



Dziennik Bałtycki

81 lat

Środa
4.02.2026

www.dziennikbaltycki.pl

Nr 28 (24 690) // Rok 81
Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Sąd sprzedaje
10 000 automatów
do gry, a sędzia dostał
do oceny 320 000
stron akt **str. 3**



W regionie
uruchomiono
miejsca, w których
można się ogrzać
str. 4

Wiceprzewodnicząca
Rady Miasta
Malborka
nie zamierza
zrezygnować str. 5



NOWA WIEŚ RZECZNA

Rozbudowa Centrum Rehabilitacyjno-
Leczniczego Medpharma to inwestycja
w bezpieczeństwo i ciągłość opieki
zdrowotnej na Pomorzu **str. 4**

Gdańsk uruchomił ogrzewane autobusy i zamknął baseny

W związku z poważną awarią sieci
ciepłowniczej nieczynne są wszystkie pływalnie
w Gdańsku i Sopocie, uruchomiono również
ogrzewane autobusy **str. 5**

Nr ISSN 2353-6160

Nr indeksu 350-028



Prawo nadaża
za rozwojem
technologii, gorzej z
jego stosowaniem **str. 2**

O TYM SIĘ MÓWI STATYSTYKI BIJĄ NA ALARM. PRĘDKOŚĆ TO PROBLEM

Pomorskie drogi bez hamulców

Edyta Okoniewska, Joanna Surazyńska
joanna.surazyńska@polskapress.pl

Rekordowe prędkości, tysiące
mandatów i miejsca, gdzie ograni-
czenia są nagiennie ignorowane.
Statystyki pomorskich fotorada-
rów nie pozostawiają wątpliwości
- skala łamania przepisów jest
ogromna, a problem dotyczy
nie tylko dużych miast.

Tysiące zarejestrowanych wykroczeń
i prędkości, które bardziej pasują
do toru wyścigowego niż do dróg pu-
blicznych - tak wyglądają najnowsze
statystyki z pomorskich fotoradarów.
Gdyby te urządzenia miały licznik
przebiegu, w Pomorskiem już dawno
świeciłaby się kontrolka przeciążenia.

Dane z ubiegłego roku pokazują bo-
wiem jasno, że kierowcy coraz częściej
traktują ograniczenia prędkości jak su-
gestię, a nie obowiązek. W niektórych
miejscowościach urządzenia rejestro-
wały wykroczenia niemal bez przerwy.

Niechlubnym liderem zestawienia
są Cisy, gdzie fotoradar odnotował po-
nad 6 tysięcy przekroczeń prędkości.
Tuż za nimi znalazły się Bojano i Do-
maradz, również z wynikami przekra-
czającymi pięć tysięcy wykroczeń.
Wysoko w statystykach pojawiają się
także mniejsze miejscowości, co po-
kazuje, że problem nie dotyczy wy-
łącznie dużych miast czy ruchliwych
tras. Nadmierna prędkość stała się co-
dziennością także na drogach lokal-
nych. Szczególnie niepokojące są jed-
nak pojedyncze przypadki skrajnej

brawury. W Wejherowie kierowca pę-
dził 154 km/h w terenie zabudowa-
nym, przekraczając dozwoloną prę-
dłość aż o 104 km/h. To niejedyny taki
przypadek - w tym samym mieście
oraz w Domaradzu fotoradary zareje-
strowały przejazdy z prędkością bliską
140 km/h. To już nie kwestia pośpie-
chu, lecz realnego zagrożenia życia.

Policja nie ma wątpliwości, że bez
automatycznego nadzoru bilans
na drogach mógłby być znacznie tra-
gicniejszy, dlatego system będzie da-
lej rozbudowywany.

Do sierpnia 2026 roku na Pomorzu
pojawiają się nowe fotoradary, odcin-
kowe pomiary prędkości oraz systemy
rejestrujące przejazd na czerwonym
świecie.

Czytaj str. 3



Statystyki pokazują, że dla wielu kierowców ograniczenia prędkości wciąż pozostają tylko teorią

Jutro w naszej gazecie Pod paragrafem

● W Polsce bimber pędziło się od stuleci. Dlaczego w czasach komuny, czasach wiecznego niedoboru, miało być inaczej?

Zamów prenumeratę

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

KALENDARIUM - 4 LUTEGO

ŚWIAT

1945: W Jaltie rozpoczęła się konferencja przywódców mocarstw alianckich. Było to spotkanie przywódców koalicji antyhitlerowskiej (tzw. wielkiej trójki): przywódcy ZSRR Józefa Stalina, premiera Wielkiej Brytanii Winstona Churchilla oraz prezydenta USA Franklina Delano Roosevelta. W kwestii polskiej ustalono, że Polska utraci Kresy Wschodnie na rzecz ZSRR, a wschodnią granicę państwa wyznaczy linia Curzona, natomiast utracone tereny miały zostać zrekompensowane przesunięciem granic na zachód. Stalin wysunął propozycję, by nowa granica polsko-niemiecka opierała się na Odrze i Nysie, jednak ze względu na sprzeciw Churchilla decyzję tę odłożono do kolejnych rozmów. **krj**

TRÓJMIASTO

2002: Ukazało się ostatnie wydanie dziennika „Wieczór Wybrzeża”. „Wieczór Wybrzeża” to popołudniówka ukazująca się w Trójmieście od 18 lutego 1957. Publikacja pierwszego numeru miała miejsce jako popołudniowe wydanie „Głosu Wybrzeża”. „WW” miał charakter gazety bulwarowej o lekkiej, rozrywkowej tematyce. W nim swoją karierę zaczynał Janusz Chłosta, publikując tu najdłuższy polski serial komiksowy przygody Kajko i Kokosza. Komiks ukazywał się codziennie przez 14 lat (1958-1972). W grudniu 2001 r. połączono redakcje „Dziennika Bałtyckiego” i „Wieczoru Wybrzeża” pod hasłami: „Dwie gazety w cenie jednej” oraz „Dziennik dobry – dobry Wieczór”. **krj**

Groźny pożar w Karsinie

Edyta Łosińska-Okoniewska
edyta.losinska@polskapress.pl

Pożar suszarni drewna wybuchł w Karsinie wczoraj tuż po godz. 8. Do akcji skierowano liczne siły ratownicze, a sytuacja początkowo była bardzo poważna.

Zgłoszenie o pożarze wpłynęło do służb o godz. 8.23. Jak informuje Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej w Kościerzynie, po przybyciu pierwszych zastępów sytuacja była bardzo poważna.

- Pożarem objęta była suszarnia w całości - mówi kpt. Mateusz Szmaglik, oficer prasowy KP PSP w Kościerzynie.

W działaniach gaśniczych uczestniczyło łącznie 11 zastępów straży pożarnej. Strażakom udało się opanować pożar i zapobiec jego dalszemu rozprzestrzenianiu się. Na szczęście w zdarzeniu nikt nie ucierpiał. Przyczyny pożaru będą ustalane po zakończeniu wszystkich działań prowadzonych przez służby. Straty materialne nie są jeszcze znane.

POGODA NA POMORZU

Środa

-9°C
-14°C

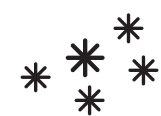


Wiatr wsch.
20 km/h

Uwaga!
Małe zachmurzenie, bez opadów

Czwartek

-6°C
-12°C



Wiatr wsch.
20 km/h

Uwaga!
Niebo niewidoczne, niewielki śnieg

Prawo nadąża za rozwojem technologii, gorzej jest z jego stosowaniem

Mira Suchodolska
Rozmowa

z Mirosławem Wróblewskim, prezesem Urzędu Ochrony Danych Osobowych

Sprawa deepfake'ów z udziałem dziecka z Mazowsza ujawniła problemy ze stosowaniem prawa wobec nowych technologii. Prezes UODO Mirosław Wróblewski wskazuje, że przepisy pozwalają na ściganie sprawców, lecz nie zostały użyte.

W styczniu prokuratura podjęła śledztwo w sprawie wykorzystania wizerunku nieletniej dziewczynki, której rówieśnicy stworzyli przy użyciu narzędzi sztucznej inteligencji fałszywe nagie zdjęcia. Wcześniej policja i prokuratura dwukrotnie odmawiały wszczęcia postępowania, uznając m.in., że nie doszło do przetwarzania danych osobowych ani do wyrządzenia krzywdy psychicznej.

Prokuratura ostatecznie wszczęła śledztwo. Dlaczego wcześniej organy ścigania odmawiały działania?

Zawiadomienia były trzy - od dyrekcji szkoły, od rodziców i ode mnie jako prezesa UODO. Wszystkie zostały rozpatrzone w ten sam sposób. Policja, a następnie prokuratura uznały, że nie doszło do krzywdy psychicznej dziecka oraz że nie doszło do przetwarzania danych osobowych. Te tezy budzą wątpliwości.

Prokuratura uznała m.in., że wykorzystane dane pochodzą z źródeł powszechnie dostępnych i dlatego nie podlegają ochronie.

To jest teza całkowicie nie trafna. Wizerunek osoby fizycznej - zwłaszcza dziecka - może być przetwarzany wyłącznie wtedy, gdy istnieje ku temu podstawa prawna, a w szczególności zgoda. W tej sprawie zgody nie było. Fakt, że zdjęcie twarzy mogło pochodzić z internetu, nie znosi ochrony prawnej.

Kolejny argument dotyczył tego, że tylko twarz była „prawdziwa”, a reszta ciała została wygenerowana przez AI.

I właśnie na tym polega problem deepfake'ów i tzw. deep nude. Najczęściej wykorzystuje się realny wizerunek twarzy, a resztę obrazu generuje sztucznie. Twierdzenie, że w takiej sytuacji nie dochodzi do przetwarzania danych osobowych, jest niezrozumiałe. Dane osobowe to każda informacja pozwalająca zidentyfikować osobę - a twarz bez wątpienia taką informacją jest.

Czyli w pana ocenie obowiązujące przepisy pozwalały na podjęcie działań?

Tak. Doszło do bezprawnego przetwarzania danych osobowych, co wyczerpuje znamiona przestępstwa z art. 107 ustawy o ochronie danych osobowych. Problem polega nie na braku przepisów, ale na ich niestosowaniu.

Skoro przepisy istnieją, to dlaczego w praktyce okazują się nieskuteczne?

Bo organy ścigania często nie kwalifikują takich czynów jako przestępstw albo uznają je za „zarty”. Tymczasem skutki bywają dramatyczne. To ten sam mechanizm, który obserwujemy przy deepfake'ach wykorzystywanych w reklamach.

Ma pan na myśli reklamy z udziałem znanych osób?

Tak. Widzimy masowe kampanie reklamowe, w których bez zgody wykorzystywane są wizerunki i głosy znanych lekarzy, ekonomistów, duchownych, dziennikarzy. Algorytm tworzy film, w którym dana osoba „poleca” inwestycję, lek albo usługę finansową. To jest bezprawne przetwarzanie danych osobowych i oszustwo.

Platformy tłumaczą się, że tylko udostępniają przestrzeń reklamową.

Ten argument przestaje być aktualny. Platformy zarabiają na tych reklamach, wzmacniają ich zasięg i precyzyjnie je targetują. Jeżeli algorytm promuje treść wykorzystując skradziony wizerunek, to platforma współuczestniczy w przetwarzaniu danych.

Wspomniał pan o państwach, które już wprowadziły szcze-



FOT. BARBARA GALAS

Mirosław Wróblewski - Zagrożeń związanych z ochroną danych osobowych w związku z działaniem AI jest wiele

główne regulacje dotyczące deepfake'ów.

We Francji, we Włoszech czy w USA, przepisy wprost opisują znamiona czynu zabronionego - przekształcanie wizerunku przy użyciu algorytmów w sposób naruszający godność lub prawa osoby. Często przewidują szybkie procedury usuwania treści, np. w ciągu 48 godzin, oraz jasną odpowiedzialność karną. To bardzo ułatwia działanie organom ścigania.

Czy Polska powinna pójść tą drogą?

Moim zdaniem tak, zwłaszcza w kontekście ochrony dzieci. Komisja sejmowa ds. dzieci i młodzieży już zgłaszała taki postulat. Chodzi o jasne wyznaczenie granic - nie tylko moralnych, ale prawnych. Skoro organy państwa mają trudności ze stosowaniem aktualnych przepisów, twierdząc, że do ścigania takich zjawisk się nie nadają, to konieczne jest stworzenie nowych precyzyjnych ram prawnych.

Deepfake'i to jedno, ale AI tworzy też inne zagrożenia dla danych osobowych.

Jest ich wiele. Jednym z najważniejszych jest tzw. inferencja danych. System AI nie musi mieć bezpośredniego dostępu do informacji wrażliwej, by ją „odgadnąć”. Na podstawie lokalizacji, historii zakupów czy aktywności w sieci można wywnioskować stan zdrowia, przekonania polityczne czy sytuację finansową.

Formalnie te dane nigdy nie zostały podane - ale system je rekonstruuje.

Czyli dane wrażliwe powstają wtórnice?

Tak. I to ogromne wyzwanie dla prawa. Kolejne ryzyko to możliwość wydobycia danych treningowych z gotowych modeli - odpowiednio zadane pytania mogą ujawnić fragmenty rzeczywistych danych osobowych, na których system był trenowany.

A co z bezpieczeństwem państwa? Ostatnio głośno było o zakazach wjazdu niektórych samochodów na tereny woj-skowe.

Nowoczesny samochód to dziś mobilny system informatyczny. Zbiera terabajty danych: geolokalizacyjnych, behawioralnych, dotyczących tras, stylu jazdy, częstotliwości postojów. Jeżeli taki pojazd porusza się po terenie jednostki wojskowej czy infrastruktury krytycznej, to staje się źródłem informacji wrażliwych. Nie chodzi o jednorazowe „szpiegowanie”, ale o budowanie długoterminowych profili i wzorców. Na tej podstawie można wyciągać wnioski o rytmie służby, strukturze jednostki czy nawykach kadry dowódczej. W świecie, w którym dane są zasobem strategicznym, takie ryzyko musi być brane pod uwagę.

Czy ochrona danych osobowych wciąż bywa traktowana jako biurokratyczna fanaberia?

Niestety tak. Tymczasem dane osobowe mają bezpośredni związek z godnością człowieka, jego zdrowiem psychicznym i bezpieczeństwem. Badania pokazują, że aż 80 proc. Polaków wybiera tańszy produkt kosztem ochrony danych. To pokazuje skalę problemu.

Czy wobec rozwoju AI da się w ogóle skutecznie chronić obywateli?

Nie da się wyeliminować wszystkich ryzyk, ale da się je znacząco ograniczać. Potrzebne są jasne reguły, skuteczna egzekucja prawa i odwaga w ich stosowaniu - także wobec największych platform. **PAP**

Pomorskie fotoradary biją rekordy

Edyta Łosińska-Okoniewska
Pomorze

Cisy, Bojano i Domaradz znalazły się na czele niechlubnego zestawienia miejscowości, w których fotoradary zarejestrowały najwięcej wykroczeń. Padły też rekordy prędkości.

Choć wielu kierowców narzeka na fotoradary, jedno jest pewne - urządzenia w województwie pomorskim mają się znakomicie. Dane z ubiegłego roku pokazują jasno: w niektórych miejscowościach kierowcy regularnie i masowo przekraczają prędkość, a rekordowe przypadki wyglądają wręcz jak sceny z filmu akcji.

Liderzy niechlubnego rankingu

Zdecydowanym liderem zestawienia są Cisy, gdzie fotoradar zarejestrował aż 6188 wykroczeń. To najwyższy wynik w całym województwie. Tuż za nim znalazło się Bojano z liczbą 5264 naruszeń, a podium zamyka Domaradz - 5128 wykroczeń.

Wysoko w rankingu uplasowały się również: Kłobuczyno

- 2013 wykroczeń, Wejherowo (ul. Gdańska) - 1964 wykroczenia, Sucumin - 1856 wykroczeń, Mała Karczma - 1757 wykroczeń.

To właśnie w tych miejscowościach kierowcy najczęściej „zapominają” o ograniczeniach prędkości.

Wejherowo pod lupą fotoradarów

Szczególną uwagę zwraca Wejherowo, które pojawia się w statystykach kilkakrotnie. Poza niemal dwoma tysiącami wykroczeń na ul. Gdańskiej, fotoradar przy ul. I Brygady Pancernej WP zarejestrował 1054 przypadki przekroczenia prędkości.

I właśnie tam padł absolutny rekord ubiegłego roku.

154 km/h w terenie zabudowanym

6 listopada 2025 roku w Wejherowie kierowca renaulta przejechał obok fotoradaru z prędkością 154 km/h przy ograniczeniu do 50 km/h. To oznacza przekroczenie o 104 km/h - jedno z najpoważniejszych wykroczeń zarejestrowanych w regionie. Nie był to odosobniony przypadek skrajnej



W niektórych miejscowościach kierowcy regularnie i masowo przekraczają prędkość

brawury. 15 lipca 2025 r., Wejherowo, ul. Gdańska - kierowca kii pędził 139 km/h przy „pięćdziesiątce”

16 grudnia 2025 r., Domaradz - kierujący oplem również jechał 139 km/h w miejscu, gdzie obowiązuje limit 50 km/h. Choć największe liczby dotyczą liderów rankingu, wy-

kroczenia rejestrowano niemal w całym regionie. Wysokie statystyki odnotowano m.in. w: Kaliskach Kościerskich (1587), Godętowie (1458), Półcznie (1451), Trąbkach Wielkich (1432), Tuchomiu (972 i 573 - w dwóch lokalizacjach).

Jak się okazuje, problem nadmiernej prędkości nie doty-

czy wyłącznie dużych miast, ale także mniejszych miejscowości i dróg lokalnych.

Jedno jest pewne: fotoradary w województwie pomorskim pracują pełną parą, a statystyki pokazują, że wciąż mają co robić. Liczby idą w tysiące, a niektóre wykroczenia osiągać poziom skrajnej nieodpowiedzialności. Dla jednych to „maszynki do mandatów”, dla innych - ostatnia linia obrony przed tragedią na drodze. Patrząc na prędkości rzędu 150 km/h w terenie zabudowanym, trudno nie odnieść wrażenia, że bez nich bilans mógłby być znacznie tragiczniejszy.

Jedno pytanie pozostaje otwarte: czy te liczby skłonią kierowców do zdjęcia nogi z gazu, czy w przyszłym roku fotoradary znów pobiją rekordy?

- Apelujemy do wszystkich kierowców: zdejmijcie nogę z gazu, zapinajcie pasy i patrzcie dalej niż tylko na własny zderzak. Chwila pośpiechu może kosztować czyjeś życie, czasem wasze własne, czasem kogoś zupełnie niewinnego. Bezpieczny powrót do domu jest ważniejszy niż każda minuta zyskanego czasu - dodaje rzecznik prasowy

Komendy Wojewódzkiej Policji w Gdańsku.

Gdzie staną nowe?

Tymczasem na pomorskich drogach trwa rozbudowa systemu nadzoru ruchu drogowego. Do sierpnia 2026 roku planowany jest montaż nowoczesnych fotoradarów, urządzeń rejestrujących przejazd na czerwonym świetle (RedLight), a także systemów odcinkowego pomiaru prędkości (OPP). Część z nich zastąpi wysłużone urządzenia, inne pojawią się w całkowicie nowych lokalizacjach. Nowe fotoradary pojawią się w miejscowościach: Chrzastowo (powiat człuchowski), Węgorzynko (powiat bytowski), Zajączkowo Tczewskie (powiat tczewski), Jaromierz (powiat człuchowski).

Dodatkowo, w planach są trzy nowe lokalizacje z odcinkowym pomiarem prędkości. W ramach projektu uruchomione zostaną także systemy OPP na głównych trasach Pomorza, w tym m.in.: Gdynia Chwarzno - Gdynia Wielki Kack (S7), Gdańsk Owczarnia - Gdańsk Lotnisko (S6), Karczemki - Gdańsk Jabłoniowa. ©

Sąd sprzedaje 10 tysięcy automatów do gry, a sędzia dostał do oceny 320 000 stron akt

Jacek Wierciński
jacek.wiercinski@polskapress.pl

Prawie 10 000 maszyn do gry wystawia na sprzedaż sąd, do którego trafił akt oskarżenia przeciwko grupie przestępczej według gdańskich prokuratorów, organizującej nielegalny hazard na wielką skalę. Dokumentacja sprawy wraz z załącznikami liczy niemal 1600 tomów, czyli około 320 tysięcy stron, co rodzi niepewność związaną z możliwością przedawnienia przestępstw przed prawomocnym wyrokiem. - Nie ma takiej obawy - uspokajają śledczy.

- W działanie „Firmy” zaangażowanych było 22 oskarżonych. Pod tą stosowaną przez nich skromną nazwą w rzeczywistości kryło się ponad 100 spółek prawa handlowego, które działały w Polsce, Chorwacji, Cyprze, Czechach i wielu innych państwach Unii Europejskiej oraz w Gibraltarze, Serbii i Ugandzie, a prawdopodobnie również w Kamerunie, Kenii i Liberii - wylicza prokurator Mariusz Marciniak, rzecznik prasowy Prokuratury Regionalnej w Gdańsku, która wspólnie z Warmińsko-Mazur-

skim Urzędem Celno-Skarbowym prowadziła śledztwo.

Jak wskazuje, grupa przestępcza w szczytowym okresie działalności w całym kraju dysponowała 30 tysiącami automatów do gry i organizowała przy ich pomocy nielegalny hazard, trzęsąc niemal jedną szóstą całego polskiego czarnego rynku w tej branży. Elementem procederu była również „legalizacja” zysków, czyli pranie pieniędzy w astronomicznej kwocie 399 milionów złotych, a członkom rozbitej szajki, oskarżonym o ponad 60 000 przestępstw, grozić może do 20 lat więzienia, wysokie kary grzywny i przepadek równowartości bezprawnych zarobków.

Choć, działający przez 2 lata, automatowy gang rozbitý został w 2017 roku, to skala jego działalności spowodowała, że śledztwo udało zakończyć się dopiero w maju 2025 roku, a pierwotnie skierowany do Elbląga akt oskarżenia, do Sądu Okręgowego w Olsztynie trafił ponad pół roku później.

- Sprawa jest wielowątkowa i liczy blisko 1600 tomów akt, czyli około 320 tysięcy kart dokumentów. Sędzia, który będzie rozpoznawał tę sprawę, aktualnie zapoznaje się z materiałem dowodowym.

W związku z tym termin rozprawy głównej nie został jeszcze wyznaczony - przekazał sędzia Adam Barczak, rzecznik prasowy Sądu Okręgowego w Olsztynie.

We wciąż toczącym się przed gdańskim sądem procesie w sprawie „PKF Skarbiec” jest odpowiednio: ponad setka oskarżonych, 14 tys. pokrzywdzonych i 5 tys. tomów akt, zaś w zakończonej wyrokiem drugiej instancji sprawie Amber Gold liczba ofiar sięgała niemal 19 tys., a tomów akt - 16 tys.

Jednak gabaryty rozprawy z „Firmą” mogą budzić obawy związane ze sprawnym przygotowaniem i przeprowadzeniem postępowania dowodowego. Tymczasem tysiące tomów dokumentów to nie jedyne zmartwienie olsztyńskich sędziów. W Magazynie Depozytowym Warmińsko-Mazurskiego Urzędu Celno-Skarbowego zalega bowiem 9186 automatów do gier stanowiących dowody rzeczowe w olbrzymiej hazardowej sprawie. Sam koszt składowania,

kurzących się od 2017 roku, maszyn w dwóch ostatnich latach oszacowany został na 2,4 mln zł, więc pod koniec stycznia sąd w Olsztynie wydał postanowienie o ich sprzedaży. Zastanawia tylko, czy leciwe urządzenia znajdą kupca.

- Jeszcze podczas śledztwa trzykrotnie, niestety bezskutecznie, występowaliśmy do Sądu Rejonowego Gdańsk - Południe, właściwego dla miejsca prowadzenia śledztwa, o zgodę na zbycie tych automatów. Dopiero teraz sąd zdecy-

dował się na ten ruch - tłumaczy prok. Mariusz Marciniak.

Dopytywany o zaniepokojenie, jakie budzić może potencjalna przewlekłość postępowania i ewentualne zagrożenie przedawnieniem zarzutów przed zapadnięciem prawomocnego orzeczenia rzecznik Prokuratury Regionalnej w Gdańsku zastrzegł z kolei: - Nie ma takiej obawy, przedawnienie najpoważniejszych przestępstw w tej sprawie nastąpi dopiero w 2040 roku. Zbieranie dowodów i opracowanie aktu oskarżenia trwało 10 lat, osądzenie sprawy - ocena przygotowanego materiału dowodowego - powinno potrwać zdecydowanie krócej. Zdaję sobie sprawę, jakie wrażenie wywołują setki tysięcy stron akt. Proszę wziąć jednak pod uwagę, że do sądu skierowany został gotowy, a więc skompletowany i odpowiednio posegregowany materiał, który został wcześniej wyselekcjonowany z większej całości. Zgodnie z przepisami nie możemy jedynie zasygnalizować istnienia dowodów sądowi, ale musimy przedstawić kompletny materiał dowodowy. Gdyby wystąpiły jakiegokolwiek braki, sąd mógłby zwrócić sprawę prokuratorowi do uzupełniania, a obrońcy wykorzystaliby zapewne każdą taką lukę.



320 tysięcy stron akt z tym musi „zmierzyć się” sędzia

Nowoczesna opieka rehabilitacyjna w standardzie hotelowym

Kinga Furtak
kinga.furtak@polskapress.pl

Takich miejsc wciąż brakuje. Starzejące się społeczeństwo i rosnące potrzeby w zakresie szeroko pojętej rehabilitacji i opieki nad nieuleczalnie chorymi pacjentami to wielkie zadanie przed, którym stoi służba zdrowia. Rozbudowa Centrum Rehabilitacyjno-Leczniczego Medpharma to inwestycja w bezpieczeństwo i ciągłość opieki zdrowotnej na Pomorzu. Koszt inwestycji to prawie 45 mln zł!

Ten obiekt robi wielkie wrażenie! Nowoczesne sale ze specjalistycznymi łózkami i sprzętami, sale do ćwiczeń i rehabilitacji. W Nowej Wsi Rzecznej koło Starogardu Gdańskiego już działa rozbudowane Centrum Rehabilitacyjno-Lecznicze Medpharma. To jedna z największych prywatnych inwestycji medycznych w regionie Kociewia, realizowanych przez Medpharma ZOZ S.A. Rozbudowa placówki przy ul. Leśnej 1a jest odpowiedzią na rosnące potrzeby zdrowotne starzejącego się społeczeństwa oraz deficyt miejsc opieki długoterminowej, rehabilitacyjnej i paliatywnej w północnej Polsce.

Podczas wystąpienia otwierającego uroczystość prezes zarządu Medpharma ZOZ S.A.,

Mariusz Wydorski, zwrócił uwagę, że inwestycja od samego początku była planowana jako element szerszej wizji opieki zdrowotnej - opartej na ciągłości, bezpieczeństwie i godności pacjenta.

- To nie jest projekt, który powstał „na chwilę”. To inwestycja w bezpieczeństwo zdrowotne - w miejsce, które ma zapewnić ciągłość opieki, stabilność systemu i godne warunki leczenia dla pacjentów wymagających długoterminowego wsparcia. Od początku wiedzieliśmy, że chcemy budować medycynę opartą nie tylko na nowoczesnych rozwiązaniach, ale przede wszystkim na wartościach - odpowiedzialności, empatii i szacunku dla człowieka - podkreślił prezes zarządu.

Jak zaznaczył, realizacja przedsięwzięcia wymagała odwagi decyzyjnej, konsekwencji oraz zaufania do zespołu i partnerów, jednak efekt potwierdza, że nowoczesna medycyna może i powinna iść w parze z misją społeczną.

Nowe skrzydło Centrum to trzykondygnacyjny budynek, wybudowany w ciągu 18 miesięcy, przy udziale kapitału prywatnego.

Cała rozbudowa Centrum Rehabilitacyjno-Leczniczego Medpharma obejmuje obecnie: 4800 m nowoczesnej powierzchni użytkowej, około



Wydarzenie zgromadziło przedstawicieli administracji rządowej i samorządowej, środowiska medycznego, ekspertów ochrony zdrowia, partnerów instytucjonalnych oraz licznych gości, którzy mieli możliwość zobaczyć nową przestrzeń na dzień przed udostępnieniem jej pacjentom

200 docelowych łóżek, kompleksową infrastrukturę dla opieki długoterminowej, rehabilitacyjnej i paliatywnej. W nowej części mieszczą się 24

W nowej części mieszczą się 24 w pełni wyposażone pokoje hospicjum stacjonarnego, 60 komfortowych pokoi dla pacjentów Zakładu Opieki Leczniczej, nowoczesne sale rehabilitacyjne z wysokiej klasy sprzętem

w pełni wyposażone pokoje hospicjum stacjonarnego, 60 komfortowych pokoi dla pacjentów Zakładu Opieki Leczniczej, nowoczesne sale rehabilitacyjne z wysokiej klasy sprzętem. Uzupełnieniem infrastruktury są m.in. kuchnia, pomieszczenia dla personelu, sala spotkań dla pacjentów i rodzin, kaplica oraz taras dostępny dla pacjentów.

Istotnym i szczególnie symbolicznym elementem nowego skrzydła jest współpraca Fundacji Kociewiaczy dla Hospicjum z samorządami powiatu starogardzkiego, dzięki której część pokoi w hospicjum stacjonarnym została wyposażona

przy udziale lokalnych społeczności. W realizację tego przedsięwzięcia zaangażowały się: powiat starogardzki, miasto Starogard Gdański oraz gminy: Starogard Gdański, Zblewo, Lubichowo, Smętowo Graniczne, Osieczna, Kaliska oraz gmina miejska Skórcz. Każdy z wyposażonych w ten sposób pokoi otrzymał tabliczkę informującą o współpracy z daną gminą lub miastem, a ich wnętrza zostały wzbogacone o obrazy przedstawiające charakterystyczne miejsca związane z lokalną tożsamością. To drobny, ale bardzo wymowny gest, który podkreśla wspólnotowy charakter

inwestycji i przypomina, że opieka paliatywna jest sprawą całej społeczności.

Minister Zdrowia: „To przykład dobrej medycyny opartej na misji”

Minister Zdrowia Jolanta Sobierańska-Grenda podkreśliła wyjątkowy charakter inwestycji i jej znaczenie dla regionu:

- To przykład dobrej medycyny opartej na misji - przemyślanej, nowoczesnej, sprzyjającej zarówno pacjentom, jak i personelowi. Takie inwestycje pokazują, jak system publiczny może skutecznie współpracować z biznesem prywatnym, odpowiadając na wyzwania demograficzne i budując poczucie bezpieczeństwa zdrowotnego - zaznaczyła minister.

Zwróciła również uwagę na wysoką jakość rozwiązań architektonicznych i funkcjonalnych nowego skrzydła oraz ich znaczenie dla komfortu pacjentów i personelu.

Otwarcie trzeciego skrzydła Centrum Rehabilitacyjno-Leczniczego Medpharma to nie tylko zakończenie ważnego etapu inwestycyjnego, lecz przede wszystkim początek nowego rozdziału w rozwoju kompleksowej opieki zdrowotnej na Pomorzu. To miejsce, w którym infrastruktura wspiera misję, a rozwój idzie w parze z odpowiedzialnością, empatią i szacunkiem dla człowieka.

W regionie uruchomiono miejsca, w których można się ogrzać

Edyta Łosińska-Okoniewska
edyta.losinska@polskapress.pl

Siarczyste mrozy skłoniły samorządy w regionie do uruchomienia dodatkowych miejsc ogrzewania. Rozwiązania wprowadzono m.in. w Kościerzynie, Kartuzach i Bytowie.

Zima potrafi być bezwzględna. Kiedy temperatury spadają znacznie poniżej zera codzienne czynności takie jak oczekiwanie na autobus, podróż do pracy czy szkoły, stają się prawdziwym wyzwaniem. W odpowiedzi na siarczyste mrozy samorządy w regionie wdrażają rozwiązania, które mają nieco poprawić sytuację mieszkańców.

W Kościerzynie uruchomiono tymczasowe miejsce ogrzewania na węzle komunikacyjnym przy pomniku Józefa Wybickiego. Ochotnicza Straż

Pożarna rozstawiła tam namiot pneumatyczny wyposażony w nagrzewnice.

Przeznaczony jest on przede wszystkim dla osób oczekujących na autobus, w tym młodzieży, ale mogą z niego skorzystać wszyscy potrzebujący ogrzania.

- Sprzęt zakupiono w ramach dotacji z Programu Ochrony Ludności i Obrony Cywilnej. Namiot ma pełnić funkcję tymczasowego schronienia przed zimnem - informuje burmistrz Kościerzyny Dawid Jereczek.

