

Jutro w naszej gazecie Pod paragrafem

● Wprowadzenie w Polsce po 1944 r. tzw. władzy ludowej nie byłoby możliwe bez zaprzęgnięcia w służbę nowego reżimu sądownictwa oraz prokuratury

Zamów prenumeratę

Dziennik Bałtycki ☎ 58 728 08 17
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.dziennikbałtycki.pl

KALENDARIUM - 25 MARCA

EUROPA

1957: Przedstawiciele rządów Francji, Włoch, Niemiec, Belgii, Holandii i Luksemburga podpisali traktaty rzymskie, tworzące Europejską Wspólnotę Gospodarczą (EWG) i Europejską Wspólnotę Energii Atomowej (EURATOM). Pierwsza z umów (w latach 1958-1992) nosiła nazwę Traktat ustanawiający Europejską Wspólnotę Gospodarczą. Traktat z Maastricht (Traktat o Unii Europejskiej) przekształcił EWG we Wspólnotę Europejską, w związku z czym dokument ten otrzymał nazwę Traktat ustanawiający Wspólnotę Europejską. Drugą umową był podpisany Traktat ustanawiający Europejską Wspólnotę Energii Atomowej (Euratom). (krj)

GDAŃSK

1992: Diecezja gdańska została podniesiona do rangi archidiecezji. Jan Paweł II wydał bullę Totus Tuus Poloniae populus. Zgodnie z tą bullą diecezję gdańską podniesiono do rangi archidiecezji i utworzono metropolię gdańską - łącząc dotychczasową diecezję gdańską i nowo powstałe diecezje: pelplińską i toruńską. Pierwszym arcybiskupem metropolity został Tadeusz Gocłowski. Archidiecezja gdańska utraciła na rzecz diecezji elbląskiej, dekanatu żuławskiego: nadmorski, nowostawski i malborski. Do archidiecezji natomiast przyłączono 7 dekanatów z diecezji chełmińskiej: Gdynia I i II, Puck, Wejherowo I i II, Żarnowiec i Żukowo.(krj)

POGODA NA POMORZU

Środa

12°C
3°C



Wiatr pld.-zach.
28 km/h

Uwaga!
Niebo niewidoczne, bez opadów

Czwartek

6°C
1°C



Wiatr zach.
25 km/h

Uwaga!
Pochmurnie, bez opadów

Metal to coś więcej niż muzyka

Martyna Kucybała
martyna.kucybaala@polskapress.pl

W sobotę, 28 marca, odbędzie się Road to Mystic, które poprzedzi słynny festiwal metalowy. Wydarzenie to od lat udowadnia, że metal to nie tylko muzyka, ale także rozbudowana kultura, która łączy pokolenia i różne gatunki. O tym czego możemy spodziewać się w tym roku opowiada Jarek Szubrycht - dziennikarz muzyczny, który działa dookoła festiwalu.

Odnoszę wrażenie, że Mystic Festival to coś znacznie więcej niż tylko koncerty i że ten festiwal opowiada trochę o tym, czym jest tak naprawdę metal?

Na pewno tak. Prawdę mówiąc, chociaż jest to oczywiście festiwal metalowy, termin ten nie do końca oddaje muzyczny charakter imprezy. Na scenach Mystic Festivalu prezentowane są też gatunki muzyczne, które metalowe nie są, natomiast przez to środowisko i przez tę kulturę są akceptowane i w jakiś sposób się w nią wpisują. Mowa tu zarówno o brzmieniach elektronicznych, ale także o akustycznych, folkowych czy o jazzie, który w ostatnich latach bardzo się zbliżył do tej sceny. Oczywiście jest też miejsce dla punka, stoner rocka czy hardcore'u. Więc samo to muzyczne spektrum jest bardzo szerokie, ale nie chodzi nam tylko o muzykę. Na festiwalu prezentujemy różne oblicza tej kultury i jej peryferia. VHS

Hell jak co roku proponuje bywalcom Mystic Festivalu przegląd filmów tak złych, że aż dobrych. Nie tylko horrorów, które oczywiście metalowej estetyce są najbliższe.

Jednym z elementów festiwalu jest Road to Mystic, który odbędzie się w weekend. W ten sposób dajecie możliwość zaistnieć nowym zespołom. Co w dzisiejszych czasach decyduje o tym, że jakiś zespół się wybija? Bo teraz tych zespołów jest coraz więcej i są większe możliwości niż kiedyś. I to są tysiące różnych grup.

To jest bardzo duży temat i trudne pytanie, bo możliwości jest więcej. Dostęp do sprzętu jest łatwiejszy, do technologii pozwalającej na nagrywanie muzyki dobrej jakości. Jednocześnie właśnie przez to, że tej muzyki jest tak bardzo dużo, nieograniczony dostęp do nowej muzyki mają też potencjalni odbiorcy. Artystom po prostu trudniej się przebić ze swoją muzyką, ponieważ jest tego bardzo dużo. Stąd konkurs Road to Mystic, za którym stoi taka myśl, że być może jeszcze nie wiemy o artystach, którzy już grają w Polsce, którzy są znakomici i zasługują na miejsce na scenach Mystic Festivalu. Co roku zgłaszają się setki artystów. W tym roku było to prawie 400 zgłoszeń, więc ogromna liczba. Wspólnymi siłami, przy pomocy fanów muzyki, bywalców festiwalu i też oczywiście naszej pracy jurorskiej, próbujemy w tych



Jarek Szubrycht: Polska muzyka metalowa doskonale sobie radzi

zwykle bardzo dobrych zgłoszeń wybrać najlepsze. Koncertowy finał odbędzie się w sobotę w Drizzly Grizzly. W tym roku dodatkowo poszerzamy tę formułę i po konkursie w B90 odbędzie się impreza Road to Mystic Showcase. Będzie to przegląd polskiej sceny, koncerty artystów, którzy nie występują w konkursie, ponieważ są na innym etapie swojej kariery. Do Gdańska przyjeżdżają agenci, przedstawiciele dużych festiwali i być może ich obecność zaowocuje jakimiś propozycjami dla tych zespołów. Polska muzyka metalowa doskonale sobie radzi na świecie, jeśli porównać z innymi muzycznymi gatunkami, jednak wciąż warto korzystać z dodatkowego wsparcia. O tym jest tak naprawdę Road to Mystic, taki jest jego cel.

Czego możemy spodziewać się po tegorocznej odsłonie Road to Mystic? W jaki sposób zachęciłby pan ludzi do tego, by w weekend posłuchali zespołów, które może nie są im znane, a warto, żeby były?

Co do części konkursowej w Drizzly Grizzly, to dla mnie samego jest to w dużej mierze niespodzianka. Część z tych zespołów znam przynajmniej z nagrań studyjnych, natomiast żadnego jeszcze nie widziałem na koncercie, więc przede mną sporo odkryć. To są zespoły, które zakwalifikowały się do finału głosami fanów. Jury, w którym uczestniczę, wybrało spośród 400 zgłoszeń pięćdziesiąt podmiotów wykonawczych, które wydały się najbardziej ciekawe, ale fani wybrali pięć finalistów. Natomiast do B90, w ramach Road to Mystic Showcase, zaprosiliśmy cztery zespoły bardzo różne, prezentujące różne aspekty szeroko pojętego, ciężkiego grania w Polsce. Hér to zespół trójmiejski, o solidnym jazzowym fundamencie, ale jednocześnie bardzo mroczny. Snakes Snakes prezentują garażowe, punkowe i rock'n'rollowe granie. Belzebong to muzyka ciężka i mroczna rozwijająca myśl praojców z Black Sabbath. Na koniec Medico Peste, czyli najciemniejszy z całego zestawu, progresywny, artystyczny black metal z Krakowa. Cztery bardzo różne zespoły i wszystkie cztery znakomite.

Dziś w naszej Strefie Porad dyżur rzecznika ZUS. Dzwoncie w godz. 12-13

Kamila Kubik
kamila.kubik@polskapress.pl

Na pytania Czytelników odpowie Krzysztof Cieszyński, rzecznik ZUS na Pomorzu. W Strefie Porad „Dziennika Bałtyckiego” możecie korzystać z wiedzy i doświadczenia specjalistów.

Masz problemy, które trudno rozwiązać samodzielnie? Właśnie z myślą o takich sytuacjach powstała Redakcyjna Strefa Porad - miejsce, w któ-

rym eksperci pomagają rozwiązać wątpliwości związane z codziennymi sprawami.

Do współpracy zapraszamy specjalistów z różnych dziedzin - prawników, przedstawicieli instytucji publicznych czy ekspertów od zdrowia. Dzięki ich wiedzy i praktyce każdy może liczyć na rzetelną odpowiedź oraz wskazówki dopasowane do konkretnej sytuacji. Profesjonalna porada pozwala podjąć właściwą decyzję i działać zgodnie z obowiązującymi przepisami.

Telefoniczny dyżur rzecznika ZUS w środę

Tematy związane z ubezpieczeniami społecznymi często rodzą wiele wątpliwości, ponieważ bezpośrednio wpływają na nasze finanse - obejmują m.in. emerytury, renty, zasiłki chorobowe, świadczenia rodzinne czy dodatki. Dlatego już w środę, 25 marca, na pytania Czytelników odpowie Krzysztof Cieszyński, rzecznik prasowy ZUS województwa pomorskiego. Na telefony czekamy w godzinach 12-13 pod numerem 514 800 977. ©©

25 marca, w środę,
na pytania Czytelników odpowie
Krzysztof Cieszyński,
rzecznik pomorskiego oddziału ZUS

W godz. 12-13
zapraszamy do kontaktu pod nr. tel.
514 800 977

DB DZIENNIK BALTYSKI.PL

Urząd Morski i PKP idą na rękę Łebie

Robert Gębuś
Łeba

Sezonowe prace w porcie w Łebie nie wejdą na plażę a PKP PLK przełoży przebudowę przejazdów kolejowych na wrzesień.

W porcie w Łebie trwa modernizacja nabrzeża Maltańskiego, która zakończy się pod koniec wiosny, jednak nie ta część inwestycji spędzała sen z powiek samorządowców i przedsiębiorców. Urząd Morski planował w Łebie, podczas sezonu, przebudowę falochronów wschodniego i zachodniego. Prace po wschodniej stronie portu oznaczałyby, że na najbardziej obleganą plażę publiczną w Łebie wjedzie ciężki sprzęt. Przewidywano ograniczenia w ruchu i wyłączenie ponad kilometra plaży.

Na szczęście turyści i przedsiębiorcy mogą odetchnąć z ulgą. Urząd Morski w Gdyni zdecydował, że planowane do niedawna prace związane z przebudową portu w Łebie w sezonie zostaną ograniczone do części zachodniej.

- Mając jednak na uwadze specyfikę Łeby jako miejscowo-

ści turystycznej, zważając na potrzeby jej mieszkańców i gości oraz wychodząc naprzeciw oczekiwaniom miasta Łeby, w tym okresie wykonana zostanie część inwestycji najmniej kolidująca z funkcją turystyczną kurortu - informuje Magdalena Kierzkowska, rzeczniczka prasowa Urzędu Morskiego w Gdyni. - Prace po wschodniej stronie portu, wymagające czasowego zajęcia i wyłączenia znacznego odcinka głównej plaży, nie będą prowadzone w tegorocznym sezonie turystycznym. Do końca sierpnia bieżącego roku planowane jest wykonanie falochronu zachodniego, który w znaczący sposób poprawi warunki wejścia do portu.

Władze miejskie w Łebie intensywnie zabiegały w Urzędzie Morskim o zmianę harmonogramów prac i się udało.

- Plaża wschodnia w całości będzie otwarta. Na plaży zachodniej będzie wykonywany falochron. Parking przy krzyżu będzie zamknięty i fragment plaży od zachodu. To jednak nie wpłynie na ruch turystyczny - mówi Agnieszka Derba, burmistrz Łeby, która podkreśla, że do kompromisu



Prace na wschodniej stronie portu w Łebie nie będą prowadzone podczas sezonu

wystarczył dialog chociaż Łeba mogła postawić sprawę „na ostrzu noża”. - Prowadziliśmy przez długi czas rozmowy z Urzędem Morskim w Gdyni na ten temat. Wiedzieliśmy, że jako Łeba mamy asa w rękawie bo to my wydajemy decyzję o poruszaniu się po drogach w Łebie, ale nie chcieliśmy tego argumentu używać. Zależało nam na wypracowaniu rozwiązania podczas konstruowania dialogu tak, żeby zadowolony był i Urząd Morski, i wyko-

nawca, firma Doraco oraz nasi mieszkańcy i przedsiębiorcy. I to się udało.

Przebudowa wejścia do portu w Łebie realizowana jest w ramach budowy morskiego terminalu serwisowego offshore.

Remont nabrzeża Maltańskiego i 140-metrowego pirsu wewnątrz portu usprawni prace służb ratowniczych.

- Efektem realizacji tych prac będzie m.in. skrócenie czasu reakcji służb ratowniczych oraz

poprawa bezpieczeństwa załóg, infrastruktury portowej i środowiska morskiego - mówi Magdalena Kierzkowska, która dodaje, że jeśli chodzi o przebudowę wejścia do portu, to obecnie trwają prace związane z pozyskiwaniem kolejnych decyzji administracyjnych, finalizowane są prace projektowe, opracowywany jest projekt budowlany i projekty techniczne. W trakcie procedowania jest wydanie pozwolenia wodnoprawnego.

Sezon bez pociągów

Łebie nie tylko prace w porcie udało się przesunąć, ale także wynegocjować korzystny harmonogram prac z PKP PLK. Spółka rozebrała tory na linii z Łęborka do Łeby i przeprowadza modernizację linii 229. W sezonie do Łeby pociągi nie pojadą, pasażerowie przesiądą się do komunikacji zastępczej. Tymczasem na wjeździe do Łeby znajdują się dwa przejazdy kolejowe, zaplanowane do przebudowy. Mieszkańcy Łeby i turyści obawiali się, że prace wejdą w sezon turystyczny i wjazdy do Łeby będą się korkowały.

- Po uzgodnieniach z Urzędem Miejskim w Łebie, prace w obrębie przejazdów w ciągu ul. Kościuszki oraz al. św. Jakuba, wymagające ich zamknięcia, zostały przełożone na początek września - informuje Przemysław Zieliński, rzeczniczka prasowa spółki PKP PLK.

Burmistrz podkreśla, że to także wynik negocjacji miasta ze spółką.

- Wynegocjowaliśmy przełożenie prac na tych przejazdach. Ich zamknięcie mocno utrudniłoby komfort dojazdu do Łeby - mówi burmistrz Łeby. ©

MATERIAŁ 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 najwięcej korzyści. 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 Zajac, 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 ukierunkowane 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.

Przełom na torach. Wąskotorówki znów będą wozić pasażerów

Tomasz Chudzyński
Kraj/Żuławy

To mógłby być prawdziwy przełom w funkcjonowaniu lokalnych kolei wąskotorowych w Polsce. Stare szlaki, używane często tylko dziś do celów turystycznych, miałyby stworzyć lekkie, regionalne sieci pasażerskie. Takie są zamierzenia Ministerstwa Infrastruktury, które chce finansować zarówno utrzymanie, jak i modernizację takich sieci.

Ministerstwo Infrastruktury przygotowało program finansowania dla lokalnych linii wąskotorowych. Pieniądze z budżetu państwa mają trafić na ich bieżące utrzymanie ale też inwestycje. W efekcie powstać ma w całej Polsce system tzw. lekkich kolei regionalnych.

Dariusz Klimczak, minister infrastruktury podkreślił, że resort opracował już projekt nowelizacji ustawy o transporcie kolejowym, który wkrótce ma trafić pod obrady rządu. To właśnie ten dokument zawiera finansowe rozwiązania dla wąskotorówek.

Sposób na wykluczenie komunikacyjne

- Dzięki umożliwieniu finansowania z budżetu państwa tego typu przedsięwzięć będzie możliwe zainicjowanie po-

wstania w kraju systemu lekkich kolei regionalnych. Chcemy wykorzystać dla regularnego ruchu pasażerskiego istniejące linie wąskotorowe, które obecnie działają sporadycznie jedynie w celach turystycznych. To rozwiązanie zredukuję wykluczenie komunikacyjne, bo ten projekt dotyczy mniejszych miejscowości, które w ten sposób także mogą zyskać dostęp do kolei - tłumaczył w czasie niedawnego spotkania z mieszkańcami w Rawie Mazowieckiej.

