

ŚRODA
125|03|2026|

GAZETA 139 LAT OLSZTYŃSKA

GAZETA CODZIENNA WARMII I MAZUR WYDAWANA OD 1886 r.

cena 4,99 zł (w tym 8% VAT)



Fot. Straż Miejska Olsztyn

SPORT



Olsztynianie
triumfowali na
Słowacji \13



Olimpia na szczycie
tabeli \14



Baraże rządzą się
swoimi prawami? \15



Albania na drodze
do Mundialu \16



Orlen obniżył hurtowe
ceny paliw \2



Abonament dla kierowców
z niepełnosprawnościami \3



Wielka radość
w Gietrzwałdzie \5



Jest dobrym aniołem
swojej rodziny \8

ORLEN OBNIŻYŁ HURTOWE CENY PALIW

Orlen obniżył we wtorek hurtowe ceny paliw, w tym benzyny bezołowiowej Eurosuper 95 o 45 zł za metr sześć., natomiast oleju napędowego Ekodiesel o 87 zł za metr sześć. – wynika z danych opublikowanych przez koncern. Poprzednio hurtowe ceny paliw zmieniły się w koncernie w minioną sobotę.

Według aktualnego cennika hurtowego Orlenu we wtorek benzyna bezołowiowa Eurosuper 95 kosztuje tam 5688 zł za metr sześć., o 45 zł mniej niż w sobotę, gdy było to 5733 zł za metr sześć., z kolei olej napędowy kosztuje 7171 zł za metr sześć., o 87 zł mniej niż w sobotę, gdy było to 7258 zł za metr sześć.

Ostatnia, sobotnia zmiana hurtowych cen Orlenu obu tych podstawowych paliw w porównaniu do poprzedniego dnia, czyli piątku, 20 marca, obejmowała niewielki spadek w przypadku benzyny bezołowiowej Eurosuper 95, wynoszący 6 zł, z 5739 zł do 5733 zł za metr sześć., natomiast w przypadku oleju napędowego Ekodiesel był to znaczny wzrost, bo aż o 521 zł, z 6737 zł do 7258 zł za metr sześć.

Znacząca obniżka hurtowych cen paliw w Orlenu po raz ostatni miała miejsce z 10 na 11 marca. Wtedy benzyna bezołowiowa Eurosuper 95 staniała tam o 94 zł, z 5272 zł do 5178 zł za metr sześć., a olej na-



pędowy Ekodiesel o 164 zł, z 6359 zł do 6195 zł za metr sześć. Była to pierwsza obniżka w koncernie od wybuchu wojny na Bliskim Wschodzie 28 lutego, gdy w kolejnych dniach po ataku USA i Izraela na Iran oraz w związku blokadą cieśniny Ormuz ceny ropy naftowej na świecie, a także gotowych paliw zaczęły rosnać.

Po korekcie z 10 na 11 marca Orlen obniżał jeszcze ceny paliw, ale spadki były już niewielkie: w przypadku benzyny bezołowiowej Eurosuper 95 z 17 na 18 marca o 14 zł, z 5562 zł do 5548 zł za metr sześć., i w tym samym czasie oleju napędowego Ekodiesel o 12 zł, z 6577 do 6565 zł za metr sześć., a wcześniej, z 11 na 12 marca, o 3

zł, z 6195 zł do 6192 zł za metr sześć.

Według hurtowego cennika paliw Orlenu 28 lutego, czyli w dniu wybuchu konfliktu na Bliskim Wschodzie, benzyna bezołowiowa Eurosuper 95 kosztowała tam 4466 zł, a olej napędowy Ekodiesel 4809 zł za metr sześć.

W poniedziałek minister aktywów państwowych Wojciech Balczun w wypowiedzi dla Polsat News zwrócił uwagę na to, że Orlen minimalizuje marżę na paliwach tyle, ile się da, nie mogąc działać na szkodę firmy, natomiast inne instrumenty kształtowania ceny są w rękach państwa. Wskazał przy tym, że potencjalnie rozpatrywana jest kwestia akcyzy czy VAT.

– Nie mieliśmy do czynienia z takim zamieszaniem, z tak wielkim kryzysem chyba nigdy – stwierdził Balczun. Zapytany, czy w związku z tym Orlen zostanie obłożony specjalnym podatkiem, czy zejdzie z marży, stwierdził, że Orlen cały czas podejmuje takie działania, żeby minimalizować skutki odczuwane przez społeczeństwo tych wzrostów.

– To, co dla nas jest kluczowe, to zabezpieczenie dostaw, stabilności tego, żeby nie było braków na stacjach benzynowych – przyznał.

Po ataku USA i Izraela na Iran Orlen zapewnił, że dostawy ropy naftowej trafiają do jego rafinerii zgodnie z harmonogramem. Podkreślił przy tym, że dzięki dywersyfikacji kierunków dostaw ograniczył ryzyko związane z niestabilną sytuacją na Bliskim Wschodzie. Koncern ogłosił też 9 marca, że jego marża na olej napędowy została obniżona z 25 gr „niemal do zera”, aby ograniczyć skutki gwałtownego wzrostu cen paliw na świecie.

W tym czasie Orlen podał też, że od 12 marca do 3 maja każdy kierowca korzystający z aplikacji Orlen Vitay przez kolejnych 8 weekendów kupi na stacjach paliw koncernu do 50 litrów benzyny lub oleju napędowego w obniżonej o maksymalnie 35 gr cenie po spełnieniu określonych warunków.

We wtorek, jak informują maklerzy, ceny ropy naftowej znów rosły, odrabiając poniedziałkowe gwałtowne spadki. Powodem tego są obawy o możliwe wciągnięcie innych państw na Bliskim Wschodzie w wojnę z Iranem. Baryłka ropy West Texas Intermediate w dostawach na maj kosztuje na NYMEX w Nowym Jorku 91,08 USD (wzrost

o 3,35 proc.). Z kolei ropa Brent na ICE na maj jest wyceniana po 102,71 USD za baryłkę (więcej o 2,77 USD).

„The Wall Street Journal” podał, że Arabia Saudyjska i Zjednoczone Emiraty Arabskie podjęły kroki, które mogą zmierzać do przyłączenia się do wojny z Iranem, a to może potencjalnie sygnalizować nasilenie walk.

W poniedziałek ropa Brent staniała o 11 proc. po tym, jak prezydent USA Donald Trump zdecydował o odroczeniu o pięć dni zapowiadanych wcześniej ataków na irańskie elektrownie w związku z blokadą cieśniny Ormuz.

PAP/RED.

ATAKI ODROZONE

Prezydent USA Donald Trump zdecydował o przełożeniu o pięć dni zapowiadanych wcześniej ataków na irańskie elektrownie w związku z blokadą cieśniny Ormuz. Poinformował również o „bardzo dobrych i produktywnych rozmowach” z Iranem, choć przedstawiciele tego kraju zaprzeczają kontaktom z Waszyngtonem.

PAP/RED.



Prezydent USA
Donald Trump

WAŻNE SŁOWA

Polscy bohaterowie ratowali Żydów podczas niemieckiej okupacji dzięki chrześcijańskiej tożsamości; miłość i miłosierdzie wprost płynęły z życiorysów Józefa i Wiktorii Ulmów.



Prezydent Karol
Nawrocki
podczas obchodów
Narodowego Dnia
Pamięci Polaków
Ratujących Żydów

komunikat

OGŁOSZENIE

o przystąpieniu do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego „Rodzinne Ogrody Działkowe Krokus” w obrębie Linowo, gmina Purda

Na podstawie art. 17 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (t.j. Dz.U. z 2024 r. poz. 1465 z późn. zm.) oraz art. 39 ust. 1, w związku z art. 46 pkt 1 oraz art. 54 ust. 2 i ust. 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (t.j. Dz.U. z 2023 r. poz. 1094 z późn. zm.) **zawiadamiam o podjęciu przez Radę Gminy Purda uchwały nr XV/102/2025 z dnia 31 marca 2025 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego „Rodzinne Ogrody Działkowe Krokus” w obrębie Linowo, gmina Purda** oraz o przystąpieniu do przeprowadzenia strategicznej oceny oddziaływania na środowisko tego dokumentu.

Z treścią ww. uchwały można zapoznać się na stronie internetowej BIP Urzędu Gminy Purda: <https://bip.purda.pl/> (zakładka: Akty prawne > Uchwały Rady Gminy). Zainteresowani mogą składać wnioski do ww. planu miejscowego. Wnioski należy składać w formie papierowej (na adres: Urząd Gminy Purda, Purda 19, 11-030 Purda) lub elektronicznej, w tym za pomocą środków komunikacji elektronicznej, a w szczególności poczty elektronicznej (na adres mailowy: d.grabowska@purda.pl), w terminie 21 dni od zamieszczenia ogłoszenia. Druk wniosku do pobrania na stronie BIP Urzędu Gminy Purda <https://bip.purda.pl/> (zakładka: Planowanie przestrzenne > Wnioski do pobrania > Formularz pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego).

Wniosek powinien zawierać imię i nazwisko lub nazwę jednostki organizacyjnej, adres wnioskodawcy, przedmiot wniosku oraz oznaczenie nieruchomości, której dotyczy. Organem właściwym do rozpatrzenia wniosków jest Wójt Gminy Purda. Klauzula informacyjna dotycząca przetwarzania danych osobowych dostępna jest na stronie internetowej BIP Urzędu Gminy Purda: <https://bip.purda.pl/> (zakładka: Inspektor ochrony danych w Urzędzie > Obowiązek informacyjny).

Wójt Gminy Purda
Teresa Anna Chrostowska

J-1-G

WYDAWCA
GALINDIA
Sp. z o.o.
ul. Tracka 7b,
10-364
Olsztyn

REDAKTOR NACZELNY
Maciej Matera
zarzad@gazetaolsztyńska.pl

DYREKTOR BIURA REKLAMY
Agnieszka Weder-Gryglewicz
a.weder@gazetaolsztyńska.pl
885 998 201

ZASTĘPCY REDAKTORA
NACZELNEGO
Michał Podolak,
Zuzanna Leszczyńska

REDAKTORZY WYDANIA
Michał Podolak
Joanna Karzyńska
wydawca@gazetaolsztyńska.pl
sport@gazetaolsztyńska.pl

WYDANIE ONLINE
Ania Głazek
internet@gazetaolsztyńska.pl
519 839 562

GAZETAOLSZTYNSKA.PL
redakcja@gazetaolsztyńska.pl
tel. 502 499 515

PRENUMERATA E-WYDAŃ
prenumerata@gazetaolsztyńska.pl
502 499 531

REKLAMA W OLSZTYNIE
ul. Tracka 7b
tel. 885 998 201
reklama@gazetaolsztyńska.pl

CENTRALNE
BIURO OGŁOSZEŃ
tel. 514 800 517

REDAKCJA W ELBLĄGU
Ewelina Gulińska
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 505 766 681
gazeta@dziennikelblaski.pl

REKLAMA W ELBLĄGU
Elwira Kowalska
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 604 408 305
reklamy@dziennikelblaski.pl
PRENUMERATA E-WYDAŃ
prenumerata@dziennikelblaski.pl
502 499 531

DRUK
Polska Press Sp. z o.o.
Oddział Poligrafia
Drukarnia
w Białymstoku
Ignatki,
ul. Przemysłowa 26
16-001 Kleosin



NOWY ABONAMENT DLA KIEROWCÓW Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI

Od jutra zmieniają się zasady postoju samochodów dla osób z niepełnosprawnościami w strefie płatnego parkowania w Olsztynie, i to radykalnie.

Obecnie darmowe parkowanie w strefie płatnego parkowania jest dozwolone w przypadku osób niepełnosprawnych, ale także kierowców, którzy przewożą inwalidów. W obu wymagana jest specjalna karta parkingowa – Karta Parkingowa Osoby Niepełnosprawnej, wydana na nazwisko takiej osoby, która uprawnia do stawiania pojazdu w takim miejscu. To jednak teraz się zmieni, i to bardzo. – Od 26 marca 2026 roku preferencyjne warunki parkowania w SPP będą dotyczyły wyłącznie pojazdów wyposażonych w abonament N (abonament osoby niepełnosprawnej) – informuje Michał Koronowski, rzecznik Zarządu Dróg, Zieleni i Transportu w Olsztynie.

Według olsztyńskiego ratusza nowe przepisy mają uporządkować zasady regulujące, kto i na jakich warunkach może korzystać z ulg w miejskiej strefie. Zmiana dotyczy kierowców, którzy do tej pory korzystali właśnie z bezpłatnego postoju na podstawie ważnej Karty Parkingowej Osoby Niepełnosprawnej. Co to oznacza w praktyce? Sama karta nie wystarczy już do bezpłatnego parkowania na ogólnodostęp-



Fot. Zbigniew Wozniak

nych miejscach w strefie. Wymagane jest posiadanie abonamentu N. Będzie do niego przypisany konkretny numer rejestracyjny. Miasto ustaliło miesięczny koszt abonamentu N na 5 złotych.

– W przypadku braku wolnej koperty postój na obszarze SPP, na ogólnodostępnych stanowiskach bez wydanego na parkujący pojazd abonamentu N będzie wiązał się z koniecznością uiszczenia opłaty na ogólnych zasadach (jednorazowa opłata wniesiona w parkomacie/aplikacji mobilnej lub wykupienie abonamentu okresowego), według obowiązujących stawek – zaznacza Koronowski.

Zmiana przepisów nie wszystkim się podoba. „A co z osobami, które nie są właścicielami pojazdu, którymi kierują, albo są pasażerami pojazdów,

które takich uprawnień nie posiadają, już nie mówiąc o osobach, które nie mieszkają w Olsztynie. Są wykluczeni?” – dopytuje się jeden z forumowiczów.

Przy okazji wprowadzenia zmian w parkowaniu w strefie w odniesieniu do osób z niepełnosprawnościami miasto wprowadza również nowy rodzaj opłaty dla pozostałych zmotoryzowanych. Chodzi o postój do 15 minut za 1,4 złotego. Ma on zastąpić dotychczasowe półgodzinne parkowanie.

To niejedyny zaplanowany w tym roku zmiany dotyczące kierowców w Olsztynie. Miasto zamierza uruchomić system e-kontroli, który ułatwi sprawdzanie opłat w strefie płatnego parkowania. Od września mają zmienić się stawki jednorazowych i abonamentowych opłat przy jednoczesnym zasto-

sowaniu preferencji dla osób płacących podatki w Olsztynie – osoby spoza miasta poniosą większe koszty.

System e-kontroli był testowany w Olsztynie w 2025 roku. – W trakcie pilotażu obowiązujące w SPP regulacje i procedury uniemożliwiały jednoznaczny weryfikację opłat (np. abonamentów na okaziciela) albo tego, czy kierowca faktycznie uprawniony jest do bezpłatnego postoju (np. kart parkingowych osób niepełnosprawnych), bądź uprzywilejowanych pojazdów itp. Pozyskanych danych nie wykorzystano do nałożenia dodatkowych opłat – zaznacza prezydent miasta Robert Szewczyk.

Dodaje, że rozwiązania związane z e-kontrolą z powodzeniem funkcjonują w wielu miastach w Polsce. – Pojazd e-kontroli jest w stanie zweryfikować opłaty za postój w znacznie większym obszarze SPP oraz w krótszym czasie w porównaniu do pieszych kontroli. Ponadto pojazdy nie ograniczają warunki atmosferyczne w tak dużym stopniu jak ludzie. Należy wyraźnie podkreślić, że nie oznacza to rezygnacji z pracy pieszych kontrolerów – stwierdza prezydent Olsztyna. **GS**

ZMODERNIZOWANY SOR JUŻ DZIAŁA



Fot. MSWiA Olsztyn

W Olsztynie otwarto zmodernizowany Szpitalny Oddział Ratunkowy Szpitala Klinicznego MSWiA z Warmińsko-Mazurskim Centrum Onkologii. Inwestycja o wartości blisko 14 milionów złotych,

finansowana przez Ministerstwo Zdrowia i Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji, ma poprawić komfort pacjentów, bezpieczeństwo oraz skuteczność działań ratunkowych.

Prace obejmowały przebudowę infrastruktury oddziału, budowę nowych pomieszczeń oraz wyposażenie go w nowoczesny sprzęt medyczny. Jak podkreśla dr hab. n. med. Janusz Kocik, dyrektor Szpitala Klinicznego MSWiA w Olsztynie, SOR nie jest miejscem do długotrwałego pobytu pacjentów, lecz kluczowym punktem wstępnej diagnostyki i ratowania życia.

– Inwestycja znacząco poprawiła warunki przyjmowania i przebywania pacjentów. Zależy nam na tym, aby pacjenci byli szybko diagnozowani, a następnie wypisywani do domu lub kierowani na odpowiednie oddziały – wyjaśnia dyrektor Kocik.

Modernizacja została sfinansowana z budżetu Ministerstwa Zdrowia oraz Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji. Wicemarszałek województwa warmińsko-mazurskiego Sylwia Jaskulska podkreśla znaczenie inwestycji. – Pieniądże wydane na ochronę zdrowia to najlepiej wydane środki, a każdy zmodernizowany oddział ratunkowy realnie ratuje życie – mówi.

Pierwszym ordynatorem odnowionego SOR został Jarosław Parfianowicz, który przypomina, że uruchomienie oddziału wymagało zarówno znalezienia kadry, jak i organizacji pracy oraz wyposażenia jednostki.

– To mój wymarzony oddział, miejsce szkolenia i realizacji zawodowych pasji. Nie powstałby bez ciężkiej pracy całego zespołu – przyznaje ordynator.

Nowy SOR w Olsztynie to nie tylko nowoczesna infrastruktura, ale także szansa na szybszą i bezpieczniejszą pomoc medyczną dla mieszkańców regionu. Pacjenci mogą korzystać z lepiej wyposażonych gabinetów, a personel medyczny z nowoczesnych narzędzi diagnostycznych, co ma znacząco skrócić czas reakcji i poprawić jakość opieki.

MSWiA OLSZTYN / AG

PRZEŁOMOWA OPERACJA W OLSZTYNIE

Prawa noga 17-letniego Oliwiera spod Elbląga wkrótce będzie miała taką samą długość jak lewa dzięki nowatorskiej operacji przy użyciu ramy hexapodalnej – pierwszej tego typu w województwie warmińsko-mazurskim. Zabieg, który przeprowadzają specjaliści z Wojewódzkiego Specjalistycznego Szpitala Dziecięcego w Olsztynie pod kierunkiem dr. Bartosza Musielaka z Poznania, daje

nadzieję na powrót nastolatka do pełnej aktywności fizycznej.

Sześć lat temu Oliwier Kowzan miał wypadek, podczas którego doszło do złuszczenia nasady dalszej prawej kości udowej. W Wielkiej Brytanii, gdzie wówczas przebywał, lekarze przeprowadzili operację, podczas której ustabilizowali zmianę dwiema specjalistycznymi śrubami. Niestety, doprowadziło to do zamknięcia

chrząstki wzrostowej, co zakończyło wzrost tej kości na tym obszarze.

– Lekarze z Wielkiej Brytanii uprzedzili nas, że ta kość jest uszkodzona w takim miejscu, że nie będzie rosta – przyznaje Marlena Kowzan, mama Oliwiera. – Gdy wróciliśmy do Polski, syn przechodził okres największego wzrostu. Wtedy zauważyliśmy, że prawa noga jest krótsza. Zgłosiliśmy się do Poradni Ortopedycznej Szpitala Dziecięcego

w Olsztynie. Poczuliśmy się tu bardzo dobrze, jeśli chodzi o opiekę, i zdecydowaliśmy się na operację zaproponowaną przez lekarzy. Obecnie prawa kość udowa jest krótsza o 48 milimetrów. Do tego dochodzi tzw. zaburzenie kątowe (20 stopni zagięcia przedniego) oraz zaburzenie rotacyjne (8 stopni). Takie dysproporcje utrudniają Oliwierowi codzienne życie.

SZPITAL DZIECIĘCY W OLSZTYNIE /

AG

Panu Jackowi Protasowi

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci
Małzonki
ś. † p.

Eleonory Protas

składają
Florian Romanowski, Adam Augustynowicz
oraz pracownicy
OPEGIEKA w Elblągu

WLEPIAJĄ MANDATY I BLOKUJĄ KOŁA KU PRZESTRODZE

Kilka tysięcy blokad założyła na koła aut nieprawidłowo parkujących kierowców straż miejska – tak wynika z raportu za 2025 rok.

Strażnicy miejscy podsumowali 2025 rok. „W 2025 roku strażnicy miejscy podjęli łącznie 15 861 interwencji, co stanowi wzrost o 2434 podjętych działań w porównaniu do roku 2024” – czytamy w „Sprawozdaniu z działalności Straży Miejskiej za rok 2025”.

Na podstawie zaprezentowanych w nim statystyk widać, które wykroczenia są w Olsztynie najczęściej popełniane. Interwencje dotyczyły przede wszystkim wykroczeń przeciwko bezpieczeństwu i porządkowi w komunikacji oraz przeciwko porządkowi i spokojowi publicznemu. To nic innego jak nieprawidłowe parkowanie. Łącznie strażnicy podjęli około 6,2 takich interwencji. To kilkanaście procent więcej niż w 2024 roku. Strażnicy wlepili w związku z tym kilka tysięcy mandatów na łączną kwotę około 367 tysięcy złotych.