Dodatkowo, dzięki zaangażowaniu Centrum Integracji Społecznej w Kościerzynie, w namiocie dostępne są ciepłe napoje.

W czasie silnych mrozów zmieniono również funkcjonowanie dworca PKP w Kościerzynie. Poczekalnia została otwarta całonocowo, co ma umożliwić podróżnym bezpieczne oczeki-



W Kościerzynie stanął namiot, w którym można się schronić przed zimnem

wanie na połączenia, również w godzinach nocnych.

- Najważniejsze jest dla nas bezpieczeństwo mieszkańców - mówi burmistrz Kościerzyny.

Zmiany wprowadzono także w Kartuzach. Burmistrz miasta

poinformował, że w związku z bardzo mrozną aurą pogodą do 15 lutego włącznie budynek Dworca Integracyjnego będzie dostępny dla podróżnych w wydłużonych godzinach, a dokładniej od godziny

5:30 do 22. Rozwiązanie to ma ułatwić bezpieczne oczekiwanie na transport osobom korzystającym z komunikacji publicznej w godzinach porannych i wieczornych. Dodatkowe działania podjęto również w By-

tomie. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Bytowie poinformował, że z uwagi na panujące minusowe temperatury ogrzewalnia dla osób bezdomnych przy ul. Przemysłowej 38/17 od 2 lutego 2026 r. do odwołania będzie czynna całonocowo. W ogrzewalni osoby bezdomne mają zapewniony dostęp do ciepłej herbaty oraz miejsca w ogrzewanym pomieszczeniu. Samorządy i służby podkreślają, że niskie temperatury stanowią szczególne zagrożenie dla osób starszych, samotnych oraz bezdomnych. Reagowanie na sygnały mogące świadczyć o zagrożeniu zdrowia lub życia może zapobiec tragedii.

- Dbajmy o siebie nawzajem i reagujmy, gdy ktoś potrzebuje pomocy. Nawet drobne gesty, podanie kubka ciepłej herbaty czy pomoc w dotarciu do ciepłego miejsca, mogą uratować czyjeś zdrowie - podkreślają samorządowcy.

Wiceprzewodnicząca nie zamierza zrezygnować

Radosław Konczyński
Malbork

Po sesji budżetowej w Malborku, która trwała 3,5 minuty, niektórzy oczekują złożenia rezygnacji przez wiceprzewodniczącą Rady Miasta. Pretekstem jest opinia, o którą wystąpił burmistrz.

Trzy sesje były potrzebne, żeby uchwalić budżet Malborka na 2026 rok. 30 grudnia projekt przygotowany przez burmistrza był głosowany, ale zabrakło większości w Radzie Miasta do jego uchwalenia. 5 stycznia podczas sesji nadzwyczajnej w ogóle nie został poddany pod głosowanie. Podczas kolejnej sesji nadzwyczajnej, dziesięć dni później, został przyjęty.

Ta sprawa dotyczy posiedzenia z 5 stycznia. Prowadząca wówczas obrady wiceprzewodnicząca Rady Miasta Monika Sobczyńska otworzyła sesję, wygłosiła oświadczenie, tłumacząc, że nie ma nad czym głosować, bo burmistrz nie dostarczył projektu - i zamknęła obrady. Trwało to wszystko około 3,5 minuty. Jak się okazuje, burmistrz Marek Charzewski skierował potem dwa pisma. Do wojewody wysłał skargę, wskazując, że „wiceprzewodnicząca świadomie przerwała obrady uniemożliwiając radnym procedowanie nad budżetem miasta”. Do RIO zwrócił się z prośbą o „dokonanie oceny zachowania wiceprzewodniczącej polegającego na odmowie prowadzenia obrad, w tym poddania pod głosowanie projektu uchwały budżetowej”.

Ostatecznie RIO rozpatrzyła sprawę jako całość, bo służby wojewody przekazały jej skargę adresowaną do Pomorskiego Urzędu Wojewódzkiego.

Co do braku projektu budżetu, izba wskazuje, że to przewodniczący (lub w razie jego nieobecności wiceprzewodniczący) Rady Miasta odpowiada za dostarczenie materiałów sesyjnych radnym. A nie burmistrz. Przy czym Marek Charzewski uznaje, że swojej powinności dopełnił, wysyłając projekt budżetu zgodnie z przepisami do połowy listopada ub. roku. Jego zdaniem, radni już posiadali dokument.

W sprawie jednostronnego zamknięcia obrad przez wiceprzewodniczącą, RIO wskazuje na zapisy Statutu Miasta Malborka, z których wynika, że w przypadku wystąpienia wątpliwości „to Radzie Miasta Malborka przyznano kompetencję do przerwania i kontynuowania obrad w innym wyznaczonym terminie na kolejnym posiedzeniu tej samej sesji”.



Monika Sobczyńska zapewnia, że działała w dobrej wierze, w trosce o interes publiczny

- Jasno zatem wynika, że przewodniczący (wiceprzewodniczący) rady nie jest uprawniony do podjęcia jednostronnej decyzji o odroczeniu sesji bądź przerwaniu obrad. Taką kompetencję, mocą postanowień statutowych, przyznano bowiem Radzie Miasta Malborka, która jako organ kolegialny winna wyrazić swoją wolę w formie uchwały - wyjaśnia Luiza Budner-Iwanicka, prezes RIO w Gdańsku, w piśmie do burmistrza Malborka, umieszczonym przez Urząd Miasta w internetowym Biuletynie Informacji Publicznej jako odpowiedź na interpelację radnego Pawła Dziwosza.

RIO wskazuje, że „bezpodstawne niepoddanie pod głosowanie projektów uchwał podejmowanych przez organ stano-

Mieszkańcy nas wybrali po to, żeby ich reprezentować, i to prawo zostało Radzie Miasta Malborka odebrane decyzją jednej osoby.

wiązanych przez organ stowarzyszenia jednostki samorządu terytorialnego narusza postanowienia statutu i pozostaje w sprzeczności z art. 19 ust. 2 ustawy o samorządzie gminnym”.

- Z jednej strony, groziło destabilizacją finansową miasta, a z drugiej strony, żyjemy w demokratycznym państwie, tymczasem pozbawiono nas, jako radnych, prawa głosu. Mieszkańcy nas wybrali po to, żeby ich reprezentować, i to prawo zostało Radzie Miasta Malborka odebrane decyzją jednej osoby. Myślę, że to by było najlepsze wyjście, gdyby wiceprzewodnicząca podała się do dymisji - uważa Paweł Dziwosz.

Monika Sobczyńska nie zamierza zrezygnować z funkcji. Wyjaśnia nam, że „docenia zaufanie mieszkańców, a ich

wsparcie przypomina, że warto koncentrować energię na realnych problemach, a nie na bezsensownych sporach”.

- Proszę wszystkich radnych i mieszkańców, abyśmy wspólnie skupili się na tym, co naprawdę istotne - na codziennej pracy dla dobra społeczności, rozwiązywaniu problemów i budowaniu miasta, w którym każdy czuje się bezpiecznie i ma szansę na lepsze życie - odpowiada Monika Sobczyńska.

Dodaje też, że 5 stycznia działała w trosce o to, „by każdy radny miał możliwość rzetelnej analizy przedstawionych dokumentów” oraz że „budżet miasta został uchwalony zgodnie z przepisami prawa oraz przy zachowaniu obowiązujących procedur”.

Potwierdza to w swoim piśmie do burmistrza RIO. Co prawda, z jednej strony pojawia się stwierdzenie: „Takie zachowania wiceprzewodniczącej należałoby ocenić jako naruszające procedurę uchwalania budżetu miasta albo jako mogące stworzyć ryzyko destabilizacji gospodarki finansowej miasta w sytuacji, w której w ich następstwie doszłoby do niezachowania nieprzekraczalnego terminu granicznego na podjęcie uchwały budżetowej”. Tym terminem zgodne z ustawą o finansach publicznych jest 31 stycznia. Skoro budżet został przyjęty pół miesiąca wcześniej, ostatecznie nie doszło do destabilizacji finansów miasta.

Od niespełna roku prezydium Rady Miasta jest tylko 2-osobowe i składa się jedynie z przedstawicieli Klubu Radnych Koalicji Obywatelskiej. Przed wszystkim głosami KO, zaledwie po kilku miesiącach nowej kadencji, z prezydium usunięto wówczas Joannę Iglińską (KWW Marka Charzewskiego), uzasadniając to tym, że „używamy eufemizmu - się nie nadaje.

Gdańsk uruchomił ogrzewane autobusy i zamknął baseny

Maciej Krajewski
maciej.krajewski@polskapress.pl

Nawet nie biorąc pod uwagę awarii sieci ciepłowniczej, ostatnie mrozy stwarzają realne zagrożenie dla osób bezdomnych.

Z myślą przede wszystkim o nich w Gdańsku wydłużono czas pracy Autobusu SOS, uruchomione zostały też dwa autobusy, w których nocą będzie można się schronić i ogrzać.

Awaria ciepła w Gdańsku

Z racji awarii sieci ciepłowniczej, a także silnych mrozów, jakie mają się utrzymać jeszcze w najbliższych dniach, w Gdańsku podstawione będą dwa ogrzewane autobusy, w których można się schronić. Jeden stanie w rejonie pętli Łostowice-Świętokrzyska, drugi - na pętli autobusowej w Oliwie. Dla potrzebujących dostępne są w godz. 22.00 - 4.00.

Dodatkowo gdański Autobus SOS wydłuża czas swojej pracy. Jak informuje Urząd Miejski, codziennie korzysta z niego około 90 osób w kryzysie bezdomności.

Gdańsk i Sopot zamykają baseny

Nie tylko trójmiejskie szkoły będą zamknięte w najbliższych dniach. W związku z poważną awarią sieci ciepłowniczej i wynikających z tego zakłóceń w dostawach ciepła, od wtorku 3 lutego nieczynne są również wszystkie pływalnie Gdańskiego Ośrodka Sportu. Chodzi o baseny: Osowa, Orunia, Chełm i Stogi. Podobnie zamknięta pozostanie kryta pływalnia przy ul. Haffnera w Sopocie.

- Decyzja wynika z konieczności zapewnienia w pierwszej

kolejności ciepła mieszkańcom - tłumaczy GOS.

Baseny będą zamknięte do czwartku, 5 lutego włącznie.

Kiedy wróci ciepło?

Przypomnijmy, że do awarii doszło w poniedziałek, 2 lutego w jednej z gdańskich elektrociepłowni. Uszkodzeniu uległ kocioł blokowy o mocy 100 MW, co stanowi około 1/7 całkowitej mocy zainstalowanej w zakładzie (750 MW).

- W czwartek, 5 lutego, w ciągu dnia temperatura w kaloryferach ma wrócić do normy - informuje UM w Gdańsku.



Gdańskie baseny zamknięte będą minimum do jutra

REKLAMA

0011472888

Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa

OGŁOSZENIE

**Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa
Oddział Terenowy w Pruszcze Gdańskim**

podaje do publicznej wiadomości nieruchomości przeznaczone do sprzedaży wchodzące w skład Zasobu Własności Rolnej Skarbu Państwa.

Gmina	Obręb	Nr działki	Powierzchnia	Cena wywoławcza
Pelplin	Rajkowy	221/21	4,7227	1 425 800,00 zł

Przedmiotem przetargu jest nieruchomość gruntowa zabudowana budynkami gospodarczymi dla rolnictwa, położona w gminie Pelplin, oznaczona w ewidencji gruntów obrębem Rajkowy jako działka nr 221/21 o pow. 4,7227 ha, w tym: grunty orne - RIVa - 0,5139 ha; pastwiska trwałe - PsIV - 0,3271 ha; grunty pod rowami -W - 0,0138 ha; grunty rolne zabudowane - Br-RIVa - 3,3508ha; tereny rekreacyjno-wypoczynkowe - Bz - 0,4571 ha; nieużytki - N - 0,0600 ha;

Sądzie Rejonowym w Tczewie prowadzona jest księga wieczysta nr GD1T/00018867/9.

Zgodnie z zaświadczeniem Burmistrza Miasta i Gminy Pelplin nr RP5.6727.262.2025.ML. wydanym dnia 29.09.2025 r. teren działki 221/21 położonej w obrębie ewidencyjnym Rajkowy, obowiązujący miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego uchwalony przez Radę Miejską w Pelplinie Uchwałą nr XL/379/10 z dnia 14 października 2010 r. roku w sprawie uchwalenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego rejonu miejscowości Rajkowy, Bielawki, Rożental i Nowy Dwór Pelpliński, gmina Pelplin, ogłoszoną w Dzienniku Urzędowym Województwa Pomorskiego nr 152 poz. 2969 z dnia 7 grudnia 2010 r. Przedmiotowa działka oznaczona jest symbolami:

98.P/U - zabudowa produkcyjno-usługowa

97.MW/ZP - zabudowa wielorodzinna z zielenią parkową.

Teren ww. działki jest objęty Uchwałą Nr II/10/2024 Rady Miejskiej w Pelplinie z dnia 29 maja 2024 roku w sprawie przystąpienia do sporządzenia planu ogólnego gminy Pelplin

Na terenie ww. działki nie ma możliwości wybudowania elektrowni wiatrowej. Aktualnie obowiązujący plan miejscowy nie dopuszcza sytuowania elektrowni wiatrowych na przedmiotowym terenie.

Dla ww. działki nie wydano decyzji o warunkach zabudowy oraz decyzji o ustaleniu lokalizacji inwestycji celu publicznego.

Dla terenu przedmiotowej działki nie podjęto uchwały w sprawie wprowadzenia zmian w studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego gminy, jak również w miejscowym planie zagospodarowania przestrzennego.

Teren ww. działki jest objęty Uchwałą Nr II/10/2024 Rady Miejskiej w Pelplinie z dnia 29 maja 2024 roku w sprawie przystąpienia do sporządzenia planu ogólnego gminy Pelplin.

Aktualnie nie przewiduje się zmiany przeznaczenia ww. nieruchomości.

Z terenu powyższej działki nie są konieczne wydzielienia geodezyjne związane z budową lub modernizacją dróg gminnych lub ciągów komunikacyjnych. Gmina Pelplin nie przewiduje inwestycji drogowych na przedmiotowej działce. Gmina Pelplin nie planuje na przedmiotowej działce inwestycji drogowych.

Ww. działka posiada dostęp do drogi publicznej - droga wojewódzka nr 230.

Na dzień sporządzenia niniejszej informacji Rada Miejska w Pelplinie nie podjęła uchwały, o której mowa w art. 8 ust. 1 ustawy z dnia 9 października 2015 r. o rewitalizacji (Dz. U. 2024, poz. 278) dla ww. nieruchomości.

Przedmiotowa działka nie jest objęta miejscowym planem odbudowy.

Wykaz podlega publikacji w dniach: od **26.01.2026r.** do **10.02.2026r.**,
telefon kont. 583 429 685.

SZCZEGÓŁOWE INFORMACJE DOTYCZĄCE OGŁOSZEŃ:
<http://bip.kowr.gov.pl>

Grupa Energa przekroczyła poziom 1 GW mocy odnawianych źródłach energii

Mateusz Tkarski
Energetyka

Przekroczenie 1 GW oznacza, że instalacje, zarządzane przez Energa Wytwarzanie, mogą w ciągu roku wyprodukować energię dla ok. miliona gospodarstw domowych.

Łączna moc zainstalowana Grupy Energa wynosi 1,9 GW. Po uzyskaniu koncesji przez farmy PV Mitra i FW Szybowice, udział OZE stanowi już 57 procent tej wartości. To efekt m.in. intensywnego rozwoju instalacji fotowoltaicznych Energi w ostatnich latach - ich wzrosła prawie 80-krotnie, z 5,4 do 248 MW. Ogromne znaczenie ma też energetyka wiatrowa, w której przybyło 109 MW (wzrost o 52 proc.).

– W Grupie Energa posiadamy wyraźnie zdefiniowaną wizję rozwoju, a jednym z jej filarów są źródła odnawialne. Przekroczenie pierwszego gigawata mocy w OZE traktujemy jako dowód, że swoje plany realizujemy konsekwentnie i skutecznie. Przed nami kolejne lata

i kolejne inwestycje, do których podchodzimy bogatsi o dotychczasowe doświadczenia, a zarazem świadomi nowych wyzwań, jakie stoją przed energetyką odnawialną, jak np. konieczność modernizacji sieci, ale także uelastycznienie i hybrydyzacja samych aktywów wytwórczych. Dlatego m.in. planujemy łącznie prawie 130 MW mocy odnawialnych w formule cable-pooling, a także wdrożenie pierwszych projektów hybrydowych, łączących OZE z magazynami energii – podkreśla Magdalena Kamińska, p.o. prezesa zarządu Energi SA.

Grupa będzie nadal rozwijać OZE. Obecnie powstają bądź oczekują na ostatnie decyzje formalne źródła odnawialne o łącznej mocy ok. 300 MW. Są to m.in. PV Kotła (docelowa moc 130 MW), PV Serby (112 MW) czy PV Wąbrzeźno (10 MW).

Portfolio spółki Energa Green Development (EGD), odpowiedzialnej w Grupie Energa za rozwój lądowych źródeł odnawialnych, obejmuje kolejne projekty o łącznej mocy ok. 1



Farma wiatrowa Grupy Energa FW Szybowice

GW, będące na różnych etapach przygotowania do realizacji. W większości są to źródła fotowoltaiczne, ale planowane są też projekty farm wiatrowych o łącznej mocy ok. 46 MW.

Znaczący udział źródeł odnawialnych w systemie energetycznym wymaga bilansowania

ich pracy źródłami niezależnymi od pogody, a także uelastyczniania infrastruktury dystrybucyjnej, która będzie w stanie sprostać zmiennej produkcji energii.

Dlatego też Energa Operator jest obecnie w trakcie realizacji największego w swojej historii

programu inwestycyjnego, który pozwoli spółce zbudować ponad 11 tys. km nowych linii elektroenergetycznych oraz 7 tys. km linii kablowych. Zmodernizowane zostanie też blisko 10 tys. km linii już istniejących. Stworzy to m.in. warunki do przyłączenia aż 9 GW no-

wych źródeł odnawialnych (w tym ok. 200 tys. prosumentów), wraz z magazynami energii. Wartość tego programu to aż 40 mld zł, przy czym blisko 25 proc. tej kwoty – 9,4 mld zł, zostało zabezpieczone w ramach niskooprocentowanej pożyczki udzielonej w ramach Krajowego Planu Odbudowy.

Grupa Energa to jedna z czterech największych grup energetycznych działających w Polsce. Jest czynnie zaangażowana w transformację polskiego sektora energetycznego, rozwijając potencjał źródeł odnawialnych i modernizując swoją sieć dystrybucyjną. Realizuje też inwestycje w bilansujące aktywa niskoemisyjne, które przyczynią się do zwiększenia bezpieczeństwa dostaw energii i stabilnej pracy Krajowego Systemu Elektroenergetycznego.

Grupa Energa jest liderem jeśli chodzi o udział OZE w łącznej mocy zainstalowanej wszystkich aktywów wytwórczych. Przez pierwsze trzy kwartały 2025 roku źródła odnawialne Grupy wyprodukowały łącznie ok. 1,1 TWh energii elektrycznej. ©

KURSY WALUT

3.02.2026

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

EUR	419/425 (o)
USD	354/361 (+)
GBP	484/491 (+)
CHF	455/462 (+)
Kantor Max, Gdańsk, ul. Jagiellońska	
EUR	419/425 (o)
USD	354/361 (+)
GBP	484/491 (+)
CHF	455/462 (+)

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

AUTOPROMOCJA

Dziennik Bałtycki

Czwartek
z dreszczykiem

Kup dziennik
z dodatkiem
„Pod paragrafem”
dziennikbałtycki.pl

Moonlight, trzeci z serii C144 luksusowy superjacht zbudowany w stoczni Conrad w Gdańsku przekazany odbiorcy

Mateusz Tkarski
Gdańsk

Stocznia Conrad ogłosiła zakończenie projektu Moonlight, trzeciego jachtu z wielokrotnie nagradzanej serii C144.

Moonlight został zamówiony przez wymagającego właściciela, którego przedstawiła wiodąca firma brokerska zajmująca się superjachtami, Y.CO. W połowie stycznia jacht opuścił Polskę i udał się w drogę do armatora.

Projekt połączył kilka renomowanych marek w branży. Raymond Langton Design zaprojektował elegancki profil zewnętrzny, Nauta zaprojektowała eleganckie wnętrza i przestrzenie zewnętrzne przestrzenie wspólne, a Diana Yacht Design opracowała architekturę morską, zapewniającą wyjątkową wydajność i dzielność morską.

– To dla nas wielki zaszczyt widzieć kolejny wyjątkowy superjacht opuszczający naszą stocznnię i rozpoczynający swoją podróż dookoła świata. Jesteśmy wdzięczni za zaufanie, którym nas obdarzono, i za możliwość urzeczywistnie-

nia tego niezwykłego projektu – powiedział Paweł Polak, ekspert ds. superjachtów motorowych i kierownik projektu.

Na pokładzie Moonlight może pomieścić do 10 gości w pięciu kabinach. Jacht oferuje przestronny klub plażowy, liczne salony, basen z panoramicznym widokiem, dwie jadalnie na świeżym powietrzu, dwa w pełni wyposażone bary

oraz dedykowane kino plenerowe. Przestronny garaż mieści 6,3-metrową łódź pomocniczą, dwa skutery wodne i wybór Seabobów.

Napędzany dwoma silnikami Caterpillar, Moonlight osiąga prędkość maksymalną 14,3 węzła i sprawnie porusza się z prędkością 11 węzłów. Dzięki imponującemu zasięgowi transoceanicznemu wy-

noszącemu 4500 mil morskich przy prędkości 10 węzłów, idealnie nadaje się do dalekich eksploracji. Jacht został również zaprojektowany tak, aby w pełni spełniać wszystkie wymogi prawne dla jednostek o pojemności poniżej 500 GT.

Seria C144s to pierwsza linia jachtów semi-custom stoczni Conrad, opracowana w odpo-

wiedzi na duże zapotrzebowanie klientów poszukujących idealnej równowagi między indywidualnością a sprawdzoną platformą. Od momentu wprowadzenia na rynek, seria wyznacza nowe standardy w swojej kategorii, łącząc ponadczasowy design z wyjątkowym kunsztem i zaawansowaną inżynierią. ©



Jacht Moonlight

POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

ZIMA

Mróz nie odpuszcza

„Z powodu niskiej temperatury we wtorek zajęcia odwołano w 549 szkołach, w tym: mazowieckie - 217, pomorskie - 153, warmińsko-mazurskie - 74, podlaskie - 71, lubelskie - 14, wielkopolskie - 9, lubuskie - 6, świętokrzyskie - 4, śląskie - 1” - poinformowało Ministerstwo Edukacji Narodowej na platformie X.

„W części placówek dyrektorzy organizują edukację zdalną oraz zajęcia opiekuńcze” - dodał resort.

Instytut Meteorologii i Gospodarki Wodnej poinformo-

wał, że w znacznej części kraju nadal obowiązują ostrzeżenia przed silnymi mrozami. Obecnie ostrzeżenia I stopnia obowiązują na terenie województw: pomorskiego, warmińsko-mazurskiego, podlaskiego, kujawsko-pomorskiego, znacznej części woj. mazowieckiego i lubelskiego oraz na północy woj. łódzkiego.

Instytut prognozuje, że na tych terenach temperatura minimalna w nocy wyniesie od minus 18 st. C do minus 13 st. C, a lokalnie do minus 20 st. C.

WYPADEK

Wagony spadły z nasypu



FOT. LESZEK SZYMANSKI / PAP

W nocy z poniedziałku na wtorek w Jaroszewie Woli w powiecie piaseczyńskim doszło do wykolenia pociągu towarowego. Osem cystern przewożących olej napędowy wypadło z torów. Część z nich przewróciła się i spadła z kilkumetrowego nasypu; pozostałe znalazły się poza torem, w bezpośrednim sąsiedztwie torów.

TYCHY

Pijany sędzia spowodował kolizję

Policja zatrzymała sędziego Sądu Apelacyjnego w Katowicach, który w Tychach po pijanemu spowodował kolizję drogową - prowadzony przez niego samochód zjechał z drogi i wjechał w żywopłot. 63-letni kierujący miał blisko 2 promile alkoholu w organizmie. Prokuratura wszczęła śledztwo w tej sprawie.

„W toku dotychczasowych

czynności od zatrzymanego pobrano próbki krwi, zlecono niezbędne badania laboratoryjne, zabezpieczono monitoring oraz przesłuchano świadków. Po skompletowaniu wszystkich materiałów śledztwo zostanie przekazane do dalszego prowadzenia Wydziałowi Spraw Wewnętrznych Prokuratury Krajowej” - poinformowała prokuratura.

PODATKI

Krajowa Administracja Skarbowa od 4 do 14 lutego przygotowuje elektroniczne rozliczenia dla podatników w usłudze Twój e-PIT i w tym czasie usługa będzie niedostępna - poinformowało Ministerstwo Finansów. Od 15 lutego podatnicy będą mogli w usłudze Twój e-PIT rozliczyć swój podatek. Usługa Twój e-PIT dostępna jest wyłącznie w e-Urzędzie Skarbowym (e-US), na stronie podatki.gov.pl oraz z poziomu aplikacji mobilnej e-Urząd Skarbowy.

”

Polska cyberarmia odpiera 99 procent przeprowadzanych ataków hackerskich

Krzysztof Gawkowski, minister cyfryzacji

Tusk zapowiada działania w sprawie tzw. afery Epsteina

Marcin Koziestański
Warszawa

Premier Donald Tusk poinformował we wtorek, że powstanie zespół analityczny i być może będzie śledztwo w związku ze skandalem dotyczącym pedofilii w USA - chodzi o tzw. aferę Epsteina.

- Zdecydowaliśmy wspólnie z ministrem sprawiedliwości, prokuratorem generalnym i ministrem koordynatorem do spraw służb specjalnych o powołaniu zespołu analitycznego i być może także rozpoczęciu śledztwa, jeśli analizy potwierdzą nasze obawy w związku ze skandalem związanym z pedofilią w Stanach Zjednoczonych - powiedział premier przed rozpoczęciem posiedzenia rządu.

Podkreślił, że to „sprawa zupełnie bez precedensu”, która zajmuje uwagę polskiej opinii publicznej oraz ministrów „ze względu na tzw. wątki czy ślady polskie w całej tej sprawie”.

Szef rządu oświadczył, że jeśli miał miejsce jakiegokolwiek przypadek wykorzystania polskich dzieci przez siatkę pedofilów i przez „organizatora tego szatańskiego kręgu, pana Epsteina”, to rząd zrobi wszystko, „żeby i ci, którzy są za to odpowiedzialni i ewentualnie pokrzywdzeni, żeby nie tylko widzieli aktywność państwa polskiego, ale żeby też zaadośćuczynić, jeśli będzie taka



FOT. PAP/PAWEŁ SUPERNIAK

Premier Tusk przed wtorkowym posiedzeniem rządu podkreślił, że tzw. afera Epsteina musi zostać wyjaśniona

potrzeba i przede wszystkim, żeby skutecznie ścigać tych, którzy dopuszczają się tak koszmarnych zbrodni”.

Podkreślił też, że kwestie, których dzisiaj jesteśmy świadkami, nie mieszczą się w głowie i być może dlatego „tak wielu ludzi to wypiera”. Zapewnił, że w Polsce „nie będziemy udawali, że nic się nie stało” i zapowiedział, by wszyscy w naszym kraju uruchomili wyobraźnię o tym, co miałyby

oznaczać dla nas „bezkarność, lekceważenie, udawanie, że nic się nie dzieje wtedy, kiedy dziesiątki, setki osób ze szczytu władzy, z elit całego świata zachodniego uczestniczy w zbrodniczym procederze”.

Czy była to operacja rosyjskiego KGB? Tusk nie wyklucza

Jak zauważył premier, w światowej prasie pojawia się coraz więcej komentarzy do

tychających podejrzenia, iż ta „bezprecedensowa afera pedofiliska była współorganizowana przez rosyjskie służby specjalne”.

- Coraz więcej komentatorów i ekspertów zakłada, że jest bardzo prawdopodobne, że była to operacja rosyjskiego KGB - tzw. „honey trap”, słodka pułapka zastawiona na elity świata zachodniego, głównie Stanów Zjednoczonych - powiedział.

Premier nie wykluczył również, że Polska będzie zabiegać o międzynarodowe śledztwo ws. afery Epsteina. „Będziemy namawiać także innych partnerów, aby śledztwo w tej sprawie miało charakter międzynarodowy”.

W piątek amerykańskie ministerstwo sprawiedliwości opublikowało około 3 mln stron dokumentów z akt spraw dotyczących Jeffrey Epsteina, nieżyjącego już amerykańskiego finansisty, który utrzymywał kontakty w wieloma bogatymi i wpływowymi ludźmi z całego świata i który, jak się później okazało, zajmował się stręczycielstwem. Akta zawierają korespondencję Epsteina z prominentnymi osobami albo wzmianki o nich.

W materiałach sprawy często pojawiają się wzmianki o „rosyjskich dziewczynach”. Są też ślady kontaktów Epsteina z różnymi rosyjskimi urzędnikami i biznesmenami. PAP

Wieloletni pracownik resortu obrony, podejrzewany o współpracę z obcym wywiadem, w rękach służb

Tomasz Dereszyński
Warszawa

We wtorek rano zatrzymany został w siedzibie MON w Warszawie wieloletni pracownik resortu podejrzewany o współpracę z obcym wywiadem.

O zatrzymaniu jako pierwszy poinformował portal Onet. Informację tę resort obrony potwierdził w późniejszym wpisie na platformie X.

„Informujemy, że dzisiaj w godzinach porannych w siedzibie MON (al. Niepodległości, Warszawa) doszło do zatrzymania wieloletniego pracownika resortu obrony narodowej. Zatrzymany podejrzewany jest o współpracę z obcym wywiadem” - podał resort we wpisie zamieszczonym na platformie ok. godz. 11.30. W stosunku do pierwotnej wersji wpisu nastąpiła zmiana, wcześniej pisano bowiem, że „osobie zostały przedstawione zarzuty

współpracy z obcym wywiadem”.

Resort zaznaczył, że sprawę prowadzi Służba Kontrwywiadu Wojskowego, która - jak podano - podczas zatrzymania współpracowała z Departamentem do Spraw Wojskowych Prokuratury Krajowej oraz Żandarmerią Wojskową. Zatrzymanie to - jak przekazał rzecznik MON Janusz Sejmej - jest efektem wielomiesięcznej współpracy SKW z tym departamentem Prokuratury Krajowej.

Portal Onet napisał, że po godz. 8 we wtorek Służba Kontrwywiadu Wojskowego zatrzymała wieloletniego pracownika MON i że mężczyzna „podejrzany jest o współpracę z rosyjskim wywiadem”, a akcja była wynikiem trwającego od dłuższego czasu śledztwa prowadzonego przez SKW. Według źródła portalu, działaniom zatrzymanego mężczyzny „służby przyglądały się od wielu miesięcy”. PAP

Opozycja na Węgrzech zwiększa przewagę w sondażach



Viktor Orbán może stracić władzę w najbliższych wyborach parlamentarnych, które odbędą się w kwietniu

oprac. Anna Nagel
Budapeszt

Na dwa miesiące przed wyborami na Węgrzech opozycyjna partia TISZA notuje znaczną przewagę nad rządzącym Fideszem - wyniki z sondażu Centrum Badań 21.

Sondaż przeprowadzony między 28 stycznia i 2 lutego dał TISZ 35 procent poparcia wśród ogółu wyborców - w porównaniu do 34 proc. z badania przeprowadzonego przez ten sam ośrodek w grudniu. Fidesz uzyskał obecnie 28 proc. poparcia w porównaniu do 26 proc. w grudniu.

Badanie wykazało też, że 53 proc. zdecydowanych wyborców popiera TISZ, a 37 proc.

Fidesz. Jedyną kolejną partią, która w sondażu przekroczyła 5-procentowy próg wyborczy, jest skrajnie prawicowe ugrupowanie Mi Hazank (Ruch Naszej Ojczyzny).

Opublikowany w poniedziałek sondaż Instytutu Publicus również dał przewagę partii Petera Magyara. Według niego TISZA cieszy się poparciem 48 proc. zdecydowanych wyborców, a Fidesz 40 proc. Także w tym badaniu Mi Hazank otrzymała 5 proc. poparcia. Publicus zauważył, że nadal niezdecydowanych jest 27 proc. węgierskich wyborców.