Budżet na ratunek torowiskom

Zaznaczmy, obecnie w Polsce funkcjonuje 26 linii kolei wąskotorowych. Ich operatorzy zarządzają ponad 443 km czynnych linii. Kolejki te przewożą rocznie setki tysięcy pasażerów, a najdłuższa czynna trasa to Kolej Wąskotorowa Rogów - Rawa - Biała w województwie łódzkim. Jedną z najbardziej uroklivych, jest Żuławska Kolej Dojazdowa, kursująca w powiecie nowodworskim, w województwie pomorskim.

Liczący około 30 km odcinek między Nowym Dworem Gdańskim a położonymi nad morzem Stegną, Sztutowem, Jantarem i Mikoszewem to pozostałość po rozbudowanej mocno w tej części Pomorza



Pociąg Żuławskiej Kolei Dojazdowej wjeżdża na dworzec w nadmorskiej Steganie

sieci połączeń wąskotorowych (do lat 80 XX w. wykorzystywanym głównie w transporcie produktów rolnych). Działający obecnie fragment udało się ocalić od rozbiórki, która nastąpiła na początku obecnego stulecia.

Właścicielem jest powiat nowodworski a operatorem Pomorskie Towarzystwo Miłośników Kolei Żelaznych (jesienią żuławska kolej obchodziła jubileusz 120-lecia). Od ponad dwóch dekad kolej wozi, głównie w sezonie letnim, pasażerów z Żuław do miejscowości nadmorskich Mierzei Wiślanej.

Problemem polskich wąskotorówek (w tym żuławskiej) jest starzejąca się infrastruktura - głównie torowiska. O projekcie kompleksowego rozwoju żuławskiej wąskotorówki mówił już jakiś czas temu dr Filip Bebenow, działacz Pomor-

skiego Towarzystwa Miłośników Kolei Żelaznych, ekspert kolejowej turystyki. Przygotowany plan przewiduje ok. 75 mln zł na modernizację 32 km linii, budowę nowych torowisk, automatyzację, zakup nowego taboru. Pociągi mogłyby wówczas poruszać się z prędkością 60 km na godzinę, a może i szybszą.

Mimo wielu trudności kolej wąskotorowa u nas przetrwała i funkcjonuje, jako atrakcja turystyczna, o znaczeniu nie tylko regionalnym, ale i wojewódzkim - powiedziała Barbara Ogrodowska, starosta nowodworska. - Chcemy by się rozwijała. Potrzebny jest fundusz, dzięki któremu moglibyśmy jej potencjał wykorzystywać w pełni, by mogła ona być również włączona do systemu transportu zbiorowego na Żuła-

wach i Mierzei. Trzeba jednak wiedzieć, że remont torowiska to koszt ok. 5 mln zł za kilometr. Żaden samorząd samodzielnie takich kosztów nie udźwignie.

Problemem jest finansowanie kolei wąskotorowych. Dlatego postanowiliśmy znóweliżować przepisy, które będą pozwalały na dokapitalizowanie tego typu infrastruktury kolejowej - mówił Klimczak.

To będzie początek

Pierwszą linią wąskotorową, która stanie się poligonem do-

To rozwiązanie zredukuje wykluczenie komunikacyjne. Projekt dotyczy mniejszych miejscowości, które zyskają dostęp do kolei

świadczalnym dla nowych rozwiązań będzie linia w okolicach Rawy Mazowieckiej w województwie łódzkim, która po obecnym śladzie lub zupełnie nowym torem dotrze do powstającej stacji w Białej Rawskiej na Centralnej Magistrali Kolejowej. Wąskotorowa linia między Rawą Mazowiecką i Białą Rawską oraz Rogowem ma być pełnoprawną koleją pasażerską, funkcjonującą codziennie.

- Rozmawialiśmy z ekspertami na ten temat, wiemy, że taka lekka kolej miejska funkcjonuje na zachodzie Europy i może też spokojnie działać w wielu miejscach naszego kraju - mówił Dariusz Klimczak. - Rawa Mazowiecka może być tylko przykładem i początkiem. Dotychczas mówiliśmy o renesansie kolei, odnawianiu ważnych linii, dużych inwestycjach, ale wykorzystanie tej infrastruktury kolejowej to jest coś zupełnie nowego w Polsce i zamierzamy wystartować już niebawem.

Minister Infrastruktury zapowiedział też, że linią Rogów - Biała Rawska - Rawa Mazowiecka będą jeździć nowe, wąskotorowe szynobusy.

- Mam nadzieję, że pociągi miejskie przypominające tramwaj uda się zakupić we współpracy z samorządem województwa łódzkiego - mówił na spotkaniu z mieszkańcami Dariusz Klimczak. ©©

Chcą powrotu zamku do programu dla rezydencji królewskich

Radosław Konczyński
Malbork

Radni Malborka zaplanowali na dzisiaj przyjęcie stanowiska skierowanego do ministra kultury. Chodzi o przywrócenie zamku do darmowej akcji „Darmowy Listopad w Rezydencjach Królewskich”.

Po raz pierwszy Muzeum Zamkowe w Malborku z zamkami w Kwidzynie i Sztumie wzięło udział w akcji „Darmowy Listopad w Rezydencjach Królewskich” w 2020 roku. Wtedy z powodu pandemii koronawirusa i obostrzeń przygotowano tylko wydarzenia online. Rok później - i tak do 2023 r. włącznie - można było już bezpośrednio zobaczyć zabytki, ich wnętrza, wystawy, plenery w Malborku i oddziałach za jedyną złotówkę, dzięki dofinansowaniu ze strony Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa

Narodowego. W tamtym okresie dał się zauważyć skok liczby osób odwiedzających malborski zamek w listopadzie. Podczas niedawnej sesji Rady Miasta Malborka w zamkowym Karwanie dyrektor Janusz Trupinda przekazał, że przed włączeniem tutejszej instytucji do ogólnopolskiego wydarzenia tę dawną rezydencję królów polskich odwiedzało w listopadzie około 4 tys. osób. Wstęp za złotówkę sprawił, że ta liczba przekroczyła 40 tysięcy. Tym samym akcja doskonale wpisała się w plany muzeum, by sezon wydłużyć właściwie na cały rok.

Muzeum Zamkowego w Malborku (i trzech innych) od listopada 2024 roku nie ma już w tym darmowym programie zwiedzania. MKiDN poinformowało wtedy o „powrocie do korzeni”, zapraszając do „odwiedzania czterech ico-



Zamek w Malborku jest chętnie odwiedzany. W ub. roku muzeum sprzedało ponad 760 tysięcy biletów

nicznych rezydencji - Zamku Królewskiego na Wawelu, Zamku Królewskiego w Warszawie, Muzeum Łazienki Królewskiej oraz Muzeum Pałacu Króla Jana III w Wilanowie”. Muzeum w Malborku natomiast, chcąc utrzymać listopadowy ruch turystyczny,

w ramach posiadanego budżetu (bez dotacji ministerialnej), zaczęło organizować swój „Listopad za pół ceny”.

Na sesję Rady Miasta, która odbędzie się dzisiaj o godz. 10, został skierowany - przygotowany przez Klubu Radnych KWW Pawła Dziwosza - pro-

jekt uchwały dotyczący przyjęcia stanowiska do MKiDN w tej sprawie. To apel o włączenie na powrót i na stałe Muzeum Zamkowego do „Darmowego Listopada w Rezydencjach Królewskich”. W stanowisku można przeczytać, że zamek w Malborku po 1457 roku przez 315 lat pełnił funkcję jednej z najważniejszych rezydencji królów Polski, w której gościli niemal wszyscy monarchowie z dynastii Jagiellonów i Wazów.

- Obiekt posiada zachowane apartamenty królewskie w Pałacu Wielkich Mistrzów, co czyni go pełnoprawnym uczestnikiem programu obok Wawelu czy Zamku Królewskiego w Warszawie. Jako obiekt z Listy Światowego Dziedzictwa UNESCO Malbork jest wizytówką polskiej kultury na świecie. Włączenie go do akcji podnosi prestiż całego programu i promuje polskie

dziedzictwo narodowe wśród turystów krajowych i zagranicznych - argumentuje Klub Radnych KWW Pawła Dziwosza.

Położono również akcenty na kwestie gospodarcze i patriotyczne.

- Listopad jest okresem niskiego sezonu. Udział w akcji znacząco zwiększa ruch turystyczny, co bezpośrednio wspiera lokalnych przedsiębiorców - branżę hotelarską i gastronomiczną. Darmowy wstęp niweluje bariery ekonomiczne, umożliwiając dzieciom i młodzieży z regionu oraz całego kraju zapoznanie się z historią Polski w sposób bezpośredni. Jest to kluczowy element budowania tożsamości narodowej - można przeczytać w stanowisku, które dotyczy też zamków w Kwidzynie i Sztumie jako wizytówek turystycznych Dolnego Powiśla.

Po trzydziestce bez ulg

Martyna Kucybała
martyna.kucybała@polskapress.pl

Czy niepełnosprawność kończy się po trzydziestce? Zdaniem mieszkańca Gdyni przepisy obowiązujące w Trójmieście właśnie tak ją traktują, poprzez odbieranie ulg komunikacyjnych osobom, których stan zdrowia pozostaje bez zmian i wcale się nie polepsza po przekroczeniu danego wieku.

Na problemy w trójmiejskiej komunikacji zwraca uwagę mieszkaniec gdyńskiego Orłowa. Pan Krzysztof uważa, że problemem nie są tylko rosnące ceny biletów, ale także sposób, w jaki są przyznawane osobom niepełnosprawnym.

Pan Krzysztof opisuje swoją życiową sytuację jako osoby z orzeczeniem o umiarkowanym stopniu niepełnosprawności, które wynika ze spektrum autyzmu. Mieszkaniec Gdyni na co dzień korzysta z transportu publicznego w całym Trójmieście, kupując co miesiąc bilet metropolitalny za 156 złotych. Obejmuje on autobusy, tramwaje i trolejbusy, ale nie uwzględnia kolei. To jednak niejedyny i nie największy problem.

W Trójmieście problematyczne są przepisy lokalne, które określają ulgi dla osób niepełnosprawnych. W przypadku kolei przepisy wynikają z przepisów ustawowych. Według nich dzieci i młodzież z niepełnosprawnością mogą korzystać ze zniżki 78 procent jedynie do 24. roku życia (albo 26. roku życia w przypadku studentów). Po przekroczeniu tego wieku ulga dla osób z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności znika, poza szczególnymi przypadkami.

Jeszcze gorzej to wygląda w przypadku komunikacji miejskiej, która regulowana jest lokalnie. W Gdyni osoby z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności mogą liczyć na 50-procentową ulgę, jednak tylko do ukończenia 30. roku życia. Po przekroczeniu tego wieku ulga znika, ale nie znika przecież niepełnosprawność.

- Bezpłatne przejazdy komunikacją miejską przysługują jedynie osobie niepełnosprawnej z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności ze schorzeniem narządu wzroku oznaczonym symbolem O4-O wraz z opiekunem (osoba powyżej 13. roku życia) - czytamy w regulaminie ZTM Gdynia.

Podobne ograniczenia wiekowe obecne są także w Gdańsku, gdzie również ze zniżek dla osób umiarkowanie niepełnosprawnych można korzystać do 30. roku życia. Osoby ze znacznym stopniem niepełno-



W Gdyni po przekroczeniu trzydziestego roku życia ulga znika, ale nie znika niepełnosprawność

sprawności mają za to prawo do bezpłatnych przejazdów niezależnie od wieku. Oznacza to zatem, że osoba z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności po trzydziestce traci prawo do ulgi w komunikacji miejskiej, mimo że jej stan zdrowia przecież się nie zmienia i zostaje taki sam. Pan Krzysztof wskazuje na to, że jest to niesprawiedliwe rozwiązanie.

- Nie może być tak, że osoba z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności po 30. roku życia traci prawo do ulg. Przecież to nie jest tak, że ktoś cudownie ozdrowieje po tym czasie - mówi nam pan Krzysztof.

Jeśli porównamy to z innymi miastami w Polsce, to wychodzi na to, że gdzie indziej jest inaczej. W Warszawie osoby z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności mogą korzystać z 50-procentowej ulgi po 26. roku życia i nie

W Warszawie osoby z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności mogą korzystać z 50-procentowej ulgi po 26. roku życia i nie mają względem tego żadnych ograniczeń

mają względem tego żadnych ograniczeń. Co więcej, w stolicy zakup ulgowego biletu dobowego upoważnia do korzystania nie tylko z autobusów i tramwajów, a także części połączeń kolejowych. Koszt takiego biletu wynosi 7,50 złotych. W Trójmieście dobowy bilet metropolitalny ulgowy kosztuje 17 złotych, ale nie dla wszystkich. Osoby z umiarkowaną niepełnosprawnością po 30. roku życia muszą wydać 34 złote na taki bilet.

Różnice widać także przy biletach miesięcznych. Choć ceny nominalne są zbliżone, to dostęp do ulg znacząco się różni. W Warszawie osoba z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności nadal może z nich

korzystać, podczas gdy w Trójmieście już nie. Dla pana Krzysztofa to jednak szerszy problem niż tylko finanse. Jego zdaniem obecny system pokazuje brak spójności i konsekwencji w podejściu do osób z niepełnosprawnościami.

- W Warszawie nikt nie pyta, na co choruję ani ile mam lat. Liczy się to, że mam umiarkowany stopień niepełnosprawności. I automatycznie przysługuje mi ulga - podkreśla pan Krzysztof.

Głos pana Krzysztofa jest bardzo istotny, ponieważ dotyczy się codzienności setek osób w Polsce, które ze względu na swoją umiarkowaną niepełnosprawność traktowane są gorzej. Jak sam mówi, nie chodzi tylko o kwestię pieniędzy. Przede wszystkim apeluje on o większy szacunek do osób z niepełnosprawnościami, które wciąż mierzą się z niezrozumieniem i wykluczeniem, m.in. komunikacyjnym. Należy też pamiętać o tym, że problem tej dyskryminacji jest znacznie szerszy i obejmuje także inne aspekty życia.

- Nie powinno tak być, że prawo do ulg znika automatycznie po 30. roku życia. Jednak problem nie ogranicza się tylko do biletów czy komunikacji miejskiej. Brakuje ustawowych rozwiązań w innych obszarach życia osób z niepełnosprawnościami, np. w domach pomocy społecznej, a wiele osób pozostaje w praktyce niewidzialnych dla systemu - mówi nam Małgorzata Rybicka, założycielka i przewodnicząca Stowarzyszenia Pomocy Osobom Autystycznym oraz wiceprzewodnicząca Porozumienia Autyzm Polska.

Może być to także sygnał dla samorządów do tego, na co zwrócić większą uwagę i co zmienić. Bo nie powinno być tak, że osoba z umiarkowanym autyzmem automatycznie traci zniżki po osiągnięciu pewnego wieku. Nie bez powodu osoby pokrzywdzone czują się nierówno traktowane i chcą walczyć o większe prawa i znaczące zmiany w tej kwestii.

Prokuratura zbada sprawę skażonej wody w Mostach

Andrzej Kowalski
andrzej.kowalski@polskapress.pl

Czy doszło do przestępstwa w sprawie skażonej wody w gminie Kosakowo pod koniec 2025 r.? Przez kilka tygodni mieszkańcy miejscowości Mosty i części Kosakowa nie mieli dostępu do zdanej do picia lub użytku wody. Sprawie przyjrzy się Prokuratura Rejonowa w Pucku.

Przypomnijmy, że od 19 listopada do 22 grudnia 2025 roku, w Mostach na terenie gminy Kosakowo trwała walka ze skażeniem wody. Przez długi czas mieszkańcy nie mogli nawet prac ubrań w swoich domach, aby nie narażać zdrowia. W niektórych rejonach gminy z problemem uporano się szybciej, jednak w części Mostów kryzys trwał ponad miesiąc.

Wciąż nie wiadomo, co było przyczyną skażenia, skąd ono się wzięło i dlaczego walka z problemem trwała tak długo, podczas gdy w innych miastach i gminach podobne działania zajmują maksymalnie tydzień. Być może wyjaśnienie będzie możliwe dzięki pracy służb.

Sprawę do Prokuratury Rejonowej w Pucku zgłosił przewod-



Sprawą zajęła się Prokuratura Rejonowa w Pucku

niczący Rady Gminy, Sławomir Konarski. Teraz dowiadujemy się, że faktycznie została podjęta przez śledczych i będzie wyjaśniana.

- Postanowieniem prokuratora z dnia 19 lutego 2026 r. wszczęto śledztwo w sprawie mającego miejsce w okresie od listopada 2025 r. do grudnia 2025 r. niedopełnienia obowiązków przez funkcjonariuszy publicznych w związku z kryzysem sanitarnym dotyczącym skażenia wody w miejscowości Mosty, w wyniku czego mogło dojść do narażenia życia i zdrowia wielu osób - czytamy w piśmie skierowanym do przewodniczącego Sławomira Konarskiego.

