywa. Pojawiły się nawet kilkusobowe „ogonki” do rejestracji, czego już dawno nie było. ©

Bydgoszcz

Te kamienice znów zachwycą pięknem

Marcin Kozłowski
marcin.kozlowski@polskapress.pl

Następny budynek przy Leszczyńskiego zyskał nową elewację. Rozpoczyna się też remont kamienicy przy ul. Chwykowo 6, w której mieszkał założyciel bydgoskiego harcerstwa Jan Wierzejewski.

Nieruchomość nr 14 przy ul. Leszczyńskiego to prosta, wolnostojąca, piętrowa kamienica wzniesiona prawdopodobnie na początku XX wieku. Po remoncie popielatą fasadę zdobią jaśniejsze gzymsy i opaski wokół okien - informuje bydgoski ratusz. Część parterową podkreślono natomiast boniowaniem. Zachowała się także drewniana stolarka drzwiowa z naświetlem.

Po zakończeniu tej inwestycji niemal wszystkie budynki zachodniej pierzei tej trasy mają już odnowione fasady. W ostatnich latach wyremontowano tam bowiem sąsiednie kamienice z numerami 6, 8, 18, 22, 24 i 26. Wzniesiono też nowe wielorodzinne budynki utrzymujące historyczną linię zabudowy Leszczyńskiego. Na rewitalizację czeka jeszcze kamienica numer 36. Trwają przygotowania do powtórnego przetargu na sprzedaż miejskiej nieruchomości.

Rozpoczął się z kolei remont kamienicy przy ul. Chwykowo 6, w której mieszkał m.in. założyciel bydgoskiego harcerstwa Jan Wierzejewski. Budynek wzniesiono około 1910 roku na planie zbliżonym do prostokąta. Trzykondygnacyjny obiekt z użytkowym podda-

szem łączy różne style. W centralnej części umieszczono łukowe wejście, nad którym na każdej kondygnacji znajdują się loggie. W północnej części umieszczono zaś przejazd bramny. Pomieszczenia na poddaszu doświetlają lukarny. Fasadę zdobią gzymsy, duże zróżnicowane otwory okienne z opaskami, płyciny, kute balustrady na balkonach i oryginalne drewniane drzwi. W grudniu 2025 roku rozpoczął się remont budynku frontowego i oficyny, które nadal pełnią funkcje mieszkalną - znajdują się w nich 63 lokale.

Na elewacji remontowanej kamienicy znajduje się także tablica upamiętniająca Jana Wierzejewskiego. Założyciel bydgoskiego harcerstwa w mieście zamieszkał w 1917 roku i pracował w drukarni „Dziennika Bydgoskiego”. W 1919 roku został powołany na naczelnika drużyn wielkopolskich i na stałe przeniósł się do Poznania. Jego drużyna po przyłączeniu Bydgoszczy do Polski w 1920 r. stała się jedną z sił nadających harcerski styl w mieście.

Ulica Chwykowo na starych planach miasta jest ujmowana już od 1800 roku ze skromną zabudową po wschodniej stronie - informuje ratusz. W czasach zaborów trasa nazywała się Studzienna (Brunnenstrasse) - prawdopodobnie od studni na Placu Poznańskim. Większość zabudowy wzdłuż tej ulicy pochodzi z początku XX wieku. W 2002 roku zakończyła się tam budowa internatu Zespołu Szkół Plastycznych. ©



Popielatą fasadę budynku przy ul. Leszczyńskiego 14 po remoncie zdobią jaśniejsze gzymsy i opaski wokół okien

Była ruletka w jaskini hazardu, będzie sztuka w teatrze

Maciej Czerniak
maciej.czerniak@polskapress.pl

Wnętrza z charakterem, dywany, ozdobne poręcze i sale ze ścianami luster. Niedysiejsze Kasyno Royal to budynek, który można ciekawie zaaranżować.

Zanim jaskinia hazardu zamieni się w Centrum Teatrów Alternatywnych, mogą jednak minąć lata.

Od 2016 roku, kiedy to spółka ZPR dzierżawiąca budynek Kasyna Royal przy ul. Gdańskiej i Mickiewicza w Bydgoszczy, nie uzyskała nowej koncesji na prowadzenie gier hazardowych w tym miejscu, nieruchomość była praktycznie nieużytkowana. Dzierżawca płacił miastu za najem, ale tylko część pomieszczeń przez krótki czas zajmowała redakcja Radia Gra.

Pozostałe setki metrów kwadratowych niedysiejszej jaskini hazardu pozostawały niezagospodarowane. W końcu w ubiegłym roku Bydgoszcz wypowiedziała umowę. Niedawno przekazano budynek pod zarząd Teatru Polskiego im. Hieronima Konieczki. Ma tu powstać Centrum Teatrów Alternatywnych, a podczas sesji Rady Miasta Bydgoszczy ma być głosowany projekt uchwały o przekazaniu Teatrowi Polkiemu pieniędzy na opracowanie koncepcji zagospodarowania nieruchomości.



FOT. DARIUSZ BŁOCH

Budynek dawnego kasyna ma wrócić do swojej dawnej świetności

Niepowtarzalny klimat

Zarząd Teatru Polskiego im. Hieronima Konieczki zgodził się wpuścić nas do środka. Wnętrza prezentują się ciekawie, łatwo sobie wyobrazić wcześniejsze lata, kiedy miejsce żyło i witało gości kasyna. W przybytku byliśmy zresztą,

W 2016 roku spółka ZPR dzierżawiąca budynek kasyna, nie uzyskała nowej koncesji na prowadzenie gier hazardowych w tym miejscu.

kiedy jeszcze działał. Są dywany, ozdobne poręcze i sale ze ścianami luster. Fotoreportaż z wnętrza obiektu można obejrzeć na naszej stronie internetowej www.expressbydgoski.pl

Jak nieoficjalnie się dowiadujemy, samo opracowanie koncepcji urządzenia budynku na potrzeby Centrum Teatrów Alternatywnych może zająć nawet rok - półtora, nie licząc procedury wyłaniającej wykonawcę projektu. Potem kolejne lata mogą minąć, zanim zakończą się prace remontowe w budynku przy Gdańskiej i Mickiewicza.

Teatr był tu już wcześniej

Warto wspomnieć, że kasyno działało w budynku zaledwie około 20 lat, a wcześniej mieściła się tam, między innymi znana w Bydgoszczy restauracja, ale też od zawsze budynek był związany ze sztuką i artystami. O tym zresztą przypomina w poście na FB Teatr Polski:

„Choć większości mieszkańców i mieszkańców ta piękna secesyjna przestrzeń kojarzy się przede wszystkim z kultową restauracją Słowianka, budynek ma długą tradycję teatralną. Od początku XX stulecia działała tu niemieckojęzyczna scena, a po I wojnie światowej realizowano zarówno niemiecki, jak i polski repertuar. Dzięki wsparciu Miasta Bydgoszczy otwieramy nowy rozdział w tej historii!”

Z kolei Benjamin Bukowski, dyrektor TP wylicza w swoim poście w mediach społecznościowych, co ma powstać w zażytkowym budynku: „Utworzymy trzecią scenę TPB, na którą będziemy mogli zapraszać teatry niezależne, rozwiążemy problem brakujących przestrzeni biurowych. Utworzymy nowe, reprezentatywne wejście od ulicy Gdańskiej. Zrewitalizujemy i poszerzymy zielony skwer od al. Mickiewicza. Zyskamy drugi parking teatralny”.

Budynek powstał w 1880 roku. ©

Miliony idą na utwardzoną nawierzchnię ulic

Marcin Kozłowski
marcin.kozlowski@polskapress.pl

Ponad 36 milionów złotych zostanie przeznaczonych w bieżącym roku na miejski program utwardzania gruntowych ulic.

Gdy tylko pozwoli pogoda wzniożone zostaną prace na ulicy Agrestowej w Smukale. Powstanie tam pieszojezdnia składająca się z części właśnie dla pieszych z betonowej kostki oraz części chłonnej. Wybudowane zostaną również jazdy do posesji, dojeżdża do furtek, a pobocza utwardzone będą geokrąta, pozwalającą na parkowanie pojazdów. Inwestycja kosztuje 1,8 mln zł, ma zakończyć się wiosną.

Na półmetku jest inwestycja ul. Gniewkowskiej na Glinkach. Trasa zostanie przebudowana na całej długości - ok. 600 metrów. W zakres robót wchodzi wykonanie nawierzchni wraz



FOT. TOMASZ CZACHOROWSKI

Ponad 36 milionów złotych zostanie przeznaczonych w 2026 roku na bydgoski program utwardzania ulic

z chodnikami po obu stronach ulicy, jazdami, miejscami postojowymi i dojeżdżaniami do posesji. Zadanie warte ponad 1,6 mln zł.

W tegorocznym budżecie na utwardzenie ulic gruntowych zabezpieczono 36,3 mln zł. Pozwoli to m.in. dokończyć prace na ulicach Podleśnej (Glinki), Maciejewickiej (Miedzyń), Krzywej (Miedzyń) oraz uruchomić nowe

inwestycje związane z budową ulic m.in. Krynickiej (Opławiec), Kudowskiej (Opławiec) i Kotwicznej (Osowa Góra).

Na liście tegorocznych inwestycji są też ulice: Gęsia na Osowej Górze, Dożynkowa na Miedzyń, Skowronków na Osowej Górze, Ciepła na Jarach, Biedaszkowo na Górzyszkowie, Żubrowa na Miedzyń, Koszy-

kowa na Miedzyń, Żurawinowa na Miedzyń, Podhalańska na Szewerowie.

Ulice zyskują też nowe nawierzchnie w ramach Bydgoskiego BBO. Dzięki głosom mieszkańców w tym roku prace prowadzone na ulicach: Przerwy-Tetmajera na Jarach (odcinek od Tęczowej do ul. Syrokomli oraz od ul. Syrokomli do ul. Prusa), 16 Pułku Ułanów Wielkopolskich na Błoni (odcinek od ul. Stawowej do cmentarza), Rogali na Szewerowie, Rakietowej na Jachicach Drogi gruntowej będą ponadto utwardzane w ramach programu Inicjatyw Społecznych 25/75. Stowarzyszenia mieszkańców korzystające z dofinansowania miasta (75-85 proc.) przygotowują właśnie do realizacji kilkanaście zadań.

Jak zapewnia bydgoski ratusz w ostatnich latach liczba mieszkańców miasta zameldowanych przy ulicach gruntowych zmniejszyła się o połowę. ©

Wziął na celownik lotnisko i zakłady WZL nr 2 w Bydgoszczy. Wiktor Ż. odpowie za szpiegostwo na rzecz Rosji

Maciej Czerniak
maciej.czerniak@polskapress.pl

Mieszkaniec Bydgoszczy jest oskarżony o gotowość do przekazywania strategicznie ważnych informacji na rzecz Rosji. Grozi mu od 8 lat dożywocia.

Wiktor Ż. zbierał i przekazywał za pomocą komunikatorów internetowych informacje dotyczące funkcjonowania obiektów o istotnym znaczeniu dla obronności Polski, których ujawnienie mogłyby wyrządzić szkodę dla naszego kraju.

Chciał informować o JFTC

- W toku śledztwa ustalono, że gromadził on i przekazywał lokalizacje oraz dane na temat zabezpieczeń technicznych Portu Lotniczego Bydgoszcz S.A., Wojskowych Zakładów Lotniczych Nr 2 S.A. oraz Zakładów Chemicznych NITRO-CHEM S.A. w Bydgoszczy - informuje Jacek Dobrzyński, rzecznik ministra koordynatora służb specjalnych. - Mężczyzna wyraził również gotowość do przekazywania informacji w zakresie rozmieszczenia obiektów wojskowych, w tym Centrum Szkolenia Sił Połączonych NATO w Bydgoszczy.

Akt oskarżenia trafił już do Sądu Okręgowego w Bydgoszczy. „Prokurator zarzucił mu zgłoszenie gotowości oraz działania na rzecz rosyjskiego wywiadu (art. 130 par. 2 kk). Za zarzucane czyny oskarżonemu

grozi kara więzienia w wymiarze nie krótszym niż 8 lat dożywocia pozbawienia wolności” - czytamy we wpisie Jacka Dobrzyńskiego na X.

Działania podjęte przez funkcjonariuszy ABW już na początku czerwca ubiegłego roku zapobiegły dalszej aktywności oskarżonego. Śledztwo w tej sprawie było wszczęte - na podstawie materiałów własnych - i prowadzone przez Delegaturę ABW w Bydgoszczy pod nadzorem mazowieckiego wydziału zamiejscowego.

Zdjęcia w mundurze czerwonoarmisty

29-latek z Bydgoszczy miał działać od 28 lutego 2024 do 30 kwietnia 2025 roku w Bydgoszczy oraz poza granicami Polski. Jak wyjaśniał prok. prok. Przemysław Nowak, rzecznik prasowy Prokuratury Krajowej, podejrzany Wiktor Ż. ma wykształcenie wyższe. Według ustaleń działał z pobudek ideologicznych i prorosyjskich przekonań.

Jak udało nam się ustalić, mężczyzna, o którego chodzi, od lat umieszczał w sieci, m.in., w mediach społecznościowych materiały z akcentami rosyjskimi. Pozował, m.in., do zdjęć w koszulce z wizerunkiem Putina stylizowanym na portret Abrahama Lincolna, odwiedzał Moskwę, ma zdjęcia z Placu Czerwonego, a także fotografie w mundurze czerwonoarmisty. Pod jedną z nich znajomy napisał: „Cały Wiktor”. Wśród materiałów znajduje się również rozmowa z Grzegorzem Braunem. ©

Karnawał dla pokoju rodem z miasta Shakiry w „Trójce”

Marcin Kozłowski
marcin.kozlowski@polskapress.pl

III Liceum Ogólnokształcące im. Adama Mickiewicza w Bydgoszczy - już po raz piąty - zorganizowało karnawałową fiestę. Tym razem była to zabawa w kolumbijskim stylu rodem z miasta Barranquilla, w którym urodziła się znana piosenkarka Shakira.

- Dotychczasowe edycje imprezy dla uczniów klas z rozszerzonym językiem hiszpańskim skupiały się na kulturowo-literackim karnawale z andaluzyjskiego Kadyksu oraz z kanaryjskiej wyspy La Palma, znanej jako „La Isla Bonita” o charakterze egzystencjalnego protestu przeciw nowobogackim. W tym roku zainspirowaliśmy się karnawalem z Kolumbii. Przede wszystkim dlatego, że wydała nam się bardzo aktualna jego pacyfistyczna wymowa - mówi Beata Cieszyńska, nauczycielka języka hiszpańskiego, członkini szkolnej grupy eTwinning.

Wydarzenie zostało przygotowane jako jedno z zadań wchodzących w międzynarodowe projekty eTwinning, prowadzone na europejskiej platformie edukacyjnej ESEP. Warto dodać, że bydgoska placówka może pochwalić się przyznaniem odznaki „Szkoły eTwinning”.

Karnawał z kolumbijskiego miasta Barranquilla jest jednym



Karnawałowa fiesta w kolumbijskim stylu rodem z miasta Barranquilla, w którym urodziła się Shakira

z najbardziej znanych na całym świecie i wpisany na listę niematerialnego dziedzictwa ludzkości UNESCO. W swoim pierwszym wielkim hicie „Hips don't lie”, Shakira pokazywała i śpiewała „tak właśnie się tańczy w Barranquilla!”. Dlatego muzyka wokalistki królowała na tegorocznej karnawałowej fiestie w III LO.