Wybory parlamentarne odbędą się 12 kwietnia. Węgry wybiorą wówczas 199 deputowanych jednoizbowego Zgromadzenia Narodowego (Országgyűlés). PAP

Rosyjskie drony i rakiety zaatakowały nocą Kijów

oprac. Anna Nagel
Kijów

- Rosyjskie uderzenia w Ukrainę i jej infrastrukturę przy temperaturach poniżej minus 20 st. C to ludobójcze ataki wymierzone w naród ukraiński - oświadczył we wtorek szef ukraińskiej dyplomacji Andrij Sybiha.

Rosja przeprowadziła we wtorek zmasowany atak na Ukrainę z użyciem rakiet, odpalonych przez samoloty lotnictwa strategicznego, oraz dronów. Wybuchy słychać było m.in. w Kijowie, Charkowie i mieście Dniepr. Są informacje o rannych i uszkodzeniach infrastruktury energetycznej.

W Kijowie, gdzie alarm powietrzny trwał ponad siedem godzin, ranne zostały trzy osoby. Państwowa Służba ds. Sytuacji Nadzwyczajnych powiadomiła o uszkodzeniach bloków mieszkalnych i pożarach. Pociski trafiły m.in. w stację benzynową.

W Charkowie, na północnym wschodzie Ukrainy, intensywne ostrzały ciągnęły się przez ponad trzy godziny. „Cel jest oczywisty: zrujnować jak najwięcej i pozostawić miasto bez ciepła w silne mrozy” - napisał na Telegramie mer Charkowa Ihor Terechow.

„Przywódca Rosji Władimir Putin czekał, aż temperatury spadną, i gromadził drony oraz rakiety, by kontynuować swoje



Do Ukrainy powróciły ekstremalne mrozy, a w Kijowie oraz w kilku innych obwodach doszło do niemal całkowitego blackoutu w wyniku rosyjskich ataków

ludobójcze ataki na naród ukraiński” - napisał Andrij Sybiha na platformie X.

„Ani zapowiadane na ten tydzień wysiłki dyplomatyczne w Abu Zabi, ani jego obietnice wobec Stanów Zjednoczonych nie powstrzymały go przed dalszym terrorem wobec zwykłych ludzi w środku najsurowszej zimy” - podkreślił.

Sybiha poinformował, że w nocy, gdy temperatura spadła poniżej 20 stopni, Rosja zaatakowała jego kraj z zastosowaniem 450 dronów oraz ponad 60 rakiet, w tym balistycznych. Głównymi celami była infrastruktura

energetyczna oraz budynki mieszkalne w Kijowie, Dnieprze, Charkowie, Sumach, Odessie i innych regionach - wymienił.

„Mamy do czynienia z terrorystami, których trzeba zmusić do zaprzestania przemocy. Świat dysponuje narzędziami. Należy wzmocnić ukraińską

Głównymi celami była infrastruktura energetyczna oraz budynki mieszkalne w Kijowie, Dnieprze, Charkowie, Sumach i Odessie

obronę powietrzną i odporność energetyczną. Zwiększyć presję na Moskwę” - zaznaczył.

- Niemal 1200 bloków mieszkalnych w Kijowie zostało odciętych od dostaw ciepła po nocnych atakach Rosji - powiadomił we wtorek rano mer stolicy Ukrainy Witalij Kliczko.

„Dzielnice Darnica i Dnieprowska przeżyły atak w wyniku zmasowanego ataku wroga na infrastrukturę stolicy. Ogólnie w mieście bez dostaw ciepła pozostaje 1170 bloków mieszkalnych” - napisał Kliczko w komunikatorze Telegram. PAP

Sekretarz generalny NATO: Zawarcie pokoju z Rosją będzie wymagało trudnych decyzji

Grzegorz Kuczyński
Kijów

- Osiągnięcie porozumienia pokojowego, które zakończy wojnę Rosji przeciwko Ukrainie, będzie wymagało podjęcia trudnych decyzji - oświadczył we wtorek sekretarz generalny NATO Mark Rutte, który przebywa z wizytą w Kijowie.

Rutte dodał, że Ukraina musi mieć pewność, iż poniesione ofiary się nie powtórzą, a pokój będzie trwały.

- Mamy świadomość, że osiągnięcie porozumienia w celu zakończenia tej wojny będzie wymagało trudnych wyborów. Ukraina musi mieć pewność, że każda ofiara, którą poniosła, każde utracone życie, każda trudna chwila, którą przeżyła, nie powtórzą się w najbliższym



Sekretarz generalny NATO Mark Rutte z wizytą w Kijowie

czasie, że pokój będzie trwał - powiedział Rutte w Radzie Najwyższej Ukrainy.

Rutte w Kijowie

- Prezydent Trump i jego zespół starają się powstrzymać rozlew krwi. To jasne, że Ukraina jest gotowa to wspierać oraz że osiągnięto tu istotny postęp. Jednak Rosja atakuje, jak podczas

ostatniej nocy. To pokazuje brak wystarczająco poważnych intencji pokojowych. Po ich stronie jest już ponad milion ofiar. Immo gotowości Putina do ponoszenia ofiar, wszelkie postępy na polu walki przychodzą im bardzo drogo - stwierdził sekretarz generalny NATO.

Rutte we wtorek rano przybył do Kijowa. Ostatniej nocy

Rosja wystrzeliła na Ukrainę 450 dronów i ponad 60 pocisków rakietowych.

Ukraina ustąpi w Donbasie?

Słowa Ruttego w ukraińskim parlamencie mogą wzmocnić spekulacje, że Kijów rozważa wycofanie się z zajmowanej części Donbasu - czego żąda Rosja - w zamian za zawarcie rozejmu.

Wśród ekspertów i w mediach pojawia się coraz więcej opinii, że dla Zełenskigo kluczowe są silne gwarancje bezpieczeństwa dla Ukrainy w razie zamrożenia konfliktu z Rosją. Ceną, jaką jest gotowy zapłacić, może być opuszczenie przez ukraińskie wojska brzońskiej części Donbasu. To z kolei miałyby pozwolić Putinowi przedstawić rozejm jako zwycięstwo Rosji.

Hiszpania zakaze mediów społecznościowych dzieciom

oprac. Anna Nagel
Madryt

Hiszpania wprowadzi zakaz dostępu do sieci społecznościowych dla osób poniżej 16. roku życia - zapowiedział we wtorek premier Hiszpanii Pedro Sanchez.

Nowe przepisy mają też zwiększyć odpowiedzialność właścicieli serwisów za publikowanie nielegalnych treści - zapowiedział hiszpański premier.

- Będziemy chronić nieletnich przed cyfrowym Dzikim Zachodem - powiedział Sanchez, występując we wtorek na Światowym Szczycie Rządów w Dubaju. - Nasze dzieci są narażone na kontakt z przestępcami, w której nigdy nie powinny poruszać się samodzielnie. Nie będziemy tego dłużej akceptować - dodał premier.

Sanchez zapowiedział też pościągnięcie do odpowiedzialności karej kierownictw serwisów społecznościowych w przypadku publikowania nielegalnych treści, mowy nienawiści czy manipulacji algorytmami. Rząd w Madrycie i hiszpańska prokuratura zbadają ewentualne naruszenia przepisów przez Groka, TikToka i Instagram.

Rząd Hiszpanii ma przyjąć nowe przepisy w przyszłym tygodniu.

Pierwszym krajem, który wprowadził zakaz korzystania z mediów społecznościowych dla osób poniżej 16. roku życia, była Australia; nowe prawo zostało przyjęte w grudniu.

Sanchez od dawna krytykował funkcjonowanie sieci społecznościowych m.in. za rozprzestrzenianie mowy nienawiści i dezinformacji.

PAP

strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Ten rak rozwija się latami

Rak jelita grubego to jeden z trzech najczęściej diagnozowanych nowotworów złośliwych na świecie. Ryzyko zachorowania rośnie wraz z wie-

kiem, a statystycznie dotyczy głównie osób po 65. roku życia. Mężczyźni chorują niemal dwukrotnie częściej niż kobiety. Mimo postępów medycyny liczba nowych przypadków wciąż rośnie, co sprawia, że choroba pozostaje poważnym wyzwaniem zdrowotnym.

ZA TYDZIEŃ:

- Jak „słodką” jest twoja miłość? Naukowcy zbadali wpływ małżeństwa na ryzyko rozwoju cukrzycy
- Wpuszczasz psa lub kota do łóżka? Zobacz, czym to grozi



FOT. PEXELS

Najzdrowsza pizza. Możesz ją jeść, kiedy chcesz. Zobacz, ile ma kalorii

Redakcja Strona Zdrowia
redakcja@stronazdrowia.pl

Polacy kochają pizzę tak jak rodzime potrawy. Pyszny placek drożdżowy to danie włoskie, które może być wartościowym posiłkiem diety śródziemnomorskiej.

Pizza powstała najprawdopodobniej 600 lat p.n.e. we włoskim mieście Neapol. Potrzeba przygotowania szybkiego i taniego dania, które pozwoliłoby wyżywić głodnych ludzi sprawiała, że lokalni kucharze stworzyli cienki pszeniczny placek z różnymi dodatkami. Obecnie pizzę przygotowuje się z najróżniejszymi dodatkami, takimi jak warzywa, mięso, ryby i owoce morza, sery, a nawet słodkie owoce. Jednak do najpopularniejszych rodzajów tego dania zaliczyć można:

- neapolitańska (pizza napoletana, margherita) - oryginalna włoska pizza powinna być wytwarzana z pomidorów San Marzano, rosnących na wulkanicznej glebie oraz mozzarelli z mleka bawolich,
- sycylijska - zazwyczaj prostokątna, zawiera niewiele dodatków, a ser układany jest zawsze pod sosem pomidorowym,
- capricciosa - głównymi składnikami są mozzarella, pieczona szynka, pieczarki oraz karczochy,
- frutti di mare - jej nazwa pochodzi od dodatków, którymi są owoce morza, takie jak krewetki, kalmary i małże.

Jaka pizza jest najzdrowsza? Ile ma kalorii?

Najzdrowsza pizza to taka, która ma jak najcieńsze ciasto z dobrej jakości mąki (najlepiej przygotowana z dodatkiem zakwasu) i jak najwięcej lekkich dodatków warzywnych, w tym sosu pomidorowego.

Kaloryczność pizzy zależy przede wszystkim od użytych składników. Według włoskich źródeł pizza margherita w kawałku o wadze 100 g ma ok. 280 kcal, a capricciosa - 410 kcal. Wybierając dodatki do pizzy, warto zwrócić uwagę na ich kaloryczność i używać zamienników, które mogą znacznie zmniejszyć



FOT. MARIA KORNEEVA/GETTY IMAGES

Najzdrowsza pizza to taka, która ma jak najcieńsze ciasto z dobrej jakości mąki i jak najwięcej lekkich dodatków warzywnych, w tym sosu pomidorowego

całkowitą energetyczność dania.

Tradycyjne składniki pizzy oraz ich mniej kaloryczne zamienniki, które warto wybrać to zamiast salami - szynka z piersi kurczaka, zamiast boczku - chuda polędwica, zamiast sera żółtego - odtłuszczona mozzarella w kulce.

Jak zrobić pizzę w lepszej wersji?

Wystarczy kilka składników, aby cieszyć się unoszącym się aromatem przepysznej pizzy. Podany przepis wystarczy do przygotowania 2 sztuk pizzy o średnicy ok. 25 cm.

Przepis na ciasto na pizzę z mąką razową. Składniki:

- 175 g mąki pszennej,
- 75 g mąki pełnoziarnistej,
- 1/2 łyżeczki soli,
- 160 ml ciepłej wody,
- 20 g świeżych drożdży,
- 5 g cukru,

- 10 g oliwy extra vergine.

Przygotowanie:

- Do miski wlać wodę, dodać cukier, oliwę i drożdże, a następnie wymieszać i odstawić na 10 minut.
- Dodać mąkę, wymieszać dokładnie i wyrabiać ciasto przez 10-15 minut.
- Odstawić na 60 min do wyrośnięcia.
- Ciasto podzielić na 2 części i przykryć ściereczką na 20 minut.
- Piekarnik rozgrzać do 250 stopni z termoobiegiem, a blachę natłuścić olejem.

Według włoskich źródeł, pizza margherita w kawałku o wadze 100 gramów ma około 280 kcal, a capricciosa - 410 kcal

- Ciasto rozgnieść palcami na kształt okręgu i ułożyć na blaszce.

- Posmarować ciasto sosem pomidorowym, ułożyć składniki i wstawić do piekarnika.

- Piec pizzę 10-12 minut.

Fakty na temat pizzy

Stugramowy kawałek pizzy na cienkim cieście ma około 266 kcal. Jeśli zamiast mącznego spodu dodamy do naszego ciasta zwykły kalafior, możemy nie tylko znacznie zredukować jej kaloryczność, ale także sprawić, że potrawa ta będzie zdecydowanie mniej ciężkostrawna.

Klasyczna wersja pizzy ma około 10 g białka, nieco ponad 11 g tłuszczu, ponad 26 g węglowodanów, niecałe 2 g błonnika, a także sporo minerałów (m.in. wapń, żelazo, magnez, fosfor, sód, potas, cynk, miedź, mangan i selen) oraz witaminy: A, C,

B6, B12, B1, B2, a także kwas foliowy. Około 40 g pizzy stanowi zaś woda.

Wystarczy nieco zmodyfikować ciasto, które posłuży nam za spód do pizzy, by wyczarować pożywny i bardzo smaczny danie, które nasyci nawet najbardziej wykwintnego smakosza. W jaki sposób zrobić lepszą wersję? Wystarczy jak najcieńiej rozwałkować placek, dodać jak najwięcej sosu pomidorowego bez cukru oraz warzyw, a ser ograniczyć lub ominąć całkiem, a oprócz tego dodać tylko przyprawy i oliwę.

Naukowcy z Instytutu Badań Farmaceutycznych w Mediolanie po przeprowadzeniu badań na ponad 8 tys. wielbicieli pizzy udowodnili, że osoby, które jedzą tę potrawę przynajmniej 2 razy w tygodniu, są wyraźnie mniej narażone na rozwój chorób nowotworowych.

Dzięki regularnemu spożywaniu klasycznej włoskiej pizzy można aż o 59 proc. ograniczyć ryzyko zachorowania na nowotwór jamy ustnej. Wielbiciele pizzy są też o 25 proc. mniej narażeni na raka jelita grubego.

Według badaczy to zasługa wysokiej jakości składników, z których przygotowywana jest tradycyjna włoska pizza (zwłaszcza działającego przeciwnowotworowo likopenu wchodzącego w skład sosu pomidorowego). Badacze z Uniwersytetu Illinois w Chicago uważają natomiast, że amerykańska wersja tej włoskiej przekąski, z dużą ilością sera, na bardzo grubym cieście i z wysokokalorycznymi dodatkami, przyczynia się do epidemii otyłości w Stanach Zjednoczonych, zwłaszcza wśród młodzieży. Tylko w USA co sekundę zjada się aż... 350 kawałków pizzy!

Prywatna opieka zdrowotna przejmuję polski rynek

Barbara Wesola
barbara.wesola@polskapress.pl

Prywatna opieka medyczna w Polsce od lat dynamicznie się rozwija, wypełniając lukę pozostawioną przez przeciążony system publiczny.

Rynek prywatnych sieci medycznych w Polsce jest rozdrobniony, ale zdominowany przez kilku dużych operatorów, działających głównie w dużych i średnich miastach. Liderem pozostaje Grupa LUX MED, która w 2025 roku dysponowała około 290 własnymi placówkami medycznymi - przychodniami, punktami diagnostycznymi i szpitalami - oraz rozbudowaną siecią partnerstwa. Z jej usług korzystają miliony pacjentów w całym kraju.

Drugim istotnym graczem jest Medicover, posiadający własne centra medyczne i szpitale, a także sieć placówek partnerskich. Na rynku obecny jest również Enel-Med, skoncentrowany głównie na dużych aglomeracjach, oraz PZU Zdrowie, które w 2025 roku miało około 130 własnych placówek i współpracowało z ponad 2400 partnerami. Obok nich funkcjonują m.in. Polmed, Scanmed czy CMD, choć ich skala jest wyraźnie mniejsza.

Prywatna opieka medyczna w formie abonamentów to dziś jeden z najpopularniejszych benefitów pracowniczych w Polsce. Według danych branżowych pakiety medyczne oferuje 60-70 proc. firm zatrudniających powyżej 50 pracowników, a w dużych korporacjach - nawet do 90 proc. Jest to najczęściej wybierany benefit pozapłacowy, wyprzedzający m.in. karty sportowe.

Z abonamentów korzystało w ostatnich latach kilka milionów osób, głównie za pośrednictwem pracodawców. Pakiety firmowe są zazwyczaj tańsze i szersze niż indywidualne - dzięki rabatowi hurtowemu i negocjacji obejmującym większą liczbę pracowników. Różnice cenowe sięgają często 20-40 proc., a zakres świadczeń bywa bardziej rozbudowany niż w ofertach dla klientów indywidualnych.

Oferta prywatnych sieci medycznych znacząco ewoluowała od prostych pakietów podstawowej opieki na początku lat 2000. do rozbudowanych abonamentów obejmujących diagnostykę,

specjalistów, zabiegi i hospitalizację w 2026 roku. Wzrost cen w ostatnich latach był napędzany przede wszystkim inflacją oraz rosnącymi kosztami personelu medycznego.

W 2025 roku opłaty za pakiety medyczne w największych sieciach wzrosły średnio o 8-12 proc., przy czym podwyżki dotyczyły zarówno klientów indywidualnych, jak i ofert firmowych.

W przypadku LUX MED pakiety indywidualne zaczynają się od około 99 zł miesięcznie za wariant podstawowy. Najbardziej rozbudowane pakiety premium wynoszą 899 zł miesięcznie. Abonamenty dla firm są wyceniane indywidualnie i zależą od wielkości przedsiębiorstwa, liczby pracowników oraz zakresu usług.

W Medicoverze jeszcze rok temu ceny pakietów indywidualnych mieściły się w przedziale około 100-160 zł miesięcznie, a w 2026 roku wzrosły do poziomu około 110-180 zł, wraz z rozszerzeniem oferty m.in. o telemedycynę i dodatkowe profile opieki.

Enel-Med oferuje dziś pakiet indywidualny od 83 zł miesięcznie. Ten najtańszy wariant obejmuje m.in. 7 konsultacji specjalistycznych, 18 badań diagnostyki laboratoryjnej oraz 16 zabiegów medycznych. W PZU Zdrowie najniższy pakiet indywidualny kosztuje 88 zł miesięcznie za osobę.

Rozwój prywatnych sieci medycznych jest w dużej mierze odpowiedzią na ograniczoną dostępność świadczeń w systemie publicznym. Dane dotyczące kolejek do specjalistów pokazują, że czas oczekiwania na wizytę w ramach NFZ sięga często kilku miesięcy, a w niektórych specjalizacjach - nawet roku.

Najczęściej prywatnie wybierane są m.in. stomatologia, endokrynologia, ginekologia, okulistyka, psychiatria oraz diagnostyka obrazowa, taka jak rezonans magnetyczny czy tomografia komputerowa.

Dla wielu pacjentów prywatny abonament stał się nie dodatkim, lecz realną alternatywą dla publicznej opieki zdrowotnej.

Rosnące ceny pokazują jednak, że prywatna medycyna - choć coraz bardziej dostępna - przestaje być rozwiązaniem dostępnym dla każdego. Ceny usług, tak jak w innych sektorach, idą w górę znacznie szybciej niż wynagrodzenia. Wszystko wskazuje jednak na to, że sektor prywatnej ochrony zdrowia nadal będzie się rozwijał, przejmując kolejne obszary opieki, z którymi system publiczny nie jest w stanie sobie poradzić.

Ten rak rozwija się latami. Onkolog wskazuje, które badania mogą uratować życie

Katarzyna Wąs-Zaniuk
katarzyna.was-zaniuk@polskapress.pl

Rak jelita grubego to jeden z trzech najczęściej diagnozowanych nowotworów złośliwych. Ryzyko zachorowania rośnie wraz z wiekiem, a statystycznie dotyczy głównie osób po 65. roku życia.

Mężczyźni chorują niemal dwukrotnie częściej niż kobiety. Mimo postępów medycyny, liczba nowych przypadków wciąż rośnie, co sprawia, że choroba pozostaje poważnym wyzwaniem zdrowotnym.

Choć w statystykach rak jelita grubego bywa ujmowany jako jedna jednostka chorobowa, w praktyce obejmuje nowotwory okrężnicy oraz odbytnicy. Różnice te mają znaczenie głównie terapeutyczne. Kluczową sprawą dla pacjenta jest fakt, że nowotwór może długo rozwijać się bez widocznych symptomów.

Przez długi czas rak jelita grubego może nie manifestować się wcale

Jedną z charakterystycznych cech raka jelita grubego jest jego długi, wieloletni przebieg.

- Od momentu pojawienia się polipa do transformacji nowotworowej mija zazwyczaj co najmniej pięć do siedmiu lat. To ogromna szansa na wykrycie zmian na etapie, gdy są jeszcze całkowicie wyleczalne - podkreśla dr n. med. Maciej Kowalewski, chirurg ogólny i onkologiczny z Centrum Medycznego SafiMed z Zabierzowa.

Problem w tym, że choroba przez wiele lat może przebiegać bezobjawowo. W przypadku nowotworów okrężnicy symptomy są często subtelne i łatwe do przeoczenia. Mogą pojawiać się wzdęcia, uczucie dyskomfortu w jamie brzusznej, drobne bóle czy poczucie pełności. Czasem pierwszym sygnałem nie są jednak dolegliwości jelitowe, lecz przypadkowo wykryta anemia w badaniach laboratoryjnych.

Objawy łatwe do zbagatelizowania

Inny przebieg ma rak odbytnicy, który ze względu na swoje umiejscowienie częściej daje objawy miejscowe.

Pacjenci mogą odczuwać ciągłe parcie na stolec, mimo że jelito zostało już opróżnione, wrażenie niepełnego wypróżnienia lub wyraźną zmianę w dotychczasowym rytmie wypróżnień.



Czasami pierwszym objawem nowotworu jest ostra niedrożność przewodu pokarmowego

Charakterystycznym, choć nie zawsze występującym objawem jest też zwężenie stolca, potocznie nazywane „stolcem ołówkowym”. Często pojawia się też krwawienie z dolnego odcinka przewodu pokarmowego, które bywa mylnie przypisywane hemoroidom.

- To bardzo ryzykowne uproszczenie. Każde krwawienie, stwierdzona niedokrwistość czy dodatni wynik testu na krew utajoną w stolcu powinny być wskazaniem do wykonania kolonoskopii, nawet jeśli podejrzewamy jedynie chorobę hemoroidalną - zaznacza specjalista.

W późniejszych stadiach choroby mogą występować naprzemienne zaparcia i biegunki, spo-

wodowane stopniowym zwężaniem jelita przez guz i utrudnionym pasażem treści pokarmowej. Czasami pierwszym objawem nowotworu jest ostra niedrożność przewodu pokarmowego, wymagająca pilnej interwencji chirurgicznej.

Kto znajduje się w grupie największego ryzyka?

Na rozwój raka jelita grubego wpływa wiele czynników. Niektóre z nich, takie jak wiek czy występowanie choroby w rodzinie, pozostają poza kontrolą pacjenta. Istnieją również rzadkie zespoły genetyczne, które znacząco zwiększają ryzyko zachorowania, choć odpowiadają tylko za niewielką część przypadków. U większości chorych nowotwór rozwija się w wyniku mutacji nabywanych stopniowo przez wiele lat.

Ogromne znaczenie ma również styl życia. Do najważniejszych czynników ryzyka należą dieta bogata w czerwone i przetworzone mięso, szczególnie przygotowywane w wysokiej temperaturze, nadwaga i otyłość, brak regularnej aktywności fizycznej, palenie tytoniu oraz nadmierne spożycie alkoholu.

Z kolei dieta obfitująca w błonnik, warzywa, owoce i produkty pełnoziarniste sprzyja prawidłowej pracy jelit.

- Nabłonek jelita grubego intensywnie się odnawia, a dieta bogatoresztkowa wspiera ten proces, w prosty sposób redukując ryzyko rozwoju nowotworu - wyjaśnia chirurg.

Najskuteczniejszym sposobem wykrywania raka jelita grubego pozostaje kolonoskopia, uważana za złoty standard diagnostyki. Pozwala ona dokładnie obejrzeć całą błonę śluzową jelita grubego, a w razie potrzeby usunąć polipy lub pobrać wyinki do badania histopatologicznego. U osób bez obciążenia rodzinnymi pierwszymi kolonoskopię zaleca się po 50. roku życia, a przy prawidłowym wyniku powtarza co 10 lat. W przypadku dodatniego wywiadu rodzinnego diagnostykę warto rozpocząć wcześniej, zwykle po 40. roku życia.

Badania mogą uzupełniać testy na krew utajoną w stolcu oraz proste badanie palcem przez odbyt.

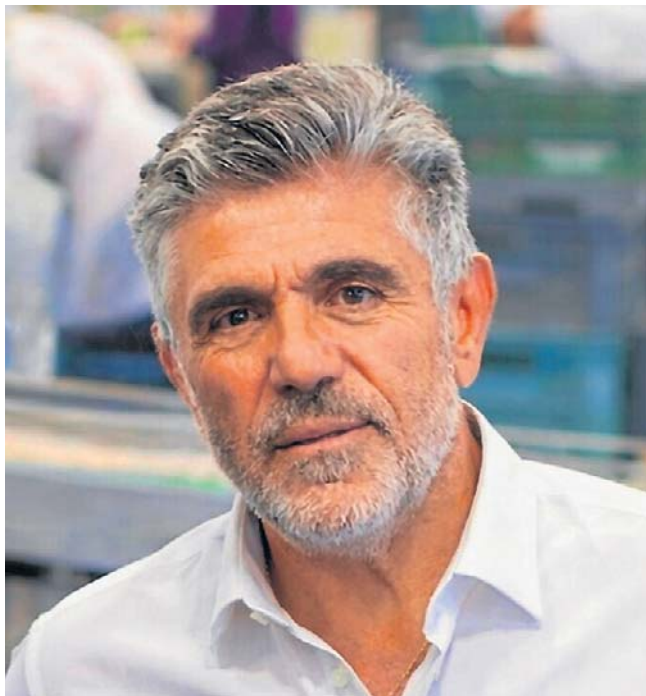
- Duża część guzów odbytnicy znajduje się w zasięgu palca badającego. To badanie bywa niedoceniane, a może mieć kluczowe znaczenie dla wczesnego rozpoznania - przypomina dr Maciej Kowalewski.

Rak jelita grubego to nowotwór, w którym profilaktyka i wczesna diagnostyka mają bezpośredni wpływ na długość i jakość życia. Kluczowe jest jednak zachowanie czujności i reagowanie nawet na z pozoru mało istotne objawy.

- Najpoważniejszym błędem jest odkładanie badań i próby leczenia się na własną rękę. W tej chorobie czas naprawdę może działać na korzyść pacjenta, jeśli zostanie właściwie wykorzystany - podsumowuje specjalista z Centrum Medycznego SafiMed.

Krótsze kolejki, szybszy dostęp do specjalistów i coraz szersza oferta sprawiają, że abonamenty medyczne stały się codziennością

Osobowość Roku 2025



BIZNES I PRZEDSIĘBIORCZOŚĆ

Georgios Orfanos, prezes zarządu Dagoma Sp. z o.o., Puck



KULTURA

Marcin Bildziuk, malarz, animator kultury, pedagog i krytyk sztuki, Gdańsk



NAUKA

dr hab. Ewa Bandurska, prodziekan ds. jakości kształcenia i praktyk studenckich na Wydziale Nauk o Zdrowiu z Instytutem Medycyny Morskiej i Tropikalnej, Gdańsk



INNOWACJE/NOWE TECHNOLOGIE

dr Łukasz Szydłowski, dyrektor technologiczny AstroFarms, Gdynia



POLITYKA, SAMORZĄDNOŚĆ I SPOŁECZNOŚĆ LOKALNA

Maximilian Kieturakis, radny, Gdańsk



DZIAŁALNOŚĆ SPOŁECZNA I CHARYTATYWNA

Joanna Głogowska, założycielka Akademii Wsparcia w Żałobie, trenerka mentalna, coach żałoby, Gdańsk

Dodatek, który trzymasz w rękach, to przegląd wspaniałych osób nominowanych do prestiżowego tytułu Osobowość Roku 2025. Osób, które wyróżniły się w swoich dziedzinach, na przykład w nauce, biznesie, polityce, kulturze czy działal-

ności społecznej. One inspirują, zmieniają, pomagają. Każde ich zdjęcie, każdy podpis przypomina, że za imieniem i nazwiskiem kryje się historia, doświadczenie i zaangażowanie w życie lokalnej społeczności oraz pracę dla innych.

Czytając listę osób nominowanych do tytułu Osobowość Roku 2025, łatwo dostrzec różnorodność - i pod względem zawodów, i środowisk, z których pochodzą ci bohaterowie lokalnej codzienności. Wspólnym mianownikiem jest ich auten-

tyczność i wpływ, jaki mają na swoje otoczenie, nawet jeśli nie zawsze jest głośny czy spektakularny. Bo nie zależy tylko od stanowiska, rodzaju działalności czy tytułu. Czasem wystarczy pomysł, determinacja, gotowość do działania i serce.

Plebiscyt Osobowość Roku to ogólnopolska akcja, której celem jest przedstawienie osób wyróżniających się w swoim środowisku, w swojej małej o- czyźnie. To więc również okazja, by spojrzeć na Polskę lokalną - przez pryzmat tych lu-

dzi, którzy w województwie tworzą realną zmianę. Od małych inicjatyw po przedsięwzięcia o zasięgu ogólnopolskim, pokazują, że siła jednostki i wspólnoty mogą iść w parze - i często właśnie to podkreślają, gdy z nimi rozmawiamy.