Niedawno informowaliśmy również, że także na poziomie Urzędu Gminy trwa wyjaśnianie zdarzenia. Wójt Eunika Niemc miała wezwać spółkę Przedsiębiorstwa Usług Komunalnych PEKO do przedstawienia raportu z przebiegu sytuacji.

- Na podstawie danych zawartych w raporcie spółki PUK PEKO wójt gminy Kosakowo podejmie decyzję o przeprowadzeniu niezależnego audytu - informował „Dziennik Bałtycki” inspektor ds. komunikacji i mediów w Urzędzie Gminy, Jan Kosewski.

Raport został opublikowany, ale na razie nie ma informacji na temat audytu.

AUTOREKLAMA

0111491979



**drzewko
za surowce
wtórne**

28
MARCA | SOBOTA
godz. 11.00-14.00
Galeria Przymorze
(parking przy E.Leclerc)
ul. Obr. Wybrzeża 1
Gdańsk

ODDAJ
**MAKULATURĘ
i ELEKTROŚMIĘCI**
- ODBIERZ SADZONKĘ!



WIĘCEJ INFORMACJI





ORGANIZATOR

PARTNER LOKALIZACYJNY

PARTNER WSPIERAJĄCY

DB DZIENNIK
BAŁTYCKI

E.Leclerc
GDAŃSK PRZYMORZE

GALERIA PRZYMORZE

Kanały dla połączeń kablowych morze-ład dla morskiej farmy wiatrowej Baltica 2 gotowe

Mateusz Tkarski
Pomorze

Wszystkie przewierci sterowane morze-ład dla farmy wiatrowej Baltica 2 realizowanej przez PGE i Ørsted zostały już wykonane.

Zastosowana technologia HDD pozwoli na bezwykopowe przeprowadzenie kabli eksportowych pod linią brzegową i połączenie morskiej części farmy z lądową infrastrukturą sieciową - bez naruszania plaży i wydym.

Prace zostały zrealizowane przez konsorcjum firm Romgos-Janicki, przy wsparciu innych polskich podwykonawców. W ramach prac powstały cztery kanały kablowe o średnicy 800 mm. Rury montowano na placu budowy, łącząc 18-metrowe odcinki w cztery ciągi o długości ok. 1240 m każdy - łącznie ok. 5 kilometrów infrastruktury przygotowanej do poprowadzenia kabli. Prace związane z przewierciem morze-ład, w tym montaż rur, rozpoczęły się w lipcu 2025 r. i trwały dziewięć miesięcy. Zre-

alizowano 42 transporty komponentów rur na plac budowy.

Przejście morze-ład to miejsce gdzie infrastruktura morska spotyka się z lądową, dlatego sposób wykonania tego etapu ma kluczowe znaczenie dla dalszej realizacji systemu wyprowadzenia mocy z farmy na ląd.

Po zakończeniu przewierceni i ich odbiorach przygotowano kanały kablowe do kolejnego etapu inwestycji. Do czasu rozpoczęcia instalacji kabli eksportowych ich końcówki pozostaną zabezpieczone pod dnem morskim.

- Pomyślna instalacja czwartego i ostatniego odcinka kabla HDD stanowi znaczący krok naprzód w realizacji projektu i odzwierciedla doskonałą koordynację oraz zaangażowanie całego zespołu projektowego, a także współpracę z naszymi wykonawcami. Jesteśmy szczególnie dumni z wysokiej kultury bezpieczeństwa, jaką udało nam się wypracować na placu budowy podczas tej wymagającej technicznie operacji, oraz z zaangażowania wszystkich pracujących tam



Prace przy przewiertach sterowanych morze-ład dla farmy wiatrowej Baltica 2

osób. W kwietniu zostaną przeprowadzone prace pogłębiarskie w dnie morskim w celu zabezpieczenia czterech końcówek rur osłonowych. Zakończy to etap przygotowań do instalacji kabla eksportowego oraz do procesu łączenia kabli morskich i lądowych. Wszystko to robimy, aby

umożliwić systemowi kablowemu przesyłanie energii wytworzonej przez morską farmę wiatrową do polskiej sieci energetycznej - powiedział Ulrik Lange, dyrektor zarządzający projektem Baltica 2 w Ørsted.

- Kable podmorskie z energią elektryczną wyprodukowa-

naną przez farmę wiatrową Baltica 2 „wyjdą na ląd” blisko brzegu morza w Lubiatowie w gminie Choczewo. Tu zetkną się z kablami lądowymi prowadzonymi przez 7 kilometrów do naszej lądowej stacji elektroenergetycznej. Następnie za pośrednictwem stacji PSE Choczewo energia z mo-

rza trafi do krajowej sieci. Szczególnie ważne jest dla nas zaangażowanie do tego zadania konsorcjum polskich przedsiębiorstw, które do udziału włączyli także podwykonawców z Pomorza - powiedział Bartosz Fedurek, prezes zarządu PGE Baltica.

Baltica 2 o mocy ok. 1,5 GW to wspólna inwestycja PGE i Ørsted. Jeszcze w tym roku rozpocznie się instalacja fundamentów, układanie kabli eksportowych w morzu oraz instalacja stacji transformatorowych na morzu. Po zakończeniu tych etapów nastąpi instalacja kabli połączeniowych między fundamentami turbin oraz morskimi stacjami transformatorowymi. Na ten rok zaplanowano także rozpoczęcie testowania lądowej stacji transformatorowej. Po uruchomieniu w 2027 roku Baltica 2 będzie największą morską farmą wiatrową w Polsce. Znacząco przyczyni się do transformacji energetycznej kraju, zapewniając czystą energię dla ponad 2,5 mln gospodarstw domowych.

© P

REKLAMA

0011498928



OBWIESZCZENIE

Starosty Wejherowskiego o wydaniu decyzji ZRID na realizację inwestycji drogowej

Działając na podstawie art. 11a, art. 11f ust. 3 i 4 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (t.j. Dz.U. z 2024 r. poz. 311) oraz art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (tekst jedn. Dz.U. z 2025 r. poz. 1691) Starosta Wejherowski zawiadamia, że w dniu 20.03.2026 r. na wniosek Wójta Gminy Choczewo reprezentowanego przez Pana Krystiana Specht z dnia 8.10.2024 r. (uzupełniony dnia 5.03.2025 r.) wydano decyzję o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej polegającej na rozbudowie drogi gminnej pn. zadania:

„Rozbudowa drogi gminnej (droga nr 106017G) ul. Bursztynowej w Kopalinie poprzez budowę fragmentu drogi pieszo-rowerowej na działkach nr 234 i 82/2 wraz z przyległym zjazdem na terenie gminy Choczewo”

na nieruchomościach gruntowych na terenie Gminy Choczewo określonych poniżej:

A. działki w liniach rozgraniczających teren pasa drogi gminnej:*

- obr. 0002 Kopalino działki nr ewid.: 82/2, 234/1(234)

B. działki objęte obowiązkiem budowy lub przebudowy zjazdów:*

- obr. 0002 Kopalino działki nr ewid.: 234/2 (234)

* numery w nawiasach oznaczają numery działek przed podziałem

Ww. decyzji nadano rygor natychmiastowej wykonalności.

W związku z powyższym informuje się strony postępowania, właściwe organy administracji rządowej i samorządowej oraz właściciele, zarządców i użytkowników terenów objętych inwestycją o możliwości zapoznania się z treścią decyzji w Starostwie Powiatowym w Wejherowie, 84-200 Wejherowo, ul. 3 Maja 4, po telefonicznym uzgodnieniu terminu pod nr 58 572-94-47.

Od decyzji służy odwołanie do Wojewody Pomorskiego za pośrednictwem Starosty Wejherowskiego w terminie 14 dni od dnia doręczenia. Zgodnie z art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego zawiadomienie stron postępowania uważa się za dokonane po upływie 14 dni od dnia publicznego ogłoszenia.

KURSY WALUT

24.03.2026

Kantor Max, Gdańsk, ul. Jagiellońska

Kupno/sprzedż walut, kantor Green, tel. 58 346 02 48,
Wrzeszcz przy Manhattanie, Dmowskiego,
Grunwaldzka, Morena Carrefour, Rumia Auchan

EUR 424/431 (-)
USD 365/371 (-)
GBP 488/496 (o)
CHF 463/470 (-)

EUR 424/431 (-)
USD 365/371 (-)
GBP 488/496 (o)
CHF 463/470 (-)

(+) wzrost ceny w stosunku do notowania poprzedniego, (-) spadek ceny w stosunku do notowania poprzedniego, (o) bez zmian

REKLAMA

0011498407



DYREKTOR ODDZIAŁU REGIONALNEGO AGENCJI MIENIA WOJSKOWEGO W GDYNI INFORMUJE, ŻE OGŁASZA USTNE PRZETARGI NIEOGRANICZONE NA NAJEM NIERUCHOMOŚCI

POZYCJA 1 – drugi ustny przetarg na najem lokalu użytkowego nr 495 o pow. 20,00 m², usytuowanego na 1 piętrze budynku pawilonu handlowo-usługowego, położonego przy ul. Żwirki i Wigury 2 w Pruszczu Gdańskim KW GD1G/00052485/5. Lokal składa się z jednego pomieszczenia. Sanitariaty wspólne.

Stawka wywoławcza: 540,00 zł netto Wadium: 1 620,00 zł

POZYCJA 2 – drugi ustny przetarg na najem lokalu użytkowego nr 290 o pow. 18,36 m², usytuowanego na 1 piętrze budynku pawilonu handlowo-usługowego, położonego przy ul. Żwirki i Wigury 2 w Pruszczu Gdańskim KW GD1G/00052485/5. Lokal składa się z jednego pomieszczenia. Sanitariaty wspólne.

Stawka wywoławcza: 490,00 zł netto Wadium: 1 470,00 zł

Przetargi odbędą się dnia 13.04.2026 r.:

Pozycja 1 - godz. 10.00, Pozycja 2 - godz. 11.00, w siedzibie OReg AMW w Gdyni, ul. Marii Curie-Skłodowskiej 19, sala konferencyjna (III piętro).

Warunkiem dopuszczenia do uczestnictwa w przetargu jest wpłacenie wadium w formie pieniężnej, w terminie do dnia 9.04.2026 r. na rachunek bankowy OReg AMW w Gdyni w BGK 54 1130 1121 0006 5589 8520 0008.

Pełna treść ogłoszenia znajduje się na tablicy ogłoszeń OReg AMW w Gdyni (I piętro) i na stronie www.amw.com.pl. Szczegółowych informacji dotyczących przetargu udziela Dział ds. Nieruchomości OReg AMW w Gdyni przy ul. Marii Curie-Skłodowskiej 19, I piętro pok. 130, tel. (58) 690-87-74, e-mail: gdynia@amw.com.pl.

PRZETARG PRZETARG PRZETARG PRZETARG

AUTOPROMOCJA

Dziennik Bałtycki

Czwartek
z dreszczykiem

Kup dziennik
z dodatkiem
„Pod paragrafem”
dziennikbałtycki.pl

AUTOPROMOCJA

Dziennik Bałtycki

Nie przegap
piątku

Kup dziennik
z dodatkiem
TeleMagazyn
dziennikbałtycki.pl

POLSKA i ŚWIAT

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.

PARLAMENT EUROPEJSKI

Uchylili immunitet Braunowi

Komisja prawna (JURI) Parlamentu Europejskiego zagłosowała wczoraj za uchynieniem immunitetu europoselskiego Grzegorzowi Braunowi. Chodzi o dwie sprawy: zniszczenie flagi ukraińskiej i unijnej oraz zaprzeczenie zbrodniom ludobójstwa popełnionym przez III Rzeszę Niemiecką.

Decyzja w sprawie Brauna podjęta została jednogłośnie:

za odebraniem immunitetu polskiemu politykowi we wtorek zagłosowali wszyscy obecni na sali członkowie JURI.

Zgodnie z regulaminem europarlamentu ostateczną decyzję w tej sprawie podejmie cała Izba w głosowaniu na posiedzeniu plenarnym. Do tego dojdzie prawdopodobnie już w środę podczas minisessji plenarnej PE w Brukseli.

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.

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. Ocenił, 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.



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 przetrwanie 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-

”

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

Paweł Olszewski, wiceminister cyfryzacji

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

Rząd przyspieszy inwestycje jądrowe? Jakie są proponowane nowe przepisy dla 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 inwesty-

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



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

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 obwinił 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 ustawy zezwalającej na transfer używanego lub nadwyżkowego sprzętu wojskowego. PAP

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, poza-handlowe 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

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.



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 Słatynie.

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

„Okolo w pól 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 rakietowych 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

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.

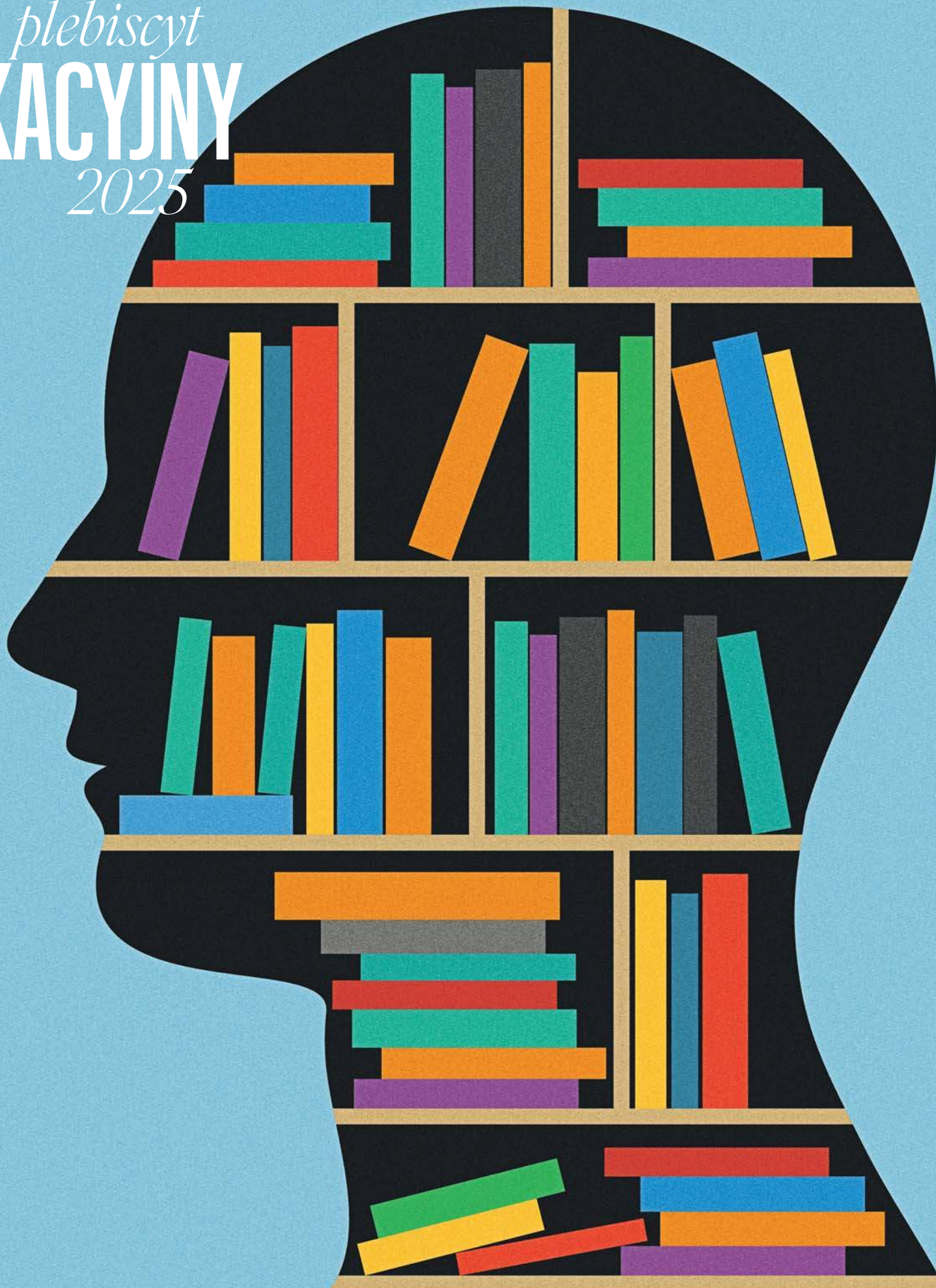
Jak pisze Reuters, żądania USA prawdopodobnie obejmowałyby ograniczenia irańskiego

programu jądrowego i programu rakiet balistycznych.

