

● A w nim prezentujemy zwycięzców we wszystkich kategoriach

DZIENNIK ZACHODNI

Środa
25.03.2026

www.dziennikzachodni.pl

Nr 70 (24 522)
Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Rybnik wybuduje nowy zbiornik przeciwpowodziowy. Ochroni tysiące ludzi str. 3



Mieszkańcy gminy Poczesna szykują się do referendum. Spór z Częstochową nie ustaje str. 5

Umowa handlowa między UE i krajami Mercosur wejdzie w życie tymczasowo 1 maja str. 7



SOSNOWIEC
Rusza budowa велоstrady str. 4

WYROK 2,5 ROKU WIĘZIENIA DLA DUCHOWNEGO. PROKURATURA ZAPOWIADA APELACJĘ

Ksiądz z Sosnowca skazany. Skrzywdził trzy dziewczynki

Paweł Pawlik
Sosnowiec

Ryszard G., ksiądz z 30-letnim stażem, został uznany za winnego molestowania seksualnego trzech dziewczynek podczas wyjazdu kolonijnego. Sąd Okręgowy w Sosnowcu wymierzył mu karę 2,5 roku więzienia. Wyrok nie satysfakcjonuje prokuratury, która zapowiedziała apelację.

Duchowny został uznany za winnego molestowania dzieci podczas wyjazdu kolonijnego we Włoszech w 2024 roku. Sąd wymierzył mu łączną karę 2,5 roku pozbawienia wolności. Ksiądz ma również zakaz zbliżania się do pokrzywdzonych i zakaz wykonywania zawodów związanych z opieką nad dziećmi.

Sąd potwierdził sprawstwo oskarżonego co do wszystkich zachowań, potwierdził, że były to zachowania niedozwolone i że doszło do tych czynów na szkodę osób małoletnich - powiedział po wyroku prok. Bartosz Kilian z Prokuratury Okręgowej w Sosnowcu.

Prokuratura stoi na stanowisku, że wszędzie tam, gdzie dochodzi do pokrzywdzenia dzieci, sankcje z tym związane powinny być możliwie najsurowsze, oczywiście z uwzględnieniem okoliczności danego przypadku - dodał prok. Kilian. Wyrok nie satysfakcjonuje prokuratury, która zapowiada apelację.

Ryszard G. ani jego obrońca nie pojawili się wczoraj na sali sądowej. Decyzją sądu od 26 lutego duchowny nie przebywa już w areszcie.

Ryszard G. został zatrzymany w kwietniu ubiegłego roku. Jego proces ruszył 19 listopada 2025 roku. Odbywał się za zamkniętymi drzwiami ze względu na dobro poszkodowanych dziewczynek. Kapłan odpowiadał za przestępstwa opisane w artykule 197



Ksiądz Ryszard G. nie pojawił się wczoraj na sali sądowej podczas odczytywania wyroku. Zdjęcie z rozprawy w listopadzie ub.r.

Kodeksu karnego (zgroźenie i wymuszenie czynności seksualnej).

Prokuratura zarzuciła duchownemu dwa przestępstwa z użyciem przemocy, pierwsze zakwalifikowano jako czyn o charakterze seksualnym, drugie jako usiłowanie zmuszenia pokrzywdzonej do określonego zachowania. Trzecie dotyczy przestępstwa przeciwko wolności seksualnej i obyczajności.

Z aktu oskarżenia kapłana, do którego dotarła „Rzeczpospolita”, wynika, że zarzuty dotyczą czynów z 2024 roku, do których miało dochodzić podczas parafialnych kolonii we Włoszech. Ryszard G. podczas jednego z wieczorów zaczął na korytarzu uczestniczkę kolonii, którą objął w talii, dotykał w okolicy uda i pośladków, próbował całować.

Później, jak wynika z informacji prokuratury, ksiądz wszedł do pokoju zajmowanego przez trzy inne dziewczynki. Pod pretekstem zrobienia wspólnego zdjęcia jedną z nich „chwycił za pierś, a następnie wodził ręką po jej udzie”. Miał użyć siły, gdy próbowała się oswobodzić. Ostatecznie siostra i koleżanka pomogły dziewczynce wyrwać się z uścisku i schować się w łazience.

Sprawa ks. Ryszarda G. opisana została także w raporcie kościelnej komisji „Wyjaśnienie i naprawa” Spraw Wrażliwych Diecezji Sosnowieckiej, który opublikowano 13 lutego. Jak czytamy w dokumencie przygotowanym przez zespół bp. Artura Ważnego, informacja pochodziła od rodziców uczestników wyjazdu, którzy przekazali ją w formie wiadomości SMS kapelanowi biskupa.

Biskup diecezjalny spotkał się osobiście z osobami oskarżającymi księdza. Po rozmowie z nimi nakazał wszczęcie wstępnego dochodzenia kanonicznego i poinformowanie o sprawie organów ścigania. Wstępne dochodzenie kanoniczne zakończyło się stwierdzeniem delegata, że popełnienie przestępstwa jest prawdopodobne. O możliwości popełnienia przestępstwa zawiadomiono prokuraturę, wskazując, że ksiądz mógł skrzywdzić troje dzieci - czytamy w raporcie.

Duchownemu zabroniono organizacji jakichkolwiek wyjazdów z dziećmi i młodzieżą, zakazano też kontaktów z uczestnikami obozu, na którym miało dojść do przestępstwa. Dodajmy, że kapłan znany jest z organizowania wyjaz-

dów dla dzieci i młodzieży - zimowisk, wyjazdów na światowe dni młodzieży czy zagraniczne kolonie.

Raport zawiera również informacje opisujące postawę najbliższych skrzywdzonych. Rodzice dzieci nie chcieli zgłosić sprawy organom ścigania. Gdy strona kościelna poinformowała, że w takiej sytuacji sprawa zostanie zgłoszona przez kurie, wyraźnie zaznaczyli, że nie życzą sobie, by ich numery telefonów były komukolwiek udostępniane.

Z dokumentacji zgromadzonej w toku postępowania (SMS-y od rodziców do jednego z księży, notatka biskupa po spotkaniu z nimi) wynika, że oczekiwano nieukarania duchownego (czy to na gruncie prawa państwowego, czy kanonicznego), lecz przeniesienia go do innej parafii. Dość charakterystyczna jest odpowiedź matki jednej ze skrzywdzonych na stwierdzenie biskupa, że samo przeniesienie oznaczałoby narażenie na krzywdę innych dzieci: „to księdza problem” - czytamy w raporcie.

Zdaniem komisji taka postawa wskazuje na lęk przed upublicznieniem sprawy, potencjalną stygmatyzacją otoczenia (ze strony innych uczniów w szkole, sąsiadów czy parafian czy też dalszej rodziny).

54-letni ks. Ryszard G. jest jednym z trzech czynnych duchownych zatrzymanych w związku z pedofilią w wieloletnim śledztwie prokuratury, która bada zjawisko przemocy seksualnej wobec dzieci wśród duchownych tamtejszej diecezji sosnowieckiej.

Dwie pozostałe sprawy są w toku. Przed Sądem Rejonowym w Dąbrowie Górniczej trwa proces ks. Dariusza L. oskarżonego o popełnienie dziewięciu przestępstw o charakterze seksualnym na szkodę dzieci. Z kolei przed Sądem Rejonowym w Sosnowcu trwa proces Jacka K., na którym ciążyą zarzuty molestowania siedmiu dziewczynek.

KATOWICE/MYSŁOWICE
CBŚP uderzyło w gang tytoniowy

Funkcjonariusze CBŚP wraz z policjantami z Katowic rozbili grupę przestępczą, która załapała kraj rekordową ilością nielegalnych urządzeń do waporyzacji i płynów do e-papierosów. W ręce mundurowych wpadło 10 osób, a straty Skarbu Państwa szacowane są na miliony złotych.
Czytaj str. 3

Sport

Czy Jan Urban powinien zostać, jeżeli nie awansujemy na mundial? str. 16

Nr ISSN 2353-6195

Nr indeksu 350-079



Jutro w naszej gazecie Pod paragrafem

● Wprowadzenie w Polsce po 1944 roku władzy ludowej nie byłoby możliwe bez zaprzęgnięcia w służbę reżimu sądownictwa oraz prokuratury

Zamów prenumeratę

Dziennik Zachodni ☎ 32 555 02 05
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.dziennikzachodni.pl

„Wszystko Gra!” w MCK w Katowicach. Targi dobrej muzyki i sprzętu audio

Julia Muc
Warto się wybrać

Przed nami II edycja targów „Wszystko Gra!”, które odbędą się już 28 i 29 marca. Wydarzenie skupia artystów, wystawców sprzętu hi-end oraz kolekcjonerów winyli. Będzie okazja spotkać Lecha Janerkę, Dżem i Dariusza ze Śląska (na zdjęciu).



FOT. MAT. PRASOWE

Jednym z filarów targów jest Strefa Spotkań, gdzie fani będą mogli stanąć oko w oko z ikonami polskiej muzyki. W sobotę zaplanowano rozmowy z muzykami zespołu Dżem oraz Lechem Janerką, które poprowadzą Bartek Gruchlik i Piotr Metz. W niedzielę na scenie pojawią się m.in. Daria ze Śląska, pionier hip-hopu DJ 600V oraz Darek Dusza.

Program uzupełnią panele dyskusyjne o historii polskich płyt, prezentacje Muzeum Polskiej Piosenki oraz opowieści o gliwickiej scenie alternatywnej.

Dla audiofilów przygotowano rozbudowaną strefę sprzętową. W Katowicach swoje najnowsze zestawy audio i wideo zaprezentują tacy liderzy rynku, jak Audio Center Poland, Hisense, FiIO czy MP3Store. To rzadka okazja, by w jednym miejscu przetestować profesjonalne słuchawki, wzmacniacze i systemy hi-fi.

Równolegle odbywać się będzie Wielka Giełda Płyty. Kolekcjonerzy znajdą tam tysiące winyli, płyt CD i kaset od wystawców takich jak Winylnia,

Trzaski.pl czy Antykwariat Grochowski. Swoją obecność potwierdzili największy wydawca: Sony Music, Warner Music i Universal Music, a także liczne oficyny niezależne, m.in. GAD Records i Antena Krzyku.

Targi to nie tylko handel i rozmowy. W programie znalazła się strefa kinowa Hisense, gdzie pod okiem Piotra Metza będzie można obejrzeć koncerty światowych gwiazd. Dla kreatywnych przygotowano warsztaty tworzenia biżuterii z elementów instrumentów (Heart Beat) oraz zajęcia z muzykoterapii dla najmłodszych.

Wydarzenie dopełnią wystawy kostiumów z Teatru Rozrywki oraz galeria obrazów Cypriana Noconia. Swoje inicjatywy zaprezentują również miast regionu, w tym Chorzów z kultową Leśniczówką oraz organizatorzy True Tone Festival z Gliwic.

Nowe muzeum we Francji szuka pamiątek. Opowie nimi historię jeńców wojennych

Grzegorz Olma
Historia

W Normandii we Francji powstaje nowe muzeum poświęcone losom jeńców wojennych. Placówka ma zostać otwarta w 2028 roku. Obecnie poszukuje pamiątek związanych z powojenną przemyślową pracą jeńców w kopalniach, także w Polsce.



FOT. MUSEUM DECAMP

Organizatorzy poszukują fotografii, relacji, osobistych wspomnień i przekazów rodzinnych

Nowe muzeum tworzy amerykańska fundacja Warrena J. Kennedy'ego. Placówka powstaje w małej miejscowości Foucarville położonej nad Kanałem La Manche. Miejsce jest nieprzypadkowe.

To tutaj funkcjonował największy w Europie obóz jeniecki

Zaledwie kilka dni po lądowaniu aliantów na plażach Normandii w czerwcu 1944 roku w Foucarville powstał zarządzany przez Amerykanów obóz jeniecki. Funkcjonował on pod kryptonimem CCWPE19 (Continental Central Prisoner of War Enclosure no.19) i wkrótce stał się największym w Europie obozem jenieckim.

Baraki powstały na 100-hektarowym terenie. Przewinęło się przez nie około 100 tysięcy niemieckich żołnierzy Wehrmachtu - począwszy od szeregowców, przez oficerów, a na-

wet generałów. Przetrzymani byli tu także nastoletni członkowie paramilitarnej organizacji młodzieżowej NSDAP Hitlerjugend.

Komendantem obozu był amerykański pułkownik Warren J. Kennedy. Jak wspominał po latach: Po raz pierwszym w swej wojskowej karierze miałem tam szansę budowania, a nie niszczenia.

Obóz CCWPE19 w Foucarville w swym zamierzeniu miał służyć „reorientacji” żołnierzy przez edukację i kulturę. Działał przez kilkanaście miesięcy od czerwca 1944 do lutego 1946 roku.

„Interesują nas wspomnienia dotyczące funkcjonowania kopalń, zwłaszcza relacje z pracy w szczególnych warunkach powojnia”

Mieszkańcy Śląska i Zagłębia też mogą wzbogacić tę historię

„Osadzone w realiach obozu Foucarville muzeum przyjmuje transnarodową i porównawczą perspektywę. Zamierza odzwierciedlać doświadczenia także innych obozów dla jeńców niemieckich we Francji, Wielkiej Brytanii i Polsce. Wystawa stała, skupiająca się na losach pokonanych, zostanie poszerzona o wystawy czasowe dotyczące innych form niewoli, dawnych i współczesnych. W zamyśle organizatorów muzeum ma tłumaczyć teraźniejszość poprzez przeszłość, ale także pokazywać, jak teraźniejszość rzuca światło na nasze rozumienie historii” - czytamy na stronie tego projektu.

Pomysłodawcy muzeum odwołują się tu do doświadczeń obozów jenieckich Douai, Sainte-Marthe i Aubagne we Francji, obozu Featherstone Park w Halt-

whistle w Anglii, a także kilku miejsc w Polsce: Brzeszcz, Łędzin, Siemianowic Śląskich i Sosnowca.

„Zwracamy się z prośbą o pomoc w odnalezieniu osób oraz materiałów, które mogłyby wzbogacić powstającą we Francji międzynarodową instytucję muzealną poświęconą europejskim losom lat 1945-1950. Interesują nas wspomnienia dotyczące funkcjonowania ówczesnych kopalń, zwłaszcza relacje z pracy w szczególnych warunkach powojnia. Chcemy uwzględnić złożone i często trudne realia, w jakich pracowały ówczesne załogi, w tym także jeńcy wojenni. Poszukujemy fotografii, relacji, osobistych wspomnień oraz przekazów rodzinnych” - piszą przedstawiciele fundacji Warrena J. Kennedy'ego.

Każda informacja może pomóc w odtworzeniu pełniejszego obrazu tamtych czasów i zachowaniu go dla przyszłych pokoleń.

Pogoda w regionie

Dzisiaj

Dzień: 16°C
Noc: 4°C
Barometr: 1002 hPa
Wiatr: pld. - zach. 29 km/h
Biomet: korzystny

Czwartek
Dzień: 8°C
Noc: 4°C
Piątek
Dzień: 8°C
Noc: 3°C
Sobota
Dzień: 7°C
Noc: 3°C

NUMERY SANEPIDÓW

Bielsko-Biała: 504 022 816
Bytom: 605 745 817; 609 582 303; 695 025 532; Chorzów: 692 180 830; Cieszyn: 502 281 673; Częstochowa: 661 868 810; Dąbrowa Górń.: 795 513 569; Gliwice: 666 227 205; Jaworzno: 690 538 610; 512 306 935; Katowice: 660 686 917; Kłobuck: 608 655 241; Lubliniec: 604 619 629; Myszków: 603 779 492; Racibórz: 604 106 359; Ruda Śląska: 668 164 330; Rybnik: 508 450 028; 609 519 192; Sosnowiec: 500 060 599; Tychy: 512 370 717; Wodzisław Śląski: 601 499 841; Zawiercie: 607 131 032; Żywiec: 605 538 283.

KALENDARIUM

1857
Édouard-Léon Scott de Martinville, francuski zecer i księgarz, opatentował fonautograf - pierwsze i najstarsze znane urządzenie do zapisu dźwięku.

1947
Urodził się Elton John, brytyjski piosenkarz, kompozytor, pianista, w 2008 uznany (wg „Billboardu”) jako 3. najbardziej utytułowany artysta wszech czasów.

1996
W Polsce zaczęła się oficjalna wizyta brytyjskiej pary królewskiej - Elżbiety II i księcia Filipa. Królowa wystąpiła m.in. przed połączonymi izbami Sejmu i Senatu.

2007
Zmarł Jacek Lech, piosenkarz, znany m.in. z przebojów „Bądź dziewczyną moich marzeń”, „20 lat, a może mniej”, „Cygańska wróżba”, „Co jej mogłeś dać”. JJ

DYŻURNY DZ

facebook.pl/dziennik-zachodni.pl
j.muc@dz.com.pl

Dzisiaj od godz. 7 do 15 jestem reporterką dyżurną. Postaram się odpowiadać na wszystkie interesujące Państwa kwestie.



Julia Muc
797-602-036

Rybnik wybuduje nowy zbiornik przeciwpowodziowy. Ochroni tysiące ludzi

Ireneusz Stajer
Inwestycje

Zbiornik „Kencierz” (śl. Kyncerz) ma chronić przed zalewaniem dzielnicę Stodoły oraz miejscowości znajdujące się poniżej Zalewu Rybnickiego na terenie miasta i gminy Kuźnia Raciborska. Cały ten obszar mocno ucierpiał podczas powodzi we wrześniu 2024 roku.

Ruszają działania mające ochronić przed powodzią rozległy obszar od Rudy w Rybniku po miejscowości położone w dolnym biegu rzeki, dopływu Odry. Budowę suchego polderu planuje się pomiędzy Rudą a potokiem Kłokocinka, będącym jej dopływem.

Zbiornik ma powstać na terenie użytku ekologicznego „Kencierz”

Chodzi o ochronę terenów bezpośrednio narażonych na podtopienia. Jak przypomina rybnicki ratusz, we wrześniu 2024 roku zostały zalane posesje

przy ulicach Partyzantów, Sygnały i Nadbrzeżnej. Nadmiar wody trafił do Zalewu Rybnickiego.

Sytuacja powodziowa w Kuźni Raciborskiej była wówczas bardzo dynamiczna i trudna. Poziom wody w Zalewie Rybnickim zbliżył się do wartości krytycznych. Wymusiło to na PGE GiEK zwiększenia zrzutu do rzeki Rudy. W Rybniku tymczasem straż pożarna interweniowała 131 razy.

Teren przewidziany pod inwestycję jest niezabudowany i w przeważającej części użytkowany jako podmokłe łąki, miejscami porośnięte roślinnością krzewiastą. W bezpośrednim sąsiedztwie występują tereny leśne. Na analizowanym obszarze funkcjonuje sieć rowów melioracyjnych, zbierających i odprowadzających wody z całego tego obszaru - informuje Gabriela Abrahamczyk, kierownik miejskiego referatu gospodarki wodno-ściekowej.

Jak wskazuje, polder miałby powstać na terenie użytku ekologicznego „Kencierz”, powołanego rozporządzeniem nr 90/09



Teren przewidziany pod inwestycję jest niezabudowany i w przeważającej części użytkowany jako podmokłe łąki, miejscami porośnięte roślinnością krzewiastą

województwa śląskiego z dnia 24 listopada 2008 r. Znajduje się on w granicach Rybnika, Czerwionki - Leszczyn i Żor. Zlokalizowany jest w bezpośrednim sąsiedztwie obszarów wskazanych na mapach zagrożenia powodziowego

opracowanych w ramach Informatycznego Systemu Osłony Kraju (ISOK).

Przebieg zdarzeń powodziowych we wrześniu 2024 roku potwierdził podatność tego terenu na okresowe zalewanie; w wy-

niku wezbrań Rudy doszło do rozległego podtopienia „Kencerza”. Obszar ten już teraz wypełnia funkcję rozlewiska, co uzasadnia wykorzystanie go jako miejsca czasowego magazynowania nadmiaru wód - podkreśla kierownik referatu.

Trwają przygotowania do zlecenia opracowania projektu budowlanego

Istniejąca koncepcja z 2015 roku będzie podstawą do ponownej szczegółowej analizy, obejmującej weryfikację przyjętych założeń w świetle aktualnych uwarunkowań hydrologicznych. Miasto planuje ogłoszenie przetargu na opracowanie dokumentacji projektowej dla planowanego suchego polderu przeciwpowodziowego jeszcze w pierwszej połowie 2026 roku. Polder mógłby powstać jeszcze w tym roku, o ile znajdą się na to pieniądze w budżecie miasta i możliwości dofinansowania ze środków zewnętrznych.

Na obecnym etapie trwają przygotowania do zlecenia opracowania projektu budowlanego. Szczegółowe parametry plano-

wanego zbiornika, takie jak jego powierzchnia, wygląd, rozmiary, pojemność retencyjna, maksymalna ilość wody przewidziana do czasowego zatrzymania oraz czas retencji, zostaną określone na etapie prac projektowych, po wykonaniu niezbędnych analiz hydrologicznych, hydraulicznych, geotechnicznych oraz środowiskowych - wylicza urzędnik.

Teren polderu pozostanie suchy w warunkach normalnych

Zgodnie z przyjętymi założeniami koncepcyjnymi planowany obiekt będzie pełnił funkcję suchego polderu przeciwpowodziowego, co oznacza, że teren ten pozostanie suchy w warunkach normalnych. Natomiast będzie wykorzystywany do czasowego magazynowania nadmiaru wód wyłącznie w okresach wezbrań i zdarzeń powodziowych. Po ustąpieniu fali wezbraniowej zgromadzona woda będzie w sposób kontrolowany odprowadzana do koryta rzeki.

Milion nielegalnych e-papierosów. CBŚP rozbiło grupę przestępczą związaną z pseudokibicami

Robert Lewandowski
Katowice/Mysłowice

Funkcjonariusze CBŚP wraz z policjantami z Katowic rozbili zorganizowaną grupę przestępczą, która załała kraj rekordową ilością nielegalnych urządzeń do waporyzacji.

Wielomiesięczne śledztwo, prowadzone przez funkcjonariuszy Centralnego Biura Śledczego Policji oraz policjantów z Wydziału do spraw Zwalczania Pseudokibiców i do Walki z Przystępczością Narkotykową KMP w Katowicach, znalazło swój finał na początku marca. Pod nadzorem Prokuratury Okręgowej w Katowicach przeprowadzono szeroko zakrojoną, skoordynowaną akcję na terenie Katowic i Mysłowic. Celem byli członkowie zorganizowanej struktury przestępczej, zajmującej się nielegalnym obrotem wyrobami akcyzowymi.

W wyniku działań zatrzymano łącznie 10 osób. Wśród podejrzanych znaleźli się czterej mężczyźni powiązani ze środowiskiem pseudokibiców jednego z górnośląskich klubów sportowych. Prokurator przed-



W ręce mundurowych wpadło 10 osób, a straty Skarbu Państwa szacowane są na miliony złotych. Śledczy podkreślają, że sprawa ma charakter rozwojowy i nie wykluczają kolejnych zatrzymań

stawił zatrzymanym zarzuty udziału w zorganizowanej grupie przestępczej oraz popełnienia licznych przestępstw karnoskarbowych. Podczas przeszukań mieszkań oraz wytypowanych magazynów, funkcjonariusze ujawnili i zabezpieczyli ponad 36 tys. sztuk e-papierosów bez wymaganych znaków akcyzy. Na poczet przyszłych kar zabezpieczono również gotówkę w kwocie ponad 245 tys. zł oraz ruchomości o wartości blisko 300 tys. zł.

Przemysł z Chin pod przykrywką zabawek i zagrożenie dla zdrowia

Mechanizm działania grupy był wyjątkowo zuchwały. Jak ustalili śledczy, grupa działała od stycznia 2024 roku, sprowadzając towar bezpośrednio z Chin. Aby uniknąć kontroli i wykrycia procederu, urządzenie zabezpieczono również gotówkę w dokumentacji jako zabawki lub kosmetyki. Dzięki temu przestępcy mogli wpro-

wadzić na rynek nawet milion sztuk nielegalnych produktów. Sprzedaż odbywała się głównie za pośrednictwem portali społecznościowych, co pozwalało na szybkie dotarcie do szerokiego grona odbiorców.