Jednym z narzędzi karania nieprawidłowo parkujących kierowców było zakładanie blokad na koła ich samochodów. W 2024 roku było ponad 3,5 tysiąca tego typu przypadków, podczas gdy jeszcze w 2022 roku ich liczba wyniosła zaledwie około 770 przypadków. Zogólnopolskiego rankingu straży miejskich, przygotowanego przez portal Miejska Agenda Parkingowa, wynika, że miesięcznie jeden olsztyński strażnik zakłada średnio siedem blokad. Dla porównania w niektórych miastach, takich jak Białystok, Rzeszów czy Zielona Góra, blokady na koła nie są zakładane wcale.



Na drugim miejscu znalazły się wykroczenia związane z ustawą o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi. Chodzi o tzw. picie pod chmurką.

„Na przestrzeni 2025 roku strażnicy miejscy, podobnie jak w poprzednich latach, podejmowali bardzo dużo interwencji wobec osób spożywających alkohol w miejscach publicznych. Tego rodzaju zachowania pomimo coraz mniejszego przyzwolenia społecznego są dość powszechne. Wpływają one negatywnie na poczucie bezpieczeństwa, budzą szczególny niepokój mieszkańców i niestety często związane są z innymi naruszeniami prawa” – napisano w dokumencie. W 2025 roku podjęto około 2 tysięcy interwencji wobec osób spożywających alkohol w miejscu publicznym, w tym nałożono blisko pół tysiąca mandatów karnych w wysokości w sumie ponad 47 tysięcy złotych.

Co ciekawe, w 2024 roku liczba interwencji była na zbliżonym poziomie, ale strażnicy wystawili mandaty na łączną kwotę

ponad 24 tysięcy złotych, czyli blisko dwukrotnie mniejszą. Najwyraźniej byli wtedy bardziej wyrozumiali.

Dodatkowo w ciągu poprzedniego roku strażnicy miejscy zatrzymali 1207 nietrzeźwych osób, które „dawały powód do zgorznienia w miejscu publicznym, znajdowały się w okolicznościach zagrażających ich życiu lub zdrowiu albo zagrażały życiu i zdrowiu” i przewieźli je do izby wytrzeźwień lub miejsca zamieszkania.

Niestety, okazuje się, że mieszkańcy Olsztyna wciąż śmieją. O skali tego zjawiska mówią liczne interwencje strażników miejskich. W 2025 roku było ich około 1,4 tysiąca. To dotyczy np. wyrzucania poromontowych odpadów przy wiatkach śmietniko-

wych. Pod lupę strażnicy wzięli także prowadzących prace budowlane, których pojazdy zanieczyszczały jezdnię. – Z roku na rok rośnie liczba zgłoszeń od mieszkańców i podejmowanych przez nas interwencji – mówi Jarosław Lipiński, komendant Straży Miejskiej w Olsztynie. – Skupiliśmy się m.in. na kontroli czystości i ograniczeniu szkodliwego palenia w piecach, co przełożyło się na zdecydowanie lepszą jakość powietrza. Uruchomiliśmy także ekopatrol, co jest wyjątkowym działaniem w skali województwa. Ma być bezpiecznie, czysto i spokojnie.

Komendant Lipiński dodaje, że w marcu na Starym Mieście i w Śródmieściu całonocowo pełni służbę patrol straży miejskiej.

DEMASKUJĄ MITY Z INTERNETU

Grupa uczniów z Katolickiego Liceum Ogólnokształcącego postanowiła zmierzyć się z jednymi z poważniejszych problemów współczesnej młodzieży: presją wyglądu, zaburzeniami odżywiania i dezinformacją w mediach społecznościowych. W ramach ogólnopolskiej inicjatywy Zwolnieni z Teorii stworzyli projekt „Rizz na zdrowie”, który promuje zdrowy styl życia – zarówno fizyczny, jak i psychiczny.

Odpowiedź na realne problemy młodych

Pomysł na projekt zrodził się z obserwacji codzienności. Uczniowie zauważyli, że coraz więcej młodych osób zmaga się z niską samooceną, porównywaniem się do innych oraz problemami związanymi z odżywianiem.

– Chcieliśmy pokazać, jak budować zdrową relację z jedzeniem i samym sobą oraz jak nie dać się oszukać fitnessowym trendom w mediach – podkreślają twórcy inicjatywy.

Walka z mitami z social mediów

Projekt skupia się na edukowaniu najmłodszych użytkowników internetu, głównie uczniów klas 4-6 szkół podstawowych. To właśnie oni coraz częściej trafiają na treści publikowane przez influencerów, które nie zawsze są prawdziwe.

Twórcy „Rizz na zdrowie” zwracają uwagę na manipulacje takie jak promowanie restrykcyjnych diet, publikowanie nierealistycznych zdjęć sylwetki czy przekazywanie niezweryfikowanych informacji o zdrowym odżywianiu. Ich celem jest pokazanie prawdy i nauczanie młodych ludzi krytycznego podejścia do treści w internecie.

Edukacja w praktyce

Projekt nie ogranicza się tylko do działań w sieci. Uczniowie mają już za sobą spotkania w szkołach podstawowych, podczas których rozmawiają z dziećmi i młodzieżą o zdrowiu, samoakceptacji i świadomym korzystaniu z mediów społecznościowych.

Dodatkowo prowadzą profile w social mediach oraz biorą udział w audycjach radiowych, dzięki czemu docierają do coraz szerszego grona odbiorców.

Kto stoi za projektem?

„Rizz na zdrowie” tworzy grupa zaangażowanych uczniów: Paulina Lewandowska, Marysia Łukiewska, Miłosz Kotyrbą, Tomek Pietkiewicz, Mateusz Brosh, Jakub Nadratowski oraz Mateusz Kamiński. Jak podkreślają, łączy ich nie tylko przyjaźń, ale przede wszystkim chęć działania i realnego wpływu na otoczenie.

Jak można pomóc?

Twórcy projektu zachęcają do wsparcia ich inicjatywy poprzez obserwowanie profili w mediach społecznościowych (@Rizznazdrowie) oraz wpłaty w ramach zbiórki, z której finansowane są materiały edukacyjne i gadzety rozdawane podczas spotkań z młodzieżą.

Projekt „Rizz na zdrowie” pokazuje, że młodzi ludzie nie tylko dostrzegają problemy swojego pokolenia, ale potrafią też aktywnie działać, by je rozwiązywać.

REKLAMA

komunikat

BURMISTRZ MIŁAKOWA INFORMUJE

że w siedzibie Urzędu Miejskiego w Miłakowie przy ul. Olsztyńskiej 16, na tablicy ogłoszeń oraz na stronie internetowej <http://bip.milakowo.eu> został umieszczony na okres 21 dni, tj. od dnia 25.03.2026 r. do dnia 15.04.2026 r., wykaz nieruchomości przeznaczonych do dzierżawy lub najmu.

Miłakowo

Prezydent Olsztyna

informuje, że w siedzibie Urzędu Miasta Olsztyna w dniach **od 25 marca 2026 r. do 15 kwietnia 2026 r.** podane zostały do publicznej wiadomości wykazy nieruchomości przeznaczonych do **zbycia lub oddania w użytkowanie, najem, dzierżawę lub użyczenie.**

Wykazy znajdują się też w Biuletynie Informacji Publicznej, prowadzonym przez Urząd Miasta Olsztyna, pod adresem bip.olsztyn.eu.

PREZYDENT OLSZTYNA

E-1-G



WIZJONERKA Z WARMII CORAZ BLIŻEJ OŁTARZY

WIELKA RADOŚĆ W GIETRZWAŁDZIE

W poniedziałek papież Leon XIV zezwolił na promulgację dekretu o heroicznosci cnót s. Stanisławy Barbary Samulowskiej. W Gietrzwałdzie i na Warmii zapanowała radość. To ważny krok do beatyfikacji wizjonerki, ale droga do niej jeszcze się nie zakończyła.

To wiadomość, na którą w Gietrzwałdzie czekano od lat. W poniedziałek papież Leon XIV zezwolił na promulgację, czyli ogłoszenie dekretu o heroicznosci cnót s. Stanisławy Barbary Samulowskiej. Od tej chwili wizjonerce z Warmii przysługuje tytuł Czcigodnej Służebnicy Bożej.

To nie jest tylko lokalna informacja. Gietrzwałd to jedyne w Polsce miejsce objawień maryjnych oficjalnie uznanych przez Kościół katolicki. W 1877 roku Maryja ukazywała się tam dwóm dziewczynkom: Justynie Szafrzyńskiej i Barbarze Samulowskiej i mówiła do nich po polsku. Wzywała do codziennego różańca, pokuty, nawrócenia, zgody w rodzinach i odejścia od grzechów pijactwa i rozwiązłości.

— To dla nas ogromna radość. Ale przede wszystkim jest to kolejny krok na drodze do ogłoszenia jej błogosławioną — mówi nam ks. Przemysław Soboń CRL, kustosz sanktuarium w Gietrzwałdzie.

Iskra wiary i polskości

Gietrzwałdzkie objawienia miały miejsce w szczególności w czasie. Warmia znajdowała się wtedy pod zaborem pruskim. Trwał Kulturkampf. Kościół był spychany do defensywy, a polskość poddawano germanizacyjnej presji. Właśnie wtedy w małej warmińskiej wsi Matka Boża przemówiła do prostych dziewczyn po polsku.

Dla wielu wiernych był to znak duchowy, ale i narodowy. Gietrzwałd stał się miejscem modlitwy, nadziei i oporu wobec wynaradawiania. Do wsi zaczęły ścierać tysiące pielgrzymów. Z czasem to właśnie stąd popłynął impuls religijny i społeczny odro-

dzenia. W opracowaniach poświęconych Gietrzwałdowi często wraca myśl, że była to iskra, która pomogła ludziom odzyskać nie tylko wiarę w Boga, ale też wiarę w to, że mogą pozostać Polakami.

To dlatego o Gietrzwałdzie powstało tak wiele książek, artykułów i świadectw. Miejsce, które w 1877 roku stało się duchowym schronieniem dla ludu Warmii, do dziś pozostaje żywe i przyciąga coraz więcej pielgrzymów.

Nie tylko wizjonerka

Barbara Samulowska urodziła się 21 stycznia 1865 roku w Worytach, kilka kilometrów od Gietrzwałdu. Miała 12 lat, gdy dołączyła do Justyny Szafrzyńskiej i także zaczęła doświadczać objawień. Po ich zakończeniu została oddana pod opiekę sióstr miłosierdzia. Z czasem sama wstąpiła do Zgromadzenia Sióstr Miłosierdzia św. Wincentego à Paulo, czyli do szarytek. Przyjęła imię Stanisława.

Potem była formacja, Paryż i wreszcie Gwatemala. Tam spędziła większość życia. Pracowała w szpitalach, służyła chorym, ubogim i dzieciom. Była przełożoną domu zakonnego i wychowawczynią nowicjuszek, pomagała również po trzęsieniach ziemi. Zmarła w 1950 roku w opinii świętości.

Kustosz sanktuarium podkreśla, że właśnie w tym tkwi sedno całej sprawy. — Nie możemy łączyć procesu beatyfikacyjnego tylko z gietrzwałdzkimi objawieniami. W takim procesie bierze się pod uwagę cały kształt życia kandydata na ołtarz — zaznacza ks. Soboń.

I dodaje, że było to życie bardzo ciche, skromne, ale wierne Chrystusowi i pełne



Fot. FB/Arkadiusz Andrejko

miłosierdzia wobec ludzi. To ważne, bo decyzja papieża nie wynika z jednego wydarzenia z dzieciństwa, ale z całej późniejszej drogi Barbary.

Jak wygląda proces beatyfikacyjny

Proces beatyfikacyjny s. Barbary Samulowskiej rozpoczął się w 2005 roku. Najpierw Kościół badał jej życie, pisma, świadectwa i opinię świętości. Ten etap został przeprowadzony na poziomie diecezji, a potem dokumenty trafiły do Watykanu.

W przypadku osoby, która nie zginęła męczeńską śmiercią, sama opinia świętości nie wystarcza. Kościół musi najpierw uznać heroicznosc cnót, a potem zatwierdzić cud dokonany za jej wstawieniem. Właśnie dlatego tak ważna jest decyzja

ogłoszona teraz przez Watykan. To kolejny, bardzo istotny etap, ale jeszcze nie koniec.

Sprawa domniemanego cudu jest już po diecezjalnym etapie. Archidiecezja warmińska zakończyła to badanie w kwietniu 2024 roku, a kompletna dokumentacja została przekazana do Dykasterii Spraw Kanonizacyjnych. To tam zapadną dalsze decyzje.

Szarytki, Gwatemala i żywa pamięć

Ważny głos płynie też z samego zgromadzenia. Siostra Anna Wojciechowska, przełożona prowincjalna szarytek, mówi o radości i wzruszeniu.

— Z jednej strony było to oczekiwane, a z drugiej strony takie zaskoczenie, że to już. Ale cieszymy się bardzo i czekamy na dalsze — powiedziała nam s. Anna.

Siostry podkreślają, że Gietrzwałd pozostaje dla nich bardzo bliskim miejscem. Mają placówkę w Lubawie, przyjeżdżają do sanktuarium, gdy tylko mogą, organizują też dni skupienia. Zgromadzenie jest obecne w ponad 90 krajach świata (nadal posługuje w Gwatemali).

To właśnie ten wymiar życia Barbary przyciąga dziś uwagę ludzi także poza Kościołem. Temat wraca w książkach i filmach. Grzegorz Braun zrealizował obejrzany przez setki tysięcy widzów dokument „Gietrzwałd 1877. Wojna światów”, poświęcony samym objawieniom i ich szerokiemu tłu historycznemu. W czasie prac nad filmem jego ekipa pojechała również do Gwatemali, by dotrzeć do miejsc związanych z życiem s. Stanisławy i do świadków pamiętających jej postać.

Do Gietrzwałdu od lat wraca także dziennikarz Grzegorz Kasjaniuk. Najpierw napisał głośną książkę „Gietrzwałd. 160 objawień Matki Bożej dla Polski i Polaków – na trudne czasy”, a później obszerną publikację „Gietrzwałd. Wezwanie. O aktualności przesłania”. Autor pokazuje w niej nie tylko same objawienia, ale też relacje świadków, badania dotyczące obu wizjonerek i pytanie, dlaczego przesłanie z Gietrzwałdu wciąż działa na współczesnych.

Gietrzwałd żyje także dziś

Gietrzwałd nie jest muzeum. Sanktuarium żyje codzienną modlitwą i przygotowuje się do wielkiego jubileuszu 150-lecia objawień, który przypadnie w 2027 roku. Każdego 27. dnia miesiąca trwa gietrzwałdzka nowenna. W ar-

chidiecezji zapowiedziano też peregrynację cudownego obrazu Matki Bożej Gietrzwałdzkiej po ponad 200 parafiach. Do tego dochodzą odpusty, rekolekcje i archidiecezjalne dożynki, które co roku ściągają do sanktuarium tysiące wiernych i biskupów z różnych stron Polski.

Trwają też organizacyjne przygotowania. Kanonicy regularni z sanktuarium rozbudowują infrastrukturę, przeprowadzają remonty i szykują się na jeszcze większy ruch pielgrzymkowy. W Gietrzwałdzie mówi się dziś nie tylko o jubileuszu, ale też o tym, że byłby to niezwykle moment, gdyby z tym czasem zbiegła się beatyfikacja Barbary Samulowskiej. Żywa jest także nadzieja na przyjazd papieża Leona XIV do Gietrzwałdu.

— Jest to dla nas ogromna radość i wdzięczność wobec Pana Boga, zwłaszcza w kontekście jubileuszu 150-lecia. Mamy nadzieję, że będzie to szczególnie czas także dla tej sprawy — mówi ks. Przemysław Soboń.

Pamięć trwa także w Worytach

Zapytaliśmy, czy o swojej sławnej krajance pamiętają rodzinne Woryty. Sołtys Katarzyna Gryczon przypomina, że we wsi znajduje się deskal, czyli wielkoformatowe malowidło ściennie z wizerunkiem Barbary Samulowskiej. Obok umieszczono informacje o jej życiu.

— Przyjeżdża do nas wiele osób i podziwia ten deskal. Można podejść, poczytać informacje, zobaczyć, dowiedzieć się czegoś więcej — mówi sołtys. Przy odsłonięciu deskalu obecne były także siostry szarytki.

JAN BERDYCKI

NASI SENIORZY ZMAGAJĄ SIĘ Z WIELOMA PROBLEMAMI

Z wiekiem zmieniają się problemy dnia codziennego. To, co kiedyś człowiek uważał za ogromny kłopot, z czasem staje się tylko drobnostką w porównaniu z nowymi dylematami. Z „Badania potrzeb społecznych seniorów 2025” wynika, że co trzeci senior zmagają się z samotnością w codziennym życiu. Jedną z przyczyn jest brak windy.

Badania potrzeb społecznych seniorów 2025” to raport przygotowany przez stowarzyszenie Manko – Głos Seniora. Raport unaoczniał skalę samotności starszych osób: 36 proc. seniorów doświadcza jej w codziennym życiu. Co czwarta osoba deklaruje kontakty towarzyskie rzadsze niż raz w miesiącu. Taka sama liczba badanych deklaruje długotrwałe obniżenie nastroju lub smutek, a blisko 20 proc. nie potrafi jednoznacznie ocenić swojego stanu emocjonalnego.

Czuja się niepotrzebni

Bardzo mało mówi się o tym, jak bardzo starsze osoby zaangażowane są w pomoc swoim rodzinom. Jesień wieku powinna być dla nich czasem odpoczynku, wyciszenia i spokoju. Tymczasem bardzo często muszą odpowiadać na wołanie o pomoc swoich bliskich. Dzieci, które dużo pracują, nie są w stanie odpowiednio zająć się własnymi pociechami, przekazując w ten sposób pałeczkę swoim starszym rodzicom. Oni jednak sami potrzebują opieki, o którą proszą opiekunów. Seniorzy w większości nie są asertywni, ponadto proszeni o pomoc czują się potrzebni, pomimo że zdają sobie sprawę z tego, że nie będą w stanie w pełni sprostać zadaniu. Kiedy wiedzą, że ich dzieci prowadzą bardzo intensywny tryb życia, ich myśli kierują się przede wszystkim w stronę własnych synów i córek. Ciągły niepokój i strach sprawiają, że nie potrafią się wyciszyć i zrelaksować, a stres niszczy ich organizm.

Są samotni

Bywa jednak tak, że sytuacja jest zupełnie odwrotna. Rodzina nie angażuje



Fot. Pixabay

Samotność bywa najtrudniejszym stanem, jakiego doświadczają starsze osoby. Warto zadbać o zaktywizowanie seniora i zachęcić go do działalności społecznej

się w życie starszej osoby. Zostaje ona całkowicie przez nią odizolowana, jest pozostawiona sama sobie, nie może liczyć na wsparcie i pomoc ze strony bliskich. Nie jest też w żaden sposób obecna w ich życiu. Kontakt utrzymywany jest jedynie dzięki zaangażowaniu i ciągłej inicjatywie starszej osoby. To ona zabiega o opiekę i pielęgnację szczątkowej relacji. To powoduje, że senior nie czuje się potrzebny, uważa samego siebie za osobę bezużyteczną, niechcianą i odizolowaną od życia rodzinnego. W pewnym momencie może nawet uznać, że jej rola w rodzinie już się zakończyła. Kontakt się urywa... Nierzadko taka sytuacja skutkuje depresją.

Jedną z przyczyn izolacji społecznej jest też brak windy. Aż 41 proc. badanych mieszka w blokach lub kamienicach bez windy. Jedna trzecia rozważa przeprowadzkę, a blisko co piątą (18 proc.) wskazuje bariery architektoniczne

jako główny powód izolacji. Autorzy badania podkreślają, że w połączeniu z rosnącą długością życia i osłabieniem więzi międzypokoleniowych izolacja społeczna staje się jednym z kluczowych wyzwań polityki senioralnej w Polsce.

Przytłoczeni technologią

Trudno nadążyć nad zmieniającym się światem technologicznym nie tylko starszym osobom, ale też dorosłym i dzieciom. Każdy z nas w pewnym momencie zaczyna czuć się przytłoczony pomimo świadomości, że ułatwia nam życie w wielu aspektach. Seniorzy są świadkami tego rozwoju, jednak wychowani zostali w środowisku i czasach, kiedy zaawansowanej technologii nie było. Dokonywali opłat w specjalnych placówkach, jeździli autobusami, kupując bilet u kierowcy, a do bliskich dzwonili z budki telefonicznej. Nie jest więc zaskoczeniem, że starsze pokolenie nie nadąża nad

zmianami technologicznymi, często nie potrafi się odnaleźć w świecie, który został przez technologię zdominowany. Nie łatwo jest mu zmienić postrzeganie świata, będąc uprzedzonymi do elektroniki, Internetu i sztucznej inteligencji. Nie dostrzega, że dzięki nim żyje mu się dzisiaj łatwiej, a koncentruje się na tym, z czym nie może sobie poradzić, np. obsługą smartfona czy też kasy samoobsługowej w sklepie. Starsi ludzie są wykluczeni ze świata cyfrowego i tym samym w znaczącym stopniu ze świata w ogóle.