W poniedziałek Trump napisał na platformie Truth Social, że Stany Zjednoczone i Iran przeprowadziły „bardzo dobre i produktywne” 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

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 wspaniałe 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 wyróżniły 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 Jankiewicz-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 strefaeducacji.pl



NAUCZYCIEL PRZEDSZKOLA MIEJSCE I

Sylwia Węsiora

Niemal codziennie są takie chwile, w których czuje dumę, że jest nauczycielką. A wszystko za sprawą wspaniałych podopiecznych. - Jako że pracuję z dziećmi ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi przyswojenie przez nie nowej wiedzy, nauka nowych umiejętności czy rozbudzenie w nich ciekawości do świata zawsze powoduje u mnie ogromne wzruszenie - podkreśla Sylwia Węsiora z Niepublicznego Przedszkola TO JA w Gdańsku. Nasza zwyciężczyni uwielbia, kiedy w czasie zabawy dowolnej przedszkolaki przychodzą do Niej z prośbą o przeczytanie książki czy wspólną grę w planszówkę. Świadczy to o tym, że cenią sobie spędzany wspólnie czas. Chciałaby, aby Jej podopieczni oprócz nowych umiejętności, wynieśli z przedszkola równie cenną naukę: - Że oprócz zakresu wiedzy, poziomu sprawności, czy po-



siadanych predyspozycji, ważne jest bycie otwartym na innych. Jeśli masz trudności - przyjdź, w miarę możliwości je zakomunikuj i poszukajmy wspólnie rozwiązań. A jeśli dostrzeżasz, że ktoś ma problemy - wyciągnij pomocną dłoń.

MIEJSCE II

Agnieszka Krella

W relacji z przedszkolakami najwięcej radości i energii daje Jej ich szczerza wdzięczność. Ogromnie cieszy uśmiech dzieci i ich zachwyty, gdy widzi, że zajęcia sprawiają im radość. - Szczególnie zapadają mi w pamięć te chwile, gdy dzieci same podchodzą, by się przytulić, gdy w naturalny sposób okazują swoje przywiązanie, zaufanie i miłość - wyjaśnia Agnieszka Krella z Publicznego Pozytywnego Przedszkola i Żłobka (Swarzewo). Równie cenne są momenty, kiedy widzi, że dzieci zapamiętują treści i rozwijają się dzięki wspólnej pracy. Do wyjątkowych chwil należą także miłe słowa od rodziców: - To właśnie suma tych drobnych, codziennych momentów sprawia, że warto być nauczycielem.



MIEJSCE III

Marta Pawłocka

- Jednym z najważniejszych momentów w mojej pracy była sytuacja, gdy po długim czasie starań usłyszałam od rodzica: „dziękuję, mam poczucie spokoju, wiedząc, że moje dziecko jest w dobrych rękach” - wspomina Marta Pawłocka z Superkids Przedszkola Terapeutycznego w Rumii. Te słowa głęboko ją poruszyły i uświadomiły, że rola nauczyciela wykracza daleko poza przekazywanie wiedzy. W takich chwilach szczególnie mocno odczuwa sens swojej pracy. Najwięcej radości i energii na co dzień dają Jej małe chwile w relacji z dziećmi - ich uśmiech, zadowolenie, poczucie humoru, a także momenty, gdy widzi, że zaczynają rozumieć coś, nad czym długo pracowali.



NAUCZYCIEL KLAS 0-III MIEJSCE I

Martyna Tarnowska

Martyna Tarnowska (Podstawowa Szkoła Gedanensis, Gdańsk) zdobyła 1. miejsce w kategorii Nauczyciel klas 0-III w Plebiscywie Edukacyjnym. Od 16 lat Martyna Tarnowska związana jest z edukacją najmłodszych. Swoją drogę zawodową rozpoczęła w przedszkolu, gdzie zdobywała doświadczenie w pracy z dziećmi, rozwijając jednocześnie wrażliwość na ich potrzeby, emocje i naturalną ciekawość świata. Obecnie pracuje w Szkole Podstawowej Gedanensis, gdzie pełni funkcję wychowawcy klasy Ib. Jej codzienna praca opiera się na budowaniu relacji, wspieraniu samodzielności uczniów oraz tworzeniu bezpiecznego i inspirującego środowiska do nauki. Zwyciężczyni jest Zastępcą Przewodniczącej Polskiego Stowarzyszenia Animatorów Pedagogiki



oraz Przewodniczącą Regionalnej Grupy Gdańsk PSAPCF. Poza pracą szkolną pani Martyna dzieli się swoją wiedzą i doświadczeniem jako wykładowczyni pedagogiki na Wyższej Szkole Ateneum.

MIEJSCE II

Natalia Jaroszczak

Największy zastrzyk motywacji i utwierdzenie, że jest na właściwym miejscu, dają momenty, gdy podopieczni zaczynają Jej ufać, osiągają progres i sami są z siebie dumni. W pracy Natalia Jaroszczak ze Szkoły Podstawowej w Nowej Wsi Malborskiej przeżywa wiele wyjątkowych chwil. Szczególnie cieszą te, gdy słyszy od uczniów, że są szczęśliwi, bo Ona jest obok: - Ogromnego pozytywnego kukuśnika daje mi radość z tego, że to właśnie na mój widok cieszą się moi podopieczni. To dzięki mnie chętnie chodzą do przedszkola i cieszą się z bycia w nim, a ja dzięki nim traktuję moją pracę jako pasję.



MIEJSCE III

Marta Radziejewska

Zdobycie trzeciego miejsca w kategorii Nauczyciel klas 0-III w Plebiscywie Edukacyjnym w województwie pomorskim przez Martę Radziejewską (Szkoła Podstawowa nr 3 im. gen. Mariusza Zaruskiego, Ustka) to wyjątkowe wyróżnienie, które potwierdza ogromne zaangażowanie, profesjonalizm i serce wkładane w codzienną pracę z najmłodszymi uczniami. To nagroda przyznawana nie tylko za wiedzę i doświadczenie, ale przede wszystkim za podejście do dziecka, umiejętność budowania relacji oraz tworzenia inspirującej przestrzeni do nauki i rozwoju.



NAUCZYCIEL KLAS IV-VIII MIEJSCE I

Agata Grzegorzczak

Jaki moment z Jej pracy szczególnie zapadł w pamięć i do dziś przypomina, dlaczego warto być nauczycielem? - Ten moment następuje zawsze wtedy, gdy spotykam absolwentów, którzy mówią, że tęsknią za moimi lekcjami, a niektórzy z nich ze szczegółami pamiętają do dziś - przekazuje Agata Grzegorzczak z Zespołu Szkół Ogólnokształcących nr 1 im. Marii Konopnickiej w Pruszczu Gdańskim.



Najwięcej radości i zawodowej satysfakcji naszej zwyciężczyni dają rozmowy z uczniami, ich zaangażowanie w wymyślone przez Nią zadania, ich żarty i uśmiechy. To właśnie takie drobne gesty budują piękny całokształt. - Lubię, gdy przychodzą „pogadać” na przerwie lub towarzyszą mi podczas dyżurów - dodaje Nauczycielka klas IV-VIII.

VIII. Zapytaliśmy panią Agatę także o to, jakie wartości stara się przekazywać swoim podopiecznym. - To, że najważniejszy jest drugi człowiek i należy go szanować - odpowiada zwyciężczyni w kategorii Nauczyciel klas IV-VIII.

MIEJSCE II

Karina Sankowska

Zapytana o wyjątkowy moment w Jej pracy, który został w pamięci na długo, wspomina dzień, gdy dwóch laureatów konkursu z fizyki, zaprosiło ją na uroczystą galę wręczenia nagród na Politechnice Gdańskiej - było to dla Niej źródłem dumy, radości i satysfakcji. Karinie Sankowskiej (Szkoła Podstawowa nr 18 im. Kornela Makuszyńskiego, Gdynia) ogromną radość przynosi budowanie relacji opartych na zaufaniu i szacunku: - Gdy w zeszłym roku zostałam Rzecznikiem Praw ucznia w mojej szkole zrozumiałam, że uczniowie mi ufają i darzą mnie sympatią. Nie boją się podejść i poprosić o pomoc. Źródłem energii są również ich ciekawość, szczerze reakcje i poczucie humoru.



MIEJSCE III

Patrycja Herold

Patrycja Herold ze Szkoły Podstawowej nr 8 im. św. Wojciecha w Tczewie zdobyła trzecie miejsce w kategorii Nauczyciel klas 4-8 w Plebiscywie Edukacyjnym województwa pomorskiego. To wyróżnienie stanowi wyraz uznania dla Jej zaangażowania, profesjonalizmu oraz codziennej pracy na rzecz uczniów. Laureatka jest ceniona za rzetelne podejście do nauczania, otwartość oraz umiejętność budowania pozytywnej atmosfery w klasie. Jej postawa i osiągnięcia są przykładem wysokich standardów pracy pedagogicznej oraz inspiracją dla całej społeczności szkolnej.



NAUCZYCIEL SZKOŁY PONADPODSTAWOWEJ MIEJSCE I

Andrzej Hoppe

Andrzej Hoppe (Kaszubskie Centrum Edukacji Vademecum, Kościerzyna) zdobył pierwsze miejsce w kategorii Nauczyciel szkoły ponadpodstawowej w Plebiscycie Edukacyjnym. To jedno z najbardziej prestiżowych wyróżnień w środowisku edukacyjnym. „Z radością informujemy, że nasz nauczyciel matematyki Pan Andrzej Hoppe zajął 1. miejsce w Plebiscycie Edukacyjnym Dziennika Bałtyckiego w kategorii nauczyciel szkół ponadpodstawowych zdobywając 874 głosów. To ogromne wyróżnienie i dowód uznania dla jego zaangażowania, pasji i codziennej pracy z naszymi słuchaczami” - czytamy na facebookowym fanpage'u szkoły. Zwycięstwo w plebiscycie jest potwierdzeniem wyjątkowej roli, jaką Pan Andrzej odgrywa w życiu szkoły oraz swoich uczniów. Jako nauczyciel matematyki potrafi skutecznie łą-



czyć wysokie wymagania merytoryczne z przystępnym, życzliwym podejściem do słuchaczy. Jego lekcje to nie tylko nauka liczb i wzorów, ale także rozwijanie logicznego myślenia, systematyczności i wiary we własne możliwości.

MIEJSCE II

Janina Wołosewicz

- Po ponad 20 latach pracy w ZSHG wiele chwil pozostaje w pamięci, jednak szczególnie zapadł mi w pamięć moment, gdy uczeń powiedział: „Dzięki pani uwierzyłem, że mogę rozwijać swoje pasje i umiejętności” - przywołuje Janina Wołosewicz z Zespołu Szkół Hotelarsko-Gastronomicznych w Gdyni, dodając, że ten moment przypominał Jej, że rola nauczyciela to nie tylko przekazywanie wiedzy, lecz przede wszystkim wspieranie uczniów w odkrywaniu ich potencjału i rozwijaniu kompetencji niezbędnych w dalszym życiu. Najwięcej radości i energii daje wyróżnionej nauczycielce obserwowanie, jak uczniowie rozwijają umiejętności i pasje, odkrywają własny potencjał i osiągają cele.



MIEJSCE III

Piotr Stasiukiewicz

Trzecie miejsce w Plebiscycie Edukacyjnym w kategorii Nauczyciel szkoły ponadpodstawowej zdobył Piotr Stasiukiewicz (Technikum Leśne im. prof. Stanisława Sokołowskiego, Warcino), leśnik z 20-letnim doświadczeniem pracy w terenie, dla którego nauczanie jest obowiązkiem i naturalnym etapem przekazywania wiedzy dalej. Reprezentuje „starą szkołę” - uczy, bo sam kiedyś tę wiedzę otrzymał i czuje odpowiedzialność, by dzielić się nią z młodszym pokoleniem. Jak sam podkreśla: uczy, dopóty może nauczyć. Jak będzie tylko uczyć - czas na emeryturę. To podejście, oparte na autentyczności i skuteczności, zostało docenione, przynosząc Mu zasłużone miejsce na podium.

**NAUCZYCIEL AKADEMICKI** MIEJSCE I

Katarzyna Wądołowska-Lesner

Dr Katarzyna Wądołowska-Lesner (Uniwersytet Gdański, Wydział Filologiczny, Gdańsk) wygrywa w kategorii Nauczyciel akademicki w naszym województwie. Jest Ona adiunktem w Instytucie Rusycystyki i Studiów Wschodnich na Wydziale Filologicznym Uniwersytetu Gdańskiego. Aktualnie prowadzi zajęcia: Praktyczna nauka języka rosyjskiego, Glottodydaktyka, Komunikacja międzykulturowa, TUS jako forma ponoszenia kompetencji społecznych.

Nasza zwyciężczyni pełni także funkcję zastępcy dyrektora ds. kształcenia w IRSW, kierownika studenckich praktyk zawodowych na kierunku sinologia, członka Wydziałowej Komisji ds. Zapewniania Jakości Kształcenia. Praca wykładowcy pozwala pani Katarzynie łączyć



ogromną pasję i zaangażowanie w rozwój studentów. Jest ona niezwykle inspirująca i zdobywczyni tytułu Nauczyciela akademickiego przynajmniej, że nie zamieniłaby jej na żadną inną.

MIEJSCE II

Karolina Wojciechowicz-Pęksyk

Mgr Karolina Wojciechowicz-Pęksyk (Gdański Uniwersytet Medyczny, Wydział Lekarski, Gdańsk) jest doktorantką i asystentką w Katedrze Fizjopatologii Wydziału Lekarskiego Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego, gdzie łączy działalność naukową z dydaktyczną. Zawsze stara się być dobrze przygotowaną do każdego zajęcia, uzupełniać materiał o dodatkowe treści oraz wspierać studentów w zrozumieniu trudniejszych zagadnień. Obecnie kończy pracę doktorską i planuje rozpoczęcie kolejnych projektów badawczych w dziedzinie immunologii, która jest głównym obszarem działalności katedry.



MIEJSCE III

Marta Kuc-Czarnecka

Dr hab. Marta Kuc-Czarnecka z Wydziału Zarządzania i Ekonomii Politechniki Gdańskiej wyznaje, że najwięcej zawodowej satysfakcji daje Jej moment, gdy widzi ten prawdziwy „błysk w oku” studenta, gdy temat przestaje być abstrakcyjny, a on łączy fakty i zaczyna rozumieć. Pani Marta stara się przy tym zachęcać do samodzielnego myślenia. - Chciałabym, aby studenci wynieśli z zajęć przekonanie, że krytyczne myślenie to nie sceptycyzm dla samego sceptycyzmu, lecz odpowiedzialna postawa wobec wiedzy - przekazuje, dodając, że taka postawa pozwala zachować autonomię intelektualną.

**DYREKTOR SZKOŁY/PZEDSZKOLA** MIEJSCE I

Joachim Szyg

- Najpierw człowiek, potem dyrektor. Najważniejsze jest przekonanie zarówno uczniów, ich rodziców, jak i nauczycieli do słuszności, czasami trudnych decyzji. Dobre prowadzenie firmy, a zwłaszcza szkoły bez akceptacji jest nieskuteczne, a wręcz niemożliwe - przekonuje Joachim Szyg z Podstawowej Szkoły Gedanensis w Gdańsku. Jakie wartości przekazuje całej społeczności szkolnej? - Po pierwsze: być dobrym i uczciwym człowiekiem. Po drugie: tylko współpraca daje sukces. Po trzecie: tylko to, co kochamy i czego bardzo chcemy, przynosi naprawdę pozytywne efekty i dotyczy to zarówno pracy, nauki jak i przebywania w konkretnym środowisku. Tylko działając w taki sposób i w takich warunkach, osiągnęliśmy tak wysoki poziom nauczania przy uśmiechniętych na co dzień naszym



uczniach, ich rodzicach i nauczycielach - odpowiada dyrektor. Wyjątkowy moment związany z pracą, który wspomina po latach, to chwila, gdy za sprawą oddolnego ruchu, utworzono Stowarzyszenie Szkoły Gedanensis.

MIEJSCE II

Agnieszka Szwejkowska-Kulpa

- Najważniejsze w roli dyrektora jest dla mnie budowanie środowiska opartego na zaufaniu, szacunku i poczuciu sensu wspólnej pracy. Na poziomie ludzkim kluczowe jest uważne słuchanie - realne zainteresowanie potrzebami, obawami i pomysłami pracowników, uczniów oraz rodziców - oraz tworzenie przestrzeni, w której każdy czuje się zauważony i traktowany podmiotowo - wyznaje Agnieszka Szwejkowska-Kulpa (Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 6, Gdynia). Wartością, którą stara się przekazywać jest odpowiedzialność rozumiana jako uważność na drugiego człowieka. Zależy Jej na tym, aby każdy czuł, że ma realny wpływ na to, jak wygląda życie placówki.