Działalność grupy naraziła Skarb Państwa na straty rzędu blisko 3 mln zł z tytułu nieujawnienia podstawy opodatkowania i uchylania się od obowiązku podatkowego. Jednak skutki tego procederu są znacznie szersze. Produkty z nielegalnego źródła nie przechodzą żadnych badań ani kontroli jakości. W przypadku e-papierosów oznacza to realne niebezpieczeństwo dla użytkowników - brak pewności co do składu płynów może prowadzić do poważnych zagrożeń zdrowotnych wynikających z obecności toksycznych substancji chemicznych.

Śledczy podkreślają, że sprawa ma charakter rozwojowy i nie wykluczają kolejnych zatrzymań. Zyski z tego typu działalności często służą finansowaniu innych form przestępczości, co sprawia, że walka z czarnym rynkiem wyrobów akcyzowych pozostaje priorytetem dla służb.

Zaatakował siekierą Maryję i Jezusa

Arkadiusz Biernat
Pod paragrafem

Skandaliczne zachowanie w Porębie. 27-latek siekierą zaatakował figury Maryi i Jezusa na placu kościelnym. Grozi mu do 5 lat więzienia.

Do tego bulwersującego zdarzenia doszło kilka dni temu. Jednak dopiero wczoraj policja zdecydowała się odstąpić kulisz sprawy.

W dniu przestępstwa, po godz. 15, policjanci z Poręby zostali skierowani w rejon ulicy Dworcowej. Jak wynikało ze zgłoszenia, na placu kościelnym miało dojść do zniszczenia dwóch figur. O zdarzeniu służby powiadomił proboszcz, który widział sprawcę opuszczającego plac kościelny. Mężczyzna miał w ręku przedmiot przypominający siekierę.

Gdy policjanci potwierdzili uszkodzenie dwóch figur, natychmiast ruszyli w teren na poszukiwanie opisanego przez księdza sprawcy.

Patrolując Porębę, w rejonie ulicy Wojska Polskiego, zauważyli znanego im mężczyznę, który na widok radiowozu zaczął się nerwowo zachowywać i oddalać w przeciwnym



Sprawca czynu wkrótce stanie przed sądem

kierunku. Po chwili został zatrzymany. 27-latek przyznał, że to on zniszczył figury. Wskazał też miejsce, gdzie zostawił siekierę, którą zabezpieczyli policjanci - przekazała policja.

Badanie trzeźwości wykazało, że miał on w organizmie ponad 0,5 promila alkoholu. Mężczyzna trafił do policyjnego aresztu.

Mieszkaniec Poręby usłyszał już zarzuty, do których się przyznał. Grozi mu do pięciu lat więzienia. O wymiarze kary wkrótce zadecyduje sąd.

Rowerowa rewolucja w Sosnowcu

Piotr Sobierajski
Inwestycje

Amatorzy jazdy na dwóch kółkach najdalej za dwa lata skorzystają z tras o łącznej długości 7,5 kilometra. Velostrada poprowadzi ich w stronę Będzina i Czelaździ, ale docelowo także do Katowic.

Bezkolizyjne wjazdy, specjalne kładki oraz spiralne najazdy ułatwią poruszanie się po mieście. Velostrada w zdecydowanej większości będzie miała cztery metry szerokości. W miejscach, gdzie struktura terenu na to nie będzie pozwalała droga może być węższa. Będą to jednak sporadyczne przypadki. Wszystkie łuki również zostaną wyprofilowane w taki sposób, by rowerzysta nie musiał mocno wytracać prędkości.

Rozwiązania jak na autostradzie

- Jesteśmy w przededniu rewolucji transportowej w Sosnowcu. Mamy wiele dróg rowerowych, a teraz zacznie powstawać prawdziwa autostrada ro-



FOT. KARINA TROJOK

W mieście powstanie nowoczesna velostarda o długości 7,5 kilometra

werowa. Na początek połączy Czelaździ i Będzin, ale mam nadzieję, że potem równie szybko Katowice i Dąbrowę Górniczą, by można było łatwo poruszać się po całej aglomeracji - mówi Arkadiusz Chęciński, prezydent Sosnowca.

To kluczowy rowerowy projekt, który zmieni sposób poruszania się po mieście. Po raz pierwszy na taką skalę zastosowane zostaną rozwiązania po-

dobne do tych znanych z drogowych autostrad.

- Tam też nie ma kolizyjnych skrzyżowań czy sygnalizacji świetlanych. Prace rozpoczną się za 12 miesięcy, pierwszy rok poświęcony zostanie na prace projektowe, ale nad całością pracujemy już od około trzech lat. To przygotowanie gruntów, sprawy związane z własnością nieruchomości oraz koncepcją i przygotowaniem dokumentacji. To bar-

dzo złożony proces - podkreśla prezydent Sosnowca.

Realizacja projektu nie byłaby możliwa bez dofinansowania z Urzędu Marszałkowskiego województwa Śląskiego oraz Górnośląsko-Zagłębiowskiej Metropolii. Projekt otrzymał dofinansowanie z Funduszy Europejskich dla Śląskiego 2021-2027. Wkład własny dla miasta zapewnią Górnośląsko-Zagłębiowska Metropolia.

Koszt: prawie 50 milionów złotych

Wykonawcą velostrady zostało konsorcjum firm Primost Południe z Będzina oraz Drogopol z Katowic. Pierwsze 12 miesięcy zostanie poświęcone na przygotowanie dokumentacji, a kolejne 18 miesięcy na wykonanie robót.

- Nad całością pracujemy już od około trzech lat. To przygotowanie gruntów, sprawy związane z własnością nieruchomości oraz koncepcja i przygotowanie dokumentacji, która trafiła do Urzędu Marszałkowskiego. To bardzo złożony proces - podkreśla Arkadiusz Chęciński.

Koszt całości po przetargu to 49,8 mln zł. Nieco ponad 43 mln zł to kwota dofinansowania z funduszy europejskich. Pozostałe wsparcie, prawie 7 mln zł, łącznie z wykupami terenu pochodzą z Górnośląsko-Zagłębiowskiej Metropolii.

Kiedy velostrada połączy Zagłębie ze Śląskiem?

Łącznym powstanie w woj. śląskim dziewięć velostrad. Będzie to blisko 120 kilometrów bezkolizyjnych dróg rowerowych.

Pierwszy odcinek velostrady powstał w Katowicach, w budowie jest odcinek w Tychach. W planach są odcinki m.in. do Gliwic.

A co w takim razie z planowanym połączeniem sosnowieckiego odcinka velostrady z Katowicami?

- Katowice, to najbardziej zurbanizowany teren Metropolii GZM, mocno poszatkowany. Mamy pewne problemy własnościowe, chodzi m.in. o kwestię byłych terenów po kolei piaskowej, które zostały sprzedane prywatnym przedsiębiorcom. Uważam, że docelowo ten odcinek powstanie i połączy Sosnowiec z Katowicami, ale jeszcze trochę to potrwa. Mam nadzieję, że w tym roku nastąpi przełom w tej sprawie i będzie dostępność gruntów, by tę velostradę wybudować. Zdajemy sobie sprawę, że być może nie w każdym miejscu będzie miała standard drogi o szerokości 4 metrów, ale będziemy chcieli, by tych miejsc wąskich było jak najmniej - tłumaczy Kazimierz Karolczak, przewodniczący Zarządu GZM.

Jak dodaje dziś brakuje około kilometra, by spiąć w całość odcinek velostrady pomiędzy Sosnowcem i Katowicami.

REKLAMA

0011498420

ZAWIADOMIENIE

Zarząd Spółdzielni Mieszkaniowej „Jagiellonka” w Sosnowcu przy ul. Jagiellońskiej 13D, działając na podstawie § 19, 20 ust. 1 i 21 statutu Spółdzielni Mieszkaniowej „Jagiellonka” oraz art. 40 i 41 Prawa spółdzielczego (tekst jednolity - Dz. U. z 2025 r., poz. 1556)

z w o ł u j e

na dzień 16 kwietnia 2026 r. o godz. 17.00

ZEBRANIE PRZEDSTAWICIELI CZŁONKÓW

Miejsce zebrania - budynek przy ul. Jagiellońskiej 12 w Sosnowcu.

Porządek posiedzenia:

- Otwarcie obrad przez Przewodniczącego Rady Nadzorczej.
- Przyjęcie regulaminu obrad - podjęcie uchwały.
- Wybór prezydium zebrania: przewodniczącego, sekretarza i asesorów.
- Wybór komisji: - mandatowo-skrutacyjnej, - wyborczej, - uchwał i wniosków.
- Stwierdzenie prawomocności zebrania.
- Przyjęcie porządku obrad - podjęcie uchwały.
- Sprawozdanie z działalności Rady Nadzorczej za 2025 rok.
- Wybory do Rady Nadzorczej - zgłaszanie kandydatów, przygotowanie kart do głosowania.
- Sprawozdanie Zarządu z działalności Spółdzielni za 2025 rok, Sprawozdanie finansowe za 2025 rok, Kierunki działań na 2026 rok.
- Rozdanie kart do głosowania, głosowanie.
- Przedstawienie wyników wyborów do Rady Nadzorczej - podjęcie uchwały.
- Podjęcie uchwał w sprawie:
 - zatwierdzenia regulaminu Rady Nadzorczej,
 - zatwierdzenia sprawozdania Rady Nadzorczej z jej działalności w 2025 roku,
 - zatwierdzenia sprawozdania Zarządu z działalności Spółdzielni w 2025 roku,
 - udzielenia absolutorium członkom Zarządu SM „Jagiellonka” za okres od 1.01.2025 r. do 31.12.2025 r.,
 - zatwierdzenia sprawozdania finansowego za 2025 rok,
 - podziału nadwyżki bilansowej za 2025 rok,
 - przyjęcia kierunków działania Spółdzielni,
 - przyjęcia najwyższej sumy zobowiązań,
 - zbycia lokali zbędnych Spółdzielni.
- Sprawozdanie Komisji Uchwał i Wniosków.
- Zakończenie zebrania..

INFORMACJE DODATKOWE

Dyskusja prowadzona będzie przy omawianiu poszczególnych tematów porządku obrad zebrania. Materiały będą udostępnione do wglądu w siedzibie Spółdzielni przy ul. Jagiellońskiej 13D, pokój nr 9, od dnia 25.03.2026 r. do dnia 15.04.2026 r. w godz. 10-13.

- W zebraniu bez prawa udziału w głosowaniach mogą wziąć udział nadto wyłącznie członkowie SM „Jagiellonka”, legitymujący się dowodem tożsamości albo ich należycie umocowani pełnomocnicy. Pełnomocnikiem członka będącego osobą fizyczną może być wyłącznie: osoba bliska członka (z wyłączeniem osoby pozostającej faktycznie we wspólnym pożyciu), adwokat lub radca prawny, inny członek tej samej spółdzielni. Jeżeli pełnomocnikiem będzie osoba bliska - do pełnomocnictwa należy obowiązkowo dołączyć oświadczenie złożone przez pełnomocnika według ustalonego przez Spółdzielnię wzoru. Brak oświadczenia powoduje nieważność pełnomocnictwa. Pełnomocnictwo oraz oświadczenie (jeżeli wymagane) należy doręczyć Spółdzielni najpóźniej 3 dni przed terminem Zebrania.

ZARZĄD SPÓŁDZIELNI

Huta w Częstochowie z nowoczesną wanną

Dawid Wygas
Częstochowa

W zaledwie 17 dni huta szkła Stoelzle Częstochowa przeprowadziła potężną modernizację wanny szklarskiej nr 1. Wczoraj oficjalnie uruchomiono odnowione linie produkcyjne.

Częstochowski zakład, dostarczający swoje wyroby na cały świat, dysponuje obecnie jednym z największych i najbardziej efektywnych pieców w Europie.

Modernizacja wanny to była skomplikowana operacja technologiczna, a przeprowadzenie jej w niespełna trzy tygodnie wymagało perfekcyjnej logistyki.

- Zaledwie 17 dni remontu to efekt wytężonej pracy i wielu miesięcy skrupulatnych przygotowań. Projekt został przeprowadzony perfekcyjnie i, co najważniejsze, z zachowaniem pełnego reżimu bezpieczeństwa. Jesteśmy w naszej grupie przodownikami, jeśli chodzi o wykorzystanie nowoczesnych technologii - podkreśla Piotr Nowak, dyrektor komercyjny zarządzający i członek zarządu Stoelzle Częstochowa.

Modernizacja nie jest jedynie odtworzeniem zużytej infrastruktury, ale inwestycją wydłużającą żywotność pieca i optymalizującą procesy w niepewnych gospodarczo czasach. Zakład w Częstochowie od czwierćwiecza buduje swoją pozycję w strukturach międzynarodowej grupy. Skala postępu, jaki dokonał się przy ulicy Warszawskiej, opiera się na twardych liczbach.

- Od 2001 roku zakład stale się rozwija. Warto przypomnieć, że na początku mieliśmy do dyspozycji tylko jedną wannę z wyciągiem rzędu 70 ton dziennie. Obecnie, po 25 latach w strukturach Stoelzle Glass Group, dysponujemy dwiema wannami o łącznym dziennym wyciągu 680 ton szkła - wylicza dyrektor Piotr Nowak. - To wielkie osiągnięcie lokalnego zespołu. Rocznie produkujemy około 650 milionów sztuk wyrobów, które docierają niemal do każdego zakątka świata.

Zakończony remont to nie tylko unowocześnienie technologii, ale przede wszystkim gwarancja stabilnego zatrudnienia, co podczas wczorajszej uroczystości wyraźnie podkreśliły władze całej grupy.

Były organista z Winowna zatrzymany

Piotr Ciastek
Powiat myszkowski

Policjanci ujęli 21-letniego mężczyznę, który podawał się za studenta medycyny i pod płaszczykiem praktyk medycznych miał molestować uczniów szkoły podstawowej w Winownie.

Zatrzymany to postać znana w lokalnej społeczności - w przeszłości pełnił on funkcję organisty w miejscowej parafii.

- Do zatrzymania doszło na terenie jednego z miast w województwie śląskim. Obecnie trwają przeszukiwania w kilku miejscach na terenie województwa śląskiego, mające na celu ewentualne zabezpieczenie dowodów w tej sprawie. Czynności z udziałem zatrzymanego planowane są na środę - przekazał prokurator Tomasz Ozimek, rzecznik Prokuratury Okręgowej w Częstochowie.

Wiadomo, że poszkodowanych ma być kilkoro dzieci - sami chłopcy. Pod pretekstem sprawdzania postawy, mężczyzna kazał uczniom rozbierać się i miał dotykać ich miejsc intymnych (o sprawie szczegółowo pisaliśmy we wczorajszym numerze).

W niedzielę referendum w Poczesnej. Przepychanki z Częstochową nie ustają

Piotr Ciastek
Spór administracyjny

Częstochowscy radni jednoznacznie opowiedzieli się przeciwko uszczupleniu terytorium miasta, nazywając propozycje sąsiadów z Poczesnej działaniem o charakterze odwetowym i politycznym.

Rada Miasta Częstochowy podjęła oficjalną decyzję, w której wyraża stanowczy sprzeciw wobec planów sąsiedniej gminy. Chodzi o próbę wyłączenia z obszaru miasta terenów dwóch obrębów ewidencyjnych: Brzeziny Małe oraz Brzeziny Wielkie.

W podjętej uchwale podkreślono, że miasto będzie bronić integralności swojego terytorium, a pomysły sąsiadów uderza w wypracowaną przez lata spójność terytorialną i przestrzenną ośrodka miejskiego.

Wyścig z czasem i formalnościami

Obecna uchwała sprzeciwu to tylko jedna strona medalu. Mimo

oporu w Poczesnej, miasto intensywnie pracuje nad realizacją poszerzenia granic. Zegar tyka, ponieważ aby Częstochowa mogła od 1 stycznia 2027 roku formalnie włączyć w swoje struktury wybrane tereny gminy Poczesna, musi do końca marca złożyć stosowny wniosek do ministerstwa. Dokumentacja dotyczy przejęcia konkretnych obszarów: Brzeziny Nowych, Kolonii Brzeziny Wielkich, Sobuczyny oraz Młynka w całości. Plany obejmują także częściowe przyłączenie miejscowości Huta Stara A oraz samej Poczesnej.

Odwet zamiast merytorycznych argumentów?

Przypomnijmy, że już 4 grudnia 2025 roku Rada Miasta Częstochowy przyjęła uchwałę intencyjną, która zapoczątkowała obecną procedurę. Częstochowa argumentowała wówczas swoją decyzję wyższymi celami strategicznymi. Kluczowe było zabezpieczenie interesów mieszkańców w sferze gospodarki odpa-



Spór Częstochowy z Poczesną trwa od kilku miesięcy

dami oraz stworzenie nowej przestrzeni pod inwestycje, które mogłyby przynieść miastu dodatkowe miejsca pracy.

Obecna inicjatywa Rady Gminy Poczesna, zakładająca „odcięcie” Brzeziny od Częstochowy, jest przez miejskich radnych postrzegana jako bezpo-

średnia odpowiedź na tamte działania. W uzasadnieniu miejskiej uchwały czytamy wprost, że działania Poczesnej mają charakter odwetowy. Zdaniem przedstawicieli Częstochowy, próba zmiany granic forsowana przez gminę nie znajduje żadnego merytorycznego uzasadnienia w sferze

społecznej, infrastrukturalnej czy planistycznej.

Poczesna chciała się integrować, ale nie aż tak bardzo

Ciekawym wątkiem w sporze jest przywołanie przez autorów uchwały dokumentów strategicznych samej gminy Poczesna. Radni wskazują, że nawet lokalne analizy sąsiadów potwierdzają dominującą rolę Częstochowy w tym układzie. „Strategia Rozwoju Gminy Poczesna do 2026 roku” wyraźnie podkreśla silne powiązania gminy z miastem, wskazując, że to relacja z Częstochową ma kluczowe znaczenie dla codziennego funkcjonowania i rozwoju gminy, a nie odwrotnie.

W opinii rady, próba przejęcia terenów Brzeziny stoi w sprzeczności z tymi zapisami. Co więcej, częstochowscy samorządowcy wytykają sąsiadom brak rzetelności w przygotowaniu całej operacji. Do tej pory do urzędu nie wpłynęły żadne wnioski o udostępnienie danych, które są nie-

zbędne do przeprowadzenia formalnej procedury zmiany granic przez gminę. Ten brak kontaktu na szczeblu urzędowym ma być kolejnym dowodem na to, że uchwała Poczesnej jest manifestem politycznym, a nie merytorycznym projektem zmian.

Rządzący obecnie Częstochową pierwszy zastępca prezydenta miasta, Zdzisław Wolski, jest zdania, że niemal natychmiastowe zamknięcie wysypiska jest niemożliwe. - Nie da się, żeby tam pachniało fiołkami, ale wszelkie możliwe działania typu instalacje, ochrona przed substancjami rakotwórczymi jest bardzo mocna. Jeżeli chodzi o zapachy to akurat największe zapachy są z tzw. kompostownika. Całkowicie się uniknąć tego nie da, ale są maksymalne działania, żeby uciągliwość na rzecz sąsiadów wysypiska zmniejszyć - mówił w Radiu Katowice.

Już w najbliższą niedzielę, 29 marca, mieszkańcy Poczesnej wezmą udział w referendum dotyczącym oczekiwań terytorialnych Częstochowy.

MATERIAL INFORMACYJNY ORANGE

0011498253

Dzieci dorastają w świecie ekranów – jak je wesprzeć?

Współczesne dzieciństwo znacznie różni się od tego, które pamiętają dorośli. Dzieci wkraczą w świat Internetu coraz szybciej, zdarza się, że zanim jeszcze nauczą się pisać, czytać, czy wiązać sznurowadła. Jednak samo klikanie to tylko techniczna obsługa narzędzia. Jak zatem sprawić, by najmłodszy potrafił bezpiecznie i świadomie korzystać z technologii i dlaczego ważne jest, by umieli współpracować i ćwiczyli krytyczne myślenie? Z pomocą przychodzi MegaMisja - bezpłatny program Fundacji Orange, który od 11 lat uczy najmłodszych, jak radzić sobie w świecie pełnym ekranów.

Program skierowany jest do przedszkoli i szkół podstawowych (klasy 1-3) i opiera się na gotowych scenariuszach zajęć, które nauczyciele realizują przez cały rok szkolny. Osią programu jest ciekawa historia bliźniaków i stworka – Psotnika, angażująca dzieci i pomagająca im lepiej zrozumieć cyfrową rzeczywistość. Szkoły i przedszkola biorące udział w MegaMisji otrzymują kompleksowe wsparcie: materiały dydaktyczne, pomoce edukacyjne oraz dostęp

do szkoleń i webinarów dla nauczycieli.

– *MegaMisja to bardzo przydatny program. Wśród wielu innych projektów, w których brałam udział, to właśnie MegaMisja przynosi dzieciom największą korzyść. To znakomicie skonstruowane zajęcia, zawsze wyczekiwane przez maluchy i świetnie przykuwające ich uwagę. Co ciekawe, w to przedsięwzięcie udaje się zaangażować też rodziców, co wpływa na jeszcze lepsze efekty programu. Dzieci uczyniają odkrywać, co znaczy w współpracy z rówieśnikami, zauważają, że można świetnie bawić się, nie spoglądając w ekran telefonu – mówi pani Magdalena Zając, nauczycielka przedszkolna realizująca program MegaMisja.*

MegaMisja w przedszkolach
Głównym celem jest rozwijanie u dzieci kompetencji społecznych, takich jak współpraca, empatia, krytyczne myślenie – tych, które są fundamentem zdrowego i bezpiecznego funkcjonowania w świecie pełnym ekranów.

W zalewie informacji dziecko musi nauczyć się odróżniać prawdę od fakenewsów, a tu właśnie zdolność do krytycznego myślenia jest



doskonałym narzędziem, które MegaMisja daje dzieciom. Poza tym, dzieci biorąc udział w MegaMisji, mają wiele okazji do działania razem.

– *Zajęcia w ramach tego programu pokazują dzieciom, jak wartościowa jest współpraca w grupie, jak się integrować z innymi uczestnikami zabawy. Dzieci dostrzegają, jak wiele można osiągnąć, działając zespołowo i jaką wartość ma dialog w grupie – dodaje pani Magdalena.*

MegaMisja w szkołach

W klasach 1-3 wyzwania stają się bardziej złożone. MegaMisja uczy dzieci zasad bezpiecznego korzystania z Internetu, tłumaczy im, co to jest

ochrona prywatności i jak wprowadzać ją w życie.

Program wprowadza także pojęcie higieny cyfrowej, pokazując, jak ważne jest zachowanie równowagi pomiędzy czasem spędzonym przed ekranem smartfonu czy komputera a aktywnością offline. Uczniowie pracują zespołowo, uczą się komunikacji i rozwijają umiejętność krytycznego myślenia, co pomaga im lepiej odnajdywać się w świecie natłoku informacji.

– *To bardzo pożyteczny program. Dzieci podczas zajęć poznają takie zagadnienia jak prawo autorskie czy prywatność. Uczą się oceny publikowanych tam informacji i rozpoznawania fakenewsów. MegaMisja daje*

możliwość rozwoju kompetencji cyfrowych w przydatny i praktyczny sposób. Dzieci realizują ciekawe projekty, co jest typową nauką przez zabawę. Zadania rozwijają w nich twórcze i krytyczne myślenie, a to umiejętności, które powinny być kształtowane u dzieci właśnie na etapie edukacji wczesnoszkolnej. Wszystkie aktywności zaplanowane w scenariuszach, które dostajemy, są ukie- runkowane na pracę w grupie, na prowadzenie dyskusji i wspólne rozwiązywanie problemów. To daje dzieciom wiele satysfakcji, radości, ale przede wszystkim buduje w nich zaufanie do siebie, które jest bardzo potrzebne w świecie naszpikowanym technologiami i ekranami – mówi Karolina Borkiewicz, specjalista edukacji wczesnoszkolnej, nauczycielka realizująca program w 3 klasie szkoły podstawowej.

MegaMisja wspiera także nauczycieli, dostarczając im gotowych narzędzi i inspiracji do realizowania nowoczesnych, angażujących zajęć. Wszystko to sprawia, że zajęcia są bardzo ciekawe i wciągające dla uczniów.