Czytaj więcej o plebiscycie na www.dziennikbałtycki.pl/osobowosc

PEŁNA LISTA NOMINOWANYCH

GDAŃSK	
Kultura	
Dorota Androsz , aktorka Teatru Wybrzeże, Gdańsk - nominacja za wrażliwość artystyczną i pasję, czego wyrazem są spektakle “Czego nie widać”, “Nieczułość”, “Nora”, “Potop”, “Puste miejsca”, “Romeo i Julia is not dead”, “Wyzwolenie” oraz “Memling, czyli historia końca świata”.	GSK.7
Marcin Bildziuk , malarz, animator kultury, pedagog i krytyk sztuki, Gdańsk - nominacja za łączenie twórczości artystycznej z edukacją i rozwojem lokalnej społeczności oraz budowanie otwartego środowiska artystycznego w Gdańsku.	GSK.19
Agnieszka Długolecka-Kuraś , kierownik Chóru Opery Bałtyckiej, nauczyciel muzyki, dyrygent chóru OSM im. Feliksa Nowowiejskiego, Gdańsk - nominacja za osobowość, talent, za nagrody na międzynarodowych konkursach chóru Canzonetta, za chór dziecięcy Opery Bałtyckiej; za budowanie dobrej kulturalnej marki regionu.	GSK.223
Anna Fedyniak-Kołodziej , założycielka i dyrektor Przedszkola w Matemblewie, nauczycielka w Gdańskiej Szkoły Autonomiczne, założycielka i prezes fundacji Teraz Kultura, reżyser, choreograf, tancerka, Gdańsk - nominacja za działania w sferze kultury, za wprowadzanie na mapę Trójmiasta ciekawych i pięknych przedstawień muzycznych; za kształcenie dzieci i młodzieży w zakresie muzyki.	GSK.3
Elżbieta Foltyniak , dyrektorka Domu Literatury, Gdańsk - nominacja za rozwijanie i promowanie życia literackiego Gdańska oraz regionu Pomorza - zarówno poprzez działania skierowane do szerokiej publiczności, jak i współpracę z pisarzami, badaczami, tłumaczami i wydawcami.	GSK.9
Grzegorz Fortuna , badacz popkultury i współtwórca Octopus Film Festival oraz kolektywu VHS Hell, Gdańsk - nominacja za książkę „Elektroniczny bandyta. Rynek wideo w Polsce okresu transformacji” - inspirującą opowieść o okresie transformacji, kiedy kasety wideo zawładnęły wyobraźnią Polaków.	GSK.11
Ola Franc , artystka multimedialna, Gdańsk - nominacja za projekt Jak się masz, Zatoko?, czyli twórcze przebadanie relacji mieszkańek i mieszkańców z Zatoką Gdańską - wizytówką miasta, oknem na daleki świat.	GSK.24
Kamil Galus , animator kultury, poeta i redaktor Strony Czynnej, Gdańsk - nominacja za twórczość poetycką i redakcję czasopisma Strona Czynna - za propagowanie kultury literackiej i dobrej kulturalnej marki Gdańska nie tylko w roku 2025.	GSK.14
Magdalena Gładysiewicz , aktorka Teatru Miniatura, Gdańsk - nominacja za wrażliwość i pasję, za koncepcję, pomysły i scenografię spektaklu „28 dni z życia dziewczyny” w reż. Ady Tabisz w Miejskim Teatrze Miniatura.	GSK.17
Artur Grabarczyk , nauczyciel tańca współczesnego w Ogólnokształcącej Szkole Baletowej im. Janiny Jarzynówny Sobczak w Gdańsku, tancerz, choreograf, performer, Lider h.art company, Prezes Grab Art Foundation, Gdańsk - nominacja za rozwój i propagowanie tańca współczesnego wśród młodzieży, za szereg spektakli i choreografii. Za wszelkie osiągnięcia i nominacje do nagród, przyznane stypendia i ciekawe projekty, zrealizowane m.in. w ŻAK-u i Teatrze Szekspirowskim. Za premiery zarówno w Trójmieście, jak i w całej Polsce.	GSK.5
Aleksandra Józefów , artystka rzeźbiarka, Gdańsk - nominacja za projekty, w których interpretuje przestrzeń we współczesny, a zarazem przenikliwy i przemysłany sposób; za innowacyjność, czyli korzystanie z echnologii 3D - CNC, AR, 3d Print i skanery, za interpretację mapy Wrzeszcza w postaci oryginalnej rzeźby z betonu komórkowego.	GSK.2
Natalia Klimczak , członkini Towarzystwa Przyjaciół Gdańska, Gdańsk - nominacja za aktywne zaangażowanie w popularyzację lokalnych tradycji i historii miasta. Za budowanie dobrej marki Towarzystwa Przyjaciół Gdańska; za spacer, wykłady i warsztaty historyczne, m.in. o dawnych zwyczajach i zabytkach regionu, za promocję dziedzictwa kulturowego Gdańska.	GSK.23
Swietlana Krzemińska , instruktor i choreograf tańca, Gdańsk - nominacja za pracę z seniorami - za stworzenie grup tanecznych w zakresie tańców folkowych, bałkańskich, greckich i romyjskich. Za zaangażowanie w wiele uroczystości organizowanych w Gdańsku i poza nim, np. ostatnio w Art of culture w Warszawie.	GSK.27

Krzysztof Kucharski , założyciel i szef Projektu Historycznego Garnizon Gdańsk, edukator w Muzeum Historycznym Miasta Gdańska, od 2012 roku oficjalny Gdański Kaper., Gdańsk - nominacja za propagowanie historii miasta Gdańska i regionu - za działalność w ramach Projektu Historycznego Garnizon Gdańsk. Za współpracę z szeregiem instytucji, w tym z Centrum Hewelianum, Narodowym Muzeum Morskim, Muzeum Archeologicznym w Gdańsku i MOSIR-em Gdańsk.	GSK.16
Grzegorz Kwiatkowski , poeta, muzyk, założyciel zespołu Trupa Trupa, Gdańsk - nominacja za popularyzację regionu za granicą oraz stworzenie ścieżki dźwiękowej do polskiego kandydata do Oscara - filmu Franz Kafka.	GSK.12
Hugon Lasecki , malarz, wykładowca ASP, Gdańsk - nominacja za współtworzenie tożsamości gdańskiego środowiska artystycznego oraz Akademii Sztuk Pięknych; za malarstwo, które cenione jest w całej Polsce oraz za granicą.	GSK.13
Adriana Majdzińska , prodziekan Kierunku Rzeźba ASP, Gdańsk - nominacja za nowatorski projekt, czyli Pierwszy Gdański Międzynarodowy Konkurs na Okładkę Płytową i ilustrację Muzyczną (Gdańsk Cover Awards), adresowany do osób, które mają artystyczną duszę i zainteresowania muzyczne.	GSK.1
Marcin Nenko , kierownik muzyczny Teatru Wybrzeże, Gdańsk - nominacja za udane projekty muzyczne, m.in. muzykę do spektaklu „Iwona, księżniczka Burgunda” w reż. Adama Orzechowskiego w Teatrze Wybrzeże.	GSK.20
Tetiana Ocheredko , artystka z grupy Urban Sketchers Gdańsk., Gdańsk - nominacja za wyjątkowy wkład w promocję Gdańska, polskiej kultury oraz urban sketchingu na arenie międzynarodowej; za trzy warsztaty oraz pokaz autorskiej techniki rysunku podczas 13. Międzynarodowego Sympozjum Urban Sketchers w Poznaniu. Za działalność edukacyjną - m.in.warsztaty malarstwa olejnego inspirowane techniką van Gogha.	GSK.28
Kamilla Osowska , prezes Stowarzyszenia Wolne Miasto Kultury, Gdańsk - nominacja za wyjątkowy, wielowymiarowy wkład w rozwój kultury oraz życie społeczne lokalnych środowisk; za działalność społeczną, często opartą na wolontariacie; za odważne sięganie po twórczość Adama Mickiewicza i interpretowanie jej w sposób dostępny i poruszający dla współczesnego odbiorcy - za projekt Tajne Dziady.	GSK.15
Antoni Ośmiałowski , animator kultury, filmowiec, student Politechniki Gdańskiej, Gdańsk - nominacja za projekt „Warto Tu Być”, który łączy animację 3D i video-mapping, prezentując Gdańsk w kreatywny, humorystyczny sposób. Za prace, które zdobyły miliony wyświetleń, a pokazy na żywo przyciągnęły tłumy, budząc zainteresowanie lokalną kulturą.	GSK.4
Piotr Pawlak , pianista, Gdańsk - nominacja za wspaniałe reprezentowanie regionu na Międzynarodowym Konkursie Pianistycznym im. Fryderyka Chopina - za propagowanie kultury muzycznej i dziedzictwa Wielkiego Kompozytora.	GSK.25
Magdalena Pela , artystka wizualna, wykładowczyni ASP Gdańsk, Gdańsk - nominacja za konsekwentnie tworzony własny język twórczy, który stał się jedną z najciekawszych form ekspresji w polskiej sztuce współczesnej.	GSK.18
Daniel Sobański , asystent profesora w pracowni PiOP na Akademii Sztuk Pięknych, Gdańsk - nominacja za działalność artystyczną w roku 2025; za zajmowanie się rzeźbą, rysunkiem, scenografią, animacją i nowymi mediami. Za prace, które były prezentowane były w Polsce i za granicą. Za warsztaty artystyczne.	GSK.6
Monika Sobczak-Konca , kuratorka wystaw w Nadbałtyckim Centrum Kultury, edukatorka, Gdańsk - nominacja za wystawę „Dalszy plan”. opowieść o rzeczywistości, którą zwykle odkładamy „na później” - o drobnych detalach, które kształtują nasze codzienne widzenie świata, za prowadzenie warsztatów i oprowadzań kuratorskich.	GSK.22
Sandra Sowulewska , animator dziecięcy, Ciocia Sandra, Gdańsk - nominacja za tworzenie wyjątkowych animacji dla dzieci; za udany projekt Ciocia Sandra, pokazujący, jak można aktywizować najmłodszych, za energię, pasję działania.	GSK.26
Eugenia Tymna , Projektantka, badaczka i wykładowczyni Akademii Sztuk Pięknych w Gdańsku. Jej głównym obszarem zainteresowań jest liternictwo, badanie dawnych technik złotnictwa oraz projektowanie w przestrzeni publicznej - nominacja za oryginalny język wizualny, wrażliwość artystyczną i konsekwentne budowanie własnego stylu, który wzbogaca region.	GSK.10

Aby oddać głos, wyślij na nr **7303** SMS o treści wskazanej przy nazwisku nominowanej osoby (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Dorota Walentynowicz , artystka wizualna, badaczka feministyczna, doktor habilitowana, Gdańsk - nominacja za wprowadzenie studentów ASP Gdańsk w nowoczesne podejście do obrazu i krytyczne myślenie o mediach wizualnych oraz za aktywną działalność uświatniającą gdańską przestrzeń publiczną.	GSK.8
Marlena Wittstock , pisarka, Gdańsk - nominacja za cykl książek „Pewnego razu w Wolnym Mieście”, trylogii osadzonej w Gdańsku; za pokazywanie skomplikowanej historii miasta Gdańska i jego mieszkańców.	GSK.21
Działalność społeczna i charytatywna	
Jolanta Brendel , fundator i prezes Fundacji Na Pomoście Miłości, Gdańsk - nominacja za pomoc potrzebującym - za zbiórki potrzebnych rzeczy ludziom, którzy sami z różnych powodów nie mogą sobie na nie pozwolić. Za ogromne serce i pomoc dyskretną, bez rozgłosu i sławy; za działalność fundacji Na Pomoście Miłości.	GSC.24
Marta Czyż-Taraszkiewicz , prezes Fundacji z Pomą - Pomóż Dzieciom z Białączką, Gdańsk - nominacja za przyczynianie się do tego, aby pobyt dzieci i rodziców na szpitalnych oddziałach był nie tylko przykrym wspomnieniem. Za zajęcia, które umilają czas dzieciom na oddziale tj. arteterapia, kino z pompą. Za wielkie serce i umiejętność skupiania ludzi dobrej woli wokół szlachetnego celu.	GSC.242
prof. dr hab. Monika Fedyk-Klimaszewska , profesor Akademii Muzycznej, pedagog emisji głosu, Gdańsk - nominacja za szeroką działalność kulturalną; za cykle Oruńskie Koncerty Kameralne, Chełmskie Wieczory Muzyczne, cykl w Gdańskim Archipelagu Kultury - Scena Muzyczna w Parku Oruńskim. Za zorganizowanie w Gdańsku przeszło 150 koncertów o różnorodnej tematyce. Za edukację melomanów, którzy; za promocję wielu młodych śpiewaków.	GSC.16
Zenobia Glac-Ściebura , przewodnicząca Zarządu Dzielnicy Orunia Górna-Gdańsk Południe, prezes fundacji Zabawa i Poznanie, Gdańsk - nominacja za łączenie pracy na rzecz projektów dzielnicowych z organizacją wypoczynku dla dzieci i propagowanie wolontariatu.	GSC.20
Joanna Głogowska , założycielka Akademii Wsparcia w Żalobie, trenerka mentalna, coach żałoby, Gdańsk - nominacja za stworzenie i prowadzenie Akademii Wsparcia w Żalobie. Za wspieranie osób po stracie oraz edukowanie społeczeństwa w temacie żałoby, śmierci i przeżywania straty. Za przełamywanie tabu i naukę empatycznego podejścia przez warsztaty, spotkania grupowe i działania edukacyjne. Za pracę, która ma wpływ na życie i odpowiada na ważną potrzebę społeczną.	GSC.253
Jacek Górski , prezes stowarzyszenia Opowiadacze Historii Dolnego Miasta, Gdańsk - nominacja za propagowanie historii Dolnego Miasta; za organizację tematycznych spacerów dla mieszkańców i za działalność w domu sąsiedzkim na Dolnym Mieście.	GSC.7
Grzegorz Ilnicki , adwokat, specjalista prawa pracy z OPZZ Konfederacja Pracy i kancelarii AVAL-CONSULT, Gdańsk - nominacja za wkład w tworzenie przygotowywanych przez rząd przepisów dotyczących mobbingu - z nową definicją mobbingu, prostszymi postępowaniami sądowymi i precyzyjnym zdefiniowaniem ochrony przed przemocą w miejscu pracy oraz konsekwentną obronę praw pracowników przed sądami pracy.	GSC.4
Karolina Jóźwiak , menadżer Restauracji Republika, Gdańsk - nominacja za udział w akcji „Gdańska Gastronomia dla Dzieci; za budowanie świątecznej solidarności.	GSC.8
Alina Kaszkiel-Suska , prezeska fundacji FOSA, Gdańsk - nominacja za realizowany wraz z zespołem projekt Niebieskie Trampki, który tworzy bezpieczną przestrzeń dla młodych ludzi oraz oferuje profesjonalną pomoc.	GSC.1
Marcin Madany , przewodniczący Zarządu Dzielnicy Suchanino, Gdańsk - nominacja za zaangażowanie w sprawy dzielnicy i jej mieszkańców, za aktywizowanie lokalnej społeczności i udaną współpracę ze Szkołą Podstawową nr 4, czego wyrazem są projekty sportowe, m.in. turniej piłkarski.	GSC.12
Tatsiana Mironenko , koordynatorka Forum Młodzieży Niebieskie Trampki, pedagog, terapeuta zajęciowy, trener umiejętności społecznych w fundacji FOSA, Gdańsk - nominacja za realizowanie i koordynację projektów, które na co dzień pomagają młodzieży z trudnościami psychologicznymi; za codzienną pracę w zakresie streetworkingu i uczynienie z klubu Niebieskie Trampki przyjaznego miejsca dla młodych ludzi.	GSC.19

GDAŃSK - LIDERZY GŁOSOWANIA

BIZNES I PRZEDSIĘBIORCZOŚĆ



Leszek Goli

DZIAŁALNOŚĆ SPOŁECZNA I CHARYTATYWNA



Joanna Głogowska

KULTURA



Kamilla Osowska

POLITYKA, SAMORZĄDNOŚĆ I SPOŁECZNOŚĆ LOKALNA



Maximilian Kieturakis

PEŁNA LISTA NOMINOWANYCH

Grzegorz Perzyński , fundator i prezes Fundacji Transplantacja LIVERstrong, Gdańsk - nominacja za propagowanie pięknej idei transplantacji, czego wyrazem była Sztafeta Transplantacyjna Nowe Życie z udziałem kolarzy, z których każdy żyje dzięki przeszczepom medycznym.	GSC.5
Aneta Pierzchała-Tolak , członkini Zespołu Interdyscyplinarnego w Gdańsku, dyrektorka Fundacji Centrum Praw Kobiet, Gdańsk - nominacja za kampanię „Przemoc karmi się milczeniem”, która zwraca uwagę na to, że przemoc to nie wyłącznie siniaki, a także kontrola, zastraszanie, odbieranie pieniędzy, śledzenie w sieci czy upokorzenie i degradacja ofiary.	GSC.2
Katarzyna Piszcz , doktor nauk chemicznych, edukatorka w dziedzinie naturalnych terapii, Gdańsk - nominacja za udaną markę edukacyjną Dr Essential; za warsztaty, webinary i indywidualne konsultacje dotyczące stosowania olejków eterycznych w codziennym życiu; za wspieranie kobiet - szczególnie w kontekście hormonów i zdrowia emocjonalnego.	GSC.9
Marta Próchniewicz , artystka, działaczka społeczna, Gdańsk - nominacja za promowanie mało spotykanego w Gdańsku ginącego rzemiosła, jakim jest plecionkarstwo, za podtrzymywanie polskich tradycji plecionkarskich poprzez edukację, wolontariackie akcje i darmowe warsztaty z wikliny w gdańskiej Fundacji Nova, a także w ramach rekonstrukcji historycznych grupy Garnizon Gdańsk.	GSC.13
Michał Sikorski , właściciel Team Gdańsk DLA Dzieci, radny Dzielnicy Oliwa, Gdańsk - nominacja za pracę w zespole Team Gdańsk DLA Dzieci; za aktywną działalność charytatywną w roku 2025, za pomoc niesioną potrzebującym bez zbędnego rozgłosu.	GSC.14
Katarzyna Skakuj , edukatorka przyrodnicza, Gdańsk - nominacja za prowadzenie edukacji przyrodniczej dla przedszkoli, szkół i klientów indywidualnych; za spacery ornitologiczne Skrzydlaci mieszkańcy Ptasiego Raju na Wyspie Sobieszewskiej.	GSC.10
Dastin Suski , Wiceprezes Fundacji FOSA, Gdańsk - nominacja za opiekę terapeutyczną, zajęcia integracyjne i warsztaty rozwoju osobistego dla dzieci i młodzieży z zaburzeniami psychicznymi.	GSC.3
Przemysław Szaliński , prezes Fundacji Przemek Dzieciom, Gdańsk - nominacja za niesienie pomocy potrzebującym - za akcje, które zawsze noszą pozytywne skutki. Za pasję działania i dzielenie się dobrem w roku 2025.	GSC.235
Michał Szczepankiewicz , certyfikowany inspektor drzew, aktywista oddolnej inicjatywy Drzewa w Mieście dla Klimatu, Gdańsk - nominacja za przeforsowanie przyjętej w styczniu 2025 roku przez Radę Miasta Gdańska Gdańskiej „Karty dla Drzew”, która m.in. określa zasady ich ochrony i szerzej sposobu urządzania i pielęgnacji terenów zielonych.	GSC.15
Magdalena Wytrzymalska-Wiśniewska , dyplomowana wizażystka, wolontariuszka Fundacji Piękniejsze Życie, Gdańsk - nominacja za bezpłatne warsztaty z makijażu i pielęgnacji skóry dla kobiet z chorobami onkologicznymi, które odbywają się w Wojewódzkim Centrum Onkologii w Gdańsku.	GSC.11
Paweł Zarzycki , prezes Stowarzyszenia Kocham Gdańsk, Gdańsk - nominacja za promowanie udziału obywateli w życiu publicznym, debacie i polityce lokalnej - za krytyczne komentowanie działań władz miejskich i pokazywanie dobrych rozwiązań.	GSC.17

Biznes i przedsiębiorczość

Arkadiusz Aszyk , prezes zarządu Mostostal Pomorze S.A, Gdańsk - nominacja za wprowadzenie firmy do grona liderów branży offshore i offshore wind w kraju, oraz zdobywanie lukratywnych kontraktów zagranicznych.	GSB.2
Grzegorz Borowski , współzałożyciel CEO InfoShare, Gdańsk - nominacja za konsekwentne budowanie Gdańska jako technologicznego serca Europy Środkowo-Wschodniej. Za to, że w 2025 roku InfoShare przyciągnęło rekordową liczbę inwestorów i startupów, promując miasto jako idealne miejsce do pracy w sektorze tech.	GSB.185
Paweł Cecerko , właściciel firmy Moje Łazienki, Gdańsk - nominacja za udane remonty i aranżacje w 2025 roku, za indywidualne podejście do potrzeb klientów, za uczciwość, kulturę, terminowość, co jest doceniane nie tylko przez mieszkańców Gdańska.	GSB.9

Dariusz Domachowski , prezes zarządu firmy PROFREM Sp. z o.o., Gdańsk - nominacja za łączenie wysokiej jakości z atrakcyjnymi cenami, co jest doceniane przez zadowolonych klientów i udane realizacje w 2025 roku, co czyni z firmy jednego z liderów na gdańskim rynku remontowym.	GSB.4
Kazimierz Fedorek , szef Biura Turystyki UNITUR, Gdańsk - nominacja za zbudowanie marki biura podróży, które cieszy się zaufaniem wśród klientów nie tylko z Gdańska; za udane projekty w roku 2025, które budują silną pozycję biura w branży turystycznej.	GSB.5
Leszek Goli , prezes zarządu w SPIE Energy Poland S.A., Gdańsk - nominacja za wybitne osiągnięcia w biznesie i przedsiębiorczości, skuteczne kierowanie SPIE Energy Poland S.A. oraz znaczący wkład w rozwój nowoczesnej infrastruktury elektroenergetycznej na Pomorzu i w całej Polsce.	GSB.184
Danuta Kaszubowska , prezes zarządu firmy AS-PL, Gdańsk - nominacja za innowacyjne zarządzanie i sukcesy firmy w roku 2025, za zbudowanie silnej pozycji na światowym rynku motoryzacyjnym.	GSB.3
Piotr Kaźnica , pomysłodawca, założyciel oraz właściciel Klubu Podróżników Apetyt na Świat, Gdańsk - nominacja za kreatywne i innowacyjne podejście do turystyki oraz dopasowywanie wypraw do indywidualnych potrzeb klientów, co czyni z „Apetytu na Świat” jedno z najlepszych gdańskich biur podróży w 2025 roku.	GSB.11
Marek Konderak , właściciel studia tańca TOPdance, Gdańsk - nominacja za pasję działania w 2025 roku, która sprawia, że studio TOPdance jest doceniane przez klientki i klientów; za budowanie najwyższej jakości w konkurencyjnej branży.	GSB.8
Tomasz Krygier , właściciel firmy NTB Krygier Tomasz, Gdańsk - nominacja za udane projekty innowacyjnych domów drewnianych w 2025 roku na terenie całego województwa pomorskiego, co czyni firmę rozpoznawalną marką docenianą przez klientów.	GSB.15
Krzysztof Moskwa , właściciel firmy Usługi remontowo-wykończeniowe Krzysztof Moskwa, Gdańsk - nominacja za solidność, terminowość i kulturę pracy, co zostało docenione przez klientów w 2025 roku, za budowanie dobrej gdańskiej marki w sektorze usług remontowo-wykończeniowych.	GSB.6
Remigiusz Paszkiewicz , prezes zarządu Grupy Przemysłowej Baltic, Gdańsk - nominacja za rozpoczęcie strategicznej współpracy z niemiecką firmą VENSYS Energy AG, jednym z czołowych producentów turbin wiatrowych w Europie; za uczynienie ważnego kroku w ekspansji firmy na europejski rynek energii odnawialnej.	GSB.14
Marek Piechocki , prezes LPP S.A., Gdańsk - nominacja za sukcesywną transformację cyfrową giganta odzieżowego i rozwój autorskich technologii w logistyce oraz e-commerce. Za utrzymanie pozycji lidera przy jednoczesnym rozwijaniu gdańskiego centrum IT, zatrudniającego setki specjalistów.	GSB.183
Maciej Piwko , współzałożyciel aplikacji mobilnej Finebite, organizator wydarzeń i przestrzeni gastronomicznych, Gdańsk - nominacja za zwiększenie zasięgu działalności aplikacji Finebite w 2025 roku, która przyciągnęła ponad milion użytkowników i współpracuje z ponad 1000 restauracjami w Polsce.	GSB.7
Zbigniew Rogusz , właściciel firmy ZR Konstrukcje, Gdańsk - nominacja za udane remonty i aranżacje w 2025 roku; za indywidualne podejście do potrzeb klientów, za uczciwość, kulturę, terminowość, co buduje dobrą i wyjątkową pomorską markę.	GSB.16
Marlena Sawicka , właścicielka PlayGym, Gdańsk - nominacja za łączenie ducha przedsiębiorczości z zaangażowaniem na rzecz najmłodszych; za pasję działania i budowanie dobrej marki na mapie Gdańska.	GSB.175
Rafał Skorupa , prezes zarządu firmy H&R PROJEKT Sp. z o.o., Gdańsk - nominacja za udane i innowacyjne realizacje budowlane, indywidualne podejście do projektów i solidność, co zostało docenione przez klientów w 2025 roku, za budowanie dobrej marki w gdańskiej branży budowlanej.	GSB.12
Przemysław Szeleter , prezes Zarządu DAC.digital, Gdańsk - nominacja za dynamiczny rozwój firmy w obszarze deep-tech i AI. Za to, że w 2025 roku spółka zrealizowała szereg międzynarodowych projektów, udowadniając, że gdańska myśl inżynieryjna i projektowa jest towarem eksportowym najwyższej jakości.	GSB.182

PLEBISCYT 3
Aby oddać głos, wyślij na nr 7303 SMS o treści wskazanej przy nazwisku nominowanej osoby (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Agnieszka Tempska , właścicielka Studia Tańca ENZYM, Gdańsk - nominacja za łączenie pasji do tańca z duchem przedsiębiorczości, co czyni Enzym miejscem wyjątkowym i docenianym w 2025 roku; za społeczną odpowiedzialność biznesu i organizację wielu wydarzeń tanecznych.	GSB.1
Rafał Żemojdzin , właściciel firmy R3N Usługi Remontowo-Budowlane, Gdańsk - nominacja za profesjonalizm, terminowość oraz wysoką jakość wykonania prac w 2025 roku; za budowanie dobrej marki Gdańska w sektorze budownictwa.	GSB.13
Polityka, samorządność i społeczność lokalna	
Piotr Bednarski , radny dzielnicy Przymorze Małe, Gdańsk - nominacja za zaangażowanie w sprawy mieszkańców Przymorza. Za walkę o poprawę warunków życia w dzielnicy - za organizację ważnych akcji, np. w obronie przedszkola Stokrotka. Za spotkania sąsiedzkie, które integrują mieszkańców.	GSP.10
Aneta Borkowska , prezeska i współzałożycielka Fundacji 33 Biskupia, Gdańsk - nominacja za działania pomocowe oraz promowanie integracji i aktywnego uczestnictwa w życiu lokalnej wspólnoty.	GSP.168
prof. Jacek Dominiczak , wykładowca Akademii Sztuk Pięknych w Gdańsku, badacz, teoretyk i performer architektury nieodłącznie związany z pojęciami Architektury Dialogicznej, Miasta Dialogicznego i Kodu Tożsamości Lokalnej, Gdańsk - nominacja za działania (m.in. spotkania, wykłady) na rzecz traktowania miejskiej przestrzeni jako wspólnego kulturowego dzieła i dla wspólnego dobrostanu.	GSP.2
Anna Gołędzinowska , radna, Gdańsk - nominacja za reprezentowanie opinii mieszkańców w radzie miasta oraz zaangażowanie w tworzeniu zrównoważonej przestrzeni miejskiej.	GSP.169
Natalia Grzymała , aktywistka miejska i edukatorka ekologiczna, Gdańsk - nominacja za działania na rzecz ochrony przyrodniczej Oplwywu Motławy w Gdańsku; za inicjatywę społecznej grupy Dzika Fosa Miejska; za praktyczne realizacje zasady „myśl globalnie, działaj lokalnie”; za projekty, które mają zachęcać lokalne społeczności do miejskiego życia w duchu zero-waste.	GSP.7
Jarosław Gudźowski , przewodniczący zarządu Rady Dzielnicy Brzeźno, Gdańsk - nominacja za aktywne działania na rzecz Brzeźna, czego wyrazem jest dokument, w którym określono ponad 40 mniejszych i większych inicjatyw oraz inwestycji, jakie rada chce zrealizować w najbliższym czasie - m.in. odbudowę mola przy ul. Zdrojowej.	GSP.3
Elżbieta Jachlewska , prezes Stowarzyszenia Waga, Gdańsk - nominacja za działania na rzecz równouprawnienia lokalnego, inicjatywy promujące równy dostęp do usług publicznych oraz wsparcie dla osób zagrożonych wykluczeniem.	GSP.172
Adrian Kaniewski , społeczny radny do spraw drzew w Gdańsku, Gdańsk - nominacja za działania na rzecz środowiska naturalnego i terenów zielonych - za pracę w Społecznej Radzie ds. Drzew, organu doradczo-opiniotwórczego działającego przy władzach miasta. Za wspieranie dialogu między miastem, ekspertami i mieszkańcami w sprawach związanych z ochroną, utrzymaniem i rozwojem drzewostanu w Gdańsku.	GSP.1
Maximilian Kieturakis , radny, Gdańsk - nominacja za zaangażowanie w dialog społeczny i projekty wspierające mieszkańców oraz za wspieranie lokalnych twórców.	GSP.173
Andrzej Kowalczyś , radny, Gdańsk - nominacja za aktywne wspieranie lokalnych turniejów piłkarskich dla dzieci i młodzieży - za promocję aktywności i zdrowego trybu życia.	GSP.177
Piotr Krzyszewski , dyrektor zarządzający ds. Zielonego Gdańska, Gdańsk - nominacja za działania pokazujące, że Gdańsk ma być nie tylko pięknym miastem nad morzem, ale także przykładem odpowiedzialnego podejścia do środowiska.	GSP.11
Maria Lachowska , radna dzielnicy Suchanino, Gdańsk - nominacja za zaangażowanie społeczne koncentrujące się na obszarach kultury, edukacji oraz integracji międzypokoleniowej.	GSP.176
Anna Ledóchowska , prezes Fundacji Mamma Mia, Gdańsk - nominacja za realizację projektów wspierających rozwój społeczny i edukacyjny, a także działania na rzecz wsparcia dzieci w pieczy zastępczej oraz rodzin zastępczych.	GSP.170

GDYNIA - LIDERZY GŁOSOWANIA

DZIAŁALNOŚĆ SPOŁECZNA I CHARYTATYWNA



Justyna Sudzik

KULTURA



Justyna Chatlas

POLITYKA, SAMORZĄDNOŚĆ I SPOŁECZNOŚĆ LOKALNA



Maciej Samsonowicz

PEŁNA LISTA NOMINOWANYCH

Artur Lemański , działacz społeczny, instruktor Związku Harcerstwa Polskiego, Gdańsk - nominacja za budowanie społeczeństwa obywatelskiego w Gdańsku, zaangażowanie w pracę z dziećmi i młodzieżą oraz rozwiązywanie lokalnych problemów.	GSP.171
prof. dr hab. inż. arch. Piotr Lorens , architekt miasta Gdańska oraz kierownik Katedry Urbanistyki i Planowania Regionalnego Wydziału Architektury Politechniki Gdańskiej, Gdańsk - nominacja za inicjowanie i prowadzenie spotkań oraz działań dotyczących zagospodarowania przestrzennego gdańskich przestrzeni w ramach tzw. Gdańskiego Dialogu Społecznego, w których mają szansę uczestniczyć wszyscy interesariusze: inwestorzy, sektor prywatny i sektor społeczny.	GSP.12
Marta Magott , prezeska zarządu Stowarzyszenia na Rzecz Osób LGBT Tolerado, wieloletnia Koordynatorka Trójmiejskich Marszów i Dni Równości, seksuolożka, psychoterapeutka integracyjno - systemowa, Gdańsk - nominacja za skuteczne łączenie działalności społecznej z polityką; za współorganizację udanego Trójmiejskiego Marszu Równości.	GSP.5
Marcin Makowski , radny miasta, przewodniczący Komisji Mobilności i Transportu, Gdańsk - nominacja za konsekwentną realizację polityki zrównoważonej mobilności, za wkład w rozwój zielonej i przyjaznej komunikacji publicznej, czego przykładem są zakupy autobusów elektrycznych.	GSP.4
Sabina Mirska , przewodnicząca Zarządu Dzielnicy Stogi, Gdańsk - nominacja za budowanie dobrej marki samorządu dzielnicowego, pojmowanego jako dobro wspólne, za integrację społeczności lokalnej przez organizację festynów czy też spotkań świątecznych dla seniorów oraz dzieci.	GSP.13
Sylwia Rydlewska-Kowalik , radna, Gdańsk - nominacja za budowanie dobrej marki samorządu i działania na rzecz dzielnicy Ujeścisko-Łostowice, integrację społeczności lokalnej i pokazywanie, że codzienna aktywność ma sens.	GSP.14
Przemysław Ryś , radny, założyciel Fundacji Ekipa Rysia, Gdańsk - nominacja za zaangażowanie w pomoc zwierzętom i osobom potrzebującym - za budowanie dobrej marki samorządu, który jest bliski ludziom.	GSP.174
Patryk Sikora , przewodniczący Zarządu Dzielnicy Orunia-święty Wojciech-Lipce, Gdańsk - nominacja za działania na rzecz dzielnicy i walkę o zmiany komunikacyjne, które mają poprawić dojazd na Orunię, za pokazywanie, że rady dzielnic to fundament miejskiego samorządu.	GSP.8
Paweł Wiśniewski , radny dzielnicy Ujeścisko-Łostowice, Gdańsk - nominacja za aktywne działania na rzecz dzielnicy i jej mieszkańców, za projekty realizowane w ramach Budżetu Obywatelskiego.	GSP.9

Gdynia	
Kultura	
Edyta Barańska , artystka szkła i właścicielka pracowni Barańska Design, Gdynia - nominacja za realizację projektu „Chmura ptaków” w kultowym Dubai Mall: za setki wyjątkowych szklanych form stworzonych w technice fusingu.	GSK.35
Magdalena Bochan-Jachimek , prowadząca grupę teatralną W Kaczych Butach, Gdynia - nominacja za zauważalny wkład w rozwój kultury Gdyni i Pomorza w roku 2025; za prowadzenie grup teatralnych „W Kaczych Butach” oraz autorską imprezę „Teatryk Bezwstydy”.	GSK.42
Wojciech Boros , poeta i animator kultury, Gdynia - nominacja za organizację wydarzeń, gdzie pokazywana jest siła i wartość poezji - za budowanie dobrej literackiej marki Gdyni na kulturalnej mapie Polski.	GSK.50
Justyna Chatlas , założycielka Niani od serca - Całodobowej Opieki Nad Dziećmi, Gdynia - nominacja za rozwijanie i edukowanie dzieci od najmłodszych lat. Za zajęcia dla rodzin z dziećmi na Chwarznie - Wiczlinie. Za autorskie zajęcia z dziećmi: Rozwójowe Bobasy, Zajęcia Rozwójowe i Akademię Niani. Za pomaganie rodzicom w rozwoju edukacyjny, sensorycznym i kreatywnym dzieci.	GSK.233
Elżbieta Cupiał , dyrektor Młodzieżowego Domu Kultury, Gdynia - nominacja za działania w zakresie pracy edukacyjnej i organizacyjnej na rzecz dzieci, młodzieży i lokalnej społeczności. Za wspieranie rozwoju umiejętności muzycznych dzieci i młodzieży.	GSK.215