Stają się niesamodzielnymi...

Jednym z większych problemów, na jakie napotyka starsze osoby, jest stopniowa, a niekiedy nagle utrata samodzielności. Organizm przestaje już funkcjonować tak sprawnie jak wcześniej, trudniej zachodzą w nim różne zjawiska odpowiedzialne za sprawność fizyczną. Nie-



PONAD 400 TYSIĘCY
OSÓB W WIEKU 80+
W POLSCE ZMAGA SIĘ
Z OSAMOTNIENIEM
– TYLU
MIESZKAŃCÓW MA
WIĘKSZE POLSKIE
MIASTO.

Nieuleczalne choroby

Cukrzyca, alzheimer, miażdżyca czy demencja to nieuleczalne choroby, które leczy się jedynie objawowo. Ich objawy postępują i tym samym coraz bardziej wpływają negatywnie na życie człowieka. Świadomy starszy człowiek doskonale rozumie, jakie są tego skutki. Zdarza się jednak, że przestaje on angażować się w życie społeczne, jest zupełnie pasywny, co jest następstwem nieustannego myślenia o zbliżającej się śmierci. Nie godzi się ze swoją chorobą, ale się poddaje.

Problemy starszych osób są bardzo trudne, szczególnie że przytłaczają je na tyle bardzo, że nie chcą pomocy od drugiego człowieka. Opiekun w takiej sytuacji musi wykazać zrozumienie i cierpliwość. Nie może jednak pozwolić, aby problem się pogłębiał. Czasami potrzebna jest pomoc psychologa.

JOANNA KARZYŃSKA

Jesteś osobą w starszym wieku, dużo czasu spędzasz samotnie w domu i nie masz z kim porozmawiać? Pod numerem telefonu +42 200 60 50 seniorzy wolontariusze przez sześć dni w tygodniu czekają na twój telefon. Dzwonić możesz w każdej sprawie i z każdej części kraju. Ogólnopolski telefon dla samotnych seniorów, którzy potrzebują rozmowy, uruchomiła DOZ Fundacja Dbam o Zdrowie. Telefon wsparcia dla seniora czynny jest od poniedziałku do soboty w godzinach 16-20. Na rozmowę z samotnymi osobami czekają seniorzy wolontariusze. W wybrane dni można też uzyskać bezpłatną poradę specjalisty: we wtorki na telefony od seniorów czeka dietetyk, a w środy – farmaceuta.



PÓŁ WIEKU W MIŁOŚCI I SZCZĘŚCIU

Złote gody to niezwykle wydarzenie nie tylko dla dostojnych jubilatów, ale również dla ich najbliższych. To ponad pół wieku nieprzerwanego, harmonijnego pożycia małżeńskiego. Trwanie razem przez 50 lat jest przykładem dla dzieci i wnuków oraz młodych małżeństw.



Fot. giżycko.pl/K. Zadłoga-Prusik

„I przyrzekam, iż uczynię wszystko, aby nasze małżeństwo było zgodne, szczęśliwe i trwałe...” - tak ponad pół wieku temu składali sobie przysięgę. Trzeba przyznać, że są słowni, bo wytrwali i dotrzymali słów przysięgi. Za to należą się im ogromne gratulacje i szacunek. Bo trzeba naprawdę dużo miłości, zrozumienia, przyjaźni w związku aby przez tak wiele lat wytrwać. Swoim przykładem dają dowód na miłość i przyjaźń w związku. Zawarcie małżeństwa to jedno z najważniejszych wydarzeń w życiu człowieka. Złożono przysięgę zobowiązując do bycia ze sobą na dobre i złe, w zdrowiu i chorobie.

Ponad 50 lat temu miłość i wierność ślubowały sobie pary małżeńskie z Giżycka. Minęło już pół wieku od chwili, kiedy połączył ich los, kiedy z miłością i nadzieją powiedzieli sobie sakramentalne „tak”. Przyrzeczenie to składali z ufnością, że będą dzielić dobre i złe chwile, wspomagając się wzajemnie i cie-

żyć się wspólną radością. Mimo różnych przeciwności losu przyrzeczenia tego dotrzymali. Dali z siebie tak wiele rodzinie i społeczeństwu, zarówno wychowując swoje dzieci na dobrych obywateli, jak i pracując na rzecz całej społeczności.

Dostojni małżonkowie swoim postępowaniem zasłużyli na szacunek całej społeczności. Są wzorem, autorytetem i drogowskazem wskazującym, jak tworzyć szczęśliwą i trwałą rodzinę.

Złote gody to niezwykle święto, obchodzone w polskiej tradycji szczególnie uroczysto. Aby na nie zasłużyć, trzeba wytrwać w jednym małżeństwie 50 lat, a więc przeszło 18 tysięcy dni i nocy. Wspólne pół wieku to wspaniały wzór mądrego życia i przykład dla młodych ludzi, którzy instytucję małżeństwa postrzegają dziś inaczej. Teraz wielu boi się odpowiedzialności za drugiego człowieka. Młodzi niechętnie zawierają związki małżeńskie i zakładają rodziny. Przykład życia małżonków

obchodzących złote gody pozwala rozwiązać wszystkie obawy. Są oni dowodem na to, że wbrew wszelkim przeciwnościom losu przysięgi małżeńskiej można dochować, że idąc przez życie we dwoje, wiernie dzieli się każdy sukces i każdą radość, ale też każdy smutek i każde niepowodzenie.

W życiu bywało różnie, ale oni zawsze szli razem, nie poddając się trudnościom i razem dzieląc radości i smutki. Są szczęśliwi i wciąż aktywni, mimo że są już emerytami. Znają smak trudów życia, poznali czasy bojaźni o siebie, bliskich i rodzinę. Pomimo tych trudnych doświadczeń, dokonali rzeczy niezwykłych. Tworzyli na nowo i z sukcesem rodzinne kręgi, wychowali kolejne pokolenia, zapewнили swoim dzieciom i wnukom poczucie sensu i pewności, a życie dostarczyło i dostarcza im wielu radości.

Burmistrz Giżycka Ewa Ostrowska wraz z kierownikiem Urzędu Stanu Cywilnego Iwoną Wojcielewicz, wręczyła małżon-

kom, w imieniu Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej, medale za długoletnie pożycie małżeńskie. Medale otrzymali: Danuta i Jan Dmochowscy, Janina i Horst Konstenowie, Jadwiga i Henryk Mioskowsky, Katarzyna i Andrzej Rajszczakowie.

Wydarzenie uświetnił występ 11-letniej artystki, uczennicy giżyckiej Państwowej Szkoły Muzycznej I st. Sary Jurewicz. Dziewczynka wykonała dwa utwory na akordeonie. Sara jest podopieczną nauczyciela akordeonu Magdaleny Własiuk. Jubilatów podczas uroczystości w USC w Giżycku towarzyszyli członkowie rodzin.

Ponad 50 lat od tamtej chwili mamy wielką przyjemność i zaszczyt móc pogratulować Państwu tej pięknej rocznicy. Są Państwo wzorem do naśladowania oraz zachętą dla innych małżeństw, a także dowodem na trwałość związku małżeńskiego i możliwość szczęśliwego, długoletniego pożycia!

JOANNA KARZYŃSKA

ZABURZENIA SNU U SENIORÓW

Dobry sen w starszym wieku nie zawsze przychodzi tak łatwo, jak dawniej. Trudniej zasypiasz, budzisz się w nocy albo wstajesz wcześniej rano i nie możesz już ponownie zasnąć. To częsty problem u seniorów. Na jakość odpoczynku wpływa jednak wiele czynników.

Z upływem lat zmienia się nie tylko rytm dnia, ale też sposób, w jaki odpoczywa Twój organizm. Sen staje się płytszy, łatwiej go przerwać, a czas potrzebny na zaśnięcie może się wydłużyć. Możesz też częściej budzić się nad ranem albo mieć wrażenie, że mimo wielu godzin w łóżku nie czujesz pełnej regeneracji. To częściowo wynika z naturalnych zmian zachodzących w organizmie, ale nie oznacza, że słaby sen trzeba po prostu zaakceptować.

Duże znaczenie ma codzienna aktywność, ekspozycja na światło dzienne i stałość planu dnia. Gdy mniej się ruszasz, częściej drzemiesz po południu albo spędzasz mało czasu na świeżym powietrzu, organizm może gorzej rozpoznawać porę snu i czuwania. W starszym wieku łatwiej też o większą wrażliwość na hałas, temperaturę w sypialni i niewygodne ułożenie ciała.

Na sen ogromny wpływ mają zwyczaje, które z pozoru wydają się niegroźne. Czasem problem nie wynika z jednej dużej przyczyny, ale z kilku drobnych elementów, które razem utrudniają spokojny odpoczynek. Szczególnie znaczenie mogą mieć takie czynniki:

- nieregularne godziny zasypiania i wstawania,
- długie drzemki w ciągu dnia, zwłaszcza późnym popołudniem,
- mała ilość ruchu i zbyt rzadkie wychodzenie na światło dzienne,
- picie kawy, mocnej herbaty lub innych pobudzających napojów w drugiej części dnia,
- ciężkie kolacje jedzone tuż przed snem,
- oglądanie telewizji lub korzystanie z telefonu do późna.

Poprawa snu nie zawsze wymaga rewolucji, ale zwykle potrzebuje regularności i cierpliwości. Dobrze działa stała pora wstawania, nawet po słabszej nocy, bo to pomaga organizmowi odzyskać rytm. Warto też zadbać o poranny kontakt ze światłem dziennym, spokojniejszy wieczór i wygodne warunki w sypialni. Twoja sypialnia powinna kojarzyć się z odpoczynkiem, a nie z telewizorem, jedzeniem czy przeglądaniem wiadomości do późna. Pomocne bywa także ograniczenie drzemek i obserwacja, po jakich napojach lub potrawach śpisz gorzej. Jeśli mimo takich zmian nadal śpisz źle, budzisz się bardzo często, chrapiesz, odczuwasz duszność, silne napięcie lub poranne wyczerpanie, warto porozmawiać z lekarzem.

OPR. JK

200 LAT PANI AMELIO!



Fot. Burmistrz Pisz

Setne urodziny świętowała mieszkanka Pisza, Pani Amelia Młynarczyk. Ten wyjątkowy jubileusz stał się okazją do złożenia serdecznych gratulacji oraz życzeń zdrowia i dalszych lat w dobrym samopoczuciu.

Z jubilatką spotkała się zastępca burmistrza Pisza, Elwira Świetlicka, która w imieniu władz samorządowych przekazała najlepsze życzenia. Spotkanie przebiegło w ciepłej i serdecznej atmosferze, pełnej wspomnień oraz wzruszeń. Pani Amelia otrzymała kwiaty, upominek oraz listy gratulacyjne od burmistrza Pisza, a także od premiera Polski.

JEST DOBRYM ANIOŁEM SWOJEJ RODZINY

Właśnie skończyła 70 lat i kocha życie. Cieszy ją każda chwila, promień słońca, deszcz czy tęcza na niebie. Docenia to, co dostała od losu. I choć wiele przeszła, to mówi, że za nic nie zamieniłaby swojego życia. Wrażliwa, ciepła i empatyczna, nie umie przejść obojętnie obok ludzkiej krzywdy. W jej domu każdy potrzebujący znajdzie pomoc, radę czy zwykłe przytulenie. Kobieta anioł — tak mówią o niej znajomi i rodzina.

Barbara Boryczka mieszka w Dobrym Mieście od urodzenia. To tu spędziła dziecięce lata i młodość. To tu przepracowała ponad 40 lat w jednej firmie — dobromiejskiej Warfarni. Tu rodziły się jej dzieci i wnuki, które są sensem jej życia.

— W życiu nie było mi łatwo, bo tak dziwnie poukładały się koleje mojego losu — opowiada Barbara. — Nie pochodzę z bogatej rodziny. Wszystko, co mam, osiągnęłam swoją ciężką pracą. Bywało, że na chleb brakowało, ale były dzieci i to dla nich każdego dnia wstawałam rano, szłam do pracy i starałam się, by nie brakowało im niczego. Chciałam dać im swoją miłość, rodzinne ciepło oraz bezpieczeństwo i wychować ich na dobrych ludzi. Dziś z dumą patrzę na nich i ich rodziny. Jestem dumną mamą, babcią i prababcią.

Było ciężko

Barbara urodziła się w marcu 1956 roku jako szóste dziecko swoich rodziców. Po skończeniu szkoły poszła do pracy, bo w domu nie było pieniędzy na dalsze kształcenie. Młoda kobieta zakochała się i wyszła za mąż. Niestety dość szybko okazało się, że małżeństwo było pomyłką. Mąż zniknął z domu, potrafił podnieść rękę na żonę, nie patrząc na to, że kobieta spodziewa się dziecka. W 1977 roku na świecie pojawił się Wojtek, pierwszy syn Barbary.

Narodziny syna nie zmieniły jednak podejścia męża Barbary do życia. Kobieta



Urodzinowa impreza niespodzianka z okazji 70. urodzin Barbary

z małym dzieckiem odeszła od niego i zamieszkała w rodzinnym domu. Pracowała i opiekowała się swoim synem. Po kilku latach na jej drodze pojawił się drugi mężczyzna. Pobrali się i w 1984 roku na świecie pojawiła się upragniona córka Marlena, a po niej najmłodszy syn Jarek.

— Każde dziecko to cud. Każde z mojej trójki było inne, ale darzyłam je taką samą miłością — przyznaje Barbara. — Uczyłam stawiać pierwsze kroki, mówić pierwsze słowa, opatrywać stłuczone kolana, piekłam ulubione ciasta, gotowałam rosół i robiłam wszystko, by były szczęśliwe.

Było ciężko, bo Basia nie zarabiała zbyt wiele, a mąż zaczął zaglądać do kieliszka. Robiła, co mogła, by dzieci były najedzone, a rachunki za prąd i inne media opłacone. Dorabiała, gdzie mogła. Pomagała gospodarzom zbierać ziemniaki. Nie wstydziła się żadnej pracy, dzięki której mogła wesprzeć domowy budżet. Wraz z dorastaniem dzieci rosły ich potrzeby. Trzeba



Barbara z małymi dziećmi

było kupić buty, przybory szkolne, książki.

— Żyliśmy biednie. Nie stać mnie było na kupowanie oryginalnych ubrań czy spełnianie wszystkich zachcianek. Bywało, że wieczorem w kącie cicho płakałam, że nie mogę dać swoim dzieciom tego, co mają inne — wyznaje. — Jednak moje dzieci mogły zawsze na mnie liczyć i tak jest do dziś.

Dumna mama, babcia i prababcia

Kilka lat temu mąż Barbary zmarł. Jej dzieci są już dorosłe i mają swoje rodziny. Kobieta jest dumną babcią Karoliny, Kacpra,

Wiktorii, Oliwiera, Natana, Nikoli, Poli i Neli. Jest też najcudowniejszą prababcią półrocznej Mili. Syn Wojtek i córka Marlena z rodzinami mieszkają w Anglii. Kobieta jest z nimi w stałym kontakcie, odwiedza ich też za granicą. Dzieci i wnuki darzą ją ogromną miłością i głębokim szacunkiem.

— Czyż nie jest tak, że marnujemy czas swojego życia, który już nigdy nie powróci? Gdy ma się dzieci, to bardzo dobrze widać; tak szybko rosną i się uczą... Jakiś przykład, to takimi dorosłymi ludźmi prawdopodobnie się staną — tłumaczy Barbara.



Z najmłodszą wnuczką Nelą podczas obchodów 70. urodzin

— Jeśli narzekamy, mamy negatywne nastawienie do życia, cały czas się smucimy, zwlekamy z podjęciem decyzji, która sprawiłaby, że nasze życie stałoby się lepsze... Zwlekamy z realizacją marzeń, boimy się wyjść przed szereg, boimy się reakcji innych... Ale dlaczego? Przecież za 100 lat na pewno już nas tu nie będzie... A co z marzeniami? W życiu nie potrzeba nam wiele. Wystarczy kawałek miejsca i bliscy. Potrzebne jest nam zdrowie. Ja wiem, że marzenia się spełniają. Jestem tego dobrym przykładem. W życiu nie zawsze miałam z górki, ale dążyłam do osiągnięcia swoich celów. Uważam, że trzeba być po prostu zawsze dobrym człowiekiem...

Siedemdziesiąte urodziny

W dniu 70. urodzin na Basię czekało przyjęcie niespodzianka. W tajemnicy dzieci Basi zorganizowały uroczystość. Przyjechały dzieci, wnuki i prawnuczka z Anglii, byli rodzina, przyjaciele i znajomi. Nie obyło się bez łez wzruszenia, wspomnień, rozmów i tańców.

— Mam, w dniu swoich 70. urodzin musisz wiedzieć, że jesteś dla naszej rodziny ogromnym skarbem, życiową towarzys-

ką, skarbnicą dobrych rad i niekończącym się źródłem miłości — zapewniały. — Pamiętamy, jak trudne było nasze życie, jak często musiałaś poświęcać pieniądze, byśmy mieli na jedzenie. Pamiętamy, że nigdy nie byliśmy głodni, ale ty tak ciężko pracowałaś, żeby tak było. Pamiętamy, jak bardzo się starałaś, żebyśmy nie czuli się gorsi od innych dzieci... Dla nas starałaś się i byłaś silna, choć nie raz płakałaś w poduszkę i martwiłaś się, czy starczy do pierwszego. Byłaś i jesteś dla nas opoką, która scala naszą rodzinę. Słowa nigdy nie wyrażą ogromu miłości, jakiej nam dałaś. Słowa nigdy nie wyrażą też ogromu wdzięczności, jaką wobec ciebie mamy. Dziękujemy za wsparcie w trudnych chwilach, za bezgraniczną miłość i za to, że zawsze przy nas jesteś. W tym szczególnym dniu pragniemy z całego serca podziękować ci za trud wychowania. Jesteś naszym autorytetem. Nauczyłaś nas najważniejszych rzeczy. Bez ciebie nic nie miałooby sensu. Jesteśmy dumni, że mamy taką wspaniałą mamę, a nasze dzieci tak cudowną babcią i prababcią. Kochamy cię!

JOANNA KARZYŃSKA



GRUŻLICA I SZPINAK DO PARY

Wczoraj obchodziliśmy Światowy Dzień Gruźlicy, jutro będziemy świętować Międzynarodowy Dzień Szpinaku. O ile gruźlicy warto z całej siły i jak najskuteczniej unikać, o tyle ze szpinakiem należy się zaprzyjaźnić jak najprędzej, bo to przyjaźń nader cenna i warta wszystkich poświęceń!

Gruźlica nadal groźna

W krajach o niskiej zapadalności na gruźlicę, do których Polska szczęśliwie należy, jakakolwiek wzmianka o tej chorobie może mieć znamiona opowieści z podręczników do historii medycyny. Bo gruźlica znana jest od wieków i od dawna towarzyszą jej strach, przesady i niezrozumienie. Na przykład w średniowieczu skrofuły, forma gruźlicy atakująca węzły chłonne, były znane w Anglii i Francji jako „zło królewskie”, ponieważ wierzono, że można je uleczyć królewskim dotykiem.

A jednak gruźlica to nie tylko choroba z przeszłości. Chociaż dziś ryzyko nie jest takie samo we wszystkich rejonach świata, gruźlica pozostaje globalnym problemem zdrowotnym i co roku powoduje poważne choroby i zgony.

Czym jest gruźlica?

Gruźlica to choroba zakaźna wywołwana bakteriami, najczęściej *Mycobacterium tuberculosis*. Zazwyczaj atakuje płuca, ale może opanować też inne organy. Jest chorobą przenoszoną drogą kropelkową: rozprzestrzenia się, gdy osoba z gruźlicą płuc lub gardła kaszle, mówi, śpiewa lub kicha. Szacuje się, że w 2024 roku na gruźlicę zachorowało 10,7 miliona osób na całym świecie, a około 1,23 miliona z jej powodu zmarło, co dowodzi, że gruźlica pozostaje poważnym problemem zdrowotnym. Jednocześnie gruźlicy można zapobiegać i jest ona uleczalna, jeśli zostanie wcześniej zdiagnozowana i prawidłowo leczona.

Typowe objawy

Do typowych objawów gruźlicy należą uporczywy kaszel, gorączka, zmęczenie, utrata masy ciała i nocne poty. U niektórych



osób może również wystąpić brak apetytu, ból w klatce piersiowej lub odkrztuszanie krwi. Nieleczona gruźlica może przybrać ciężką postać i potencjalnie zagrozić życiu.