– *Moja klasa jest zachwycona programem MegaMisja.*

Dzieci wyczekują kolejnych zajęć i codziennie potrafią rano zadawać pytanie: „Czy dziś będziemy mieć kolejne zajęcia z MegaMisją?”. Realizacja zadań w ramach tego programu jest dla nich prawdziwą przygodą. Rozwój kompetencji miękkich u dzieci jest naprawdę zauważalny, ale to nie wszystko. Nauczyciele mają także możliwość rozwoju poprzez udział w szkoleniach i webinarach przygotowanych specjalnie dla nich – nadmienia pani Karolina.

Dołącz do programu

Aby zgłosić szkołę lub przedszkole, należy wypełnić formularz dostępny na stronie programu do 28 kwietnia 2026 r. do godziny 15.00. Trzeba odpowiedzieć na kilka pytań dotyczących motywacji do wzięcia udziału w MegaMisji. Można to zrobić pisemnie lub w formie krótkiego nagrania wideo.

Spośród wszystkich zgłoszeń specjalna komisja wybierze 300 placówek (po 150 szkół i przedszkoli), które rozpoczną realizację programu we wrześniu 2026 roku. W tegorocznej edycji mogą wziąć udział również te placówki, które już uczestniczyły w MegaMisji w ubiegłych latach.

KRÓTKO

TSUE

Decyzja ws. niezawisłości sędziów

Trybunał Sprawiedliwości Unii Europejskiej orzekł w sprawie niezawisłości polskich sędziów. Jak stwierdził, nieprawidłowość przy powołaniu sędziego nie oznacza jeszcze, że nie jest to niezawisły sędzia. TSUE orzekł, że udział Krajowej Rady Sądownictwa, ukształtowanej w następstwie reformy polskiego systemu sądownictwa, w procedurze powołania sędziego oraz brak skutecznego środka prawnego przed sądem dla nierekomendowanych kandydatów, nie wystarczają same w sobie do wyłączenia tego sę-

dziego. Orzeczenie dotyczy tzw. pytań prejudycjalnych, które do TSUE skierował Sąd Rejonowy Poznań-Stare Miasto. Sprawa, którą się zajmował, dotyczyła zapłaty należności z tytułu umowy. Jedna ze stron zawniosowała o wyłączenie sędziego z powodu wątpliwości co do jego bezstronności i niezawisłości.

Sędzia, która rozpatrywała sprawę, oświadczyła, że w jej ocenie nie ma podstaw do wyłączenia, jednak odsyłając sąd nabrał wątpliwości i skierował pytania prejudycjalne do TSUE.

WARSZAWA

Projekt PSL ws. SAFE 0 procent

Wicepremier, szef MON i prezes PSL Władysław Kosiniak-Kamysz przekazał wczoraj, że klub PSL złożył w Sejmie projekt ustawy o Polskim Funduszu Inwestycji Obronnych. - Projekt ten naprawia błędy prezydenckiego projektu w sprawie polskiego SAFE 0 procent - podkreślił Kosiniak-Kamysz.



FOT. TOMASZ GZELL/PAP

URZĄD CELNY UE

Unijne instytucje dzisiaj zdecydują, w którym z dziewięciu zgłoszonych do konkursu europejskich miast zostanie zlokalizowana siedziba Urzędu Celnego UE (EUCA). Polska zgłosiła kandydaturę Warszawy. Konkurentami Warszawy są: Liege w Belgii, Malaga w Hiszpanii, Lille we Francji, Zagrzeb w Chorwacji, Rzym we Włoszech, Haga w Holandii, Porto w Portugalii oraz Bukareszt w Rumunii.

„
W zeszłym roku Polska doświadczyła prawie 270 tysięcy cyberataków, o 150 procent więcej niż w 2024 roku

Paweł Olszewski, wiceminister cyfryzacji

Premier krytycznie o spotkaniu prezydenta z Orbánem

Oprac. Anna Nagel
Warszawa

- Wizyta prezydenta Karola Nawrockiego na Węgrzech odbyła się wbrew rekomendacji i opiniom polskiego rządu - poinformował Donald Tusk. Oceniał, że spotkanie polskiego prezydenta z premierem Węgier przed wyborami parlamentarnymi w tym kraju jest działaniem wbrew polskim interesom.

W poniedziałek prezydent Nawrocki wraz z prezydentem Węgier Tamásem Sulyókiem wziął udział w obchodach Dnia Przyjaźni Polsko-Węgierskiej w Przemysłu (woj. podkarpackie). W drugiej części dnia rozmowy przeniosły się do Budapesztu, gdzie Nawrocki spotkał się także z premierem Viktorom Orbánem.

Przed wtorkowym posiedzeniem Rady Ministrów premier skomentował wizytę Nawrockiego, która - jego zdaniem - skupia uwagę opinii publicznej nie tylko w Polsce, ale i całej Europie. Tusk podkreślił, że wizyta ta odbyła się „wbrew rekomendacji i opiniom polskiego rządu”. Stwierdził też, że wspieranie premiera Orbána tuż przed wyborami parlamentarnymi na Węgrzech jest działaniem wbrew polskim interesom.

- Cały czas czekamy na 2 mld zł, które powinny wpłynąć z europejskiej kasy za sprzęt, jaki wysłaliśmy jako Polska Ukrainie w pierwszych miesiącach wojny.



FOT. LESZEK SZYMANSKI

Przed wczorajszym posiedzeniem Rady Ministrów premier Donald Tusk wypowiedział się na temat spotkania prezydenta Nawrockiego z Viktorom Orbánem

(...) Ta błyskawiczna akcja bez zbędnej zwłoki umożliwiła przerwaniu najcięższych tygodni inwazji rosyjskiej na Ukrainę, być może była kluczowa także dla polskiej niepodległości - ocenił szef polskiego rządu. - Nam przysługuje z mechanizmu European Peace Facility 2 mld zł, które od dawna powinny być w polskim budżecie. To premier Orbán osobiście blokuje wypłatę tych pieniędzy dla Polski - powiedział Tusk.

Przypomniał też, że węgierski premier zablokował unijną pożyczkę dla Ukrainy. Dodał, że od dłuższego czasu docierają do niego informacje, że węgierscy dyplomaci - najbliżsi współpracownicy Orbána - ściśle współpracują z władzami rosyj-

skimi, przekazując im dyskretne informacje z posiedzeń instytucji europejskich.

Tusk przypomniał też, że obecnie na Węgrzech przebywa były minister sprawiedliwości Zbigniew Ziobro oraz b. wiceszef jego resortu Marcin Romanowski. Obaj są podejrzani w śledztwie prokuratury dot. Funduszu Sprawiedliwości i uzyskali azyl polityczny na Węgrzech. Według polskiego premiera Orbán „zdecydował o ukryciu ściganych przez polski wymiar sprawiedliwości obywateli, co jest krokiem wymierzonym jednoznacznie przeciwko polskim interesom i także krokiem tak zasadniczo nieprzyjawnym wobec państwa polskiego, bezprecedensowym w Unii Europejskiej”.

Ponadto polski premier ocenił, że Orbán „zbudował model, który teoretycznie przynajmniej powinien budzić oburzenie prezydenta Nawrockiego i jego zaplecza politycznego, model państwa skorumpowanego”. Dodał, że węgierski premier „bardzo unika jakichkolwiek możliwości kontroli ze strony niezależnych mediów, niezależnego sądownictwa, a w konsekwencji także niezależnych instytucji europejskich, jeśli chodzi o kwestie korupcji w Budapeszcie”.

- Wymieniam tylko kilka powodów, dla których tak stanowczo domagamy się od wszystkich polskich polityków, aby nie uczestniczyli w promocji tego typu działań. W interesie polski nie jest wspieranie premiera Orbána w jego prorosyjskich i antyeuropejskich działaniach - powiedział szef rządu.

Zwrócił się także do prezydenta Nawrockiego: „Jest pan prezydentem Polski i ma pan obowiązki polskie, a nie rosyjskie, i dlatego oczekiwaliśmy, aby w kwestii polityki międzynarodowej, a szczególnie w tak drażliwych sytuacjach, jak kwestie rosyjskie, ukraińskie, europejskie, prezydent wspierał politykę międzynarodową kreowaną przez rząd, a nie działał przeciwko polskim interesom”. - To są mocne słowa, ale wiem, o czym mówię. Działania ostatnich dni i tygodni to są działania wymierzone wprost w fundamentalne interesy Polski i jej bezpieczeństwo - dodał Tusk. PAP

REKLAMA

0011499500



OGŁOSZENIE

Dyrektor Zakładu Zieleni Miejskiej
w Katowicach

informuje

o wywieszeniu na okres 21 dni wykazu z dnia 16 marca 2026 r. dotyczącego nieruchomości stanowiących własność Miasta Katowice, przeznaczonych do oddania w dzierżawę.

Niniejszy wykaz został wywieszony na tablicy ogłoszeń siedziby Zakładu Zieleni Miejskiej w Katowicach, ul. Kościuszki 138, oraz w Biurze Obsługi Mieszkańców Urzędu Miasta Katowice, ul. Rynek 1 (I piętro), a ponadto został zamieszczony na elektronicznej tablicy ogłoszeń w Urzędzie Miasta Katowice przy ul. Rynek 1 (parter) i przy ul. Młyńskiej 4 (parter).

Wykaz dostępny jest w godzinach pracy Urzędu oraz na stronach internetowych: Zakładu Zieleni Miejskiej - Biuletynie Informacji Publicznej oraz Urzędu Miasta Katowice (katowice.eu) i w Biuletynie Informacji Publicznej (bip.katowice.eu).

Informacji w przedmiotowej sprawie udziela się pod numerem telefonu 32 251 77 51 wew. 34.

Rząd przyspieszy inwestycje jądrowe? Nowe przepisy mają usprawnić proces budowy elektrowni

Maciej Badowski
Warszawa

Rząd zajmował się wczoraj projektem zmian w przepisach dotyczących budowy elektrowni jądrowych.

Rząd rozpatrywał projekt nowelizacji ustawy o przygotowaniu i realizacji inwestycji w zakresie obiektów energetyki jądrowej oraz inwestycji towarzyszących.

Celem zmian jest poprawa efektywności procesu inwest-

cyjno-budowlanego, który, jak wskazano, cechuje się bardzo wysoką złożonością. Projekt zakłada zwiększenie możliwości etapowania inwestycji oraz prowadzenia części prac jeszcze przed uzyskaniem pełnej dokumentacji dla całego obiektu. „Wprowadzenie rozwiązań prawnych w tym zakresie przyniesie korzyść dla sprawności procesu powstawania obiektów energetyki jądrowej, w tym elektrowni jądrowych, w Rzeczypospolitej Polskiej, który, jak wy-

nika z doświadczeń międzynarodowych, obarczony jest dużym ryzykiem opóźnień” - podkreślono w uzasadnieniu.

Projekt przewiduje wprowadzenie pozwolenia na budowę w zakresie wstępnych robót budowlanych. Obejmą one m.in. prace geodezyjne, niwelację terenu, przygotowanie zaplecza budowy oraz tymczasowe ogrodzenia. Nowe przepisy wprowadzają podział robót na podstawowe i kwalifikowane. W przypadku tych pierwszych decyzję

o pozwoleniu miałby wydawał wojewoda. Dla prac kwalifikowanych konieczne będzie wcześniejsze uzyskanie zgody prezesa Państwowej Agencji Atomistyki w zakresie bezpieczeństwa jądrowego i ochrony radiologicznej.

Pierwsza polska elektrownia atomowa ma powstać w lokalizacji Lubiato-Kopalino (gmina Choczewo) na Pomorzu i ma mieć trzy bloki wybudowane w amerykańskiej technologii AP1000 Westinghouse. PAP

Katastrofa samolotu wojskowego w Kolumbii. Zginęło 66 osób

Oprac. Alina Mazurska
Kolumbia

Co najmniej 66 osób zginęło w katastrofie wojskowego samolotu transportowego Hercules-125 w południowo-wschodniej części Kolumbii, w mieście Puerto Leguizamo. Na pokładzie było 125 osób.

Według agencji AFP w katastrofie zginęło 58 żołnierzy, sześciu członków personelu samolotu i dwóch policjantów. Przyczyny wypadku nadal nie są znane.

Do katastrofy doszło wkrótce po starcie samolotu z lotniska w Puerto Leguizamo, około 3 km od centrum miasta, blisko granicy z Peru.

Według ustaleń mediów samolotem podróżowały dwa plutony Armii Narodowej Kolumbii.

Prezydent Kolumbii Gustavo Petro na platformie X obwiniał za katastrofę biurokratyczne przeszkody opóźniające modernizację armii. Pierwsze amerykańskie samoloty Hercules C-130 zostały wyprodukowane w latach 50. XX wieku, a Kolumbia nabyła te maszyny pod koniec lat 60. Niedawno zmodernizowano niektóre starsze C-130, zastępując je nowszymi modelami, sprowadzonymi ze Stanów Zjednoczonych na mocy umowy zezwalającej na transfer używanego lub nadwyżkowego sprzętu wojskowego.

PAP



Do katastrofy doszło wkrótce po starcie samolotu z lotniska w Puerto Leguizamo

Umowa UE – Mercosur od 1 maja 2026 r. Tymczasowo

Oprac. Anna Nagel
Bruksela

Jak podała Komisja Europejska, umowa handlowa między Unią Europejską i krajami południowoamerykańskiego bloku Mercosur będzie tymczasowo stosowana od 1 maja tego roku.

Oznacza to, że od 1 maja br. możliwe będzie sprowadzanie do UE produktów takich jak wołowina, drób, nabiał, cukier i etanol po bardziej korzystnych dla południowoamerykańskich producentów stawkach celnych; taka obniżka będzie jednak dotyczyć tylko określonych w umowie ilości danego produktu. W zamian kraje Mercosuru obniżą uznawane w wielu przypadkach za zaporowe cła na europejskie towary przemysłowe, w tym samochody.

Tymczasowe stosowanie umowy oznacza, że od maja będą obowiązywały zapisy porozumienia w części dotyczącej tylko handlu, bo jest to kompetencja Komisji Europejskiej. W praktyce oznacza to natychmiastowe zniesienie ceł i barier handlowych. Do czasu pełnej ratyfikacji czekać będą inne, pozahandlowe kwestie, np. ochrona inwestycji i kwestia zamówień publicznych.

W tym przypadku potrzebna będzie ratyfikacja Parlamentu Europejskiego i państw członkowskich. Parlament Europejski z powodu stwierdzo-



Do zatwierdzenia umowy doszło mimo protestów rolników w całej Europie, w tym w Polsce

nych wątpliwości do umowy 21 stycznia poparł wniosek o skierowanie sprawy do Trybunału Sprawiedliwości UE, co opóźnia całą procedurę.

Porozumienie handlowe będzie stosowane tymczasowo od 1 maja między UE a wszystkimi krajami południowoamerykańskiego bloku, które zakończą procedury ratyfikacji i powiadomią UE przed końcem marca. Argentyna, Brazylia i Urugwaj już to zrobili, a Paragwaj niedawno ratyfikował umowę i oczekuje się, że wkrótce wyśle notyfikację w tej kwestii.

Od 1 maja br. będzie też obowiązywała tzw. klauzula ochronna do umowy, co ma stanowić odpowiedź na obawy rolników, którzy przewidują

nadmierny napływ produktów z Mercosuru do UE. Będzie uruchamiana, jeśli ceny danego produktu w UE wskutek importu z Mercosuru spadną o 5 procent. Wówczas możliwe będzie podniesienie ceł na dany produkt lub nawet zakaz jego wwozu do Unii Europejskiej.

Kraje UE w ramach Rady UE przyjęły umowę na początku stycznia, przy sprzeciwie m.in. Polski i Francji. 17 stycznia po-

Kraje Unii Europejskiej w ramach Rady UE przyjęły umowę na początku stycznia, przy sprzeciwie m.in. Polski i Francji

rozumienie zostało podpisane w stolicy Paragwaju, Asuncion.

Cytowany w poniedziałkowym komunikacie KE unijny komisarz ds. handlu Marosz Szczechowicz podkreślił, że teraz priorytetem jest „przełożenie umowy UE - Mercosur na konkretne rezultaty, zapewnienie unijnym eksporterom platformy, której potrzebują, aby wykorzystać nowe możliwości w zakresie handlu, wzrostu gospodarczego i zatrudnienia”.

„Tymczasowe stosowanie umowy pozwoli nam zacząć realizować tę obietnicę. Z niecierpliwością czekam, aż ta umowa wykorzysta swój potencjał, wzmacniając naszą gospodarkę i umacniając naszą pozycję w handlu światowym” - poinformował Szczechowicz. PAP

Są przecieki, że Trump dąży do porozumienia

Alina Mazurska
USA

Prezydent USA Donald Trump wydaje się być zdecydowany, by zawrzeć porozumienie z Iranem mające na celu zakończenie działań wojennych na Bliskim Wschodzie - podał wczoraj Reuters.

Wypowiadający się pod warunkiem zachowania anonimowości urzędnicy ocenili, że ich zdaniem jest mało prawdopodobne, by Iran zgodził się na żądania USA w ramach jakiegokolwiek nowej rundy negocjacji, które załamały się 28 lutego wraz z rozpoczęciem amerykańsko-izraelskiej wojny z Iranem.

Jak pisze Reuters, żądania USA prawdopodobnie obejmowałyby ograniczenia irańskiego

programu jądrowego i programu rakiet balistycznych.

W poniedziałek Trump napisał na platformie Truth Social, że Stany Zjednoczone i Iran przeprowadziły „bardzo dobre i produktywnie” rozmowy na temat „całkowitego i ostatecznego zakończenia działań wojennych na Bliskim Wschodzie”. Po opublikowaniu tego wpisu władze Iranu oświadczyły, że żadne negocjacje nie miały miejsca.

Premier Izraela Benjamin Netanjahu powiedział w poniedziałek, że Trump wierzy w możliwość „wykorzystania potężnych osiągnięć IDF (izraelskich sił zbrojnych) i amerykańskiego wojska w celu realizacji celów wojny w ramach porozumienia - porozumienia, które zabezpieczy nasze żywotne interesy”.

PAP

Ostatniej nocy w zmasowanych rosyjskich atakach powietrznych zginęło pięć osób

Alina Mazurska
Ukraina

Wojska rosyjskie zaatakowały w nocy z poniedziałku na wtorek Ukrainę w obwodach charkowskim, połtawskim, chersońskim i zaporoskim. Zginęło łącznie co najmniej pięć osób, a ponad 20 zostało rannych.

Biuro prasowe charkowskiej prokuratury obwodowej powiadomiło, że odnotowano bezpośrednie trafienie w pociąg elektryczny relacji Słatyne - Charków. „Na miejscu zginął 61-letni pasażer. Maszynista pociągu oraz jego pomocnik doznali silnej reakcji na stres. Obecnie na miejscu zdarzenia pracują wszystkie służby” - napisano w komunikacie.

Według wstępnych informacji armia rosyjska wykorzystała do ataku dron typu FPV,



W nocy z poniedziałku na wtorek armia rosyjska użyła w atakach 34 rakiet i 392 dronów

który uderzył w wagon pociągu znajdujący się w tym momencie na stacji Słatyne.

Rosyjska armia zaatakowała obwód połtawski, gdzie dwie osoby zginęły, a 11 zostało rannych - poinformowały lokalne władze. Media donosiły o licznych eksplozjach w Połtawie.

„Okoloł wpół do trzeciej nad ranem wróg rozpoczął

zmasowany atak na Zaporozże, najpierw sześć dronów uderzeniowych, następnie pięć rakiet balistycznych. Jedna osoba zginęła, dziewięć osób zostało rannych” - napisał szef obwodowej administracji wojskowej Iwan Fedorow.

Zaznaczył, że celem ataku były dzielnice mieszkalne oraz obiekty infrastruktury. Uszko-

dzonych zostało 20 bloków wielopiętrowych, sześć domów prywatnych, sklep, budynki niemieszkalne oraz przedsiębiorstwa.

We wtorek rano Rosjanie ostrzelali z wieloprowadnicowych wyrzutni raketowych centralną dzielnicę Chersonia; jedna osoba zginęła, dwie osoby zostały ranne - poinformował szef obwodowej administracji wojskowej Ołeksandr Prokudin.

Siły Powietrzne Ukrainy podały, że w nocy z poniedziałku na wtorek armia rosyjska użyła w swych atakach 34 rakiet i 392 dronów różnych typów. Obrona przeciwlotnicza zestrzeliła 25 rakiet i 365 dronów. Zarejestrowano sześć trafień rakietami i 27 uderzeń bezałogowych statków powietrznych w 22 lokalizacjach.

PAP

Każda z nas ma inaczej, a jednak podobnie

Każda z nas doświadcza życia inaczej, a jednocześnie tak wiele nas łączy. Poznajcie kolejne historie uczestniczek Kobiecej Twarzy Roku. Za nami drugi tydzień głosowania w tej akcji.

Kobiety dojrzałe, matki, córki - każda na innym etapie życia, każda inaczej go doświadcza. Każda inna, a jednocześnie przecież tak wiele nas, kobiet, łączy! Jakaś wspólnota babskich losów. Wrażliwość, determinacja, radość życia, ciekawość świata i umiejętność dostrzegania piękna w małych rzeczach.

Plebiscyt Kobieca Twarz Roku daje przestrzeń, by po-

kazać te różnorodne doświadczenia i różnorodne twarze kobiecości właśnie. Tę autentyczność, codzienną kobiecą energię, wyjątkowość. Odporność, kreatywność, zdolność do wybaczenia, cierpliwość, umiejętność cieszenia się chwilą.

- Kobieca Twarz Roku to nie tylko plebiscyt, ale też opowieść o tym, jak i gdzie kobiety znajdują swoje źródło siły i inspiracji. Ich źródłem może być hobby, praca, relacje z innymi, dom, ale też trudne doświadczenia i nawet najmniejsze zwycięstwa, o czym opowiadają uczestniczki akcji - wyjawia Katarzyna Borek, która opiekuje się plebiscytem

od strony redakcyjnej. Bo Kobieca Twarz Roku to także opowieść! - Czasami o emocjach, które towarzyszą nam na co dzień: radości, wzruszeniach, ale też o chwilach zwątpienia, trudnościach i poczuciu dumy z własnych wyborów - wylicza redaktorka.

Część uczestniczek plebiscytu Kobieca Twarz Roku podzieliła się z nami opowieściami ze swojego życia, dzięki temu ta akcja pozwala dostrzec również to, że każda, dosłownie każda kobieca historia jest ważna i może być inspirująca. To przestrzeń, w której można opowiedzieć o tym, co w nas cenne, co kształtuje naszą kobiecą codzienność. To także

okazja do pokazania, że nie ma jednego przepisu na bycie kobietą. Że mieszają się w nas pasje, obowiązki, praca, rodzina i przyjaźnie - i że wszystkie te wątki splatają się w unikalną opowieść o nas samych.

Dziś w gazecie przedstawiamy kolejne historie trzech wyjątkowych kobiet z naszego województwa, które startują w plebiscytcie Kobieca Twarz Roku w kategoriach pokoleniowych: Córki, Matki i Kobiety Dojrzałe. Każda z nich pokazuje inne spojrzenie na życie. Jedne czerpią energię z codziennych rytuałów i drobnych przyjemności, inne z pasji i wyzwania, a jeszcze inne odnajdują się w relacjach i dawaniu siebie in-

nym. - Każda historia to obraz kobiecości w innym wymiarze. Więcej takich opowieści już wkrótce znajdziecie również na naszej stronie internetowej - zapowiada redaktorka.

Te opowieści często pełne są codziennych momentów, które potem nabierają znaczenia w kontekście całego życia. Pokazują, jak ważne są poranne przygotowania do wyjścia do przedszkola czy szkoły, wspólne posiłki w rodzinnym gronie, nasze pasje, które rozwijają i inspirują, a także chwile refleksji, które pozwalają dostrzec, co naprawdę jest ważne.

Co najważniejsze, to historie, które uczą nas, że kobiecość to nie tylko wygląd czy status,

ale przede wszystkim sposób, w jaki żyjemy, jakie wybory podejmujemy i jak traktujemy siebie oraz innych. - Zapraszamy do lektury tych historii z życia wziętych. Każda sylwetka uczestniczki Kobiecej Twarzy Roku to przypomnienie, że w różnorodności tkwi siła, że nasze codzienne życie - choć z pozoru najczęściej tak zwyczajne - pełne jest wyjątkowych momentów, które budują nasze historie i naszą kobiecą tożsamość - uważa redaktorka, zachęcając: - Zapraszamy do lektury tych opowieści. To historie pełne humoru, ciepła i dobrej kobiecej energii, którą przepełniony jest plebiscyt Kobieca Twarz Roku.