MIEJSCE III

Paulina Drzewicka

Dla Pauliny Drzewickiej z Publicznego Przedszkola Srebrna Kotwica w Gdańsku najważniejsza jest relacja z drugim człowiekiem, zarówno tym dorosłym, jak i dzieckiem. Ceni sobie wzajemny szacunek i empatię w stosunku do wychowanków, pracowników i rodziców i te wartości chciałaby przekazywać innym. - Wierzę, że empatia, codzienny uśmiech czy pomoc w codziennych czynnościach pozwala nam zbudować więź, która owocuje w osiąganiu celów wychowania przedszkolnego. Dlatego siedzę przy biurku, gdy muszę, a pozostały czas spędzam z dziećmi w sali przedszkolnej - podkreśla docenia dyrektora.



PSYCHOLOG/PEDAGOG SZKOLNY MIEJSCE I

Adam Mańkowski

Adam Mańkowski (Niepubliczne Liceum Ogólnokształcące Mental Arts, Gdańsk) jest założycielem i współwłaścicielem Mental Arts - wyjątkowej przestrzeni edukacyjnej, Szkoły Podstawowej i Liceum. To znany w regionie i ceniony psycholog, terapeuta pedagogiczny, przedsiębiorca, job-coach, tutor, konsultant edukacyjny i biznesowy. Od 11 lat związany jest z edukacją alternatywną i różnego rodzaju indywidualnymi formami wsparcia psychologicznego. Pan Adam uwielbia pracę warsztatową, rocznie prowadzi setki godzin szkoleń, kursów i zajęć związanych m.in. z przedsiębiorczością i umiejętnościami miękkimi.

Nasz zwycięzca dał się poznać także jako założyciel i właściciel firmy psychologicznej, diagnostycznej i szkoleniowej



Monitorowania Rozwoju Grupy Adama Mańkowskiego. W wolnym czasie czyta, delectuje się dobrą kuchnią, pisze, ćwiczy, nadrabia youtube'owe zaległości. Wychodzi z założenia, że chce to móc, a praktyka czyni mistrza.

MIEJSCE II

Marta Bielawska

- Najmocniej poruszają mnie momenty, w których dzieci i młodzież zaczynają wierzyć w siebie mimo wcześniejszych doświadczeń porażki, odrzucenia czy braku wsparcia. Zostają ze mną ich historie, małe przełomy, pierwsze zaufanie, czasem jedno zdanie wypowiedziane szeptem - przekazuje Marta Bielawska (Szkoła Podstawowa nr 6 im. Aleksandra Majkowskiego, Rumia). Poczucie sensu daje Jej realny wpływ na życie dzieci i młodzieży, nawet jeśli jest to wpływ subtelny i rozłożony w czasie. Sens odnajduje w towarzystwie, a nie w gotowych rozwiązaniach. W budowaniu bezpiecznej przestrzeni, w której młodzi ludzie mogą mówić bez lęku.



MIEJSCE III

Magdalena Miler

Największe poczucie sensu w codziennej pracy Magdaleny Miler z Przedszkola nr 52 w Gdańsku dają spotkania z dziećmi i rozmowy o tym, co przeżywają. Te momenty, kiedy są chętne do dzielenia się tym, jak się czują albo co im się przydarzyło, ale też sytuacje, kiedy wspólnie udaje się znaleźć rozwiązanie ich problemu. W pracy z najmłodszymi porusza Ją najbardziej to, jak wiele dzieci rozumieją i jak trafnie potrafią opisać swoje emocje i uczucia. - Ważne jest dla mnie pokazywanie dzieciom, że ich potrzeby są ważne i że mają prawo czuć to, co czują. Zachęcam je do mówienia o tym co im się przytrafiło i jak się z tym mają - przekazuje pani Magdalena.



PRZEDSZKOLE ROKU MIEJSCE I

Przedszkole i Żłobek Niepubliczne Krokodylek

Przedszkole i Żłobek Niepubliczne Krokodylek przy ulicy Zamieście 1E w Chojnicach to nowoczesna placówka, która powstała z pasji i potrzeby stworzenia miejsca, gdzie maluchy poczuć się jak w domu, a przy okazji będą miały możliwość wszechstronnego i harmonijnego rozwoju. - Stawiamy na aktywności twórcze, przyrodnicze, językowe, taneczne, sportowe, kreatywne, sensoryczne dzięki, którym dziecko rozwinię nie tylko swoje umiejętności, zdolności, ale także znacznie poszerzy własną samodzielność. W naszym przedszkolu/żłobku kreatywno-przyrodniczym głównym celem jest stworzenie dzieciom takiego otoczenia, które pozwoli im z przyjemnością odkrywać świat, zdobywać nowe doświadczenia i osiągać sukcesy - opisuje pla-



cówkę Karolina Ginter. Tutaj każde dziecko jest traktowane indywidualnie i z taką samą uwagą. Krokodylek to już prawdziwa społeczność - zgrana, i skoncentrowana na dobru najmłodszych.

MIEJSCE II

Przedszkole Niepubliczne Integracyjne Miś

To miejsce, do którego dzieci chcą przychodzić. A wszystko za sprawą indywidualnego podejścia do maluszków, prawdziwej pasji do pracy z dziećmi. Nauczyciele i opiekunowie Przedszkola Niepublicznego Integracyjnego Miś (Kościerzyna, Szydlice 3) dbają nie tylko o rozwój edukacyjny, ale także o emocjonalne potrzeby najmłodszych. Poprzez zabawę, kreatywne zajęcia i codzienne rozmowy wspierają samodzielność, ciekawość świata oraz budowanie poczucia bezpieczeństwa. To właśnie takie podejście sprawia, że dzieci chętnie przekraczają próg przedszkola.



MIEJSCE III

Niepubliczne Przedszkole Wesoła Wyspa

Niepubliczne Przedszkole Wesoła Wyspa (Gdańsk, Maruszówny 4A) to miejsce przygotowane na przyjęcie każdego malucha. Codziennie robią wszystko, by dzieci wchodziły budynku z uśmiechem. Najlepszą rekomendacją jest dla nich, to gdy maluchy wychodzą rano z szatni i - nie oglądając się na rodziców - pędzą w kierunku drzwi, które prowadzą do Wesołej Wyspy. Zależy im na tym, aby zapewnić dziecku bezpieczeństwa i poczucia akceptacji, stworzyć warunki jak najbardziej zbliżonych do domowych, umożliwić dziecku wszechstronny rozwój, wspierać rozwój fizyczny, emocjonalny, społeczny.



SZKOŁA ROKU MIEJSCE I

Zespół Szkół Specjalnych nr 17

Każdy dzień w tej szkole to dziesiątki drobnych momentów, które razem tworzą wyjątkową historię placówki. Ich codzienność jest pełna uśmiechów, nauki, zabawy i przyjaźni

Zespół Szkół Specjalnych nr 17 (Gdynia, Witomińska 25/27) wyróżniają przede wszystkim specjalistyczne programy nauczania dostosowane są do potrzeb uczniów z różnymi rodzajami niepełnosprawności. Szkoła oferuje wielospecjalistyczne wsparcie pedagogiczne, terapeutyczne i opiekuńcze, co jest kluczowe dla rozwoju edukacyjnego i społecznego dzieci. Z facebookowego fanpage'u placówki możemy dowiedzieć się, że szkoła prowadzi bogate życie, a efektami organizowanych przez społeczność działań chętnie dzielą się w mediach społecznościowych. To właśnie przestrzeń,



w której edukacja spotyka się z empatią, profesjonalizmem i autentyczną troską o drugiego człowieka. Zespół Szkół Specjalnych nr 17 w Gdyni to placówka, która konsekwentnie buduje środowisko sprzyjające rozwojowi każdego ucznia.

MIEJSCE II

Niepubliczna Szkoła Podstawowa Gedanensis

Niepubliczna Szkoła Podstawowa Gedanensis (Gdańsk, Dworska 34) to szkoła, w której każdy może być sobą. Tworzą przyjazną i wspierającą atmosferę, sprzyjającą odkrywaniu oraz rozwijaniu pasji i talentów. Towarzyszą uczniom na drodze do ich największych sukcesów, dbając nie tylko o rozwój edukacyjny, ale także o poczucie bezpieczeństwa i wzajemny szacunek. - Od progu chcemy tworzyć atmosferę otwartości i życzliwości - taką, w której każdy czuje się mile widziany, bezpieczny i akceptowany. To miejsce, gdzie można być sobą, rozwijać się w przyjaznym otoczeniu i budować relacje oparte na szacunku i zaufaniu - mówi Marta Wąsowicz.



MIEJSCE III

Kaszubskie Centrum Edukacji Vademecum

Udział w plebiscycie był dla społeczności wyróżnionej placówki niemałym powodem do radości. „Drodzy słuchacze, nauczyciele oraz sympatycy naszej placówki! Mamy zaszczyt pochwalić się udziałem w Edukacyjnym Plebiscycie Dziennika Bałtyckiego na Szkołę Roku oraz najlepszego nauczyciela! Wszystkim, którzy oddali już głosy na naszą placówkę i nauczyciela Pana Andrzeja Hoppe, serdecznie dziękujemy” - mogliśmy przeczytać na stronie internetowej Kaszubskiego Centrum Edukacji Vademecum (Kościerzyna, Dworcowa 6). To wyjątkowy moment, który pozwolił całej społeczności jeszcze bardziej docenić codzienną pracę, zaangażowanie i pozytywną energię.



SZKOŁA JĘZYKOWA ROKU MIEJSCE I

King's Language Academy

- 8 lat doświadczenia, unikalne obozy językowe w Londynie, autorskie metody nauczania z samego serca Wielkiej Brytanii! Nasi nauczyciele nieustannie się szkolą i rozwijają, aby uczyć na najwyższym poziomie! Jako pierwsi na Pomorzu wprowadziliśmy matematykę i robotykę do szkół językowych. Mamy najwyższe kwalifikacje w metodyce nauczania języka obcego. Wygraliśmy plebiscyt, bo dajemy efekty na światowym poziomie! Indywidualne podejście i sprawdzone rezultaty - rodzice wybierają nas! - opisuje Szkołę Językową Roku Kinga Łucka. King's Language Academy (Przodkowo, Sportowa) to synonim profesjonalizmu z uśmiechem. Tutaj dzieci zyskują pewność siebie w nowych dla nich dziedzinach - językach obcych, matematyce czy robotyce. Nauka odbywa się w atmosferze zabawy, dzięki kreatywnemu



nemu podejściu i otwartości nauczycieli, którzy wiedzę przekazują w przystępny sposób. Chodzi wszak o to, aby zachęcać najmłodszych do zdobywania nowych umiejętności, budować w nich pewność siebie i zarażać pasją.

MIEJSCE II
KK-LINGUA

KK-LINGUA (Gdynia, Zgoda 5/18) to wielokrotny laureat Plebiscytu Edukacyjnego w naszym województwie. Od lat ta szkoła języków obcych cieszy się nieślabnącą sympatią ze strony lokalnej społeczności. Studio Językowe KK LIN-



GUA należy do prestiżowego programu British Council Advantage Starter Member. Program Advantage zrzesza szkoły językowe przygotowujące do egzaminów Cambridge English Qualifications. Wyróżnia Ich wysoka jakość nauczania, wiedza, doświadczenie i zaangażowanie zostały docenione w kolejnych edycjach Plebiscytu Edukacyjnego, uzyskując tytuł Szkoły Językowej Roku podczas kolejnych edycji głosowania.

MIEJSCE III
English JokerS

English JokerS (Gdańsk, Heweliusza 11/819) jest czymś więcej niż tylko miejscem do nauki. „Powstała w wyniku połączenia: olbrzymiej dawki motywacji, pasji oraz samozaparcia. Te cechy są



głównym przesłaniem dla naszych uczniów. Niezależnie od wieku, poziomu zaawansowania, miejsca, w którym się znajdujesz, jesteśmy pewni, że nasi Jokerzy pomogą Ci w przełamaniu bariery językowej! Czekamy na Ciebie!” - mogliśmy przeczytać w trakcie trwania tegorocznego Plebiscytu Edukacyjnego pod kandydaturą wyróżnionej szkoły językowej. To sprawia, że nauka angielskiego łączy się z budowaniem pewności siebie i kreatywności.

AUTOREKLAMA

Polecamy →

strefa
EDUKACJI

Edukacja w najwyższym stopniu

strefaedukacji.pl

LAUREACI PLEBISCYTU

NAUCZYCIEL PRZEDSZKOLA

Gdańsk	Sylvia Węsjora , Niepubliczne Przedszkole TO JA, Gdańsk
Gdynia	Justyna Baran , Przedszkole im. św. Rodziny Przy Parafii NMP, Gdynia
powiat bytowski	Natalia Jankowska , Le Perle Di Montessori, Bytów
powiat chojnicki	Adriana Galikowska , Przedszkole Samorządowe, Ryteł
powiat człuchowski	Aleksandra Przytarska , Przedszkole Miejskie im. Jana Brzechwy, Debrzno
powiat gdański	Aleksandra Radomska , Przedszkole Publiczne Nad Rzeczką, Pruszcz Gdański
powiat kartuski	Daria Labuda , Gminne Przedszkole, Goręczyno
powiat kościerski	Paulina Sierocka , Przedszkole Niepubliczne Językowe Kids Planet, Kościerzyna
powiat kwidziński	Alicja Filińska , Przedszkole Niepubliczne Smyk, Kwidzyn
powiat lęborski	Marzanna Kujawska , Szkoła Podstawowa im. Polskich Olimpijczyków, Maszewo Lęborskie
powiat malborski	Karolina Ressel , Przedszkole, Nowy Staw
powiat nowodworski	Agnieszka Łoniewska , Punkt Przedszkolny, Marynowy
powiat pucki	Agnieszka Krella , Publiczne Pozytywne Przedszkole i Żłobek, Swarzewo
powiat słupski	Natalia Tywoniuk , POZIOMKA Przedszkole Ekologiczno Językowe, Włynkówko
powiat starogardzki	Natalia Filipiak , Publiczna Szkoła Podstawowa im. Janusza Korczaka, Dąbrówka
powiat sztumski	Aleksandra Wysocka , Tęczowe Przedszkole, Dzierzgoń
powiat tczewski	Justyna Gwizdała , Publiczne Przedszkole nr 8, Tczew
powiat wejherowski	Marta Pawłocka , Superkids Przedszkole Terapeutyczne, Rumia
Słupsk	Liliana Jakielajtis , Przedszkole Miejskie nr 21 Gryfickie Smyki, Słupsk
Słupsk	Patrycja Kochanowska , Przedszkole Miejskie nr 6 Kasztanowy Domek, Słupsk
Sopot	Marta Rudzik , Tiny Forest Przedszkole Anglojęzyczne, Sopot

NAUCZYCIEL KLAS 0-III

Gdańsk	Martyna Tarnowska , Podstawowa Szkoła Gedanensis, Gdańsk
Gdynia	Katarzyna Wikaryjczyk , Szkoła Podstawowa nr 13 im. Lucjana Cyłkowskiego, Gdynia
powiat bytowski	Beata Maliszewska , Zespół Szkół, Lipnica
powiat chojnicki	Martyna Szmaglinska , Szkoła Podstawowa nr 2 im. Jana Pawła II, Czernik
powiat człuchowski	Agnieszka Zalewska , Szkoła Podstawowa im. Polskich Noblistów, Debrzno
powiat gdański	Ewelina Jost , Szkoła Podstawowa im. Karola Wojtyły, Rotmanka
powiat kartuski	Paulina Konkel , Szkoła Podstawowa im. ppor. Klemensa Wickiego, Pępowo
powiat kościerski	Anna Cieplińska , Szkoła Podstawowa nr 1 im. Tadeusza Kościuszki, Kościerzyna
powiat kwidziński	Anna Polonis , Szkoła Podstawowa im. Janusza Korczaka, Licze
powiat lęborski	Kamilla Stanicka , Zespół Szkół im. Jana Pawła II, Łebień
powiat malborski	Natalia Jaroszczyk , Szkoła Podstawowa, Nowa Wieś Malborska
powiat nowodworski	Anna Mroz , Zespół Szkół, Stegna
powiat pucki	Natalia Brezińska-Guth , Szkoła Podstawowa im. Maksymiliana Wilandta, Darzłubie
powiat słupski	Marta Radziejewska , Szkoła Podstawowa nr 3 im. gen. Mariusza Zaruskiego, Ustka
powiat starogardzki	Katarzyna Sabinasz , Publiczna Szkoła Podstawowa im. ks. kard. Stefana Wyszyńskiego, Lubichowo
powiat sztumski	Karolina Obuchowska , Szkoła Podstawowa nr 2 im. Maksymiliana Goliśa, Sztum
powiat tczewski	Katarzyna Puchalska Janiczak , Zespół Kształcenia i Wychowania, Kulice
powiat wejherowski	Angelika Drelicharz , Szkoła Podstawowa im. plk. Stanisława Dąbka, Sychowo
Słupsk	Alicja Frączek , Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 5 im. Gryfitów, Słupsk
Sopot	Maja Podlińska , Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 1 im. Armii Krajowej, Sopot