Joanna Kozak Farba , wokalistka zespołu Farba, Gdynia - nominacja za kulturalną promocję Gdyni w roku 2025, za talent, wrażliwość artystyczną i otwarcie na nowe wyzwania.	GSK.38
Aleksandra Godlewska , artystka, Gdynia - nominacja za umiejętne wprowadzanie sztuki w przestrzeń miejską, co inspiruje, wzrusza i skłania do refleksji; za wybitne kreacje artystyczne, co zostało docenione nagrodą Galion Gdyni.	GSK.30
Mateusz Ignacy , artysta fotografik, Gdynia - nominacja za wystawę „Dotyki”; za prace, w których uchwycone są subtelne tekstury, gra światła i ulotne warstwy przestrzeni, które często pozostają niedostrzegalne.	GSK.44
Amelia Jankiewicz , wokalistka jazzowa Smoth Jazz Trio, tancerka, nauczycielka w Teatr Muzyczny, Gdynia - nominacja za wyjątkowy talent oraz zaangażowanie w rozwój kultury. Za pracę z dziećmi i inspirowanie młodego pokolenia do miłości do muzyki.	GSK.32
Piotr Klemenski , dyrygent Gdynińskiego Chóru Kameralnego, Gdynia - nominacja za łączenie działalności artystycznej z animacją lokalnego życia muzycznego; za budowanie dobrej kulturalnej marki Gdyni w roku 2025.	GSK.207
Bartosz M. Kowalski , reżyser, Gdynia - nominacja za pracę nad tworzeniem efektownego, polskiego kina gatunkowego oraz za zdobycie nagrody dla najlepszego reżysera na festiwalu Fantastic Fest 2025 za film 13 dni do wakacji.	GSK.34
Agata Kozierańska-Burda , menedżerka kultury, dyrektorka Pomorskiej Fundacji Filmowej, Gdynia - nominacja za kierowanie produkcją Festiwalu Polskich Filmów Fabularnych i działania przy projektach edukacyjno-filmowych. Za organizację jednego z najważniejszych wydarzeń filmowych w Polsce. Za współpracę z lokalnymi instytucjami i fundacjami przy inicjatywach kulturalnych i edukacyjnych.	GSK.29
Elwira Kruszelnicka , fotografka, Gdynia - nominacja za twórczość dokumentalną i artystyczne ukazanie codzienności miasta oraz emocji mieszkańców.	GSK.36
Katarzyna Kurdej-Mania , aktorka Teatru Muzycznego, Gdynia - nominacja za rolę w spektaklu „Ina. Wolisz, kiedy się śmieje”, w którym zaglądamy do teatru od kulis, gdzie przeszłość miesza się z teraźniejszością, a granice między prawdą i fikcją zdają się być coraz mniej wyraźne.	GSK.39
Maciej Milewski , gitarzysta, producent muzyczny, kompozytor i autor piosenek, Gdynia - nominacja za pionierski projekt muzyczny Cinnamon Gum, który podbija festiwale muzyczne w całej Polsce.	GSK.41
Urszula Morga , pisarka, reżyserka, Gdynia - nominacja za budowanie kulturalnej marki Gdyni w roku 2025; za artystyczną wszechstronność, czego dowodem są książki dla dzieci i młodzieży, studio animacji Esy-floresy i wiersze z tomiku „fundamenty”.	GSK.49
Izabela Pawletko , solistka Teatru Muzycznego, Gdynia - nominacja za brawurową rolę Ulli Swanson w musicalu „Producenci”.	GSK.37
Paweł Podolski , reżyser, Gdynia - nominacja za debiutancki pełnometrażowy film Życie dla początkujących, który zdobywa główne nagrody na ogólnopolskich festiwalach filmowych.	GSK.46
Małgorzata Polakowska , aktorka Teatru Gdynia Główna, Gdynia - nominacja za niebanalne działania w sferze kultury - grę „ContraTAK!”, która została doceniona między innymi nagrodą w konkursie Galion Gdyni 2025.	GSK.43
Piotr Pucyło , dyrektor artystyczny Festiwalu Kultur Świata Globaltica, Gdynia - nominacja za współorganizację wyjątkowego wydarzenia (w 2025 r. odbyła się dwudziesta edycja), za pokazywanie, że Globaltica to nie tylko muzyka świata, ale także edukacja, przesłania społeczne i polityczne. Za promocję takich wartości jak różnorodność i wolność.	GSK.47
Oliwia Skorowska , artystka specjalizująca się w tuftingu, Gdynia - nominacja za projekt „Twarze Gdyni”, w którym ukazuje różnorodność cechującą społeczność miasta z morza i marzeń, za budowanie dobrej marki Gdyni i niebanalne włączenie się w nadchodzące stulecie jej istnienia.	GSK.45
Aneta Suskiewicz , scenograf filmowy i teatralny, Gdynia - nominacja za kostiumy aktorów w przedstawieniu „Producenci” w gdyńskim Teatrze Muzycznym, które oszałamiają stylem i kreatywnością.	GSK.33

Aby oddać głos, wyślij na nr **7303** SMS o treści wskazanej przy nazwisku nominowanej osoby (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Krystyna Weiher-Sitkiewicz , animatorka kultury, edukatorka filmowa, kuratorka, Gdynia - nominacja za działalność edukacyjną i moderacyjną w Gdyńskim Centrum Filmowym - moderacje dyskusji podczas Dni Krytyki Filmowej, pełnienie funkcji rzeczniczki Festiwalu Polskich Filmów Fabularnych oraz ogólną działalność na rzecz kulturowego dialogu międzypokoleniowego.	GSK.40
Stefan Wesołowski , kompozytor, skrzypek i producent muzyczny, Gdynia - nominacja za reprezentację regionu za granicą i nowatorskie połączenie muzyki klasycznej z elektroniką.	GSK.48
Działalność społeczna i charytatywna	
Elżbieta Biernacka , prezes Stowarzyszenia Dlaczego Nie, Gdynia - nominacja za szczególną wrażliwość społeczną i promowanie aktywności osób niepełnosprawnych w różnych dziedzinach życia.	GSC.198
Ewa Dygaszewicz , prezes PSD Koło Gdynia, Gdynia - nominacja za prowadzenie warsztatów z zakresu zdrowego odżywiania, które pomagają chorym w codziennym zarządzaniu cukrzycą.	GSC.199
Aleksandra Kamińska , koordynator projektu Port dla Rodziny, Gdynia - nominacja za koordynację projektu, dzięki czemu powstała przestrzeń, gdzie potrzebujący mogą przyjąć po bezpłatną poradę psychologa, prawnika, pedagoga, specjalisty w zakresie finansów i opiekę duchową.	GSC.21
Małgorzata Kępska , kierownik Dziennego Domu Senior+, Gdynia - nominacja za działania skierowane do mieszkańców w wieku 60+, których codzienne, samodzielne funkcjonowanie jest w znacznym stopniu utrudnione ze względu na stan zdrowia, w tym zaburzenia ośpeienne.	GSC.27
Urszula Kubicka-Formela , prezes Fundacji Niebieski Szlak, Gdynia - nominacja za inicjowanie działań mających na celu kształtowanie postaw akceptacji i zrozumienia oraz zwracanie uwagi na braki systemowe we wsparciu osób z autyzmem.	GSC.203
Zuzanna Łaczyńska-Stec , kierownik Zespołu Rodzinnej Pieczy Zastępczej MOPS, Gdynia - nominacja za działania, które mają na celu poszukiwania osób otwartych na to, by stworzyć w Gdyni bezpieczne środowisko dla dzieci pozbawionych opieki; za koordynację kampanii „Test serca”.	GSC.29
Jakub Łeginow , dziennikarz i badacz (UMG), specjalizujący się w transporcie, przeciwdziałaniu wykluczeniu komunikacyjnemu i współpracy międzynarodowej, Gdynia - nominacja za budowanie mostów międzynarodowych poprzez współpracę Pomorza ze Słowacją i Ukrainą, w tym z Zakarpaciem, które przekłada się na realną poprawę jakości życia mieszkańców oraz wzmacnianie pozycji regionu. Za promocję Pomorza wśród słowackich turystów i rozwijanie partnerskich relacji sprzyjających wymianie doświadczeń i inicjowaniu przedsięwzięć.	GSC.254
Magdalena Madajczyk , prezes Fundacji DOGOR, Gdynia - nominacja za działania na rzecz przełamywania barier w kontakcie z osobami chorymi i niepełnosprawnymi.	GSC.200
Dorota Marszałek-Jalowska , zastępca naczelnika Wydziału Środowiska UM, Gdynia - nominacja za edukację ekologiczną i koordynację konkursu „Zapraszamy ptaki do Gdyni”, w ramach którego wszyscy chętni wykonują budki lęgowe i karmniki.	GSC.22
Paweł Musiał , członek rady Fundacji ARKUN, aktywista, społecznik, działacz na rzecz samorządności lokalnej, Gdynia - nominacja za projekty, które miały na celu promocję aktywnego trybu życia, turystyki terenowej i integracji społecznej na świeżym powietrzu.	GSC.28
Marta Ostrowska , prezes Fundacji Podróż bez Granic, Gdynia - nominacja za działania społeczne promujące integrację wśród dzieci i młodzieży. Za książkę “Marzenia Mili”, w której czytelnicy odkrywają nie tylko magię kaszubskiej wsi i sekrety morskich opowieści, ale także świat widziany oczami dziecka z niepełnosprawnością wzroku.	GSC.201
Jakub Rohde , działacz społeczny, wolontariusz, Gdynia - nominacja za bezinteresowną pomoc i otwarte serce na potrzeby drugiego człowieka. Za działalność społeczną i charytatywną, za pokazywanie, że niepełnosprawność nie stanowi bariery w niesieniu pomocy. Za bycie wolontariuszem WOŚP oraz aktywnym wolontariuszem Dziecięcego Hospicjum „Bursztynowa Przystań” w Gdyni. Za wspieranie rodzin w trudnej sytuacji życiowej.	GSC.23

SŁUPSK - LIDERZY GŁOSOWANIA

BIZNES I PRZEDSIĘBIORCZOŚĆ



Tomasz Kowalczyk

DZIAŁALNOŚĆ SPOŁECZNA I CHARYTATYWNA



Violetta Kielpińska

KULTURA



Waldemar Wiśniewski

POLITYKA, SAMORZĄDNOŚĆ I SPOŁECZNOŚĆ LOKALNA



Grzegorz Boś

PEŁNA LISTA NOMINOWANYCH

Zuzanna Rybikowska , przewodnicząca Młodzieżowej Rady Miasta, Gdynia - nominacja za koordynację 3. edycji Kongresu Świadomości Zdrowia Psychicznego, gdzie wśród prelegentów pojawili się eksperci, ale także młodzież, która opowiedziała o swoich doświadczeniach związanych z dbaniem o kondycję psychiczną.	GSC.30
Justyna Sudzik , prezes Fundacji Przytulny Domek, Gdynia - nominacja za tworzenie przyjaznej, bezpiecznej atmosfery oraz wspieranie rozwoju dzieci, młodzieży, dorosłych i seniorów, a także edukację rodziców i nauczycieli, aktywizację społeczną oraz promowanie postaw obywatelskich i zdrowego stylu życia.	GSC.25
Radosław Surala , współwłaściciel oraz instruktor OSK Elka School, Gdynia - nominacja za zaangażowanie w szkolenia osób z niepełnosprawnościami ruchowymi oraz osób niesłyszących, co jest jednym z wyróżników szkoły na lokalnym rynku.	GSC.202
Bernard Szyć , aktor Teatru Muzycznego, Gdynia - nominacja za działania na rzecz dostępności przestrzeni teatralnej dla wszystkich widzów bez względu na ich ograniczenia - za budowanie prestiżowej marki Teatru Muzycznego.	GSC.234
Łukasz Wrycz-Rekowski , koordynator Inicjatywy Angels w Miejskiej Stacji Pogotowia Ratunkowego, Gdynia - nominacja za projekt Angels, który wspiera szpitale i zespoły ratownictwa medycznego w zapewnieniu jak najszybszej i najskuteczniejszej pomocy osobom z udarem mózgu.	GSC.26
Biznes i przedsiębiorczość	
Anna Bulczak , właścicielka szkoły rodzenia Zaufaj Położnej, Gdynia - nominacja za prowadzenie i sukcesy szkoły rodzenia „Zaufaj położnej”, gdzie przyszli rodzice uzyskują wsparcie i pomoc w przygotowaniu do rodzielstwa, a także z uporaniem się z lękami i stresem.	GSB.20
Damian Domaradzki , współwłaściciel firmy Tribud, Gdynia - nominacja za kreatywne zarządzanie - razem z bratem Sławomirem - firmą, która ma na koncie wiele udanych realizacji w roku 2025, za profesjonalizm i uczciwość, co jest doceniane przez klientów; za budowanie dobrej marki w sektorze budowlanym.	GSB.23
Bogdan Goworowski , prezes BMG Goworowski, Gdynia - nominacja za rozwój i zwiększanie sprzedaży nowych samochodów, pozyskiwanie nowych marek oraz rozwój sieci dealerskiej i budowę nowych centrów sprzedaży i serwisowania aut.	GSB.22
Aleksandra Kabacińska , właścicielka butiku Ekotori, Gdynia - nominacja za butik, który powstał z marzeń i troski o środowisko naturalne; za propagowanie mody cyrkulacyjnej i ekologicznych rozwiązań.	GSB.18
Andrzej Lewandowski , przedsiębiorca, optyk, Gdynia - nominacja za kontynuowanie misji rodzinnej firmy „Optyk Lewandowski”, która w tym roku świętuje 60. urodziny; za budowanie dobrej marki na mapie Gdyni.	GSB.19
Tomasz Maciejkiewicz , założyciel i prezes firmy Tomcorp, Gdynia - nominacja za oferowanie w roku 2025 usług na najwyższym poziomie, za poszerzanie zakresu usług i innowacyjne zarządzanie w konkurencyjnym sektorze budownictwa.	GSB.28
Robert Magiera , prezes zarządu Space Forest sp. z o.o., Gdynia - nominacja za wytrwałe dążenie do podboju kosmosu i pokonywanie kolejnych etapów rozwoju polskiej rakiety.	GSB.27
Paweł Malik , właściciel firmy Malbud, Gdynia - nominacja za solidność, terminowość i kulturę pracy, co zostało docenione przez klientów w 2025 roku; za budowanie dobrej gdyńskiej marki w sektorze usług remontowo-wykończeniowych.	GSB.25
Paulina Marwińska , właścicielka Press.Events.Design, Gdynia - nominacja za kreatywność i skuteczność biznesową w roku 2025. Za współpracę z markami, które realnie zmieniają rynek. Za budowanie dobrej biznesowej marki Pomorza na mapie kraju.	GSB.167
Paweł Nejfeld , przedsiębiorca, współwłaściciel pizzerii Po Kawalku Pizza, Gdynia - nominacja za kulinarną pasję i ducha przedsiębiorczości, co pozwoliło na stworzenie sieci pizzerii „Po kawalku”, gdzie można zasmakować włoskiego Neapolu.	GSB.26
Adam Palasz , właściciel firmy Volano, Gdynia - nominacja za szeroki zakres usług, solidność i rozwój w 2025 roku, co znalazło uznanie w opiniach klientów w 2025 roku; za budowanie dobrej marki Gdyni w sektorze przedsiębiorstw z branży IT.	GSB.17

Mirosław Sprada , właściciel firmy Budmir, Gdynia - nominacja za szeroki zakres usług remontowych realizowanych w 2025 roku: solidność, terminowość i kulturę pracy, co czyni Budmir jednym z liderów w gdyńskim sektorze budowlanym w roku 2025.	GSB.24
Zofia Szczepan , współwłaścicielka Centrum Tańca Szczepan, Gdynia - nominacja za łączenie pasji z duchem przedsiębiorczości, indywidualne podejście do każdej klientki i klienta, co czyni Centrum Tańca Szczepan wyjątkowym miejscem na mapie Gdyni.	GSB.29
Anna Zachara-Powroźnik , przedsiębiorczyni, właścicielka Kwiatami Imbir, Gdynia - nominacja za prowadzenie kwiatami Imbir, rodzinnej firmy, która na stałe wpisała się w krajobraz Gdyni, za stworzenie miejsca, gdzie kwiatowa tradycja łączy się z nowoczesnością.	GSB.21
Polityka, samorządność i społeczność lokalna	
Mateusz Bieszke , przewodniczący Zarządu Dzielnicy Chylonia, Gdynia - nominacja za pierwsze w historii miasta Igrzyska Rad Dzielnic, które odbyły się w czerwcu 2025 roku - symboliczna impreza, która stawia na integrację i lepsze poznanie się społeczników, którzy podjęli się działania na rzecz swojej okolicy.	GSP.6
Mariusz Bzdęga , dyrektor Zarządzający ds. kultury i aktywności mieszkańców w Urzędzie Miasta, Gdynia - nominacja za budowanie od lat dobrej marki samorządu, co było widać także w roku 2025; za wspieranie rad dzielnic i budowanie społeczeństwa obywatelskiego w Gdyni.	GSP.24
Maciej Jakubek , dzielnicowy radny z Chylonii, Gdynia - nominacja za udział w inicjatywie Aktywni Radni Dzielnicowi Gdyni, która ma na celu integrację i aktywizację radnych dzielnic, którzy chcą wspólnie działać na rzecz lokalnej społeczności. Za tworzenie wspólnych przestrzeni do dyskusji na tematy gdyńskie w niespotykanej wcześniej skali.	GSP.203
Paweł Korycki , przewodniczący Rady Dzielnicy Cisowa, pełnomocnik do spraw rad dzielnic, Gdynia - nominacja za zaangażowanie się w działalność społeczną i samorządową, za skupianie się na realnych potrzebach mieszkańców oraz zrównoważonym rozwoju dzielnic. Za projekty do Budżetu Obywatelskiego, które z powodzeniem udaje się realizować.	GSP.204
Ewa Koszałka , działaczka społeczna, Gdynia - nominacja za społeczne akcje w roku 2025. Za koordynację zespołem wolontariuszy, którzy przygotowują ciepłe posiłki dwa razy w tygodniu ludziom w kryzysie bezdomności oraz wykluczonych społecznie. Za działalność przy parafii św. Mikołaja w Gdyni Chyloni.	GSP.18
Katarzyna Kozłowska , podróżniczka, psycholog, coach, pisarka, wykładowca akademicki, Gdynia - nominacja za działania na rzecz dzielnicy Mały Kack - za troskę o dobro wspólne i integrację mieszkaneek oraz mieszkańców wokół aktualnych spraw.	GSP.198
Krzysztof Nowotarski , główny Specjalista d/s szkoleń w Ośrodku Szkolenia Zawodowego, Gdynia - nominacja za stworzenie przewodnika po Gdyni, który pozwala odkryć najpiękniejsze i najciekawsze zakamarki portowego miasta, a także za zorganizowanie spacerów po Gdyni, dzięki którym można odkryć miasto z innej strony.	GSP.21
Alicja Pawłowska , kierownik Referatu Zrównoważonej Mobilności w Wydziale Inwestycji Urzędu Miasta, Gdynia - nominacja za szukanie rozwiązań, które czynią Gdynię miastem przyjaznym do życia; za budowanie dialogu wokół miejskich projektów, które mają tworzyć przestrzeń wygodną, dostępną i funkcjonalną dla wszystkich użytkowników.	GSP.17
Anna Salomon , radna, Gdynia - nominacja za projekty, które mają na celu poprawę infrastruktury, wspieranie lokalnych inicjatyw oraz dbanie o komfort i bezpieczeństwo mieszkańców. Za budowanie dobrej marki samorządu w roku 2025.	GSP.195
Maciej Samsonowicz , doradca Ministra Obrony Narodowej, autor koncepcji Zielonego Okręgu Przemysłowego Kaszubia, Gdynia - nominacja za koncepcję Zielonego Okręgu Przemysłowego Kaszubia, ogłoszoną w maju 2025 w Gdyni; za inicjatywę Deklaracji Bałtyckiej, za raport w ramach Paktu dla Bezpieczeństwa Polski - Pomorze Środkowe, za udział w przygotowaniach do budowy Drogi Czerwonej.	GSP.207
Marcus Da Silva , radny, legenda gdyńskiej piłki nożnej, Gdynia - nominacja za zaangażowanie w liczne akcje charytatywne i społeczne na rzecz potrzebujących oraz wsparcia młodych sportowych talentów.	GSP.191

PLEBISCYT 5
Aby oddać głos, wyślij na nr **7303** SMS o treści wskazanej przy nazwisku nominowanej osoby (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Elżbieta Streng , radna dzielnicy Mały Kack, Gdynia - nominacja za organizację turniejów szachowych, jak również bezpłatnej nauki gry w szachy dla dzieci młodzieży oraz dorosłych. Za angażowanie się w sprawy mieszkańców poprzez troskę o infrastrukturę, zgłaszanie projektów do budżetu obywatelskiego; za bycie współorganizatorką festynów rodzinnych.	GSP.210
Monika Strzałkowska , radna, przewodnicząca Komisji Samorządności Lokalnej i Bezpieczeństwa Rady Miasta Gdyni, Gdynia - nominacja za projekty mające na celu bezpieczeństwo mieszkańców budowane od podstaw; za budowanie odporności lokalnej społeczności na sytuacje kryzysowe, co nabiera szczególnej wagi w obliczu niestabilnej sytuacji międzynarodowej; za współpracę z Pomorską Obroną Narodową.	GSP.25
Jakub Ubych , wiceprzewodniczący Rady Miasta Gdyni, Gdynia - nominacja za aktywne promowanie i wykorzystanie nowoczesnych technologii w zarządzaniu miastem oraz monitorowanie kluczowych inwestycji infrastrukturalnych, szczególnie w zachodnich dzielnicach Gdyni.	GSP.184
Henryk Wiszniowski , przewodniczący Rady Dzielnicy Orłowo, Gdynia - nominacja za efektywne działania, pokazujące, że siła samorządu rodzi się dzięki współpracy na linii mieszkańcy - władze miasta, za współorganizację festynu letniego i akcji sprzątania dzielnicy.	GSP.19
Maciej Wojnicki , dzielnicowy radny z Witomina, Gdynia - nominacja za projekt Aktywni Radni Dzielnicowi Gdyni - inicjatywę otwartą dla na radnych, którzy działają swoją pierwszą kadencję.	GSP.22

SŁUPSK	
Kultura	
Agata Bartoszek , pisarka, Słupsk - nominacja za wydanie książki Miętówka.	GSK.51
Maciek Matt Haus Bock , twórca, Słupsk - nominacja za organizację Retro Festivalu i wzbogacenie tym samym oferty kulturalnej Słupska.	GSK.60
Bożena Borek , aktorka w Nowym Teatrze im. Witkacego, Słupsk - nominacja za rolę w spektaklach Na bory i Nauka pływania w Nowym Teatrze w Słupsku.	GSK.55
Wojciech Chamier-Gliszczyński , radca prawny, Słupsk - nominacja za pomysł stworzenia mecenatu prawników nad wydarzeniami kulturalnymi w mieście, głównie spotkaniami z pisarzami.	GSK.62
Gabriela Keller-Janus , choreograf tańca współczesnego, Słupsk - nominacja za utworzenie niezależnej siedziby Teatru Enza w Słupsku.	GSK.213
Agnieszka Kilian , dyrektor Bałtyckiej Galerii Sztuki Współczesnej, Słupsk - nominacja za uczynienie z Bałtyckiej Galerii Sztuki Współczesnej miejsca prezentującego nie tylko dzieła artystów, ale i integracji sąsiedzkiej oraz imigrantów z Ukrainy i Ameryki Łacińskiej.	GSK.52
Krzysztof Kluzik , aktor, Słupsk - nominacja za rolę w spektaklach Mały Książę i Nauka pływania w Nowym Teatrze w Słupsku.	GSK.58
Leszek Kułakowski , kompozytor, pianista, teoretyk muzyki, Słupsk - nominacja za stworzenie projektu multimedialnego Witkacy Audiovisual i nagranie płyty Chlusty - zainspirowanych kolekcją dzieł Stanisława Ignacego Witkiewicza w słupskim Muzeum Pomorza Środkowego.	GSK.59
Katarina Lavmel , poetka, Słupsk - nominacja za wydanie polsko-portugalskiej książki poetyckiej o Azorach Siedem lombów i cztery strony świata oraz, również dwujęzycznej, książki dla dzieci Baltazar z Algarve.	GSK.57
Daniel Odija , prozaik, scenarzysta komiksowy, animator kultury, Słupsk - nominacja za wydanie kolejnej powieści - Upał.	GSK.56
Kacper Szczesny , wokalista, Słupsk - nominacja za twórczość artystyczną oraz za podtrzymywanie życia muzycznego w regionie.	GSK.212
Waldemar Wiśniewski , dj, producent muzyczny, Słupsk - nominacja za 15-letnią działalność muzyczną pod pseudonimem artystycznym Waldis oraz za wielokrotne osiągnięcia muzyczne.	GSK.61
Agnieszka Zielińska , właścicielka klubo-księgarni Cepelin, Słupsk - nominacja za zorganizowanie II edycji konkursu na opowiadanie o Słupsku i cykl spotkań z pisarzami i poetami w kluboksięgarni Cepelin.	GSK.53

SOPOT - LIDERZY GŁOSOWANIA

BIZNES I PRZEDSIĘBIORCZOŚĆ



Ewelina Kreft

DZIAŁALNOŚĆ SPOŁECZNA I CHARYTATYWNA



Paweł Masiuk

KULTURA



Nikita Koptiew

POLITYKA, SAMORZĄDNOŚĆ I SPOŁECZNOŚĆ LOKALNA



Adam Gil

PEŁNA LISTA NOMINOWANYCH

Aby oddać głos, wyślij na nr **7303** SMS o treści wskazanej przy nazwisku nominowanej osoby (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Działalność społeczna i charytatywna

Ireneusz Borkowski , pomysłodawca Dobroczynnego Wozu Irka, Słupsk - nominacja za wieloletnią działalność charytatywną i społeczną na rzecz mieszkańców Słupska i okolic. Dobroczynny wóz Irka, łączy świat bogatych ze światem ludzi potrzebujących pomocy.	GSC.37
Tomasz Burman , trener, instruktor w Parku Wodnym Trzy Fale, założyciel drużyny biegowej Ananasy z 3FaI, Słupsk - nominacja za inicjowanie wielu zbiorów charytatywnych, w tym akcji: Anioł w Terenie na Boże Narodzenie, Ananasowy Bieg Kolorowych Skarpetek, 300 kółek dla Lenki oraz Przeskocz Mukowiscydozę z Ananasami z 3 Fal.	GSC.258
Agnieszka Dankowska , lider Szlachetnej Paczki w rejonie słupskim, Słupsk - nominacja za aktywny wieloletni udział w akcji Szlachetna Paczka.	GSC.31
dr n. hum. Aneta Aleksandra Duda , historyk, Słupsk - nominacja za działania na rzecz seniorów i zdobycie tytułu Przyjaciółka Seniorów w konkursie „Pomorskie dla Seniorów” 2025.	GSC.33
Klaudiusz Dyjas , kierownik Towarzystwa Pomocy im. św. Brata Alberta Koło Słupskie, Słupsk - nominacja za zaangażowanie na rzecz osób w kryzysie bezdomności. Za aktywność; za kierowanie się szacunkiem do drugiego człowieka, uważnością i konsekwencją. Wspieranie osób w kryzysie nie tylko poprzez zapewnienie podstawowych potrzeb, takich jak schronienie czy posiłek; za zaangażowanie w budowanie społecznej świadomości problemu bezdomności.	GSC.251
Wojciech Froelich , proboszcz Parafii Ewangelicko-Augsburskiej, Słupsk - nominacja za organizację szeregu akcji charytatywnych i dobroczynnych skierowanych nie tylko do członków parafii, a także za animację wielu imprez koncertów wzbogacających życie kulturalne Słupska.	GSC.42
Aleksandra Karnicka , pracownik Słupskiego Ośrodka Kultury, Słupsk - nominacja za organizację finału Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy.	GSC.32
Violetta Kiełpińska , prezes słupskiego oddziału Polskiego Towarzystwa Stomijnego Pol-Ilko, Słupsk - nominacja za wieloletnie wsparcie osób po operacjach stomijnych w regionie słupskim.	GSC.41
Maria Nowak , prezes Fundacji Koniczynka, Słupsk - nominacja za działalność edukacyjną i informacyjną skierowaną do dzieci i uczniów w zakresie różnej tematyki - przyrodniczej, ekologicznej, prawnej, kulturalnej.	GSC.39
Łukasz Palka , tatuator SAVAGE FAMILIA TATTOO, założyciel charytatywnej grupy eventowej Ekipa, Słupsk - nominacja za organizację wielu akcji charytatywnych i zbiorów na rzecz chorych dzieci oraz pozyskiwanie wielu sponsorów do tych przedsięwzięć.	GSC.38
Monika Patyna , pedagog i opiekun wolontariatu w I Prywatnym Liceum Ogólnokształcące im. Zjednoczonych Europy, opiekun szkolnego koła wolontariatu, Słupsk - nominacja za działania razem z uczniami w ramach szkolnego wolontariatu, wzorowe prowadzenie koła wolontariatu „Zjednoczeni” w I Prywatnym Liceum Ogólnokształcącym oraz budowanie trwałej współpracy ze społecznością lokalną.	GSC.40
Anna Rozental , prezes fundacji Progresja, Słupsk - nominacja za rozwój infrastruktury wspierającej osoby z niepełnosprawnościami.	GSC.34
Grażyna Rzepnikowska , prezes Słupskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku, Słupsk - nominacja za promocję edukacji i rozwoju osobistego seniorów.	GSC.36
Zbigniew Stefański , prezes Chrześcijańskiego Stowarzyszenia Dobroczynnego, Słupsk - nominacja za działania na rzecz osób zmagających się z trudnościami życiowymi, niepełnosprawnościami i samotnością, za tworzenie przestrzeni wsparcia i godności dla seniorów oraz osób w kryzysie, za budowanie wspólnoty opartej na empatii i człowieczeństwie, a przede wszystkim za konsekwentne niesienie pomocy tym, którzy jej najbardziej potrzebują.	GSC.43
Bartosz Ziemiec , Stowarzyszenie RC GRYF Modele Zdalnie Sterowane, Słupsk - nominacja za coroczny udział Wielkiej Orkiestrze Świątecznej Pomocy, wolontariat w imprezach charytatywnych, a także organizację wielu wydarzeń związanych z modelarstwem zdalnie sterowanym, w tym pokazów oraz szkoleń dzieci i młodzieży.	GSC.35