Po zakażeniu możliwe są dwa scenariusze. W pierwszym pojawi się nieaktywna gruźlica, zwana również utajoną (LTBI) — układ odpornościowy jest w stanie powstrzymać bakterie, dzięki czemu osoba nie czuje się chora i nie ma żadnych objawów. Chorzy z utajoną gruźlicą nie zarażają. Jednak bez leczenia może ona przekształcić się w aktywną gruźlicę, czasami miesiące, a nawet lata po pierwotnym zakażeniu, zwłaszcza jeśli układ odpornościowy ulegnie osłabieniu. Można też zapasć na czynną gruźlicę — bakterie namnażają się i wywołują chorobę. Jeśli zaatakowane zostaną płuca lub gardło, taka osoba będzie prawdopodobnie zarażać innych. Czynna gruźlica może rozwinąć się wkrótce po zakażeniu lub znacznie później, zwłaszcza jeśli układ odpornościowy ulegnie osłabieniu. Chorzy z aktywną gruźlicą zazwyczaj mają wymienione wyżej objawy.

Szybkość rozwoju gruźlicy zależy częściowo od tego, jak dobrze organizm jest w stanie kontrolować bakterie. Osoby z osłabionym układem odpornościowym są na rozwój aktywnej gruźlicy narażone bardziej. Dotyczy to na przykład małych dzieci, poniżej 5. roku życia, starszych osób, niedożywionych oraz cierpiących na niektóre przewlekłe choroby, takie jak cukrzyca.

Gdzie pojawia się najczęściej?

Ryzyko zachorowania na gruźlicę zależy głównie od dwóch czynników: ekspozycji i odporności. Choroba rozprzestrzenia się częściej po bliskim i długotrwałym kontakcie z osobą chorą na zakaźną gruźlicę, zwłaszcza w pomieszczeniach o słabej wentylacji. Występuje na całym świecie, ale rozkład nie jest równomierny. W 2024 roku osiem krajów odpowiadało za około dwie trzecie wszystkich przypadków gruźlicy: Indie, Indonezja, Filipiny, Chiny, Pakistan, Nigeria, Demokratyczna Republika Konga i Bangladesz. Ogólnie rzecz biorąc, najwięcej nowych zachorowań odnotowano

w regionie Azji Południowo-Wschodniej, a następnie w regionach zachodniego Pacyfiku i Afryki.

Dlatego to wciąż zagrożenie

Gruźlica nadal stanowi globalne zagrożenie dla zdrowia — pozostaje jedną z 10 najczęstszych przyczyn zgonów na świecie. Stąd tak ważne są szczepienia. W Polsce to przeciw gruźlicy (BCG — *Bacille Calmette-Guérin*) jest obowiązkowe i bezpłatne dla noworodków. Zazwyczaj szczepionka podawana jest w pierwszej dobie życia, przed wypisem z szpitala. Chroni ona najmłodsze dzieci przed najcięższymi postaciami gruźlicy. Zastrzyk jest rutynowo robiony w lewe ramię. Jeśli dziecko nie zostało zaszczepione zaraz po urodzeniu, należy to jak najszybciej zrobić w poradni podstawowej opieki zdrowotnej (POZ).

W miejscu szczepienia po dwóch-trzech tygodniach pojawia się grudka, która

może zmienić się w krostę, a następnie po kilku tygodniach znika, pozostawiając małą bliznę. Szczepionka BCG jest uważana za bezpieczną, a odczyny poszczepienne występują bardzo rzadko.

Gruźlica może wydawać się chorobą z innej epoki, ale nadal jest bardzo ważną częścią dzisiejszej globalnej rzeczywistości zdrowotnej.



Można jej zapobiegać i ją leczyć, ale tylko wtedy, gdy profilaktykę traktuje się poważnie, aktywne przypadki są wcześniej diagnozowane, a pacjenci poddają się szczepieniu i leczeniu zgodnie z zaleceniami.

A może by tak szpinak?

Bo szpinak jest wyjątkowo zdrowy! To po prostu niezwykle odżywczy, niskokaloryczny superfood, bogaty w witaminy A, C i K, a także kwas foliowy, żelazo, magnez i błonnik. Regularne spożywanie szpinaku wzmacnia serce i kości, wspomaga trawienie i ma korzystny wpływ na oczy i mózg dzięki swoim właściwościom antyoksydacyjnym.

Szpinak (*Spinacia oleracea*) to liściaste zielone warzywo pochodzące z Persji. Należy do rodziny szarłatowatych i jest spokrew-

niony z burakami i komosą ryżową. Jedna miseczka gotowanego szpinaku dostarcza ponad 100 procent zalecanego dziennego spożycia witamin A i K. Wysoki poziom witaminy K jest niezbędny dla mineralizacji i wzmocnienia kości. Bogaty w potas i azotan szpinak pomaga regulować ciśnienie krwi i poprawia krążenie. Ponieważ ma też dużo przeciwutleniaczy, takich jak witamina C, pomaga zwalczać stany zapalne i wspomaga funkcjonowanie układu odpornościowego. Zawiera też luteinę — karotenoid, który chroni oczy przed uszkodzeniami.

Bardzo łatwo włączyć szpinak do menu — generalnie uważa się go za podstawowy element zdrowej, zbilansowanej diety. Można go spożywać na surowo (w sałatkach lub koktajlach), a także gotować (np. przygotowując zupy i dania z makaronem lub stir-fry). Gotowany szpinak może ułatwić organizmowi wchłanianie niektórych składników odżywczych, takich jak żelazo i wapń.

Istnieje wiele sposobów przygotowania szpinaku. Można go kupić w puszcze lub świeży i jeść gotowany lub surowy. Jest pyszny zarówno sam, jak i w innych potrawach. Ja uwielbiam szpinak na świeżo, w sałatce robionej trochę na wzór greckiej — z pomidorami koktajlowymi, kapustą pekińską, marchewką startą na grubych oczkach, czerwoną cebulą i czosnkiem. Jak się da — to i z fetą!

Smacznego i na zdrowie!

MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA

Korzystałam z materiałów ze stron Zentrum für Reisemedizin Universität Zürich oraz z healthline.com.

REPERTUAR MULTIKINO

Środa, 25 marca

PROJEKT HAIL MARY / napisy: 10:20, 12:20, 13:40, 15:40, 15:40, 17:00, 19:00, 20:20
HOPNIĘCI / familijny / dubbing: 10:10, 11:20, 12:30, 13:50, 15:00, 16:20, 18:45
ZA DUŻY NA BAJKI 3: 16:00, 18:15
FLEAK. FUTRZAK I JA / familijny / dubbing: 13:20, 15:25, 17:30
PAN RYBA / familijny / dubbing: 10:00, 12:40, 15:00, 17:15
KRÓL DOPALACZY: 17:30, 21:10
REMINDERS OF HIM. CZĄSTKA CIEBIE, KTÓRĄ ZNAM / napisy: 19:40
ANGEL'S EGG / napisy: 19:30
OSTATNIA WIECZERZA / lektor: 12:45
KRZYK 7 / napisy: 11:25, 21:00
PIEP*ZYĆ MICKIEWICZA 3: 16:40
WICHROWE WZGÓRZA / napisy: 20:10
DOBRY CHŁOPIEC / napisy: 21:20
NAJŚWIĘTSZE SERCE / lektor: 16:40
NIE MA DUCHÓW W MIESZKANIU NA DOBREJ: 21:30
POJEDYNEK: 14:00
WARTOŚĆ SENTYMENTALNA / napisy: 20:30
WIELKA MAŁA KOZA / familijny / dubbing: 11:00
ZWIERZOGRÓD 2 / familijny / dubbing: 14:10

REPERTUAR HELIOS

Środa, 25 marca

PROJEKT HAIL MARY / napisy: 11:20, 14:40, 16:10, 18:00, 19:30, 21:15
PAN RYBA / familijny / dubbing: 11:30, 16:20, 17:45
FLEAK. FUTRZAK I JA / familijny / dubbing: 14:10, 15:40, 18:30
BAW SIĘ DOBRZE I PRZEŻYJ / napisy: 20:00
ZA DUŻY NA BAJKI 3: 11:10, 11:50, 13:40, 15:50, 18:15
HOPNIĘCI / familijny / dubbing: 11:00, 13:30, 15:00, 17:30
KRÓL DOPALACZY: 13:00, 16:00, 18:45, 20:30
REMINDERS OF HIM. CZĄSTKA CIEBIE, KTÓRĄ ZNAM / napisy: 13:20, 19:00, 21:20
KRZYK 7 / napisy: 21:30
PIEP*ZYĆ MICKIEWICZA 3: 11:10, 16:45, 20:15
DOBRY CHŁOPIEC / napisy: 20:45
TESTAMENT ANN LEE / napisy: 12:00

REPERTUAR AWANGARDA

Środa, 25 marca

„Ostatnia Wieczera” - prod. USA : godz. 17.45
„Miłość, która zostaje” - prod. Islandia : godz. 17.45
„Ostatnia sesja w Paryżu” - prod. Francja : godz. 18.00
„Wartość sentymentalna” - prod. Norwegia : godz. 19.30
„Król dopalaczy” - prod. Polska : godz. 19.45
„Bez wyjścia” - prod. Korea Ptd. : godz. 20.00

25 MARCA

Żywe książki filozoficzne



można porozmawiać o życiu i świecie w sposób filozoficzny, o tym, jakie pożytki płyną z filozofii. Wydarzenie to inauguruje cykl Filozoficzne Fejrowanie.

Godz. 17.00, Atrium, Wojewódzka Biblioteka Publiczna, ul. Stare Miasto 33.

25 MARCA

WYKŁAD: Dlaczego nie było wielkich artystek?

Olsztyn

Dlaczego przez wieki mówiono, że „nie było wielkich artystek”? Wykład inspirowany przetłumowym esejem Linda Nochlin podejmuje temat miejsca kobiet w historii sztuki oraz mechanizmów, które decydowały o tym, kto trafiał do artystycznego

kanonu. Zostaną omówione bariery edukacyjne i społeczne, a także sylwetki wybitnych twórczyni, takich jak np. Sofonisba Anguissola. To okazja do spojrzenia na historię sztuki z nowej perspektywy i refleksji nad tym, jak zmienia się nasze rozumienie pojęcia „wielkości” i „widzialności” w sztuce.

Godz. 17.30, BWA Olsztyn | HALA URANIA, al. Marsz. Józefa Piłsudskiego 44.

25 MARCA

FILM: SELMA / ŻEGLARSTWO



Olsztyn

To polski film dokumentalny w reżyserii Macieja Jabłońskiego, dokumentujący ekstremalną wyprawę żeglarską.

Prawdziwa przygoda z końca świata to niezwykła opowieść filmowa o żegludze polskiego jachtu S/Y Selma Expedition w najtrudniejszych antarktycznych warunkach. Jedenastu członków załogi podejmuje się heroicznego wyzwania jakim jest dotarcie do Zatoki Wielorybów. Decydują się spędzić prawie 4 miesiące na małej przestrzeni jachtu, by dotrzeć do najdalej wysuniętego na południe miejsca na morskiej mapie świata. To opowieść o ludzkich charakterach, przekraczaniu granic i determinacji w dążeniu do celu.

Godz. 19.30, Kochanka Klubokawiarnia, OKOPOWA 24.

25 MARCA

„Giedroyc nie przyjechał, Czapski malował. Kultura zburzyła mur”

Olsztyn

Gościem spotkania będzie prof. Beata Tarnowska z Instytutu Literaturoznawstwa Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego, literaturoznawczyni i badaczka literatury, autorka monografii dotyczących bilingwizmu w literaturze i twórczości poetów grupy „Kontynenty”. Profesor Tarnowska była gościem Maisons-Laffitte, gdzie poznała Zofię Herz, dzięki czemu opowie także o osobistych doświadczeniach związanych z paryską sceną literacką.

Spotkanie poprowadzą Ewa Mazgal i Dominik Sucharzewski. Godz. 17.30, Centrum Polsko-Francuskie w Olsztynie, Dąbrowszczaków 39.

25 MARCA

KONCERT 10 TENORÓW – Z MIŁOŚCI DO KOBIET



Olsztyn

Wystąpią u nas z zupełnie nowym, romantycznym, zmysłowym, pełnym siły i muzycznej elegancji, wyjątkowo osobistym show stworzonym z myślą o Kobietach – o ich siłę, wrażliwość, pięknie i roli, jaką odgrywają w życiu każdego z nas. Na jednej scenie spotkają się artyści z Polski, Ukrainy, Gruzji i Ekwadoru. Prawie 50 artystów na jednej scenie. Dziesięć potężnych głosów, które niosą historie, emocje i temperament różnych kultur. A za nimi – orkiestra symfoniczna, prezentująca premierowe aranżacje największych światowych przebojów i muzyka, która wypełnia salę od pierwszego do ostatniego dźwięku.

Godz. 19.00, Aula im. Anny Wasilewskiej, ul. Kościńskiego 11.

26 MARCA

Wieczorem w Paryżu

Olsztyn

Na scenie pojawia się ona: Nini Legs-in-the-Air – legendarnej kurtyzana, dawna gwiazda Moulin Rouge, która nigdy nie pozwoliła, aby blask jej stawy przygasł. Siedzi przy toalecie w peniuarze, z papierosem w dłoni, otoczona bibelotami, piórami i kurzem minionych dni. Czy jej czas przeminął? Może. Ale dla Nini ten wieczór to okazja, by jeszcze raz wywołać dawne czasy, kiedy paryskie noce były dłuższe, a historie pełne obietnic. Z ironicznym uśmiechem rzuca wyzywające spojrzenia ku widowni, zapraszając na wieczór w Paryżu, jaki znasz tylko z filmów i opowieści.

Godz. 17.00, Filharmonia Warmińsko-Mazurska im. Feliksa Nowowiejskiego w Olsztynie, ul. Głowackiego 1.

26 MARCA

Osiędbanie, czyli jak skutecznie radzić sobie ze stresem?

Olsztyn

Podczas spotkania porozmawiamy o tym, czym naprawdę jest stres i odpowiemy sobie na pytanie: czy zawsze musi być naszym wrogiem? Uczestnicy dowiedzą się, jak działa stres w ciele, myślach i zachowaniu, kiedy potrafi mobilizować, a kiedy zaczyna nas przeciążać. Poznamy również fazy stresu według Hansa Selye – od momentu alarmu aż po wyczerpanie organizmu.

Godz. 17.00, Biblioteka Pieczewo, ul. Sikiryckiego 9.

26 MARCA

„Nienawiść” (reż. Mathieu Kassovitz)

Olsztyn

To jeden z najważniejszych filmów europejskich lat 90., opowiadający o 24 godzinach z życia trzech młodych mężczyzn z paryskich przedmieść: Saïda, Vince'a i Huberta. Po brutalnej nocy zamieszek, podczas której policja ciężko rani ich przyjaciela, napięcie w dzielnicy narasta. Sytuację dodatkowo komplikuje broń zgubiona przez jednego z funkcjonariuszy, która może stać się zapalnikiem tragedii. Utrzymany w surowej, realistycznej stylistyce film jest przejmującym portretem wykluczenia, frustracji i narastającej przemocy. Dynamiczny montaż i hipnotyzująca ścieżka dźwiękowa tworzą gęstą atmosferę, prowadzącą do nieuchronnego finału.

Godz. 17.30, Centrum Polsko-Francuskie w Olsztynie, Dąbrowszczaków 39.

26 MARCA

Międzynarodowy Dzień Teatru: OJCOWIE

Olsztyn

Spektakl „Ojcowie” traktuje o ojcostwie postrzeganym z perspektywy młodych mężczyzn – wciąż bezdzietnych, będących jednak w wieku, w którym o tacierzyństwie można myśleć już bardzo poważnie. Ten status „nieistniejącego, ale możliwego ojca” współdzielą wszyscy aktorzy, a spektakl opiera się na autentycznych doświadczeniach i subiektywnych odczuciach wszystkich twórców. Snucie wizji o sobie samych w roli taty automatycznie wywoływało wspomnienia ojcostwa doświadczanego z perspektywy synów. Ten wątek okazał się fundamentalny. Dopiero rozliczenie się z paradygmatem zastanego ojcostwa i refleksja nad tym, co warto z niego ocalić, co zacerpnąć, a co zmienić, stworzyło punkt odniesienia do rozważań nad następnym wzorcem. To przejście – od ojca poprzednich pokoleń do ojca przyszłości – wyznacza treść widowiska.

Godz. 18.00, Sala pod Amfiteatrem MOK Olsztyn, ul. Zamkowa 1.

Co, gdzie, kiedy?

Olsztyn

27 MARCA Zew pierwotnej siły

Olsztyn

„Zew pierwotnej siły” to trening haki, inspirowany tradycyjnym tańcem wojennym rdzennych mieszkańców Nowej Zelandii. Nie musisz jednak być wojownikiem. Wystarczy, że już nie chcesz być mistrzem siedzącego trybu życia, lecz wolisz spróbować aktywności innej niż marsz między lodówką a kanapą.
Godz. 18.00, Zajeżdźnia trolejbusowa MOK Olsztyn, ul. Knosaty.

28 MARCA Warmiński Jarmark Wielkanocy Dzień I

Olsztyn

Strefa handlowa czynna w godzinach 10:00–22:00. Na stoiskach dostępne będą swojskie wyroby na świąteczny stół oraz rękodzieło. W godzinach 11:00–16:00 odbędą się warsztaty tworzenia palm i stroików wielkanocnych oraz zdobienia koszyków na święconkę (prosimy o przyniesienie własnego koszyka). W godzinach 12:00–16:00 zapraszamy dzieci do wspólnego malowania ogromnych pisanek.

W godzinach 12:00–14:00 odbędzie się kraszenie pisanek pod okiem artystki.

Godz. 10.00, Rynek Starego Miasta.

28 MARCA Niewidoczne. W powietrzu, jedzeniu, naszym ciele – spotkanie edukacyjne



Olsztyn

Pestycydy, bisfenole, metale ciężkie – różnymi drogami dostają się do naszych organizmów i mogą wpływać na

zdrowie, w tym na procesy rozrodcze. Niewidoczne na co dzień, a jednak trafiają do naszego organizmu. Mogą znaleźć się na naszych talerzach, w wodzie, którą pijemy, i w powietrzu, którym oddychamy. Choć często występują w bardzo małych dawkach, ich wpływu nie można bagatelizować. Wyzwanie nie zawsze tkwi w jednorazowej ekspozycji, lecz w długotrwałym kontakcie ze śladowymi ilościami substancji.

Godz. 10.00, Instytut InLife | Sala Skanda, ul. Trylińskiego 18.

28 MARCA Nordic Walking wiosną

Olsztyn

WIOSNA to idealny czas na żwawy marsz z kijami! Forma marszu z kijami – Nordic Walking – przywędrowała do nas z Finlandii i rozgościła się już na dobre... a przede wszystkim dla dobrego zdrowia.

Te spotkania będą wspaniałą okazją, by poprawnie nauczyć się chodzić z kijami. Jak to wszystko zgrać? Jak trzymać kije? Jak daleko je stawiać?

Godz. 10.00, Plaża miejska j.Ukiel (przy wypożyczalni sprzętu OSIR).

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam

WWW.DOMKIHOLENDER-SKIE.EU, 503-103-703

do wynajęcia

KAWALERKA, 600-018-121

PRACA

dam pracę

MĘŻCZYZNĘ lub parę do pracy w gospodarstwie, 502-712-884

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie rolnym, 601-772-124

Drożej Koleżance **Barbarze Mazur** wyrazy współczucia z powodu śmierci **Mamy** składają Prezes Stowarzyszenia Benedykt Błoński wraz z członkami Stowarzyszenia Artystycznego Cantores Varmienses

Mazur

26 marca 2026 r. mija pierwsza rocznica śmierci naszego ukochanego **Męża, Ojca i Dziadka**

ś. † p.
Zygmunta Dudka

W dniu tej smutnej dla nas rocznicy odprawiona zostanie msza święta o godz. 18.00 w Kościele pod wezwaniem św. Mateusza Apostoła w Olsztynie, ul. Księdza Jerzego Popiełuszki 20, na którą wszystkich, którym bliski był Zygmunt, serdecznie zapraszamy. Kochanie, nasz ból nigdy się nie skończy, czasem tylko łagodnieje, niestety tylko pustka pozostaje z nami. Ciągłe przy nas dusza Twoja, tylko ciało zabrał czas.

Nieutuleni w smutku żona Ewa, córki Agnieszka i Katarzyna z mężami oraz Twoje ukochane wnuki Klaudia, Julka i Jasiu

Dudka

Z głębokim smutkiem przyjęliśmy wiadomość o śmierci **ś. † p.**

Pana Prof. dr. hab.

Adolfa Horubały

dr. h.c., czł. rzecz. PAN,

Przewodniczącego Komitetu Technologii i Chemii Żywności PAN w latach 1987-1993, Zastępcy Przewodniczącego Rady Naukowej Centrum Agrotechnologii i Weterynarii PAN w latach 1988-1998, w 1997 r. odznaczonego Medalem im. Michała Oczapowskiego za wybitne osiągnięcia w nauce, szczególnie w obszarze nauk rolniczych i leśnych.

Wiedza Pana Profesora Adolfa Horubały, wyrażona w licznych publikacjach, jeszcze długo będzie służyła kolejnym pokoleniom, a Jego odejście stanowi dla wszystkich niepowetowaną stratę.

Rodzinie i Bliskim

przekazujemy wyrazy szczerego współczucia.