Wydarzenie wpisywało się również w realizowany w bydgoskim liceum projekt „Hisz-

W tym roku zainspirowaliśmy się karnawalem z Kolumbii, dlatego, że wydała nam się bardzo aktualna jego pacyfistyczna wymowa

pańskie fiestas, jako doświadczenie językowo-kulturowe w przestrzeni szkoły”. Impreza była promowana i porównywana wśród szkół partnerskich z Francji, Grecji, Włoch, Węgry, Rumunii, Hiszpanii oraz Hiszpańskich Sekcji Szkół ONZ w USA.

Od zakończenia w 1983 roku w Kolumbii krwawej Wojny Tyśiąca Dni tamtejsza celebracja rozpoczyna się niezmiennie pokojową Bitwą Kwiatów. Jest to pokłosie ówczesnych apeli o trwałe zastąpienie broni własnie kwiatami, a cierpień związanych z wojną z jednoczącą wszystkich zabawą. Otwarcie imprezy przez Agnieszkę Nowak, dyrektorkę III LO - poza życzeniami Feliz Carnaval! - nawiązywało symbolicznie

do tych pacyfistycznych idei. Przerzucając do uczniów kolumbijskie hibiskusy zaprosiła ich do zaimprovizowania własnego pacyfistycznego apelu poprzez pokojową bitwę na kwiaty.

- Doświadczenie to zostało wzmocnione świadectwem Valentyny z Kolumbii, zaprzyjaźnionej z naszą szkołą nastolatki, która mieszka w Polsce. Po jej krótkiej prezentacji odbył się quiz wiedzy o karnawale z Barranquilla. W stronę autorów dobrych odpowiedzi w nagrodę rzucono czekoladkami. Podobnie było z nagrodą w konkursie na najprzemysłniejsze przebranie związane z kulturą krajów języka hiszpańskiego. Zwycięska klasa rozbiła przygotowaną przez uczniów tradycyjną piniętę w stylu kolumbijskim, pełną czekoladek i szkolnych fantów, do wykorzystania na lekcjach języka hiszpańskiego - relacjonuje Beata Cieszyńska.

Na koniec imprezy uczniowie zobaczyli symulację typowego zakończenia hiszpańskiego karnawału, czyli (obficie oblewane łzami) palenie i grzebanie wielkiej sardyny. Nie zabrakło też oczywiście stałych elementów fiesty w III LO - hiszpańskich piosenek, integracyjnej belgijki (taniec, w którym parami chodzi się po kole) oraz zumbi do piosenek kolumbijskich artystek: Shakiry i Karol G. ©

MWiK odpowiada radnemu. Podwyżki abonamentu za wodę i ścieki

Wojciech Mąka
wojciech.maka@polskapress.pl

Sprawa podwyżki opłat za wodę i ścieki wciąż jest żywa. Radny Radosław Ginther. postawił wniosek o przeprowadzenie kontroli kosztów i wydatków MWiK pod kątem ich ograniczenia.

O sprawę abonamentu bydgoski radny Radosław Ginther pytał już pod koniec 2025 r. Teraz uściśla informacje. „Po zapoznaniu się z obszerną odpowiedzią Pana Prezesa MWiK sp. z o. o. w Bydgoszczy udzieloną na interpelację z dnia 23.11.2025 r. w sprawie opłat abonamentowych, wskazuję, że nie wyczerpuje ona tematu dla mieszkańców miasta Bydgoszczy. Przyczyną wątpliwości jest bowiem nadal skokowy wzrost stawek abonamentu o około 300%. Z treści udzielonych wyjaśnień, jak również zapisów przytoczonej w od-

powiedzi Ustawy o zbiorowym zaopatrzeniu w wodę i zbiorowym odprowadzeniu ścieków (Dz.U. z 2024 r. poz. 757 ze zm.) jasno wynika, że przedsięwzięcie wodociągowo-kanalizacyjne celem uzyskania dopuszczenia przez organ zatwierdzający stawki opłat abonamentowych, było zobligowane do opracowania, przedstawienia i zatwierdzenia analizy ekonomicznej funkcjonowania przedsiębiorstwa, w tym również analizy kosztów prowadzenia swojej działalności. Wobec powyższego powstaje pytanie, co stanowi przyczynę tak znacznego wzrostu kosztów w MWiK sp. z o.o., które uzasadniałyby aż takie podwyżki opłat?” - dopytuje Radosław Ginther.

MWiK zapewnia, że po stronie przedsiębiorstwa nie zachodzi dowolność w procesie ustalania cen i stawek opłat. „Aktualna taryfa ma w zakresie podziału odbiorców na grupy abo-

namentowe odmienną konstrukcję od poprzedniej obowiązującej w mieście Bydgoszczy, w związku z wymaganiami organu regulacyjnego przedstawionymi w toku procesu taryfowego. W konsekwencji, nie można dokonać prostego porównania wysokości stawek abonamentowych w poszczególnych grupach w poprzedniej i w aktualnej taryfie, odmienne są bowiem kryteria przyporządkowania do poszczególnych grup, co już wyjaśniano” - informuje Stanisław Drzewiecki, prezes MWiK.

„Grupy abonamentowe ujęte w aktualnej taryfie nie pokrywają się z grupami abonamentowymi z poprzedniej taryfy - w szczególności, co wyjaśniano, obecnie o przypisaniu do grupy nie decyduje maksymalne zapotrzebowanie poszczególnych odbiorców w wodę, lecz takie kwestie jak częstotliwość rozliczeń, korzystanie z wodomierza głów-

nego, zakres korzystania z usługi (korzystanie z usługi zarówno zaopatrzenia w wodę i z usługi odprowadzania ścieków lub korzystanie jedynie z jednej z tych usług), stosowanie faktury papierowej lub elektronicznej. Tym samym nie da się w prosty spo-



Radny zastanawia się czy wydatki MWiK są zasadne

sób porównać wysokości stawek dla poszczególnych grup odbiorców i uznać, że wystąpił wzrost „o 300%”, jak wskazano w interpelacji” - dodaje szef spółki.

I dalej: „Zauważenia wymaga, że (na przykładzie pierwszego roku obowiązywania obu taryf) w ramach poprzedniej taryfy stawki opłat abonamentowych w ramach zbiorowego zaopatrzenia w wodę wahały się od kwoty 4,11 zł netto do kwoty 792,71 zł netto, zaś w ramach obecnej taryfy stawki opłat abonamentowych w ramach zbiorowego zaopatrzenia w wodę (z wyłączeniem stawki stosowanej wyłącznie do gminy w zakresie zaopatrzenia w wodę dla celów przeciwpożarowych): od kwoty 4,66 zł netto do kwoty 43,55 zł netto. Już powyższy przykład jasno demonstruje, że aktualny podział na grupy ma charakter odmienny od wcześniej przyjmowanego (co, jak wskazano, wynikało bezpośrednio z wymo-

gów organu regulacyjnego)” - informuje Stanisław Drzewiecki.

Co na to radny Ginther? „Odpowiedź ani nie wyjaśnia niczego, ani też nie wnosi nic nowego dla zaniepokojonych mieszkańców miasta Bydgoszczy. Na szczególną uwagę zasługuje jednak stanowisko pana prezesa MWiK, w którym bagatelizuje orzeczenia Sądu Najwyższego w przedmiocie ustalania własności przyłączy oraz zakazy dominującej roli przedsiębiorstwa wodno-kanalizacyjnego w tej sprawie. Podwyżki nie są dziełem Wód Polskich, jak nam się sugeruje, ale zatwierdzonym bilansem wpływów i kosztów przedsiębiorstwa wodno-kanalizacyjnego - stwierdza Radosław Ginther.

Radny wystąpił zatem do prezydenta miasta o kontrolę zakresu i zasadności oraz wydatków, jakie ponosi corocznie MWiK pod kątem ich ograniczenia. ©

Fiskus nie zna litości! Kolekcjoner kupił w USA list królewski Augusta III, a urząd naliczył słony VAT

Adam Willma
adam.willma@polskapress.pl

Kolekcjoner z Pomorza kupił na amerykańskiej aukcji dwa cenne obiekty zabytkowe. Nie wiedział, że fiskus nie ma litości dla historii.

Pan Artur od lat buduje prywatną kolekcję historycznych przedmiotów. Nie prowadzi działalności handlowej, nie odsprowadza pojedynczych egzemplarzy do własnych zbiorów. W ubiegłym roku kupił na amerykańskim eBaju kubek okolicznościowy z 1896 r. oraz list królewski Augusta III.

Sprowadza pojedyncze egzemplarze do własnych zbiorów. W ubiegłym roku kupił na amerykańskim eBaju kubek okolicznościowy z 1896 r. oraz list królewski Augusta III.

Cło i 23 proc. VAT

Przesyłka realizowana przez Poczte Polską zakwalifikowana została do odprawy celnej. Te ostatnią realizuje zewnętrzna firma.

Zabytkowy carski kubek zakwalifikowano jako... „wyrób dekoracyjny”, naliczając 6 proc. cła i 23 proc. VAT. List potraktowano jako „druk”, a ponieważ na książki i druki cło wynosi 0



FOT. ADAM WILLMA

- To cenne antyki, za które sporo już zapłaciłem na aukcji. Przywożę je do kraju, który w czasie wojen został niemal ogołocony z zabytków. A jestem traktowany jak importer nowego towaru - denerwuje się pan Artur

proc., naliczono mu „jedynie” 23-procentowy VAT.

Nie zastosowano klasyfikacji dla antyków powyżej 100 lat, które w taryfie celnej korzystają z zerowej stawki cła i 8-procentowego VAT.

- To cenne antyki, za które sporo już zapłaciłem na aukcji. Przywożę je do kraju, który w czasie wojen został niemal ogołocony z zabytków. A jestem traktowany jak importer nowego towaru - denerwuje się

pan Artur. - VAT, który musiałem dopłacić to naprawdę duża kwota.

Podkreśla, że przedmioty zostają w Polsce i nie są przeznaczone do sprzedaży. Co więcej, nawet gdyby chciał je w przyszłości sprzedać, prawo nie zezwala mu wysłać ich za granicę bez zgody konserwatora zabytków.

Prawo jest jasne, ale...

Do sprawy odnosi się dr Marek Rubnikowicz, w latach 2001-2002 Generalny Konserwator Zabytków, w latach 2007-2020 dyrektor Muzeum Okręgowego w Toruniu.

- W sensie prawnym wszystko jest w porządku, bo wwieziono obiekt z innego obszaru celnego - przyznaje dr Rubnikowicz. - Taki obiekt musi zostać poddany ocenie. Trudno jednak zrozumieć, dlaczego do tej pory nie ma możliwości czynienia wyjątków od tej reguły w przypadku przedmiotów o dużej wartości dla polskiego dziedzictwa kulturalnego. Gdybyśmy na przykład znaleźli na amerykańskiej aukcji oryginal-

ne elementy wyposażenia pałacu w Nawrze, który w tej chwili rekonstruujemy, również musielibyśmy zapłacić za nie cło. Powinna więc istnieć osobna ścieżka dla takich obiektów. Niestety, dziedzictwo kulturowe ustępuje tendencji do coraz ściślejszej kontroli fiskalnej.

Antyk tylko z pozwoleniem

Ale to nie koniec. Na dniach rząd przyjął projekt nowelizacji ustawy o ochronie zabytków, wykonujący m.in. Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2019/880 oraz Rozporządzenie Rady (WE) nr 116/2009.

Zmiany wprowadzają obowiązek uzyskania pozwolenia na przywóz określonych dóbr kultury spoza UE. W innych przypadkach importer będzie musiał złożyć oświadczenie o legalnym wywozie z kraju pochodzenia. Pozwolenia ma wydawać minister kultury.

Bez wymaganych dokumentów przedmiot może zostać zatrzymany na granicy.

Projekt przewiduje odpowiedzialność karną - za przywóz bez pozwolenia grozi grzywna, kara ograniczenia wolności albo do 2 lat pozbawienia wolności, a za złożenie nieprawdziwego oświadczenia do 3 lat. Możliwy będzie też przepadek przedmiotu.

Zmiany obejmą nie tylko zabytki wpisane do rejestru, lecz szerzej rozumiane dobra kultury o określonym wieku i wartości. Oznacza to, że prywatny kolekcjoner, sprowadzając historyczny przedmiot z USA czy Wielkiej Brytanii, będzie musiał liczyć się nie tylko z cłem i VAT, ale także z dodatkowymi formalnościami administracyjnymi.

W kraju, który utracił znaczną część swojego dziedzictwa w XX wieku, prywatny import historycznych obiektów oznacza w praktyce powiększenie krajowych zbiorów. Niestety, prawo, zmierzające do zaciśnięcia kontroli fiskalnej i administracyjnej, w praktyce będzie poważną przeszkodą w goleniu historycznych ran.

©@

Kolejne zmiany w „Czystym powietrzu”. Krótsze terminy, więcej czasu na rozliczenia. Alarm Smogowy: w tym tempie wymiana 2,5 miliona kompiuchów potrwa 30 lat

Agnieszka Romanowicz
agnieszka.romanowicz@polskapress.pl

Dziś ruszają konsultacje dotyczące ponownych zmian w programie „Czyste powietrze”. Część reform ma wejść w życie w pierwszej połowie 2026 roku.

- Dotąd nie wymieniałem swojego kopciucha. Czekam, bo w programie „Czyste powietrze” ciągle jest za duży chaos. Wstrzymuję się, dopóki się to nie uporządkuje - mówi pan Adam z powiatu świeckiego.

Zainteresowanie po reformie spadło

W minionym roku program przeszedł gruntowną reformę, jednak w nowej odsłonie wpływa do niego znacznie mniej wniosków.

Z analizy Polskiego Alarmu Smogowego wynika, że jeśli zainteresowanie nadal będzie utrzymywać się na tak niskim poziomie, to wymiana 2,5 miliona kopciuchów zajmie ponad 30 lat.

Polska Agencja Prasowa informuje, że Robert Gajda, wiceszef Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej, przyznał, że spa-

dła liczba wniosków i wskazał przyczynę:

- W programie „Czyste powietrze” nie można już uzyskać dotacji do wymiany źródła ogrzewania na piec gazowy. Stanowiły one ponad 40 proc. źródeł, jakie pojawiły się we wnioskach o dotacje w 2023 r. - podał wiceprezes.

W nowej odsłonie programu złożono 55 tys. „pełnych” wniosków.

- Mamy też ponad 25 tys. wniosków, które są w systemie jako robocze. Czekają np. na uzupełnienie o audyt energetyczny i kiedy się pojawi, to będzie wniosek kompletny - wyjaśnił.

Część zmian później

Zapowiedział przy tym, że program „Czyste powietrze” przejdzie w tym roku kolejne zmiany. Szerokie konsultacje m. in. z branżą, mają się rozpocząć 16 lutego.

Część zmian będzie wymagała zgody Europejskiego Banku Inwestycyjnego (EBI), a inne nie i te mają zostać wprowadzone prędzej - z końcem pierwszego kwartału br.

Wiceprezes przypomniał, że w ub.r. EBI zgodził się na przekazanie 10 mld zł na „Czyste



FOT. PIKABAY

Ubiegając się o dotację na termomodernizację domu, trzeba udowodnić, że jest się jego właścicielem przez min. 3 lata (poza spadkiem). Okres ten ma być skrócony

Powietrze” z Funduszu Modernizacyjnego, dlatego musi też zatwierdzić wprowadzenie niektórych zmian. Te będą mogły wejść w życie dopiero pod koniec br.

Jedną z propozycji NFOŚiGW jest zmiana definicji beneficjenta w kontekście własności budynku czy lokalu mieszkalnego. Obecnie, ubiegając się o dotację na termomodernizację domu, trzeba udowodnić, że jest się właścicielem lub współwłaścicielem nieruchomości przez minimum trzy lata (z wyjątkiem spadków).