NAUCZYCIEL KLAS IV-VIII

Gdańsk	Sławomir Kwiatkowski , Szkoła Podstawowa nr 14 im. ks. Grzegorza Piramowicza, Gdańsk
Gdynia	Karina Sankowska , Szkoła Podstawowa nr 18 im. Kornela Makuszyńskiego, Gdynia
powiat bytowski	Zofia Cegiela , Szkoła Podstawowa nr 5 im. mjr Henryka Sucharskiego, Bytów
powiat chojnicki	Marlena Igniera , Szkoła Podstawowa im. Tajnej Organizacji Wojskowej Gryf Pomorski, Lubnia
powiat chojnicki	Natalia Dulek , Szkoła Podstawowa im. Błogosławionego Księdza Józefa Jankowskiego, Czyżkowo
powiat człuchowski	Joanna Orlikowska , Zespół Szkolno-Przedszkolny, Wierzchowo-Dworzec
powiat gdański	Agata Grzegorzczak , Zespół Szkół Ogólnokształcących nr 1 im. Marii Konopnickiej, Pruszcz Gdański
powiat kartuski	Iwona Bolin , Szkoła Podstawowa nr 2, Banino
powiat kościerski	Anna Krzoska , Szkoła Podstawowa im. Braci Czarlińskich, Lubań
powiat kwidziński	Ewa Jurek , Szkoła Podstawowa nr 2 im. mjr. Henryka Sucharskiego, Kwidzyn
powiat lęborski	Krzysztof Kolke , Zespół Szkolno-Przedszkolny, Bukowina
powiat malborski	Anna Niekurzak , Szkoła Podstawowa nr 3 im. 2 Pułku Nocnych Bombowców Kraków, Malbork
powiat nowodworski	Ewelina Kujawska-Sak , Zespół Szkolno-Przedszkolny, Kmiecin
powiat pucki	Krzysztof Plechta , Szkoła Podstawowa, Kosakowo
powiat słupski	Dorota Maślona , Szkoła Podstawowa im. Henryka Sienkiewicza, Głobino
powiat starogardzki	Dorota Ciesielska , Publiczna Szkoła Podstawowa, Wielki Bukowiec
powiat sztumski	Lucyna Bednarska , Szkoła Podstawowa nr 2 im. Maksymiliana Goliśa, Sztum
powiat tczewski	Patrycja Herold , Szkoła Podstawowa nr 8 im. św. Wojciecha, Tczew
powiat wejherowski	Katarzyna Osmańska , Szkoła Podstawowa nr 6 im. Jana Pawła II, Reda
Słupsk	Alicja Hinc , Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 5 im. Gryfitów, Słupsk
Sopot	Marek Eggen , Sopotka Autonomiczna Szkoła Podstawowa, Sopot

NAUCZYCIEL SZKOŁY PONADPODSTAWOWEJ

Gdańsk	Adrian Bukowski , Niepubliczne Liceum Ogólnokształcące Mental Arts, Gdańsk
Gdynia	Janina Wołosewicz , Zespół Szkół Hotelarsko-Gastronomicznych, Gdynia
powiat bytowski	Edward Mazur , I Liceum Ogólnokształcące, Bytów
powiat chojnicki	Karolina Zacharek , Technikum nr 2, Chojnice
powiat człuchowski	Janusz Cichocki , Zespół Szkół Agrobiznesu, Człuchów
powiat człuchowski	Karolina Balicka , Zespół Szkół Technicznych im. Józefa Szymczaka, Człuchów

powiat gdański	Tomasz Jagielski , Zespół Szkół Ogólnokształcących nr 1 im. Marii Konopnickiej, Pruszcz Gdański
powiat kartuski	Dorota Milejko , Zespół Szkół Ogólnokształcących nr 2, Kartuzy
powiat kościerski	Andrzej Hoppe , Kaszubskie Centrum Edukacji Vademecum, Kościerzyna
powiat kwidziński	Andrzej Delewski , Społeczne Liceum Ogólnokształcące im. Polskich Noblistów, Kwidzyn
powiat lęborski	damian biały , Społeczne Liceum Ogólnokształcące, Lębork
powiat malborski	Jacek Jakusik , I Liceum Ogólnokształcące im. Henryka Sienkiewicza, Malbork
powiat nowodworski	Karolina Wołodko-Samela , Zespół Szkół, Nowy Dwór Gdański
powiat pucki	Magdalena Oberzig-Zasada , Zespół Szkół nr 1, Władysławowo
powiat słupski	Piotr Stasiukiewicz , Technikum Leśne im. prof. Stanisława Sokolowskiego, Warcino
powiat starogardzki	Wiktor Sobiecki , TEB Edukacja, Starogard Gdański
powiat sztumski	Daniela Witka , Zespół Szkolno-Przedszkolny im. Franciszka Jujki, Stary Targ
powiat tczewski	Maciej Wojcieszak , Uniwersytecie Katolickie Liceum Ogólnokształcące im. św. Jadwigi Królowej, Tczew
powiat wejherowski	Ireneusz Kalinowski , Powiatowy Zespół Szkół im. Maurycego Mochnackiego, Reda
Słupsk	Anna Maria Rozenek , Zespół Szkół Elektryk im. Noblistów Polskich, Słupsk
Sopot	Anna Kwiatkowska , Zespół Szkół Technicznych, Sopot

PRZEDSZKOLE ROKU

Gdańsk	Niepubliczne Przedszkole Wesola Wyspa , Gdańsk, Maruszewo 4A
Gdynia	Przedszkole Niepubliczne Kiddo , Gdynia, Węglowa 22/8A
powiat chojnicki	Przedszkole i Żłobek Niepubliczne Krokodylek , Chojnice, Zamieście 1E
powiat człuchowski	Przedszkole Miejskie im. Jana Brzechwy , Debrzno, Ogrodowa 20
powiat gdański	Publiczne Przedszkole Rozgwiżdza , Kowale, Skromna 2
powiat kartuski	Mikiland Przedszkole , Szymbark, Rzemieślnicza 4
powiat kościerski	Przedszkole Niepubliczne Integracyjne Miś , Kościerzyna, Szydlice 3
powiat kwidziński	Społeczne Przedszkole Promyczek , Kwidzyn, Kazimierza Wielkiego 2
powiat lęborski	Przedszkole Integracyjne Jesteśmy Razem , Lębork, pl. Spółdzielczy 1
powiat malborski	Przedszkole Niepubliczne Pod Kasztanami , Malbork, Zieleniecka 15
powiat pucki	Przedszkole Niepubliczne Przedszkolny Raj , Kosakowo, Krasiczkiego 14
powiat słupski	Miejskie Przedszkole nr 2 Delfinki , Ustka, Żeromskiego 13
powiat starogardzki	Przedszkole Niepubliczne Plastuś , Starogard Gdański, Rycerska 5
powiat sztumski	Przedszkole Niepubliczne im. Na Słonecznej Górze , Sztum, Sienkiewicza 2
powiat tczewski	Przedszkole Niepubliczne Tęczowe Przedszkole , Tczew, Chełmońskiego 1A
powiat wejherowski	Niepubliczne Przedszkole Wesołe Smyki , Reda, Derdowskiego 5
Słupsk	Przedszkole Miejskie nr 24 Słupski Niedźwiadek Szczęścia , Słupsk, al. 3 Maja 15
Sopot	Tiny Forest Przedszkole Anglojęzyczne , Sopot, Wybickiego 48

SZKOŁA ROKU

Gdańsk	Niepubliczna Szkoła Podstawowa Gedanensis , Gdańsk, Dworska 34
Gdynia	Zespół Szkół Specjalnych nr 17 , Gdynia, Witomińska 25/27
powiat bytowski	Szkoła Podstawowa im. Hieronima Derdowskiego , Miastko, Piaszczyzna 6
powiat człuchowski	Zespół Szkół Technicznych , Człuchów, Koszalińska 2
powiat gdański	Niepubliczna Integracyjna Szkoła Podstawowa Lawendowy Król , Pruszcz Gdański, Powstańców Warszawy 81D
powiat kartuski	Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy , Żukowo, Gdynińska 7A
powiat kartuski	Szkoła Podstawowa , Reskowo, 68
powiat kościerski	Kaszubskie Centrum Edukacji Vademecum , Kościerzyna, Dworcowa 6
powiat kwidziński	Szkoła Podstawowa im. Obrońców Westerplatte , Gardeja, Sportowa 1
powiat lęborski	Zespół Szkół Ogólnokształcących nr 1 , Lębork, Dygasińskiego 14
powiat malborski	Szkoła Podstawowa , Nowa Wieś Malborska, Moniuszki 24
powiat nowodworski	Szkoła Podstawowa im. Morskiego Oddziału Straży Granicznej , Jantar, Rybacka 66B
powiat pucki	Szkoła Podstawowa im. Wiktora Czapiewskiego , Rekowo Górne, Wiktora Czapiewskiego 1
powiat słupski	Szkoła Podstawowa im. Henryka Sienkiewicza , Głobino, Główna 47
powiat starogardzki	Publiczna Szkoła Podstawowa im. Andrzeja Grubby , Żelgoszcz, Główna 29
powiat sztumski	Szkoła Podstawowa , Myślice, Myślice 16
powiat tczewski	Zespół Szkół Centrum Kształcenia Rolniczego im. Stanisława Staszica , Swarozyn, Szkolna 2
powiat wejherowski	Szkoła Podstawowa nr 6 im. Tadeusza Kościuszki , Wejherowo, Śmiechowska 36
Słupsk	Młodzieżowe Liceum Ogólnokształcące , Słupsk, Wojska Polskiego 46A
Sopot	Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 8 im. Jana Matejki , Sopot, Golca 3

NAUCZYCIEL AKADEMICKI

1 miejsce	dr Katarzyna Wądołowska-Lesner , Uniwersytet Gdański, Wydział Filologiczny, Gdańsk
2 miejsce	mgr Karolina Wojciechowicz-Pęksyk , Gdański Uniwersytet Medyczny, Wydział Lekarski, Gdańsk
3 miejsce	dr hab. Marta Kuc-Czarnecka , Politechnika Gdańska, Wydział Zarządzania i Ekonomii, Gdańsk

DYREKTOR PŁACÓWKI EDUKACYJNEJ ROKU

1 miejsce	Joachim Szyk , Podstawowa Szkoła Gedanensis, Gdańsk
2 miejsce	Agnieszka Szwejkowska-Kulpa , Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 6, Gdynia
3 miejsce	Paulina Drzewicka , Publiczne Przedszkole Srebrna Kotwica, Gdańsk

PSYCHOLOG/PEDAGOG SZKOLNY ROKU

1 miejsce	Adam Marikowski , Niepubliczne Liceum Ogólnokształcące Mental Arts, Gdańsk
2 miejsce	Marta Bielawska , Szkoła Podstawowa nr 6 im. Aleksandra Majkowskiego, Rumia
3 miejsce	Magdalena Miler , Przedszkole nr 52, Gdańsk

SZKOŁA JĘZYKOWA ROKU

1 miejsce	King's Language Academy , Przdokowo, Sportowa
2 miejsce	KK-LINGUA , Gdynia, Zgoda 5/18
3 miejsce	English JokerS , Gdańsk, Heweliusza 11/819

**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**

Każda z nas ma inaczej, a jednak podobnie

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

Kobiety dojrzałe, matki, córki - każda na innym etapie życia, każda inaczej go doświadczająca. 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 Kobięcej Twarz Roku daje przestrzeń, by pokazać te różnorodne doświad-

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

- Kobięca 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 zwyczajstwa, o czym opowiadają uczestniczki akcji - wyjawia Katarzyna Borek, która opiekuje się plebiscytem od strony redakcyjnej. Bo Kobięca 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 Kobięca 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 jed-

nego 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 plebiscyście Kobięca Twarz Roku w kategoriach pokoleniowych: Córki, Matki i Kobięty Dojrzałe. Każda z nich pokazuje inne spojrzenie na życie. Jedne czerpią energię z codziennych rytuałów i drobnych przyjemności, inne z pasji i wyzwań, a jeszcze inne odnajdują się w relacjach i dawaniu siebie innym. - 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 docenić, 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 Kobięcej 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 Kobięca Twarz Roku.

Więcej o akcji na www.dziennikbaaltycki.pl/kobiety

KATEGORIA POKOLENIOWA: CÓRKI



● ZOFIA LANGOWSKA

Co w Jej codziennym życiu sprawia, że czuje się sobą i w pełni kobieco? - W pełni kobieco czuję się gdy jestem sobą. Kiedy mogę ubrać, co mi się podoba. Kiedy uprawiam sport. Kiedy osiągam założone cele - przekazuje.

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

- Najtrudniejszą przeszkodą do pokonania są ludzie podcinający innym skrzydła, krytykujący marzenia innych i uważający je za niemożliwe. Gdy spotyka się kogoś takiego na drodze, trzeba dodatkowo skupić się na swoim celu i do niego brnąć - odpowiada.

Zapytaliśmy panią Zofię także o to, co chciałaby, aby

inny w Niej dostrzegli oraz docenili. - Myślę, że chciałabym, aby ludzie dostrzegli moje chęci podejmowania się różnych wyzwań nie tylko życia codziennego, ale także takich nieobowiązkowych - wyznaje kobieta. Nasza bohaterka wprost uwielbia dzielić się z innymi swoimi pasjami. Bliskich natomiast ubi zarazić tym pozytywnym nastawieniem, którego Jej nie brakuje. Dzięki temu ludzie wokół Niej mogą poczuć tę pozytywną energię, chłonąć ją oraz później także wysyłać ją dalej w świat.

Najwięcej radości daje Jej czas spędzony z ukochaną rodziną, ze znajomymi i z psem. Dużo satysfakcji daje Jej także sport: - Czas wytchnienia, podczas którego mogę usiąść w ciszy i odpocząć od goniącego czasu.

KATEGORIA POKOLENIOWA: MATKI



● DOROTA LEIER

Pani Dorota spełnia się w roli mamy. - Jestem szczęśliwa, widząc pierwsze kroki, pierwsze nowe doświadczenia, dzięki moim dzieciom wiem, że jestem potrzebna, ważna, kochana i doceniona. Mam również wsparcie w partnerze, który zawsze podnosi mnie na duchu oraz grono znajomych, na których nigdy się nie zawiodę. Zawsze jestem sobą, stawiam na prawdę i najważniejsze jest, by być tylko sobą - zaznacza. Wyzwanie, które pomogło Jej wzrosnąć to poród. Razem z partnerem rano przygotowali się do wyjścia do szpitala, jednak poród zaczął się w domu, w którym była Ona, Jej partner i malutki synek. Nie zdążyli dojechać do szpitala,

dziecko urodziło się w samochodzie z asystą policji. - Myślałam, że nie dam sobie rady bez opieki medycznej, ale udało się. Synek rośnie zdrowo, jest szczęśliwym, ciekawym dzieckiem - podkreśla pani Dorota. To wydarzenie wzmocniło Jej wiarę w siebie, stała się silniejsza i nabrała przekonania, że niezależnie od sytuacji, ze wszystkim sobie poradzi.

Najwięcej radości na co dzień daje Jej ta zwykła codzienność, gdy za oknem robi się ciepło, a Ona może wyjść do ogródka i zacząć przesadzać kwiaty, i nadawać kolor tej przestrzeni. Spędzanie czasu na zewnątrz z bliskimi dodaje Jej energii i mocno relaksuje. Budzi się także kreatywność i powstają pomysły na obrazki, kompozycje kwiatowe i dekoracje wnętrz.

KATEGORIA POKOLENIOWA: KOBIĘTY DOJRZAŁE



● BARBARA BETLINSKA

- W dzisiejszych czasach czuję się kobieco wybrzmiewa zupełnie inaczej niż kiedyś. Dziś kobiety są silne, zdecydowane w działaniach. Umieją podejmować decyzje. Taka właśnie jestem. Lubię to, co robię, jestem konsekwentna. Są momenty, kiedy życie mnie testuje - mówi. I właśnie takie wyzwania, jak chwile zwątpienia, czy nawet porażki pomagają pani Barbarze budować Jej charakter oraz pokazują, jaką kobietą się stała. - Dziś myślę, że na drodze każdej z nas trudne decyzje i pomyłki są konieczne. Uczą pokory i pokazują drogę, która jest nam dana - zauważa kobieta.