Biznes i przedsiębiorczość

Grażyna Baranowska , przedsiębiorczyni, właścicielka bistro Cacy, Słupsk - nominacja za stworzenie nowego bistro Cacy, które uzupełnia ofertę gastronomiczną działającego od lat na terenie Uniwersytetu Pomorskiego bistro Jazz Kitchen.	GSB.31
Sławomir Robert Budrewicz , współwłaściciel FACH-PAK Spółka z o.o. Sp.K, Słupsk - nominacja za stworzenie i rozwój firmy FACH-PAK – jednej z wiodących słupskich marek w produkcji specjalistycznych opakowań i pojemników z tworzyw sztucznych, która zdobywa rynki krajowe i międzynarodowe, inwestuje w innowacje produktowe oraz znacząco przyczynia się do wzrostu zatrudnienia i rozwoju branży opakowań w regionie Pomorza.	GSB.164
Agnieszka Dobosz , właścicielka Fabryki Biznesu i Finansów, Słupsk - nominacja za współzałożenie i organizację Klubu Przedsiębiorczych Kobiet w Słupsku, który działa na rzecz przedsiębiorczyń i promocji ich działalności.	GSB.30
Robert Firkowski , prezes Słupskiej Izby Przemysłowo-Handlowej, Słupsk - nominacja za utrzymywanie wysokiego poziomu integracji lokalnego biznesu oraz organizowanie kluczowych wydarzeń dla przedsiębiorców w Słupsku w 2025 roku, wzmacniając sieć kontaktów i współpracę regionalnych firm.	GSB.130
Piotr Jerzy Karaś , członek zarządu Kaliop Poland Sp. z o.o, Słupsk - nominacja za rozwój innowacyjnej firmy IT Kaliop Poland, która dostarcza zaawansowane aplikacje cyfrowe i wspiera transformację cyfrową przedsiębiorstw, zwiększając konkurencyjność lokalnej branży technologicznej i tworząc nowe miejsca pracy w Słupsku.	GSB.169
Sławomir Koprowski , prezes zarządu, Pomorska Agencja Rozwoju Regionalnego, Słupsk - nominacja za skuteczne kierowanie PARR ku transformacji energetycznej regionu oraz aktywny rozwój Strefy Redzikowo-Wieszyño, co jest kluczowe dla pozyskiwania nowoczesnych inwestorów i przyszłości gospodarczej powiatu.	GSB.131
Marta Kotusiewicz , prezes Fundacji Las Story, Słupsk - nominacja za prowadzenie działalności uświadamiającej dzieciom znaczenie środowiska naturalnego w życiu człowieka, edukację przyrodniczą i ekologiczną dzieci, organizację warsztatów przyrodniczych dla dzieci i rodzin, podejmowanie inicjatyw społecznych dotyczących ochrony środowiska.	GSB.32
Tomasz Kowalczyk , prezes PKS Słupsk, Słupsk - nominacja za zdobywanie środków na wymianę taboru w PKS Słupsk. Pozyskiwane środki są przeznaczone za zakup niskoemisyjnych autobusów hybrydowych i zeroemisyjnych elektrycznych.	GSB.34
Adam Pawlak , członek zarządu Przetwórstwa Tworzyw Sztucznych Plast Box S.A., Słupsk - nominacja za kierowanie ekspansją Plast-Box na rynki międzynarodowe, wdrażanie innowacyjnych rozwiązań technologicznych i aktywny wkład w rozwój sektora produkcyjnego w Słupsku.	GSB.170
Grzegorz Julian Pawlak , prezes Przetwórstwa Tworzyw Sztucznych Plast Box S.A., Słupsk - nominacja za rozwój Plast-Box S.A., wprowadzanie nowoczesnych technologii w produkcji opakowań z tworzyw sztucznych, rozwój eksportu i tworzenie nowych miejsc pracy w Słupsku, wzmacniania lokalną gospodarkę.	GSB.171
Artur Radosław Skonieczny , członek zarządu Przetwórstwa Tworzyw Sztucznych Plast Box S.A., Słupsk - nominacja za rozwój działalności operacyjnej firmy, usprawnienie procesów produkcyjnych i zwiększenie konkurencyjności Plast-Box w branży opakowań w Polsce i Europie.	GSB.173
Sławomir Sopuszrzyński , właściciel firmy Linear, Słupsk - nominacja za długoletnią obecność na rynku (od 1991 roku), co w połączeniu ze stabilnością działalności oraz solidnością jest rozpoznawalna na lokalnym rynku urządzeń elektrycznych, a także na lokalnym rynku pracy.	GSB.33
Polityka, samorządność i społeczność lokalna	
Grzegorz Boś , słupski biegacz i pasjonat kartografii, Słupsk - nominacja za realizację projektu „Biegiem przez Słupsk”.	GSP.28
Bogusław Dobkowski , radny Rady Miejskiej, Słupsk - nominacja za reprezentowanie interesów mieszkańców i aktywny udział w działaniach Rady Miejskiej Słupska, wnoszenie celnych interpelacji do władz miasta.	GSP.27

Klaudiusz Dyjas , kierownik Towarzystwa Pomocy im. św. Brata Alberta Koło Słupskie, Słupsk - nominacja za działania wspierające podopiecznych, takie jak zbiórki darów, modernizacja infrastruktury placówek opiekuńczych.	GSP.186
Jakub Gajda , wiceprzewodniczący Młodzieżowego Sejmiku Województwa Pomorskiego, przewodniczący komisji ds. transportu publicznego i infrastruktury Młodzieżowej Rady Miasta Słupska, Słupsk - nominacja za działalność społeczno-polityczną na rzecz młodego pokolenia, zaangażowanie w pracę rewitalizacyjne skierowane na młodzież w Słupsku. Inicjowanie dialogu z samorządem województwa pomorskiego ws. systemu FALA. Za organizowanie debat oraz lekcji obywatelskich skierowanych na szerzenie postaw obywatelskich.	GSP.29
Marzena Gmińska , radna Rady Miejskiej, Słupsk - nominacja za reprezentowanie interesów mieszkańców i aktywny udział w działaniach Rady Miejskiej Słupska, stały kontakt z mieszkańcami.	GSP.33
Bernadeta Kopec , prezes Akademii Młodego Lekkoatlety, Słupsk - nominacja za zaangażowanie w prowadzeniu klubu sportowego AML Słupsk, który dzięki wizji, konsekwencji i pracy stał się jednym z najlepszych klubów w Polsce. Wychowankowie klubu regularnie zdobywają medale Mistrzostw Polski, reprezentując najwyższy poziom sportowy oraz wzorowe postawy fair play. Klub od lat utrzymuje się w krajowej czołówce.	GSP.209
Marcin Kowalczyk , wicestarosta słupski, Słupsk - nominacja za skuteczne zarządzanie powiatem słupskim; za wspieranie lokalnych gmin i rozwój oferty transportowej regionu.	GSP.32
Małgorzata Lenart , radna Rady Miejskiej, Słupsk - nominacja za reprezentowanie interesów mieszkańców i aktywny udział w działaniach Rady Miejskiej Słupska, pracowitość w działaniach komisji RM.	GSP.31
Paweł Lisowski , starosta słupski, Słupsk - nominacja za skuteczne zarządzanie powiatem słupskim; za wspieranie lokalnych gmin i rozwój infrastruktury powiatowej.	GSP.134
Ryszard Murawski , starszy Cechu w Cechu Rzemiosł Różnych, Słupsk - nominacja za reprezentowanie i wspieranie lokalnych rzemieślników, a także aktywną współpracę z młodzieżą i szkołami.	GSP.35
Kamil Stachyra , jeden z organizatorów GryfConu, Słupsk - nominacja za organizację konwentu fantasy GryfCon Słupsk, który skupia fanów japońskiej kultury i animacji, a także za działalność charytatywną, w tym na rzecz OTOZ Animals Słupsk.	GSP.30
Renata Stec , radna Rady Miejskiej, Słupsk - nominacja za reprezentowanie interesów mieszkańców i aktywny udział w działaniach Rady Miejskiej Słupska oraz uważną ocenę działań władz miasta.	GSP.34
Paweł Szewczyk , przewodniczący Rady Miejskiej, Słupsk - nominacja za aktywne zabieganie o rozszerzenie granic miasta Słupska, rok 2025 zakończył sukcesem przyłączenia do miasta sołectwa Bolesławice.	GSP.214
Radosław Szycko , sportowiec, kierownik Działu Gospodarczego Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie, Słupsk - nominacja za zdobycie 3. miejsca w zawodach Bulgarian Bag Championships w Londynie, czyli sportu z wykorzystaniem specjalnego worka do treningu, w październiku 2025 r.	GSP.135

SOPOT	
Kultura	
Alina Balcerek-Budźko , specjalistka do spraw komunikacji, promocji i relacji zewnętrznych Państwowej Galerii Sztuki, Sopot - nominacja za innowacyjne podejście do promocji kultury i wspieranie kobiecej perspektywy w sztuce; za pracę, dzięki której PGS w Sopocie zyskuje nowoczesny, otwarty wizerunek instytucji..	GSK.31
Marcin Borchardt , filmowiec, dokumentalista, Sopot - nominacja za projekt „Ostatni Bal”, który ma na celu zgłębienie tematyki związanej z ostatnimi chwilami, pożegnaniami oraz refleksjami nad przemijaniem i który uzyskał stypendium kulturalne miasta Sopotu.	GSK.66

POWIAT BYTOWSKI - LIDERZY GŁOSOWANIA

DZIAŁALNOŚĆ SPOŁECZNA I CHARYTATYWNA



Iwona Trapp

POLITYKA, SAMORZĄDNOŚĆ I SPOŁECZNOŚĆ LOKALNA



Jarosław Garbicz

POWIAT CHOJNICKI

POLITYKA, SAMORZĄDNOŚĆ I SPOŁECZNOŚĆ LOKALNA



Dariusz Kiedrowicz

POWIAT CZŁUCHOWSKI

DZIAŁALNOŚĆ SPOŁECZNA I CHARYTATYWNA



Elżbieta Józefowska

PEŁNA LISTA NOMINOWANYCH

Michał Grubman , sopocki muzyk, kompozytor i producent muzyczny, Sopot - nominacja za realizację projektu pt. „Niebo nad Sopotem: Muzyczne Fale”, który miał na celu połączenie muzyki z przestrzenią miejską Sopotu, tworząc unikalne doświadczenie dla mieszkańców i turystów.	GSK.67
Nikita Koptiew , artysta wizualny, grafik i twórca interdyscyplinarny, Sopot - nominacja za udaną wystawę obrazów „Zmarszczki” w Bakcyl Atelier i warsztaty dla rodzin z dziećmi w Państwowej Galerii Sztuki w Sopocie oraz za projekt obrazów „Sopocka Plaża”.	GSK.68
Agnieszka Lasota , sopockaarchitekt-przewodnik, Sopot - nominacja za realizację projektu projekt „Zobacz Sopot na nowo – Sopockie spacer y z dziedzictwem”, który miał na celu przybliżenie mieszkańcom i turystom historii Sopotu poprzez odkrywanie mniej znanych zakątków miasta, jego przyrody oraz architektury.	GSK.235
Violeta Monsevyeh , artystka malar ka, Sopot - nominacja za projekt malarski pt. „Sopot nieoczywisty” – 21 malarskich ujęć Sopotu, który ma na celu uchwycenie mniej znanych, ale równie fascynujących aspektów Sopotu, prezentując miasto z innej perspektywy.	GSK.69
Jakub Piprowski , aktor Teatru Czwarte Miasto, Sopot - nominacja za udany artystycznie rok 2025 i budowanie warsztatu, którzy doceniają nie tylko sopoccy widzowie; za udaną współpracę z Teatrem Czwarte Miasto.	GSK.64
Dorota Sadowska-Neagu , artystka teatralna, Sopot - nominacja za autorstwo projektu teatralnego pt. „Udoskonalenie i wznowienie autorskiego spektaklu pt. »Książę Papusz i jego przyjaciele« oraz renowacja lalek i kostiumów”; za kulturalną edukację dzieci i młodzieży.	GSK.63
Maciej Siembieda , pisarz, Sopot - nominacja za całokształt twórczości, ze szczególnym wskazaniem na bestsellera Gołoborze, który został wydany w 2025 roku.	GSK.231
Anna Zalewska-Andruszkiewicz , niezależna kuratorka i producentka wydarzeń kulturalnych, Sopot - nominacja za stworzenie najgłośniejszego i najbardziej viralowego wydarzenia kulturalnego lata 2025 – interwencji artystycznej „LeŚnia” w Centrum św. Jana w Gdańsku; zaaranżowanie w przestrzeni kościoła symbolicznego lasu – miejsca wytchnienia na pograniczu jawy i snu; przyciągnięcie w ciągu 9 dni ponad 42 tysięcy odwiedzających.	GSK.224

POWIAT GDAŃSKI - LIDERZY GŁOSOWANIA

DZIAŁALNOŚĆ SPOŁECZNA I CHARYTATYWNA



Łukasz Kosik



POLITYKA, SAMORZĄDNOŚĆ I SPOŁECZNOŚĆ LOKALNA



Dominik Skonieczny

Bartosz Marczyński , prezes Fundacji Sport bez barier, Sopot - nominacja za wielkie serce i determinację w walce z wykluczeniem społecznym osób z niepełnosprawnościami. Za zarażanie pasją do sportu i dawanie szansy na normalne życie i rywalizację fair play. Za bycie prawdziwym ambasadorem równości, który poprzez swoje zaangażowanie, organizację wydarzeń i wsparcie placówek, realnie zmienia życie podopiecznych na lepsze.	GSC.252
Paweł Masiuk , dzielnicowy w Komendzie Miejskiej Policji, Sopot - nominacja za empatyczne podejście, dostępność oraz rzetelność w przekazywaniu informacji, co znacząco wpłynęło na poczucie bezpieczeństwa w lokalnej społeczności.	GSC.236
Agata Półtorak , artystka, ilustratorka, autorka książek dla dzieci oraz animatorka kultury, Sopot - nominacja za warsztaty plastyczne i literackie dla dzieci – m.in. cykl zajęć „Samodzielnia”, podczas których uczestnicy wykonują kreatywne prace.	GSC.44
Aneta Magdalena Pustelnik , logopeda w Zespole Szkół Specjalnych nr 5, Sopot - nominacja za działalność kulturalną i charytatywną w roku 2025. Za wspieranie dzieci w ich edukacji. Za wolontariat w hospicjum. Za promocję języka i kultury kaszubskiej poprzez tańce i inne formy artystyczne, co nie tylko wzbogaca życie kulturalne lokalnej społeczności, ale także pozwala dzieciom na kontakt z własnym dziedzictwem kulturowym.	GSC.47
Małgorzata Samół , prezes Zarządu Spółdzielni Mieszkaniowej im. J.I. Kraszewskiego, Sopot - nominacja za integrację mieszanek i mieszkańców w roku 2025, m.in. poprzez wspieranie działalności Domu Sąsiedzkiego „Potok” – wyjątkowej przestrzeni, w której mieszkańcy Sopotu mogą uczestniczyć w różnorodnych zajęciach, rozwijać swoje pasje i integrować się z sąsiadami.	GSC.51
Natalia Szafrankiewicz , nauczycielka tańca, doradczyni zawodowa i organizatorka wydarzeń kulturalnych, Sopot - nominacja za pasję działania w roku 2025; za zajęcia z tańca współczesnego oraz warsztaty coachingowe w Tęczowym Domu w Sopocie, skupiające się na temacie powrotu do kariery po przerwie macierzyńskiej lub tacierzyńskiej.	GSC.52
Estera Tomczyńska , koordynatorka sopockiej Akademii Don Kichota, Sopot - nominacja za wspieranie uczestników Akademii w odzyskiwaniu sprawczości i niezależnego życia poprzez szacunek i rozwój możliwości pełnienia ról społecznych i zawodowych; za promowanie integracji, kreatywności oraz wzajemnego wsparcia.	GSC.48
Izabela Tymińska , wolontariusz, wiceprezes Stowarzyszenia Miłosierdzia Św. Wincentego a Paulo, Sopot - nominacja za wolontariat oraz cichy sponsoring stowarzyszenia, które zajmuje się pomocą dla osób bezdomnych: za darmowe obiady trzy razy w tygodniu dla ponad 80 osób, kupowanie lekarstw osobom potrzebującym, organizację spotkań wigilijnych oraz wielkanocnych śniadań, a także za paczki świąteczne dla wszystkich potrzebujących.	GSC.249

Biznes i przedsiębiorczość

Filip Bartwicki , właściciel firmy Logos Architektki, Sopot - nominacja za budowanie nowej marki na gospodarczej mapie Sopotu i Trójmiasta: za odwagę działania i pasję w projektach wielobranżowych budynków indywidualnych dla klientów prywatnych i biznesowych.	GSB.37
Wojciech Cichowski , prezes zarządu firmy Bauhaus, Sopot - nominacja za udane projekty i realizacje w 2025 roku; za innowacyjność i pasję; za bycie jednym z najlepszych menadżerów nie tylko w województwie pomorskim, ale w skali całego kraju.	GSB.46
Szymon Kobylec , założyciel i właściciel Studio Morze Jogi, Sopot - nominacja za holistyczne podejście do zdrowia i dobrego samopoczucia, za łączenie pasji z duchem przedsiębiorczości, co czyni Studio jedną z najciekawszych firm na terenie Sopotu.	GSB.45
Katarzyna Kolanowska , właścicielka biura podróży World Tour, Sopot - nominacja za wysoką jakość obsługi i kompleksową obsługę klienta oraz indywidualne podejście do planowania podróży, co zostało docenione przez klientów w roku 2025.	GSB.41
Ewelina Kreft , dyrektor Thera Wellness Spa, Sopot - nominacja za kreatywne zarządzanie SPA, które w 2025 roku zajmuje wyjątkowe miejsce na mapie sopockiego kurortu; za uczynienie z Thera Welness ośrodka, który znakomicie wpisuje się w trendy nowoczesnego ekologicznego Holistic SPA.	GSB.36

Grażyna Pawlak , współwłaściciela Capuccino Cafe, Sopot - nominacja za stworzenie, razem z mężem, wyjątkowego miejsca na kulinarnej mapie Sopotu, co zostało docenione w roku 2025 Sopocką Perłą, a przede wszystkim uznaniem klientek i klientów.	GSB.38
Aleksandra Połom , właścicielka salonu fryzjersko-kosmetycznego Połom, Sopot - nominacja za wysoką jakość obsługi klientów w 2025 roku, za indywidualne podejście do ich potrzeb i oczekiwań, co czyni salon wyróżniającym się miejscem na mapie Sopotu.	GSB.35
Jacek Rakowski-Kaszuba , właściciel firmy Rako Trade, Sopot - nominacja za wysoką jakość usług, które doceniają klienci i budowanie dobrej marki na gospodarczej mapie Sopotu w 2025 roku.	GSB.40
Sebastian Stecewicz , właściciel firmy Bachoo.net Technologie Teleinformatyczne, Sopot - nominacja za kompleksową obsługę IT dla firm, szkół, gastronomii i innych podmiotów, oferując m.in. całodobową opiekę teleinformatyczną, wdrożenia i serwis systemów handlowych. Za czuwanie nad bezpieczeństwem informacji i RODO, audytami i usługami Inspektora Ochrony Danych.	GSB.44
Rafał Wicling , przedsiębiorca, właściciel M15 Restaurant & Bar & Sauny Sopot, Sopot - nominacja za budowanie dobrej gospodarczej marki kurortu i sukces sopockich saun, które w 2025 roku docenili klienci z całej Polski; za łączenie ducha przedsiębiorczości ze zdrowym trybem życia i propagowanie Sopotu jako miejsca, gdzie zdrowo się wypoczywa.	GSB.43
Mateusz Woźny , Prezes Zarządu M86 Sp. z o.o, Sopot - nominacja za projekty i realizacje w 2025 roku; za odważne budowanie marki na gospodarczej mapie Sopotu.	GSB.42
Iwona Ziemanowicz , właścicielka Instytutu Yasumi, Sopot - nominacja za pasję i zamiłowanie do naturalnego piękna oraz holistyczne podejście do pielęgnacji, co doceniły klientki w 2025 roku; za budowanie dobrej marki Sopotu jako pomorskiej zatoki piękna.	GSB.39

Polityka, samorządność i społeczność lokalna

Paweł Barczykowski , prezes Spółdzielni Socjalnej Kooperacja, Sopot - nominacja za szerokie działania na rzecz sopockiej społeczności - za aktywność i punkty usługowe przyjazne seniorom, które przyczyniają się do wspierania polityki senioralnej w regionie.	GSP.44
Zbigniew Duzinkiewicz , radny, Sopot - nominacja za zaangażowanie w inicjatywy mające na celu poprawę jakości życia mieszanek i mieszkańców Sopotu: między innymi za działania na rzecz zwiększenia liczby i różnorodności programów profilaktyki zdrowotnej oraz aktywizację i wsparcie seniorów, za pokazywanie, że misja samorządowca oznacza codzienne działania na rzecz dobra wspólnego.	GSP.15
Patryk Galewski , kucharz, społecznik, Sopot - nominacja za wkład w rozwój społeczny Sopotu poprzez stworzenie projektu PaKa - Akademia Dobrych Relacji i kontynuację misji wspierania trudnej młodzieży; za otwarcie jesieni 2025 roku, we współpracy z Fundacją im. ks. Jana Kaczkowskiego, wyjątkowego miejsca: Warsztatowni PAKA, która stała się bezpieczną przystanią m.in. dla młodzieży z zakładów poprawczych.	GSP.43
Adam Gil , radny, Sopot - nominacja za działania na rzecz lokalnej społeczności - za wspieranie walki z rakiem piersi, za działania w ramach Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy i fundacji DKMS - zostać dawcą szpiku kostnego.	GSP.36
Aleksandra Gosk , przewodnicząca Rady Miasta Sopotu, Sopot - nominacja za wieloletnie i aktywne działania na rzecz ochrony przyrody, ze szczególnym uwzględnieniem lasów okalających Sopot; za skuteczne zabieganie o korzystne dla uzdrowisk regulacje prawne w ramach Stowarzyszenia Gmin Uzdrowiskowych RP oraz za pokazywanie, że misja samorządowca to również obrona wartości przyrodniczych.	GSP.37
Ewa Puskiewicz , pełnomocniczka prezydentki Sopotu ds. Miasta Praw Człowieka, Sopot - nominacja za zaangażowanie w promowanie w życiu publicznym, kulturalnym, społecznym i gospodarczym wartości takich jak równość, równouprawnienie i sprawiedliwość społeczna; za inicjowanie i organizację cyklu wydarzeń Marzec Sopocianek oraz projektu Listopad Sopocian, a także za budowanie skutecznych rozwiązań w obszarze zdrowia psychicznego.	GSP.39

Jerzy Smolarek , radny, przewodniczący Zespołu ds. Konsultacji Sopotkiego Budżetu Obywatelskiego, Sopot - nominacja za koordynację organizacji i konsultacji społecznych, umożliwiających mieszkankom i mieszkańcom Sopotu zgłaszanie i wybieranie projektów do realizacji w ramach budżetu obywatelskiego; za udaną 15. edycję Sopotkiego Budżetu Obywatelskiego, w którym zagłosowało 5160 mieszkańców, co przełożyło się na historyczny wynik: 17,46 proc. frekwencji.	GSP.41
Marcin Stefański , radny, nauczyciel i trener koszykówki, były koszykarz Trefla Sopot, Sopot - nominacja za działania na rzecz rozwoju fizycznego młodzieży oraz partycypacji społecznej; za organizację ponad 20 edycji turnieju koszykówki ulicznej Streetball, w której co roku biorą udział setki uczestników; za akcję charytatywną „Skok z Mola”, która zebrała łącznie ponad 150 tys. złotych oraz zaangażowanie w projekty Sopotkiego Budżetu Obywatelskiego.	GSP.42
Aleksandra Tróściankowska , członkini Zarządu Stowarzyszenia Projekt Masterki, Sopot - nominacja za innowacyjne i aktywne działania na rzecz zdrowia, kultury i praw człowiek; za współtworzenie cieszących się ogromnym uznaniem festiwalu zdrowia Babki w Kurorcie oraz Zdrowe Porty, za stworzenie Planera MOC i Gry „Hermonia”, które oswoiły tematykę cyklu menstruacyjnego, a także za zdobycie wraz ze stowarzyszeniem Masterki nagrody Sopotkie Perły.	GSP.38
Jarosław Zawada , radny, Sopot - nominacja za działania na rzecz poprawy infrastruktury w Sopocie - modernizację ulic i ścieżek rowerowych; za podejmowanie w 2025 roku takich tematów jak remont ulicy Stanisława Wyspiańskiego, gdzie spada poziom bezpieczeństwa dla osób poruszających się jezdnią oraz chodnikami.	GSP.40

POWIAT BYTOWSKI	
Kultura	
Patrycja Borkowska , instruktor tańca w Bytowskim Centrum Kultury, Bytów - nominacja za wprowadzanie dzieci i młodzież w świat tańca oraz wzbudzanie wśród nich nie tylko umiejętności, ale też radości i pewności siebie.	GSK.75
Julita Durawa , mieszkanka Borzytuchomia, Borzytuchom - nominacja za szeroką działalność kulturalną na rzecz mieszkańców gminy; za pomysł utworzenia zespołu składającego się z seniorów.	GSK.72
Mirosława Hanasko , nauczyciel w Szkole Podstawowej nr 5 im. mjr Henryka Sucharskiego, Bytów - nominacja za działalność kulturalną na rzecz Ukraińców, którzy znaleźli nowy dom w Bytowie; za współzałożenie chóru.	GSK.74
Jarosław Juchniewicz , poeta, przewodniczący Klubu WERS Bytów, Bytów - nominacja za propagowanie kultury na terenie powiatu bytowskiego poprzez organizację przedsięwzięć literacko-muzycznych, uczestnictwo w spotkaniach ze społecznością lokalną, w tym szkolną, propagowanie poezji, prowadzenie Klubu Literackiego WERS, promocję miasta Bytowa poprzez uczestnictwo w antologiach poetyckich.	GSK.71
Dariusz Narloch , dyrektor Gminnej Biblioteki i Ośrodka Kultury, Borzytuchom - nominacja za budowanie dobrej marki kulturalnej w roku 2025 i niebanalne projekty; za fantastyczną promocję dożynek w roku 2025 i film Sami swoi z Borzytuchomia.	GSK.70
Michał Zarychta , działacz społeczny, Miastko - nominacja za szeroką działalność na rzecz mieszkańców miasta oraz hospicjum.	GSK.73
Działalność społeczna i charytatywna	
Zuzanna Kąkol , harcerka, Bytów - nominacja za szeroką działalność charytatywną na rzecz mieszkańców powiatu bytowskiego.	GSC.57
Łukasz Opis , działacz społeczny, Miastko - nominacja za pomoc ludziom po pożarze, działalność na rzecz hospicjum w Miastku.	GSC.56
Jarosław Oszuścik , ksiądz parafii św. Katarzyny Aleksandryjskiej, Bytów - nominacja za działalność charytatywną, liczne wydarzenia na rzecz społeczności bytowskiej, takie jak rodzinny festyn, organizowanie spotkań z ciekawymi ludźmi w bytowskich szkołach.	GSC.55
Karina Podraza , społecznik, właścicielka PsychoBabki, Mądrzechowo - nominacja za integrację społeczności lokalnej - za aktywizację poprzez wycieczki i różne zajęcia. Za prowadzenie inspirującego profilu w mediach społecznościowych.	GSC.245

Iwona Trapp , przewodnicząca KGW Niezabudki, Niezabyszewo - nominacja za organizację licznych akcji charytatywnych oraz cykl spotkań dla seniorów z Fundacją Biedronki, za udział w akcji Mikołaj w dla Hospicjum Pomorze Dzieciom.	GSC.54
Biznes i przedsiębiorczość	
Andreas Bubenhofer , prezes Eko Color Sp. z o.o., Bytów - nominacja za rozwój przedsiębiorstwa Eko-Color - producenta farb proszkowych o międzynarodowym zasięgu, który inwestuje w nowe technologie i modernizację produkcji, wzmacniając rolę powiatu bytowskiego w przemyśle chemicznym i tworząc stabilne miejsca pracy.	GSB.181
Zygmunt Krzysztof Dyks , dyrektor zarządzający Eko-Color, Bytów - nominacja za zaangażowanie w prowadzenie i nadzór nad operacyjną działalnością Eko-Color, budowanie jakości produktów oraz rozwój firmowego parku maszynowego, co wspiera innowacyjność i konkurencyjność lokalnej gospodarki.	GSB.179
Jarosław Gawin , starszy Cechu, Bytów - nominacja za szeroką działalność na rzecz Cechu; za organizowanie obchodów 50-lecia powstania CECH w Bytowie.	GSB.47
Kamila Gierszewska , właścicielka Drutex S.A., Bytów - nominacja za kontynuowanie i rozwój Drutex S.A. - jednego z największych przedsiębiorstw produkcyjnych w powiecie bytowskim, które zatrudnia tysiące osób, dynamicznie się rozwija na rynkach krajowych i zagranicznych oraz przyczynia się do rozwoju gospodarczego całego regionu.	GSB.180
Piotr Lubiński , prezes zarządu POLMOR Sp. z o.o., Bytów - nominacja za kierowanie spółką POLMOR - firmą produkującą konstrukcje i podspopy m.in. dla przemysłu kolejowego i innych sektorów technicznych, za przyczynianie się do zwiększania potencjału produkcyjnego regionu oraz za tworzenie nowych miejsc pracy.	GSB.163
Artur Karol Piotrowski , prezes zarządu Proplastica Sp. z o.o., Bytów - nominacja za kierowanie dynamicznym rozwojem przedsiębiorstwa Proplastica, realizację inwestycji technologicznych w produkcji komponentów metalowych oraz za wkład w utrzymanie wysokich standardów jakości i stabilnych miejsc pracy w powiecie bytowskim.	GSB.174
Henryk Józef Reclaw , prezes zarządu, właściciel Wireland Sp. z o.o., Bytów - nominacja za rozwój firmy Wireland, wdrażanie innowacyjnych technologii produkcyjnych w branży metalowej, promowanie lokalnych produktów oraz konsekwentne zwiększanie konkurencyjności firmy na rynku krajowym i międzynarodowym, co przyczynia się do wzrostu gospodarczego powiatu bytowskiego.	GSB.172
Ryszard Ziegert , właściciel firmy Zimar, Bytów - nominacja za realizację budowy kompleksu sportowego w Bytowie.	GSB.48

Polityka, samorządność i społeczność lokalna	
Jarosław Garbicz , wójt gminy, Borzytuchom - nominacja za skuteczne zarządzanie gminą; za umiejętność pozyskiwania środków zewnętrznych oraz aktywizację mieszkańców.	GSP.48
Ireneusz Gospodarek , burmistrz Bytowa, Bytów - nominacja za umiejętność dyplomacji i współpracy ze wszystkimi środowiskami w gminie Bytów.	GSP.46
Izabela Jagodzińska , wójt gminy, Parchowo - nominacja za skuteczne zarządzanie gminą oraz umiejętność pozyskiwania funduszy zewnętrznych.	GSP.47
Aleksander Pradella , dyrektor Zarządu Dróg Powiatowych, Bytów - nominacja za koordynowanie kluczowych inwestycji drogowych w powiecie, m.in. modernizację ul. Kąpielowej w Bytowie oraz budowę drogi w Rokitach.	GSP.185
Anna Gostkowska Strojłk , mieszkanka Bytowa, Bytów - nominacja za zaangażowanie w życie społeczne mieszkańców gminy Bytów; uczestnictwo we wszystkich ważniejszych wydarzeniach, z których przygotowuje dla mieszkańców szerokie relacje filmowe i zdjęciowe.	GSP.45

POWIAT CHOJNICKI	
Kultura	
Sandra Cicha , pisarka, Chojnice - nominacja za lekkie pióro w powieściach kryminalnych, których akcja rozgrywa się w powiecie chojnickim.	GSK.88

Władysław Czarnowski , twórca Zespołu Pieśni i Tańca Krëbane, Chojnice - nominacja za stworzenie wyjątkowej grupy tancerzy, muzyków i śpiewaków - za wspaniały zespół, który w tym roku obchodził 45-lecie działalności.	GSK.89
Aleksandra Fryca , prezes Fundacji Rozwoju Ziemi Chojnickiej i Człuchowskiej, Chojnice - nominacja za kulturalną promocję regionu; za organizację festiwalu InterTony, który od 10 lat zrzesza fanów rockowego grania umiejscawiając Chojnice na koncertowej mapie Polski.	GSK.76
Jacek Hałuszkiewicz , pedagog w Zespole Szkół nr 2, socjoterapeuta, społecznik, założyciel Muzeum Zakładki, Chojnice - nominacja za organizację i współorganizację imprez w roku 2025; za wystawy i festyny: między innymi Festyn Przyrodniczo-Ekologiczny.	GSK.79
Jędrzej Hope , artysta muzyk, Lichnowy - nominacja za talent i pasję do muzyki rockowej i alternatywnej. Za komponowanie, jak i również wykonywanie utworów innych cenionych artystów. Za zdobycie stypendium starosty chojnickiego w 2025 roku.	GSK.80
Michał Moga , artysta kaszubski, Swornegacie - nominacja za udział i laury w licznych konkursach literatury kaszubskiej; za pracę w zespole Pieśni i Tańca Ziemi Chojnickiej „Kaszuby”; za warsztaty tańca ludowego; za teatralny „Projekt 41”; za działania na rzecz kultury, które zostały docenione m.in. nagrodą starosty chojnickiego w roku 2025.	GSK.85
Bartłomiej Nowak , muzyk - perkusista udzielający się w różnych projektach artystycznych w całej Polsce, Chojnice - nominacja za owocną działalność artystyczną, co poskutkowało stypendium starosty chojnickiego, za projekt video clipu do utworu „Historia Mojej Siostry”, za promocję kulturalną Chojnic.	GSK.78
Anna Orlikowska , dyrektor Centrum Kultury i Biblioteki, Brusy - nominacja za aktywną działalność na rzecz rozwoju kultury, czytelnictwa i osób niepełnosprawnych, organizację wielu imprez kulturalnych, m.in. Międzynarodowego Festiwalu Folkloru Kaszubskie Spotkania z Folklorem Świata.	GSK.77
Marlena Pawlak , miejski konserwator zabytków Chojnic, Chojnice - nominacja za pracę zawodową, którą łączy z rozwijaniem własnej twórczości malarskiej, rzeźby i fotografii tradycyjnej analogowej, udział w akcjach plastycznych promujących sztukę wśród dzieci i młodzieży oraz za dzieła, które można było zobaczyć na wystawie Pasja tworzenia w ramach XII Nocy w Bibliotece.	GSK.84
Małgorzata Skwarek , dyrektor Gminnego Centrum Kultury, Czersk - nominacja za ogromny wkład w rozwój kultury w gminie Czersk. Za zarządzanie trzema domami kultury, trzema bibliotekami i wieloma świetlicami wiejskimi. Za zajęcia artystyczne oraz imprezy kulturalne na wysokim poziomie. Za tworzenie miejsca do realizacji artystycznych pasji.	GSK.82
Olgierd Szopiński , artysta, student piątego roku wzornictwa na Gdańskim Akademii Sztuk Pięknych., Chojnice - nominacja za talent i pasję, czego efektem są chojnickie murale, za ożywianie miasta i jego promocję, co zostało między innymi docenione w formie nagrody przez starostę chojnickiego.	GSK.86
Maks Tachasiuk , wokalista, muzyk, Chojnice - nominacja za występ w prestiżowym konkursie debiutów podczas 62. Krajowego Festiwalu Piosenki Polskiej w Opolu - za pierwszy występ chojniczanina na tej scenie.	GSK.81
Działalność społeczna i charytatywna	
Jerzy Erdman , założyciel Chojnice TV, fan Electric Light Orchestra, Chojnice - nominacja za podjęcie się trudu organizacji XXI Międzynarodowego Złotu Fanów ELO i Jeffa Lynne w Swornegaciach.	GSC.62
Karol Gluszek , działacz społeczny, Chojnice - nominacja za niesienie pomocy bliźniemu - za pomoc osobom w kryzysie bezdomności.	GSC.237
Arkadiusz Jążdżejewski , redaktor naczelny WeekendFM, Chojnice - nominacja za organizację i prowadzenie koncertu „Siła lokalności” lokalnego radia WeekendFM, wydarzenia, które daje szansę niszowym, ale uzdolnionym, twórcom zabłysnąć na dużej scenie.	GSC.58
Barbara Kłodzińska , założycielka Uniwersytetu Trzeciego Wieku, Chojnice - nominacja za przetarcie uniwersyteckiego szlaku swoim młodszy następcem; za działania na rzecz UTW w Chojnicach, który obchodził swoje 25-lecie.	GSC.59