Dyrekcja i pracownicy InLife Instytutu Rozrodu Zwierząt i Badań Żywności Polskiej Akademii Nauk

Lik

USŁUGI POGRZEBOWE
ARKA
Elżbieta Michałowska Anna Michałowska

OLSZTYN (Zatorze), ul. M. Zientary-Malewskiej 2A

☎ **89 534 72 42, 605 635 908**

OLSZTYN (Jaroty), ul. Herberta 16/24

(wejście od Wilczyńskiego, naprzeciw „Medyka”)

☎ **89 526 66 01, 605 665 909**

www.arkaolsztyn.pl

Całodobowy przewóz zmarłych

13126opb1-a-6

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że 21 marca 2026 r. odszedł od nas w wieku 81 lat nasz kochany **Tata, Dziadek, Pradziadek i Brat**

ś. † p.
Tadeusz Suświłło

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się 30 marca 2026 r. o godz. 10.00 Mszą Świętą w Kościele pw. Jezusa Chrystusa Króla Wszechświata przy ul. Wyspiańskiego 4, po której nastąpi wyprowadzenie na cmentarz komunalny w Dywitach.

Pograżona w żałobie rodzina

Suświłło

JUŻ OTWARTE! DOM POGRZEBOWY OLSZTYN-DYWITY USŁUGI POGRZEBOWE • NAJNIŻSZE CENY

OFERUJEMY:

- * kremację w naszym krematorium
- * salę pożegnań z możliwością organizacji mszy pogrzebowej
- * nowoczesną chłodnię
- * trumny, urny
- * limuzynę pogrzebową marki Mercedes

Dom Pogrzebowy i Krematorium Drejka, Olsztyn, ul. Wadąska 50, tel. 48 731 108 108, e-mail: dompogrzebowy.olsztyn@gmail.com



1260tr-a-6

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 Twarzy Roku daje przestrzeń, by poka-

zać te różnorodne doświadczenia i różnorodnie twarzyć kobiecości właśnie. Tę autentyczność, codzienną kobiecą energię, wyjątkowość. Odporność, kreatywność, zdolność dowoływania, 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 zwycięstwa, o czym opowiadają uczestniczki akcji - wyjawia Katarzyna Borek, która opiekuje się plebiscytem od strony redakcyjnej. Bo Ko-

bięca 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 dopokazania, że nie ma

jednego przepisu na bycie kobietą. Że mieszają się w nas pasje, obowiązki, praca, rodzina i przyjaźnie - i że wszystkie te wątki spletają się w unikalną opowieść o nas samych.

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

ria 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 naszą historię i naszą kobiecą tożsamość - uważa redaktorka, zachęcając: - Zapraszamy do lektury tych opowieści. To historie pełne humoru, ciepła i dobrej kobiecej energii, którą przepelniony jest plebiscyt Kobięca Twarz Roku.

Więcej o akcji na www.gazetaolsztynska.pl/kobiety

KATEGORIA POKOLENIOWA: CÓRKI



● NATALIA BANUL

Najbardziej sobą czuje się wtedy, gdy żyje w zgodzie ze swoimi wartościami i odważnie podąża za marzeniami. Stara się wypełniać każdy dzień tym, co sprawia Jej radości i daje poczucie spełnienia, robi w życiu to, co naprawdę lubi i co pozwala Jej się rozwijać. Zapytana o wyzwanie, które szczególnie Ją ukształtowało, pani Natalia przywołuje wspomnienia z czerwca ubiegłego roku, kiedy to podczas galopu spadła z konia i uległa poważnemu wypadkowi. - W jednej chwili życie, które wydawało się tak oczywiste i poukładane, stanęło pod znakiem zapytania. Dzięki Bogu oraz niezwyklej opiece le-

karzy z giżyckiego szpitala dziś mogę powiedzieć, że dostałam drugą szansę. To doświadczenie bardzo mnie zmieniło. Zrozumiałam, jak kruche i jednocześnie jak piękne jest życie. Nauczyłam się zatrzymywać na chwilę, doceniać drobne momenty, które wcześniej mogły wydawać się zwyczajne, uśmiech bliskiej osoby, ciszę natury, spokojny poranek czy zwykłą codzienność - wyznaje.

Dziś bardzo ceni swoją pracę, którą nazywa pasją. Zawsze stara się dostrzegać w kobietach ich naturalne piękno i wydobywać to, co w nich najpiękniejsze: - Dla mnie praca w salonie to nie tylko zawód, ale przede wszystkim możliwość dawania radości i budowania kobiecej pewności siebie.

KATEGORIA POKOLENIOWA: MATKI



● MALWINA BAŁDYGA

Pani Malwina na co dzień zajmuje się domem, gdy już posprząta w rytm muzyki, bierze się za gotowanie i pieczenie. Robienie ciast to dla Niej chwila relaksu. Znajduje też chwilę na trening lub rozciąganie i wtedy czuje, że robi coś tylko dla siebie, dla swojego ciała i duszy, bo endorfiny zostają do końca dnia.

- Mając 17 lat urodziłam, córkę z zespołem Downa i to było, jest moim największym wyzwaniem. Córka nauczyła mnie odpowiedzialności, cierpliwości i cieszenia się z najmniejszych rzeczy. To był najcięższy czas w moim życiu. Mój związek się rozpadł. Lecz szybko pokochał nas ktoś inny,

teraz tworzymy rodzinę od 18 lat. Córka za chwilę skończy 20 lat. Mamy w sumie czworo dzieci i wychowywanie każdego z nich nauczyło mnie bezwarunkowej miłości oraz odwagi - opisuje pani Malwina. Ma artystyczną duszę, która pomaga Jej tworzyć piękne rzeczy: od kołderki, poduszek, pluszaków, aż po uszycie własnoręcznej całej wyprawki dla synka. Nie ma rzeczy, którejby się nie nauczyła robić w domu.

Jej największym źródłem energii mąż, który Ją wspiera w każdym szalonym pomysle: - Czuję się przy nim bardzo kobieco. Spacer, rowery, rolki, łyżwy, sanki z dziećmi to czy sta przyjemność, bardzo lubimy spędzać czas na świeżym powietrzu.

KATEGORIA POKOLENIOWA: KOBIETY DOJRZAŁE



● ALA SADOWSKA

- Najbardziej sobą czuję się w codziennych, prostych chwilach, w pracy, kiedy mogę pomóc drugiemu człowiekowi, w domu z rodziną oraz wtedy, gdy mam chwilę tylko dla siebie. Lubię dbać o siebie, zrobić makijaż i poczuć się kobieco. Bardzo ważne są dla mnie także relacje z bliskimi, rozmowy i wspólnie spędzony czas. To właśnie te małe momenty sprawiają, że czuję harmonię i radość z bycia kobietą - mówi pani Ala. Życie przyniosło Jej różne wyzwania i momenty, które wymagały siły i cierpliwości. Cztery lata temu odeszła Jej ukochana mama i była

to dla naszej bohaterki bardzo trudna lekcja życia. Ta strata nauczyła Ją jeszcze bardziej doceniać czas, bliskość i obecność drugiego człowieka. Nie zawsze wierzyła w siebie i długo budowała swoją pewność jako kobieta, ale doświadczenia życiowe nauczyły Ją empatii, pokory i większego zrozumienia dla innych.

Dziś chciałaby, aby inni dostrzegli Jej empatię i wrażliwość na potrzeby ludzi i zwierząt. Zawsze stara się być lojalną, pomocną i uważną na drugiego człowieka. W pracy i w życiu codziennym ważne jest dla Niej, aby dawać ludziom wsparcie, dobre słowo i poczucie, że nie są sami.



OLSZTYNIANIE TRIUMFOWALI NA SŁOWACJI

PIŁKA RĘCZNA\\\\ Przygotowujący się do mistrzostw Polski Olsztyn Handball Masters wziął udział w turnieju zorganizowanym na Słowacji. Olsztynianie ostatecznie - tak jak wcześniej na Litwie - zajęli pierwsze miejsce, wygrywając wszystkie mecze.

Wśród olsztyńskich mastersów, czyli zawodników, którzy ukończyli 35 lat, są szczypiorniści nawet z superligową przeszłością, że wspomniemy Mateusza Kopycińskiego, który przez lata był mocnym punktem Warmii. Lata leca, ale oni wciąż chcą grać w piłkę ręczną, tyle że teraz na niej nie zarabiają (choć nigdy nie były to duże pieniądze), tylko do niej dokładają.

A jest do czego dokładać, bo ekipa Olsztyn Handball Masters bardzo chętnie bierze udział w turniejach organizowanych nie tylko w kraju. W ubiegłym roku olsztynianie zajęli drugie miejsce w Rumunii, a w tym wygrali na Litwie i kilka dni temu na Słowacji. Niedawno otrzymali też zaproszenie z Portugalii, z którego jednak nie skorzystali, a w planach mają wyjazd do Chorwacji na Puchar Świata. Są to spore koszty, więc może w przyszłym roku się uda ten plan zrealizować.

- Poza tym ostatnio wygraliśmy lokalne turnieje w Suwałkach i Gołdapi - przypomina Tomasz Łazicki, prezes stowarzyszenia Olsztyn Handball Masters. - Potem zwyciężyliśmy jeszcze na silnie obsadzonym turnieju w Warszawie, gdzie Mateusz Kopyciński został MVP imprezy. Mateusz cały czas trzyma wysoki poziom, więc jestem pewien, że spokojnie mógłby jeszcze pograć w rozgrywkach ligowych.

Tyle że wtedy musiałby wybrać: liga czy mastersi, bo w Polsce nie można jednocześnie być mastersem i aktywnym ligowcem. - Na Słowacji ten przepis nie obowiązuje, dlatego w składach naszych ry-



Olsztyńska szatnia po wygraniu słowackiego turnieju

wali byli zawodnicy, którzy nadal biorą udział w rozgrywkach ligowych - wyjaśnia prezes Łazicki. - Nasze rozwiązanie uważam za lepsze, bo dzięki niemu pika ręczna mastersów się rozwija. Wcześniej, gdy nie było tego ograniczenia, przyjeżdżali na turnieje zawodnicy pokroju Mariusza Jurasika czy Grzegorza Tkaczyka, bo wiekowo byli już mastersami, ale jednocześnie wciąż grali w lidze.

W Europie jest wiele klubów, w których trenują mastersi, a mimo to ekipa z Olsztyna jest zapraszana na turnieje. Skąd ta popularność? Ano z... mediów społecznościowych, gdzie mastersi są bardzo aktywni. - Okazało się na przykład, że jeden ze Słowaków obserwuje nas na Facebooku. Skontaktował się z nami, po czym po kilku miesiącach przysłał zaproszenie na turniej - opowiada Tomasz Łazicki. - No to zdecydowaliśmy się podnieść tę rękawicę, chociaż już na miejscu przekonał się, że słowacka piłka ręczna jest trochę inna. Próbuje grać szybciej i więcej jest akcji jeden na jeden, można powiedzieć, że jest to dość nowoczesny szczypiorniak. My natomiast mamy takich zawodni-

ków, jak wspomniany już Kopyciński czy 46-letni Krzysztof Szymkowiak, więc nasza piłka ręczna nie jest tak biegająca, tylko bardziej przemyślana, poza tym koncentrujemy się na grze obronnej, która tak naprawdę prowadzi do sukcesów, co potwierdziły ostatnie turnieje. Bo gdy coś nam nie wyjdzie w ataku, wtedy zawsze możemy to jeszcze uratować dobrą obroną.

W słowackim turnieju rywalizowało sześć zespołów, wśród nich tylko Olsztynianie reprezentowali zagranicę. Grano każdy z każdym, a mecze trwały po 15 minut.

Goście z Polski odnieśli dwa wysokie zwycięstwa (12:4 i 12:7), ale w trzech pozostałych pojedynkach rywalizacja była bardzo wyrównana, o czym świadczą wyniki 9:7, 9:7 i 10:9.

W tym ostatnim meczu rywalem mastersów ze stolicy Warmii i Mazur był SHT Hlohovec. 20 sekund przed końcem był remis 9:9 i piłkę mieli Słowacy, ale wtedy dała sobie znać - po raz kolejny - szczelna obrona Olsztynian, którzy przejęli piłkę, po czym kontrę celnym rzutem za-

kończył Radosław Szulgo. Potem okazało się, że był to pojedynek dwóch najlepszych ekip turnieju, bo Hlohovec zajął drugie miejsce, chociaż w składzie miał... 70-letniego skrzydłowego!

- Było to dla nas fajne doświadczenie i zarazem przygoda, bo większość meczów była bardzo zacięta. A każde zwycięstwo odniesione w takich warunkach buduje drużynę - przyznaje prezes Łazicki. - Tym bardziej że w zagranicznych ekipach, z którymi przychodzi się nam zmierzyć, czasem występują zawodnicy, którzy nie tak dawno grali w najwyższych ligach, na przykład w Skandynawii czy Rumunii.

Warto zauważyć, że gdy Olsztynianie wygrywali na Słowacji, to w tym samym czasie ich drugi zespół wziął udział w turnieju w Ostrołęce, gdzie zajął trzecie miejsce, ogrywając m.in. BSMS Bartoszyce.

Olsztynianie funkcjonują dzięki składkom członkowskim, które płać zawodnicy. Obecnie trenuje 35 mastersów, ale do nich stopniowo dołączają gracze, którzy za rok lub dwa też będą mastersami.

Poza tym mogą liczyć na pomoc władz Olsztyna, dzięki którym dwa razy w tygodniu mogą trenować w malej Uranii. - Bardzo się z tego cieszymy, bo mamy znakomite warunki i preferencyjne ceny, ponieważ za każdy trening płacimy jedynie kilkadziesiąt złotych - dodaje Tomasz Łazicki. Warto przypomnieć, że w ubiegłym roku mastersi za taki trening musieli płacić aż 600 złotych!

Ich najbliższe plany startowe to X memoriał Andrzeja Szyszki w Bartoszycach (18 kwietnia), w którym zagrają aż dwie drużyny Olsztyn Handball Masters, a ostatnim sprawdzianem przed mistrzostwami Polski będzie turniej w Morągu (9 maja).

Mistrzostwa Polski mastersów kobiet i mężczyzn odbędą się w Gdańsku

(30-31 maja). Na razie nie wiadomo, ile drużyn się zgłosi, wiadomo jednak, że zostanie wprowadzona nowa kategoria wiekowa. - Do tej pory rywalizowaliśmy w kategoriach 35+ i 45+, natomiast teraz będzie jeszcze 40+ - wyjaśnia prezes Tomasz Łazicki. - Dzięki temu będą mniejsze różnice wiekowe między zawodnikami, dlatego mam nadzieję, że ta zmiana spowoduje wzrost liczby zgłoszonych drużyn. Warto wyjaśnić, że najmłodszy zawodnik określa kategorię wiekową zespołu. Czyli jeśli w drużynie jest jeden 36-latek, a pozostali będą po czterdziestce, wtedy zespół będzie rywalizował w kategorii 35+. My mamy w składzie 46-letniego Szymkowiaka, ale większość jest zdecydowanie młodsza, dlatego w Gdańsku o medale powalczymy w kategorii 35+.

ARTUR DRYHYNICZ

ONI WYGRALI NA SŁOWACJI

Arkadiusz Lechański, Bartosz Grabowski - Jarosław Wesołowski 1 bramka, Piotr Szuman 1, Radosław Szulgo 11, Rafał Pendykowski 9, Adam Cudzewicz 15, Mateusz Kopyciński 7, Krzysztof Szymkowiak 3, Łukasz Soboczyński 1, Michał Parda 1, Sławomir Wąż 3



Turniej w Ostrołęce Olsztyn Handball Masters zakończył na trzecim miejscu

OLIMPIA NA SZCZYCIE TABELI

PIŁKA NOŻNA Na szczycie tabeli grupy 1 klasy okręgowej nastąpiły spore zawirowania, bo w meczu kolejki Naki przegrało w Olsztynku, a w Szczycinie Gwardia niespodziewanie nie sprostała Śniardwom. Natomiast w grupie 2 kolejne zwycięstwo Zatoki.

• **Olimpia Olsztynek**
- **Naki Olsztyn 2:1 (1:0)**
1:0 - Korgul (26), 1:1 - Sobótka (60), 2:1 - Kosiński (71)

Dzięki zwycięstwu Olimpia została nowym liderem, a Naki spadło na drugie miejsce. Po porażce w Olsztynku w mediach społecznościowych Naki napisano: „To był bardzo wymagający mecz, w którym o końcowym wyniku zdecydowały detale. Nie brakowało walki, zaangażowania i sytuacji z obu stron, jednak tym razem to gospodarze okazali się skuteczniejsi. Z naszej strony zabrakło skuteczności pod bramką rywala, stworzyliśmy swoje okazje, ale niewykorzystane szanse nie pozwoliły nam wywieźć punktów z Olsztynka”.

• **Gwardia Szczytno**
- **Śniardwy Orzysz 1:2 (0:0)**
0:1 - Grądziel (47), 1:1 - Spirydon (71 k), 1:2 - Kruk (78)

Śniardwy zatopiły twierdzą Szczytno! W tym sezonie Gwardia na swoim stadionie o ligowe grała siedem razy i siedem razy zwyciężyła (bilans bramkowy 32:6)! Ale każda seria ma swój koniec, więc w ósmym domowym występie gwardziści musieli uznać wyższość gości z Orzysza, z którymi w pierwszej rundzie zremisowali 2:2. - Jest to dla nas szczególnie niewygodny rywal, bo nie możemy z nim wygrać już od sześciu sezonów - wyjaśnia prezes Gwardii Rafał Bałdyga. - Tym razem olbrzymi wpływ na naszą porażkę miała nieobecność czterech kontuzjowanych piłkarzy, poza tym kolejny zawodnik tydzień wcześniej został wykartkowany w Olsztynie (Naki - Gwardia 1:1 - red.), a na dodatek więzadła zerwał nasz kapitan Grzegorz Kozicki. Obecnie trwa zbiórka na jego operację, która ma zostać przeprowadzona w Białymstoku. Po rekonstrukcji więzadła Kozicki już po 24 tygodniach ma wrócić do treningów.



Gwardia Szczytno doznała pierwszej domowej porażki w obecnym sezonie

Dobrze, że Naki przegrało w Olsztynku, bo dzięki temu do lidera tracimy tylko trzy punkty. Zapowiada się ciekawa wiosna - kończy prezes Bałdyga.

• **Victoria Bartoszyce**
- **Czarni Olecko 2:0 (2:0)**
1:0, 2:0 - Kaplewski (1, 23)

Mówisz „Victoria”, myślisz „Kaplewski”, mówisz „Kaplewski”, myślisz „Gol”. Albo dwa! Tak jak w meczu z Czarnymi, w którym goście jeszcze dobrze butów nie zasznurowali, a już przegrywali - oczywiście za sprawą Dawida Kaplewskiego. Ten znakomity napastnik, jeśli nie najlepszy, to na pewno jeden z najlepszych wokółgówcę, zdobywa bramki niemal w każdym meczu obecnego sezonu, w efekcie Victoria powoli pnie się w górę ligowej tabeli. Czyżby już niedługo do Bartoszyca miała zawitać IV liga? - Nie ma takiej opcji - krótko odpowiada trener Rafał Solecki. - Przynajmniej nie teraz, bo w klubie jest zbyt wiele spraw do poprawienia przez nowy zarząd, by myśleć o awansie. Poza tym sytuacja kadrowa jest słaba, bo młodzież wypożyczyłem do okolicznych klubów, jedni poszli do Lidzbarka Warmińskiego, inni do Wojciech. Ktoś inny się obraził, ktoś zrezygnował w gry, w efekcie

zostałem z okrojona kadra, z którą - mimo wszystko - robimy wyniki.

Gwiazdą Victorii jest Kaplewski, który - mimo niezbyt imponujących warunków fizycznych - jest postrachem bramkarzy, bo w 18 meczach zdobył aż 19 goli. - Cieszę się, bo Dawid robi wspaniałą robotę, znakomicie „czyta” boisko i ma niesamowity ciąg na bramkę. Jestem bardzo dumny, że trafił mi się taki chłopak - dodaje bartoszycki szkoleniowiec, który w meczu z Czarnymi z powodu wspomnianych kłopotów kadrowych też musiał pojawić się na boisku.

• **Orzeł Janowiec Kościelny**
- **Mazur Wydminy 2:1 (1:0)**
1:0 - Korniejew (45+3), 2:0 - Szczypiński (47), 2:1 - Radzewicz (70)

• **Inne wyniki 18. kolejki:**
Orleń Reszel - Stomil II Olsztyn 4:0, Cresovia Górowo Iławeckie - Błękitni Pasym 0:3, Węgoria Węgorzewo - Warmia Olsztyn 3:1, Kłobuk Mikotajki - Mazur Pisz 1:7

GRUPA 1

1. Olimpia*	38	36:24
2. Naki*	37	52:22
3. Gwardia*	35	55:19
4. Orzeł	33	57:32
5. Orleń	32	49:41
6. Victoria	30	43:27
7. Śniardwy	27	31:28
8. Mazur P.*	25	44:36
9. Mazur W.	25	46:40
10. Stomil II	22	43:43
11. Błękitni*	21	36:44
12. Czarni	19	34:42
13. Węgoria	19	28:50
14. Warmia	15	31:52
15. Cresovia*	12	26:52
16. Kłobuk	9	29:88

* mecz zaległy

W grupie 2 kolejne zwycięstwo Zatoki, która pewnym krokiem zmierza w stronę IV ligi. W sumie w ostatnich pięciu meczach czołowa trójka (Zatoka, Błękitni i Constract) odniosła w sumie 11 zwycięstw (Zatoka - 5, Błękitni - 3, Constract - 3), trzy remisy (Błękitni - 1, Constract - 2) i jedną porażkę (Błękitni).