- Proponujemy, żeby skrócić ten okres do jednego roku własności, ale wprowadzamy dwie kolejne grupy, czyli darowizny, zgodnie z ustawą o dziedziczeniu oraz zakup - zapowiedział wiceprezes. - Trzeba będzie być właścicielem budynku przynajmniej w 50 proc., żeby móc skorzystać z krótszego okresu niż 3 lata.

NFOŚiGW chce też wydłużyć czas na rozliczenie prefinansowania przy wypłacie zaliczki - ze 120 do 180 dni - a także wprowadzić tzw. bon na audyt, z którego będzie można sfinansować audyt energetyczny za pośrednictwem operatorów gminnych.

- Każdy z mieszkańców będzie mógł skorzystać z takiego bonu, ale w gminach, które są operatorami - zapowiada Robert Gajda.

Ma to zmobilizować pozostałe samorządy do przystąpienia do programu operator-

skiego. Dotąd zgłosiło się do niego niewiele ponad 1500 gmin (na 2,5 tys.), tymczasem operatorzy są wymagani przy realizacji „Czystego powietrza” przez najuboższych beneficjentów. Zadaniem operatorów jest też prowadzenie całej inwestycji termomodernizacyjnej od początku do końca.

Umowy trójstronne

Fundusz proponuje również wprowadzenie umów trójstronnych, w które włączeni byliby wykonawcy inwestycji w „Czystym powietrzu”.

Obecnie takie umowy są zawierane między przynajmniej jednym dofinansowaniem, czyli wojewódzkim funduszem ochrony środowiska a beneficjentem pomocy lub jego pełnomocnikiem.

Kolejny pomysł to wprowadzenie listy rekomendowanych wykonawców programu.

Gajda podkreślił, że wybór takich firm nie będzie obligatoryjny przy korzystaniu z dotacji, ale ma być to podpowiedź dla np. właścicieli domów.

- Podmioty, które znajdą się na tej liście, będą sprawdzone i będą musiały spełnić pewne parametry - zaznaczył wiceprezes. ©@

POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

WROCŁAW

Grzegorz Braun w prokuraturze

Grzegorz Braun, europoseł i lider partii Konfederacji Korony Polskiej, nie usłyszał we wtorek w Prokuraturze Okręgowej we Wrocławiu zarzutów w sprawie incydentu w szpitalu Oleśnicy. Chodzi o sprawę bezprawnego pozbawienia wolności lekarki Gizeli Jagielskiej w szpitalu w Oleśnicy.

Lider Konfederacji Korony Polskiej szybko opuścił budynek prokuratury i poinformował dziennikarzy, że nie postawiono mu zarzutów. Potwierdziła to PAP rzeczniczka

prokuratury prok. Karolina Stocka-Mycek, która prowadzi to śledztwo.

- Nie postawiono mu zarzutów, ponieważ złożył wniosek o wyłączenie mnie z prowadzenia śledztwa - poinformowała prok. Stocka-Mycek.

Do czasu rozpatrzenia wniosku prokurator nie postawi Braunowi zarzutów.

To był już kolejny termin wyznaczony przez wrocławskich śledczych. Europoseł został wcześniej wezwany na 13 stycznia, ale przedstawił wówczas zwolnienie lekarskie.

WYPADEK

Zginął kierowca autokaru



FOT. POLICJA SŁOWACKA

We wtorek nad ranem w miejscowości Liptowska Osada na Słowacji doszło do wypadku z udziałem polskiego autokaru. Jadący z Krakowa do Budapesztu pojazd, w którym było około 30 pasażerów, zderzył się z ciężarówką przewożącą drewno. Kierowca autobusu zginął na miejscu, a dwie osoby trafiły do szpitala.

SOSNOWIEC

Rozpoczął się proces ks. Jacka K.

Przed Sądem Rejonowym w Sosnowcu rozpoczął się we wtorek proces księdza z diecezji sosnowieckiej Jacka K., któremu prokuratura zarzuca dziewięć przestępstw o charakterze seksualnym na szkodę dzieci, a także posiadanie materiałów pedofilskich.

Ksiądz został doprowadzony do sądu z aresztu. Sprawa toczy się z wyłącze-

niem jawności. Obrońca oskarżonego ani pełnomocnicy oskarżycieli posiłkowych, którzy stawili się na rozprawie, nie chcieli rozmawiać z dziennikarzami.

Jacek K. jest aresztowany od czasu przedstawienia mu pierwszych zarzutów. Podczas śledztwa nie przyznawał się do winy. Grozi mu do 30 lat więzienia.

POLITYKA

Marcin Przydacz, szef Biura Polityki Międzynarodowej, będzie reprezentował prezydenta Karola Nawrockiego na jutrzejszym spotkaniu inaugurującym Radę Pokoju w Waszyngtonie. Głos w sprawie rady zabrał też premier Donald Tusk „Jak już wielokrotnie informowaliśmy polską opinię publiczną, naszych partnerów i prezydenta, rząd nie przewiduje w tych okolicznościach i warunkach uczestnictwa w Radzie Pokoju”.

”

Eventualna wizyta w Waszyngtonie przedstawiciela prezydenta będzie miała charakter obserwacyjny

Donald Tusk premier RP

Droga dla miliardów euro na uzbrojenie otwarta

Adam Kielar
Warszawa, Bruksela

Państwa członkowskie UE zatwierdziły we wtorek plan inwestycyjny Polski w ramach programu obronnego SAFE. Na polskiej liście znalazło się 139 projektów.

Decyzja ta kończy proces zatwierdzania polskiego planu przez UE. We wtorek zatwierdzono także plany: Estonii, Grecji, Włoch, Łotwy, Litwy, Słowacji i Finlandii.

Program SAFE przewiduje łącznie 150 mld euro wsparcia w postaci nisko oprocentowanych pożyczek na zakupy sprzętu wojskowego, w dużej mierze produkowanego w Europie. Program ma wspierać państwa UE we wzmacnianiu ich potencjału obronnego, a także zmniejszać ich uzależnienie od uzbrojenia z USA.

Inwestycje w polską gospodarkę

Przed posiedzeniem rządu premier Donald Tusk odniósł się do programu SAFE. Podkreślił, że według prognoz Agencji Uzbrojenia wartość inwestycji w samą Hutę Stalowa Wola „przekroczy 20 miliardów złotych”. Zaznaczył przy tym, że HSW produkuje m.in. armatohaubice Krab, bojowy wóz piechoty Borsuk i samobieżne moździerz Rak.

- Już cały świat jest zainteresowany tym, żeby też od nas to



FOT. ROBERT WOŹNIAK

Państwa członkowskie zatwierdziły polski plan inwestycyjny w ramach programu SAFE

kupować, więc mówimy o wielkiej inwestycji, która będzie służyła, jeśli oczywiście prawica i prezydent zrozumieją, na co robia zamach, polskiej gospodarcze, polskiej obronności, możliwościom eksportu polskiego uzbrojenia - powiedział Tusk.

Podkreślił przy tym, odnosząc się do kontraktu zbrojeniowego z czasów rządów PiS, że „pożyczka koreańska to jest prawie dwukrotnie wyższe oprocentowanie” niż w przypadku pożyczki w ramach unijnego programu SAFE.

Polska ma otrzymać 43,7 mld euro

Polska będzie największym beneficjentem programu SAFE. W sumie polski plan inwestycyjny zawiera 139 projektów,

których łączna wartość wyniesie 43,7 mld euro.

W piątek, 13 lutego, Sejm głosował w sprawie przyjęcia ustawy, która umożliwia wdrożenie w Polsce programu SAFE.

„Za” byli przedstawiciele wszystkich partii koalicyjnych (KO, PSL, Lewica oraz Polska 2050), koło partii Razem oraz dwójce posłów niezależnych (w sumie 236 głosów). Przeciw ustawie głosowali: PiS, Konfederacja, koło Konfederacji Korony Polskiej, jeden poseł niezależny oraz dwóch z koła Demokracji Bezpośredniej (razem 199 głosów), natomiast wstrzymały się cztery osoby: jeden poseł PiS, niezależna posłanka Paulina Matysiak oraz dwóch posłów Demokracji Bezpośredniej.

Szerokim echem odbiła się wypowiedź prezesa PiS Jarosława Kaczyńskiego. W poniedziałek, 16 lutego, wezwał on prezydenta do zawetowania ustawy wdrażającej w Polsce program SAFE. Zdaniem lidera PiS, program ten służy przede wszystkim „interesom niemieckim”.

- Jest wpisany w ten cel, który dzisiaj stawiają sobie przede wszystkim Niemcy. Europa zjednoczona pod przywództwem niemieckim ze wszystkimi tego konsekwencjami - uważa Kaczyński.

Prezes dodał również, że obecne Niemcy są „państwem postnazistowskim”.

Wskazywał jednocześnie, że polska niepodległość nie ma ceny.

- I dlatego, nawet jeżeli byśmy mieli trochę więcej zapłacić, to to jest nieporównanie bardziej opłacalne dla Polski, dla przyszłości także osobistej pomyślności Polaków, polskich rodzin niż to, co jest nam proponowane. Bo proponowana nam jest Polska pod niemieckim butem. My ten niemiecki but odrzucamy - mówił Kaczyński.

Nie wiadomo na razie, jak w sprawie tej ustawy zdecyduje prezydent Karol Nawrocki. Sprawa programu SAFE była jednym z tematów niedawnej Rady Bezpieczeństwa Narodowego pod jego przewodnictwem. PAP

Welconomy i AgroWelconomy - start 23 lutego

(D-KA)

agnieszka.domka@polskapress.pl

Zbliżająca się XXXIII edycja Welconomy Forum in Toruń, zaplanowana na 23-24 lutego, nada nowy priorytet dyskusji o stabilności państwa w wymiarze społecznym i ekonomicznym.

Wydarzenie to zgromadzi blisko 2 tysiące uczestników, w tym przedstawicieli rządu, parlamentu oraz świata nauki, aby wspólnie wypracować strategię odporności na globalne kry-

zysy finansowe, energetyczne i żywnościowe.

Tradycyjnie już podczas Welconomy, bezpośrednio po sesji inauguracyjnej w sali kameralnej CKK Jordanki, odbędzie się konferencja AgroWelconomy.

Dyskusje toczyć się będą wokół bezpieczeństwa żywnościowego, co oznacza powszechny dostęp do wystarczającej ilości bezpiecznej żywności gwarantującej zdrowie i wysoką jakość życia. Tematyka ta będzie kontynuowana również drugiego dnia forum

w ramach Strefy AGRO w hotelu Copernicus.

- Istotne zagadnienie poruszone podczas Forum to polityka rolna po 2027, która będzie skupiać się na balansowaniu między zapewnieniem suwerenności żywnościowej a zwiększeniem konkurencyjności i zrównoważonego rozwoju - mówi Ryszard Bober, senator RP i gospodarz AgroWelconomy. Zdaniem senatora konferencja jest kluczową platformą dialogu pomiędzy rolnikami a przedstawicielami rządu.

W programie XXXIII edycji Welconomy nie zabraknie również debat o fundamencie stabilnego państwa, jakim jest bezpieczeństwo zdrowotne. Ekspertki zwrócą uwagę na rolę zaawansowanych technologii w służbie medycyny oraz konieczność przeciwdziałania fali dezinformacji i medycznych fake newsów.

Więcej informacji oraz formularz rejestracyjny umożliwiający bezpłatny udział w wydarzeniu znajdują się na stronie: welconomy.pl. ©P

Zmarł pastor Jesse Jackson, ikona ruchu na rzecz praw obywatelskich w USA

Grzegorz Kuczyński
Waszyngton

Wieloletni działacz na rzecz praw obywatelskich, pastor baptystów i czołowy działacz Partii Demokratycznej, Jesse Jackson, zmarł we wtorek, poinformowała jego rodzina. Miał 84 lata.

Przyczyna śmierci nie została od razu podana. Jego rodzina poinformowała, że zmarł spokojnie w otoczeniu najbliższych. W listopadzie Jackson trafił do szpitala - od ponad dziesięciu lat cierpiał na postępujące porażenie nadjędrowe (PSP). W 2017 roku Jackson ujawnił, że cierpi na chorobę Parkinsona.

Jackson urodził się w Greenville w Karolinie Południowej i zyskał sławę w erze walki o prawa obywatelskie, uczestnicząc w demonstracjach u boku

Martina Luthera Kinga. Jego działalność trwała przez dziesięciolecia, w tym czasie dwa razy ubiegał się o nominację Demokratów na prezydenta, w 1984 i 1988 roku.

Jackson, który był w motelu w Memphis w stanie Tennessee wraz z Kingiem, kiedy ten został zamordowany w 1968 roku, nie zaprzestał działalności na rzecz równouprawnienia Afroamerykanów po śmierci swego mentora. Był aktywny w szeregach Partii Demokratycznej, narażając się w latach 80. XX w. na zarzuty części jej establishmentu o zbyt lewicowe poglądy.

W ostatnich dziesięcioleciach Jackson otwarcie wypowiadał się na temat czołowych polityków, w tym byłego prezydenta Baracka Obamy. Potępił prezydenturę Donalda Trumpa, mówiąc: „Pięćdziesiąt lat praw obywatelskich zostało zagrożonych”.



Jesse Jackson walczył o równouprawnienie czarnoskórych Amerykanów od lat 60. XX w.

Strzelanina podczas szkolnego meczu hokeja

oprac. Grzegorz Kuczyński
Pawtucket

Dwie osoby zginęły, a trzy zostały ranne w strzelaninie na lodowisku hokejowym w stanie Rhode Island na północnym wschodzie USA - poinformowała lokalna policja. Nie żyje również napastnik.

Do tragedii doszło na boisku hokejowym w mieście Pawtucket podczas rozgrywki szkolnych drużyn.

Strzelał do rodziny

Policja podała na konferencji prasowej, że napastnik mógł otworzyć ogień z powodu konfliktu rodzinnego. Stacja CNN, powołując się na źródła, przekazała, że celował on w członków swojej rodziny, a po oddaniu strzałów popełnił samobójstwo.

Miejscowa policja powiadomiła, że ofiary śmiertelne to dwie osoby dorosłe. Jedna z nich zmarła na miejscu, a druga po przewiezieniu do szpitala. Trzy kolejne osoby z ranami postrzałowymi zostały hospitalizowane, a ich stan lekarze oceniają jako krytyczny. Wcześniej CNN informowała, że wśród ofiar jest młoda dziewczyna.

„Modłę się o Pawtucket i wszystkich dotkniętych (tym zdarzeniem)” - napisał w mediach społecznościowych gubernator Rhode Island Dan McKee.

Według Gun Violence Archive (organizacji badającej incydenty przemocy z użyciem broni palnej) poniedziałkowe wydarzenia w Rhode Island była to 41. strzelanina w Stanach Zjednoczonych w tym roku. PAP

Iran straszy w cieśninie Ormuz. Rozmowy ostatniej szansy

oprac. Anna Nagel
Teheran

Po rozpoczęciu rozmów amerykańsko-irańskich w Genewie Iran wystrzelił pociski rakietowe w kierunku cieśniny Ormuz - podała półoficjalna irańska agencja Tasnim.

Tasnim poinformowała, że pociski wystrzelone z głębi kraju i z wybrzeża uderzyły w cele w cieśninie.

Iran ogłosił w poniedziałek ćwiczenia marynarki wojennej Korpusu Strażników Rewolucji Islamskiej (IRGC) w cieśninie, przez którą przepływa 20 procent światowej ropy naftowej i 20 proc. skroplonego gazu ziemnego.