Więcej o akcji na www.dziennikzachodni.pl/kobiety

KATEGORIA POKOLENIOWA: CÓRKI



● AGATA PONIKWIA

Zapytana o to, co w codziennym życiu sprawia, że czuje się kobieco, pani Agata odpowiada, że tym, co daje Jej największą radość, jest zdecydowanie sport. Dzięki niemu Ona po prostu czuje się w pełni sobą, bo czuje wówczas, że robi coś dobrego dla samej siebie. Po dłuższym biegu może spokojnie odpocząć i oczyścić głowę, od razu nabiera sił na znacznie więcej. Wtedy też przemyślenia przychodzą same do głowy.

Jakie wyzwania kształtują Jej życie i czego dzięki nim się nauczyła?

- Nie boję się wyzwań, nauczyłam się w życiu, że trzeba zawalczyć o swoje marzenia, a więc teraz podróżuję - odpo-

wiada. Uwielbia podróże, w zeszłym roku wakacje spędziła Chorwacji, udało Jej się także odwiedzić Bośnię i Hercegowinę. Na temat tego wyjazdu mówi jedno: „było przepięknie”. Szczególnie zauroczyły Ją tamtejsze uliczki i różnorodność kultur, była zaskoczona życzliwością ludzi. Słowem, było świetnie, dziś jest bardzo zadowolona, że udało Jej się zwiedzić te cudowne miejsca. Zapytaliśmy panią Agatę także o to, co daje Jej największą radość na co dzień. Po raz kolejny podkreśliła, że jest to sport. - Z siostrą czuję się dobrze, gdy razem spędzamy czas, idziemy razem do naszej ulubionej kawiarni na kawę i ciastko, radość też mi sprawia, gdy idę na mecz, kibicując mojej młodszej siostrze Marcie, która gra w piłkę nożną - odpowiada.

KATEGORIA POKOLENIOWA: MATKI



● ANETA ZADROGA

Kobiecość dla Niej to przede wszystkim pewność siebie. - Pewność siebie pojawia się u mnie gdy czuję się dobrze ze swoim wyglądem, dbam o siebie i wyrażam swój styl, kiedy wracam do domu po pracy i mam chwilę dla siebie, jest to dobry moment na kubek ulubionej kawy i książkę, wtedy odpoczywam i czuję się dobrze sama ze sobą, to jest najlepsze wyrażenie pewności siebie - wyznaje pani Aneta.

Wyzwania, które kształtują Jej życie, nauczyły Ją przede wszystkim cierpliwości, lepszego zrozumienia siebie i innych. Wyciąga wnioski i nie patrzy w tył, a z każdej sytuacji umie wyciągać cenne lekcje. W swoim życiu pani Aneta kie-

ruje się wartościami moralnymi oraz etycznymi. Ważne są dla Niej szacunek, dobro, prawda, - to chce przekazać i tym зараżać innych. - Właśnie te wartości są dla mnie ważne i chcę, by ludzie częściej je dostrzegali również w swoim otoczeniu - dodaje. Dużo radości na co dzień sprawia Jej realizowanie swoich celów oraz kształcenie się. Codziennie chce być lepszą wersją siebie.

- Źródłem moim pozytywnych emocji jest niezmiennie mój ukochany syn, którego wspieram oraz mam w nim oparcie. Natomiast w kategorii rzeczy małych florystyka oraz joga jest tym, co mnie odpręża, relaksuje, pozwala pozyskać energię. Tworzenie kompozycji kwiatowych, roślinnych jest moim hobby - wyznaje pani Aneta.

KATEGORIA POKOLENIOWA: KOBIETY DOJRZAŁE

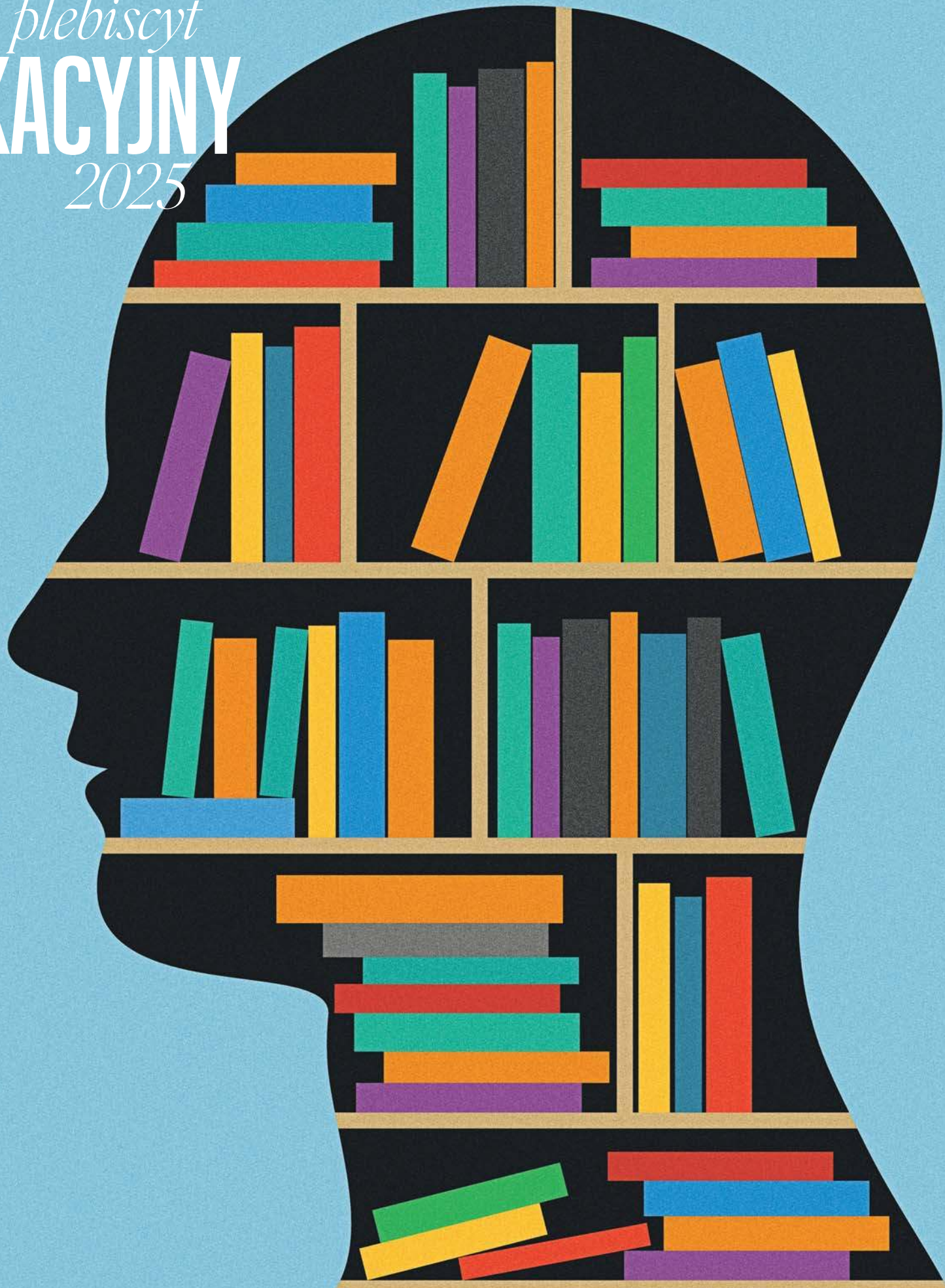


● ANNA KRAWCZYK

- Syn Damian powiedział mi kiedyś, że nawet bez włosów wyglądam pięknie. Wtedy zrozumiałam, że prawdziwe piękno kobiety jest w jej sercu i sile, z jaką potrafi kochać innych - wspomina pani Anna. Najbardziej sobą czuje się wtedy, kiedy może być blisko ludzi - rozmawiać, tworzyć i dzielić się swoją radością. Kobiecość kojarzy Jej się z empatią, ciepłem i siłą, która rodzi się z miłości do drugiego człowieka. Ogromnym źródłem Jej siły jest rodzina. Ma kochającego męża, wspaniałe dzieci i ukochane wnuki. To właśnie oni przypominają Jej każdego dnia, co w życiu jest naprawdę najważniejsze. - Życie postawiło przede mną wiele wyzwań, które nauczyły mnie po-

kory i odwagi. Obecnie mierzę się z chorobą nowotworową i przede mną jest jeszcze kilka cykli chemioterapii. Ta droga zmieniła spojrzenie na świat i uczy ogromnej wdzięczności za każdy dzień. Choroba zabrała mi coś, co przez lata było częścią mojego wizerunku, moje długie, kręcone włosy - wspomina. - Wierzę głęboko, że przyjdzie dzień kiedy z dumą będę mogła zadzwonić dzwonem życia i powiedzieć wszystkim: jestem zdrowa, chcę dalej działać i być z wami - dodaje. Codzienne doświadczenia pokazują Jej, że radość i siła rodzi się w relacjach z ludźmi, właśnie w prostych gestach bliskości i otwieraniu się na innych. Nauczyła się, że może prosić o pomoc, przyjmować wsparcie, dzielić się sobą i swoją pasją i że właśnie w tym dzieleniu się jest ogromna moc.

plebiscyt
EDUKACYJNY
2025



TB

PARTNER GALI OGÓLNOPLSKIEJ



PATRONAT MEDIALNY



UROCZYSTY FINAŁ AKCJI Za nami wielka ceremonia w Zamku Królewskim w Warszawie

Ogólnopolska gala Plebiscytu Edukacyjnego 2025

W Zamku Królewskim w Warszawie odbyła się uroczysta gala Plebiscytu Edukacyjnego 2025. Podczas wydarzenia wyróżniono zarówno wspinające osoby związane z oświatą, jak i warte uwagi placówki.

W sobotę, 21 marca, w Sali Białej Zamku Królewskiego odbyła się uroczysta gala Plebiscytu Edukacyjnego 2025. W ramach wydarzenia wyróżniono nauczycieli przedszkoli, klas 0-3, 4-8, szkół ponadpodstawowych oraz nauczycieli akademickich - osoby, które z zaangażowaniem i pasją kształcą młodsze pokolenia, budując autorytet i zaufanie wśród uczniów oraz ich rodziców. Nagrody trafiły również do przedszkoli i szkół, które w minionym roku szkolnym wyróżniały się podejściem do edukacji oraz ofertą dydaktyczną. Doceniono także dyrektorów placówek oświatowych oraz szkoły językowe.

Nagrody trafiły zarówno do laureatów kategorii ogólnopolskich, jak i do wyróżnionych na poziomie regionalnym nauczycieli oraz placówek edukacyjnych.

Oprócz najważniejszych gości tego dnia - laureatów prestiżowej akcji - w wydarzeniu

wzięli udział między innymi członkini zarządu Polska Press Grupy Elżbieta Żuraw, dyrektor Pionu Plebiscytów Daria Janiewicz-Kaczmarek, Aureliusz Mikos, prezes Makroregionu Wschód i Mazowsze oraz Rafał Kerger, dyrektor wydawniczy serwisów tematycznych Polska Press Grupy i redaktor naczelny Strefy Edukacji. Wydarzenie uświetniła obecność gości specjalnych: wiceprezes Związku Nauczycielstwa Polskiego Urszuli Woźniak, przewodniczącego Krajowej Sekcji Oświaty i Wychowania NSZZ „Solidarność” Waldemara Jakubowskiego, przewodniczącego Wolnego Związku Zawodowego „Forum-Oświata” Sławomira Wittkowicza.

Gala Plebiscytu Edukacyjnego 2025 rozpoczęła się debatą pt. Między uczniem, nauczycielem a rodzicem. O relacjach w szkole. Gośćmi Magdaleny Ignaciuk byli: Alicja Pacewicz, dr Waldemar Jakubowski oraz Urszula Woźniak. W trakcie dyskusji poruszono kwestie jakości relacji w szkole, które - jak podkreślano - stanowią fundament skutecznej edukacji, choć często schodzą na dalszy plan wobec programów, egzaminów i zmian systemowych.

Pełną listę nagrodzonych oraz zdjęcia z wydarzenia na stronie strefaedukacji.pl



NAUCZYCIEL PRZEDSZKOLA MIEJSCE I

Mateusz Zgudziak

- Najwięcej radości dają mi same dzieci - ich uśmiechy, rozmowy. To jak autentycznie, bez udawania potrafią się zachowywać, podejmować działania. Potrafią w sekundę poprawić gorszy dzień, nie zdając sobie z tego sprawy. Na etapie przedszkolnym pracy z dziećmi cieszą mnie najdrobniejsze rzeczy. Radość przynosi mi to, że nauczyli się piosenki, potrafią wykonać czynność, która wcześniej była dla nich nieosiągalna. Te ich sukcesy są dla mnie ważne i to najbardziej cieszy - wyznaje Mateusz Zgudziak z Miejskiego Przedszkola z Oddziałami Integracyjnymi nr 2 w Lędzinach. Nasz zwycięzca podkreśla, że poprzez interakcję z dziećmi codziennie poznaje świat na nowo i to także jest piękny aspekt tego zawodu. Swoim małym podopiecznym stara się przekazać, że w każdej sytuacji warto być



przede wszystkim sobą: - To poprzez własne decyzje i wyznaczane cele będą w stanie osiągnąć to, co wymarzą. W tej drodze jakże istotny jest aspekt wsparcia najbliższej rodziny - miłe słowo, gest naprawdę potrafią zdziałać cuda.

MIEJSCE II

Milena Grabowska

Milena Grabowska (Sportusie Przedszkole Niepubliczne O Profilu Sportowym, Katowice) szczególnie wspomina te drobne, codzienne momenty - kiedy dziecko po raz pierwszy powiedziało „potrafię”, gdy z dumą prezentowało swój rysunek albo z uśmiechem przybiegało, by się przytulić. - Ogromną satysfakcję daje mi obserwowanie, z jakim zaangażowaniem dzieci opowiadają, tworzą, uczą się i nabywają nowych umiejętności oraz doświadczeń. Każdy ich postęp, nawet ten najmniejszy, jest źródłem dumy i motywacji do dalszej pracy - mówi. Chciałaby, aby przedszkolaki zapamiętały na długo, że zawsze są ważne, akceptowane i wystarczające dokładnie takie, jakie są.



MIEJSCE III

Patrycja Niesyt

- Relacja z dziećmi jest dla mnie prestrzeżeniem, z której każdego dnia czerpię siłę, sens i ogromną wdzięczność. Najwięcej radości przynoszą chwile, gdy widzę, jak dziecko, często nieśmiało, czasem z lękiem, odkrywa własne możliwości - przekazuje Patrycja Niesyt (Przedszkole nr 42 im. Przyjaciół Przyrody, Bielsko-Biała). Każdy dzień Jej pracy przynosi coś wyjątkowego i właśnie dlatego trudno wskazać jeden, konkretny moment, który zapisał się w pamięci najbardziej. Chciałaby, aby dzieci zapamiętały ze szkoły jedną, najważniejszą rzecz: że są ważni tacy, jacy są, że ich emocje, tempo rozwoju, wrażliwość i marzenia mają znaczenie.



NAUCZYCIEL KLAS 0-III MIEJSCE I

Paulina Stacherczyk-Łyczbińska

Paulina Stacherczyk-Łyczbińska, nauczycielka ze Szkoły Podstawowej nr 38 im. Ludwika Zamenhofs w Częstochowie, została zwyciężczynią Plebiscytu Edukacyjnego w kategorii Nauczyciel klas 0-III. To wyróżnienie jest potwierdzeniem Jej codziennego zaangażowania, empatii i pasji do pracy z najmłodszymi uczniami. Jak sama podkreśla, szczególnym momentem w Jej pracy są słowa uznania, które na długo zapadają w pamięć i przypominają, dlaczego wybrała zawód nauczyciela.



Najwięcej radości i energii daje Jej budowanie pozytywnych relacji opartych na zaufaniu i wzajemnym szacunku. Ogromną wartość ma dla Niej także wsparcie - zarówno to, które sama oferuje uczniom, jak i to, które otrzy-

muje od nich każdego dnia. Ponieważ to właśnie dobra atmosfera w klasie sprawia, że nauka staje się przyjemnością, a szkoła miejscem bezpiecznym i przyjaznym.

MIEJSCE II

Katarzyna Benedykt

Każdy Jej dzień w pracy jest wyjątkowy. Szczególne momenty, to te, kiedy uczniowie odnajdują własną drogę i osiągają sukcesy. Największą radość w relacji z uczniami daje Jej szczerza rozmowa oraz ich zaufanie. - A także to, że może być dla nich mentorem i przewodnikiem na drodze do zdobywania wiedzy i umiejętności. - Mam realny wpływ na ich rozwój i na to, jakimi ludźmi będą w przyszłości. Uśmiech uczniów, ich zadowolenie, motywacja, chęć działania to dla mnie największa dawka energii. Wiem, że to, co robię, jest ważne i ma sens - zaznacza Katarzyna Benedykt ze Szkoły Podstawowej nr 11 w Jaworznie.



MIEJSCE III

Teresa Kurpas

Teresa Kurpas ze Szkoły Podstawowej nr 10 im. Gustawa Morcinka w Tychach jest nauczycielką z wieloletni stażem. Podkreśla, że bardzo lubi swoją pracę, bo daje ona mnóstwo satysfakcji. Pani Teresa dba o wszechstronny rozwój swoich podopiecznych i o poszanowanie lokalnej tradycji. Dlatego też 32 lata temu założyła w szkole Regionalny Zespół Pieśni i Tańca Żwakowskie Bajtle, który działa do dzisiaj. Przez wszystkie lata zespół zdobywał wiele wysokich nagród w prestiżowych przeglądach. Laureatka od wielu lat prowadzi również izbę regionalną „Ida”, z każdym rokiem poszerzając zbiory o nowe eksponaty.



NAUCZYCIEL KLAS IV-VIII MIEJSCE I

Aleksandra Borowiecka-Kwolek

Szczególnie zapadają Jej w pamięć chwile, gdy uczniowie - często początkowo nieśmiało, wycofani lub zmagający się z różnymi trudnościami - dzięki wspólnej, systematycznej pracy odkrywają w sobie odwagę i pewność siebie, aby zaprezentować swoje umiejętności publicznie. - Takie doświadczenia są dla mnie najpełniejszym potwierdzeniem, że praca nauczyciela wykracza daleko poza nauczanie i ocenianie - polega przede wszystkim na towarzyszeniu młodym ludziom w rozwoju, odkrywaniu ich potencjału i kształtowaniu ich postaw społecznych i emocjonalnych - wyjaśnia Aleksandra Borowiecka-Kwolek (Zespół Szkół Ogólnokształcących Specjalnych nr 7, Gliwice). Najwięcej radości i energii w codziennej pracy daje zwyciężczyńi możliwość towarzyszenia im w odkrywaniu własnych ta-



lentów i rozwijaniu pasji. Chciałaby przy tym, aby uczniowie przede wszystkim zapamiętali z Jej zajęć, że każdy z nich jest wyjątkowy i posiada niepowtarzalny potencjał, który warto odkrywać, rozwijać i świadomie wykorzystywać.

MIEJSCE II

Zuzanna Radecka-Pakaszewska

Czy jest taki moment, który szczególnie zapadł Jej w pamięć i do dziś przypomina, dlaczego warto być nauczycielem? - Pamiętam wiele takich momentów, są to zarówno najprostsze chwile, gdy uczniowie pokonują własne bariery, robią postępy, przełamują lęki jak i te wyjątkowe kiedy ich praca przekłada się na konkretne osiągnięcia i miejsca zdobywane w zawodach - odpowiada Zuzanna Radecka-Pakaszewska (Szkoła Podstawowa Sportowa nr 15, Ruda Śląska). Bardzo ceni w swoich uczniach ich spontaniczność i otwartość, dzięki czemu ich relacje są szczerze. Bardzo chciałaby, żeby zapamiętali z Jej zajęć, jak dobry wpływ ma na każdego z nas aktywność fizyczna.



MIEJSCE III

Mirela Polnik-Patas

Szczególnie cenne są dla Niej chwile, gdy słyszy od absolwentów pełne wdzięczności słowa o lekcjach języka niemieckiego. W swoich wspomnieniach podkreślają, jak solidne podstawy zdobyte w szkole pomogły im rozwijać umiejętności językowe i umacniać poczucie własnej wartości. - W relacjach z uczniami najwięcej radości i energii daje mi ich szczerzy uśmiech, poczucie humoru oraz codzienna, naturalna otwartość. Ogromną satysfakcję sprawiają mi także ich postępy w nauce, momenty, w których zaczynają wierzyć w swoje możliwości i z dumą prezentują efekty swojej pracy - przekazuje Mirela Polnik-Patas z Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Pawłowicach.



NAUCZYCIEL SZKOŁY PONADPODSTAWOWEJ MIEJSCE IAneta
Chykvaizze

Jest wiele momentów związanych z pracą, które zapadają w pamięć, najmilej wspomina jednak te chwile, kiedy widać realny wpływ na uczniów. - Czasem wystarczy jedno szczere „dziękuję” lub informacja po latach, że zajęcia lub rozmowa pomogły w podjęciu ważnej decyzji, albo widok ucznia, który z dumą prezentuje to, czego się nauczył. Takie momenty przypominają, że praca nauczyciela to nie tylko przekazywanie wiedzy, ale także wspieranie rozwoju, budowanie relacji i realne wpływanie na życie młodych ludzi - stwierdza Aneta Chykvaizze z II Liceum Ogólnokształcącego im. Adama Asnyka w Bielsku-Białej. Najwięcej radości i energii daje Jej codzienny kontakt z uczniami, ich ciekawość, szczeroci i spontaniczność. Dużą satysfakcję przynosi obserwowanie ich postępów, nawet tych najmniejszych, oraz



momenty, gdy zaczynają zadawać pytania, dyskutować i samodzielnie myśleć. A swoim podopiecznym stara się przekazać, że nauka nie kończy się wraz ze szkołą i że ciekawość świata jest czymś, co warto pielęgnować przez całe życie.

MIEJSCE II

Dorota
Mazur

Dorota Mazur, nauczycielka w Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego Województwa Śląskiego - Oddział w Rybniku (TEB Edukacja), zdobyła drugie miejsce w województwie śląskim w kategorii Nauczyciel szkoły ponadpodstawowej w Plebiscycie Edukacyjnym.



W swojej pracy Dorota Mazur łączy profesjonalizm z indywidualnym podejściem do uczniów, wspierając ich rozwój zawodowy i osobisty. Stawia na praktyczne przygotowanie młodzieży do rynku pracy, jednocześnie motywując i inspirując do nauki oraz samodzielnego zdobywania wiedzy.

MIEJSCE III

Agnieszka
Twardowska

Dla Agnieszki Twardowskiej z Zespołu Szkół Ogólnokształcących nr 5 w Zabrze znacznie najważniejszy jest uczeń. Ma wiele pięknych chwil związanych z pracą, ale najchętniej wspomina moment, gdy uczeń podszedł do Niej i serdecznie podziękował za to, że zobaczyła w nim potencjał: - Kilka miesięcy później, na zakończenie roku, przyszedł i powiedział: „Wie Pani, ja pierwszy raz pomyślałem, że może jednak nie jestem głupi”. To było jedno zdanie, ale uderzyło mnie mocniej niż jakiegokolwiek statystyki. Wtedy naprawdę poczułam, że bycie nauczycielem to nie tylko przekazywanie wiedzy, ale czasem bycie pierwszą osobą, która w kogoś uwierzy – zanim on sam się na to odważy.