POWIAT KARTUSKI - LIDERZY GŁOSOWANIA

BIZNES I PRZEDSIĘBIORCZOŚĆ



Estera Kostuch

DZIAŁALNOŚĆ SPOŁECZNA I CHARYTATYWNĄ



Aneta Pułtarzewska

KULTURA



Weronika Sikorska

POLITYKA, SAMORZĄDNOŚĆ I SPOŁECZNOŚĆ LOKALNA



Patryk Ciszek

PEŁNA LISTA NOMINOWANYCH

Patrycja Michalak , dyrektor Banku Żywności, Chojnice - nominacja za kontynuowanie dzieła, jakim jest Bank Żywności, ukończenie budowy nowej siedziby i nowe nietuzinkowe pomysły, w jaki sposób pomóc najbardziej potrzebującym.	GSC.65
Marlena Pawlak , animatorka kultury, Chojnice - nominacja za udział w akcjach plastycznych, promujących sztukę wśród dzieci i młodzieży. Za zdobycie stypendium starosty chojnickiego, które miało umożliwić wykonanie cyklu przedstawień rzeźbiarskich, malarskich i fotograficznych otoczonych w pomorskiej kulturze, nawiązujących do korzeni Kaszub, lasów i natury Borów Tucholskich.	GSC.64
Justyna Rząska , dyrektor Gminnego Ośrodka Kultury, Chojnice - nominacja za przygotowanie, zgromadzenie i przeanalizowanie ankiety o potrzebach seniorów w gminie Chojnice.	GSC.63
Bożena Stępień , prezes Stowarzyszenia Miłośników Miejscowości Charzykowy, Charzykowy - nominacja za nietuzinkowe podejście do konkursu na Drzewo Roku 2025, czyli nadanie imienia dębowi pod Jarcewem imienia; za stworzenie legendy i zgłoszenie do konkursu oraz robienie wokół drzewa pozytywnego „zamieszania”.	GSC.60
Celina Twardysz , terapeuta dzieci z niepełnosprawnościami, właścicielka przedszkoli Pani Wiaderko, Chojnice - nominacja za energię i pasję działania w roku 2025 na rzecz dzieci z niepełnosprawnościami; za ciągły rozwój zawodowy, który z sukcesem przekuwa na pomoc innym.	GSC.61
Maria Wróblewska , założycielka Uniwersytetu Trzeciego Wieku, Chojnice - nominacja za wykłady, warsztaty i zajęcia edukacyjne skierowane do seniorów; za wycieczki, spotkania integracyjne i aktywizację osób starszych; za angażowanie seniorów także w działania społeczne, np. zbiórki plastikowych nakrętek i inne akcje integracyjne.	GSC.238
Biznes i przedsiębiorczość	
Joanna Karwowska , właściciel sklepu w Zagrodzie, Charzykowy - nominacja za promocję zdrowego jedzenia - dostrzeżenie siły lokalnych produktów, jak owoce, warzywa, pieczywo, miody, kiszonki, wędliny i ryby.	GSB.51
Samuel Kobus , właściciel Chojnickiej Galerii Wina Kredensik, Chojnice - nominacja za odważny krok stworzenia w Chojnicach miejsca degustacji win; za promocję kultury winiarskiej i budowanie dobrej regionalnej marki.	GSB.54
Zbigniew Rogulski , dyrektor operacyjny i członek zarządu firmy Fey, Chojnice - nominacja za doskonały przykład współpracy biznesu i samorządu podczas organizacji Mistrzostw Polski w Pływaniu na Deskach SUP.	GSB.55
Andrzej Skiba , właściciel Zakładów Mięsnych Skiba, Chojnice - nominacja za sfinansowanie i realizację projektu nowego obiektu usługowego w mieście, który swoją estetyką nawiązuje do przemysłowej tradycji tego miejsca.	GSB.49
Krzysztof Sutowski , właściciel Firmy Sorter A1, Chojnice - nominacja za harmonię w prowadzeniu biznesu i pomaganiu innym oraz za odważne przekształcenie firmy w producenta inteligentnego urządzenia sortującego przesyłki.	GSB.52
Łukasz Synoradzki , właściciel CT Media, Chojnice - nominacja za genialną organizację i relację koncertu z okazji Dni Powiatu Chojnickiego.	GSB.53
Aneta Zalewska , dyrektor Hotelu Notera SPA, Charzykowy - nominacja za konsekwencję w promowaniu uroków Jeziora Charzykowskiego i powiatu chojnickiego; za budowanie dobrej turystycznej marki regionu w 2025 roku.	GSB.50
Polityka, samorządność i społeczność lokalna	
Edyta Barwina , kierownik Wiejskiego Domu Kultury, Silno - nominacja za zorganizowanie szkolenia komputerowego oraz zajęć z obsługi aplikacji mobilnych dla mieszkańców Silna i okolic.	GSP.55
Arseniusz Finster , burmistrz, Chojnice - nominacja za dowieszenie zjednoczenia chojnicko-człuchowskiego pod nazwą Miejski Obszar Funkcjonalny i pozyskanie ponad 91 mln zł na inwestycje strategiczne na południu Pomorza.	GSP.51
Michał Gruchała , prezes Stowarzyszenie Chojnice- Tu Bije Moje Serce, Chojnice - nominacja za działalność na rzecz społeczności miasta Chojnice i całego powiatu chojnickiego; za organizację konkursów dla dzieci i dorosłych, takich jak konkurs plastyczny „Moje wspomnienie z wakacji” czy konkurs fotograficzny „Tu bije moje serce”. Za współorganizację obchodów Święta Niepodległości oraz uroczystości upamiętniające rocznicę Cudu nad Wisłą.	GSP.59

Kazimierz Jaruszewski , regionalista, Chojnice - nominacja za badania publikowane w książkach i artykułach naukowych oraz popularnonaukowych; za zdobycie stypendium starosty chojnickiego, które będzie przeznaczone na wydanie książki pt.: „Władysław Grzeca i inni. Regionalni patroni ulic w miejscowościach powiatu chojnickiego”.	GSP.58
Dariusz Kiedrowicz , pełnomocnik Zespołu MON ds. Paktu Dla Bezpieczeństwa Polski - Pomorze Środkowe, Brusy - nominacja za pracę na rzecz realizacji trasy VIA Pomerania i Zielonego Okręgu Przemysłowego Kaszubia.	GSP.54
ks. Andrzej Kuczyński , proboszcz parafii pw. św. Jadwigi Śląskiej w Lichnowach, Lichnowy - nominacja za konsekwentne tworzenie przy budynku kościoła parku ze stawem; za rozmach i... bramę do nieba.	GSP.49
Julia Michnowska , prawnik, Urząd Marszałkowski Województwa Pomorskiego, Brusy - nominacja za działalność społeczną i dobroczynną. Za zorganizowanie, jako prezes Stowarzyszenia Aktywni dla Regionu, balu charytatywnego w Brusach, na którym udało się zebrać i przekazać dwóm osobom borykającym się z chorobą nowotworową ponad 35 tysięcy złotych. Za Mikołajki dla dzieci z terenu gminy Brusy.	GSP.56
Justyna Barwina Mysza , prezes stowarzyszenia Chojnicki Alarm dla Klimatu, Chojnice - nominacja za zorganizowanie konkursu na film krótkometrażowy o tematyce szkodliwości fajerwerków Fajerwerki gasną - strach zostaje.	GSP.57
Arleta Olter , instruktorka w świetlicy wiejskiej, Klawkowo - nominacja za zorganizowanie wyjątkowych warsztatów pod hasłem Zaczynj żyć młodziej już dziś.	GSP.50
Stefan Skwierawski , starszy Kurkowego Bractwa Strzeleckiego, Brusy - nominacja za zorganizowanie w Czarnowie turnieju strzeleckiego o wieczyscie przechodnią „Kulę Armatnią”, a także za promocję regionu w roku 2025.	GSP.60
Daniel Szpręga , burmistrz, Czersk - nominacja za dofinansowanie w kwocie 250 tysięcy złotych na zakup samochodu ratowniczo-gaśniczego dla Ochotniczej Straży Pożarnej w Malachinie.	GSP.53

POWIAT CZŁUCHOWSKI	
Kultura	
Dorota Cieplińska , pracownik działu promocji Urzędu Miasta, Człuchów - nominacja za opiekowanie się Jarmarkiem Lawendowym, który jako jeden z nielicznych w regionie stawia na rękodzieło i rzemiosło.	GSK.92
Adam Gawroński , instruktor w Miejskim Domu Kultury, Człuchów - nominacja za nieustanne i mozolne krzewienie idei teatru na wysokim poziomie w Miejskim Domu Kultury w Człuchowie.	GSK.90
Katarzyna Gilewicz-Gómaś , założycielka i dyrektorka Niepublicznej Szkoły Podstawowej PIANO, Człuchów - nominacja za liczne przedsięwzięcia i aktywność podczas eventów w 2025 roku - za twórczą pracę z młodzieżą, która sprawia, że uczniowie są nagradzani i wyróżniani podczas ogólnopolskich przeglądów muzycznych i wokalnych.	GSK.95
Ola Karowska , dyrektor Centrum Kultury, Sportu i Turystyki, Debrzno - nominacja za zorganizowanie spotkania z pisarką Marią Paszyńską - autorką wielu popularnych i poruszających powieści historycznych.	GSK.97
Sylwia Zofia Klonowska , sekretarz Człuchowskiego Towarzystwa Polsko-Francuskiego, Człuchów - nominacja za organizację XII Konkursu Piosenki Francuskiej im. Jadwigi Loroche w Człuchowie, organizację I Konkursu Plastycznego Francja w moich oczach dla mieszkańców powiatu człuchowskiego, organizację pikniku ekologicznego połączonego z Akcją Sprzątania Świata, za którą CzTP-F otrzymało certyfikat i gratulację z Fundacji Nasza Ziemia.	GSK.225
Karol Obrebski , artysta rzeźbiarz, Uniechów - nominacja za stworzenie rzeźby dzika (symbolu Debrzyna), który stanął w mini parku Witaj w gminie Debrzno; za promocję regionu w roku 2025.	GSK.94
Mariola Pryzwan , kierownik Pomorskiej Biblioteki Publicznej w Słupsku, Oddział w Człuchowie, Człuchów - nominacja za zorganizowanie wernisażu prac malarza Pawła Galińskiego; za promocję kultury w 2025 roku.	GSK.96

PLEBISCYT

Aby oddać głos, wyślij na nr **7303** SMS o treści wskazanej przy nazwisku nominowanej osoby (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Janina Szymanowska , artystka, fotografka, członkini Klubu Plastyka im. Stefana Morawskiego Słupsku, Człuchów - nominacja za inicjatywę wydarzenia „Człuchów w obrazach zaklęty”, podczas którego odbył się międzynarodowy plener malarski.	GSK.93
Alina Szymkowicz , sekretarz Yacht Klubu Człuchów, Człuchów - nominacja za zorganizowanie Pomorskiego Konkursu Piosenki Żeglarskiej im. Jerzego Knajdka; za propagowanie kultury żeglarskiej i promocję regionu.	GSK.91
Działalność społeczna i charytatywna	
Milena Bala , działaczka społeczna, Koczała - nominacja za akcje pomocowe, jak zbiórka we własnym domu dla osób z Ukrainy, pomoc pogorzelcom, zaangażowanie w społeczność szkolną ZMIW Koczała oraz działania na rzecz mieszkanek i mieszkańców gminy.	GSC.244
Aneta Chabowska , strażak OSP, Rzeczenica - nominacja za działania w szeregach OSP w Rzeczenicy. Z odwagą, pasją i ogromne serce; za zaangażowanie w każdą akcję, inicjatywę i wydarzenie, w których liczy się pomoc drugiemu człowiekowi oraz bezpieczeństwo lokalnej społeczności. Za bycie nieocenionym wsparciem zarówno podczas akcji ratowniczych, jak i w codziennej pracy społecznej OSP.	GSC.246
Luiza Gawrońska , wokalistka, Sokole - nominacja za poprowadzenie dwudniowych warsztatów muzycznych w gminie Debrzno - za edukację muzyczną i promowanie dobrej kulturalne marki regionu.	GSC.71
Elżbieta Józefowska , prezes stowarzyszenia Człuchów - Każdy Jest Ważny, Człuchów - nominacja za wielkie serce do pomagania w akcji „Cały powiat dla hospicjum”; za bicie rekordów, które pokazują, że warto działać dla dobra wspólnego.	GSC.69
Arkadiusz Kamiński , nauczyciel w Zespole Szkół Społecznych Społecznego Towarzystwa Oświatowego im. Jana Nowaka-Jeziorańskiego, Człuchów - nominacja za aktywny udział w propagowaniu historii Człuchowa i regionu - za organizację człuchowskich spacerów z przewodnikiem.	GSC.66
Katarzyna Kasperowicz , nauczycielka w Zespole Szkół, Rzeczenica - nominacja za niezwykłą konsekwencję i serce do działania na rzecz innych; za prowadzenie samorządu szkolnego oraz klubu wolontariuszy, ucząc młodych ludzi empatii, współpracy i wrażliwości na potrzeby drugiego człowieka. Za organizację sztabu WOŚP w Rzeczenicy. Za budowanie mostów między szkołą a społecznością lokalną.	GSC.247
Maria Danuta Kordykiewicz , prezes Stowarzyszenia Sabat Szefowych, Człuchów - nominacja za zorganizowanie wielu akcji charytatywnych, w wyniku których zgromadzono dla potrzebujących przeszło 0,5 mln złotych - za promocję w Polsce Człuchowa między innymi podczas Kongresu Kobiet.	GSC.73
Robert Makarewicz , prezes Stowarzyszenia Łączy Nas Pasja, Koczała - nominacja za akcję „Zalóż ka ka kask”, promującą jazdę na hulajnogach i rowerach w kaskach.	GSC.74
Maciej Pawłowski , prezes PZW w Człuchowie, Człuchów - nominacja za zorganizowanie akcji usunięcia odpadów z linii brzegowej człuchowskich jezior.	GSC.72
Dawid Rotkiewicz , wychowawca w Centrum Wsparcia Rodziny i Dziecka w Czarnem, radny powiatu człuchowskiego, założyciel Stowarzyszenia Idea, Czarne - nominacja za zaangażowanie w działalność Centrum Wsparcia Rodziny i Dziecka w Czarnym. Za serdeczność, otwartość, za pracę dla lokalnej społeczności w roku 2025; za działalność w ramach Stowarzyszenia Idea, organizację imprez i akcji mających tchnąć życie i świeżość w społeczność lokalną.	GSC.67
Dominika Sadłowska , inicjatorka i koordynatorka zbiorów na rzecz Kliniki Hematologii i Onkologii oraz Pomorskiego Hospicjum dla Dzieci w Gdańsku, wolontariuszka w Fundacji Złotowianka, Debrzno - nominacja za projektowanie i koordynowanie zbiorów na rzecz podopiecznych Kliniki Pediatrii, Hematologii i Onkologii Dziecięcej UCK w Gdańsku, Hospicjum ks. Dutkiewicza oraz Pomorskiego Hospicjum dla Dzieci w Gdańsku.	GSC.216
Ilona Sołtyk-Grabowska , prezes Stowarzyszenia Lokalna Grupa Działania Ziemi Człuchowskiej, Debrzno - nominacja za realizację projektu Silni razem - terapia i rehabilitacja dla najmłodszych i seniorów w gminie Człuchów”.	GSC.70

POWIAT KOŚCIERSKI - LIDERZY GŁOSOWANIA

DZIAŁALNOŚĆ SPOŁECZNA I CHARYTATYWNA



Aleksandra Guzik

KULTURA



Joanna Wieniawa-Narkiewicz

POLITYKA, SAMORZĄDNOŚĆ I SPOŁECZNOŚĆ LOKALNA



Adam Chmura

PEŁNA LISTA NOMINOWANYCH

Karolina Wiśniewska , prezes Stowarzyszenia Zawsze Razem, Gwieździn - nominacja za pomysły, energię i zaangażowanie jako prezes w działania stowarzyszenia Zawsze Razem na rzecz mieszkańców sołectwa Gwieździn. Za profesjonalizm i zaangażowanie jako Strażak w OSP Gwieździn. Za wielkie serce i czas na działania na rzecz parafii Gwieździn.	GSC.257
Biznes i przedsiębiorczość	
Tomasz Emmerling , prezes Yacht Klub Człuchów, Człuchów - nominacja za pozyskanie dwóch fabrycznie nowych łodzi szkoleniowych SIGMA Club; za konsekwentne działania na rzecz żeglarsstwa w 2025 roku.	GSB.61
Danuta i Andrzej Gliszczyńscy , właściciele Przedsiębiorstwa Wielobranżowego s.c. Danuta i Andrzej Gliszczyńscy, Człuchów - nominacja za przeprowadzenie remontu ulicy Królewskiej w Człuchowie; za budowanie dobrej gospodarczej marki regionu w 2025 roku.	GSB.178
ks. Krzysztof Kempa , proboszcz parafii pw. św. Wawrzyńca Męczennika, Brzezie - nominacja za pozyskanie środków na prace konserwatorskie i restauratorskie przy neobarokowych stropach dwóch świątyń w gminie Rzeczenica - w kościele parafialnym w Brzeziu oraz filialnym w Pieniężnicy.	GSB.59
Michalina Krasowska , dyrektor OSiR, Przechlewo - nominacja za organizację dwudniowych wiosennych Targów Ogrodniczych na starym lotnisku między Sapolnem a Konarzynami, które były zarówno udanym wydarzeniem ogrodniczym, jak i kulturalnym.	GSB.60
Ilona Montusiewicz , właścicielka salonu fryzjerskiego, Czarne - nominacja za profesjonalizm w prowadzeniu jednego z najlepszych salonów fryzjerskich w Czarnem, który zyskał duże uznanie wśród klientów.	GSB.58
Polityka, samorządność i społeczność lokalna	
Igor Bodziak , dyrektor Ośrodka Sportu i Rekreacji, Człuchów - nominacja za organizację Biegu Krzyżaka - jedynego takiego biegu, gdzie trzeba jak najszybciej pokonać 265 schodów i dostać się na szczyt wieży człuchowskiego zamku.	GSP.64
Janina Dudek , radna, Człuchów - nominacja za liczne projekty społeczne oraz za współtworzenie nieformalnej grupy radnych „Piątka dla Człuchowa”, która stawia na bezpośredni kontakt z mieszkańcami poprzez regularne wspólne dyżury i spotkania.	GSP.180
Elżbieta Józefowska , prezes stowarzyszenia Człuchów - Każdy Jest Ważny, Człuchów - nominacja za zorganizowanie akcji Cały powiat dla hospicjum; za integrację lokalnej społeczności wokół ważnego celu.	GSP.63
Tomasz Kowalczyk , zastępca burmistrza Człuchowa, Człuchów - nominacja za pozyskanie dotacji z Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Gdańsku z puli dedykowanej siedzibom OSP, za co wyremontowany będzie Miejski Dom Kultury, w którym siedzibę znajdzie OSP.	GSP.66
Robert Makarewicz , prezes Stowarzyszenia Łączy Nas Pasja, Koczała - nominacja za prowadzenie kampanii Załóż ka ka kask, promującej jazdę w kaskach na rowerach czy hulajnogach.	GSP.65
Wojciech Milak , instruktor jazdy konnej w KJ Hubal, Wierzychowo - nominacja za propagowanie jeździectwa połączonego z historią i kontynuacją tradycji kawalerskich oraz organizowanie zawodów Hubertus, w której startowano w czterech konkursach plus pogoń za lisem.	GSP.67
Katarzyna Mładanowicz , sołtys, Rzeczenica - nominacja za łączenie pracy w swoim gospodarstwie z działalnością na rzecz lokalnej społeczności - za budowanie marki małej ojczyzny, gdzie jakość życia cały czas może się poprawiać.	GSP.199
Małgorzata Myszka , sołtys, Brzezie - nominacja za pracę i zaangażowanie na rzecz społeczności sołectwa Brzezie jako sołtys i radna. Za czas i zainteresowanie sprawami mieszkańców Brzezia. Za wsparcie działań lokalnych seniorów. Za aktywną działalność w kole gospodyń wiejskich i najlepsze potrawy reprezentujące sołectwo Brzezie.	GSP.211
Monika Narloch , radna, Rzeczenica - nominacja za działalność na rzecz mieszkańców Olszanowa. Za energię do działania, za tysiące pomysłów aktywizujących mieszkańców. Za czas, serce i zaangażowanie w działania z dziećmi i młodzieżą. Za łączenie roli radnej, animatorki, mamy i żony oraz dyrektora swojego gospodarstwa rolnego z niespożytą energią każdego dnia.	GSP.212

Bartłomiej Ożański , dyrektor Gminnego Centrum Kultury, Sportu, Turystyki i Rekreacji, Rzeczenica - nominacja za zorganizowanie pierwszej w historii gminy gali wolontariatu.	GSP.62
Andrzej Piworowicz , dyrektor Powiatowej Bursy Szkolnej, Człuchów - nominacja za zorganizowanie turniejów Dywizji A Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży w Koszykowie dziewcząt i chłopców.	GSP.61
Mariusz Przyszlak , przewodniczący Rady Miejskiej, Człuchów - nominacja za działalność samorządową i społeczną na rzecz Człuchowa. Za szereg inicjatyw w radzie miejskiej, a także wraz z Klubem Radnych Każdy Jest Ważny - za budowanie dobrej marki samorządu.	GSP.192

POWIAT GDAŃSKI	
Kultura	
Mateusz Burczyk , felietonista, recenzent, autor, Pruszcz Gdański - nominacja za propagowanie czytelnictwa wśród dorosłych i młodzieży; za stworzenie powieści Bieg przez pokrzywy - komedii obyczajowej wydanej w 2025 roku, która ukazuje współczesne życie i absurdy codzienności z dużą dawką humoru i refleksji.	GSK.104
Monika Kosznik , bibliotekarz w Bibliotece Publicznej, Sobowidz - nominacja za kultywowanie tradycji pisania kronik poprzez prowadzenie Gminnej Biblioteki Publicznej, Filii w Sobowidzu, która przykuwa uwagę zarówno formą, jak i treścią, sprawiając, że czytanie informacje są niezwykle ciekawe.	GSK.105
Joanna Kowalczyk , kierownik filii Pomorskiej Biblioteki Pedagogicznej, Pruszcz Gdański - nominacja za zaangażowanie w organizację Konkursu Pięknego Czytania w ramach Powiatowego Konkursu Czytelniczego „Z książką na ty, przyczyniając się tym samym do tego, że w konkursie z roku na rok bierze udział rekordowa liczba szkół i uczniów.	GSK.102
Kamil Mączkowski , członek i administrator grupy Urban Sketchers Gdańsk, Pruszcz Gdański - nominacja za propagowanie idei szkicowania miejskiego i organizację plenerów Urban Sketchers Gdańsk w Pruszczu Gdańskim, na których powstały niezwykle i ciekawe prace pokazujące miasto okiem artystów.	GSK.103
Aleksandra Nowogrodzka , prowadząca zajęcia plastyczne GOKSiR Trąbki Wielkie, nauczyciel plastyki SP, Sobowidz - nominacja za zainicjowanie i realizację przez młodych mieszkańców gminy Trąbki Wielkie muralu Kocham swoje miejsce na ziemi, który został nagrodzony w Ogólnopolskim Konkursie i Wystawie Murali oraz prowadzone Spotkania ze sztuką.	GSK.100
Adam Okrój , bas, organista w Cappella Gedanensis, Borkowo - nominacja za niepowtarzalny talent, za piękny głos bas; za działalność w Capelli Gedanensis od początku istnienia zespołu, za funkcję organisty w kościele w Borowie.	GSK.98
Andrzej Sulewski , prezes chóru Męskie Towarzystwo Śpiewacze GRYF, Trąbki Wielkie - nominacja za prowadzenie chóru Męskie Towarzystwo Śpiewacze GRYF, którego występy od kilkunastu lat uświetniają wszystkie ważniejsze wydarzenia w gminie Trąbki Wielkie oraz bogaty repertuar, który przynosi słuchaczom wiele nowych muzycznych doznań.	GSK.101
Agnieszka Wieczorek , fotografka, podróżniczka, Pruszcz Gdański - nominacja za pasję pokazywania swojego miasta na niezwykłych fotografiach, które pokazują Pruszcz Gdański w nieco innym świetle.	GSK.99
Działalność społeczna i charytatywna	
Małgorzata Cieślak , wiceprezes Fundacji Dom Hospicyjny, Pruszcz Gdański - nominacja za przybliżanie i upowszechnianie idei wolontariatu poprzez stworzenie Akademii Wolontariatu i prowadzenie jej ramach kreatywnych zajęć dla dzieci i młodzieży.	GSC.80
Dorota Gugiewicz-Bodus , nauczyciel oddziału przedszkolnego w Szkole Podstawowej nr 2, Pruszcz Gdański - nominacja za ogromne serce, wsparcie wielu akcji charytatywnych: poczynszy od zbierek na chorujące dzieci, aż po akcje na rzecz pruszczańskiego Domu Hospicyjnego i osób w potrzebie. Za bycie nieocenionym pedagogiem, który słyszy dzieci i rodziców.	GSC.256

Dziennik Bałtycki Środa, 4.02.2026	
Aby oddać głos, wyślij na nr 7303 SMS o treści wskazanej przy nazwisku nominowanej osoby (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)	
Katarzyna Kałduńska , prezes Fundacji Dom Hospicyjny, Pruszcz Gdański - nominacja za zainicjowanie budowy hospicjum i domu wytchnieniowego w Gołębiewie Wielkim oraz codzienne niesienie pomocy podopiecznym hospicjum domowego powiecie.	GSC.78
Łukasz Kosik , członek Komitywy Sąsiedzkiej, Czerniewo - nominacja za zainicjowanie powstania Archiwum Społecznego w gminie Trąbki Wielkie.	GSC.79
Paulina Ostrowska , liderka Szlachetnej Paczki, Pruszcz Gdański - nominacja za wielkie serce i coroczne podejmowanie się prowadzenia Szlachetnej Paczki dla osób potrzebujących z terenu Pruszcza i gminy Pruszcz Gdański.	GSC.82
Piotr Pitak , działacz sportowy Klubu Sportowego Czarni Pruszcz Gdański, Pruszcz Gdański - nominacja za działalność społeczną na rzecz dzieci i młodzieży, upowszechniania sportu i współorganizację festynów i turniejów charytatywnych dla osób z niepełnosprawnościami.	GSC.83
Monika Szewczyk-Koniecka , wolontariuszka DKMS, nauczycielka w Publicznym Przedszkolu Nad Rzeczką, Pruszcz Gdański - nominacja za zaangażowanie w akcje DKMS szukania potencjalnych dawców szpiku dla 6-letniego Michałka z Pruszcza Gdańskiego.	GSC.81
Anna Szyska , sołtys, Żukczyn - nominacja za bezinteresowną pomoc potrzebującym, za integrację lokalnej społeczności w roku 2025 i dbanie o jakość, a także estetyczny wygląd wsi.	GSC.75
Szymon Zander , radny, Pruszcz Gdański - nominacja za działania na rzecz lokalnej społeczności, w tym za współorganizację w 2025 roku zbiórek krwi oraz za akcji proekologicznych.	GSC.84
Arkadiusz Żukowski , działacz społeczny i charytatywny, Różyny - nominacja za organizowane akcje charytatywne m.in. Rock & Moto Fest na rzecz budowy hospicjum stacjonarnego w Gołębiewie Wielkim.	GSC.76
Biznes i przedsiębiorczość	
Krzysztof Janisz , prezes zarządu Grupy Janisz, Pruszcz Gdański - nominacja za nieustanne rozwijanie firmy i wprowadzenie marki DongFeng do Pruszcza Gdańskiego poprzez otwarcie pierwszego salonu tej marki w regionie.	GSB.64
Grzegorz Kobierski , właściciel Mobil Fun i Mobil Fun Zone, Pruszcz Gdański - nominacja za stworzenie wyjątkowego i bezpiecznego miejsca rozrywki dla dzieci oraz włączanie się w akcje dobroczynne odbywające się w Pruszczu Gdańskim poprzez m.in. udostępnianie dmuchańców, dostarczając tym samym najmłodszym wiele uśmiechu i radości.	GSB.63
Przemysław Król , właściciel Edukacyjnej Wyspy Małego Króla oraz Niepublicznej Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej Mały Król, Pruszcz Gdański - nominacja za zaangażowanie i odpowiedzialne zarządzanie miejscem, dającym realne wsparcie dla dzieci, młodzieży i dorosłych. Za to, że dzięki konsekwentnemu rozwojowi usług i trosce o najwyższe standardy poradnia stała się cenionym i potrzebnym partnerem lokalnej społeczności.	GSB.67
Tomasz Lisewski , właściciel mini zoo Zwierzaki nad Potokiem, Żukczyn - nominacja za pasję w prowadzeniu tego wyjątkowego miejsca, jakim jest mini zoo Zwierzaki nad Potokiem w Żukczynie. Za stworzenie przestrzeni, w której dzieci i dorośli mogą poznawać świat natury w bezpieczny i angażujący sposób.	GSB.69
Patryk Poterski , właściciel Pierogarni Pruszcz, Pruszcz Gdański - nominacja za stworzenie restauracji z wysmienitymi pierogami wyrabianymi codziennie ze świeżych składników, wprowadzenie pierwszych pierogomatów w Pruszczu, a także wprowadzenie do oferty pierogów z paczkomatu, co jest dużym udogodnieniem dla kupujących.	GSB.66
Arkadiusz Wojtas , założyciel i właściciel Cycling Planet, Kowale - nominacja za profesjonalizm i nowoczesne podejście do biznesu. Za pokazanie, że Cycling Planet to nie tylko miejsce zakupu sprzętu, lecz także cenione centrum serwisowe, w którym każdy rower otrzymuje indywidualną, fachową opiekę. Za umiejętności i dbałość o detale, realizację także spersonalizowanych projektów oraz promocję kultury rowerowej.	GSB.62