• **Błękitni Orneta**
- **Huragan Morąg 3:2 (1:0)**
1:0 - Kosobucki (10), 1:1 - Dec (72), 1:2 - Kelechi (85), 2:2 - Bucio (90+5 k), 3:2 - Gucajstis (90+7); **czerwona kartka:** Kochalski (95, Huragan)

Zwycięstwo nad słabym Huraganem Błękitni wyszarpali dopiero w doliczonym czasie. Do 85. minuty sensacyjnie prowadzili bowiem goście z Morąga, ale sędzia doliczył siedem minut, w których gospodarze najpierw z rzutu karnego doprowadzili do remisu, po czym w 97. min zadali decydujący cios.

Po meczu Kamil Kowalski, trener ekipy z Morąga, nie krył rozczarowania: - Gdybyśmy w końcu lepiej rozegrali akcję, w której mieliśmy przewagę dwóch na jednego, wtedy mogliśmy to spotkanie zamknąć. Niestety, nie wykorzystaliśmy tej sytuacji, po czym w doliczonym czasie popełniliśmy juniorskie błędy, przez które prze-

graliśmy. To, co się wtedy wydarzyło, trudno opisać słowami. W szatni po meczu widziałem smutek, ale też sportową złość. Dlatego nie składamy bronii, tym bardziej że jestem przekonany, iż wkrótce będziemy punktować.

• **Zatoka Braniewo**
- **Radomniak Radomno 4:1 (1:1)**
0:1 - Lewicki (3 k), 1:1 - Rykowski (44), 2:1 - Lichotat (55), 3:1 - Koczara (74), 4:1 - Prusik (88)

- Mecz zaczął się pechowo, ale był to nasz jedyny błąd w tym pojedynku - ocenia Michał Pietroń, trener Zatoki. - Przeciwnik stworzył tylko jedną sytuację, ale my od razu narzuciliśmy swój styl gry. Trzeba jednak przyznać, że bardzo dobrze spisywał się bramkarz gości, który w kilku momentach uratował swój zespół dosyć spektakularnymi interwencjami. Jednak nasza konsekwencja i nieustępliwość przyniosły ostatecznie efekt w postaci czterech goli i pewnego zwycięstwa.

• **Inne wyniki:** Constract Lubawa - Płomień Turznica 8:0, Polonia Pastek - GKS Ossa Biskupiec 3:0, Czarni Rudzienice - Jeziorak Iława 1:2, Polonia Iłowo - LKS Tyrowo 1:2, Kormoran Zwierzewo - MKS Działdowo 0:2, Motor Lubawa - Dąb Kadyny 1:2.

ARTUR DRYHNYCZ

GRUPA 2

1. Zatoka*	46	75:21
2. Błękitni*	41	54:24
3. Constract*	38	59:16
4. Polonia P.*	36	54:20
5. Działdowo	33	51:37
6. Płomień	30	36:49
7. Jeziorak	28	34:32
8. Ossa	26	51:34
9. Motor	22	37:38
10. Dąb*	21	28:40
11. Radomniak	20	33:46
12. Tyrowo*	19	30:46
13. Polonia Ił.	13	29:55
14. Kormoran	11	18:55
15. Huragan**	6	20:53
16. Czarni	5	14:57

* mecz zaległy

** 2 mecze zaległe



Dawid Kaplewski (Victoria) dwukrotnie pokonał bramkarza Czarnych Olecko



BARAŻE RZĄDZĄ SIĘ SWOIMI PRAWAMI?

PIŁKA NOŻNA Wysoka forma, odporność psychiczna oraz wykorzystanie sprzyjających okoliczności - dzięki takim atutom reprezentacja Polski przeszła udanie przez baraże na MŚ 2022 i ME 2024. Teraz znowu spróbuje tak awansować na wielką imprezę.

Historia występów białoczerwonych w barażach w XXI wieku nie jest długa, ale... bardzo udana. Przystępowali do nich dwukrotnie i w obu przypadkach uzyskali przepustki na mistrzowskie turnieje.

W pierwszym chodziło o awans do mundialu 2022 w Katarze. Polscy piłkarze zajęli w grupie eliminacyjnej drugie miejsce za Anglią, natomiast przed Albanią, Węgrami, Andorą i San Marino.

Już przed ostatnim spotkaniem, 15 listopada 2021 roku z Węgrami na PGE Narodowym, a po wcześniejszym zwycięstwie 4:1 na wyjeździe nad Andorą, byli pewni zajęcia drugiej lokaty i udziału w barażach. Stawką pozostawało rozstawienie podczas losowania.

Ówczesny selekcjoner Paulo Sousa oszczędził w meczu z Węgrami m.in. Roberta Lewandowskiego i zagrożonego ewentualną pauzą z kartki w barażu Kamila Glika. Jak tłumaczył, decyzja zapadła po rozmowach z piłkarzami. Osłabieni gospodarze przegrali 1:2, co - w połączeniu z niekorzystnymi wynikami w innych grupach - sprawiło, że Polacy nie byli rozstawieni przed losowaniem. To z kolei oznaczało półfinał barażowy na wyjeździe, z teoretycznie mocnym rywalem. Los wskazał na Rosję, a zwycięzca tej rywalizacji miał zagrać u siebie w finale z lepszym z pary Szwecja - Czechy.

- To losowanie trochę wyprostowało nam błędy, które popełniliśmy w meczu z Węgrami. Zagramy w takim półfinale, który teoretycznie daje nam absolutnie możliwość marzeń o mistrzostwach świata. Oczywiście to tylko teoria, ale można było wylosować gorzej i znaleźć się na miejscu Turcji lub Macedonii

Północnej, które trafiły do ścieżki barażowej z Portugalią i Włochami - powiedział wtedy w rozmowie z PAP Zbigniew Boniek, ówczesny wiceprezydent UEFA i były prezes PZPN. Jak się okazało, Włosi przegrali półfinał barażowy z Macedończykami 0:1.

Natomiast kadra prowadzona wówczas przez Czesława Michniewicza miała zagrać 24 marca 2022 z Rosją w Moskwie, lecz po wykluczeniu reprezentacji tego kraju przez FIFA - w związku z agresją zbrojną na Ukrainę miesiąc wcześniej - zwyciężyła walkowerem.

W tej sytuacji białoczerwoni awansowali bezpośrednio do finału. 29 marca spotkali się w Chorzowie ze Szwedami, zmęczonymi półfinałową dogrywką z Czechami (1:0). Zwyciężyli 2:0 po golach w drugiej połowie Lewandowskiego z rzutu karnego oraz Piotra Zielińskiego, dzięki czemu awansowali na rozegrany późną jesienią mundial. - To był chyba najtrudniejszy rzut karny w moim życiu - przyznał po meczu ze Szwecją Lewandowski.

Na kolejną wielką imprezę, mistrzostwa Europy 2024 w Niemczech, polscy piłkarze również awansowali przez baraże, choć eliminacje były w ich wykonaniu bardzo nieudane, chwilami wręcz kompromitujące. Na przykład w dwóch meczach z Mołdawią zdobyli łącznie jeden punkt - w Kiszyniowie przegrali 2:3, a w Warszawie zremisowali 1:1.

Po porażce 0:2 z Albanią w Tiranie we wrześniu 2023 PZPN rozstał się z portugalskim selektorem Fernando Santosem, zastąpił go Michał Probiec (remis z Mołdawią był już za jego kadencji).



Fot. PAP/EPA

W 2024 roku w Cardiff Wojciech Szczęsny był bohaterem meczu, którego stawką był awans do finałów ME

Ostatecznie w grupie eliminacyjnej, uznawanej za jedną z najsłabszych, białoczerwoni zajęli dopiero trzecie miejsce, za Albanią i Czechami. Dostali jednak dodatkową szansę dzięki wcześniejszym występom w Lidze Narodów.

W półfinale trafili na notowaną w drugiej setce światowego rankingu Estonię (obecnie 128.), która uzupełniła stawkę uczestników baraży w nagrodę za triumf w najsłabszej dywizji LN.

Na PGE Narodowym piłkarze Probiec wywiązali się z roli faworyta, wysoko zwyciężając 5:1. Trudniej - zgodnie z przewidywaniami - było w finale barażowym z Walią w Cardiff.

Po 90 minutach i dogrywce utrzymywał się wynik bezbramkowy. Bohaterem białoczerwonych, którzy w trakcie meczu nie oddali żadnego celnego strzału, okazał się bramkarz Wojciech Szczęsny. Od początku spotkania był skoncentrowany i kilka razy ratował zespół z opresji. Najważniejszą parą popisał się jednak w piątej serii rzutów karnych,

przy stanie 5-4 dla Polski. Obronił strzał Daniela Jamesa i białoczerwoni, błędni w swoich próbach, mogli świętować awans.

„Mecze barażowe rządzą się swoimi prawami. Dziś liczył się tylko wynik, który idzie w świat i daje nam prawo gry w mistrzostwach Europy” - podkreślił w portalu społecznościowym prezes PZPN Cezary Kulesza.

Udane losowanie, wysoka forma, szczęście i koncentracja to atuty, które polscy piłkarze potrafili wykorzystać w marcu 2022 i 2024 roku. Fortuna, przynajmniej teoretycznie, nie opuszcza też białoczerwonych w drodze na tegoroczny mundial w USA, Kanadzie i Meksyku.

Podczas listopadowego losowania baraży w Zurychu reprezentację, prowadzoną od lipca 2025 roku przez Jana Urbana, „wyciągano” z drugiego koszyka. Wiadomo było, że półfinał rozegra u siebie. Taki przywilej przysługiwał drużynom z dwóch najwyższych koszyków, natomiast gospodarzy finałów poszczególnych ścieżek wskazało losowanie.

Białoczerwoni mogli trafić w pierwszej rundzie na jednego z rywali z trzeciego koszyka, czyli

Irlandię, Albanię, Bośnię i Hercegowinę albo rewelację 2025 roku - Kosovo. Ostatecznie los przydzielił im Albańczyków, czyli dobrych znajomych z ostatnich lat. Mecz odbędzie się w czwartek na PGE Narodowym w Warszawie.

Polscy piłkarze raczej nie mogli narzekać na to losowanie, a tym bardziej na ewentualnego rywala w finale. W przypadku zwycięstwa nad reprezentacją Albanii ich przeciwnikiem będzie 31 marca lepszy z pary Ukraina - Szwecja. Spotkanie odbędzie się albo w Walencji (jeśli półfinał wygrała Ukraina), albo w Sztokholmie. Pokonani w półfinałach rozegrają w tym terminie mecz towarzyski.

Białoczerwoni, zajmujący obecnie 34. miejsce w rankingu FIFA, uniknęli z pierwszego koszyka drużyn notowanych wyżej od będącej tam Ukrainy (30.). Ich potencjalnym rywalem mogły być Włochy (12.), Dania (21.) lub Turcja (25.).

Natomiast losowana z czwartego koszyka reprezentacja Szwecji (obecnie 42. lokata w rankingu), choć dysponuje ciekawymi graczami, przeżywa duży kryzys. W swojej grupie eliminacji MŚ 2026 nie

wygrała żadnego meczu, zajmując ostatnie miejsce z dorobkiem dwóch punktów, za Szwajcarią, Kosowem i Słowenią. Ekipa „Trzech Koron” wystąpi w barażach tylko dzięki triumfowi rok wcześniej w dywizji C (trzeci poziom) Ligi Narodów.

- Nie możemy narzekać na losowanie. Jesteśmy faworytem w pierwszym spotkaniu i na własnym stadionie powinniśmy to wykorzystać. Jest duża szansa, że te baraże ułożą się po naszej myśli - skomentował trener Urban na antenie TVP Sport.

Wiadomo już, że Ukraińcy i Szwedzi przystąpią do półfinału w Walencji bez kilku kontuzjowanych gwiazd. W pierwszej z tych drużyn zabraknie m.in. napastnika Romy Artema Dowbyka, w przeszłości króla strzelców hiszpańskiej ekstraklasy w barwach Girony (2023/24). Selekcjoner ekipy Szwecji Graham Potter nie będzie mógł skorzystać np. z Alexandra Isaka z Liverpoolu i Dejana Kulusevskiego z Tottenhamu Hotspur.

Zwycięzca „polskiej” ścieżki barażowej trafi do mundialowej grupy F, gdzie jego rywalami będą Holandia, Japonia i Tunezja.



SPORT.wm.pl

ŚRODA 25.03.2026

ALBANIA NA DRODZE DO MUNDIALU

PIŁKA NOŻNA\\\\ Czwartkowym meczem z Albanią w Warszawie Polacy rozpoczną rywalizację w barażach o awans do mistrzostw świata w USA, Kanadzie i Meksyku. Jeśli zwyciężą, pięć dni później zmierzą się na wyjeździe albo z Ukrainą, albo ze Szwecją.

Podopieczni selekcjonera Jana Urbana znaleźli się w tzw. ścieżce barażowej B - jednej z czterech z udziałem wyłącznie europejskich drużyn. Rywalizacja w dwóch innych ścieżkach w barażach międzykontynentalnych toczyć się będzie w Meksyku: w Monterrey (Guadalupe) i Guadalajarze (Zapopan).

Na Starym Kontynencie drużyny, które wygrają swoje dwa najbliższe spotkania, zakwalifikują się do turnieju finałowego. Polacy rozpoczną u siebie z Albanią, a w tej samej ścieżce Ukraina zmierzy się w Walencji z reprezentacją Szwecji. Lepszy z tej pary będzie gospodarzem finału. - W spotkaniach eliminacyjnych po ewentualnym potknięciu można coś nadrobić. W barażach sytuacja wygląda zupełnie inaczej. Tutaj jest gra o wszystko - zaznaczył Urban.

Biało-czerwoni grać będą bez podstawowego bramkarza Łukasza Skorupskiego, który zmaga się z kontuzją i będzie pauzował jeszcze przez kilka tygodni. Z Albanią nie zagra także Nicola Zalewski, pauzujący za kartki. Niewykluczony jest natomiast debiut 17-letniego Oskara Pietuszewskiego, który zbiera dobre opinie za występy w FC Porto.

Arbitrem czwartkowego meczu będzie Anglik Anthony Taylor, który jest w tym sezonie najbardziej zapracowanym sędzią Premier League, gdyż prowadził już 24 spotkania.

Trening reprezentacji Polski
w Warszawie przed meczem z Albanią

Anglik ma bogate doświadczenie międzynarodowe, sędziował m.in. na mundialu w Katarze w 2022 roku oraz podczas mistrzostw Europy w 2021, w tym potyczkę Danii z Finlandią, w trakcie której zawału serca na boisku doznał Christian Eriksen, i 2024.

Od 2025 roku jest rozjemcą w spotkaniach Champions League, których łącznie prowadził już 42, do tego 11 w kwalifikacjach. W sędziowskim CV ma też m.in. finał Ligi Europy 2023.

W europejskich pucharach dwukrotnie był arbitrem meczów polskich drużyn i oba zakończyły się ich porażkami - w 2017 Legii z Ajaksem (0:1) w Amsterdamie w 1/16 finału Ligi Europy oraz przed rokiem w ćwierćfi-

nale Ligi Konferencji w Seville, gdzie Betis pokonał 2:0 Jagiellonię Białystok.

Ścieżkę A rozpoczną starcia Włoch z Irlandią Północną oraz Walii z Bośnią i Hercegowiną.

Pod lupą będzie szczególnie Italia, która nie zdołała zakwalifikować się na dwie poprzednie edycje MŚ, mimo że w 2021 roku została mistrzem Europy.

W półfinałach ścieżki C rywalizować będą Turcja z Rumunią oraz Słowacja z Kosowem, a w ścieżce D - Dania z Macedonią Płn. i Czechy z Irlandią.

Ze Starego Kontynentu awans uzyskali już zwycięzcy grup eliminacyjnych: Niemcy, Szwajcaria, Szkocja, Francja, Hiszpa-

nia, Portugalia, Holandia, Austria, Norwegia, Belgia, Anglia i Chorwacja.

Natomiast pary półfinałowe w Meksyku tworzyć będą Boliwia z Surinamem i Nowa Kaledonia z Jamajką. Zwycięzcy pierwszego z tych spotkań zmierzą się z Irakiem, a drugiego - z Demokratyczną Republiką Konga.

Grudniowe losowanie przesądziło o tym, do których grup turnieju finałowego trafią zwycięzcy barażów. Na Polskę w grupie F czekają: Holandia, która była też rywalem biało-czerwonych w eliminacjach, oraz Japonia i Tunezja.

Mundial rozegrany zostanie od 11 czerwca do 19 lipca. Po raz pierwszy historii weźmie w nim udział 48 drużyn.

BARAŻE EUROPEJSKIE**26 marca****ścieżka C:** Turcja - Rumunia (godz. 18.00, Stambuł)**ścieżka A:** Włochy - Irlandia Płn. (20.45, Bergamo)**ścieżka A:** Walia - Bośnia i Herc. (20.45, Cardiff)**ścieżka B:** Ukraina - Szwecja (20.45, Walencja, Hiszpania)**ścieżka B:** Polska - Albania (20.45, Warszawa)**ścieżka C:** Słowacja - Kosowo (20.45, Bratysława)**ścieżka D:** Dania - Macedonia Płn. (20.45, Kopenhaga)**ścieżka D:** Czechy - Irlandia (20.45, Praga)**31 marca****ścieżka A:** Walia/Bośnia i Herc. - Włochy/Irlandia Płn. (20.45)**ścieżka B:** Ukraina/Szwecja - Polska/Albania (20.45)**ścieżka C:** Słowacja/Kosowo - Turcja/Rumunia (20.45)**ścieżka D:** Czechy/Irlandia - Dania/Macedonia Płn. (20.45)**GRUPY MŚ 2026****A:** Meksyk, RPA, Korea Płd., zwycięzca ścieżki D**B:** Kanada, Katar, Szwajcaria, zwycięzca ścieżki A**C:** Brazylia, Maroko, Haiti, Szkocja**D:** USA, Paragwaj, Australia, zwycięzca ścieżki C**E:** Niemcy, Curaçao, Wybrzeże Kości Słoniowej, Ekwador**F:** Holandia, Japonia, Tunezja, zwycięzca ścieżki B**G:** Belgia, Egipt, Iran, Nowa Zelandia**H:** Hiszpania, Republika Zielonego Przylądka, Arabia Saudyjska, Urugwaj**I:** Boliwia/Surinam/Irak, Francja, Senegal, Norwegia**J:** Argentyna, Algieria, Austria, Jordania**K:** Nowa Kaledonia/Jamajka/DR Konga, Portugalia, Uzbekistan, Kolumbia**L:** Anglia, Chorwacja, Ghana, Panama

plebiscyt
EDUKACYJNY
2025



PARTNER GALI OGÓLNOPOLSKIEJ

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

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

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

udział między innymi członkini zarządu Polska Press Grupy Elżbieta Żuraw, dyrektor Pionu Plebiscytów Daria 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 Urszula 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 debata 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 kwestię jakości relacji w szkole, które - jak podkreślano - stanowią fundament skutecznej edukacji, choć często schodzą na dalszy plan wobec programów, egzaminów i zmian systemowych.

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



NAUCZYCIEL PRZEDSZKOLA MIEJSCE I

Izabela Wilczyńska

Izabela Wilczyńska, nauczycielka z Przedszkola Niepublicznego Miś Uszatek w Kętrzynie, zdobyła zaszczytne, pierwsze miejsce w województwie warmińsko-mazurskim w kategorii Nauczyciel przedszkola w tegorocznej edycji wyjątkowego Plebiscytu Edukacyjnego.

Jej praca opiera się na indywidualnym podejściu do każdego dziecka, wspieraniu rozwoju emocjonalnego i poznawczego oraz budowaniu bezpiecznej, przyjaznej atmosfery. Izabela Wilczyńska z pasją wprowadza najmłodszych w świat nauki, zabawy i odkrywania otoczenia, kształtując jednocześnie ich ciekawość i pewność siebie.

Pierwsze miejsce w wojewódzkim etapie plebiscytu jest potwierdzeniem



jakości Jej pracy, zaangażowania oraz ogromnego wpływu, jaki ma na edukację i codzienne życie swoich przedszkolaków. Jest swoistym „dziękuję” za pracę, trud oraz ogromne zaangażowanie w to, co robi dla najmłodszych.