Iran i Stany Zjednoczone rozpoczęły we wtorek w Genewie drugą rundę pośrednich negocjacji w sprawie irańskiego programu nuklearnego. Irańska telewizja państwowa poinformowała, że negocjacje z USA będą pośrednie i skupią się wyłącznie na programie atomowym, a nie na polityce wewnętrznej Iranu.

W rozmowach stronę amerykańską reprezentowali wysłannik prezydenta USA Steve Witkoff oraz zięć i doradca Donalda Trumpa Jared Kushner. Irańskiej delegacji przewodniczył szef MSZ Abbas Aragczi. W rozmowach, tak jak poprzednio, pośredniczyli dyplomaci z Omanu.



Ćwiczenia morskie Korpusu Strażników Rewolucji Islamskiej w cieśninie Ormuz

Przed ich rozpoczęciem przedstawiciel Iranu powiedział anonimowo agencji Reutersa, że delegacja z Teheranu przyjechała do Genewy z „realnymi, konstruktywnymi propozycjami” i nie ma założonego z góry nastawienia co do ich rezultatu.

Z kolei inny wysoki rangą urzędnik irański powiedział, że sukces rozmów w Szwajcarii zależy od tego, czy Stany Zjednoczone nie będą stawiać nierealistycznych wymagań i od ich poważnego podejścia do zniesienia paraliżujących Iran sankcji gospodarczych.

Pierwsza runda rozmów Iran - USA przeprowadzona została w Omanie 6 lutego. Kwestią sporną przed obiema turami pozostawał, według mediów, zakres rozmów: USA żądają od Teheranu ustępstw w sprawie programu rozwoju rakiet balistycznych i zaprzestania wspierania zbrojnych ugrupowań na Bliskim Wschodzie. Iran nalegał, by rozmowy dotyczyły tylko kwestii jądrowych.

Groźby ajatollaha

Najwyższy duchowo-polityczny przywódca Iranu, ajatollah Ali Chamenei, oświadczył we wtorek, że prezydent USA

Donald Trump nie zdoła obalić Republiki Islamskiej, odnosząc się do słów Trumpa, według którego zmiana reżimu w Teheranie „byłaby najlepszą rzeczą, jaka mogłaby się wydarzyć”.

Chamenei uznał, że Iran musi posiadać broń odstraszającą, twierdząc, że państwo jej pozbawione zostanie „zmiażdżone” przez wrogów. Skrytykował sprzeciw USA wobec prawa Iranu do korzystania z pokojowej według niego technologii nuklearnej w celach medycznych, rolniczych i energetycznych, określając go jako przejaw „nieracjonalności”. PAP

Piloci F-16 z USA i Holandii nad Ukrainą. Tajna eskadra ma zwalczać rosyjskie drony i rakiety

Grzegorz Kuczyński
Kijów

W ostatnich tygodniach w Ukrainie utworzono eskadrę F-16, do której po raz pierwszy weszli piloci ze Stanów Zjednoczonych i Holandii - informuje francuski portal Intelligence Online specjalizujący się w pracy z danymi wywiadowczymi.

Wśród amerykańskich pilotów, którzy przybyli do Ukrainy, by latać F-16, są weterani działań wojennych w Afganistanie i na Bliskim Wschodzie. Ze strony Holandii zaangażowano pilotów, którzy przeszli szkolenie w elitarnych europejskich szkołach lotniczych, specjalizujących się w nowoczesnych taktykach walki powietrznej i zaawansowanych technologicznie operacjach w powietrzu.



Za sterami F-16 siedzą też weterani z Holandii

F-16 kontra rosyjskie rakiety i drony

Jak podaje Intelligence Online, zagraniczni piloci podpisali z Siłami Zbrojnymi Ukrainy tymczasowe umowy, które przewidują rotację co sześć miesięcy i możliwość przedłużenia. Nie mają oni jednak oficjalnych stopni wojskowych w ukraińskich siłach zbrojnych i nie figurują na publicznych listach.

Ukraina wykorzystuje przekazane przez kraje zachodnie

myśliwce F-16 do przechwytywania rosyjskich pocisków manewrujących Kalibr i Ch-101, a także dronów Geran-5. W przeciwieństwie do ukraińskich pilotów, zachodni piloci potrafią obsługiwać zaawansowane technologicznie urządzenia, w szczególności kontenery celowniczo-rozpoznawcze Sniper. System ten pozwala widzieć cele z dużej odległości, śledzić rakiety i drony w ciemności lub w chmurach.

Zagraniczni piloci w wojsku Ukrainy

Już w 2023 roku Siły Powietrzne Sił Zbrojnych Ukrainy dopuściły możliwość zawarcia umów z zagranicznymi specjalistami wojskowymi, w tym pilotami i technikami. W 2024 roku amerykański senator republikański Lindsey Graham podczas podróży do Kijowa zauważył, że Ukraina może zatrudniać amerykańskich pilotów weteranów do pilotowania samolotów F-16, dopóki ukraińscy specjaliści nie ukończą szkolenia.

- Ukraińcy będą szukać wśród krajów NATO gotowych pilotów, którzy przeszli na emeryturę, aby pomogli im, dopóki Ukraina nie wyszkoli swoich pilotów - powiedział Graham. Jednak do tej pory nie poinformowano oficjalnie o zagranicznych pilotach.

strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Nietypowe objawy raka

Największą przeszkodę i utrudnienie w walce z rakiem stanowi jego późne wykrycie. Trudno jednak mieć pretensje do lekarzy - nowo-

twory potrafią też zaskoczyć nawet ich, dając nietypowe objawy lub rozwijając się niemal bez objawów. Niektóre objawy raka łatwo pomylić z innymi chorobami. Jak wcześniej wykryć raka? Na jakie symptomy powinniśmy zwracać uwagę?

ZA TYDZIEŃ:

- Rdzeniowy zanik mięśni SMA - pierwsze objawy
- Objawy tych chorób są niemal identyczne. Diagnozy zupełnie inne. Zmęczenie, ból, spadek nastroju rzadko wskazują na jedną chorobę



FOT. 123RF.COM

Czy kot jest zdrowy dla człowieka? Tak! I to bardziej niż myślisz

Redakcja Strony Zdrowia
redakcja@stronazdrowia.pl

Według szacunków, 44 proc. Polaków posiada kota. Naukowcy twierdzą, że mają oni powód do radości. Wyniki badań jasno wskazują, że obecność kotów ma pozytywny wpływ na nasze zdrowie.

Liczne badania wykazują, że koty mogą poprawiać ludziom nastrój, dawać wsparcie emocjonalne i podnosić morale. Zwierzęta domowe są szczególnie doceniane za wspomaganie socjalizacji osób starszych, dzieci oraz osób chorujących zarówno umysłowo, jak i fizycznie.

Nie do przecenienia jest też wpływ zwierząt na nasze samopoczucie w sytuacjach kryzysowych. Od czasu pandemii COVID-19 relacja ludzi ze zwierzętami domowymi jeszcze bardziej zyskała na jakości.

- Pandemia umocniła rolę więzi człowiek-zwierzę w życiu ludzi, a nasze dane pokazują, że jest to odczuwalne w skali globalnej, z niesamowitymi konsekwencjami, które mogą przynieść korzyści zdrowiu ludzi i zwierząt domowych na całym świecie - mówi dr weterynarii Mike McFarland, globalny dyrektor medyczny Zoetis, ogólnosiwiatowej spółki działającej w dziedzinie ochrony zdrowia zwierząt.

Jak koty wpływają na nasze zdrowie?

Koty, podobnie jak psy, mogą być zwierzęcymi terapeutami. Felinoterapia to metoda zooterapii polegająca na kontakcie z mruczącym pupilem.

● Dzieci a koty

Naukowcy zbadali wpływ obecności kotów domowych na dzieci. Jak wynika z ankiety przeprowadzonej wśród ponad 2200 młodych Szkotów w wieku 11-15 lat, dzieci, które nawiązały silną więź ze swoimi kotami, lepiej oceniały jakość swojego życia.

Im bardziej dziecko było przywiązane do zwierzęcia, tym bardziej czuło się sprawne,



FOT. FRANCESCO UNGARO / PEXELS

Dzień Kota obchodzi się w Polsce 17 stycznia oraz 8 sierpnia. Ma on podkreślić znaczenie obecności kotów w naszym codziennym życiu

energiczne i uważne, a mniej smutne i samotne. Ponadto bardziej cieszyło się zarówno czasem spędzonym w samotności, jak i w szkole.

● Kot na zdrowie

Amerykański badacz obserwował przez 10 miesięcy 24 osoby, które właśnie podjęły się opieki nad kotami. Wyniki ankiety wypełnianych przez świeżo upieczonych właścicieli były zaskakujące.

Już po pierwszym miesiącu u badanych zmniejszyły się dolegliwości zdrowotne, takie jak bóle głowy, bóle pleców i przeziębienia - chociaż korzyści te wydawały się zanikać w miarę upływu czasu.

Autor badania przypuszcza, że ludzie, którzy tworzą dobre relacje ze swoimi kotami, nadal widzą korzyści z nich płynące, a ludzie, którzy tego nie robią, nie odczuwają ich. Warto więc

cieszyć się obecnością pupila nie tylko w pierwszych miesiącach, ale doceniać jego towarzystwo przez cały czas.

● Pomagają dzieciom z autyzmem

Według Human Animal Bond Research Institute (HABRI), adopcja kota ze schroniska może pomóc obniżyć stres i lęk u dzieci z autyzmem. Po przysparzeniu zwierzęcia mali właściciele wykazywali więcej empatii i mieli mniej problemów behawioralnych.

Co ciekawe, wyniki badań pokazują, że także koty korzy-

Liczne badania wykazują, że koty mogą poprawiać ludziom nastrój, dawać wsparcie emocjonalne i podnosić morale

stają na zamieszkaniu z rodziną, w której chociaż jeden członek znajduje się w spektrum autyzmu. Zwierzęta dobrze się aklimatyzują i są mniej zestresowane.

● Koty podnoszą jakość życia

Australijskie badania pokazują, że właściciele kotów cieszą się lepszym zdrowiem psychicznym niż osoby nieposiadające zwierząt domowych.

Ankietowani kociarze twierdzą, że czują się bardziej szczęśliwi, pewniejsi siebie i mniej nerwowi, cieszą się także dobrym snem i koncentracją, jednocześnie lepiej radząc sobie z przeciwnościami losu.

● Koty wspierają osoby starsze

Ponad trzy czwarte ankietowanych przez badaczy z Uniwersytetu Michigan, będących w wieku od 50 do 80 lat, stwierdziło, że zwierzęta domowe

zmniejszają odczuwany przez nich stres, a prawie tyle samo uważało, że pupile dają im poczucie celu.

Ponad 70 proc. starszych osób zadeklarowało, że zwierzęta pomagają im radzić sobie z nieprzyjemnymi objawami fizycznymi lub emocjonalnymi, a 46 proc. stwierdziło, że pomagają im także nie myśleć o bólu.

● Zwierzęta jak probiotyki

Trwają badania, które mają potwierdzić hipotezę, że kontakt ze zwierzętami może mieć korzystny wpływ na odbudowę ludzkiego mikrobiomu jelitowego.

- Rosnąca liczba badań udokumentowała wpływ kontaktu ze zwierzętami na ludzki mikrobiom (skład mikroflory jelitowej) w sposób, który może pomóc w zapobieganiu niektórym rodzajom schorzeń, takim jak choroby sercowo-naczyniowe

i astma - twierdzi dr Laurel Redding, adiunkt epidemiologii w Penn Vet.

● Wierne jak psy

Dla niektórych miłośników psów relacja z kotem nie wydaje się równie głęboka jak ta, którą mają ze swoim pupilem. Wiele osób, które ze względu na wiek lub stan zdrowia, nie mogą już opiekować się bardziej absorbującym zwierzęciem, waha się, gdy ma go zastąpić niewymagającym spacerów kotem.

Do adopcji kota mogą przekonać ich wyniki badań naukowców z Uniwersytetu Stanowego Oregonu, według których koty żyją z człowiekiem, ponieważ jest on dla nich źródłem i gwarantem bezpieczeństwa.

Co ciekawe, badanie udowodniło także, że koty przywiązują się do człowieka w takim samym stopniu co psy.

REGULARNA AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA JEST KLUCZOWA W PROFILAKTYCE OTYŁOŚCI

Brak ruchu zaburza harmonijny rozwój fizyczny i psychiczny dziecka, prowadzi do osłabienia siły mięśniowej, a w konsekwencji do wad postawy, otyłości i innych chorób cywilizacyjnych – mówi dr n. med. Danuta Kurylak, zastępca dyrektora Wojewódzkiego Szpitala Dziecięcego im. Józefa Brudzińskiego w Bydgoszczy. Zapraszamy do przeczytania całej rozmowy.

Dlaczego aktywność ruchowa jest tak ważna dla zdrowia i rozwoju dziecka?

Ponieważ warunkuje harmonijny rozwój w sferze fizycznej, psychicznej i społecznej. Wzmacnia układ krążenia, zwiększa pojemność oddechową płuc, korzystnie wpływa na mineralizację kości oraz koordynację. Jest istotnym regulatorem metabolizmu tłuszczów, usprawnia tempo spalania kalorii i zarządzanie energią. Jakby tego było mało, ćwiczenia dotleniają mózg. W efekcie poprawia się koncentracja i pamięć, a dzieci osiągają lepsze wyniki w nauce. Aktywność fizyczna obniża też stres, buduje poczucie własnej wartości i zapobiega chorobom cywilizacyjnym, takim jak otyłość.

Czy otyłość wśród dzieci to częsty problem?

Niestety nadwaga i otyłość w Polsce jest wysoka. Dotyczy nawet 10 proc. dzieci w wieku od roku do trzech lat, 30 proc. dzieci w wieku wczesnoszkolnym, 22 proc. młodzieży do piętnastego roku życia. Z badań wynika, że problem nadmiernej masy ciała częściej dotyczy chłopców niż dziewczynek. Niepokojące jest też szybkie tempo narastania nadwagi i otyłości – jedno z najwyższych

wśród krajów europejskich. Możemy więc już mówić o epidemii.

Jak zaczyna się otyłość? Na co powinniśmy zwracać uwagę jako rodzice?

U dzieci otyłość rozpoznaje się na podstawie BMI powyżej 95 centyla. Jednym z pierwszych, dobrze widocznych objawów zbyt wysokiej masy ciała będzie niewspółmierny wzrost obwodu brzucha. Przyczyną jest nadmierne gromadzenie tkanki tłuszczowej. W praktyce oznacza to, że dziecko spożywa więcej kalorii, niż zużywa. W tym momencie powinniśmy zacząć działać. Nadwagi nie można bagatelizować, dziecko z tego nie wyrośnie. Bez zmiany nawyków żywieniowych i zwiększenia aktywności ruchowej problem nie ustąpi, a wręcz przeciwnie – będzie się pogłębiać.

Jakie są powikłania i długofalowe skutki uboczne otyłości u dzieci?

Otyłość jest chorobą przewlekłą, która zagraża zdrowiu fizycznemu i psychicznemu dziecka. Zwiększa ryzyko zachorowania na cukrzycę, miażdżycę, zawał serca, udar mózgu, nadciśnienie tętnicze, choroby nowotworowe oraz zaburzenia hormonalne. Po wyleczeniu otyłości to ryzyko spada, ale nadal pozostaje skłonność do natychmiastowego przybierania na masie ciała w przypadku zaniechania zbilansowanej diety i odpowiedniej aktywności ruchowej. To wynik zwiększonej liczby komórek tłuszczowych. Dużym obciążeniem dla osób z otyłością są również konsekwencje psychiczne, takie jak niska samoocena, zaburzenia emocjonalne czy depresja.

Co w takim razie możemy zrobić, żeby zapobiegać otyłości?