**NAUCZYCIEL AKADEMICKI** MIEJSCE IŁukasz
Walusiak

Jaki moment z pracy szczególnie zapadł Mu w pamięć i do dziś przypomina, dlaczego warto być nauczycielem? Pierwszym z nich była informacja od studentów, że zajęcia prowadzone przez Łukasza Walusiaka (Akademia Śląska, Katowice) były ciekawe i pozwoliły nauczyć się nowych, praktycznych rzeczy. Drugim, bardzo ważnym doświadczeniem, był moment, gdy jeden z pierwszych studentów zapytał, czy pan Łukasz mógłby zostać promotorem jego pracy dyplomowej. - Praca z młodymi ludźmi daje mi bardzo dużo energii, ponieważ każdy dzień przynosi coś nowego. Zawsze można się od nich czegoś nauczyć, spojrzenia na świat, nowych pomysłów czy sposobów myślenia. Cenię sobie także ciekawe rozmowy, spotkania z różnymi osobowościami oraz różnorodne poczu-



cie humoru studentów - przekazuje zwycięzca. Zaznacza także, że chce, aby uczniowie zapamiętali, że praca z Nim była ciekawa i inspirująca, a zajęcia nie sprowadzały się wyłącznie do realizacji programu.

MIEJSCE II

Maria
Mondry

Dr Maria Mondry (Uniwersytet SWPS, Katowice) zdobywa zaszczytne, drugie miejsce w skali całego województwa śląskiego w kategorii Nauczyciel akademicki. Jak podkreślała, w swoich mediach społecznościowych, już sama nominacja do tego tytułu była dla Niej wyróżnieniem. Najbardziej cieszył Ją fakt, że pochodziło ono ze strony studentów. To swoisty dowód uznania oraz wdzięczności za Jej podejście do prowadzenia zajęć. Studenci docenili zarówno Jej ogromną wiedzę, umiejętności, jak i zaangażowanie w to, czy zajmuje się na co dzień.



MIEJSCE III

Natalia
Szkop

Jaki moment w pracy nauczyciela akademickiego wspomina najchętniej? - Pewnego dnia studenci podszedli do mnie i podziękowali za wspólnie zajęcia. Powiedzieli, że wiele się ode mnie nauczyli oraz że cieszą się, iż spotkali mnie na swojej ścieżce edukacyjnej. To był moment, który szczególnie zapadł mi w pamięć i do dziś przypomina, dlaczego warto być nauczycielem - wspomina Natalia Szkop z Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach. Najwięcej radości daje Jej obserwowanie rozwoju studentów, ich zaangażowania oraz świadomość, że może ich wspierać na drodze rozwoju akademickiego.

**DYREKTOR SZKOŁY/PZEDSZKOLA** MIEJSCE IAgnieszka
Lasocka-Wysocka

Najlepiej o jakości pracy dyrektora placówki oświatowej świadczą sukcesy uczniów. I mowa tutaj zarówno o wysokich miejscach zajmowanych w konkursach przedmiotowych, sportowych i artystycznych, ale sukcesem jest także rozwój dzieci: zdobywanie przez nich nowych umiejętności, zyskiwanie pewności siebie oraz budowanie relacji z rówieśnikami. To wszystko jest możliwe w sprzyjającym środowisku, w którym atmosfera wsparcia i bezpieczeństwa są wyczuwalne od progu. Tak zdecydowanie jest w placówce, którą zarządza nasza zwyciężczyni. Agnieszka Lasocka-Wysocka ze Szkoły Podstawowej nr 3 im. Kawalerów Orderu Uśmiechu w Mysłowicach jest dyrektorem od 2022 roku i każdego dnia dokłada wszelkich starań, aby placówka, którą kieruje była miejscem,



do którego chce się uczęszczać, zarówno przez dzieci, jak i nauczycieli i pracowników. I właśnie za to zaangażowanie została doceniona w Plebiscycie Edukacyjnym, zdobywając pierwsze miejsce w kategorii Dyrektor szkoły.

MIEJSCE II

Grażyna
Widera

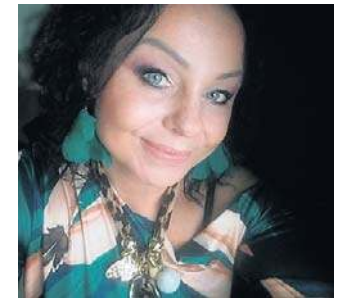
Grażyna Widera, dyrektor II Liceum Ogólnokształcącego im. Juliusza Ligonina w Chorzowie, zdobyła drugie miejsce w województwie śląskim w kategorii Dyrektor szkoły. To wyróżnienie jest wyrazem uznania dla skutecznego zarządzania szkołą oraz tworzenia środowiska sprzyjającego nauce i rozwojowi uczniów. Pod kierownictwem Grażyny Widery placówka rozwija zarówno ofertę edukacyjną, jak i inicjatywy wspierające młodzież w rozwijaniu pasji i kompetencji. Jej praca łączy dbałość o wysokie standardy dydaktyczne z budowaniem pozytywnej atmosfery wśród uczniów i nauczycieli, co przekłada się na dobrą organizację szkoły i efektywność procesu edukacyjnego.



MIEJSCE III

Aleksandra
Downar-Liwoch

Aleksandra Downar-Liwoch z Przedszkola nr 9 w Dąbrowie Górniczej w pracy kieruje się przede wszystkim empatią i życzliwością do dzieci, ich rodziców, pracowników oraz wszystkich, z którymi współpracuje. - Wszyscy mamy wspólny cel - dziecko, a najwięcej możemy zrobić, gdy współdziałamy, rozmawiamy, szanujemy się, słuchamy siebie nawzajem, przychodzimy do siebie i pytamy, gdy nas coś trapi... a nie obgadujemy, oceniamy, krytykujemy - podkreśla doceniona Dyrektor Przedszkola. Pani Aleksandra traktuje przedszkole jak jeden organizm, w którym wszystkie elementy muszą funkcjonować prawidłowo, aby tworzyć zdrową i harmonijną całość.



PSYCHOLOG/PEDAGOG SZKOLNY MIEJSCE I

Aneta Kroll

Aneta Kroll z Zespołu Szkół Ogólnokształcących nr 4 im. Piastów Śląskich w Gliwicach mówi jasno, że lubi swoją pracę i codziennie przekracza próg szkoły z uśmiechem na twarzy. Spotkania z uczniami są dla Niej wyjątkowe. Każdy z nich ma inne radości, problemy, a Jej zadanie polega na tym, aby towarzyszyć młodym ludziom w ich rozwoju. Jednocześnie pani Aneta zdaje sobie sprawę z tego, jak duża jest to odpowiedzialność. Dlatego robi wszystko, aby wykonywać swoją pracę jak najlepiej. Spotkania z absolwentami, miłe słowa, uśmiech i pamięć dowodzą tego, że to, co dla nich robi, ma sens. Praca pedagoga szkolnego jest specyficzna. Nie ma tutaj spektakularnych osiągnięć, wyników mierzonych w liczbach czy statystykach: - Tu wygraną jest konkretny uczeń i jego sukces. Niekiedy jest to mały sukces, który ma



ogromną moc. Sens w mojej pracy nadaje możliwość kontaktu z drugim człowiekiem i wspieranie go, pomaganie, bycie obok. Pedagog szkolny to dobry duch szkoły. Dbam o to, aby uczeń miał możliwość znalezienia wsparcia, gdy tego potrzebuje.

MIEJSCE II

Agnieszka Glimańska

- Poczucie sensu mojej pracy pojawia się wtedy, gdy dziecko bez lęku przed oceną zaczyna mówić o swoich trudnościach. Wtedy wiem, że zbudowałam relację opartą na bezpieczeństwie i zaufaniu - mówi Agnieszka Glimańska z ZDZ



Technikum Lotniczego w Katowicach. Na co dzień pracuje z dziećmi w spektrum autyzmu oraz z ADHD i widzi, a często wręcz czuje, z jakimi trudnościami mierzą się w szkole i w codziennym życiu. Bardzo często ich lęk, frustracja czy zagubienie są Jej niezwykle bliskie, ponieważ zna to z własnego doświadczenia i wie, że diagnoza ma w tym wypadku ogromne znaczenie, bo daje możliwość zrozumienia dziecka i realnego wsparcia.

MIEJSCE III

Sonia Wollnik

Sonia Wollnik (Zespół Szkolno-Przedszkolny, Szkoła Podstawowa nr 1, Sól/Imielin) lubi szczerść, autentyczność i sposób patrzenia na świat dzieci, które sprawiają, że nawet zwykły dzień potrafi stać się wyjątkowy. Szczególnie zapadają jej w pamięć momenty, gdy widzi, jak dziecko zaczyna wierzyć w siebie - przełamuje strach, radzi sobie z trudnościami lub z dumą opowiada o swoim sukcesie. - To właśnie te małe, ale bardzo ważne kroki w rozwoju młodego człowieka zostają w sercu na długo i przypominają mi, jak ważna i potrzebna jest ta praca - mówi nasza laureatka. To, co dla Niej najistotniejsze, to świadomość, że może realnie wspierać uczniów w ich rozwoju.



PRZEDSZKOLE ROKU MIEJSCE I

Przedszkole Gucio i Maja

Przedszkole Gucio i Maja (Racibórz, Długa 43-47) wyróżnia się unikalnym połączeniem domowej atmosfery z najwyższym standardem specjalistycznej opieki, która jest tam dostępna całkowicie bezpłatnie. Tutaj króluje holistyczne podejście do rozwoju kompetencji całego zespołu. Nad standardami merytorycznymi czuwa pani dyrektor Beata Kalinka-Kałdońska, dla której priorytetem jest, aby każdy pracownik mówił tym samym, wspierającym językiem. Dlatego nieustannie inwestują w szkolenia, a tutejsza kadra posiada kompetencje w zakresie nowoczesnych metod terapeutycznych. - Chcemy, aby nasze przedszkola były dla dzieci i ich rodziców drugim domem, w którym każdy czuje się zaakceptowany i ważny. Od progu stawiamy na atmosferę radości, spokoju i zro-



zumienia. Zależy nam, aby intensywna praca terapeutyczna przeplatała się z bez troską zabawą, dlatego nasze sale wypełniają śmiech podczas codziennej gimnastyki czy jogi - opisuje Beata Kalinka-Kałdońska.

MIEJSCE II

Elfiki z Baśniowej Krainy Ewa Wróblewska

Przedszkole Elfiki z Baśniowej Krainy Ewa Wróblewska przy ul. Laskowej 18 w Bielsku-Białej to przestrzeń, w której dzieci mogą czuć się jak w domu - bezpiecznie, swobodnie i z poczuciem akceptacji. Elfikowy zespół codziennie tworzy warunki do rozwoju poprzez zabawę, ruch, emocje i bliskość. Stawiają na wszechstronny rozwój maluchów, dlatego nie brakuje tutaj zajęć dodatkowych, jak np. dogoterapia, zajęcia z WF, robotyka, zajęcia z Lego, sensoplastyka, rytmika, czy arterapia. Tutaj najważniejsze są dzieci i to widać już od progu.



MIEJSCE III

Niepubliczne Przedszkole Pingwinki

Niepubliczne Przedszkole Pingwinki (Świętochłowice, Śląska 23) wyróżnia indywidualne podejście do każdego dziecka. Stawiają na naukę poprzez zabawę i doświadczenie, wykorzystując nowoczesne metody pedagogiczne. - Dążymy do stworzenia atmosfery bezpieczeństwa, wzajemnego szacunku i domowego ciepła, którą czuć już od progu. Chcemy, aby każde dziecko czuło się u nas akceptowane i ważne, a rodzice mieli pewność, że ich pociechy przebywają w środowisku pełnym uśmiechu, wsparcia i pozytywnej energii - przedstawia placówkę Magdalena Wojtasik.



SZKOŁA ROKU MIEJSCE I

Zespół Szkolno-Przedszkolny w Soli

Zespół Szkolno-Przedszkolny (Sól 111) to tegoroczny zwycięzca w kategorii Szkoła Roku. W skład placówki wchodzi Szkoła Podstawowa im. Tadeusza Kościuszki w Soli oraz Przedszkole w Soli.



Tutaj oprócz lekcji, uczniowie mogą liczyć także na kreatywne, angażujące wydarzenia: np. Dzień Postaci z Bajek; projekty integracyjne i aktywności dodatkowe - np. wideo zatytułowane „Aktywna Szkoła - Nasza Szkoła”; rozwój - zarówno edukacyjny, jak i emocjonalny; rodzinny klimat i indywidualne podejście; bogate życie szkolne; płynność od przedszkola do szkoły; a także otwartość i kreatywność. „Nasza placówka to nie tylko miejsce, to to, co najważniejsze, czyli LUDZIE! Wspaniałe dzieci, rodzice, cudowni pełni pasji i zaangażowania nauczyciele, pedagogzy oraz pracownicy obsługi

przedszkola oraz szkoły. Zachęcamy do głosowania na całą społeczność, w której wszyscy razem tworzymy cudowne, ciepłe i przyjazne miejsce” - przedstawiali się w trakcie trwania Plebiscytu Edukacyjnego pod swoją kandydaturą.

MIEJSCE II

Zespół Szkół nr 2 im. Wojciecha Korfańskiego

W skład Zespołu Szkół Nr 2 w Jastrzębiu - Zdroju im. Wojciecha Korfańskiego wchodzi: II Liceum Ogólnokształcące, Technikum Nr 1, Branżowa Szkoła I stopnia Nr 1 oraz Branżowa Szkoła II stopnia Nr 2. Wyróżniona placówka funkcjonuje od ponad 50 lat. Posiada silne fundamenty, dzięki którym pozostała miejscem, w którym kolejne pokolenia kształtują swoją przyszłość. „Dokładamy wszelkich starań, aby sprostać wymaganiom współczesnego świata, aby, korzystając ze wsparcia rodziców i społeczności lokalnej, stać się nie tylko miejscem nauki, ale także centrum kreatywności, innowacyjności i rozwój” - czytamy na stronie internetowej docenionego zespołu szkół.



MIEJSCE III

Cent. Nauczania Matematyki MathRiders Katowice Piotrowice

W Centrum Nauczania Matematyki MathRiders Katowice Piotrowice (Katowice, Harcerzy Września 1939 5) każdego dnia udowadniają, że matematyka może być zabawą, a nie stresującym obowiązkiem. Należąca do sieci MathRiders, piotrowicka szkoła od 10 lat nie tylko uczy dzieci matematyki, wnioskowania oraz logicznego myślenia, ale poprzez doskonałą edukację i motywujących nauczycieli dodaje im skrzydeł, dodając pewności siebie i mnożąc możliwości, jakie czekają na nie w przyszłości. Charakteryzuje Ich indywidualne podejście do każdego ucznia i prawdziwa pasja zarówno do samego przedmiotu, jak i pracy z dziećmi.



SZKOŁA JĘZYKOWA ROKU MIEJSCE I

By The Way

- Nasza szkoła językowa wyróżnia się indywidualnym podejściem do każdego ucznia oraz nauczaniem opartym na realnej komunikacji. Stawiamy na praktyczne użycie języka, swobodę wypowiedzi i budowanie pewności siebie. Pracujemy w kameralnych grupach, dzięki czemu lektorzy naprawdę znają swoich uczniów, ich potrzeby, cele i tempo nauki - opisuje Szkołę Językową Roku Jolanta Wójcik-Rybicka. By The Way w Radzionkowie przy ulicy św. Wojciecha 35 to miejsce, gdzie uczniowie mogą czuć się bezpiecznie, swobodnie i „u siebie”. Naucze towarzyszyć atmosferze życzliwości, otwartości i wzajemnego szacunku, w której nie ma miejsca na stres. Tutaj jest przestrzeń na popełnianie błędów, jest także czas na zadawanie pytań, bo bez tego nie ma skutecznej nauki. Najważ-



niejszą wartością, jaką zespół BTW chce przekazać uczniom, jest wiara we własne możliwości: - Chcemy, aby wychodzili z naszej szkoły nie tylko z lepszą znajomością języka, ale także z przekonaniem, że potrafią się komunikować.

MIEJSCE II

Deutsch professionell

Deutsch professionell (Częstochowa, Pużaka 1) to szkoła języka niemieckiego. Została założona w 2016 roku. Stacjonarnie działają w Częstochowie, ale przede wszystkim skupiają się na nauczaniu online. Uczą

wszystkie grupy wiekowe. Solidnie przygotowują uczniów do certyfikatów językowych. W ofercie wyróżnionej szkoły językowej znajduje się również przygotowanie do wyjazdu za granicę, rozmowy o pracę, matury czy też konwersacje i tłumaczenia. Oprócz języka niemieckiego tutaj liczy się także atmosfera oraz motywowanie uczniów do podnoszenia językowych porządków.



MIEJSCE III

Szkoła Języków Obcych
Pear Tree

Szkoła Języków Obcych Pear Tree (Kłomnice, Częstochowska 69) to idealne miejsce dla kursantów z terenu gmin Kłomnice i Rędziny, gdzie działają od 2019 roku. Uczą się tam dzieciaki już od drugiego roku życia, kiedy to zaczynają przygodę z Teddy Eddiem, a kiedy ukończą 8 lat to kontynuują naukę z Savvy Ed'em. Prowadzą również zajęcia językowe dla osób dorosłych. „Możemy się pochwalić stałe powiększającym się zgraniem i przyjaznym zespołem lektorskim - nasz team to osoby z pozytywną energią i sercem do dzieciaków. Wszyscy cenimy sobie pracę metodami Edu Bears, bo to profesjonalizm w każdym calu” - przedstawiali się w trakcie trwania Plebiscytu Edukacyjnego.



LAUREACI PLEBISCYTU

NAUCZYCIEL PRZEDSZKOŁA	
Bielsko-Biała	Patrycja Niesyt , Przedszkole nr 42 im. Przyjaciół Przyrody, Bielsko-Biała
Bytom	Patrycja Smagacz-Deptala , Przedszkole nr 12, Bytom
Chorzów	Dżesika Pietrzyba , Przedszkole nr 4, Chorzów
Częstochowa	Marta Kasprzak , Terapeutyczne Przedszkole Jurajskie Dzieci, Częstochowa
Dąbrowa Górnicza	Justyna Michalska , Przedszkole nr 32, Dąbrowa Górnicza
Gliwice	Aleksandra Nieć , Przedszkole Miejskie nr 27, Gliwice
Jastrzębie-Zdrój	Martyna Jędrysek , Przedszkole Publiczne nr 23, Jastrzębie-Zdrój
Jaworzno	Ewa Motyka , Przedszkole Miejskie nr 19, Jaworzno
Katowice	Milena Grabowska , Sportusie Przedszkole Niepubliczne O Profilu Sportowym, Katowice
Mysłowice	Anna Odzoba , Przedszkole Niepubliczne Motylek z Oddziałem Integracyjnym, Mysłowice
Piekary Śląskie	Elżbieta Jaruszowicz , Miejskie Przedszkole nr 15, Piekary Śląskie
powiat będziński	Katarzyna Anna Postół , Przedszkole Miejskie nr 13 im. Juliana Tuwima, Będzin
powiat bielski	Elżbieta Dziendziel , Zespół Szkolno-Przedszkolny im. Jana Pawła II, Rudzica
powiat bieruński-lędziński	Mateusz Zgudziak , Miejskie Przedszkole z Oddziałami Integracyjnymi nr 2, Lędziny
powiat cieszyński	Brygida Sikora , Zespół Niepublicznych Placówek Rehabilitacyjno-Oświatowych, Bażanowice, Diagnostyka i terapia mgr Brygida Sikora, Bażanowice
powiat częstochowski	Karolina Jasnós , Przedszkole, Kamienica Polska
powiat gliwicki	Sabina Biłek , Przedszkole nr 5, Pyskowice
powiat kłobucki	Barbara Kaśków , Przedszkole im. Marii Kownackiej, Węglowice
powiat lubliniecki	Karolina Turchońska-Sage , Przedszkole, Psary
powiat mikołowski	Natalia Dragan , Przedszkole i Żłobek Trokskiwie Misie, Mikołów
powiat myszkowski	Sylwia Kozak , Przedszkole Niepubliczne z Kluczem, Myszków
powiat pszczyński	Elżbieta Stryczek , Szkoła Podstawowa nr 4 im. Józefa Pukowca - Oddział Przedszkolny, Pszczyna
powiat raciborski	Patrycja Ratus , Przedszkole Słoneczna Kraina, Racibórz
powiat rybnicki	Agata Agatowska , Przedszkole nr 2, Świerklany
powiat tarnogórski	Danuta Horzela , Przedszkole nr 4, Tarnowskie Góry
powiat wodzisławski	Monika Wadiak , Przedszkole Publiczne nr 3, Rydułtowy
powiat zawierciański	Natalia Opiłka , Bajkowa Kraina Przedszkole Niepubliczne Klaudia Galas, Przytubsko
powiat żywiecki	Anna Słonka-Walaszek , Przedszkole Publiczne im. Krasnala Halabala, Rychwałd
Ruda Śląska	Anna Ruspa , Niepubliczne Przedszkole Integracyjne Barwny Świat Alter, Ruda Śląska
Rybnik	Agata Ruspa , Przedszkole nr 25, Rybnik
Siemianowice Śląskie	Monika Kaszyca , Przedszkole nr 2 Tęczowa Dwójeczka, Siemianowice Śląskie
Sosnowiec	Angelina Sikora , Niepubliczne Przedszkole ZAGŁĘBIACZEK, Sosnowiec
Świętochłowice	Magdalena Wojtasik , Niepubliczne Przedszkole Pingwinki, Świętochłowice
Tychy	Karolina Walo , Przedszkole nr 30 im. Małych Podróżników, Tychy
Zabrze	Katarzyna Jeruska , Przedszkole im. Janusza Korczaka, Zabrze
Żory	Marta Musiał , Przedszkole nr 22 z Oddziałami Integracyjnymi im. Jana Brzechwy, Żory
NAUCZYCIEL KLAS IV-VIII	
Bielsko-Biała	Monika Zajac , Szkoła Podstawowa nr 23, Bielsko-Biała
Bytom	Iwona Polańska , Szkoła Podstawowa nr 28 im. Królowej Jadwigi, Bytom
Bytom	Sonia Kopca , Szkoła Podstawowa nr 51 z Oddziałami Integracyjnymi, Bytom
Chorzów	Aleksandra Janik-Mendel , Szkoła Podstawowa nr 10 im. Jana Kochanowskiego, Chorzów
Częstochowa	Marta Nyga , Szkoła Podstawowa nr 36 im. Polskich Olimpijczyków, Częstochowa
Dąbrowa Górnicza	Mateusz Luks , Szkoła Podstawowa nr 29 z Oddziałami Sportowymi im. Alfreda Szklarskiego, Dąbrowa Górnicza
Gliwice	Aleksandra Borowiecka-Kwolek , Zespół Szkół Ogólnokształcących Specjalnych nr 7, Gliwice
Jastrzębie-Zdrój	Marta Olszowska , Zespół Szkół Mistrzostwa Sportowego, Jastrzębie-Zdrój
Jaworzno	Marzena Dudek , Szkoła Podstawowa nr 12, Jaworzno
Katowice	Karolina Kostrowska , Szkoła Podstawowa nr 66, Katowice
Mysłowice	Dominika Dyląg , Szkoła Podstawowa Sportowa im. Olimpijczyków Śląskich, Mysłowice
Piekary Śląskie	Kinga Banaś , Miejska Szkoła Podstawowa nr 1, Piekary Śląskie
powiat będziński	Konrad Siutka , Zespół Szkół im. Jana Pawła II, Sławków
powiat bielski	Agnieszka Pieczarko , Szkoła Podstawowa nr 10 im. ks. Jana Twardowskiego, Czechowice-Dziedzice
powiat bieruński-lędziński	Anna Grudzińska-Ciolek , Szkoła Podstawowa nr 1, Bieruń
powiat cieszyński	Agata Granda , Szkoła Podstawowa nr 2, Cieszyn
powiat częstochowski	Aneta Palczyńska , Szkoła Podstawowa im. Tadeusza Kościuszki, Mstów
powiat gliwicki	Lilianna Łacheta , Szkoła Podstawowa im. Witolda Budryka, Chudów
powiat kłobucki	Małgorzata Kotala , Zespół Szkół im. Synów Pułku, Węglowice
powiat lubliniecki	Agnieszka Osadnik , Szkoła Podstawowa im. Powstańców Śląskich, Kamienica
powiat mikołowski	Przemysław Noparliki , Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 3, Mikołów
powiat myszkowski	Bożena Piskorska , Szkoła Podstawowa im. Władysława Szafera, Żarki
powiat pszczyński	Mirela Polnik-Patas , Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 2, Pawłowice
powiat raciborski	Michalina Pytel , Zespół Szkół Specjalnych, Racibórz
powiat rybnicki	Agnieszka Ożga , Szkoła Podstawowa nr 1, Czerwonka-Leszczyn
powiat tarnogórski	Anna Łukawska , Szkoła Podstawowa nr 3 im. Franciszka Blachnickiego, Tarnowskie Góry
powiat wodzisławski	Anita Sobek , Szkoła Podstawowa nr 1 im. Adama Mickiewicza, Radlin
NAUCZYCIEL KLAS 0-III	
Bielsko-Biała	Agnieszka Matuszyny , Szkoła Podstawowa nr 3 im. Macierzy Szkolnej, Bielsko-Biała
Bytom	Anna Milk , Szkoła Podstawowa nr 28 im. Królowej Jadwigi, Bytom
Chorzów	Natalia Szymanek , Szkoła Podstawowa nr 2 im. Jana Pawła II, Chorzów
Częstochowa	Paulina Stacherczyk-Lyczbińska , Szkoła Podstawowa nr 38 im. Ludwika Zamenhova, Częstochowa
Dąbrowa Górnicza	Maria Szymanowska , Szkoła Podstawowa nr 16 z Oddziałami Przedszkolnymi im. Związku Orła Białego, Dąbrowa Górnicza
Gliwice	Paulina Partyka , Szkoła Podstawowa nr 29, Gliwice
Jastrzębie-Zdrój	Agnieszka Żukowska , Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 1, Jastrzębie-Zdrój
Jaworzno	Katarzyna Benedykt , Szkoła Podstawowa nr 11, Jaworzno
Katowice	Monika Mencfel , Szkoła Podstawowa nr 6, Katowice
Mysłowice	Izabela Hoeflich , Szkoła Podstawowa Sportowa im. Olimpijczyków Śląskich, Mysłowice
Piekary Śląskie	Angelika Buda , Zespół Szkolno-przedszkolny nr 2, Piekary Śląskie
powiat będziński	Agnieszka Fortuna , Szkoła Podstawowa nr 8 im. Jana Pawła II w Będzinie, Będzin
powiat bielski	Maria Mikoda , Szkoła Podstawowa nr 7 im. K. Wielkiego, Czechowice-Dziedzice
powiat bieruński-lędziński	Ewa Sońta , Szkoła Podstawowa nr 2 im. Floriana Adamskiego, Chełm Śląski

**ENERGY
LANDIA** 

WYCIECZKI SZKOLNE

SEZON 2026

**BEST
FOR SCHOOL
TRAVELLERS
IN POLAND**

**2 PARKI
1 BILET**

ENERGYLANDIA
+ WATER
PARK



ZAREZERWUJ



**WARSZTATY
EDUKACYJNE**



**1 OPIEKUN
NA 10 OS.
ZA 1 ZŁ**



**KIEROWCA
GRATIS**



**DARMOWY
PARKING
DLA AUTOKARÓW**



**POCZĘSTUNEK
GRATIS**



**NAJWYŻSZE NORMY
BEZPIECZEŃSTWA**

strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Sposoby na artrozę

Artroza to proces chorobowy polegający na występowaniu zwyrodnień w układzie kostno-mięśniowym, który doprowadza do zmian w obszarze tkanki chrzęstnej, a na-

stępnie, stopniowo zaczyna obejmować cały staw. Pacjenci zmagający się z artrozą doświadczają bólu stawów, który pojawia się np. przy zmianach pogody lub podczas aktywności fizycznej, a najczęściej ustępuje po okresie odpoczynku i relaksacji.