NAUCZYCIEL KLAS O-III MIEJSCE I

Dorota Kozak

Nieustannie przypomina uczniom, że są ważni i zdolni, nawet gdy popełniają błędy. Stara się, by byli świadomi, że nie muszą być idealni, że nie myli się tylko ten, kto nic nie robi. - Mam nadzieję, że zawsze będą o tym pamiętać i nie pojawi się w ich życiu nikt, kto sprawi, że w to zwątpią. Oczywiście chciała bym również, żeby zapamiętali mnie, jako nauczyciela, który ich rozumiał, wspierał i wierzył w nich - tłumaczy Dorota Kozak ze Szkoły Podstawowej nr 3 im. Jana Brzechwy w Morągu. W relacji z uczniami najczęściej radości daje Jej ich autentyczność, spontaniczne reakcje, drobne gesty sympatii, rysunki, które dostaje od dzieci. - Daje mi to świadomość, że moja codzienna praca ma znaczenie nie tylko edukacyjne, ale również



emocjonalne. Również małe i duże sukcesy moich uczniów. Kiedy widzę, jak stają się samodzielni, odważni, ciekawi świata, czuję jak bardzo moja praca ma sens - dodaje zwyciężczyni.

NAUCZYCIEL KLAS IV-VIII MIEJSCE I

Mariusz Myślak

-Już od 8 klasy na pytanie kim chciałbyś zostać?, moja odpowiedź brzmiała trener - nauczyciel. Od najmłodszych lat byłem zakochany w sporcie i to tak naprawdę sport miał ogromny wpływ na moją decyzję - wspomina Mariusz Myślak ze Sportowej Szkoły Podstawowej nr 4 im. Polskich Olimpijczyków w Szczytnie. Nauczycielem jest już od 16 lat. Na przestrzeni tych lat było wiele momentów, które Go motywowały i były swoistymi nagrodami za ciężką pracę z dziećmi czy młodzieżą. Najwięcej radości w relacji z uczniami - szczególnie z perspektywy nauczyciela i trenera piłki siatkowej w szkole sportowej - daje obserwowanie, jak młodzi ludzie rosną: - Obserwowanie, jak z grupy indywidualności powstaje zespół, który potrafi się



wspierać, walczyć do końca i brać odpowiedzialność jeden za drugiego. Również, gdy widzisz, że dyscyplina, szacunek, pracowitość i fair play, których uczysz na treningach, działają też w szkole i w codziennym życiu uczniów.

MIEJSCE II

Sylwia Łykowska

Sylwia Łykowska z Przedszkola Radość - Oddział Janowicza w Olsztynie zdobywa drugie miejsce w kategorii Nauczyciel przedszkola. Praca w oświacie to dla



Niej codzienne spotkanie z małymi odkrywcami, ich emocjami, ciekawością i niepowtarzalnym spojrzeniem na świat. To możliwość towarzyszenia im w odkrywaniu siebie i świata. Pani Sylwia od zawsze czuła, że odnajduje się wśród dzieci. Już jako nastolatka angażowała się w wolontariat i wtedy zrozumiała, że to jest to, co chce robić. Praca w oświacie pozwala docenionej nauczycielce łączyć pasję do rozwoju, twórczości i relacji.

MIEJSCE II

Elżbieta Komiażyk

Jaki moment z pracy Elżbiety Komiażyk (Szkoła Podstawowa nr 2 im. Mikołaja Kopernika, Dobre Miasto) szczególnie zapadł Jej w pamięć i do dziś przypomina, dlaczego warto być nauczycielem? - Uczeń,



który długo zmagał się z nauką, podszedł po lekcji i cicho powiedział: „Proszę pani, pierwszy raz ktoś we mnie uwierzył”. W jego oczach była duma i ulga - odpowiada nauczycielka. Najwięcej radość w pracy dają Jej chwile wspólnej radości - śmiech na lekcji, poczucie wspólnoty. Chciałaby, aby uczniowie zapamiętali, że nie są sami i zawsze jest ktoś, na kogo mogą liczyć.

MIEJSCE II

Joanna Bielewicz

Drugie miejsce przypadło nauczycielce, dla której praca z uczniami jest prawdziwą pasją i źródłem codziennej motywacji. To wyróżnienie stanowi wyraz uznania dla Jej zaangażowania, empatii oraz wyjątkowych relacji, jakie buduje z młodymi ludźmi. Joanna Bielewicz ze Szkoły Podstawowej nr 14 im. Marii Konopnickiej w Olsztynie w swojej codziennej czerpie ogromną energię z kontaktu z uczniami. Ich entuzjazm, uśmiech i dobre słowo są dla Niej siłą napędową, pozwalającą z zaangażowaniem realizować kolejne cele edukacyjne i wychowawcze. Dbą nie tylko o przekazywanie wiedzy, ale również o atmosferę bezpieczeństwa i wzajemnego szacunku.



MIEJSCE III

Magdalena Maliszewska

O tym, że warto być nauczycielem, przypomina Jej każde spontaniczne „kocham panią”, przytulenie czy duma w oczach dziecka, które po raz pierwszy samodzielnie wykonało zadanie. Również poruszające są spotkania z dawnymi wychowankami. Magdalena Maliszewska z Przedszkola Publicznego Bajkolandia w Lubawie najczęściej radości czerpie ze wspólnego przeżywania sukcesów, z zabawy, rozmów oraz zachwytów nad otaczającym światem: - To właśnie te pozornie zwyczajne chwile mają największe znaczenie - nadają sens mojej pracy i utwierdzają mnie w przekonaniu, że bycie częścią dziecięcego świata jest czymś naprawdę wyjątkowym.



MIEJSCE III

Monika Drózd

Monika Drózd ze Szkoły Podstawowej w Wilczętach ma wiele pięknych historii związanych z uczniami. Szczególnie wspomina ucznia, który nie wierzył w siebie. Pani Monika pracowała z nim intensywnie przez wiele miesięcy, na koniec usłyszała od chłopca słowa, które były najlepszą nagrodą za włożony trud: „Ja chyba jednak nie jestem taki słaby. Dziękuję”. Ogromną energię daje Jej poczucie autentycznej relacji z uczniami: - Świadomość, że uczniowie czują się bezpiecznie, by popełniać błędy i być sobą, sprawia, że szkoła przestaje być tylko miejscem nauki, a staje się przestrzenią rozwoju.



MIEJSCE III

Paulina Bieńkowska

- Najwięcej radości i energii w relacji z uczniami daje mi, oprócz prowadzenia lekcji, czas spędzony z uczniami na przerwach międzylekcyjnych, kiedy to uczniowie wybierają konwersację ze mną w ich wolnym czasie i szczerze są nią zaabsorbowani - wyznaje Paulina Bieńkowska ze Szkoły Podstawowej im. Orła Białego (Brzozie Lubawskie). Zapytana o wyjątkowe momenty związane z pracą, odpowiada, że często wraca do chwili, kiedy została wychowawcą, przypadkowo usłyszała rozmowę uczniów: „Lepiej nie mogliśmy trafić, pani Paulina jest dobrą i życzliwą osobą” - ta chwila przypomniała Jej, dlaczego warto być nauczycielem.



NAUCZYCIEL SZKOŁY PONADPODSTAWOWEJ MIEJSCE IAnna
Kisiel

Anna Kisiel (Zespół Szkół Elektronicznych i Informatycznych im. KEN, Giżycko) jasno zaznacza, że szczególnie ceni sobie relacje z drugim człowiekiem – gdy absolwenci utrzymują z nią kontakt i wracają po latach, często po rozmowę, radę czy zwykłe „co słychać”. - Najwięcej radości daje mi autentyczny kontakt i świadomość, że uczniowie chcą być na mojej lekcji - nawet jeśli jest to piąta czy szósta godzina, a wcześniej byli nieobecni. Energia pojawia się wtedy, gdy uczniowie czują się zauważeni, rozumiani i traktowani z uważnością, a wiedza pedagogiczna i doświadczenie życiowe pomagają mi tworzyć przestrzeń, w której naprawdę chce się być - przekazuje zwyciężczyni. Zaznacza przy tym, że chciałaby, aby uczniowie za-



pamiętali z czasów szkolnych to, że nie muszą być idealni, żeby być wartościowi - i że błędy są częścią drogi, a nie jej końcem: - Jeśli po latach pomyślą: „Nie wyszło, ale spróbuję jeszcze raz”, uznam to za ogromny sukces.

MIEJSCE II

Zbigniew
Rogowski

Zbigniew Rogowski, nauczyciel związany z Centrum Edukacji Mundirowej w Elku, zdobył drugie miejsce w kategorii Nauczyciel szkoły ponadpodstawowej w Plebiscyście Edukacyjnym. Wyróżnienie



to jest wyrazem uznania dla Jego zaangażowania, profesjonalizmu oraz konsekwentnej pracy dydaktycznej z młodzieżą. Laureat ceniony jest za odpowiedzialne podejście do nauczania, umiejętność motywowania uczniów oraz kształtowanie postaw opartych na dyscyplinie, współpracy i szacunku. Jego praca przyczynia się do wysokiego poziomu edukacji oraz przygotowania młodych ludzi do dalszych wyzwań.

MIEJSCE III

Adrian
Nieciecki

Najwięcej radości i energii w codziennej relacji z uczniami daje Mu ich szczerość. - Gdy nauczyciel zdobydzie zaufanie młodzieży, uczniowie chętniej zabierają głos na zajęciach i informują, czy



przeprowadzona lekcja jest dla nich zrozumiała, a o ich szczerości świadczą uzyskiwane przez nich wyniki. Warto pamiętać, że aby uczeń mógł być wobec nauczyciela szczery, musi obdarzyć go zaufaniem, a raz zdobytego zaufania nie wolno zawieść - podkreśla Adrian Nieciecki z Zespołu Szkół Ekonomicznych im. Mikołaja Kopernika w Olsztynie. Chciałby, aby uczniowie zapamiętali, że najważniejsze jest, by być dobrą osobą.

NAUCZYCIEL AKADEMICKI MIEJSCE IAgata
Tyburska

Zdobycie pierwszego miejsca w kategorii Nauczyciel akademicki to wyjątkowe wyróżnienie, które podkreśla najwyższy poziom profesjonalizmu, zaangażowania oraz wkładu w kształcenie przyszłych kadr. Dr hab. Agata Tyburska, związana ze Szkołą Policji w Szczycinie, została doceniona za swoją działalność dydaktyczną oraz wpływ, jaki wywiera na środowisko akademickie i słuchaczy od wielu już lat.



To nagroda przyznawana osobom, które nie tylko przekazują wiedzę, ale także inspirują, motywują i kształtują postawy oparte na odpowiedzialności, etyce i rzetelności. Wyróżnienie w naszym Plebiscyście Edukacyjnym jest do-

wodem uznania dla Jej kompetencji, doświadczenia oraz umiejętności łączenia teorii z praktyką, tak istotnej w procesie edukacji w służbach mundurowych.

MIEJSCE II

Michał
Gornowicz

Michał Gornowicz z Uniwersytetu Warmińskiego - Mazurskiego w Olsztynie w pracy nauczyciela akademickiego stara się działać z pełnym profesjonalizmem i zaangażowaniem, traktując proces dydaktyczny nie tylko jako przekazywanie i weryfikowanie wiedzy studentów, lecz także jako budowanie relacji opartych na wzajemnym szacunku. W każdym studencie widzi nie tylko uczestnika zajęć, ale przede wszystkim młodego człowieka. Dlatego pan Michał stara się być nie tylko wykładowcą, ale także osobą, do której można się zwrócić z pytaniem, wątpliwością czy problemem.



MIEJSCE III

Łukasz
Jędrzejczyk

Moment, który utwierdził Go w przekonaniu, że to, co robi, ma sens, do dziś towarzyszy Mu we wspomnieniach. Po wykładzie studenci zostali chwilę, podeszli i powiedzieli wprost, że „dla takich momentów chce im się studiować”. Najwięcej radości i energii daje Mu codzienna interakcja ze studentami. - Ogromną satysfakcję daje mi tworzenie na zajęciach takiej przestrzeni, w której studenci czują się na tyle bezpiecznie i swobodnie, że się otwierają, dopytują, a czasem wręcz proszą o więcej - mówi dr Łukasz Jędrzejczyk (Akademia Finansów i Biznesu Vistula, Olsztyn).

**DYREKTOR SZKOŁY/PRZEDSZKOŁA** MIEJSCE IHalina
Ryszczyk

Ten rok przyniósł momenty, które były dla Niej ogromnym wzruszeniem. Nominacja przez rodziców do Plebiscytu Edukacyjnego to wyróżnienie, które nie było celem. Jak mówi, było cichym „widzę cię” od świata. I utwierdzeniem, że warto iść swoją drogą, nawet jeśli czasem jest pod górę. Jakie momenty w tej pracy sprawiają, że pani Halina czuje, że szkoła „żyje”? - To jest zawsze pierwszy dzień wakacji. Szkoła żyje dzięki ludziom, którzy ją tworzą, ponieważ to oni nadają jej sens, atmosferę i charakter. To uczniowie wnoszą do szkoły energię i relacje rówieśnicze, dzięki którym szkoła staje się miejscem spotkań, rozmów i rozwoju. Nauczyciele przekazują wiedzę, wychowują, inspirują, motywują młodych ludzi, często stając się dla nich autorytetem



i przewodnikiem - odpowiada Halina Ryszczyk (Szkoła Podstawowa, Łęgowo). Najważniejszymi wartościami, jakie chce przekazywać, są szacunek i tolerancja. A tuż po nich: współpraca, empatia oraz życzliwość.

MIEJSCE II

Karolina
Lichota

- Na poziomie ludzkim w roli dyrektora najważniejszy jest dla mnie człowiek i relacje. Dzieci zawsze są na pierwszym miejscu, ich bezpieczeństwo, spokój i radość, ale równie ważni są dorośli, którzy to miejsce tworzą każdego dnia. Zależy mi na tym, aby ludzie przychodzili do pracy z uśmiechem i poczuciem, że są potrzebni i doceniani - przekazuje Karolina Lichota z Przedszkola Bajkowy Dom 2 w Olsztynie. Chce, aby dzieci czuły się akceptowane, zauważane i ważne. Wierzy, że rola dyrektora to nie tylko zarządzanie, ale przede wszystkim dawanie przykładu: - Jeśli chcemy uczyć dzieci szacunku, spokoju i empatii, musimy sami je okazywać.



MIEJSCE III

Anna
Stańczak

O jakości pracy dyrektora placówki oświatowej najlepiej świadczy to, jak ona funkcjonuje. Sukcesy sportowe, artystyczne i przedmiotowe uczniów to niewątpliwie ważny czynnik, bo dzieci mogą się rozwijać wtedy, gdy przestrzeń wokół nich im sprzyja. Jednak największym sukcesem dyrektora jest niewątpliwie stworzenie zgranej wspólnoty szkolnej - w której nikt nie jest wykluczony i każdy może czuć się jak w drugim domu. Tak jest w przypadku szkoły, którą zarządza Anna Stańczak (Szkoła Podstawowa im. Adama Mickiewicza, Uzdowo). To miejsce, które „żyje” i widać to w każdej wspólnej akcji, w której uczniowie z zaangażowaniem biorą udział.



PSYCHOLOG/PEDAGOG SZKOLNY MIEJSCE I

Beata Świdarska

Co w pracy z dziećmi i młodzieżą porusza Ją najmocniej i zostaje w sercu na dłużej? - Każda opowiedziana przez dzieci historia, w której mówią o tym, co czują. Chcą je przeżywać a nie cho- wać w sobie. Wspieranie dzieci w trud- nościach, budowanie pozytywnych re- lacji, wpływ na ich przyszłość oraz cią- gły rozwój osobisty i zawodowy - odpo- wiada zwyczajnie, Beata Świdarska ze Szkoły Podstawowej im. Mikołaja Ko- pernika w Iłowie-Osadzie. Dla naszej laureatki praca to sposób na rozdawa- nie dobra. - Najbardziej zapadają w pa- mięć chwile, gdy uczeń odkrywa swoje pasje, pokonuje własne lęki lub po pro- stu jest szczęśliwy - dodaje pani Beata. Najwięcej radości, satysfakcji i motywa- cji daje Jej to, że może być wsparciem



dla dzieci i ich rodzin. Zdaniem naszej zwyczajnie dzielenie się i pomaganie innym ubogaca nas, a innym daje po- czucie bezpieczeństwa. Jest przy tym ogromnie wdzięczna, za okazane zaufa- nie.

MIEJSCE II

Marzena Gorlewska

- Największe poczu- cie sensu daje mi to- warzyszenie dzie- ciom i młodzieży w procesie rozumie- nia siebie oraz budo- wania poczucia wła- snej wartości. Sens widzę w małych krokach, w stopnio- wej zmianie, w ucze- niu się regulowania emocji i szukania zdrowszych spo- sobów radzenia sobie z trudnościami - tłumaczy Ma- rzena Gorlewska (Zespół Szkół nr 2 im. Jana Pawła II, Na- rzym). Najmocniej poruszają Ją momenty, w których dziecko zaczyna wierzyć, że jego emocje są ważne, a on sam ma prawo być wysłuchany. Z panią Marzeną zostają historie odwagi - cichej, często niezauważalnej, gdy młody człowiek mówi o swoim lęku, smutku czy złości.



MIEJSCE III

Natalia Wasilewska

Udział w Plebiscycie Edukacyjnym była dla Niej powodem do ogromnej rado- ści, ponieważ trak- tuje swój sukces jak wyraz zaufania i szacunku ze strony podopiecznych i ich bliskich. Praca daje Jej dużo satysfakcji i radości, bo to praca, w której się realnie pomaga. - Czymś, co bardzo mnie porusza, jest to, że dzieci przy- chodzą podzielić się swoimi sukcesami lub troskami na- wet na przerwie - mówi Natalia Wasilewska z Zespołu Szkół Sportowych w Elku i dodaje: - Największe poczu- cie sensu w codziennej pracy daje mi świadomość, że jestem dla uczniów osobą, do której mogą zwrócić się w trudnych momentach swojego życia.



PRZEDSZKOLE ROKU MIEJSCE I

Przedszkole Niepubliczne Miś Uszatek

Zdobycie pierwszego miejsca w kate- gorii Przedszkole Roku to ogromny sukces i powód do dumy dla Przed- szkola Niepublicznego Miś Uszatek w Kętrzynie, mieszczącego się przy ul. Moniuszki 3. To prestiżowe wyróżnie- nie potwierdza wysoką jakość pracy placówki oraz zaangażowanie całej społeczności przedszkolnej. Miś Usza- tek to miejsce, w którym szczególną wagę przykładają do bezpieczeństwa, ciepłej atmosfery oraz wszechstron- nego rozwoju dzieci. Codzienna praca oparta jest na indywidualnym podej- ściu do każdego wychowanka, łącze- niu nauki z zabawą oraz rozwijaniu ta- lentów, ciekawości świata i samodziel- ności najmłodszych. Sukces w Plebi-



scycie Edukacyjnym jest efektem zaan- gażowania kadry pedagogicznej, która z pasją i troską wspiera dzieci na ka- żdym etapie ich rozwoju, a także dobrej współpracy z rodzicami.

MIEJSCE II

Przedszkole i Żłobek Promyczek

Przedszkole i Żło- bek Promyczek (Braniewo, Trau- gutta 3) to wyjąt- kowe miejsce, w którym liczą się przede wszystkim dzieci: ich bezpie- czeństwo, komfort i rozwój. Udział i wysokie miejsce zajęte w Plebiscycie Edukacyjnym okazało się dla społeczności przedszkola dużym powodem do dumy oraz radości. „Z całego serca, w imieniu całego Pro- myczkowego Zespołu, dziękujemy Państwu za tak licznie oddane głosy i oczywiście życzymy, aby w 2026 roku było to miejsce 1” - czytamy na fanpage’u Promyczka.



MIEJSCE III

Przedszkole Publiczne Bajkolandia

Według zespołu Przedszkola Pu- blicznego Bajkolan- dia (Lubawa, Rzep- nikowskiego 26) na- uka powinna być za- bawą i w myśl tej za- sady tworzą prze- strzeń dla najmlod- szych. Co Ich wyróż- nia? Starannie przy- gotowana przestrzeń dydaktyczna, biblioteczka przed- szkola z przestrzenią wypoczynkową, certyfikowane place zabaw, profesjonalnie wykształcona kadra, dla których praca jest prawdziwą pasją, odpowiednio przy- gotowane posiłki, a także szereg nieodpłatnych zajęć dodatkowych stworzonych z myślą o szerokim rozwoju najmłodszych.



SZKOŁA ROKU MIEJSCE I

Szkoła Podstawowa im. Władysława Jagiełły

Szkoła Podstawowa im. Władysława Jagiełły w Stębarku 56 za sprawą gło- sów Czytelników wygrywa w naszym województwie w kategorii Szkoła Roku. To wyjątkowe wyróżnienie, które znaczy dużo, ponieważ pochodzi z rąk ludzi, dla których ta szkoła to znacznie więcej niż mury. To żyjąca społeczność, w której dzieci mogą roz- wijać swoje pasje i talenty, zarówno podczas zajęć, jak i poza nimi, np. w ko- łach zainteresowań, takich jak koło wo- lontariatu, szkolne koło PCK, czy szkolne koło teatralne. Na stronie inter- netowej szkoły widzimy, jak silną dru- żynę wspólnie tworzą, a w jej skład wchodzi zarówno uczniowie, nauczy- ciełe, pracownicy, jak i rodzice, sympat- ycy i absolwenci. W takiej atmosferze



wzajemnego wsparcia, szacunku i życzliwości, dzieci mogą zarówno zdobywać wiedzę, rozwijać swoje za- interesowania, jak również osiągać sukcesy w dziedzinach, które je na- prawdę interesują.