W profilaktyce otyłości kluczowe są: regularna aktywność fizyczna i zbilansowana dieta. Co ważne, zbilansowana dieta nie może być restrykcyjna, ponieważ nadmierne ograniczenia w dłuższej perspektywie będą zniechęcające. Podobnie odstraszaśco działa ciągła kontrola kalorii. Duże pozytyw-

ne znaczenie mają za to wspólne posiłki, czyli jedzenie razem, bez pośpiechu, w rodzinnym gronie. Dzięki temu wydłużamy czas posiłku i zwiększamy możliwość odczuwania sytości.

Na jakich produktach powinna się opierać taka zdrowa, zbilansowana dieta?

Przede wszystkim na warzywach i produktach pełnoziarnistych. Należy za to ograniczać tłuste mleko i jego przetwory, żywność wysoko przetworzoną, słodczyce oraz cukier. Owoce również mają wysoką zawartość cukru, więc nie powinny być spożywane w nadmiernej ilości. Zdrową opcją będzie szklanka soku z wyciskanych owoców dziennie. Pozostałe słodzone napoje warto zastąpić niskosodową, niegazowaną wodą mineralną. Istotna jest przy tym regularność posiłków. Optymalnie zaleca się ich pięć: śniadanie przed wyjściem z domu, drugie śniadania w szkole, obiad, podwieczorek i kolacja zakończona do godziny dziewiętnastej. Pomiedzy posiłkami możemy podawać dzieciom warzywa do podjadania, warzywami można też zastąpić ziemniaki do obiadu, lepiej jednak unikać tłustych sosów.

A co z aktywnością fizyczną?

Dzieci powinny mieć minimum sześćdziesiąt minut ruchu każdego dnia. Maluchom w wieku od roku do czterech zaleca się od dziesięć do dwudziestu minut zabawy na świeżym



powietrzu. Rodzaj aktywności zależy od nas. Warto próbować różnych form ruchu i wybierać takie, które będą sprawiać dziecku przyjemność. Mogą to być np. rodzinne gry zespołowe, jazda na rowerze, spacer, bieganie, taniec czy pływanie. Dodatkowo w profilaktyce otyłości istotne jest ograniczenie czasu spędzanego przed ekranami oraz dbanie o odpowiednią higienę snu.

Jaki wpływ na zdrowie dzieci ma odpowiednia dawka snu?

Sen reguluje metabolizm i wydzielanie hormonów wpływających na apetyt. Zbyt mało snu skutkuje więc pobudzeniem

apetytu oraz zwiększa ryzyko otyłości. Optymalna ilość snu dla małych dzieci wynosi: 11 do 14 godzin dla dzieci do drugiego roku życia, 10 do 13 godzin dla dzieci w wieku od trzech do pięciu lat, 9 do 11 godzin dla dzieci w wieku od sześciu do trzynastu lat, od 8 do 10 godzin dla młodzieży w wieku od czternastu do siedemnastu lat. Profilaktyka otyłości musi uwzględniać wszystkie te aspekty – zbilansowaną dietę, odpowiednią aktywność ruchową oraz higienę snu. Zaniedbania na wczesnym etapie mogą mieć dla dzieci długotrwałe negatywne skutki. Nie czekajmy aż będzie gorzej, działajmy już teraz.



Razem gramy o zdrowie

Więcej o znaczeniu regularnej aktywności fizycznej dla zdrowia dzieci przeczytajcie już za tydzień w kolejnym tekście profilaktycznym opublikowanym w ramach akcji „Biały Miś”. Jej zwieńczeniem będzie turniej sportowy dla klas I-IV szkół podstawowych z Bydgoszczy.

**Czekamy na zgłoszenia od szkół!
ZAPISY ZBIERAMY DO 23 LUTEGO!**

**Zgłoszenia może dokonać tylko dyrekcja.
Szczegóły na pomorska.pl/bialymis26**

ORGANIZATOR



PARTNERZY



PATRONAT MEDIALNY



Najbardziej nietypowe objawy raka, które zaskakują nawet lekarzy. Na co musisz uważać?

Redakcja Strony Zdrowia
redakcja@stronazdrowia.pl

Największą przeszkodę w walce z rakiem stanowi jego późne wykrycie. Trudno jednak mieć pretensje do lekarzy: nowotwory dają czasem przedziwne objawy, które zaskakują nawet specjalistów.

Według nowego raportu, przygotowanego przez Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego - Państwowy Instytut Badawczy, nowotwory złośliwe zabijają obecnie w Polsce niemal 100 tys. osób rocznie i są drugą najczęstszą przyczyną zgonów wśród Polaków, po chorobach układu krążenia. Każdego roku nowotwory złośliwe diagnozowane są u ok. 90 tys. mężczyzn i prawie 92 tys. kobiet, na raka choruje coraz więcej osób młodszych, 20- i 30-latków. Z rakiem trudno się walczy, bo też trudno go wykryć, a późna diagnoza utrudnia leczenie. W zależności od tego, jaką część ciała atakuje guz, nowotwór może dawać typowe dla danego organu objawy, lub też objawiać się ogólnoustrojowo, tzn. wpływając na stan całego ciała i ogólne samopoczucie. Nowotwory potrafią też zaskoczyć nawet lekarzy, dając nietypowe objawy lub rozwijając się niemal bez objawów. Niektóre objawy raka łatwo pomylić z innymi chorobami.

Jak wcześnie wykryć raka? Na jakie symptomy powinienś zwracać uwagę? Poniżej praktyczna lista możliwych objawów nowotworu.

Najważniejsze objawy raka

Do najbardziej typowych objawów raka, które można wcze-

WARTO WIEDZIEĆ

Rak krwi

Aby wykryć rozwijającą się chorobę, należy przeprowadzić szereg badań, zaczynając od tradycyjnej morfologii krwi z rozmazem mikroskopowym - to jedno z podstawowych badań, które może wykazać nieprawidłowości sugerujące białaczkę lub inne nowotwory krwi. Wykorzystuje się także m.in. ● biopsję aspiracyjną szpiku kostnego lub trepanobiopsję ● badanie histopatologiczne, ● badania obrazowe (np. USG, PET-CT), ● metody chirurgiczne.



Niektóre objawy raka zbijają z tropu nawet lekarzy

śnie zidentyfikować samemu, należą:

- Zmiany skórne: owrzodzenie skóry lub sutków, wycieki z sutków, zmiana wyglądu znamion na skórze
- Nagła asymetria części ciała: piersi, jąder lub innych
- Wyczuwalne pod skórą guzy.

Nietypowe objawy raka

To objawy, które mogą wywoływać także inne choroby, np. infekcje. Przy raku objawy występują jednak bez wyraźnie dostrzegalnej przyczyny, utrzymują się przez długi czas i często wracają.

- Na te symptomy powinienś zwracać uwagę:
- Ogólny stan zapalny bez wykrywalnej infekcji - powiększone węzły chłonne, gorączka, ból mięśni i kości, stałe zmęczenie
- Bóle bez urazów, odczuwalne w jamie brzusznej, klatce piersiowej, okolicach łędźwi
- Krwawienia bez urazów - krew w moczu, kale i ślinie
- Zmiana kształtu stolca (np. na nietypowo cienki)
- Nagła i niezamierzona utrata wagi
- Obfite zimne poty w czasie snu
- Trudności w przełykaniu
- Chroniczny kaszel, zmieniający charakter, ale utrzymujący się stale
- Silne i nawracające bóle głowy
- Zaburzenia świadomości, ataki padaczki
- Złe samopoczucie o poranku: kaszel, ból gardła, zmęczenie utrzymujące się przez resztę dnia.

Czym są zespoły paranowotworowe?

To bardzo nietypowe zespoły objawowe, wywołane pośrednio przez nowotwór, ale nie wynikające wprost z inwazji guza na dany narząd. Mogą wystąpić w innych zakątkach ciała i często zbijają lekarzy z tropu. Do objawów dawanych przez różnego rodzaju zespoły paranowotworowe mogą należeć np.:

- hipoglikemia
- nadmierne owłosienie u kobiet
- drganie gałek ocznych
- światłowstręt
- częsta zakrzepica
- osłabienie czucia powierzchniowego
- trudność z podnoszeniem rąk do góry.

Jak zapobiec rakowi?

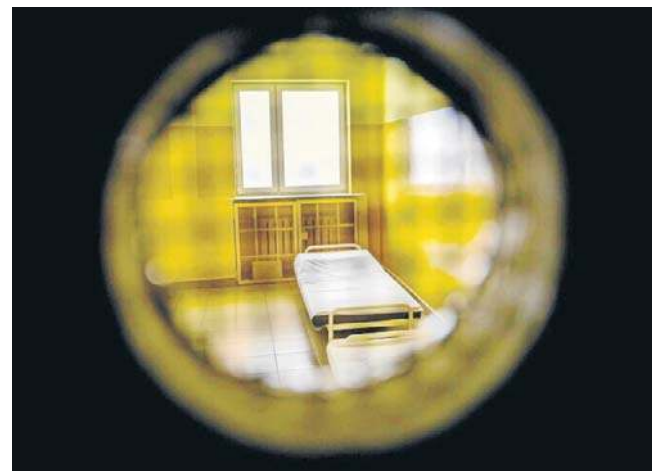
Nawet najdokładniejsze przyglądanie się swojemu ciału w poszukiwaniu jakichkolwiek objawów choroby nie zastąpi profilaktyki. Aby wykryć raka w najwcześniejszym stadium, musisz się regularnie badać. Należy wykonywać przede wszystkim badania przesiewowe, takie jak kolonoskopia, mammografia i cytologia.

Unikaj tych rzeczy

Na wystąpienie wielu chorób nie mamy wpływu. Jednak nasz tryb życia i dieta mogą nam pomóc znacznie zmniejszyć ryzyko zachorowania na niektóre z nich. I odwrotnie, spożywając produkty, które nie wnoszą do naszej diety żadnych warto-

ści odżywczych, a tylko nam szkodzą lub trzymając się niezdrowych nawyków sami sobie robimy krzywdę i narażamy się na rozwój wielu schorzeń.

- Papierosy - mimo że świadomość na temat szkodliwości palenia papierosów wzrasta, to wiele osób nadal jest uzależniona od tej groźnej używki. Palenie tytoniu powoduje nie tylko raka płuca, ale też wiele innych chorób, w tym choroby układu krążenia
- Alkohol - z wielu badań naukowych wynika, że nie istnieje bezpieczna dawka alkoholu, każda jego ilość jest szkodliwa.
- Napoje gazowane - kolorowe, słodzone napoje gazowane to cukier w płynie. W takiej postaci jest łatwo przyswajalny i znacznie podwyższa poziom glukozy we krwi. Taka sytuacja może doprowadzić do rozwoju cukrzycy typu 2.
- Biały chleb - pieczywo z białej, oczyszczonej mąki pszennej powoduje nagły wzrost energii, który szybko daje uczucie sytości i przyspiesza trawienie oraz metabolizm. Z tego powodu możemy go zjeść więcej, bo nie czujemy, że już się najedliśmy. Taka sytuacja prowadzi do przybierania na wadze.



Luka w przepisach ujawnia chaos decyzyjny w systemie ratowania zdrowia

Nietrzeźwi pacjenci w szpitalach psychiatrycznych?

Barbara Wesoła
redakcja@stronazdrowia.pl

Gdzie powinna trafić osoba nietrzeźwa, która wymaga pomocy medycznej - na izbę wytrzeźwień czy do szpitala psychiatrycznego?

W Polsce wciąż brakuje jasnych przepisów, które jednoznacznie regulowałyby takie sytuacje. W interpelacji skierowanej do Ministerstwa Zdrowia dr Tomasz Rzymkowski pyta wprost, czy obecny system nie prowadzi do niebezpiecznych konsekwencji.

W interpelacji złożonej do ministra zdrowia zwrócono uwagę, że ustawa o świadczeniach opieki zdrowotnej nie przewiduje odrębnych zasad postępowania wobec osób nietrzeźwych. W praktyce oznacza to, że są one traktowane jak każdy inny pacjent.

Autor interpelacji wskazuje, że lekarz dyżurny w szpitalu psychiatrycznym nie może odmówić hospitalizacji osoby przywiezionej przez policję lub zespół ratownictwa medycznego, dopóki nie przeprowadzi podstawowej diagnostyki wykluczającej zagrożenie życia lub zdrowia. Nawet jeśli pacjent znajduje się pod wpływem alkoholu, placówka musi go przyjąć. Historia już jednak pokazała, że to nie jest właściwa droga.

W interpelacji podkreślono, że takie rozwiązanie budzi poważne wątpliwości. Zdaniem dr Rzymkowskiego, szpitale psychiatryczne - zwłaszcza monospecjalistyczne - nie są przygotowane do opieki nad osobami nietrzeźwymi, które często wymagają intensywnego monitorowania stanu somatycznego i terapii dla osób uzależnionych.

W dokumencie przywołano opinie lekarzy, według których placówki psychiatryczne często nie dysponują odpowiednią aparaturą diagnostyczną ani zespołem specjalistów innych dziedzin. Zacytowano stanowisko le-

karzy z Mazowieckiego Specjalistycznego Centrum Zdrowia im. prof. Jana Mazurkiewicza, którzy wskazują na systemowy problem:

„Placówki monospecjalistyczne absolutnie nie mają narzędzi, aby odpowiednio zaopiekować się takim pacjentem”.

Autor interpelacji zwraca uwagę, że uzależnienie od alkoholu jest chorobą i osoby w takim stanie wymagają fachowej terapii. Jednocześnie podkreśla, że znaczna część nietrzeźwych pacjentów powinna trafiać na izbę wytrzeźwień, a nie do szpitala psychiatrycznego.

W interpelacji dr Rzymkowski nawiązuje do głośnej sprawy opisanej w grudniu 2025 roku przez Wirtualną Polskę, dotyczącą śmierci 32-letniej pacjentki z alkoholowym zespołem odstawiennym, która trafiła do szpitala psychiatrycznego i zmarła po zatrzymaniu krążenia. Autor dokumentu zaznacza, że to wydarzenie pokazuje, jak poważne mogą być skutki obecnych luk systemowych.

„W takich warunkach - mówi cytowana w artykule lekarka - oddział detoksykacyjny nie ma prawa istnieć. A masowe kierowanie pacjentów alkoholowych, którzy są tykającymi bombami, do szpitali psychiatrycznych, to błąd całego systemu. I prośenie się o tragedię”.

Na końcu interpelacji sformułowano dwa konkretne pytania skierowane do ministra zdrowia. Dotyczą braku przepisów kompleksowo regulujących możliwość odmowy hospitalizacji osób nietrzeźwych, w szczególności w szpitalach psychiatrycznych, sposobów zaradzenia niedostosowaniu szpitali psychiatrycznych do opieki nad pacjentami pod wpływem alkoholu, jeśli nowe regulacje nie zostaną wprowadzone.

Na moment publikacji odpowiedź ministerstwa zdrowia nie została jeszcze udzielona. Zgodnie z procedurą resort ma na to 21 dni od daty wpływu interpelacji.

Nowa metoda wykrywania choroby Alzheimera może zmienić wszystko



Być może już niedługo będzie można wykryć Alzheimera szybciej i łatwiej, nawet bez wychodzenia z domu. Nawet pacjent bez przeszkolenia sobie poradzi

Emil Hoff
emil.hoff@polskapress.pl

Być może już niedługo sami pacjenci bez żadnego przeszkolenia będą mogli we własnych domach wykonywać kluczową czynność, potrzebną do wczesnego wykrycia choroby Alzheimera.

Wczesne wykrywanie choroby Alzheimera staje się coraz łatwiejsze. Trwają badania nad nową metodą analizy krwi, która być może w niedalekiej przyszłości bardzo przyspieszy stawianie diagnozy.