Wybrała zawód, który odpowiada Jej charakterowi. Jest

osobą pełną empatii oraz chętną do pomocy drugiemu człowiekowi. Jest też bardzo komunikatywna, umie znaleźć w każdym człowieku pozytywne i dobre cechy: - Nie skreślałam i nie oceniam.

Jej największym skarbem są dzieci. Jest z nich dumna, patrząc na nie, jest spokojna o ich przyszłość. Wychowała je tak, by były samodzielne, umiały radzić sobie z przeciwnościami. Przekazała im cenne wartości, które pozwolą być dobrymi ludźmi.

- Moje doświadczenia i życie sprawiło, iż stałam się kobietą silną, zmotywowaną, ale jednocześnie kruchą i delikatną. Wiem, że w życiu ważne są momenty, gdzie obecność drugiej osoby potrafi przynieść radość i ukojenie - podkreśla Barbara Betlinska.

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 ją rozpoznać i leczyć?

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 od zainfekowanej nią osoby

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 roztoczach 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 skałceń.

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.

- 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 wysyłają z jednego końca Polski na drugi, a przecież to są seniorzy i nie zawsze



Kuracjusze często rezygnują z wymarzonego pobytu w sanatorium

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 przeszkodą

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: rezygnację 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 wyczerpujące 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 przepadnie.

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 zmartwienie wielu placówek medycznych

Co szósta wizyta u lekarza nie dochodzi do skutku

Barbara Wesola
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 wskazywać, 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.



OGŁOSZENIE BURMISTRZA MIASTA RUMI O ZMIANIE TERMINU ROZPOCZĘCIA KONSULTACJI SPOŁECZNYCH projektu planu ogólnego miasta Rumi

Na podstawie art. 13i ust. 3 pkt 8 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2024 r. poz. 1130 ze zm.) i art. 39, art. 54 ust. 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2024 r. poz. 1112 ze zm.) oraz uchwały Nr III/17/2024 Rady Miejskiej Rumi z dnia 13 czerwca 2024 r. ogłaszam o rozpoczęciu konsultacji społecznych

**projektu planu ogólnego miasta Rumi
wraz z uzasadnieniem i prognozą oddziaływania na środowisko.**

Projekt planu ogólnego miasta Rumi wraz z uzasadnieniem i prognozą oddziaływania na środowisko dostępne są:

1. w siedzibie Urzędu Miasta Rumi przy ul. Sobieskiego 7, pok. 200
2. na stronie Biuletynu Informacji Publicznej miasta Rumi w zakładce: www.bip.rumia.pl – Strona główna – Planowanie Przestrzenne – Plan Ogólny

Konsultacje społeczne projektu planu ogólnego prowadzone będą w terminie
od dnia 01.04.2026 r. do dnia 04.05.2026 r.

w formie:

1. zbierania uwag;
2. otwartego spotkania;
3. dyżurów projektanta.

Zbieranie uwag do projektu planu ogólnego i prognozy oddziaływania na środowisko składa się na piśmie do Burmistrza Miasta Rumi za pomocą formularza pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego, zgodnego z Rozporządzeniem Ministra Rozwoju i Technologii z dnia 13 listopada 2023 r. w sprawie wzoru formularza pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego (Dz. U. z 2023 r. poz. 2509) dostępnego:

1. na stronie internetowej: www.bip.rumia.pl – Strona główna -Planowanie Przestrzenne – Plan Ogólny
2. w Urzędzie Miasta Rumi, ul. Sobieskiego 7, pok. 200.

Uwagi można składać w postaci:

1. papierowej, na adres Urzędu Miasta Rumi, ul. Sobieskiego 7, 84-230 Rumia,
2. elektronicznej, na adres e-mail: urząd@rumia.pl lub przez platformę ePUAP lub e- doręczenia.

Spotkanie otwarte odbędzie się w Urzędzie Miasta Rumi przy ul. Sobieskiego 7 w sali posiedzeń nr 100 w dniu **13.04.2026 r. w godz. 17.00. do 18.00.**

Dyżury projektanta odbędą się w Urzędzie Miasta Rumi, ul. Sobieskiego 7, sala nr 200 w dniach:

1. 02 kwietnia 2026 r., w godz. od 15.30 do 17.00,
2. 08 kwietnia 2026 r., w godz. od 15.30 do 17.00.
3. 22 kwietnia 2026 r., w godz. od 15.30 do 17.00.

Klauzula informacyjna dla osób uczestniczących w konsultacjach społecznych:

Administrator danych: Administratorem, czyli podmiotem decydującym o tym, które dane osobowe będą przetwarzane oraz w jakim celu, i jakim sposobem, jest Burmistrz Miasta Rumi, zaś w jego imieniu dane przetwarza Referat Planowania Przestrzennego z siedzibą w Rumi, przy ul. Sobieskiego 7, 84-230 Rumia.

Inspektor ochrony danych: We wszystkich sprawach dotyczących ochrony danych osobowych, macie Państwo prawo kontaktować się z naszym Inspektorem ochrony danych na adres mailowy: iod@um.rumia.pl.

Cel przetwarzania: Celem przetwarzania Państwa danych osobowych jest realizacja zadań związanych z procedurą planistyczną związaną ze sporządzeniem planu ogólnego miasta Rumi/ zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego.

Podstawa przetwarzania danych: Państwa dane osobowe przetwarzamy na podstawie art. 6 ust. 1 lit. c) RODO, w związku z ustawą z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym. Podanie danych wynikających z tego przepisu prawa jest obowiązkowe.

Okres przechowywania danych: Państwa dane osobowe będą przechowywane przez okres wynikający z klasyfikacji archiwizacyjnej.

Odbiorcy danych: Odbiorcami Państwa danych osobowych są podmioty uprawnione do ujawnienia im danych na mocy przepisów prawa. Są nimi również podmioty, które świadczą nam usługi.

Prawa osób: Macie Państwo prawo do: ochrony swoich danych osobowych, dostępu do nich, uzyskania ich kopii, sprostowania, ograniczenia ich przetwarzania oraz prawo wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych (ul. Stawki 2, 00-193 Warszawa, e-mail: kancelaria@uodo.gov.pl)

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

Ingrid Hintz-Nowosad
ingrid.hintz@polskapress.pl

Jest przyczyną dolegliwości bólowych około dwóch milionów Polaków. Borykające się z nią osoby skarżą się na ból, 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 wyrosła kostnych brzoźnych).

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 zwiększeniem szpary stawowej pomiędzy nimi.



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

Co 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 przeciążanie stawów. Aby zapobiegać ograniczeniu ruchomości stawów, istotne jest wykonywanie odpowiednich ćwiczeń (np. opartych

na wzmacnianiu mięśni posturalnych). Najlepszy będzie umiarkowany, ale systematyczny ruch (pływanie, spacer, 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 zwalczaniu dolegliwości. Zalicza się do nich wsparcie farmakologiczne (leki przeciwbólowe i przeciwzapalne), a także fizykoterapię, zastrzyki czy nawet zabiegi polegające na wymianieniu stawu i wszczępieniu sztucznego elementu – protezy.

– Kiedy dojdzie już do stanu wymagającego leczenia, pomyślmy 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.

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 wyzwala 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.

Nie sędzę, żebyśmy byli w pierwszej dwudziestce. Piosenka jest ciężka do powtórzenia dla widza



Doda w serwisie Pomponik o szansach Alicji Szemplińskiej z piosenką „Pray” w tegorocznej Eurowizji Fot. Adam Jankowski

Z ŻYCIA GWIAZD

W TELEWIZJI

KRZYŻÓWKA NR 46

Marcela Leszczak nie mówi o swoim szczęściu
Celebrytka po rozstaniu z Michałem Koterskim układa sobie życie na nowo. Jej nowy ukochany jest gdyńskim biznesmenem. Para na co dzień unika fleszy, ale z mediów społecznościowych widać, że chętnie razem podróżuje po świecie. – Jestem szczęśliwa i za dużo o tym nie mówię – powiedziała Leszczak w rozmowie z Plotkiem.



Zimna wojna

TVP Kultura, 20:00
Historia namiętnej, lecz niemożliwej miłości dwojga ludzi. Na przeszkodzie uczuciu stają ich trudne charaktery, a także wydarzenia zimnej wojny z lat 50. XX w. w Polsce, Berlinie, Jugosławii i Paryżu. Film nagrodzonego Oscarem Pawła Pawlikowskiego („Ida”), który przyniósł reżyserowi Złotą Palmę w Cannes.

Julia Wieniawa w parze z belgijskim piłkarzem
Coraz głośniej o tym, że celebrytka ma nowego chłopaka – belgijskiego piłkarza Hervé Matthysa, który gra w Motorze Lublin. W sobotę para bawiła się na urodzinach przyjaciółki Wieniawy – Julii Pośnik. Na InstaStory pojawiło się nagranie z imprezy, jak piosenkarka i piłkarz wznoszą toast za solenizantkę.

SexiPistols

Kino TV HD, 20:00
Rok 1888. W Meksyku szerzy się bezprawie. Sara postanawia porzucić salony, okradać banki i rozdáwać łupy biednym. Podczas pierwszego skoku w drogę wchodzi jej zapalczywa córka farmera, Maria.

Korporacja hakerów

TVP Dokument, 22:05
Ludzie często myślą, że ataków hakerskich dokonuje facet w piwnicy, ubrany w bluzy z kapturem, ale w rzeczywistości to operacje biznesowe. Dokument przenosi widzów w głąb wojny cybernetycznej i zadaje pytanie, jak powstrzymać hakerów.

Tammy

TVN, 22:55
Tytułowa Tammy ma zły dzień. Skasowała samochód, została zwolniona z pracy i na dodatek odkryła, że mąż ją zdradza. Jest sptukana, a jej jedyną deską ratunku staje się jej babcia, Pearl. Razem ruszają w podróż po USA.



Poziomo:
1) sposób przyrządzania potrawy,
6) powieść Hermana Melville'a,
10) tajne porozumienie, spiszek,
11) samobieżny pocisk morski,
12) przebój Maryli Rodowicz,
13) czótenko w maszynie do szycia,
14) kolumbijska piosenkarka i kompozytorka,
17) plan zajęć, harmonogram,
20) zaganie Igi Świątek,
23) hultajska dusza, łobuziak,
25) pomieszczenie z boksami,
27) rządu strachu i przemocy,
28) ciągle narzeka i narzeka, zrządza,
30) pogrążenie się w myślach,
32) element łożyska ślizgowego,
33) akcja komandosów na tyłach wroga,
35) mleczny napój z firmy Bakoma,
36) oddziela pole uprawne,
37) bierwiona przy kominku,
38) auto na postoju lub na telefon,
39) rodzaj sieci rybackiej.

Pionowo:

1) podniosły sposób mówienia,
2) Grek z filmu Michaela Caccyannisa,
3) plamki na twarzy Pippi Langstrump,
4) prymitywny domek w lesie,
5) ... Hawn, aktorka z filmu „Szeregowiec Benjamin”,
6) wytwórca baleronu i szynki,
7) masa serowa z mleka owczego,

1		2		3		4	■	5	■	6		7	■	8		9	
	■		■		■	10					■		■		■		■
11							■		■	12							
	■		■		■	13					■		■		■		■
14	15		16				■		■	17			18		19		
■		■		■	■	20	21		22		■	■		■		■	■
23					24		■		■		■	25					26
■		■		■	27						■	■		■		■	
28		29														30	31
	■		■	■												■	■
32																33	34
	■		■	■												■	■
35																	36
	■		■	■												■	■
37																■	39

AUTOPROMOCJA 0110990241
Dziennik Bałtycki
w prenumeracie z Tele Magazynem
58 728 08 17

8) potoczna nazwa nart,
9) kpi z uznanych zasad i obyczajów,
15) japoński konkurent Toyoty,
16) górzysta wyspa Grecja u wybrzeży Albanii,
18) wynagrodzenie za pracę, pensja,
19) japoński wachlarz składany,
21) ogrodzenie z cegieł lub betonu,

22) opłata pobierana na granicy,
24) sopel zwisający ze stropu jaskini,
26) roślinny motyw dekoracyjny,
28) Jan, twórca obrazu „Bitwa pod Grunwaldem”,
29) chrześcijaństwo lub judaizm,
30) burza śnieżna, zawieja,
31) dawna zniewaga, ubliżenie,
34) określenie urzędowe lub geograficzne.

ROZWIĄZANIE NR 45

D	F	B	O	K	S	■	N	U	R	T	■	W	■	G			
R	U	I	N	A	■	A	T	A	M	A	■	A	R	I	E	L	
A	■	O	■	M	A	P	A	■	U	K	O	S	■	D	■	O	
Z	A	D	Z	A	■	A	R	M	A	T	A	■	M	A	Z	U	R
E	■	O	■	K	A	R	O	■	I	S	S	A	■	E	■	I	
K	I	R	K	O	R	■	W	O	A	L	■	Z	N	A	W	C	A
■	D	■	A	■	E	■	I	■	U	■	W	■	N	■	A	■	
F	E	R	D	Y	N	A	N	D	W	S	P	A	N	I	A	L	Y
■	A	■	U	■	G							N	■	O	■	K	
■	P	L	A	■	K	S	A					K	A	N	S	A	S
I	■	M	■	E	■							■	M	■	Z	■	
S	■	U	B	A	R	U						■	P	O	R	C	J
K	■	O	■	W	■							■	R	■	Z	■	
L	■	I	■	N	D	A	■					■	K	R	E	S	Y
E	■	A	■	L	I	■	C	Z	Y	■	K	I	R	U	■	P	A
■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Dziś energia sprzyja działaniu, lecz unikaj pośpiechu. Horoskop dzienny radzi słuchać intuicji przy podejmowaniu ważnych decyzji.

Ryby (19.02 - 20.03)

Spokojny dzień przyniesie stabilizację, ale horoskop na dziś ostrzega, by nie ignorować sygnałów od bliskich, które wiele znaczą.

Baran (21.03 - 19.04)

Komunikacja będzie kluczem do sukcesu. Horoskop dzienny na środę to wyraźna wskazówka, by dokładnie dobierać słowa...

Byk (20.04 - 20.05)

Emocje mogą być silniejsze niż zwykle. Horoskop dzienny podpowiada, by znaleźć czas na odpoczynek i rozmowę z kimś zaufanym.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)

Twoja pewność siebie przyciąga ludzi, lecz horoskop na dziś radzi pamiętać, aby nie dominować i dać innym przestrzeń do działania.

Rak (22.06 - 22.07)

Skup się na detalach, które dziś mają znaczenie. Horoskop dzienny na środę sugeruje unikać nadmiernej krytyki i pozwolić sobie na luz.

Lew (23.07 - 22.08)

Horoskop dzienny mówi, że harmonia w relacjach będzie dziś możliwa, jeśli postawisz na szczerość i otwartość w rozmowach z innymi.

Panna (23.08 - 22.09)

Intuicja poprowadzi Cię właściwą drogą. Horoskop na dziś radzi nie ignorować przeczcucia i unikać niepotrzebnych konfliktów.

Waga (23.09 - 22.10)

Dzień sprzyja planowaniu i nowym pomysłom, ale horoskop dzienny na środę podpowiada, by dokończyć też rozpoczęte sprawy.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Odpowiedzialność przyniesie efekty, ale horoskop dzienny podpowiada, by nie zapominać o odpoczynku i zachowaniu równowagi.

Strzelec (22.11 - 21.12)

Kreatywność pomoże Ci rozwiązać problem. Horoskop na dziś podpowiada, by zaufać sobie i nie bać się niestandardowych rozwiązań.

Koziorożec (22.12 - 19.01)

Wrażliwość będzie Twoją siłą, jeśli dobrze ją wykorzystasz. Horoskop dzienny na środę radzi unikać jednak nadmiernego zamartwiania się.



**Wspomnienia.
Te najważniejsze...**

Wspomnij bliskich. Zapal im świeczkę. Sprawdź na nekrologi.net i dziennikbaaltycki.pl/nekrologi

DROBNE

Ogłoszenie drobne
zlecisz na ibo.polskapress.pl

Nieruchomości

DOMY - KUPIĘ

ODKUPIĘ współwłasność
w mieszkaniach, cała Polska
518-503-404

Praca

ZATRUDNIĘ

PRACA W BELGII - docieplanie
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

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

AWARIE - dachy, blachy, kominy, papy,
rynny, malowanie; 517-744-487

MALOWANIE dachów. 788-016-988.