ZA TYDZIEŃ:

- Autyzm u kobiet i dziewcząt – objawy, trudności z diagnozą i życie w spektrum
- Ten zabieg kosztuje 600 zł, na NFZ możesz go zrobić za darmo



FOT. 123RF

Gruźlica to nadal realne zagrożenie. Jak rozpoznać i leczyć tę chorobę?

Monika Piorun
redakcja@stronazdrowia.pl

W ostatnich latach Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) zaobserwowała pierwszy od dekady wzrost liczby zgonów spowodowanych gruźlicą.

Wydawać by się mogło, że gruźlica istnieje już tylko w historycznych zapiskach, bo dzięki obowiązkowym szczepieniom choroba ta została wyeliminowana. Jednak statystycznie co sekundę na świecie 1 osoba zaraża się *Mycobacterium tuberculosis complex*, czyli prątkami gruźlicy, a co 3 minuty na gruźlicę umiera dziecko. Nosicielami tych kilku gatunków bakterii jest około 2-3 miliardy ludzi na całym globie. Niestety, walka z tymi uporczywymi zarazkami nie należy do najłatwiejszych, mimo że ryzyko infekcji dotyczy tylko około 10 proc. zakażonych.

Zachorowania na gruźlicę zostały skutecznie zahamowane przez szczepienia, jednak w czasie pandemii i migracji spowodowanych wojną choroba ta powróciła, a WHO odnotowuje wzrost liczby zachorowań. W 2021 roku WHO zaobserwowało także po raz pierwszy od 10 lat wzrost liczby zgonów na gruźlicę. W 2023 roku odnotowano najwyższą od 1995 roku liczbę przypadków gruźlicy (ponad 8,2 mln nowych diagnoz) i 1,25 mln zgonów.

Gruźlica w Polsce i na świecie

W Polsce od połowy lat 50. ubiegłego stulecia wprowadzono obowiązkowe szczepienia przeciwko gruźlicy, dzięki którym udało się znacznie ograniczyć rozwój choroby. Obecnie jednak obserwuje się stały wzrost zagrożenia gruźlicą, głównie ze względu na przybywających do naszego kraju uchodźców z Ukrainy, wśród których wiele osób nie jest zaszczepionych przeciwko gruźlicy.

W ostatnich latach w naszym kraju statystyki dotyczące zachorowań na gruźlicę są dwukrotnie wyższe niż w Czechach



FOT. 123RF

W 2024 roku w Polsce zgłoszono blisko 4 tysiące przypadków gruźlicy. Chorobą można się zarazić drogą kropelkową

i na Słowacji oraz aż siedmiokrotnie większe niż np. w Norwegii.

W skali całego globu Polska oceniana jest jednak jako kraj o średniej zapadalności na gruźlicę, a liczba przypadków zachorowań na gruźlicę w Polsce co roku spada. Ze wstępnych danych Instytutu Gruźlicy i Chorób Płuc wynika, iż w 2024 roku zgłoszono w Polsce 3946 przypadków gruźlicy, a w 2023 roku było ich 4436.

Najwyższy odsetek chorych na gruźlicę na świecie występuje w krajach Trzeciego Świata w Afryce (gdzie ponad połowa zakażonych jest również nosicielami wirusa HIV) oraz z Azji (głównie Indii, Indonezji i Chin). Jak podaje Zakład Epidemiologii i Medycyny Tropikalnej Wojskowego Instytutu Medycznego – gruźlica obok AIDS jest obecnie główną przyczyną zgonów

z powodu chorób zakaźnych na świecie.

Przyczyną gruźlicy są bakterie

Przebywanie w dużych skupiskach ludzkich od zawsze sprzyjało szybkiemu rozprzestrzenianiu się mikroskopijnych, przenoszonych drogą kropelkową, pokarmową lub przez dotyk prątków gruźlicy.

W 1882 roku odkrył je niemiecki lekarz i bakteriolog Robert Koch. Choć był to niewątpliwy przełom w medycynie, który dał szansę na ograniczenie

Statystycznie co sekundę na świecie jedna osoba zaraża się prątkami gruźlicy, a co trzy minuty na gruźlicę umiera dziecko

skali zachorowań na gruźlicę, to jednak aż do dziś nie udało się w pełni okiełznać prątków wywołujących tę chorobę. Dlaczego?

Mimo że bakterie te giną podczas gotowania i pasteryzacji, to jednak wcale nie jest łatwo się ich pozbyć. Przez długie lata potrafią bowiem przetrwać np. w roztoczkach kurzu domowego lub w glebie – jeśli tylko nie mają dostępu do słońca.

Są wyjątkowo wrażliwe na światło i promienie UV, za to wykazują dużą odporność na gnicie i wysychanie.

Na dodatek współcześnie dostępne leki są wobec nich coraz mniej skuteczne, co w ostatnich latach przyczyniło się do zwiększonej liczby zachorowań na gruźlicę – nie tylko na terenach, gdzie szczepienia przeciwko gruźlicy nie są obowiązkowe.

Gruźlicą można się zarazić, przebywając w otoczeniu zainfekowanej osoby. Wystarczy, że kichnie, zakasze lub tylko coś powie czy się zaśmieje, a umożliwi to prątkom gruźlicy przedostanie się do kolejnego organizmu drogą kropelkową. Zwykle podanie ręki gruźlikowi nie jest jednak ryzykowne – zwłaszcza jeśli zwracamy uwagę na przestrzeganie higieny osobistej.

Do zarażenia może zaś dojść drogą pokarmową poprzez spożycie nieprzepracowanej wody lub mleka, w których obecne są prątki gruźlicy. Choroba może także pojawić się na skutek zjedzenia mięsa zwierzęcia zarażonego gruźlicą. Rzadziej dochodzi do infekcji w wyniku kontaktu zarazków ze skórą, np. z powodu skaleczeń.

W postaci pierwotnej gruźlica może wywoływać symptomy przypominające początkową fazę grypy, a także prowadzić do powiększenia węzłów chłonnych. Może też przebiegać zupełnie bezobjawowo i samistnie ustąpić.

W tzw. popierwotnej formie ma związek z prątkami, którym udało się przetrwać w ludzkim organizmie w stanie uśpienia. Może obejmować różne narządy.

Choć gruźlica najczęściej atakuje płuca, to jednak może szkodzić także innym organom. Najsilniejszymi lekami polecanymi do walki z gruźlicą są antybiotyki (izoniazyd i ryfampicyna a także streptomycyna, pyrazinamid i etambutol).

Dokładne dawki powinny być dopasowane do stanu chorego, jego wieku i stopnia zaawansowania choroby. Niestety, bez specjalistycznej pomocy nawet co drugi gruźlik może umrzeć.

Dlaczego kuracjusze rezygnują z leczenia w sanatoriach? Przyczyny mogą zaskakiwać

Emil Hoff
emil.hoff@polskapress.pl

NFZ alarmuje: coraz więcej pacjentów odwołuje swoje pobyty w sanatoriach, mimo długiego oczekiwania i groźących kar. Czemu tak się dzieje?

Trzytygodniowy, darmowy turnus na NFZ w jednym z profesjonalnych sanatoriów w pięknej miejscowości uzdrowskiej - to marzenie wielu pacjentów. Dostać się na taki turnus nie jest łatwo: należy uzyskać skierowanie od lekarza, potwierdzenie od specjalisty, który wyznacza miejsce i termin, i odczekać swoje w kolejce, nieraz nawet i 10 miesięcy.

Okazuje się jednak, że coraz więcej Polek i Polaków rezygnuje z wyznaczonych turnusów w sanatoriach.

NFZ podzielił się najnowszymi statystykami rezygnacji z pobytów w sanatoriach za rok 2025. W poście na platformie X Fundusz wskazał, że w 2025 r. było łącznie aż ponad 134 tys. takich rezygnacji, o ok. 6 tys. więcej niż w 2024 r. (127 tys.).

Dlaczego rezygnujemy z pobytu w sanatoriach?

Ciekawa wydaje się kwestia: dlaczego właściwie coraz więcej pacjentów odwołuje swoje pobyty?

Różnorodne odpowiedzi przynoszą komentarze internautów pod postem NFZ i na grupach na Facebooku.

Ważną przyczyną bywa zła pogoda jesienią i zimą.

WARTO WIEDZIEĆ

W przypadku rezygnacji ze skierowania na leczenie uzdrowskie należy w trybie natychmiastowym pisemnie powiadomić o tym fakcie NFZ oraz odesłać oryginał skierowania. Ocena zasadności rezygnacji dokonana zostanie na podstawie pisemnego i udokumentowanego uzasadnienia pacjenta oraz przedstawionej dokumentacji medycznej. Nieuzasadniony bądź nieudokumentowany zwrot skierowania na leczenie uzdrowskie będzie traktowany jako rezygnacja z leczenia.



Kuracjusze często rezygnują z wymarzonego pobytu w sanatorium

- Jest wiele przyczyn takiego stanu rzeczy - pisze pani Beata. - Raz byłam w Łądku w styczniu. W moim domu nie było żadnych zabiegów, wszystkie w innych budynkach. Mąż po mnie przyjechał, tak się rozchorowałam. Nigdy więcej.

- Niedogrzanie w okresach zimnych powoduje, że pół turnusu wyjeżdża chorych. Na drugi raz zrezygnuję z pobytu w listopadzie - zapewnia pani Alicja.

Często wskazywane są też problemy komunikacyjne.

- Ludzie rezygnują, bo Fundusz wysłał ich 600 km od domu, i to jeszcze nie do Kołobrzegu lub Świnoujścia - domyśla się Witamina.

- Bo wysyłała z jednego końca Polski na drugi, a przecież to są seniorzy i nie zawsze mają możliwość dojazdu, i to jeszcze z ciężką walizką - potwierdza pani Halina.

- Nie dość, że w drugi koniec Polski, to jeszcze kurort w takim miejscu, że nie ma czym dojechać (5 przesiadek), a torba na 3 tyg. trochę waży - dodaje pani Danuta.

Komentarze dają do myślenia

Bardzo ciekawy komentarz nt. statystyk rezygnacji z turnusów można przeczytać na facebookowym profilu Stowarzyszenia Pomocy Osobom Niepełnosprawnym i Ich Rodzinom „Razem”.

Autor podkreśla, że czasem najpoważniejszą przeszkodę

stanowią finanse, bo darmowe turnusy też w istocie wiążą się z kosztami, które dla gorzej sytuowanych pacjentów mogą okazać się zbyt wysokie.

- Dane NFZ są bezlitosne: rezygnacje z wyjazdów do sanatoriów idą w tysiące, a statystyki rosną z każdym miesiącem.

Scenariusz zazwyczaj wygląda tak samo. Składasz wniosek, stoisz w kolejce kilkanaście lub kilkadziesiąt miesięcy.

Kiedy w końcu przychodzi twoja kolej, dostajesz wyczerpane koszty i orientujesz się, że „darmowe” leczenie to luksus, na który cię nie stać - czytamy w poście.

Dodatkowo płatne jest np. zakwaterowanie, wyżywienie, dojazd w obie strony, dochodzą też opłaty klimatyczne.

Dla osoby z niepełnosprawnością albo seniora z niską emeryturą to bariera nie do przejścia. Wybór jest prosty: albo leki i czynsz, albo dwa tygodnie rehabilitacji.

Pewną rolę odgrywa też długi czas oczekiwania w kolejce na turnus.

Po dwóch latach czekania stan zdrowia często pogarsza się na tyle, że człowiek nie ma już siły na podróż, która miała go postawić na nogi.

Autor podsumowuje smutno:

- System oferuje ci pomoc tylko na papierze. W praktyce zostajesz sam z bezużytecz-

nym skierowaniem w rękę, bo inflacja zjadła twoje szanse na powrót do sprawności.

Jak uniknąć kary po rezygnacji?

Każda decyzja o rezygnacji z wyjazdu do sanatorium, to także szansa dla kogoś innego, pod warunkiem że NFZ dowie się o tym z odpowiednim wyprzedzeniem. Zwrot w ostatniej chwili często oznacza, że miejsce po prostu przepada, bo nikt nie zdąży się już spakować i dojechać. Wówczas takie miejsce po prostu przepada.

Za odwołanie turnusu w sanatorium bez odpowiedniego uzasadnienia grozi kara: utrata miejsca w kolejce i konieczność ponownego wniosku o leczenie sanatoryjne. Za przedwczesne przerwanie turnusu też grozi kara pieniężna: opłata według cennika za każdą pozostałą dobę pobytu.

Kary mają służyć zdyscyplinowaniu pacjentów i zminimalizowaniu kosztów rezygnacji pobytów na ostatnią chwilę. Jak ich uniknąć?

Należy pisemnie (listownie lub przez e-mail) powiadomić oddział wojewódzki NFZ o rezygnacji z pobytu w sanatorium. Trzeba też podać uzasadnienie. NFZ jako dobre uzasadnienie uznaje:

- chorobę i pobyt w szpitalu,
- nagłe wypadki losowe, nieprzewidziane w chwili składania wniosku o leczenie sanatoryjne (ślub, pogrzeb).



Niepojawienie się pacjenta na umówionej wizycie to zmosfera wielu placówek medycznych

Co szósta wizyta u lekarza nie dochodzi do skutku

Barbara Wesoła
barbara.wesola@polskapress.pl

Nawet 15 proc. umówionych wizyt lekarskich w Polsce nie dochodzi do skutku, ponieważ pacjenci nie pojawiają się w wyznaczonym terminie.

Według analiz Narodowego Funduszu Zdrowia oznacza to kilkanaście milionów niewykorzystanych wizyt rocznie. Problem ten generuje straty finansowe dla placówek medycznych i wydłuża kolejki do specjalistów. Eksperti wskazują, że w ograniczeniu zjawiska mogą pomóc systemy automatycznego kontaktu z pacjentem, tzw. voiceboty.

Zjawisko określane jako no-show, czyli niepojawienie się pacjenta na umówionej wizycie, pozostaje jednym z największych wyzwań organizacyjnych w ochronie zdrowia. Średnio dotyczy ono około 10-15 proc. wszystkich terminów konsultacji.

W praktyce oznacza to znaczną liczbę niewykorzystanych wizyt. W placówce realizującej około 10 tys. konsultacji miesięcznie nawet 1000 terminów może pozostać niewykorzystanych. Przy średnim koszcie wizyty wynoszącym 400 zł oznacza to potencjalnie nawet 400 tys. zł miesięcznie utraconych przychodów.

- W wielu placówkach problem nie polega na braku pacjentów, lecz na niewykorzystanych terminach.

Automatyzacja pierwszej linii kontaktu pozwala znacząco ograniczyć to zjawisko, ponieważ system proaktywnie kontaktuje się z pacjentem i umożliwia szybkie potwierdzenie lub odwołanie wizyty - mówi Leszek Moszczyński,

dyrektor operacyjny w Easy-Call.

Jednym z rozwiązań ograniczających problem nieodbytych wizyt są voiceboty, czyli systemy automatycznej komunikacji głosowej oparte na sztucznej inteligencji. Mogą one przypominać pacjentom o terminach konsultacji, umożliwiać potwierdzanie wizyt oraz informować o zmianach w harmonogramie lekarzy.

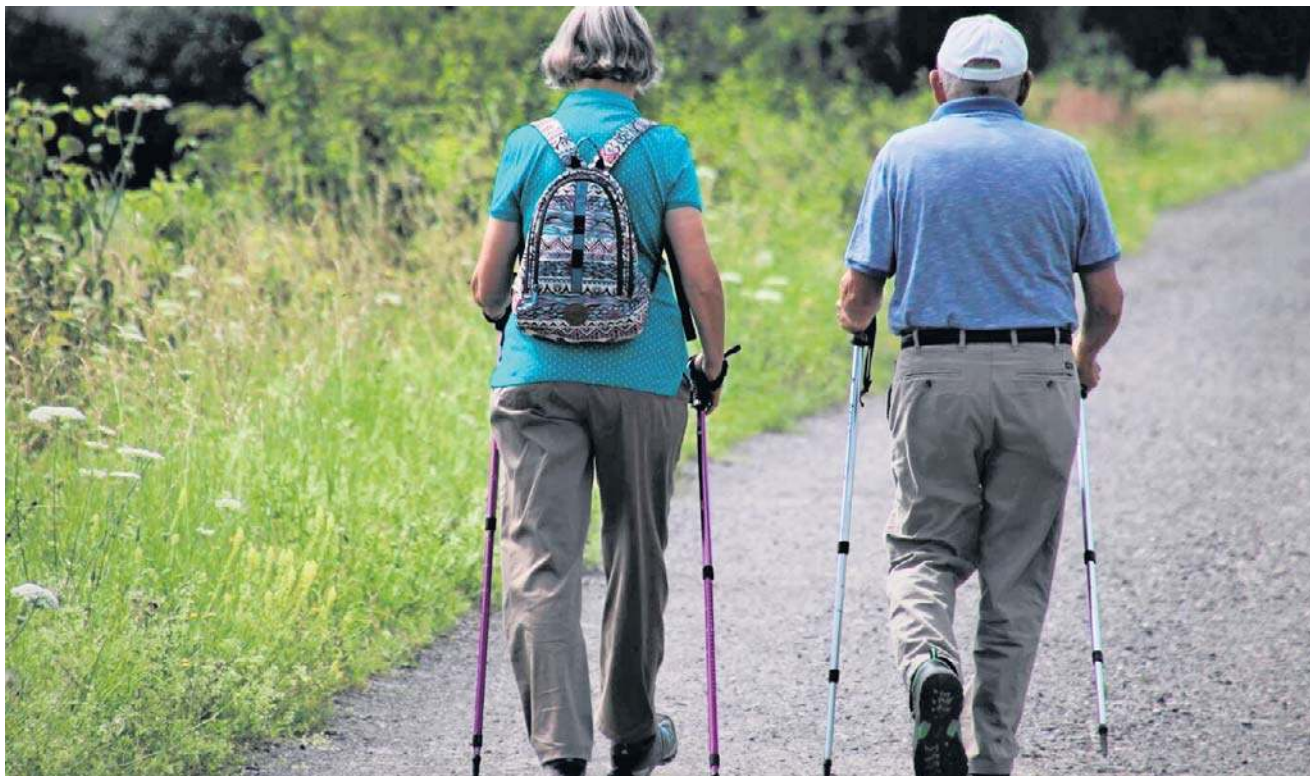
W przeciwieństwie do tradycyjnych infolinii takie systemy mogą prowadzić jednocześnie wiele rozmów i automatycznie kontaktować się z pacjentami.

- Voicebot ma skuteczność kontaktu z pacjentem dochodzącą nawet do 95 proc. W większości wdrożeń pozwala to obniżyć wskaźnik no-show o ponad 50 proc. już w pierwszym miesiącu działania, a w dobrze zoptymalizowanych placówkach medycznych zejść ze wskaźnikiem no-show nawet do około 1 proc. - podkreśla Leszek Moszczyński.

Takie technologie są wdrażane również w Polsce. Jednym z dostawców rozwiązań w tym obszarze jest EasyCall, należący do spółki technologicznej SoftBlue, który rozwija systemy conversational AI dla sektora medycznego. Narzędzia tego typu integrują się z systemami informatycznymi placówek i wspierają procesy rejestracji oraz zarządzania harmonogramami pacjentów.

Według ekspertów automatyzacja komunikacji z pacjentami może w najbliższych latach odgrywać coraz większą rolę w organizacji pracy placówek medycznych, zwłaszcza w warunkach rosnących kosztów i niedoboru personelu administracyjnego.

Jak zatrzymać postęp artrozy? Najlepszy jest umiarkowany, ale systematyczny ruch



„Na własną rękę” można, a nawet powinno się dbać o utrzymanie odpowiedniej masy ciała. W zapobieganiu ograniczenia ruchomości stawów pomoże też aktywność fizyczna. Spaceruje, jazda na rowerze, pływanie

Ingrid Hintz-Nowosad
ingrid.hintz@polskapress.pl

Jest przyczyną dolegliwości bólowych około dwóch milionów Polaków. Borykające się z nią osoby skarżą się na bóle, dyskomfort i ograniczenie swobody ruchów.

Do często występujących przypadków artrozy należą zwyrodnienia stawów biodrowych, kolanowych oraz kręgosłupa.

Choroba zwyrodnieniowa stawów

Artroza to proces chorobowy polegający na występowaniu zwyrodnień w układzie kostno-mięśniowym, który doprowadza do zmian w obszarze tkanki chrzęstnej, a następnie, stopniowo zaczyna obejmować cały staw. Mają na to wpływ zdarzenia zarówno biologiczne, jak i mechaniczne (np. urazy), które doprowadzają do degradacji tkanek.

Do charakterystycznych cech schorzenia należy:

- stwardnienie części podchrzęstnej kości,
- powstawanie torbieli, stanów zapalnych,
- zmiany w budowie kości (tworzenie się wyrostki kostnych brzożnych).