Do niedawna głównym sposobem diagnozowania Alzheimera było badanie płynu mózgowo-rdzeniowego. Ostatnio zaczęto stosować łatwiejszą metodę: analizę biomarkerów krwi, zwłaszcza biomarkera p-tau217, który daje wgląd w procesy zachodzące w mózgu na wczesnych etapach choroby Alzheimera. Niestety, krew do badania musi być pobierana z żyły, a potem szybko odwirowana, przechowywana i transportowana w odpowiednich warunkach. To wszystko sprawia, że analiza markera p-tau217 wymaga sporo zachodu.

Trwają jednak prace nad nową metodą pozyskiwania biomarkera do analizy. Na portalu naukowym „Nature Medicine” ukazał się artykuł pt. „A minimally invasive dried blood spot biomarker test for the detection

of Alzheimer's disease pathology”, którego autorzy dowodzą, że krew do badań biomarkera p-tau217 może być także pobrana o wiele prościej, z opuszka palca, a potem przeniesiona na specjalną kartę i wysuszona. Badania wykazały, że wysuszona krew i osocze pozwalają badać biomarker p-tau217 niemal tak samo dokładnie, jak osocze żyłne (parametry diagnostyczne są słabsze, ale wystarczające do stawiania diagnozy). Pobieranie krwi z opuszka jest mniej inwazyjne, a karta z wysuszoną krwią łatwiejsza do przechowywania i transportu. Testy przeprowadzono na ponad 300 osobach. Wyniki są obiecujące: pobieranie krwi z opuszka i suszenie jest szybsze i łatwiejsze do wykonania poza gabinetem lekarskim niż klasyczne pobranie z żyły. Okazało się też, że nieprzeszkoleni pacjenci radzą sobie z nim całkiem dobrze, co wskazuje, że w przyszłości ta metoda pobierania krwi do badań pod kątem Alzheimera może stać się najpopularniejsza. Pacjenci będą mogli sami pobrać sobie krew w domu, a potem przesłać do badań kartę z wysuszoną próbką.

Istnieje także domowa metoda wykrywania ogólnych zaburzeń poznawczych w postaci tzw. testu SAGE. Jak to działa?

SAGE, czyli Samodzielny Egzamin Gerokognitywny (ang. The Self-Administered Gerocognitive Exam) został opracowany przez doktora Do-

uglasa Scharre z Wexner Medical Center na Uniwersytecie Stanowym Ohio (USA). Wykrywa zaburzenia poznawcze, które mogą być oznaką różnych chorób, w tym demencji, Alzheimera czy mikro-udarów. Test sprawdza pamięć, orientację, umiejętności myślenia abstrakcyjnego, przeprowadzania obliczeń, posługiwania się języ-

kiem, funkcje wykonawcze, zdolności konstrukcyjne.

Metoda SAGE była testowana przez kilka lat na ponad 600 pacjentach i dziś cieszy się uznaniem specjalistów. Pozwala wykryć zaburzenia na ok. 6 miesięcy wcześniej niż standardowe metody. Jest też dobrym sposobem ewaluacji ogólnej kondycji mentalnej pacjenta i może być przeprowadzany regularnie – praktycznie nic nie kosztuje i nie zajmuje wiele czasu.

Jak przeprowadzić test SAGE? Wystarczy wypełnić formularz z kilkoma zadaniami. Formularz dostępny jest na oficjalnej stronie Uniwersytetu Stanowego Ohio. Należy go ściągnąć, wydrukować i wypełnić długopisem. Możesz go ściągnąć i wydrukować dla bliskiej osoby, która nie radzi sobie z komputerami, np. babci czy dziadka. Przykładowa karta testu w języku polskim jest dostępna na stronie <https://wexnermedical.osu.edu>. Wypełnienie testu zajmuje ok. 15 minut. Po wypełnieniu należy pokazać go lekarzowi do interpretacji. Instrukcja obliczania wyniku także jest dostępna online w języku polskim.

W teście SAGE można zdobyć maksymalnie 22 punkty. Wynik od 17 punktów wzwyż uznaje się za normalny – nie ma oznak zaburzeń poznawczych. Jeśli pacjent wykonuje test regularnie co 6 miesięcy i w ciągu 1,5 roku jego wynik spadnie o 2-3 punkty, należy się zaniepokoić i podjąć dalsze badania.

WARTO WIEDZIEĆ

Czym jest choroba Alzheimera?

Nazwa choroby pochodzi od nazwiska naukowca, który opisał ją po raz pierwszy. Alois Alzheimer był niemieckim psychiatrą i neuropatologiem, pracującym na Uniwersytecie Wrocławskim. Opisał specyficzne zmiany w mózgu chorujących osób już w roku 1906. Od tamtej pory dowiedzieliśmy się wiele o chorobie Alzheimera, jednak nasza wiedza wciąż nie jest pełna. Powolny zanik kory mózgowej to proces nieodwracalny i postępujący, który w efekcie prowadzi do śmierci pacjenta. Od momentu, w którym pojawiają się pierwsze objawy Alzheimera, chory żyje przeciętnie około 7 lat.

Zimowy turnus w sanatorium w Szczawnicy: uzdrawiające wody, nowoczesne terapie

Emil Hoff
emil.hoff@polskapress.pl

Jedno z polskich miast uzdrowskich wyjątkowo nadaje się i na rodzinną wycieczkę w czasie ferii, i na zimowy turnus w sanatorium.

Zaczyna się kolejna tura ferii zimowych. To najlepszy czas na planowanie wycieczek rodzinnych. Wcale nie muszą to być bardzo dalekie wyprawy. W pobliżu Krakowa nie brak miejsc, w których można dobrze wypocząć i porządnie się zabawić, inie mam na myśli tylko np. Zakopanego.

Kto nie lubi tłoku, powinien wybrać się na wycieczkę poza Podhale. Możliwości nie brakuje. Na pograniczu Pienin i Beskidu Sądeckiego, w malowniczej dolinie Grajcarka, leży Szczawnica, jedno z polskich centrów narciarskich, a zarazem uzdrowisko z długimi tradycjami.

Od ponad 200 lat szczawnickie wody mineralne – szczawy, stąd nazwa miasta – znane są z dobroczynnego wpływu na zdrowie i samopoczucie ludzi. Wspomagają leczenie układu oddechowego (zwłaszcza stanów zapalnych nosa i gardła), aparatu głosowego, chorób alergicznych dróg oddechowych, astmy oskrzelowej, chorób układu ruchu (zwyrodnienia stawów i kręgosłupa, reumatyzm, reumatoidalne zapalenie stawów).

Szczawy szczawnickie należą do najsilniej zmineralizowanych wód w Polsce.

To naturalne kwaśne wody wodorowęglanowe ze znaczną zawartością dwutlenku węgla, który polepsza ukrwienie błon śluzowych i mikrokrążenie, a także wspiera procesy regeneracyjne. Wykorzystywane są do terapii uzdrowskiej chorób przewlekłych układu oddechowego, wspomagają też leczenie układu pokarmowego i moczowego, pomagają przy osteoporozie i miażdżycy.

W Szczawnicy znajduje się 9 ujęć wód leczniczych. 6 z nich mieści się w Pijalni Wód Mineralnych w Domu Nad Zdrojami przy Placu Dietla. Są to wody: Helena, Jan, Stefan, Józefina, Józef oraz Magdalena. Trzy inne źródła zlokalizowane są poza terenem Uzdrowska: to wody Szymon, Wanda i Poniatówka.

Szczawy mają bardzo różny skład chemiczny i stężenie minerałów. Zawierają m.in. sód, jod, bor i brom. Stężenie sięga od 1900 mg na litr (woda Helena) do aż 27 tys. mg na litr (woda Magdalena). Dla porównania: zwykła woda zawiera od 100 do 500 mg minerałów na litr, woda mineralna ze sklepu od 500 do 1500 mg, a woda morską 34 tys. mg na litr.

Ponieważ wody szczawnickie są tak silnie zmineralizowane, nie można ich pić jak zwykłą wodę, we własnym zakresie i wedle uznania. Pije się je tylko czasowo, według zaleceń lekarza, w ściśle określonych dawkach.

Leczenie uzdrowskie opiera się tu na trzech filarach:

- **Inhalacje.** Polegają na oddziaływaniu aerozolem z wód mineralnych na śluzówkę nosa, gardła i oskrzeli. Takie zabiegi poprawiają ich nawilżenie i ukrwienie, stymulują mechanizmy samooczyszczania. W Uzdrowsku Szczawnica dostępne są rzadkie inhalacje celkowe (solankowe), przeprowadzane w specjalnych kabinach. Inhalacje mogą stosować pacjenci już od 3. roku życia.
- **Kuracja pitna (krenoterapia).** Polega na picu szczawów zgodnie z zaleceniami lekarza. Wody szczawnickie m.in. wspierają trawienie, wzmacniają błony śluzowe jelit.

- **Zabiegi rehabilitacyjne** narzędzi ruchu. W ofercie są kinezyterapia, hydroterapia, fizykoterapia, zabiegi borowinowe. Ćwiczenia przeprowadza się indywidualnie lub grupowo. Celem rehabilitacji ruchowej jest zmniejszenie bólu, poprawa funkcji ruchowych, wsparcie naturalnej regeneracji organizmu.

Więcej na: stronazdrowia.pl



Uzdrowsko Szczawnica. Sprawdź, jakie właściwości mają szczawnickie wody mineralne i jakie zabiegi oferowane są w tamtejszym sanatorium

DROBNE

Praca

ZATRUDNIĘ

OCHRONA z gr. niepełnosprawności
Bydgoszcz tel. 604 630 556

SERWIS sprząający z gr.
niepełnosprawności Bydgoszcz tel.
604 630 556

Zdrowie

LABORATORIA

DR n.med. Maciej Świtoński-
chirurg choroby jelita grubego,
choroba hemoroidalna, 602298213,
60-229-82-13, 602-298-213, Bydgoszcz

Usługi

MONTAŻOWE

ROLETY ATRAKCYJNE CENY.
Producent „GARDA” tel. 52/372-04-04

AUTOREKLAMA

aktualne z całej Polski
przetargi

nasze
komunikaty.pl

REKLAMA

0011471230



Zielen Miejska
Zakład Pogrzebowy

UL. CZARTORYSKIEGO 13
24h / 7 - 52 324 99 99
WŁASNE KREMATORIUM

AUTOPROMOCJA

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

Tutaj zlecisz ogłoszenie

ibo.polskapress.pl

REKLAMA

0011481062



PRZETARG NIEOGRANICZONY

Zarząd Bydgoskiej Spółdzielni Mieszkaniowej
z siedzibą w Bydgoszczy przy ul. Grunwaldzkiej 12

ogłasza przetarg ofertowy nieograniczony

na ustanowienie i sprzedaż odrębnej własności lokalu mieszkalnego:

- ul. Nowodworska 25/2	o pow. użytk. 33,10 m ²
cena wywoławcza	256.000,00 zł
wysokość wadium	7.680,00 zł

Oferty należy składać w siedzibie Zarządu BSM przy ul. Grunwaldzkiej 12
(sekretariat pok. nr 12) **do dnia 11.03.2026 r. do godz. 9.00.**

Specyfikacja istotnych warunków przetargu została umieszczona na stronie internetowej: www.bsm.bydgoszcz.pl w zakładce przetargi.

„Nie umiera ten, kto pozostaje w sercach bliskich”

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że dnia 13.02.2026 r. odszedł od nas
Nasz Kochany Tata, Dziadek i Przyjaciel

śt.p

Zdzisław Dobrowolski

lat 77

Ceremonia pogrzebowa odbędzie się w piątek,
20.02.2026 roku o godz. 13:00 na cmentarzu
komunalnym przy ul. Wiślanej w Bydgoszczy.

W smutku pogrążona
Rodzina

0011479662

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne

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

ibo.polskapress.pl

AUTOPROMOCJA

0011480620



Dnia 14.02.2026 r. odszedł

śt.p

**Zygmunt
Fundameński**

Kochany Tata i Dziadek

Pogrzeb odbędzie się dnia 20.02.2026 roku w piątek,
Msza Święta żałobna odbędzie się o godzinie 12.00
w Kościele Świętego Krzyża
przy ul. Artyleryjskiej 10 w Bydgoszczy,
przed Mszą odprawienie Różańca, godzina 11.30.

Po Mszy Świętej nastąpi odprowadzenie Zmarłego
na miejsce spoczynku, Cmentarz Nowofarny w Bydgoszczy.

W smutku pogrążona

RODZINA



0011480644



Z sercem pełnym bólu i smutku zawiadamiamy,
że dnia 14.02.2026 roku odszedł od nas

śt.p

Andrzej Sakwiński

lat 71

Msza św. pogrzebowa poprzedzona różańcem
zostanie odprawiona w czwartek 19.02.2026 r. o godz. 9.00
w kościele pw. św. Mateusza Ewangelisty
przy ul. Skarżyńskiego 4.

Pogrzeb odbędzie się bezpośrednio po Mszy św.
na Cmentarzu Komunalnym przy ul. Wiślanej w Bydgoszczy.

Pogrążona w smutku

Rodzina



0310733256

Zleć nekrologi,
ogłoszenia drobne,
życzenia

Biuro ogłoszeń Expressu Bydgoskiego:

Bydgoszcz, czynne: pn.-pt. 8-16,

ul. Zamoyskiego 2

tel. 519 503 513,

e-mail: magdalena.welka@polskapress.pl

Nigdy nie mogłabym być z nerwowym facetem. Ja potrzebuję faceta, który wycisza

Małgorzata Rozenek w podcaście „Jestem kobietą” Fot. Adam Jankowski



Z ŻYCIA GWIAZD

Roksana Węgiel założyła maskę

Młoda piosenkarka i Kevin Mglej z okazji święta zakochanych wybrali się na elegancką kolację. W sieci podzielili się obszerną relacją. On postawiła na czarną suknię z wycięciami i głębokim dekoltem. On przywdział białą koszulę i garnitur. Ich stylizacje dopełniały... maski na oczach.

Joanna Opozda ma dużego chłopaka

Tegoroczne walentynki aktorka spędziła z synem. Na jej profilu ukazała się uroczą fotografią z pociechą, do której zapozowali w takich samych bluzach. Twarz chłopca została częściowo przesłonięta serduszkami, ale na zdjęciu widać, że czterolatek wyrósł na dużego chłopca.

Justyna Steczkowska rozumie koleżankę

Piosenkarka udzieliła wywiadu Żurnaliście. W rozmowie nie zabrakło wzmianki o jej relacji z Edytą Górniak. – Wiem, że media robią zadykę, że się nie lubimy. Ja tego tak nie widzę. Edi czasem gniewa się za rzeczy, których nie rozumiem, ale rozumiem, że się gniewa i nie biorę tego pod uwagę. [...] To jest piękna dziewczyna, która ma talent do śpiewania, a to, że jest specyficzna? Każdy z nas jest jakiś. Trzeba też brać pod uwagę, że jest artystką – powiedziała gwiazda. (GZL) Fot. Jakub Steinborn



W TELEWIZJI



Mississippi w ogniu Stopklatka, 20:00

USA, 1964 r. W Meridan, miasteczku opanowanym przez Ku Klux Klan, FBI prowadzi śledztwo w sprawie brutalnego morderstwa afroamerykanki oraz dwóch obrońców praw czarnej społeczności. Agenci szybko przekonują się, że mieszkańcy nie będą im pomagać.