MIEJSCE II

Niepubliczna Szkoła Podstawowa w Krekolach

Tutaj najważniejsze są dzieci - Ich spo- kój, bezpieczeń- stwo, komfort i roz- wój, dlatego wszyst- kie działania podej- mowane są z myślą o tworzeniu przyja- znego, wspierają- cego środowiska, w którym każde dziecko może czuć się ważne, zauważone i mieć prze- strzeń do odkrywania swoich możliwości. W Niepu- blicznej Szkole Podstawowej w Krekolach 34 pasja i za- interesowania dzieci mogą się rozwijać i wzrastać, a na- uczyciele zaangażowaniem towarzyszą uczniom w ich codziennych wyzwaniach, wspierając ich indywidu- alne talenty, budując poczucie własnej wartości oraz in- spirując do nauki i samodzielnego myślenia.



MIEJSCE III

Specjalny Ośrodek Szkolno- Wychowawczy w Łupkach

Specjalny Ośrodek Szkolno - Wycho- wawczy w Łupkach 15 wyróżnia indywi- dualne podejście do każdego ucznia oraz kompleksowe wsparcie jego roz- wój. Uczą się tutaj dzieci i młodzież z niepełnosprawno- ścią intelektualną w stopniu lekkim, umiarkowanym oraz znacznym. W tym miejscu wpaja się dzieciom, że najważniejszą wartością jest wiara w siebie i w swoje możliwości. Budują relacje oparte na empatii, cierpliwo- ści i wzajemnym wsparciu. - Tworzymy miejsce, gdzie każdy uczeń jest bezpieczny, ważny i traktowany z sza- cunkiem, a jego potrzeby są dostrzegane i brane pod uwagę - przedstawia placówkę Justyna Siemion.



SZKOŁA JĘZYKOWA ROKU MIEJSCE I**Szkoła Językowa
Yes, you can**

Szkoła Językowa Yes, you can 9 (Olecko, pl. Wolności 20/2U) istnieje od 2019 roku, od tego czasu udało im się stworzyć wiele oddziałów i umożliwić naukę języka obcego naprawdę pokaznemu gronu kursantów. Chcą bowiem, aby uczniowie z mniejszych miejscowości mieli możliwość nauki języków bez konieczności dojazdu do większych miast. Ich głównym celem jest dopasowywanie swojej oferty zajęć do potrzeb uczniów, co się zresztą udaje konsekwentnie od wielu lat, ponieważ kursantów podkreślają, że czują, że są w odpowiednim miejscu.

Każde zajęcia w Szkole Językowej Roku przeprowadzane są w myśl hasła „nauka może być przyjemnością”. Tworzą więc małe grupy, aby dotrzeć do każ-



dego ucznia i moc podejść indywidualnie do każdego przypadku. Takie podejście doceniają uczniowie, czego najlepszym dowodem jest ta wygrana w skali województwa w wyjątkowym Plebiscyście Edukacyjnym.

MIEJSCE II**Photolinguity
Sp. z o.o.**

Photolinguity Sp. z o.o. (Uzdowo, Uzdowo 141) wyróżnia się nowoczesnym podejściem do nauczania języków, inspirowanym pedagogiką Marii Montessori, w której kluczową rolę odgrywa samodzielność ucznia, nauka przez doświadczenie oraz szacunek do indywidualnego tempa rozwoju.

- Od progu chcemy stworzyć atmosferę otwartości, życzliwości i bezpieczeństwa. Zależy nam, aby każdy uczeń czuł się zauważony, wysłuchany i akceptowany - przedstawia placówkę Jarosław Wojteczek. Najważniejszą wartością, którą przekazują uczniom, jest wiara we własne możliwości. Uczą też odwagi w komunikacji i otwartości na świat.

**MIEJSCE III****Great English - Szkoła
Języka Angielskiego**

Tutaj wiedzą, że najtrudniej jest zacząć mówić, dlatego stworzyli bezpieczną przestrzeń wolną od oceniania. - Naszą wizytówką jest wyjątkowa więź między lektorem a kursantem - nasi uczniowie po prostu lubią do nas przychodzić.

Dzięki autorskiemu programowi nauczania, który elastycznie dopasowujemy do dynamiki grupy, zajęcia są ciekawe i pozbawione rutyny - opisuje Paulina Szarmacher. Great English - Szkoła Języka Angielskiego (Działdowo, Średnia 16) uczy bez presji, bo uśmiech i swoboda skracają drogę do biegłości językowej o połowę. Tworzą bezpieczną, przyjazną atmosferę przypominającą klimat domowego spokoju.



MAGAZYN TURYSTYCZNY

Polska

Świat

Warmia i Mazury

ZWIEDZAMY POLSKĘ I ŚWIAT

Magazyn można zakupić w salonikach prasowych, Salonikach Empik, Salonikach Inmedio, Salonikach Prasowych Kolportera, Świecie Prasy, na dworcach i lotniskach, a także online przez strony internetowe kupgazete.pl i e-kiosk.pl.
Reklama i prenumerata – 509 712 242

LAUREACI PLEBISCYTU

NAUCZYCIEL PRZEDSZKOLA	
Elbląg	Alicja Andrzejczak , Przedszkole nr 26, Elbląg
Olsztyn	Sylvia Łykowska , Przedszkole Radość - Oddział Janowicza, Olsztyn
powiat bartoszycki	Monika Kuśmierczyk , Przedszkole Miejskie, Górowo Iławeckie
powiat braniewski	Karolina Kotarska , Przedszkole Miejskie nr 4, Braniewo
powiat działdowski	Dominika Lech , Przedszkole Umisia, Działdowo
powiat elbląski	Urszula Tyszecka , Przedszkole Samorządowe nr 1, Pasłęk
powiat elcki	Joanna Jabłonowska , Miejskie Przedszkole Słoneczna Ósemka, Elk
powiat giżycki	Edyta Buczyńska , Niepubliczny Punkt Przedszkolny Chatka Puchatka, Kruklanki
powiat gołdapski	Patrycja Herman , Przedszkole Niepubliczne Radosne Skrzaty, Gołdap
powiat iławski	Magdalena Maliszewska , Przedszkole Publiczne Bajkolandia, Lubawa
powiat kętrzyński	Izabela Wilczyńska , Przedszkole Niepubliczne Miś Uszatek, Kętrzyn
powiat kętrzyński	Sylvia Cybowicz , Przedszkole Niepubliczne Kluczyk, Kętrzyn
powiat lidzbarski	Edyta Ciereszko , Przedszkole nr 1, Orneta
powiat mrągowski	Alicja Tymińska , Przedszkole Publiczne nr 2 Bajka z Oddziałem Integracyjnym, Mrągowo
powiat nidzicki	Anna Wiśniewska-Jaskiewicz , Przedszkole Niepubliczne Zaczarowany Ogród, Nidzica
powiat nowomiejski	Karolina Żywicka , Oddział Przedszkolny w Szkole Podstawowej nr 2 im. Janusza Korczaka, Nowe Miasto Lubawskie
powiat olecki	Anna Kozłowska , Przedszkole z Oddziałami Integracyjnymi Krasnał, Olecko
powiat olsztyński	Sylvia Bandzul , Publiczne Przedszkole Bajka, Jaroty
powiat ostródzki	Patrycja Pietrzak , Przedszkole Pod Dębami, Ostróda
powiat piski	Oliwia Sobiecka , Przedszkole Miejskie Zielona Kraina, Ruciane-Nida
powiat szczycieński	Izabela Ozdarska , Szkoła Podstawowa, Tylkowo
powiat węgorzewski	Katarzyna Janko , Przedszkole Niepubliczne Jesteś, Węgorzewo

NAUCZYCIEL KLAS O-III	
Elbląg	Anna Snopek , Szkoła Podstawowa nr 9 im. Józefa Piłsudskiego, Elbląg
Olsztyn	Ewa Wesołowska , Szkoła Podstawowa nr 22 im. Marii Dąbrowskiej, Olsztyn
powiat bartoszycki	Monika Kostrzewa , Szkoła Podstawowa nr 1 im. Romualda Traugutta, Bartoszyce
powiat braniewski	Monika Drózd , Szkoła Podstawowa, Wilczęta
powiat działdowski	Magdalena Zawacka , Szkoła Podstawowa nr 1 im. T. Kościuszki, Lidzbark
powiat elbląski	Ewelina Brzezińska , Publiczna Szkoła Podstawowa SPSK, Bielica
powiat elcki	Elżbieta Napiórkowska , Szkoła Podstawowa im. ks. Jana Twardowskiego, Woszczele
powiat giżycki	Joanna Bujnicka , Szkoła Podstawowa nr 3 z Oddziałami Integracyjnymi im. Mikołaja Kopernika, Giżycko
powiat gołdapski	Renata Szulczyńska , Szkoła Podstawowa nr 1 z Oddziałami Integracyjnymi im. Mikołaja Kopernika, Gołdap
powiat iławski	Gabriela Górtatowska , Szkoła Podstawowa im. gen. Józefa Bema, Susz
powiat kętrzyński	Dorota Sańko , Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła II, Sątoczno
powiat lidzbarski	Sylvia Machowicz , Szkoła Podstawowa nr 1 im. Majora Henryka Sucharskiego w Ormecie, Orneta
powiat mrągowski	Iwona Dadasiewicz , Szkoła Podstawowa im. Karola Wojtyły, Piecki
powiat nidzicki	Paulina Elbruda , Szkoła Podstawowa nr 1 im. Mikołaja Kopernika, Nidzica
powiat nowomiejski	Sylvia Szulowska , Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła II, Jamielnik
powiat olecki	Monika Mrozowska , Szkoła Podstawowa Im.Marszałka Józefa Piłsudskiego, Gąski
powiat olsztyński	Elżbieta Komiażyk , Szkoła Podstawowa nr 2 im. Mikołaja Kopernika, Dobre Miasto
powiat ostródzki	Dorota Kozak , Szkoła Podstawowa nr 3 im. Jana Brzechwy, Morąg
powiat piski	Dorota Sienkiewicz , Zespół Szkolno-Przedszkolny, Okartowo
powiat szczycieński	Magdalena Kubacka , Szkoła Podstawowa nr 6 im. Orła Białego, Szczytno
powiat węgorzewski	Ewa Gętek , Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy, Węgorzewo

NAUCZYCIEL KLAS IV-VIII	
Elbląg	Piotr Ostrowski , Szkoła Podstawowa nr 9 im. Józefa Piłsudskiego, Elbląg
Olsztyn	Joanna Bielewicz , Szkoła Podstawowa nr 14 im. Marii Konopnickiej, Olsztyn
powiat bartoszycki	Anna Burakowska , Szkoła Podstawowa, Górowo Iławeckie
powiat braniewski	Teresa Podlecka , Szkoła Podstawowa nr 3 im. Senatu Rzeczypospolitej Polskiej, Braniewo
powiat działdowski	Marianna Ziemska , Szkoła Podstawowa im. Adama Mickiewicza, Uzdowo
powiat elbląski	Agnieszka Chelminiak , Zespół Szkół, Jegłownik
powiat elcki	Krystyna Fidurska , Ośrodek Szkolno-Wychowawczy, Elk
powiat giżycki	Joanna Wiadrowska , Szkoła Podstawowa nr 1 im. św. Jana Pawła II, Giżycko
powiat gołdapski	Katarzyna Poulakowska , Zespół Placówek Edukacyjno-Wychowawczych, Gołdap
powiat iławski	Katarzyna Pokorska , Zespół Szkół, Kisielice
powiat kętrzyński	Radosław Wróbel , Szkoła Podstawowa, Kruszewiec
powiat lidzbarski	Ewa Chapanionek , Niepubliczna Szkoła Podstawowa, Krekole
powiat mrągowski	Aneta Barańska , Szkoła Podstawowa im. Karola Wojtyły, Piecki
powiat nidzicki	Ewelina Łukasik , Szkoła Podstawowa nr 3 im. Janusza Korczaka, Nidzica
powiat nowomiejski	Paulina Bienkowska , Szkoła Podstawowa im. Orła Białego, Brzozie Lubawskie
powiat olecki	Anna Kaczor , Szkoła Podstawowa nr 2 im. Mikołaja Kopernika, Olecko
powiat olecki	Anna Plazińska , Szkoła Podstawowa nr 2 im. Mikołaja Kopernika, Olecko
powiat olecki	Marzena Kamińska-Kopiczko , Szkoła Podstawowa nr 3 im. Jana Pawła II, Olecko
powiat olsztyński	Kamila Szkutnik , Szkoła Podstawowa nr 1 im. Feliksa Nowowiejskiego, Barczewo
powiat ostródzki	Przemysław Dobosz , Szkoła Podstawowa im. Ireny Kwinto w Żabim Rogu Szkoła Filialna, Bramka
powiat piski	Mariola Krasieńska , Zespół Szkolno-Przedszkolny, Okartowo
powiat szczycieński	Mariusz Myślak , Sportowa Szkoła Podstawowa nr 4 im. Polskich Olimpijczyków, Szczytno
powiat węgorzewski	Katarzyna Wojnowska , Szkoła Podstawowa im. Bohaterów Września, Radzieje

NAUCZYCIEL SZKOŁY PONADPODSTAWOWEJ	
Elbląg	Katarzyna Zarzeczna , II Liceum Ogólnokształcące z Oddziałami Dwujęzycznymi im. Kazimierza Jagiellończyka w Elblągu, Elbląg
Olsztyn	Adrian Nieciecki , Zespół Szkół Ekonomicznych im. Mikołaja Kopernika, Olsztyn
powiat bartoszycki	Edyta Kondrasiuk-Pieniak , Liceum Ogólnokształcące im. Stefana Żeromskiego, Bartoszyce
powiat braniewski	Magdalena Nowakowska , Zespół Szkół Zawodowych im. Jana Liszewskiego, Braniewo

powiat działdowski	Maciej Kozłowski , II Liceum Ogólnokształcące im. Jana Pawła II, Działdowo
powiat elbląski	Agnieszka Brocka , Liceum Sztuk Plastycznych, Gronowo Górne
powiat elcki	Zbigniew Rogowski , Centrum Edukacji Mundurowej, Elk
powiat giżycki	Anna Kisiel , Zespół Szkół Elektronicznych i Informatycznych im. KEN, Giżycko
powiat iławski	Zofia Fota , Akademicki Zespół Placówek Oświatowych, Fijewo
powiat kętrzyński	Magdalena Czyżewska , Zespół Szkół Centrum Kształcenia Rolniczego im. gen. Franciszka Kamińskiego, Karolewo
powiat nidzicki	Marcin Pszczołkowski , Liceum Ogólnokształcące w Zespole Szkół Rolniczych I Ogólnokształcących, Jagorzewo
powiat nowomiejski	Barbara Jabłońska-Gawińska , Zespół Szkół Zawodowych, Kurzętnik
powiat olecki	Jakub Dziubiński , Zespół Szkół Licealnych i Zawodowych, Olecko
powiat olsztyński	Alina Ślimak , Zespół Szkół w Dobrym Mieście, Dobre Miasto
powiat ostródzki	Danuta Piękoś-Janulis , Zespół Szkół Zawodowych im. Stanisława Staszica i Centrum Kształcenia Ustawicznego, Ostróda
powiat piski	Agata Kubińska , Zespół Szkół Zawodowych z Biblioteką Pedagogiczną, Pisz
powiat szczycieński	Cezary Jachimowski , Liceum Ogólnokształcące, Szczytno
powiat węgorzewski	Danuta Bujno , Liceum Ogólnokształcące im. gen. Mariusza Zaruskiego, Węgorzewo

PRZEDSZKOLE ROKU	
Elbląg	Niepubliczne Przedszkole Integracyjne TO MI GRA , Elbląg, Dąbka 79/10
Olsztyn	Przedszkole Bajkowy Dom 2 , Olsztyn, Wyszyńskiego 22
powiat bartoszycki	Przedszkole Gminne z Oddziałem Żłobkowym w Tolko , Tolko 1
powiat braniewski	Przedszkole i Żłobek Promycek , Braniewo, Traugutta 3
powiat działdowski	Przedszkole Umisia , Działdowo, Świerkowa 19
powiat elbląski	Przedszkole Publiczne w Jegłowniku , Jegłownik, Malborska 43
powiat elcki	Przedszkole Niepubliczne Niebieska Kraina , Elk, Robotnicza 7A
powiat gołdapski	Przedszkole Niepubliczne Radosne Skrzaty w Gołdapi , Gołdap, Żeromskiego 13
powiat iławski	Przedszkole Publiczne Bajkolandia , Lubawa, Rzepnikowskiego 26
powiat kętrzyński	Przedszkole Niepubliczne Miś Uszatek , Kętrzyn, Moniuszki 3
powiat nidzicki	Niepubliczne Przedszkole Zaczarowany Ogród , Nidzica, Krzywa 9
powiat olsztyński	Niepubliczne Przedszkole SMYKI , Sząbruk, Różana 4
powiat ostródzki	Przedszkole nr 2 , Morąg, Armii Krajowej 15
powiat szczycieński	Miejskie Przedszkole nr 1 Bajka , Szczytno, Pasymska 21
powiat węgorzewski	Przedszkole nr 1 im. Kubusia Puchatka , Węgorzewo, Jasna 12

SZKOŁA ROKU	
Elbląg	Szkoła Podstawowa nr 23 im. Marii Dąbrowskiej w Elblągu , Elbląg, Słoneczna 14
Olsztyn	Specjalny Ośrodek Szkolno - Wychowawczy im. Kornela Makuszyńskiego , Olsztyn, al. Marszałka Józefa Piłsudskiego 56A
powiat bartoszycki	Szkoła Podstawowa nr 6 w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym Im.Kawalerów Maltańskich , Bartoszyce, Limanowskiego 9
powiat braniewski	Szkoła Podstawowa nr 3 im. Senatu Rzeczypospolitej Polskiej , Braniewo, Pck 4
powiat działdowski	Szkoła Podstawowa im. Adama Mickiewicza w Uzdowie , Uzdowo 75
powiat elbląski	Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi , Pasłęk, Zielonka Pasłęcka 17
powiat elcki	Centrum Edukacji Mundurowej , Elk, Grunwaldzka 1
powiat giżycki	Szkoła Podstawowa , Rydzewo, Mazurska 94
powiat iławski	Szkoła Podstawowa , Łęgowo, Łęgowo 75
powiat kętrzyński	Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła II , Sątoczno, Sątoczno 8
powiat lidzbarski	Niepubliczna Szkoła Podstawowa , Krekole, Krekole 34
powiat mrągowski	Szkoła Podstawowa im. Karola Wojtyły , Piecki, Zwycięstwa 23
powiat nowomiejski	Szkoła Podstawowa , Zajączkowo 21A
powiat olsztyński	Szkoła Podstawowa nr 2 im. Mikołaja Kopernika , Dobre Miasto, Gdańska 13
powiat ostródzki	Szkoła Podstawowa im. Władysława Jagiełły , Stębark, Stębark 56
powiat ostródzki	Zespół Szkolno-Przedszkolny , Łukta, Warszawska 17
powiat piski	Specjalny Ośrodek Szkolno - Wychowawczy , Łupki, Łupki 15
powiat szczycieński	Szkoła Podstawowa , Grom 67

NAUCZYCIEL AKADEMICKI	
1 miejsce	dr hab. Agata Tyburska , Akademia Policji, Szczytno
2 miejsce	Michał Gornowicz , Uniwersytet Warmińsko-Mazurski, Olsztyn
3 miejsce	dr Łukasz Jędrzejczyk , Akademia Finansów i Biznesu Vistula, Olsztyn

DYREKTOR PLACÓWKI EDUKACYJNEJ ROKU	
1 miejsce	Halina Ryszczyk , Szkoła Podstawowa, Łęgowo
2 miejsce	Karolina Lichota , Przedszkole Bajkowy Dom 2, Olsztyn
3 miejsce	Anna Stańczak , Szkoła Podstawowa im. Adama Mickiewicza, Uzdowo

PSYCHOLOG/PEDAGOG SZKOLNY ROKU	
1 miejsce	Beata Świderska , Szkoła Podstawowa im. Mikołaja Kopernika, Iłowo-Osada
2 miejsce	Marzena Gorlewska , Zespół Szkół nr 2 im. Jana Pawła II, Narzym
3 miejsce	Natalia Wasilewska , Zespół Szkół Sportowych, Elk

SZKOŁA JĘZYKOWA ROKU	
1 miejsce	Szkoła Językowa Yes, you can , Olecko, pl. Wolności 20/2U
2 miejsce	Photolinguity Sp. z o.o. , Uzdowo, Uzdowo 141
3 miejsce	Great English - Szkoła Języka Angielskiego , Działdowo, Średnia 16

**ENERGY
LANDIA**



WYCIECZKI SZKOLNE

SEZON 2026



**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**