Ryzyko wystąpienia zwyrodnienia wzrasta, gdy struktura tkanki łącznej w danym stawie jest nadmiernie przeciążana

(przez dłuższy czas) lub gdy sama tkanka charakteryzuje się nieprawidłową budową. Do najczęstszych przyczyn występowania zmian należą urazy, zabiegi chirurgiczne, choroby metaboliczne, choroby zapalne stawów lub wiek. ZDo najwcześniejszych objawów, które dają o sobie znać na początku choroby, należą dolegliwości bólowe. Pacjenci zmagający się z artrozą doświadczają bólu stawów, który pojawia się np. przy zmianach pogody lub podczas aktywności fizycznej, a najczęściej ustępuje po okresie odpoczynku i relaksacji. Charakterystyczna jest także sztywność stawów oraz odczuwane „trzeszczenie”, czyli tarcie w stawie podczas ruchu. Do zdiagnozowania choroby wystarczy zazwyczaj badanie wykonane przez lekarza oraz zdjęcie radiologiczne, które uwidoczni nierówne i zdeformowane powierzchnie stawowe wraz ze zwężeniem szpary stawowej pomiędzy nimi.

Co dobrego możesz zrobić dla swoich stawów?

W celu skutecznego leczenia lub przynajmniej zatrzymania postępowania choroby, ważna jest odpowiednia i prawidłowa edukacja potencjalnych pacjentów. „Na własną rękę” można, a nawet powinno się dbać o utrzymanie odpowiedniej masy ciała - nadwaga sprzyja

powstawaniu zwyrodnień, ponieważ może wpływać na nadmierne przeciążenie stawów. Aby zapobiegać ograniczeniu ruchomości stawów, istotne jest wykonywanie odpowiednich ćwiczeń (np. opartych na wzmacnianiu mięśni posturalnych). Najlepszy będzie umiarkowany, ale systematyczny ruch (pływanie, spaceruje,

WARTO WIEDZIEĆ

Skuteczny może być rezonans magnetyczny

Terapia rezonansem magnetycznym to duża szansa dla pacjentów, którzy od lat zmagają się ze schorzeniami stawów czy mięśni. Podczas zabiegów przeprowadzona do otaczającej tkanki energia wyzwała w organizmie procesy metaboliczne i biofizyczne. W efekcie prowadzi to do aktywnej stymulacji komórek, dzięki której tkanka chrzęstna może ulec znacznej regeneracji i doprowadzić do szybkiej redukcji bólu. Jest to zatem bezinwazyjna metoda, nie wymagająca interwencji chirurgicznej, która daje długofalowy, trwały efekt leczenia, wynoszący co najmniej 4 lata.

Terapii można się poddać w wielu klinikach w Polsce.

jazda na rowerze). Zdecydowanie nie jest wskazane wykonywanie intensywnych treningów (np. na siłowni), ponieważ może to wręcz zaszkodzić choremu, obciążając niepotrzebnie stawy i narażając na wystąpienie dodatkowej kontuzji.

Jakie są metody leczenia?

Istnieje wiele dostępnych metod leczenia, które pomagają pacjentom w uśmierzeniu bólu i zwalczeniu dolegliwości. Zalicza się do nich wsparcie farmakologiczne (leki przeciwbólowe i przeciwzapalne), a także fizykoterapię, zastrzyki czy nawet zabiegi polegające na wymianie stawu i wszczępieniu sztucznego elementu - protezy.

- Kiedy dojdzie już do stanu wymagającego leczenia, pomysłmy przede wszystkim o prawidłowej diecie, suplementacji preparatami wzmacniającymi kości i chrząstki stawowe, witaminami (głównie D3 i K2) oraz o rehabilitacji z nauką ćwiczeń, które będziemy mogli wykonywać w domu. Pomocne też będą zabiegi fizykalne przeciwbólowe, ograniczające stany zapalne i wspomagające regenerację - mówi Jan Kośmider, ortopeda i specjalista rehabilitacji medycznej.

Rodzaj terapii należy skonsultować z lekarzem, który pomoże ocenić, co w danym przypadku będzie najbardziej korzystne.

Żyjemy w ciągłym szumie. Naukowiec tłumaczy, jak hałas męczy nasz mózg

Barbara Wesoła
barbara.wesola@polskapress.pl

O tym, czym jest smog akustyczny i dlaczego nasze otoczenie dźwiękowe ma znaczenie dla zdrowia, mówi dr inż. Grzegorz Chrobak z Uniwersytetu Przyrodniczego we Wrocławiu.

Porównuje pan hałas do zabójcy. To brzmi bardzo groźnie.

Przez lata mówiliśmy o chorobach cywilizacyjnych - otyłości, stresie, zanieczyszczeniu powietrza. Z czasem okazało się, że do tego zestawu trzeba dopisać jeszcze jeden czynnik: hałas środowiskowy.

Kluczowe słowo to akumulacja obciążeń. Te czynniki się kumulują. Człowiek żyjący w mieście oddycha gorszym powietrzem, doświadcza stresu, prowadzi siedzący tryb życia - a do tego dochodzi jeszcze stała ekspozycja na hałas. Pod tym względem hałas jest podobny do smogu.

Jeśli miałbym w prosty sposób wyjaśnić pojęcie smogu akustycznego, to powiedziałbym tak: jest to nadmiar dźwięków w środowisku, który powoduje, że przestajemy rozróżniać ich źródła i zaczynamy odbierać je jako jeden ciągły szum, czyli jednorodną tło akustyczne.

Tak jak smog atmosferyczny składa się z wielu cząstek zanieczyszczeń, tak smog akustyczny powstaje z nakładających się na siebie emisji dźwięków: ruchu drogowego, wentylacji, klimatyzacji, urządzeń technicznych czy rozmów ludzi.

Szacuje się, że w Unii Europejskiej około 12 tys. osób rocznie umiera przedwcześnie z powodu hałasu.

Tak, ale trzeba pamiętać, że hałas działa podobnie jak tzw.

choroby współistniejące. Rzadko jest bezpośrednią przyczyną zgonu. To trochę tak, jak w przypadku wypadku samochodowego - bezpośrednią przyczyną śmierci może być krwotok wewnętrzny, ale interesuje nas krok wcześniej: jakie czynniki doprowadziły do tego krwotoku.

Hałas jest właśnie takim wcześniejszym, pośrednim czynnikiem. Koreluje z innymi obciążeniami środowiskowymi.

Organizm interpretuje hałas jako sygnał zagrożenia. Pojawia się stres, wydzielają się hormony.

Tak, ale bardzo ważny jest kontekst. Jeśli wiemy, skąd pochodzi dźwięk i dlaczego się pojawia, organizm reaguje inaczej. Jeśli słyszę samochód nadjeżdżający z daleka, jestem na to przygotowany. Problem zaczyna się przy hałasie tła, takim jak szum ruchu drogowego czy wentylacji. To dźwięk, który stale oddziałuje na nasz organizm, często nawet podświadomie. Człowiek może czuć się rozdrażniony, zmęczony albo zdekoncentrowany, ale nie zawsze potrafi wskazać przyczynę. Coraz częściej ludzie mówią: „jestem przebudżony”. I to jest chyba dobre określenie.

Hałas działa nawet wtedy, gdy śpimy.

To, że śpimy, nie oznacza, że mózg przestaje odbierać bodźce. Hałas może zaburzać fazy snu - skracać je albo powodować mikroprzebudzenia. Człowiek może się rano czuć zmęczony, choć nie wie dlaczego. A brak dobrej jakości snu jest z kolei powiązany z wieloma problemami zdrowotnymi: od zaburzeń koncentracji po depresję.



Hałas występujący w naszym środowisku działa niczym smog. Otacza nas z każdej strony

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

DIETA ZACHODNIA

Czym jest dieta zachodnia?

Dieta zachodnia to model żywienia, w którym dominują produkty wysoko przetworzone. Charakteryzuje się m.in. ubogą zawartością błonnika pokarmowego, a dużą zawartością tłuszczów nasyconych, cukru prostego oraz tłustych produktów mlecznych.

W takiej diecie brakuje natomiast warzyw i owoców, chudego nabiału i mięsa, jak również zbożowych produktów pełnoziarnistych. Gotowe produkty mają coraz dłuższą trwałość, są nienaturalnie kolorowe lub mają ulepszoną strukturę. Wiąże się to z dodatkiem różnych emulgatorów, konserwantów, przeciwutleniających i barwników. Dieta zachodnia nie dostarcza wystarczającej ilości witamin

i składników mineralnych potrzebnych do utrzymania dobrostanu organizmu. Dieta zachodnia stanowi element zachodniego stylu życia, z którym wiąże się również niska aktywność fizyczna. Taka dieta wywołuje ogólnoustrojowy stan zapalny, może prowadzić do nadwagi, otyłości i zespołu metabolicznego oraz ma bezpośredni i pośredni wpływ na strukturę i funkcjonowanie mózgu.

Jak dieta zachodu wpływa na mózg i pamięć?

Negatywny wpływ diety zachodu wykracza poza przyrost masy ciała i zaburzenia metaboliczne - dotyka także funkcji poznawczych. Badanie z 2016 r. przeprowadzone na szczurach wykazało, że zwierzęta karmione posiłkami bogatymi w tłuszczce

i węglowodany miały trudności z zadaniami wymagającymi pamięci zależnej od hipokampa. Ta mała struktura mózgu, kształtem przypominająca konika morskiego, stąd łacińska nazwa hippocampus, odgrywa kluczową rolę w pamięci epizodycznej. Podobne eksperymenty przeprowadzono również na ludziach i ich wyniki potwierdziły obserwacje uzyskane u szczurów. Już cztery dni stosowania diety zachodu wystarczają, by pogorszyła się zdolność zapamiętywania.

Co więcej, dieta wpływa także na odczuwanie sytości. Uczestnicy, którzy jedli zgodnie z zasadami diety zachodu, pod koniec badania potrzebo-

wali więcej kalorii niż na początku, aby poczuć się najedzonymi.

Co zamiast diety zachodniej?



Najbardziej polecanym przez specjalistów modelem żywienia jest dieta śródziemnomorska, charakteryzuje się ona spożyciem dużej ilości warzyw, owoców, produktów zbożowych z pełnego ziarna, nasion roślin strączkowych, oliwy z oliwek oraz ryb. Z technik kulinarnych zaleca się gotowanie, gotowanie na parze, pieczenie. Dieta śródziemnomorska charakteryzuje się nie tylko wartościowymi produktami spożywczymi, ale

także innymi elementami, takimi jak sposób przygotowywania posiłków i spożywania ich w towarzystwie.

Jakie jest znaczenie tłuszczu w diecie zachodniej?

Dieta typu zachodniego dostarczająca dużych ilości tłuszczu zwierzęcego, głównie pochodzącego z mięs i przetworów mięsnych, przyczynia się do wzrostu stężenia cholesterolu w organizmie. Innym źródłem tłuszczu w diecie zachodniej jest tłusty nabiał taki jak sery pleśniowe, topione, sery żółte, a także pełnotłuste mleko, które jest podstawowym składnikiem np. gotowych koktajli smakowych. W diecie zachodniej spożywane są również duże ilości deserów, które są nie tylko źródłem cukru, ale także

tłuszczu. Są to między innymi ciasta z dodatkiem kremów czekoladowych, na bazie śmietany czy sera mascarpone.

Dieta zachodnia obfituje również w słone przekąski takie jak chipsy, krakersy, orzechy w panierce, które zawierają nie tylko duże ilości tłuszczu, ale także soli, której nadmierne spożycie prowadzi do nadciśnienia tętniczego krwi.

Zwiększa ono z kolei ryzyko wystąpienia udarów mózgu, chorób sercowo-naczyniowych, niewydolności serca oraz nowotworów żołądka.

W diecie zachodniej często wykorzystywanym sposobem obróbki technologicznej jest smażenie w głębokim tłuszczu, np. frytki. Tak przygotowane posiłki są ciężkostrawne i wysokokaloryczne.

Bazie kotki lekiem na przeziębienie

Agata Siemaszko
redakcja@stronazdrowia.pl

Mleko baziowe to napój ceniony za właściwości przeciwgorączkowe, przeciwwzpalne oraz przeciwbólowe. W prosty sposób można przygotować je w domu, choć nie wszystkim jest polecane.

Jedną z pierwszych oznak wiosny są puchate bazie kotki, czyli kwitnące pąki wierzby. Mało kto wie, że bazie kotki wykazują szereg korzystnych właściwości zdrowotnych.

Głównym surowcem używanym w medycynie jest kora wierzbowy, która znana jest ze swojego działania przeciwbakteryjnego, przeciwgorączkowego, przeciwzapalnego oraz przeciwbólowego. Dlatego napary z kory wierzbowej często stosuje się przy przeziębieniu i grypie.

Co można zrobić z bazi?

Zastosowanie w medycynie naturalnej znajdują również bazie kotki, z których przygotowuje się mleko baziowe.

Bazie, w zależności od gatunku i odmiany wierzby, mogą być srebrzyste, czerwono-różowe, a nawet czarne. Podczas spacerów przeważnie natrafiamy jednak na te pierwsze.

Te puchate pączki są źródłem salicylanów, czyli substancji obecnych w popularnej aspirynie i niektórych lekach przeciwgrypowych. Związki te



Bazie kotki mają właściwości lecznicze. To wiedza znana od dawna, korzysta z niej medycyna ludowa. Napar z kory wierzbowej z powodzeniem stosowany jest przy przeziębieniach, infekcjach gardła i grypie

hamują odkładanie się płytek krwi, przez co zapobiegają powstawaniu zakrzepów. Warto wspomnieć, że kwas salicylowy po raz pierwszy został otrzymany właśnie z wierzby.

Z uwagi na obecność salicylanów mleko baziowe może prawdopodobnie wykazywać działanie przeciwniażdżycowe oraz przeciwwzpalne, dzięki czemu sprawdzi się w profilaktyce:

- zawału serca,
- udaru mózgu,
- zakrzepicy żył głębokich,

- zatorów płucnych.

Dawniej często wspomaganym leczeniem przeziębienia i grypy właśnie mlekiem baziowym.

Ze względu na obecność salicylanów ten napój wykazuje również działanie przeciwgorączkowe, przeciwzapalne oraz przeciwbólowe.

Dlatego picie tego napoju może okazać się również pomocne w leczeniu objawów:

- przeziębienia,
- grypy,
- kataru,

- bólu mięśni i stawów.

Czy bazie są trujące?

Choć bazie nie są trujące i mają wiele prawdopodobnych właściwości zdrowotnych, to nie wszystkie osoby mogą cieszyć się napojem z wierzbowych kotków. Przeciwwskazaniem do jego spożywania są:

- alergia lub nadwrażliwość na salicylany,
- alergia na białka mleka krowiego,
- astma oskrzelowa,

- choroby nerek,
- choroby wątroby,
- zaburzenia krzepnięcia krwi,
- wrzody żołądka i dwunastnicy.

W przypadku kobiet w ciąży i karmiących, a także dzieci należy zachować szczególną ostrożność i przed spożyciem mleka baziowego skonsultować się z lekarzem pierwszego kontaktu. Jeśli nie masz pewności, czy drzewo, z którego chcesz pozyskać bazie to wierzba, nie zrywaj żadnych jego części i nie przyrządzaj z niego żadnych napojów.

Przepis na herbatkę z bazi, czyli mleko baziowe

Przygotowanie tego napoju jest niezwykle szybkie i nie wymaga specjalnych umiejętności.

Miksturę można pić kilka razy dziennie przez okres występowania nasilonych objawów przeziębienia.

Podany przepis zawiera ilość składników, która pozwala na przygotowanie jednej porcji napoju. Przed zbieraniem bazi warto zwrócić uwagę na miejsce, w którym rosną i wybierać te z miejsc oddalonych od dróg z dużym natężeniem ruchu oraz autostrad.

Mleko baziowe można przygotować ze świeżych, jak i suszonych pączków.

Składniki:

- 1 łyżka bazi świeżych lub suszonych kotków,
- 1 szklanka mleka.

Przygotowanie:

- Do garnka wlej mleko i dodaj bazie.
- Całość doprowadź do wrzenia i od razu zdejmij z palnika.
- Odstaw napój na 10 minut, aby bazie napeęźniały.
- Napój możesz przecedzić przez sito lub podawać razem z baziami.
- Smak mleka można wzbogacić poprzez dodanie do gotowego napoju miodu, goździków, cynamonu. Mleko warto pić, gdy jest ciepłe.

WAŻNE

Wierzba w medycynie ludowej

Wierzba od tysięcy lat jest ceniona jako środek przeciwzapalny, przeciwbólowy i przeciwgorączkowy. Jej użycie zostało udokumentowane na tabliczkach ze starożytnej Sumerii, które liczą 4 tys. lat. Kora wierzby zawiera błonnik, który spowalnia wchłanianie salicyny oraz garbniki, które tonizują podrażnione błony i zmniejszają krwawienie. Wierzba jest również moczopędna. Może pomóc złagodzić ciepło i obrzęki związane z urazami, zapaleniem stawów, dużą objętością krwi i innymi schorzeniami. Z wierzby wykonuje się m.in. olejek, susz do parzenia, a także nalewkę.

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?

Telefonicznie: 32 420 73 74

Przez internet: ibo.polskapress.pl E-mailem: ogloszenia@dz.com.pl

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

Kupię mieszkanie zadłużone, z trudnym lokatorem, komornikiem, udziały. Gotówka, 883-402-202

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

AUTOSKUP osobowe, dostawcze (stan obojętny) Dojazd, gotówka 602-871-305, 515-274-430 Własny transport

Praca

ZATRUDNIĘ

PRACA W BELGII - docieplenie elewacji / tynkarz
Zatrudnimy pracowników budowlanych do dociepleń i tynkowania elewacji.
Wymagane doświadczenie w pracach elewacyjnych.
Oferujemy wysokie zarobki, zakwaterowanie oraz transport.
Kontakt: 666 610 600

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

Nauka

INNE

KLIKASZ? Sprawdź dwa razy. Projekt „Cyfrowa OdNowa” przypomina o bezpieczeństwie w sieci. Kontakt: odnowacyfrowa@gmail.com

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

DACH P.H.U. WIS - krycie, papa termo. wymiana rynien (metalowe, nierdzewka, plastikowe) przebudowa kominów, ocieplenie dachu, styropapa, obróbki blacharskie, gont (mamy zwyżkę) 27 lat tradycji 501-404-611

DACHY - docieplenie stropodachów, krycie papą termozgrzewalną, rynny, kominy, obróbki blacharskie (25 lat na rynku) Tel. (32)206-71-55, 501-404-612 www.termo-dach.pl

REMONTY mieszkań, tel. 509-990-315

BIUROWO - PROJEKTOWE

ŚWIADECTWA energetycz:

606307123

PRZEPROWADZKI

A-Z Przewodzki+Ekipa: 504709047

Turystyka

KRAJ - GÓRY

WISŁA. LIMBA. Wczasy. Weekendy.

Obozy. Dobra domowa kuchnia. Pok z łoż. i TV. Blisko centrum. 517800150; 33/8552174; www.dwlimba.pl

Matrymonialne

"ROMEO" biuro matrym. 502 363 127

KAWALER lat 43 pozna Panią w wieku

38 - 45 lat. Kozy. Cel matrymonialny, 539-153-845

Różne

KUPIĘ monety, banknoty, starocie, znaczki, medale, zegarki, rogi, płyty, widokówki, porcelane: 660-482-319.

PANOWIE preparaty, tel. 788-989-351, 888-033-468

Usługi pogrzebowe

0011457765
POGOTOWIE POGRZEBOWE
KATOWICKIE CMENTARZE
KOMUNALNE
ul. Murkowska 9, Katowice
Całodobowo:
32-255 15 51, 607 399 321
www.kck.katowice.pl


REKLAMA 0011499119

OGŁOSZENIE
Wójt Gminy Mstów informuje,
że w siedzibie Urzędu Gminy Mstów oraz na stronie internetowej Urzędu został zamieszczony wykaz o przeznaczeniu do użyczenia części nieruchomości w obrębie 0024 Wancerzów pod rozbudowę sieci pomiarowo-observacyjnej. Ogłoszenie zostało umieszczone na okres 21 dni, tj. od 25 marca 2026 r. do 15 kwietnia 2026 r. Informacje tel. 34/3284-005 w. 40.

REKLAMA 0011497826


OGŁOSZENIE
Prezydent Miasta Sosnowca informuje,
że na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Sosnowcu przy Al. Zwycięstwa 20 na okres od dnia **25.03.2026 r.** do dnia **15.04.2026 r.** został wywieszony wykaz nieruchomości przeznaczonej do dzierżawy, zlokalizowanej przy ul. Widok, działka ozn. geod. jako nr 1655/4 obręb 0009 Sosnowiec.


REKLAMA 0011497997

OGŁOSZENIE O PRZETARGU NIEOGRANICZONYM

Rudzka Spółdzielnia Mieszkaniowa
41-700 Ruda Śląska, ul. Magazynowa 12
NIP: 641 001 03 37 REGON: 000484713
tel. 0-/32/ 24-82-411 /-15/, fax. 0-/32/ 24-84-322
e-mail: rsm@rsm.com.pl
ogłasza przetarg pisemny nieograniczony na:
docieplenie budynku mieszkalnego wielorodzinnego przy ul. Brygadystów 4, 4A, 4B, w zasobach Rudzkiej Spółdzielni Mieszkaniowej w Rudzie Śląskiej.
Formularz zawierający Specyfikację Istotnych Warunków Zamówienia można odebrać od dnia 25.03.2026 r. do dnia 2.04.2026 r. w siedzibie Zamawiającego, adres: Ruda Śląska, ul. Magazynowa 12.
Aby odebrać SIWZ osobiście w siedzibie Zamawiającego, należy:
• dokonać wpłaty na konto w SANTANDER BANK POLSKA S.A. I/O Ruda Śląska nr 13 1090203700000053600 5415,
• zgłosić się do pokoju nr 318 z potwierdzeniem dokonania przelewu w celu odebrania Faktury VAT,
• odebrać SIWZ od godz. 8.00 do godz. 13.00 w pokoju 310
Aby odebrać SIWZ za zaliczeniem pocztowym, należy przesać faxem lub e-mailem zamówienie z podaniem danych potrzebnych do wystawienia Faktury VAT. Cena formularza wynosi: **179,58 PLN /z VAT/**.
Zamkniętą kopertę zawierającą ofertę należy składać w siedzibie Zamawiającego w Rudzie Śląskiej, ul. Magazynowa 12, w pokoju 213, **do dnia: 10.04.2026 r. do godziny 8.30.**
Otwarcie ofert nastąpi w siedzibie Zamawiającego w Sali nr 317 w dniu **10.04.2026 r. o godzinie 9.00.**
Okres obowiązywania oferty wynosi 60 dni od terminu składania ofert.
Wykonawca przystępując do przetargu obowiązany jest wnieść wadium przetargowe w kwocie: **100.000,00 PLN/zadanie**
Wadium można wpłacać na konto w SANTANDER BANK POLSKA S.A. I/O Ruda Śląska nr 13 10902037 000000053600 5415 do dnia **9.04.2026 r.** Uwaga! Za datę wniesienia wadium w tej formie, uważa się datę wpływu środków na konto zamawiającego.
W przypadku wybrania oferty uchylenie się od podpisania umowy spowoduje przepadek wadium na rzecz Zamawiającego.
Zamawiający zastrzega sobie prawo unieważnienia lub zamknięcia przetargu bez wybrania którejkolwiek z ofert i bez podania przyczyny.
Pracownikiem uprawnionym do kontaktów z oferentami jest: Alicja Pawłowska, pracownik Działu Technicznego, pok. 310 tel. 32 24 82 411 /15/ wew. 306 w godzinach od 10.00 do 12.00 e-mail: alicia.pawlowska@rsm.com.pl.