Pieprzyć Mickiewicza Polsat, 21:35

Wyrzucony z uczelni pisarz i wykładowca Jan Sienkiewicz podejmuje pracę jako polonista w warszawskim liceum. Pod jego opiekę trafia grupa zbuntowanych wyrzutków. Nauczyciel, uzbrojony w literaturę i niekonwencjonalne metody nauczania, podejmuje wyzwanie.

Największe miasta świata BBC Earth, 22:55

Hongkong to rozległe miasto, które wzbogaciło się dzięki handlowi na wielką skalę. Autorzy dokumentu odwiedzają mieszkańców domów o rozmiarach spiżarni oraz poznają miejscowe tradycje.

W co wierzą Osbournowie Metro, 23:00

Legendarny rockman Ozzy Osbourne i jego żona Sharon Osbourne są sceptykami w kwestii zjawisk paranormalnych. Wraz z synem Jackiem oglądają najbardziej szalone i nadprzyrodzone aktywności, jakie nagrano. Czy uwierzą w duchy?

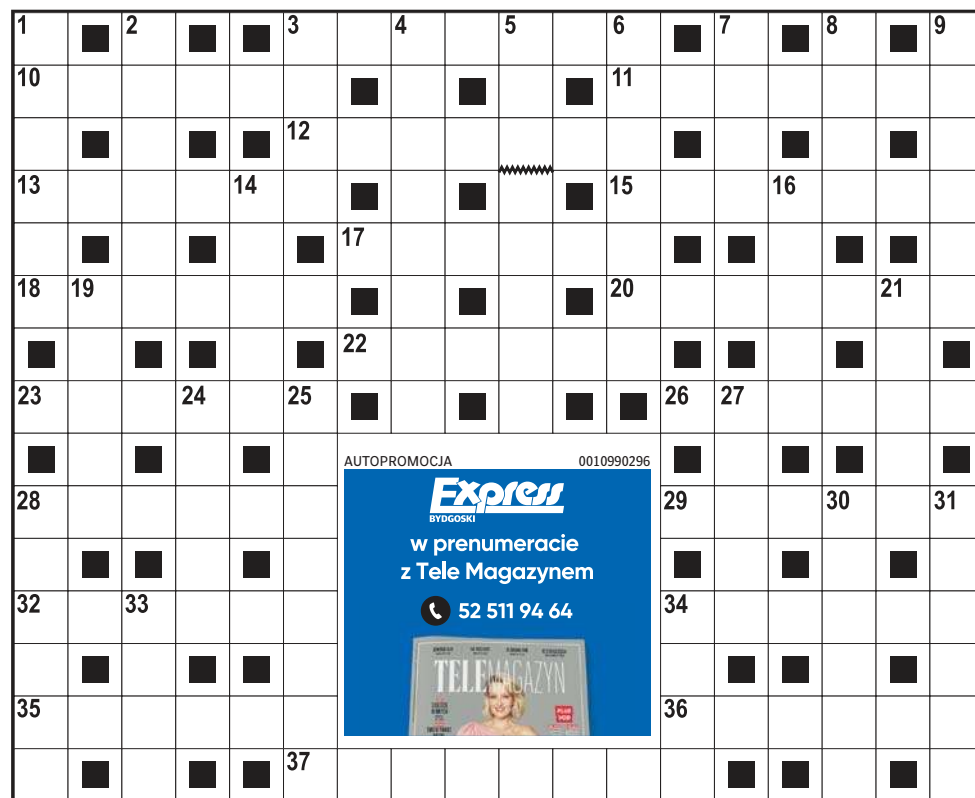
KRZYŻÓWKA NR 26

Poziomo:

- 3) upominek dla solenizanta,
- 10) narzędzie do wyciągania gwoździ,
- 11) zespół bloków mieszkalnych,
- 12) pejoratywne określenie biurokraty,
- 13) mieszkańiec wawelskiego grodu,
- 15) domowe – do odrobienia,
- 17) kraina przylegająca do Mazur,
- 18) myszka na ciecie,
- 20) przejmująca, czasem czarna,
- 22) ... Rourke, aktor z filmu „Harry Angel”,
- 23) burza z porywistym wiatrem nad oceanem,
- 26) chrząszcz żyjący pod korą drzew,
- 28) werbunek do wojska,
- 29) wierzchnie nakrycie namiotu,
- 32) pierożek nadziewany śliwką,
- 34) uczucie przerażenia, bojaźń,
- 35) jeden z trzech rodzajów literackich,
- 36) najstarszy w rodzinie,
- 37) napis nad tekstem artykułu.

Pionowo:

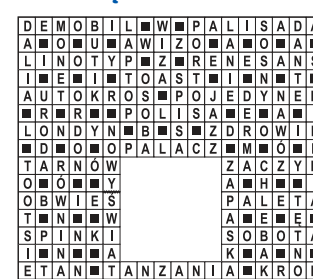
- 1) wydany przez dowódcę,
- 2) działowa w pomieszczeniu,
- 3) imię wielu papieży,
- 4) subiektywne przeżycie,
- 5) serial amerykański, prequel „Gry o tron”,
- 6) budynki przeznaczone do kwaterowania żołnierzy,
- 7) płaski w gimnastyce,



- 8) stawia piec kaflowe,
- 9) kary koń z domieszką białych włosów,
- 14) „... w operze”, musical Andrew Webers,
- 16) jednostka natężenia prądu,
- 19) wyraz oznaczający kogoś lub coś,
- 21) ostra przyprawa kuchenna,
- 24) główny posiłek dnia,
- 25) Ferdynand, pierwszy że-

- glarz, który opłynął Ziemię,
- 27) krzywa płaska kreślona cyrklem,
- 28) zakręt rzeki, meander,
- 30) wizerunek twarzy widzianej z boku,
- 31) ozdobna metalowa część pasa,
- 33) w portfelu Holenderki,
- 34) dochód uzyskany ze sprzedaży towarów.

ROZWIĄZANIE NR 25



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Działaj odważnie, ale z rozważnością. Horoskop dzienny mówi, że spontaniczny krok przyniesie dziś korzyść i spokój. Czeka Cię udany dzień. **Ryby (19.02 - 20.03)** Skup się na finansach. Horoskop na dziś bardzo wyraźnie zapowiada, że drobna decyzja zapoczątkuje szybką, niż się spodziewasz. **Baran (21.03 - 19.04)** Rozmowa wyjaśni nieporozumienia. Horoskop dzienny na środę radzi słuchać uważnie. Możesz zyskać dzięki temu sprzymierzeńca.

Byk (20.04 - 20.05)

Zadbaj o domowe sprawy. Horoskop dzienny mówi, że porządek wokół Ciebie oraz dobre relacje z ludźmi przyniosą ulgę i jasność myśli. **Bliźnięta (21.05 - 21.06)** Pokaż inicjatywę w pracy. Horoskop na dziś zapowiada, że ktoś z grona znajomych doceni Twoją kreatywność oraz odwagę działania. **Rak (22.06 - 22.07)** Detale mają znaczenie. Horoskop dzienny na środę mówi, że precyzja pomoże uniknąć błędów i zyskać uznanie w oczach ludzi.

Lew (23.07 - 22.08)

Szukaj równowagi między sercem a rozumem. Horoskop dzienny zapowiada, że kompromis okaże się najlepszym rozwiązaniem. **Panna (23.08 - 22.09)** Intuicja Cię nie zawiedzie. Horoskop na dziś radzi zaufać przeczuciu w ważnej rozmowie. Wszystko dzięki temu ułoży się po Twojej myśli. **Waga (23.09 - 22.10)** Nowy pomysł doda energii; zaplanuj krok naprzód i działaj bez wahania. Horoskop dzienny na środę mówi, że wiele dzięki temu osiągniesz.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Konsekwencja przyniesie efekty. Horoskop dzienny zapowiada, że cierpliwość będzie Twoją siłą. Niektórzy Ci tego trochę pozazdroszą. **Strzelec (22.11 - 21.12)** Nieszablowne myślenie otworzy drzwi. Horoskop na dziś to wyraźna wskazówka, by podzielić się swoją wizją z innymi osobami. **Koziorożec (22.12 - 19.01)** Wrażliwość stanie się atutem. Horoskop dzienny na środę zapowiada, że jeśli okażesz wsparcie, dobro wróci do Ciebie z nawiązką.

Wojciech Topór: Wierzyliśmy w jeden medal, ale trzy?!

Zbigniew Czyż
redakcja@polskapress.pl

SKOKI NARCIARSKIE. Kacper Tomasiak i Paweł Wąsek zdobyli srebrny medal w konkursie duetów w skokach narciarskich na dużym obiekcie podczas igrzysk w Mediolanie.

Wygrali Jan Hoerl i Stephan Embacher z Austrii. Brąz wywalczyli Johann Andre Forfang i Kristoffer Eriksen Sundal z Norwegii. Przed skokami sześciu ostatnich zawodników zaczął intensywnie padać śnieg. Pojawili się też mocne podmuchy wiatru. Po nieudanym skoku Tomasiaka jury zdecydowało o przerwaniu konkursu i uwzględnieniu wyników dwóch z trzech planowanych serii.

Pogoda sprzyjała Polakom

Śnieg nie pierwszy raz pomógł polskiemu skoczkowi narciarskiemu w osiągnięciu sukcesu. Obfite opady i wiatr sprawiły, że anulowano rundę finałową, dzięki czemu Tomasiak i Wąsek zdobyli srebro. W 2019 roku podobne okoliczności dały Polakom w Seefeld dwa medale mistrzostw świata (pierwszy Dawid Kubacki, drugi Kamil Stoch).

To 27. medal olimpijski w historii startów polskich sportowców na zimowych igrzyskach, a czwarty podczas XXV Zimowych Igrzysk Olimpijskich. W tej dyscyplinie sportu to 13. olimpijski krążek Białe-Czerwonych.

Historyczny wyczyn

Kacper Tomasiak został pierwszym polskim skoczkiem narciarskim, który wywalczył trzy medale na jednych igrzyskach. Na normalnej skoczni chłopak z Bielska-Białej był



Kacper Tomasiak i Paweł Wąsek na skoczni w Predazzo. Polacy przegrali tylko z Austriakami

drugi, a na dużej zajął trzecie miejsce. Jako debiutant na igrzyskach dokonał niesamowitej rzeczy i wpisał się na karty historii nie tylko polskiego olimpizmu w wieku zaledwie 19 lat.

Przed nim po trzy krążki z jednej edycji - licząc letnie i zimowe igrzyska - wywalczyły tylko ikony polskiego sportu: lekkoatletka Irena Szewińska (Tokio, 1964: złoto i dwa srebra), pływaczka Otylia Jędrzejczak (Ateny, 2004: złoto i dwa srebra) oraz w zimowych zmaganiach Justyna Kowalczyk (Vancouver, 2010: złoto, srebro, brąz).

- Skoki Kacpra i Pawła były na bardzo wysokim poziomie,

wkradły się tylko drobne błędy. Dobrze, że odwołano trzecią serię, bo po intensywnych opadach śniegu dalsza rywalizacja nie miała sensu i nie byłaby już sprawiedliwa - mówi w rozmowie z Polska Press Wojciech Topór, trener kadry B polskich skoczków.

Zwłaszcza postawa Pawła Wąska była w poniedziałek sporym, pozytywnym zaskoczeniem. W obecnym sezonie niespełna 27-letni zawodnik spisywał się słabo, nie kwalifikował się nawet do polskiej kadry na poszczególne konkursy Pucharu Świata.

Trener Maciej Maciusiak postawił jednak na lidera Białe-Czerwonych w poprzed-

nim sezonie i ta decyzja okazała się słuszna.

- Paweł rozkręcał się już w treningach, wskakiwał nawet do pierwszej „dziesiątki”, a zawody indywidualne na dużej skoczni już były dobre w jego wykonaniu. Teraz pokazał prawdziwy charakter i wielkie serce do walki. Kacper z kolei jest w tak wielkiej formie, że mimo niewielkiego błędu nie przeszkodziło mu to polecieć bardzo daleko. Drugi skok to już była w jego wykonaniu prawdziwa bomba - dodaje.

Przed igrzyskami mało kto spodziewał się, że polscy skoczkowie wywalczą w Italii chociażby jeden medal. Trzy krążki to wynik zdecydowanie powyżej nawet najśmielszych oczekiwań największych optymistów.

- Będę szczerzy. Chcieliśmy i wierzyliśmy w przynajmniej jeden medal, ale trzy? Nasze szczęście jest przeogromne - podsumował trener Kacpra Tomasiaka w ubiegłym sezonie.

Od Calgary do Pekinu - przez dziesięć kolejnych edycji zimowych igrzysk olimpijskich - w skokach narciarskich rozgrywano zawody drużynowe. We Włoszech zastąpiono je duetami.

Konkursy duetów są organizowane od 2023 roku. Pierwszy z nich odbył się w trakcie zawodów Pucharu Świata w amerykańskim Lake Placid. Historyczne zwycięstwo odnieśli reprezentanci Polski: Dawid Kubacki i Piotr Żyła.

Polska ekipa zdobyła podczas XXV Zimowych Igrzysk Olimpijskich, których gospodarzem są Mediolan i Cortina d'Ampezzo, już cztery medale. Oprócz skoczków, srebro wywalczył panczenista Władimir Semirunnij na dystansie 10 000 metrów. Czeka na kolejne... ©©

Rewelacja z Norwegii kontra włoski hegemon z Polakiem jako główną postać

DK, JJ
redakcja@polskapress.pl

PIĘKA NOŻNA. W środowy wieczór kolejne cztery mecze barażowe o awans do 1/8 finału Ligi Mistrzów.

Piotr Zieliński przeżywa właśnie najpiękniejsze chwile w Interze. W weekend we włoskim klasyku golem na 3:2 strzelonym tuż przed ostatnim gwizdkiem sędziego rozstrzygnął mecz z Juventusem Turyn. Teraz jako lider środka pola ma poprowadzić zespół do awansu do 1/8 finału Ligi Mistrzów. Wbrew pozorom czeka go spore wyzwanie; na wyjeździe, w mrozie, z nieobliczalnym rywalem. Bodo/Glimt złożone głównie z norweskich piłkarzy dało się już w tym roku we znaki topowym drużynom. Na finiszu fazy ligowej ograło nie tylko Manchester City, ale i Atletico Madryt. Wcześniej duże problemy sprawiło Borussia Dortmund i wspomnianemu Juventusowi. Dzięki tym wynikom ekipa z Norwegii zapewniła sobie prawo gry w fazie pucharowej. Kto jeśli jednak nie Inter z fenomenalnym ostatnio

Zielińskim miałby z nim zapunktować? A w zanadru jest jeszcze rewanż w Mediolanie.

Inny polski akcent będzie miał miejsce w odległym Azerbejdżanie. Bramkarz Mateusz Kochalski, łączony z zimowym okienku transferowym z Widzewem Łódź, zamierza dopisać z Karabachem Agdam kolejny piękny rozdział, czyli wygrać czwarty mecz w tej edycji. Czekają go bardzo trudne zadanie, ponieważ naprzeciw stanie ofensywa Newcastle United. Polak w przeciwieństwie do kolegów z defensywy prezentuje równą, solidną formę. Dzielnie stawiał już czoła zawodnikom Chelsea czy Napoli (obronił karnego). Bezradny okazał się tylko wobec tym z Liverpoolu, którzy wbili aż sześć bramek, ale i tak został uznany za najlepszego zawodnika swojej ekipy. Polski bramkarz pracuje na kontrakt w dużo lepszym zespole niż Karabach.