Sufity Podwieszane: Napinane,
Kasetonowe, Rastrowe, Gipsowe,
Ścianki Gipsowe "Sufitex"
604-944-094, 58-558-25-65 www.sufitex.pl

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

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

ibo.polskapress.pl

Gray wyleczył kontuzję i wrócił do treningów

Dawid Foltyniewicz
dawid.foltyniewicz@polskapress.pl

KOSZYKÓWKA. Jak ustaliła „Gazeta Wrocławska”, Kadre Gray rozpoczął indywidualne treningi po wyleczeniu kontuzji kolana. Rozgrywający w najbliższych dniach dołączy do drużyny Śląska.

Kadry Gray doznał kontuzji 10 lutego, podczas ostatniego meczu Śląska w rozgrywkach BKT EuroCupu (81:114 z Cedevitą Olimpiją Lublana). 28-latek nabił się urazu kolana. Kiedy jego klubowi koledzy rywalizowali w turnieju Pekao S.A. Pucharu Polski w Sosnowcu, Kanadyjczyk przechodził szereg badań.

Jak udało nam się dowiedzieć, diagnozy dotyczące stanu zdrowia koszykarza nie były jasne, dlatego Śląsk postanowił nie wydawać oficjalnego komunikatu.



Kadry Gray doznał kontuzji 10 lutego. Jego powrót do gry planowany jest na połowę kwietnia

Gray w ostatnich tygodniach przechodził rehabilitację i obecnie trenuje indywidualnie. W najbliższych dniach po raz pierwszy po wyleczeniu kontuzji weźmie udział w zajęciach drużynowych.

We wrocławskim klubie przewidują, że rozgrywający

w kwietniu będzie gotowy do rywalizacji w Orlen Basket Lidze. Wszystko wskazuje na to, że Gray będzie do dyspozycji trenera Ainārsa Bagatskisa od wyjazdowego meczu z Energa Czarnymi Słupsk, który zaplanowano na 11 kwietnia.

W poniedziałek WKS ogłosił, że do zespołu dołączył rozgrywający Kyrell Luc, który podpisał kontrakt do końca sezonu 2026/27. We wrocławskim klubie podkreślają, że Luca sprowadzono z myślą o wzmocnieniu składu, a nie zastępowaniu Graya.

ORLEN BASKET LIGA

1. King Szczecin	23	40	+59
2. Śląsk Wrocław	22	38	+150
3. Legia Warszawa	23	38	+120
4. Trefl Sopot	23	37	+85
5. Górnik Wałbrzych	23	36	-23
6. Dzikie Warszawa	23	36	+136
7. Stal Ostrów Wlkp.	23	36	-34
8. Zastal Zielona Góra	23	35	+61
9. Arka Gdynia	22	35	+50
10. MKS Dąbrowa Górnicza	23	35	+35
11. Anwil Włocławek	23	34	+50
12. Twardie Pierniki Toruń	23	32	-35
13. Czarni Słupsk	23	31	-82
14. Start Lublin	23	31	-167
15. GTK Gliwice	23	28	-209
16. Miasto Szkła Krosno	23	27	-196

© P

0011499963

0011499811

Naszym Koleżankom
Agnieszce Chamera

i

Klaudii Kalińskiej

wyrazy szczerego żalu i współczucia
z powodu śmierci

Taty i Dziadka



składają

koleżanki i koledzy z **Radia Gdańsk**

Koledze

Januszowi Szczęśniakowi

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu odejścia



Mamy

składają

Koleżanki i Koledzy z **PROCAD SA**

REKLAMA

0311246076

0011499871

0011499483

dziennikbaaltycki.pl/nekrologi

Nekrologi, kondolencje

przyjmowane są od poniedziałku do piątku
w godzinach 8.30-15.30, tel. 58/ 3003 211

○ drogą mailową: nekrologi@prasa.gda.pl

○ poprzez Internetowe Biuro Ogłoszeń
ibo.polskapress.pl

○ w zakładach pogrzebowych
współpracującymi z Dziennikiem Bałtyckim

- **PPU Zielen, Gdańsk, Partyzantów 76**
www.zielen.pl, tel. 58/341-20-71 do 73

- **ZDiZ w Sopocie Cmentarz Komunalny, Malczewskiego 31**
tel. 58/551-03-50, biuro@cmentarz.sopot.pl

- **Zarząd Cmentarzy Komunalnych w Gdyni**
ul. Witomińska 76, tel. 58/660-89-50, www.zck.pl



nekrologi.net

W tych trudnych chwilach
wyrazy współczucia i żalu
oraz słowa otuchy i wsparcia

Pani

Joannie Rojek

oraz

Jej Rodzinie i Bliskim

z powodu śmierci

Taty

składają

Zarząd i Pracownicy
Grupy TAN-VIET

Z głębokim smutkiem
przyjeliśmy wiadomość o śmierci

dr. inż.

**Antoniego
Kapuścińskiego**

od 1970 roku związanego z Wydziałem Architektury
Politechniki Gdańskiej,

gdzie pracował w Katedrze Techniki Budownictwa.

Wykorzystywał swoją wiedzę i doświadczenie
zdobyte w licznych opracowaniach
dotyczących obiektów zabytkowych.

Był autorytetem, którego trudno będzie zastąpić.

Wyrazy szczerego współczucia
Rodzinie i Najbliższym

składa

Dziekan, Rada Wydziału
i cała społeczność akademicka
Wydziału Architektury Politechniki Gdańskiej

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 Fissette'em 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.

Ostanio 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 Carolonie.

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 zapowiedział groźnie wyglądający upadek podczas kwalifikacji do konkursu Pucharu Świata na mamucie skoczni w norweskim Vikersund. Przy lądowaniu 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 przebiegu szeregu badań, które nie wykazały żadnego poważniejszego

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. W Słowenii wystartuje pięciu Biało-Czerwonych - Kamil Stoch, Piotr Żyła, Dawid Kubacki, Aleksander Zniszczoł i Klemens Joniak.

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

Przeostroga 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 zagrali Piotr Zieliński i Grzegorz Krychowiak, 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 ugruntowaną ostatnio pozycję w In-

terze 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 znacznie od zabezpiecze-

nia 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 TVP 1 i TVP Sport. ©©

SPORT

www.sportowy24.pl

KOSZYKÓWKA

Cuda w sporcie się zdarzają i na tym optymizm może opierać VBW Gdynia. Aktualne wciąż mistrzynie Polski przegrywają w ćwierćfinałach 0-2 z KSSSE Eneą AJP-em Gorzów Wielkopolski. Dzisiaj w hali w Gdyni o godz. 18 spróbują po raz trzeci. Jeśli w sześciuosobowej rotacji nie zaskoczą rywalek, to odpadną z gry. Przypomnijmy, że VBW przeżywa w tym sezonie potężne problemy finansowe. (raf)



FOT. ANDRZEJ BANAS

PIŁKA NOŻNA
Chojniczanka bez meczu?
W Chojnicach w sobotę o godz. 17 miał stawić się GKS Jastrzębie. Poinformował jednak, że nie wybierają się na Pomorze. Zakupione bilety podlegać będą zwrotowi. (raf)

Sinusoida nastrojów kibiców Arki

Rafał Rusiecki
rafal.rusiecki@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Bycie kibicem Arki Gdynia w sezonie 2025/2026 to nie jest droga usłana różami. Fani żółto-niebieskich muszą mieć nerwy jak postronki.

Drużyna beniaminka PKO Ekstraklasy cały czas znajduje się w dolnych rejonach tabeli. Po wpadce 0:3 w Kielcach z Koroną znów przeważają komentarze, że z taką dyspozycją ekipy trenera Dawida Szwargi trudno będzie zachować ligowy byt.

Do piłkarzy Arki Gdynia po 26 kolejkach należą dwa niechlubne tytuły: najgorszy atak i prawie najgorsza obrona. W tym drugim zestawieniu żółto-niebieskich wyprzedzają jedynie Lechia Gdańsk i Bruk-Bet Termalica Nieciecza. Dodajmy, że drużyna z małopolskiej wsi praktycznie skreślona już przez wszystkich obserwatorów. Nad ekipą z Olimpijskiej zbierają się znów ciemne chmury. Tabela PKO Ekstraklasy jest mocno spłaszczona, ale Gdynianom brakuje choćby małej serii, aby podskoczyć.

Jest to niemal niemożliwe, jeśli strzela się statystycznie mniej niż jednego gola na mecz. Liczby Arki do tej pory to 25 trafień na plus i 44 na minus. W niedzielę, 22 marca 2026 roku żółto-niebiescy przegrali 0:3 w Kielcach z Koroną. To wywołało falę nerwowych komentarzy wśród sympatyków Arki.

Co przewija się cały czas w tych utyskiwaniach kibiców? Punktują zarząd, który nie dokonał realnych wzmocnień w dwóch okienkach transferowych. Punktują trenera Dawida Szwargę, który gra zbyt zachowawczo i nie trafia z odpowiednim składem. Punktują też samych piłkarzy, którzy nie są w stanie unieść sportowego wyzwania w PKO Ekstraklasie.

W każdym z tych przytyków jest trochę prawdy. Arka gra przewidywalnie w ataku, który buduje najczęściej zbyt małą liczbą zawodników. A ci, którzy próbują się przedrzeć pod pole karne rywali, zazwyczaj robią to zbyt wolno i bez należytej odwagi. Ta mała liczba podłączających się do ataku jest wynikiem dużej koncentracji na zabezpieczeniu defensywnych linii. Dru-



FOT. PAVEL MALECKI

Gdynianie mają dwa tygodnie przerwy na poprawę gry, a co za tym idzie wyników

żyna wpada więc w pułapkę, bo próbując atakować, w zasadzie ogląda się na ofensywnych zawodników drużyny przeciwnej.

Nie ma co ukrywać, że w Arce Gdynia brakuje piłkarskiej jakości, która jest niezbędną na najwyższym poziomie w Polsce. Skrzydłowy Na-

zarij Rusyn oraz ofensywni pomocnicy Sebastian Kerk i Kamil Jakubczyk to jedyni, którzy w ataku potrafią zrobić coś z niczego. I są w tym powtarzalni. Ich koledzy miewają ofensywne przebłyski, a bez regularności trudno o optymizm. Bardzo obiecujący w ataku jest Oskar Kubiak, ale mecz w Kiel-

cach to dla niego duża nauka, że ważna jest także odpowiednia postawa w defensywie.

Arka Gdynia w poniedziałek rozpoczęła dwutygodniową przerwę reprezentacyjną. Dla całej drużyny to moment na kolejne przeanalizowanie sytuacji i próbę poprawy

zachowań boiskowych. We wtorek, 7 kwietnia o godz. 19 przy Olimpijskiej zacznie się mecz Arka Gdynia - Zagłębie Lubin. „Miedziowi” są na przeciwnym końcu tabeli, więc znów nie będzie łatwo. To także spotkanie, przed którym ma zostać wymieniona murawa stadionu miejskiego. Koszt tego przedsięwzięcia bierze na siebie Gdynińskie Centrum Sportu, a mowa o kwocie rzędu 800-850 tysięcy złotych.

TABELA EKSTRAKLASY

1. Lech Poznań	26	44	46-37
2. Zagłębie Lubin	26	41	40-30
3. Jagiellonia Białystok	26	41	43-34
4. Górnik Zabrze	26	39	36-32
5. Wisła Płock	26	39	28-25
6. Raków Częstochowa	26	38	35-33
7. Motor Lublin	26	37	35-38
8. Korona Kielce	26	36	33-29
9. Cracovia	26	36	31-28
10. GKS Katowice	26	36	35-35
11. Piast Gliwice	26	35	32-33
12. Lechia Gdańsk	26	34*	51-48
13. Pogoń Szczecin	26	34	36-40
14. Radomiak Radom	26	33	42-40
15. Legia Warszawa	26	30	30-31
16. Arka Gdynia	26	30	25-44
17. Widzew Łódź	26	29	31-34
18. Bruk-Bet Nieciecza	26	22	30-48

*Lechia Gdańsk ukarana odjęciem 5 punktów za zaległości finansowe w sezonie 2024/2025

14 zwycięstw nie dało Enerdze Treflowi Gdańsk awansu do play-offów

Rafał Rusiecki
rafal.rusiecki@polskapress.pl

SIATKÓWKA. Gdańska siatkówka finalnie znalazła się poza play-offami, chociaż wcześniej w PlusLidze rozbudziła nadzieje wśród kibiców.

Siatkarze Energi Trefla Gdańsk pokazali się z dobrej strony w sezonie 2025/2026 i przez długi czas liczyli się w walce o czołową ósemkę PlusLigi. To dawało im możliwość gry w play-offach. Niestety, na finiszu bardziej zdeterminowane były zespoły z Kędzierzyna-Koźla i Jastrzębia-Zdroju, które wyprzedziły „Lwy”. W poniedziałek w hali w Elblągu Gdańszczanie rozegrali więc ostatni mecz tych rozgrywek, zajmując 9. miejsce w stawce.

W siatkówce opłaca się wygrywać szybko, o czym po raz kolejny przekonał się kibice Energi Trefla Gdańsk. Wygrane

3:0 lub 3:1 to trzy punkty do ligowej tabeli. Po tie-breaku (3:2) ta zdobycz wynosi jedynie dwa „oczka”. Prosta zasada dała o sobie znać na finiszu sezonu 2025/2026. Gdańszczanie mimo 14 wygranych dali się w zestawieniu wyprzedzić Zaksi Kędzierzyn-Koźle, która to zwyciężała tylko 12 razy.

Jeden mecz mógł zmienić wiele, bo sezon zasadniczy ekipa Andrei Gianiego skończyła tylko z punktem więcej. Zajęcie 9 miejsca przez Energe Trefl Gdańsk jest o tyle bolesne, że nie daje prawa gry w play-offach, a także oznacza koniec grania jako takiego. W PlusLidze nie ma bowiem meczów o miejsca 9-14. Poniękad słusznie, bo to niewielka sportowa nagroda dla samych zawodników, ale i ich kibiców.

Drużyna trenera Mariusza Sordyla w poniedziałek, 23 marca 2026 roku zakończyła więc sezon w hali w Elblągu, gdzie pokonała 3:0 Barkom Ka-



FOT. PRZEMYSŁAW ŚWIDERSKI

Tobias Brand był najjaśniejszą postacią w drużynie Energi Trefla Gdańsk. Sześć razy został MVP meczu

żany Lwów. Ukraiński klub z dobrze znanym w Gdańsku rozgrywającym Lukaszem Kampą w składzie zakończył rozgrywki na 11 miejscu, ale miał tylko 8 zwycięstw.

Największy plus, jeśli chodzi o indywidualne występy, trzeba po tych rozgrywkach postawić przy nazwisku Tobiasa Branda. Niemiecki przyjmujący sześć razy odbierał statuetki dla najlepszego siatkarza meczu, a także zajął czwarte miejsce w PlusLidze, jeśli chodzi o zdobywcę punktową - 451. Wśród rozgrywających wyróżnił się natomiast Aliaksiej Nasiewicz. Młody polski atakujący zanotował 37 asy serwisowe, co dało mu czwarte miejsce w lidze. W rankingu broniących drugie miejsce zagwarantował sobie natomiast Voitto Köykkä, czyli fiński libero Energi Trefla. W swoim trzecim sezonie w PlusLidze podbił aż 230 piłek.

Od nadchodzącego piątku rozpoczyna się faza play-off,

która dla najlepszych potrwa do połowy maja. Pary ćwierćfinałowe prezentują się następująco: Aluron CMC Warta Zawiercie (1) - Zaksa Kędzierzyn-Koźle (8); Asseco Resovia Rzeszów (4) - Indykpol AZS Olsztyn (5); PGE Projekt Warszawa (2) - JSW Jastrzębski Węgiel (7); Bogdanka LUK Lublin (3) - PGE GiEK Skra Bełchatów (6). W ćwierćfinałach i półfinałach gra się do dwóch zwycięstw.

TABELA EKSTRAKLASY

1. Warta Zawiercie	26	61	68-27
2. Projekt Warszawa	26	54	60-33
3. LUK Lublin	26	53	64-40
4. Resovia Rzeszów	26	44	61-36
5. AZS Olsztyn	26	44	60-48
6. Skra Bełchatów	26	44	52-46
7. Jastrzębski Węgiel	26	44	52-47
8. Zaksa Kędzierzyn-K.	26	44	59-57
9. Trefl Gdańsk	26	36	55-52
10. Ślepsk Suwałki	26	36	41-63
11. Kazany Lwów	26	0	39-66
12. Stilon Gorzów Wlkp	26	0	39-63
13. ChKS Chelme	26	23	32-65
14. Steam Częstochowa	26	17	32-71