REKLAMA 0011497233

CHORZÓW
wprawia w ruch
Prezydent Miasta Chorzów informuje,
że zarządzeniem nr OR.61.2026 z dnia 10 marca 2026 r. przeznaczone zostały do sprzedaży w drodze przetargu ustnego nieograniczonego n.w. lokale mieszkalne z udziałem w częściach wspólnych nieruchomości, położone w Chorzowie przy ulicach:
1. Wesolej 9/6 o powierzchni użytkowej 47,04 m² i przynależnej piwnicy o powierzchni 7,84 m², składający się z dwóch pokoi, kuchni, przedpokoju, łazienki z w.c.
2. Długiej 5d/3 o powierzchni użytkowej 44,45 m² i przynależnej piwnicy o powierzchni 5,50 m², składający się z dwóch pokoi, kuchni, przedpokoju, łazienki z w.c.
3. Obrońców Chorzowa 2/6 o powierzchni użytkowej 61,61 m² i przynależnej piwnicy o powierzchni 11,14 m², składający się z trzech pokoi, kuchni, przedpokoju, łazienki, w.c.
4. Odrodzenia 31/8 o powierzchni użytkowej 71,17 m² i przynależnej piwnicy o powierzchni 7,44 m², składający się z trzech pokoi, kuchni, przedpokoju, łazienki, w.c.
5. Krasickiego 18/16 o powierzchni użytkowej 30,04 m² i przynależnej piwnicy o powierzchni 2,40 m², składający się z jednego pokoju, kuchni, przedpokoju, łazienki z w.c.
6. Tetmajera 8/3 o powierzchni użytkowej 32,68 m² i przynależnej piwnicy o powierzchni 18,14 m², składający się z jednego pokoju, kuchni, przedpokoju, łazienki z w.c.
7. Krzywej 21/14 o powierzchni użytkowej 32,53 m² i przynależnej piwnicy o powierzchni 3,77 m², składający się z dwóch pokoi, kuchni, przedpokoju, łazienki z w.c.
8. Wróblewskiego 2a/6 o powierzchni użytkowej 32,24 m² i przynależnej piwnicy o powierzchni 5,69 m², składający się z jednego pokoju, kuchni, przedpokoju, łazienki z w.c.
9. Lipińskiej 24/38 o powierzchni użytkowej 25,06 m² i przynależnej piwnicy o powierzchni 1,66 m², składający się z jednego pokoju, kuchni, przedpokoju, łazienki z w.c.
10. Wróblewskiego 12a/2 o powierzchni użytkowej 36,11 m² i przynależnej piwnicy o powierzchni 11,85 m², składający się z jednego pokoju, kuchni, przedpokoju, łazienki z w.c.
Wyżej wymienione zarządzenie zostało wywieszane na elektronicznej tablicy ogłoszeń w gmachu Urzędu Miasta Chorzów przy ul. Rynek 1, 41-500 Chorzów, od dnia 25.03.2026 r. do dnia 14.04.2026 r. oraz w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Miasta Chorzów.

0011499337
Z wielkim żalem przyjęliśmy wiadomość o śmierci naszego kolegi

Kryspina Sandaka
Przepełnieni bólem wciąż nie potrafimy uwierzyć w tę niewyobrażalną tragedię.
Kryspin był niezwykle wrażliwym, uważnym człowiekiem i reporterem.
Nie bał się trudnych tematów, ale realizował je z wielką empatią, zawsze gotowy pomóc.
Miał dziennikarski talent, którego nie zdążył rozwinąć.
Odszedł zdecydowanie za wcześnie, pozostawiając wiele nieopowiedzianych historii.
Bliskim Kryspina składamy najszersze wyrazy współczucia.
Dyrekcja, Pracownicy i Współpracownicy z Telewizji Katowice

0011499195
Z głębokim żalem i smutkiem przyjęliśmy wiadomość o śmierci

dr. **Zbigniewa Kantyki**
cenionego i wieloletniego Pracownika Instytutu Nauk Politycznych Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach.
Rodzinie oraz Bliskim składamy wyrazy szczerego współczucia.
Dyrekcja oraz Pracownicy Instytutu Dziennikarstwa i Komunikacji Medialnej Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach

AUTOREKLAMA

Wspomnienia. Te najważniejsze...
Wspomnij bliskich. Zapal im świeczkę. Sprawdź na nekrologi.net i dziennikzachodni.pl/nekrologi

Świątek zwolniła Fissette'a. Kto zostanie jej nowym trenerem?

Jacek Kmieciak
redakcja@polskapress.pl

TENIS. Iga Świątek poinformowała przedwczoraj o zakończeniu współpracy z trenerem Wimem Fissettem w dniu urodzin 46-letniego belgijskiego szkoleniowca.

Zwolnienie trenera Wima Fissette'a jest pokłosiem słabej formy Igi Świątek, którą prezentuje od początku tego sezonu. Największy sukces, jaki z nim osiągnęła, to zwycięstwo w ubiegłorocznej edycji wielkoszlemowego Wimbledonu, który wygrała po raz pierwszy.

„Po wielu miesiącach wspólnej pracy z trenerem Wimem Fissette podjęłam decyzję o tym, że pójdę inną drogą. To był intensywny czas pełen wyzwań i wielu ważnych doświadczeń. Jestem wdzięczna za jego wsparcie, doświadczenie i wszystko, co razem osiągnęliśmy - w tym spełnienie jednego z moich największych sportowych marzeń. Dziękuję Ci Trenerze za ten czas i za lekcje, jakie dzięki Tobie odebrałam. Życzę Ci wszystkiego dobrego - zarówno zawodowo, jak i prywatnie” - napisała Świątek na Instagramie.

Trener Fissette po decyzji Świątek podziękował jej za wspólne chwile. Belg przekazał polskiej tenisistce życzenia powodzenia i dalszych sukcesów. „Igo, życzę ci powodzenia i sukcesów w przyszłości. Jestem pewien, że je osiągniesz” - przekazał.

Pozostała część sztabu Świątek jest bez zmian. Swoje stanowisko zachowała budząca najwięcej kontrowersji psychołożka Daria Abramowicz.

Trzecia w światowym rankingu Polka nie poinformowała jeszcze, kto będzie jej nowym szkoleniowcem.



Trener Wim Fissette został zwolniony przez Igę Świątek po rozczarowujących wynikach Polki w obecnym cyklu

- Decyzję dotyczącą zatrudnienia nowego trenera lub trenerki Iga ogłosi sama, gdy ta decyzja już będzie. Na razie nie wiadomo, czy nowego szkoleniowca zobaczymy już podczas najbliższego turnieju z jej udziałem w Stuttgarcie, do którego została zgłoszona i w którym ma wystąpić - powiedziała w rozmowie z Polska Press Daria Sulgostowska, PR menedżerka najlepszej polskiej tenisistki.

Ostatnio pojawiały się informacje, jakoby nowym trenerem Świątek miał zostać Piotr Woźniacki, ojciec i były piłkarz i trener duńskiej tenisistki Caroline Woźniackiej, którą doprowadził do pierwszego miej-

stwa w światowym rankingu oraz zwycięstwa w Australian Open w 2018 roku.

- Te pojawiające się informacje, to są tylko spekulacje medialne, które nie mają żadnego odzwierciedlenia w rzeczywistości - skomentowała Sulgostowska.

63-letni Woźniacki stanowczo zdementował plotki w rozmowie z Interią Sport: - Z pewnością nie będę nowym trenerem Igi Świątek. Ktoś się pomylił. Nikt ze mną nie rozmawiał. A nawet gdyby, to i tak zakończyłem karierę trenerską - powiedział Woźniacki.

Wyjaśniając powód swojej decyzji, ojciec Caroline oznajmił: - Szczerze mówiąc, po za-

kończeniu kariery przez Caroline otrzymywałam bardzo dobre oferty, ale teraz nie jest na to odpowiedni moment. Mam wspaniałą rodzinę, wnuki, wnuczki itd. i wiem, ile to kosztuje. I wiem, ile energii, czasu i prawdziwego poświęcenia to wymaga. Oczywiście zdaję sobie również sprawę, że ludzie teraz chcą kogoś, kto jest mądrzejszy i rozumie swoje błędy, tak jak ja z moją córką. Po tym całym doświadczeniu wiem, w którą stronę iść, ale to już przesądzone. Absolutnie nic nie jest w stanie mnie zmusić do zmiany zdania.

Choć Woźniacki oświadczył, że nie dołączy do zespołu Świątek, zasugerował idealnego, według niego, kandydata na stanowisko trenera najlepszej polskiej rakiety. - Jeśli zespół Igi Świątek, a nawet ona sama, nie podjęli jeszcze decyzji w sprawie następcy Wima Fissette'a, zabieram głos i wiem, o czym mówię. Dawid Celt powinien być brany pod uwagę - stwierdził były coach Caroline.

40-letni Dawid Celt był fizykoterapeutą w sztabie byłej gwiazdy polskiego tenisa Agnieszki Radwańskiej, z którą związał się i ma syna, kiedy trenerem „Isi” był trener Tomasz Wiktorowski, który potem pracował z sukcesami ze Świątek przed Fissette'em. Obecnie Celt jest wziętym komentatorem tenisowym, a także kapitanem kobiecej reprezentacji Polski, w której sekunduje między innymi Świątek w meczach Billie Jean King Cup.

- Nie wiadomo, czy nowy trener lub trenerka będzie pracować z Igą już podczas najbliższego turnieju z jej udziałem w Stuttgarcie - podsumowała menedżerka Świątek. Turniej WTA 500 w Stuttgarcie odbędzie się 13-19 kwietnia. ©©

Tomasiak nie wystartuje na zakończenie sezonu PŚ na Letalnicy w Planicy

Jacek Kmieciak
redakcja@polskapress.pl

SKOKI NARCIARSKIE. **Multimedalista olimpijski z Mediolanu 2026 Kacper Tomasiak zakończył sezon i nie wystartuje w podsumowującym cykl Pucharu Świata 2025/2026 zawodach w Planicy.**

Trener kadry polskich skoczków Maciej Maciusiak poinformował, że najlepszy obecnie „Orzeł”, Kacper Tomasiak, nie weźmie udziału w kończących sezon lotach na Letalnicy w słoweńskiej Planicy w weekend 26-29 marca.

W niedzielę Tomasiak zakończył groźnie wyglądający upadek podczas kwalifikacji do konkursu Pucharu Świata na mamucie skoczni w norweskim Vikersund. Przy lądowaniu nie odpięła się jedna narta, a on sam obrócił się i uderzył tyłem głowy o zeskok. Zawody ostatecznie odwołano z powodu zbyt silnego wiatru. W poniedziałek został wypisany ze szpitala w Drammen po przejściu szeregu badań, które nie wykazały żadnego po-

ważnego urazu. W związku z tym wrócił z resztą drużyny do Polski i w godzinach popołudniowych dotarł do domu w Bielsku-Białej. - Lepiej, żeby odpoczął. Jest bardzo zmęczony. Kacper zostanie w domu. Planica w przyszłym roku - skomentował Maciusiak.

Tomasiaka może zastąpić inny junior, jeśli Polska zechce wykorzystać sześciuosobową kwotę startową. W przeciwnym razie w Słowenii wystartuje pięciu Biało-Czerwonych.

Dzisiaj o godzinie 10 rozpocznie się oficjalny test Letalnicy (HS240) przed wielkim finałem sezonu. Przedwczoraj organizatorzy opublikowali listę przedskoczków, którzy będą mieli okazję do oddania prób. W gronie 31 testerów znalazł się reprezentant Polski Wiktor Fickowski, który w tym sezonie miał już okazję do testowania mamuciej skoczni podczas mistrzostw świata w lotach narciarskich w Oberstdorfie, gdzie ustanowił swój nowy rekord życiowy, uzyskując w jednej z prób odległość 198,5 metra. ©©



Kacper Tomasiak, decyzją trenera kadry Macieja Maciusiaka, zakończył już sezon Pucharu Świata

Przeestroga dla Urbana. O tym musi pamiętać przed barażem z Albanią

Jakub Jabłoński
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. **Reprezentacja Polski już w czwartek zmierzy się z niewygodną Albanią w półfinale baraży o mistrzostwa świata 2026.**

Przygotowania do spotkania z Albanią ruszyły od początku tygodnia, gdy kadrowicze zjechali na zgrupowanie do Warszawy. Pierwszy trening odbył się niemal w komplecie. Najpóźniej dotarło trio z FC Porto: Jakub Kiwior, Jan Bednarek

oraz debiutujący 17-letni skrzydłowy Oskar Pietuszczyński, który po ostatnich kapitalnych wyczynach podbija Półwysp Iberyjski.

Wtorkowe zajęcia odbyły się po południu na stadionie Legii. Tym razem trenowali już wszyscy powołani. Optymizmem napawają też raporty medyczne - jak dotąd obyło się bez urazów.

Lepiej dmuchać na zimne

Na papierze wszystko przemawia za Polską. Kadra Jana

Urbana jest wyżej wyceniana, a bukmacherzy stawiają ją w roli faworyta nie tylko półfinału, ale i całych dwuetapowych baraży.

Historia pokazuje jednak, że Albania potrafi sprawiać problemy. W eliminacjach do Euro 2024 to właśnie ten rywal poważnie skomplikował sytuację Polaków. Porażka 0:2 kosztowała posadę Portugalczyka Fernando Santosa.

W tamtym meczu trafiali Jasir Asani i Mirlind Daku, a w środku pola zagraли Piotr Zieliński i Grzegorz Krycho-

wiak, dla którego był to ostatni występ w kadrze. Również w Warszawie Polska męczyła się, ale wygrała skromnie po błysku Karola Świderskiego.

Klucz tkwi w środku pola

Największym wyzwaniem dla selekcjonera pozostaje ustawienie drugiej linii. To tam mogą rozstrzygnąć się losy meczu. Czy postawić na ofensywne ustawienie, czy lepiej zabezpieczyć środek pola? Pewniakiem pozostaje Piotr Zieliński, mający ugrun-

towana ostatnio pozycję w Interze Mediolan. W dobrej formie jest też Jakub Moder, który w ostatnim meczu Feyenoordu z Ajaksem zdobył pierwszą bramkę w sezonie ligi holenderskiej. Nie można jednak zapominać o sile rywala. Albania, od dłuższego czasu prowadzona przez Sylvinho, to zespół dobrze zorganizowany, oparty na piłkarzach z doświadczeniem we włoskiej Serie A i nawet angielskiej Premier League.

Dlatego wydaje się niemal pewne, że selekcjoner Jan

Urban zacznie od zabezpieczenia tyłów i postawi na jednego typowego defensywnego pomocnika. W tej roli naturalnym kandydatem z powołanych jest Bartosz Slisz z Brøndby, który daje równowagę i stabilność obok kreatywnego Zielińskiego.

Mecz półfinałowy baraży o mundial 2026 Polska - Albania na PGE Narodowym w Warszawie rozegrany zostanie jutro, to jest w czwartek, 26 marca - początek o godzinie 20.45. Transmisję przeprowadzi Telewizja Polska na antenach TVP1 i TVP Sport. ©©

SPORT

www.sportowy24.pl

GKS JASTRZĘBIE NIE POJEDZIE NA MECZ DO CHOJNIC
Klub z Jastrzębia-Zdroju ma problemy finansowe i wiele wskazuje na to, że wycofa się z rozgrywek Betclac 2. Ligi.

„W związku z trudną sytuacją finansowo-organizacyjną Klub GKS Jastrzębie informuje o rezygnacji z wyjazdu na mecz z Chojniczanką Chojnice, zaplanowany na sobotę, 28 marca, w ramach 25. kolejki Betclac 2. Ligi. Decyzja ta została podjęta z najwyższą odpowiedzialnością, z uwzględnieniem bieżących możliwości organizacyjnych Klubu” - podano w komunikacie. **TOK**



FOT. GKS JASTRZĘBIE

DZIŚ GRA GKS KATOWICE
W szóstym meczu półfinału Tauron Hokej Ligi Unia Oświęcim podejmie GieKSę.
W rywalizacji play off (do czterech wygranych) jest 3:2 dla Unii. Początek środowego meczu o godz. 20.15. Transmisja w TVP Sport. **TOK**

Czy Jan Urban powinien zostać, jeśli nie awansujemy na mundial?

Bartłomiej Romanek, Tomasz Kuczyński, Rafał Musioł, Jacek Sroka
sport@dz.com.pl

PIŁKA NOŻNA. Już jutro reprezentacja Polski zagra w półfinale baraży o mundial z Albanią (g. 20.45). Z tej okazji podyskutowaliśmy o najważniejszych kwestiach z tą walką związanych.

Co stanowiło największe zaskoczenie przy powołaniach?

Bartłomiej Romanek, zastępca redaktora naczelnego: Brak piłkarzy Legii. Ale nie żartujmy - przy kilku nazwiskach są mniejsze i większe znaki zapytania. Te największe dotyczą Przemysława Wiśniewskiego i Bartłomieja Drągowskiego. Z jednej strony to gracze z doświadczeniem w kadrze, którzy w tej kadrze raczej nie zawodzili, ale z drugiej są kompletnie bez formy, co znajduje odzwierciedlenie w wynikach Widzewa. Problem w tym, że na obu pozycjach selekcjoner nie ma komfortu wyboru, bo po kontuzji Łukasza Skorupskiego, bramka w reprezentacji jest obsadzona najsłabiej od lat, a poważną alternatywą dla Wiśniewskiego jest obecnie chyba tylko Tomasz Kędziora, bo Jan Ziółkowski gra ostatnio niewiele w klubie.

Tomasz Kuczyński, redaktor działu sportowego: Liczyłem na element romantyzmu u trenera Jana Urbana i powołanie Bartosza Nowaka z GKS-u Katowice, który jest obecnie najlepszym polskim zawodnikiem w PKO Ekstraklasie. Z tego powodu jestem trochę zaskoczony, że Nowak nie dostał szansy, bo selekcjoner w ten sposób mógłby dać sygnał, że docenia kogoś, kto zdecydowanie wyróżnia się na polskich boiskach. Oczywiście rozumiem filozofię Urbana, ale i tak nieco mnie zaskoczył brakiem powołania Nowaka.

Rafał Musioł, redaktor działu sportowego: Na liście powołanych nie ma żadnych niespodzianek. Jan Urban czym miał zaskoczyć, to zaskoczył przy pierwszym zgrupowaniu. Od tamtego momentu jest konsekwentny w budowaniu grupy, która za to zaufanie mocno mu się (przynajmniej na razie) odplaca. Efektem ubocznym jest oczywiście ślepa furia tak zwanych ekspertów, którzy swoje opinie kształtują często na podstawie telefonów od zaprzyjaźnionych menedżerów, liczących, że awans na mundial ich piłkarzy im samym pomnoży konta bankowe. Już przy naszej poprzedniej debacie podkreśliłem, że to selekcjoner ponosi pełną odpowiedzialność i związaną z nią ryzyko. Wie, że jeśli coś nie wypali, wówczas będzie szarpany we wszystkich programach z udziałem samowolnych autorytetów. Tym większy szacunek za trzymanie się wyznaczonej linii. Nie o wszystkich opiekunach kadry w ostatnich latach można było to powiedzieć. Pokusa, by zrobić dobrze potencjalnym największym krytykom, pewnie była zbyt duża.

Jacek Sroka, szef działu sportowego: W powołaniach Jana Urbana na marcowe baraże nic mnie nie zaskoczyło, bo selekcjoner postawił w komplecie na zawodników, którzy w kadrze grali już w zeszłym roku. Jedynym debiutantem jest Oskar Pietuszczyński. Selekcjoner ma pełne prawo wybierać tych piłkarzy, do których ma zaufanie, a mecze decydujące o tym, czy Polska zagra w finałach mistrzostw świata nie są czasem na kadrowe eksperymenty.

Czy reprezentacja Polski zagra na mundialu?

Bartłomiej Romanek: Zakładam, że Polacy pokonają Albanię i awansują do finału



FOT. ADAM JANKOWSKI

Dla Jana Urbana czwartkowy mecz z Albanią będzie największym wyzwaniem w selekcyjnej karierze

swojej ścieżki barażowej. Niestety odbędzie się on na wyjeździe. W przypadku awansu Ukrainy, będzie nas więc czekać odległa podróż do Hiszpanii, nieco bliżej jest do Szwecji, ale w przypadku jednego decydującego meczu, własny stadion może mieć... decydujące znaczenie. Dlatego chociaż nie odbieram szans Robertowi Lewandowskiemu i spółce, to uważam, że w drugim meczu Polska nie będzie faworytem, zwłaszcza, że Ukraina i Szwecja to nieobliczalne drużyny, z którymi zawsze trudno się nam grało.

Tomasz Kuczyński: Serce Czerwi: tak, rozum: nie. Biało-Czerwoni może przeskoczą pierwszą barażową przeszkodę, w postaci Albanii na PGE Narodowym, ale na wyjeździe nie dadzą rady, niezależnie, z kim zagrają. Mecze w Hiszpanii z Ukrainą lub w Szwecji będą miały podobną skalę trudności. Lepiej byłoby zagrać z Ukraińcami, bo oni też będą na wyjeździe. Ze Szwedami na ich stadionie będzie jeszcze trudniej. Szansy należy upatrywać w półfinale z udziałem Ukrainy ze Szwecją - może będzie dogrywką, pograją trochę dłużej niż Polacy

z Albanią. Grają u siebie i są faworytem. W ewentualnym finale szanse będą wyrównane. Osobiście wolałbym, żeby Polska trafiła w nim na Szwedów, bo skoro potrafiłmy ich pokonać w barażu o mundial w Katarze, to teraz też nie staliśmy na straconej pozycji. Jedynym problemem byłoby to, że tym razem areną zmagania nie byłby szczęśliwy dla nas Stadion Śląski, ale obiekt na wyjeździe.

Czy w przypadku braku awansu Jan Urban powinien pozostać selekcjonerem?

Bartłomiej Romanek: Sam awans nie powinien determinować decyzji w sprawie pozostawiania selekcjonera. Jeśli zagramy na mundialu, to wiadomo, że Jan Urban zostaje i ja bym mu dał kontrakt przynajmniej do końca roku, aby mógł sprawdzić się w meczach Ligi Narodów. Porażka z Albanią albo wysoka przegrana w finale baraży może postawić dalszą misję Jana Urbana pod znakiem zapytania. Mam jednak nadzieję, że prezes Cezary Kulesza w końcu nie będzie się bał odważnej, ale i logicznej decyzji. Moim zdaniem Jan Urban powinien zostać z co najmniej trzech powodów. Po pierwsze, selekcjonerów zmieniamy zdecydowanie za często. Po drugie, nie ma w tej chwili lepszego kandydata na trenera kadry. I po trzecie, z wyjątkiem wymęczonego zwycięstwa z Maltą, drużyna Urbana na razie nie zawodzi. Jedną porażką, chociaż dotkliwą w skutkach, nie powinna więc jednoznacznie przekreślać dobrej pracy, którą dotychczas wykonał.

Tomasz Kuczyński: Tak. Na grę reprezentacji Polski pod wodzą Jana Urbana wreszcie można patrzeć z przyjemnością, znacznie polepszyła się też atmosfera wokół kadry. Owszem, selekcjonera rozlicza się

za wyniki, a nie za wrażenia artystyczne, jednak mimo ewentualnego braku awansu, Urban powinien zostać. Jest tylko jedno „ale”. Jeżeli w słabym stylu Polska przegra z Albanią, albo dostanie łanie w finale baraży, to trudno go będzie wybronić.

Rafał Musioł: Selekcjoner odbudował klimat wokół reprezentacji, budzi sympatię kibiców, ma zaufanie wśród piłkarzy, więc dla mnie odpowiedź jest twierdząca. Po drugiej stronie stołu (pewnie nie tak całkiem bez niczego) siedzi jednak Cezary Kulesza, najsłabszy z prezesów PZPN, który już samą nominację dla Jana Urbana wręczył pod przymusem opinii publicznej, po tym, jak wszystkie samodzielne decyzje kończyły się widowiskowymi katastrofami. Pytanie więc, czy brak awansu nie stanie się pretekstem, by obecnego szkoleniowca kadry pożegnać i znów zagrać w ulubioną przez szefa związku grę „wiem, ale nie powiem”. Swoją drogą nie jestem przekonany, czy taka decyzja o przedłużeniu umowy nie powinna zapaść jeszcze przed barażami. Przecież Jan Urban, wiedząc, że jego misja zostanie przedłużona, nie odpuściłby nagle pracy nad barażami. Kontrakt to nie cel, tylko narzędzie do jego realizacji. Z mojej więc strony: murem za Urbanem!

Jacek Sroka: Jan Urban powinien pozostać selekcjonerem bez względu na wynik baraży. Były trener Górnika Zabrze jesienią pokazał w kadrze, że jest właściwym człowiekiem na właściwym miejscu. 64-letni szkoleniowiec uspokoił sytuację wokół drużyny narodowej i dotąd nie przegrał z nią meczu, więc zasłużył na to, żeby przepracować z kadrą przynajmniej jedno pełne eliminacje do wielkiego turnieju. ©©