Program środy: Karabach Agdam - Newcastle United (godz. 18.45, Canal+ Extra 2), Bodo/Glimt - Inter Mediolan (godz. 21, Canal+ Extra 1 i TVP 1), Club Brugge - Atletico Madryt (godz. 21, Canal+ Extra 2), Olympiakos Pireus - Bayer Leverkusen (godz. 21, Canal+ 360). ©©



W sobotę Piotr Zieliński stał się bohaterem Interu, strzelając zwycięskiego gola w hicie z Juventusem

Nie tylko prestiż, ale i wielkie pieniądze plus luksusowe bonusy

Paweł Wiśniewski
redakcja@polskapress.pl

SKOKI NARCIARSKIE. Kacper Tomasiak, zdobywając trzy medale - dwa srebrne i jeden brązowy - na XXV Zimowych Igrzyskach Olimpijskich, może liczyć na godziwe wynagrodzenie.

Zarówno Ministerstwo Sportu i Turystyki, jak i Polski Komitet Olimpijski postarały się, aby najlepsi z naszych sportowców nie mogli narzekać. Stąd milionowe premie, mieszkania, sa-

mochody i... tokeny, czyli w skrócie przedmiot płatniczy niebędący monetą czy banknotem.

Z tytułu nagród zapowiedzianych przez Polski Komitet Olimpijski, do 19-letniego Kacpra Tomasiaka trafi 400 000 (srebrny) i 300 000 złotych (brązowy) za medale indywidualne plus 200 000 złotych za wspólny sukces z Pawłem Wąskiem w konkursie duetów (srebrny).

Ponadto trafi do niego - w postaci tokenów - 550 000 złotych. Do tego dochodzą obrazy, vouchery na wakacje oraz

bizuteria o wartości do 2000 złotych.

Bardziej skomplikowane jest wyliczenie nagród ministerialnych. Zgodnie z ustawą o sporcie, w przypadku zdobycia w czasie tych samych zawodów - w tym wypadku XXV Zimowych Igrzysk Olimpijskich - dwóch lub więcej medali, zawodnik otrzymuje TYLKO jedną nagrodę finansową. Jej wysokość nie może przekroczyć 75 procent sumy nagród za poszczególne osiągnięcia.

W przypadku Kacpra Tomasiaka suma jednorazowych

świadczeń wyniesie 218 000 złotych, a 75 procent z tej kwoty to 163 500 złotych.

Oprócz tego skoczek może liczyć na dwuletnie stypendium przewidziane dla najcenniejszego z medali, czyli w tym wypadku srebrnego, a zatem będą to 24 raty po 15 427,26 złotych, czyli łącznie 370 254,24 złotych.

Zatem łącznie będzie to 1 980 000 złotych!!!

Jakby tego było mało, Tomasiak ma już zapewnione tzw. świadczenie olimpijskie, czyli popularną emeryturę olimpi-

ską, która od 1 stycznia tego roku wynosi 5116,99 złotych netto. Te należności finansowe przysługują jednak naszym sportowcom dopiero po ukończeniu 40. roku życia, pod warunkiem, że mają polskie obywatelstwo, są niekarani i nie byli zdyskwalifikowani za doping w wymiarze większym niż 24 miesiące lub więcej niż raz.

Otrzymują ją byli zawodnicy, którzy nie kontynuują kariery sportowej poprzez uczestnictwo w zawodach organizowanych przez polskie związki sportowe.

Na liście płac w zawodach Pucharu Świata w skokach narciarskich Kacper Tomasiak też nie może narzekać. Po 25 z 37 zawodów Polak jest pewny już wypłaty 53 300 euro, czyli równowartość ok. 224 000 złotych... Przy obecnej formie może jeszcze zyskać.

Oficjalne premie nie są jedynymi dochodami skoczków narciarskich. Zawodnicy ze światowej czołówki mają podpisane prywatne kontrakty sponsorskie i reklamowe, których wysokość jest objęta tajemnicą. ©©

SPORT

www.sportowy24.pl

Bardzo ważne zwycięstwo.
Play off cały czas jest realny.
Do końca będzie walka

Dariusz Knopik

dariusz.knopik@polskapress.pl

SIATKÓWKA. **W 17. kolejce Tauron Lidze Sokół & Hagric Mogilno grał na wyjeździe. Rywalkami była Radomka Radom. To był drugi z trzech meczów rozgrywanych w tygodniu przez ekipę z Mogilna.**

RADOMKARADOM-SOKÓŁ & HAGRIC MOGILNO 2:3 (26:24, 22:25, 18:25, 25:19, 7:15)

Radomka: Dąbrowska 15, Żylińska 12, Molczanowa 1, Plaga 18, Garita 5, Szumera 4, Niemcewa (libero) - Galkowska 11, Marszałkiewicz 0, Jęcek 0, Petrenko 0, Kovac 0.

Sokół: Priante 1, Tsitsigianni 24, W. Wiktorja 5, Cur-Słomka 22, Świętoń 12, Cygan 7, Pancewicz (libero) - Stachowicz 3, Kowalska 2, Pajdak 0.

W ostatni czwartek sokolanki podejmowały Developres Rzeszów (0:3), teraz grały w Radomiu, a w czwartek podejmą beniaminka z Nowego Dworu Mazowieckiego.

Drużyna z Mogilna cały czas walczy o miejsce w czołowej ósemce, by zapewnić sobie prawo gry w play offach. Na razie zajmuje 10. miejsce z dorobkiem 14 punktów. Ich poniedziałkowe rywalki były na 8. lokacie i miały o trzy „oczka” więcej. To pokazywało jak ważne to jest spotkanie.

Pierwsza partia rozstrzygała się na przewagi. Głównym elementem, który zdecydował o porażce Sokola były punk-

towe bloki. Siatkarki z Mogilna tym elementem zdobyły tylko jeden punkt, a ich rywalki o pięć więcej.

Druga partia to kontrola nad wynikiem siatek z Mogilna, które prowadziły cały czas. Liderką była Maria Tsitsigianni, która zdobyła aż osiem punktów.

Trzecia odsłona była prawie taka sama. Różnica to strata kilku punktów z rzędu i remis 16:16, ale reakcja siatek Mateusza Grabdy była kapitalna, bo zanotowały serię 6:0. I to był klucz do zwycięstwa.

Czwarty set rozpoczął się fatalnie dla zawodniczek Sokola. Przegrały siedem pierwszych akcji! W ich poczynaniach nie funkcjonowało nic. Tych strat nie udało się odrobić i doszło do tie breaka.

W nim powtórzyła się sytuacja z drugiego i trzeciego seta czyli pełna kontrola drużyny z Mogilna i pewna wygrana. Warto podkreślić dwa elementy w grze sokolank: zaszerwowały siedem asów, pięć więcej niż rywalki oraz zdobyły o 13 punktów więcej przy swojej zagrywce (38 - 25).

Po tym zwycięstwie Sokół pozostał na 10. miejscu w tabeli, ale zmniejszył straty do rywalki, co jest niezwykle ważne w kontekście walki o play off.

Do zakończenia sezonu zasadniczego zostały Sokołowi cztery mecze.



Siatkarki Sokola Mogilno mają powody do zadowolenia po zwycięstwie w Radomiu. Play off jest w zasięgu

TENIS STOŁOWY

Nasi mastersi znów zaimponowali

Pięciu reprezentantów Kujawsko-Pomorskiego stanęło na podium 6. turnieju masters z cyklu Grand Prix Polski w Zielonej Górze. Zmagania rozegrano w 13 kat. wiekowych. Na najwyższym stopniu podium stanęli bydgoszczanie Jacek Wieczerzak (60-64 lat) i Henryk Glura (+85 lat). Na drugim miejscu walkę zakończył Edmund Renkel (70-74) z Grudziądza, na trzecim Michał Wojewódka (50-54) z Grudziądza i Krzysztof Piotrowski (55-59) z Torunia. **(szcz)**



FOT. PPG

PIŁKA NOŻNA

Nowy bramkarz w Olimpi

Dawid Olszak został nowym graczem Olimpi Grudziądz. 20-letni bramkarz trafił do biało-zielonych z pierwszoligowego Górnika Łęczna gdzie był rezerwowym. W tym sezonie zaliczył jeden występ.

KRÓTKO



FOT. POLONIA BYDGOSZCZ

ŻUŻEL

Junior Polonii potrzebuje wsparcie

Jan Rompkowski ze sportem motorowym związany jest od 11. roku życia. Najpierw był w Akademii Czarного Gryfa, trenował, rozwijał się i w końcu zdobył żużlową licencję. Startował w zawodach, pomógł Polonii w walce o Drużynowe Mistrzostwo Polski Juniorów. Na podium wchodził jednak o kulach - to efekt wypadku na torze w Lesznie podczas zawodów DMPJ. Doznał m.in. zwichnięcia ręki i złamania ręki z przemieszczeniem. Rękę udało się zoperować, z kolaniem sprawa jest skomplikowana. - Według lekarzy w obecnym stanie nigdy nie będę mógł zawodowo uprawiać sportów obciążających staw kolanowy. Bez kolejnej operacji mogą nie wrócić nawet do pełnej sprawności w codziennym życiu - zdradził zawodnik. - Sport był całym moim światem, planem na przyszłość. Dziś walczę już nie o medale, ale o możliwość normalnego funkcjonowania, by móc chodzić bez bólu i ograniczeń - dodał. Koszty leczenia i rehabilitacji są spore. W pomoc włączył się bydgoski klub, ale to nie wystarcza. Zawodnik założył zbiórkę na portalu zrzutka.pl („Operacja kolana Jan Rompkowski”). - Zebrane środki zostaną przeznaczone na kolejną operację kolana, rehabilitację, konsultacje ortopedyczne i leczenie, powrót do pełnej sprawności - dodaje. **(m)**

LOTTO

PONIEDZIAŁEK, 16.02

Multi Multi, godz. 22.00

[3], 6, 7, 12, 20, 21, 26, 27, 28, 32, 34, 35, 36, 37, 40, 44, 59, 67, 69, 74

Kaskada, godz. 22.00

1, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 15, 16, 18, 21, 24

Mini Lotto 5, 21, 26, 32, 36

Ekstra Pensja 9, 17, 21, 25, 32 - 2

Ekstra Premia 13, 23, 27, 31, 33 - 3

WTOREK, 17.02

Multi Multi, godz. 14.00

3, 5, 8, 10, 20, 30, 35, 41, 42, 47, 48, 50, 58, 59, 61, 65, 71, 74, [78]

Kaskada, godz. 14.00

1, 3, 5, 7, 11, 12, 13, 18, 19, 21, 22, 24

Wilki chcą bić się
z Polonią o awans

Magdalena Zimna

magdalena.zimna@polskapress.pl

ŻUŻEL. **Nieco ponad sześć tygodni zostało do rozpoczęcia rywalizacji w Metalkas 2. Ekstralidze. Znowu szykuje się emocjonująca walka o awans.**

W Abramczyk Polonii przygotowania do sezonu są już na ostatniej prostej. Drużyna jest po zgrupowaniu, zawodnicy trenują indywidualnie, wszyscy czekają na wiosnę i możliwość wyjazdu na tor. A rozgrywki znów zapowiadają się emocjonująco, bo bydgoski klub nie rezygnuje z walki o awans. Tym razem, w przeciwieństwie do dwóch poprzednich sezonów, Abramczyk Polonia wystartuje w roli faworyta. Skład drużyny został nieco przebudowany, a największą siłą bydgoskiej ekipy mają być juniorzy - Wiktor Przyjemski i Maksymilian Pawełczak oraz Kacper Andrzejewski.

Rola faworyta nie daje jeszcze gwarancji sukcesu, tym bardziej, że rywale też nie spali zimą. Potwierdza to Grzegorz Leśniak, prezes Wilków Krosno, najgroźniejszego (zdaje się) rywala bydgoskiej drużyny w nadchodzącym sezonie. - W mojej opinii ruch z Jason'em Doyle'm to największy transfer w historii Metalkas 2. Ekstraligi - powiedział w rozmowie z portalem po-ban-dzie.com.pl, nawiązując do kontraktowania Australijczyka. - Przychodzi zawodnik nie po kon-tuzji czy z problemami, a taki,



FOT. JAROSŁAW PABUJAN

Żużlowcy Abramczyk Polonii i Wilków Krosno już w pierwszej rundzie sezonu spotkają się w Bydgoszczy

który na finiszu ostatniego sezonu potrafił zdobyć 20 punktów na torze we Wrocławiu czy komplet 15 punktów na zakończenie rozgrywek w Gorzowie i zakończył ligę z wysoką średnią w PGE Ekstralidze. Jest wciąż głodny jazdy i chce z nami realizować kolejne cele. To ruch naprawdę dużego kalibru.

Leśniak docenia siłę bydgoskiej drużyny, ale nie obawia się rywalizacji. - Abramczyk Polonia ma najmocniejszą parę młodzieżową w Polsce uwzględniając wszystkie trzy poziomy rozgrywek. To są jednak też ludzie. My mając w składzie Doyle'a, Luke'a Beckera, mocnego Tobiasza Musielaka czy rozwijających się Roberta Chmiela i Markusa Birkenmose nie boimy się Polonii. Mamy kim jechać. Cały nasz team skupia zawodników, którzy są bardzo głodni jazdy w elicie. To

ważny aspekt w tej rywalizacji - dodał. - Mając taki skład nie możemy mówić tylko o fazie play off. Nasz cel to PGE Ekstraliga. Czy to się uda zrealizować? Tego nie wie nikt. Większość stawia na Polonię, ale znamy swoją wartość, a wszystko rozstrzygnie się jesienią. Klucz to zbudowanie formy na kluczową część rozgrywek - podkreślił.

Wilki mają ekstraligowe ambicje i chcą realizować plany. - Budżet będzie wyższy od tego z sezonu 2025. Jest skalkulowany na jazdę w finale Metalkas 2. Ekstraligi. Chcemy mocno bić się o awans - dodał szef Wilków.

Rozgrywki Metalkas 2. Ekstraligi rozpoczną się 4-5 kwietnia. I już w pierwszej kolejce dojdzie do pierwszej próby sił między obiema drużynami. 5 kwietnia Abramczyk Polonia i Wilki Krosno zmierzą się w Bydgoszczy.

Bydgoszczanie odrabiają zaległości

Dariusz Knopik

dariusz.knopik@polskapress.pl

SIATKÓWKA. **W 16. kolejce PLS 1. Ligi BKS Bydgoszcz podejmie Lechię Tomaszów Mazowiecki. Mecz w środę o godz. 18.**

Po derbowym meczu z CUK Aniołami Toruń bydgoscy siatkarze mieli aż 10-dniową przerwę. W tym czasie solidniej trenowali, by być w jak najlepszej formie na ostatnie mecze w sezonie. Jednocześnie trwa walka z czasem, by do gry przywrócić

atakującego Łukasza Szarka i środkowego Mateusza Siwickiego. Ich doświadczenie w decydujących meczach może okazać się decydujące

Sezon zasadniczy zbliża się do zakończenia. Rywalizacja potrwa jeszcze tylko miesiąc z niewielkim okładem więc każdy mecz ma coraz większą wagę.

Bydgoszczanie bronią się przed spadkiem. Do Necko Augustów, które jest pierwszym bezpiecznym zespołem, podopieczni Michała Masnego tracą zaledwie jeden punkt, mając jeden mecz rozegrany mniej. Pięć

„oczek” więcej ma KPS Siedlce, który jest 11. w tabeli. Wszystko jest więc możliwe.

Lechia walczy o miejsce w ósemce, by zapewnić sobie prawo gry w play off. Na razie zajmuje ostatnią lokatę dającą prawo gry w rundzie pucharowej.

Środowe spotkanie to zaległość z 16. kolejki. Władze PLS dały klubom możliwość wyboru terminu meczów. Niektórzy grali jeszcze w 2025 roku, inni przełożyli mecze na luty 2026, a jeszcze inni jak Anioły zagrają dopiero w marcu. ©©