POWIAT KWIDZYŃSKI - LIDERZY GŁOSOWANIA

BIZNES I PRZEDSIĘBIORCZOŚĆ



Sylwia Rygielska

DZIAŁALNOŚĆ SPOŁECZNA I CHARYTATYWNA



Karolina Napiórkowska

KULTURA



Anna Biskupska

PEŁNA LISTA NOMINOWANYCH

Sylwia Żyła , właścicielka Centrum Terapii i Edukacji i sali zabaw HopStacja, Pruszcz Gdański - nominacja za kursy i szkolenia związane z rozwojem osobistym i edukacją, w tym warsztaty z pozytywnej dyscypliny dla rodziców i nauczycieli; za budowanie dobrej marki w regionie.	GSB.68
Polityka, samorządność i społeczność lokalna	
Monika Ficek , wójt, Suchy Dąb - nominacja za rozwój usług społecznych w gminie Suchy Dąb i powołanie do życia organizacji „Społeczne Żuławy”.	GSP.73
Marek Goliński , wójt gminy, Kolbudy - nominacja za wprowadzanie programów, które pomagają mieszkańcom lepiej żyć i funkcjonować, jak np. Kolbudy dla seniora i Bilet dla ucznia i studenta oraz pierwsze zamiejscowe Biuro Obsługi Mieszkańców w Kowalach.	GSP.72
Monika Greshkiewicz , sołtys, Straszyn - nominacja za inicjatywy integrujące mieszkańców, takie jak organizacja Nocy Kupały 2025 oraz skuteczne wnioskowanie o nadanie nazw lokalnym miejscom, m.in. skwerowi przy ul. Poprzecznej.	GSP.179
Tomasz Konarzewski , kierownik Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej, Pruszcz Gdański - nominacja za wprowadzenie i realizację wielu projektów dla mieszkańców w różnym wieku i z różnymi potrzebami, m.in. cykl zajęć dla seniorów, warsztaty Szkoły dla Rodziców i Wychowawców, zajęć samoobrony dla kobiet.	GSP.74
Grażyna Michalkiewicz-Goszczyńska , wiceprzewodnicząca Rady Seniorów Gminy Pruszcz Gdański, Pruszcz Gdański - nominacja za skuteczne działania na rzecz aktywizacji seniorów w gminie Pruszcz Gdański, pozyskiwanie funduszy zewnętrznych na realizację ciekawych projektów, jak cykl warsztatów pod nazwą Zdrowo i bezpiecznie.	GSP.70
Dominik Skonieczny , radny, Pruszcz Gdański - nominacja za zaangażowanie w sprawy ważne dla mieszkańców., za otwartość na ich problemy i realne pomaganie poprzez wnoszenie interpelacji, które przynoszą skuteczny efekt.	GSP.69
Agnieszka Tomczak , sołtys i przewodnicząca KGW Jaga Babki, Jagatowo - nominacja za pracę na rzecz sołectwa Jagatowo, angażowanie mieszkańców w działania, by ich miejscowość piękniała, ale też by brali udział w różnych wydarzeniach promujących ich miejscowość i gminę.	GSP.68
Marcin Ziewicz , sołtys, Steblewo - nominacja za zaangażowanie i inicjowanie wśród mieszkańców działani oraz wydarzeń jak np. koncert w ruinach steblewskiego kościoła, które przyciągają turystów i upiększają miejscowość.	GSP.71

POWIAT KARTUSKI	
Kultura	
Rafał Adamczyk , prezes MORAD sp. z o. o., Kartuzy - nominacja za konsekwentne dążenie do rozwoju firmy i marki MORAD rozpoznawalnej w kraju i zagranicą, oferującej produkty na najwyższym poziomie.	GSK.115
Joanna Depka-Prądyńska , tancerka w Zespole Pieśni i Tańca Przodkowanie oraz członek zarządu Stowarzyszenia Przyjaciół Kaszubskiego Zespołu Pieśni i Tańca Przodkowanie., Przodkowo - nominacja za niezwykle zaangażowanie, pasję i oddanie wnoszone do Zespołu Pieśni i Tańca „Przodkowanie” z Przodkowa. Za promocję Kaszub, zarówno na lokalnej scenie, jak i poza granicami kraju. Za bycie przedstawicielką młodego pokolenia, które z dumą niesie kulturę kaszubską dalej, pokazując, że tradycja może być piękną inspiracją także dziś.	GSK.112
Dominika Formeła , prowadząca chór rozrywkowy Arium, właścicielka Kiss from a Rose - muzyczna oprawa ślubów, Chmielno - nominacja za niezwykłą pasję do muzyki i ludzi; za fantastyczne aranżacje i propagowanie kultury muzycznej w roku 2025.	GSK.109
Edyta Klasa , dyrektor Gminnego Domu Kultury, Sportu i Rekreacji, Chmielno - nominacja za zorganizowanie Zawodowych Ferii Zimowych, podczas których młodzież odkrywała lokalną kulturę i rzemiosło, które od wieków kształtują kaszubską tożsamość lokalnej społeczności.	GSK.110
Bożena Kupper-Krzyżanowska , artystka, Kartuzy - nominacja za promowanie w różnych miejscach województwa tradycyjnych kulinarnych, zwyczajów i folkloru kaszubskiego; za chronienie od zapomnienia tego, co najważniejsze i najcenniejsze w rodzinach - wspomnień kaszubskich.	GSK.108

Aleksandra Lewna , koordynator Kartuskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku, Kartuzy - nominacja za prowadzenie grupy tanecznej dla dorosłych, popularyzowanie tańca jako aktywności fizycznej.	GSK.106
Marcin Plichta , dyrektor Galerii Refektarz, Kartuzy - nominacja za zorganizowanie sympozjum „Geometria Kamienia”; za działania promujące kulturę.	GSK.114
Weronika Sikorska , magister Sztuk Plastycznych i Konserwacji Dziel Sztuki, Leżno - nominacja za działalność w kulturze w 2025 roku - m. in. za: zrobienie wystawy Ojca i córki - Roberta i Weroniki Sikorskich PAT i MAT (ERIA), prowadzenie warsztatów z zielarstwa podczas wydarzenia Forum Wsparcia i Zdrowia, publikację tekstów poetyckich w antologii Przecinki oraz spotkanie z autorami i autorkami wierszy w antologii.	GSK.116
Artur Socha , radny, fotograf, Kartuzy - nominacja za dokumentowanie Kartuz i Kaszub na zdjęciach - za pasję, która buduje region jako wyjątkowe miejsce na mapie kraju.	GSK.220
Karolina Stankowska , kaszubska influencerka, piosenkarka, Chmielno - nominacja za niebanalną promocję Kaszub i języka kaszubskiego w całej Polsce, za utwory zarówno w języku polskim, jak i kaszubskim. Za pierwszy w Polsce projekt góralsko-kaszubski, który połączył dwa niezwykle barwne regiony i ich muzyczne tradycje.	GSK.113
Arkadiusz Urban , opiekun Grupy Teatralnej Ostoja, Kartuzy - nominacja za stworzenie przestrzeni do rozwoju talentów aktorskich i promowanie sztuki teatralnej jako formy wyrażania ekspresji artystycznej.	GSK.107

Działalność społeczna i charytatywna

Katarzyna Ewa Butowska , prezes Stowarzyszenie Nauczycieli Języka Kaszubskiego, Kamienica Szlachecka - nominacja za zorganizowanie Marszu z Flagą 2025; za niebanalne pomysły, pasję działania i integrację lokalnej społeczności w roku 2025.	GSC.89
Agata Depka-Prądyńska , Żłobek i klub dziecięcy, Rąty - nominacja za zaangażowanie, bezinteresowną pomoc oraz działania na rzecz dobra innych, ze szczególnym uwzględnieniem wsparcia hospicjum dla dzieci i hospicjum kartuskiego.	GSC.225
Emilia Hochstim , wiceprezes Klubu Sportowego Damroka, Chmielno - nominacja za bardzo duże zaangażowanie społeczne w organizację klubu sportowego Damroka; doprowadzenie do powstania i rozwoju organizacji, dzięki której kilkaset dzieci z Chmielna ma możliwość profesjonalnych treningów; a także skuteczne jednoczenie rodziców oraz władz gminy i miasta wokół idei dynamicznego rozwoju klubu.	GSC.88
Magdalena Kryger , dr nauk medycznych, pediatra w MedicaPark Centrum Medyczne, Kartuzy - nominacja za wyjątkową wrażliwość i empatię dla małych pacjentów, a szczególnie tworzenie bajek o przygodach Wróżki Zuzi.	GSC.92
Damian Laskowski , dyrektor Szkoły Podstawowej nr 2, Banino - nominacja za zorganizowanie festynu charytatywnego „Zbieramy wpłaty dla Agaty” - akcja miała na celu wsparcie jednej z uczennic szkoły; za pomoc niesioną 12-letniej Agacie, walczącej z nowotworem, który doprowadził do porażenia czterokończynowego.	GSC.87
Jacek Miąskowski , działacz społeczny, właściciel Dynamic Event, szef Stowarzyszenia Pomagamy Bądź z Nami, Kiełpino - nominacja za inicjatywę budowy Domu Samotnej Matki w Kiełpinie, wspieranie osób w trudnej sytuacji, zaangażowanie w pomoc potrzebującym.	GSC.91
Henryk Miotk , inicjator imprezy Kaszuby Biegają, Kartuzy - nominacja za organizację wyjątkowej kaszubskiej imprezy biegowej - jednej z największych w Polsce Północnej; za promowanie aktywnego stylu życia i integrację lokalnej społeczności wokół wydarzeń sportowych.	GSC.90
Aneta Pułtarzewska , prezes Stowarzyszenia Rozwoju Sołectwa Kaliska, Kaliska - nominacja za niezłomność w swoich działaniach, organizację festynu z okazji 200-lecia Kalisk, a także nieprzerwaną pomoc potrzebującym i dobre serce.	GSC.85
Bogumiła Ropel , prezes Oddziału Zrzeszenia Kaszubsko-Pomorskiego, Banino - nominacja za zorganizowanie Uniwersytetu dla Każdego, czyli spotkań, które wzbudzały duże zainteresowanie całej społeczności Banina i okolic.	GSC.86

PLEBISCYT Aby oddać głos, wyślij na nr **7303** SMS o treści wskazanej przy nazwisku nominowanej osoby (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Roman Tuszyński , prezes Towarzystwa Przyjaźni Polsko-Niemieckiej, Kartuzy - nominacja za wytrwałość i nieustające zaangażowanie w kultywowanie oraz rozwój partnerstwa między Kartuzami a miastem Duderstadt.	GSC.93
Biznes i przedsiębiorczość	
Andrzej Dzienisz , prezes LARGE-COM Sp. z o.o, Miechucino - nominacja za udane remonty i aranżacje w 2025 oraz indywidualne podejście do klienta oraz wybudowanie w terminie hali sportowej Olimpia w Górze - nowoczesnego obiektu służącego lokalnej społeczności.	GSB.70
Estera Kostuch , właścicielka Fit Dieta, Kiełpino - nominacja za prężny rozwój firmy i wspieranie działalności klubu piłki ręcznej w Żukowie.	GSB.71
Maria Kostuch , współzałożycielka kompleksu Wichrowe Wzgórze, Chmielno - nominacja za nieustający rozwój kompleksu wypoczynkowego oraz zaangażowanie w sprawy lokalne i kulturalne.	GSB.76
Karolina Mazurowska , właścicielka Fizjoterapeuta Movement, Banino - nominacja za łączenie ducha przedsiębiorczości z promocją zdrowego trybu życia: za warsztaty dla rodziców i maluchów, podczas których dzieli się wiedzą na temat wspierania prawidłowego rozwoju ruchowego dzieci - m.in. "Prawidłowy rozwój dziecka", przeprowadzone w Sopocie.	GSB.75
Józef Plotka , właściciel firmy Z.T.H.U. JKS Józef Plotka, Mezowo - nominacja za konsekwentne dążenie do rozwoju firmy oferującej usługi na najwyższym poziomie w zakresie prac budowlanych, drogowych i kolejowych.	GSB.74
Joanna Szulc , prezes GKS Cartusia 1923 Kartuzy, Kartuzy - nominacja za sprawne prowadzenie kartuskiego klubu piłkarskiego, który odnosi sukcesy nie tylko na boisku.	GSB.73
Polityka, samorządność i społeczność lokalna	
Anna Borowicz , nauczycielka Szkoły Podstawowej nr 2, Banino - nominacja za ogromny wysiłek, by angażować dzieci i młodzież w różne akcje, rozwijające zajęcia oraz inicjatywy, służące całej społeczności lokalnej.	GSP.76
Aleksandra Cieszyńska , radna Powiatu Kartuskiego, Kartuzy - nominacja za realizację działań skupionych na rozwoju infrastruktury, wsparcie młodzieży oraz wzmacnianie sektora organizacji pozarządowych (NGO).	GSP.201
Patryk Ciszek , radny Gminy Somonino, społecznik, Połęczyno - nominacja za budowanie dobrej marki samorządu i działania na rzecz lokalnej społeczności w roku 2025: za pokazywanie, że samorząd powinien być blisko ludzi.	GSP.194
Grzegorz Cywka , sołtys, Rębiechowo - nominacja za wkład w rozwój gminy Żukowo i angażowanie społeczności lokalnej. Za działania, które obejmują modernizację dróg, poprawę komunikacji zbiorowej oraz inwestycje drogowe.	GSP.206
Edyta Karaś , wicedyrektor Szkoły Podstawowej nr 2, Kartuzy - nominacja za ogromne zaangażowanie na rzecz społeczności szkoły - nie tylko pod kątem edukacji; za budowanie dobrej edukacyjnej marki w regionie w 2025 roku.	GSP.78
Danuta Kobiela , prezes sianowskiego oddziału Zrzeszenia Kaszubsko-Pomorskiego, Sianowo - nominacja za zorganizowanie XXII Kaszubskiej Drogi Krzyżowej, czyli wydarzenia ważnego dla lokalnej społeczności.	GSP.77
Ewa Kosznik , dyrektorka Szkoły Podstawowej nr 1 im. ks. prałata Józefa Bigusa, Banino - nominacja za ogromny wysiłek, by angażować dzieci i młodzież w różne akcje, rozwijające zajęcia oraz inicjatywy, służące całej społeczności lokalnej.	GSP.205
Michał Melibruda , wójt gminy, Chmielno - nominacja za zorganizowanie Spartakiady Kół Gospodyń Wiejskich oraz Festiwalu „W Rytmie Kaszub”; za integrację lokalnej społeczności i pasję działania w roku 2025.	GSP.81
Margaretta Mielewczyk , pracownik Ośrodka Kultury i Sportu w Żukowie, Żukowo - nominacja za zorganizowanie i przeprowadzenie warsztatów Cyfrowa Akademia Kultury; za integrację społeczności lokalnej w roku 2025.	GSP.80
Justyna i Marian Wnuk-Lipińscy , przedstawiciele Fundacji Kadry Życia, Paczewo - nominacja za działania - razem z mężem - na rzecz nie tylko lokalnej społeczności. Za propagowanie zdrowego trybu życia wśród seniorów i nie tylko. Za budowanie więzów lokalnych w roku 2025.	GSP.79
Aleksandra Wołoszyk , nauczycielka Powiatowego Zespołu Szkół, Sierakowice - nominacja za doprowadzenie do drugiego miejsca drużyny z PZS w Sierakowicach w prestiżowym konkursie wiedzy ekonomicznej „Sukces na Bank”.	GSP.75

POWIAT ŁĘBORSKI - LIDERZY GŁOSOWANIA

BIZNES I PRZEDSIĘBIORCZOŚĆ



Małgorzata Janczak

DZIAŁALNOŚĆ SPOŁECZNA I CHARYTATYWNA



Marta Frankowska

KULTURA



Marta Głodowska

POLITYKA, SAMORZĄDNOŚĆ I SPOŁECZNOŚĆ LOKALNA



Andrzej Sylđatk

PEŁNA LISTA NOMINOWANYCH

POWIAT KOŚCIERSKI		
Kultura		
Ewelina Gowin-Hryniewicz, artystka, Lipusz - nominacja za budowanie życia kulturalnego na Kaszubach; za wystawę Młodzi artyści z Lipusza.	GSK.119	
Radosław Henio Hendrych, muzyk, Kościerzyna - nominacja za teksty i utwory w gatunku rap/hip-hop - za promocję regionu. Za wspieranie artystów z Kościerzyny i regionu.	GSK.219	
Małgorzata Knitter, instruktor zespołu Mała Kościerzyna, Kościerzyna - nominacja za krzewienie kultury kaszubskiej w młodych ludziach i promowanie jej w innych regionach Polski.	GSK.122	
Arkadiusz Neubauer, artysta malarz, Kościerzyna - nominacja za wystawę pt. Poczłtówka z wakacji., podczas której można było zobaczyć na obrazach krajobrazy z Kaszub - za promocję regionu w roku 2025.	GSK.117	
Ziemowit Piotrkowski, współwłaściciel Prywatnej Szkoły Muzycznej Music School, Kościerzyna - nominacja za organizowanie wielu recitali i imprez muzycznych w Kościerzynie oraz na Kaszubach.	GSK.124	
Lucyna Piwowarczyk, dyrektorka GOKSiR, Liniewo - nominacja za działalność kulturalną na rzecz gminy Liniewo, za integrację lokalnej społeczności, za udział w organizacji lokalnych wydarzeń takich jak na przykład Dzień sąsiada.	GSK.229	
Paweł Ruszkowski, muzyk, instrumentalista, kompozytor, Kościerzyna - nominacja za prowadzenie zajęć muzycznych dla dzieci i młodzieży w tym osób z niepełnosprawnością.	GSK.123	
Bartosz Stachowiak, działacz kulturalny i organizator wydarzeń w Muzeum Kaszubskim Parku Etnograficznym, Wdzydze - nominacja za działalność kulturalną na bardzo wysokim poziomie, w tym organizację 50. Jarmarku Wdzydzkiego, inne innowacyjne pomysły oraz brak strachu przed ich realizacją, a także za nawiązywanie współpracy z innymi.	GSK.118	
Joanna Werochowska, dyrygentka chóru Pasja, Kościerzyna - nominacja za prowadzenie chóru Pasja w Parafii Zmartwychwstania Pańskiego w Kościerzynie - za budowanie dobrej kulturalnej marki i udział chóru w wielu wydarzeniach.	GSK.221	
Joanna Wieniawa-Narkiewicz, nauczycielka malarstwa w Domu Kultury im. Hieronima Derdowskiego, Wiele - nominacja za wyjątkową pracę jako nauczycielka malarstwa. Za zajęcia prowadzone z ogromną pasją i zaangażowaniem. Za tworzenie atmosfery pełnej twórczej energii, za zachęcanie dzieci do odkrywania własnych talentów oraz swobodnego wyrażania siebie poprzez sztukę. Za doskonałe przygotowanie zajęć pod względem merytorycznym, organizacyjnym i artystycznym.	GSK.121	
Jan Zamkowski, wieloletni kierownik Chóru Żeńskiego przy I Liceum Ogólnokształcącym, Kościerzyna - nominacja za pasję do działania w roku 2025, który jest ukoronowaniem 50. lat pracy pedagogicznej i artystycznej.	GSK.120	
Działalność społeczna i charytatywna		
Aleksandra Guzik, właścicielka kawiarni Fusiara, Kościerzyna - nominacja za wyjątkowe zaangażowanie charytatywne, a także inicjatywę, dzięki której powstał „Koszyk Dobroci Serca” z darmowymi, świeżymi croissantami dostępnymi codziennie dla wszystkich oraz zbiórka na rzecz domu dziecka, realnie wspierająca potrzebujących.	GSC.94	
Marian Kluczyński, publicysta, fotoreporter, Kościerzyna - nominacja za fotograficzne wspieranie lokalnych imprez, promowanie Kościerzyny jako małej ojczyzny, dokumentowanie wydarzeń, miejsc w Kościerzynie.	GSC.99	
Piotr Krzyżanowski, prezes Fundacji Słoneczna Galeria, Wysin - nominacja za budowanie świadomości obywatelskiej, organizowanie szkoleń dla mieszkańców i uczenie ich, jak działać w sytuacjach kryzysowych.	GSC.100	
Maria Mach, radna, Kościerzyna - nominacja za działalność na rzecz seniorów, aktywizację tego środowiska; za współorganizowanie Spartakiady Seniorów z ramienia miasta.	GSC.98	
Łukasz Przybylski, wiceprzewodniczący Rady Powiatu Kościerskiego, Kościerzyna - nominacja za zorganizowanie tzw. Wieszaka Dobroci, czyli zbiórki ubrań dla potrzebujących.	GSC.97	

Halina Rogińska, działaczka społeczna i regionalistka, prezes KSA Kościerska Chata, Kościerzyna - nominacja za promocję Kaszub - ich bogactwa kulturowego: tradycji, języka i kuchni. Za budowanie dobrej marki regionu na mapie kraju.	GSC.214	
Hanna Smuczyńska, właścicielka Farmy Hani, Nowa Karczma - nominacja za organizację święta dali, promującego naturalne ogrody, jednoczącego artystów, twórców, rękodzielników.	GSC.96	
Eliana Zielińska, dyrektor Przedszkola Samorządowego, Nowe Polaszki - nominacja za zorganizowanie I Gminnej Olimpiady Sportowej Przedszkolaków; za energię i pasję działania dla dobra wspólnego w roku 2025.	GSC.95	
Biznes i przedsiębiorczość		
Adam Czaja, właściciel winnicy Mitumi, Nowe Polaszki - nominacja za produkcję lokalnego wina i promocję winiarstwa na Kaszubach.	GSB.77	
Bogdan Jakusz, właściciel firmy Jakusz, Kościerzyna - nominacja za wdrażanie nowych technologii związanych z bezpieczeństwem; za budowanie dobrej regionalnej marki.	GSB.78	
Karol Mazur, właściciel Filjan Domy Drewniane, Stara Kiszewa - nominacja za promowanie solidnych i ekologicznych rozwiązań w budownictwie; za budowanie dobrej marki regionu w roku 2025.	GSB.80	
Krystyna Pawlisz, właścicielka restauracji Słód i Miód, Kościerzyna - nominacja za przywrócenie świetności restauracji, organizowanie wydarzeń muzycznych oraz promowanie regionalnej kuchni.	GSB.81	

Robert Synak, właściciel firmy Przewóz Osób ROBUS, Karsin - nominacja za organizowanie przewozów do miejscowości zagrożonych wykluczeniem komunikacyjnym.	GSB.83	
Joanna Szwed, współwłaściciel Prywatnej Szkoły Podstawowej Prymus, Kościerzyna - nominacja za promowanie tańca nowoczesnego wśród dzieci, młodzieży i dorosłych; za udział w międzynarodowych zawodach drużyn z Kościerzyny.	GSB.79	
Łukasz Żywicki, prezes firmy Union Invest, Łubiana - nominacja za rewitalizację i zbudowanie Parku Miejskiego przy ul. 8 Marca w Kościerzynie.	GSB.8	

Polityka, samorządność i społeczność lokalna

Józef Brzeziński, sołtys, Wdzydze - nominacja za przygotowanie Wdzydz do zwycięstwa w konkursie Piękna Wieś Pomorska w etapie powiatowym i zdobycie pieniędzy na witaczka we Wdzydzach.	GSP.87	
Adam Chmura, prezes OSP Stare Polaszki, Stare Polaszki - nominacja za przygotowanie zbiórki na wyposażenie w nowoczesny sprzęt OSP Stare Polaszki.	GSP.83	
Emilia Cieplińska, przewodnicząca KGW Wdzydzanki, Wdzydze - nominacja za stworzenie małych galerii sztuki z przystanków autobusowych; za niebanalne pomysły i pasję działania w roku 2025.	GSP.86	
Bernadeta Hamerska, sołtys, Wielki Klincz - nominacja za kolejne wydanie wraz z KGW Sąsiadki Aparatki kalendarza charytatywnego.	GSP.85	
Justyna Kujach, dyrektor Miejskiej Biblioteki im. ks. Konstantego Damrota, Kościerzyna - nominacja za przeprowadzenie remontu i modernizacji Wypożyczalni dla Dzieci i Młodzieży jako kolejnego etapu wieloletnich działań na rzecz unowocześnienia Biblioteki Miejskiej.	GSP.89	
Józef Landowski, sołtys, Czarlina - nominacja za zorganizowanie rejsu integracyjnego dla mieszkańców i akcji sprzątania wsi.	GSP.88	
Aleksandra Peplińska, dyrektor Gminnego Ośrodka Kultury, Sportu i Rekreacji, Nowa Karczma - nominacja za zorganizowanie Wiosennego Marszu na Orientację w Łubianie; za pasję działania.	GSP.84	

POWIAT KWIDZYŃSKI		
Kultura		
Aneta Bereziuk, animatorka, Kwidzyn - nominacja za realizację projektów dla szkół i instytucji lokalnych w 2025 roku.	GSK.214	

Aby oddać głos, wyślij na nr **7303** SMS o treści wskazanej przy nazwisku nominowanej osoby (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Anna Biskupska, dyrektor Gminnej Biblioteki Publicznej, Ryjewo - nominacja za zorganizowanie koncertu Ewy Bem i integrację lokalnej społeczności wokół wydarzeń kulturalnych.	GSK.125	
Rafał Chrzanowski, współzałożyciel Kwidzyńskiej Roty Mieszczańskiej, Kwidzyn - nominacja za współzałożycielstwo grupy rekonstrukcji historycznej pn. Kwidzyńska Rota Mieszczańska. Za to, że Grupa w 2025 roku wielokrotnie promowała kulturę średniowiecza w Kwidzynie np. biorąc udział w Jarmarku Dorotańskim oraz Pikniku Obywatelskim.	GSK.226	
Dorota Dąbek, prezes Sceny Lalkowej im. Jana Wilkowskiego, Kwidzyn - nominacja za zorganizowanie Międzynarodowego Festiwalu ANIMO w Kwidzynie.	GSK.126	
Elżbieta Jabłońska, kierownik ds. organizacji imprez w Gminnym Ośrodku Kultury i Biblioteki, Kwidzyn - nominacja za koordynację projektów kulturalnych oraz wspieranie inicjatyw społecznych w 2025 roku.	GSK.210	
Emilian Jaworowicz, dyrektor Gminnego Ośrodka Kultury, Gardeja - nominacja za organizację wielu imprez kulturalnych integrujących lokalne środowisko, a w szczególności za organizację wielu widowisk i spektakli dla dzieci.	GSK.127	
Halina Turbakiewicz, dyrektor Gminnej Biblioteki Publicznej, Sadlinki - nominacja za zorganizowanie koncertu z okazji Dnia Matki, Dnia Rodziny i Dnia Ojca, który cieszył się dużym zainteresowaniem; za integrację lokalnej społeczności w 2025 roku.	GSK.128	
Krzysztof Zamyślewski, prezes Stowarzyszenia Kwidzyński DKF Powiększenie, Kwidzyn - nominacja za zorganizowanie Przeglądu Kina Europejskiego.	GSK.129	

Działalność społeczna i charytatywna

Marzena Adamczyk, koordynator Wolontariuszy Adopciaki, inspektor OTOZ Animals, Kwidzyn - nominacja za edukację pro zwierzęcą i szerzenie empatii wśród młodzieży oraz za integrację lokalnej społeczności.	GSC.205	
Sylwia Baranowska, lider Szlachetnej Paczki, Kwidzyn - nominacja za działania na rzecz lokalnej społeczności; za zaangażowanie w wolontariat i akcję Szlachetna Paczka.	GSC.221	
Aleksandra Bultrowicz, prowadzi Koci Dom Oli, Sadlinki - nominacja za działania na rzecz zwierząt; za wrażliwość i pokazywanie, że bracia mniejsi także zasługują na uwagę i szacunek.	GSC.220	
Wojciech Kowalczyk, prezes Stowarzyszenia Rodzin Katolickich Diecezji Elbląskiej, Kwidzyn - nominacja za organizowanie Festynu Rodzinnego dla mieszkańców powiatu kwidzyńskiego - za integrację lokalnej społeczności w roku 2025.	GSC.109	
Marcin Kruszyński, dyrektor Prabuckiego Centrum Kultury i Sportu, Prabuty - nominacja za zorganizowanie mistrzostw Polski w klasie RCB oraz regat o Puchar Małych Żagli Burmistrza Miasta i Gminy Prabuty w klasie BIC TECHNO.	GSC.105	
Anna Krzeszowska-Hovaneecz, prezes Stowarzyszenia Akwedukt, Kwidzyn - nominacja za zorganizowanie Karcianych śród dla mieszkańców Kwidzyna.	GSC.101	
Beata Krzymowska, prezes Koła Gospodyń Wiejskich Renawa, Ryjewo - nominacja za organizowanie Integracyjnego Turnieju Piłki Nożnej w gminie Ryjewo.	GSC.102	
Małgorzata Lemańczyk, właściciel firmy usługowo-opiekuńczej Pomocna Dłoń, Kwidzyn - nominacja za działalność charytatywną i społeczną poprzez wsparcie osób w trudnej sytuacji materialnej oraz realizację opieki wytchnieniowej.	GSC.210	
Renata Majda, kierownik Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie, Kwidzyn - nominacja za zorganizowanie na terenie Ogrodu Dendrologicznego przy ul. Miłosnej w Kwidzynie festynu z okazji Dnia Rodzicielstwa Zastępczego.	GSC.108	
Karolina Napiórkowska, członkini grupy Kwidzyn Biega, Kwidzyn - nominacja za 100-dniowy bieg mający wspomóc Niepubliczną Szkołę Podstawową w Żelaźnie w gminie Kłodzko w województwie dolnośląskim.	GSC.104	
Anna Piskorz, działaczka lokalna, Kwidzyn - nominacja za zaangażowanie w inicjatywy społeczne m.in. poprzez prowadzenie zbiorów na platformach takich jak Siepomaga.pl oraz wspieranie lokalnych inicjatyw na rzecz społeczności.	GSC.204	
Monika Radwańska, założycielka Charytatywnego Bazaru dla dzieci z Kwidzyna, prezeska Fundacji O Krok Dalej - podążaj za marzeniami, działacz, społecznik, doradca finansowy, Kwidzyn - nominacja za działania na rzecz społeczności lokalnej, za niesienie realnej pomocy chorym dzieciom oraz kobietom, które chcą rozwijać swoje pasje. Za wiele akcji wspierających leczenie i rehabilitację dzieci. Za inspirowanie innych do działania, za pokazywanie, że nawet jedna osoba może mieć ogromny, pozytywny wpływ na życie wielu ludzi.	GSC.107	

POWIAT MALBORSKI - LIDERZY GŁOSOWANIA

BIZNES I PRZEDSIĘBIORCZOŚĆ



Stanisław Jalowski

DZIAŁALNOŚĆ SPOŁECZNA I CHARYTATYWNA



Izabela Sakutova

KULTURA



Adam Makowski

PEŁNA LISTA NOMINOWANYCH

Janina Styczyńska , prezes Stowarzyszenia Folklorystycznego Dolnego Powiśla Zespół Powiślańki, Kwidzyn - nominacja za zorganizowanie spotkania w ramach akcji Poznajmy się bliżej.	GSC.103
Marzena Szarlan , prezes Kwidzyńskiego Towarzystwa Przyjaciół Chorych, Kwidzyn - nominacja za niesienie bezwarunkowej pomocy bliźniemu w roku 2025; za umiejętność koordynacji i skupiania innych wokół ważnych, szlachetnych celów.	GSC.106

Biznes i przedsiębiorczość

Monika Barejka , właścicielka Cukierni Czekolada, Kwidzyn - nominacja za rozwój firmy, która spełniania oczekiwaniania klientów, o czym świadczą liczne pozytywne opinie; za budowanie solidnej regionalnej marki w roku 2025.	GSB.88
Patrycja Górską-Moch , właścicielka firmy Zdrowa Szama, Kwidzyn - nominacja za oferowanie wygodnych, gotowych posiłków dla osób, które nie mają czasu lub siły na gotowanie. Za stworzenie oferty skierowany do „realnych” ludzi, a nie „perfekcyjnych”. Za stworzenie rozwiązania dla tych, którzy chcą jeść zdrowiej, ale potrzebują pomocy.	GSB.89
Joanna Milarska , manager zespołu, doradca ubezpieczeniowy, Kwidzyn - nominacja za tworzenie nowych miejsc pracy; za doskonałą współpracę z klientem. Za warsztaty promujące profilaktykę prozdrowotną, np. dotyczącą raka piersi. Za budowanie dobrej regionalnej marki.	GSB.85
Krzysztof Paziewski , właściciel firmy Rembud, Kwidzyn - nominacja za wybudowanie boksów garażowo-warsztatowych dla Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego przy ul. Ogrodowej w Kwidzynie.	GSB.86
Sylwia Rygielska , projektantka wnętrz, Kwidzyn - nominacja za stworzenie biznesu oraz stawianie w nim na determinację w działaniu i tworzeniu niepowtarzalnych projektów mieszkań, wkładanie w każde z nich ogromu serca, a także za liczne wyróżnienia, w tym tytuł Lauru Konsumenta za liczne i pozytywne komentarze.	GSB.90
Wanda Skonieczek , właściciel firmy Stolarstwo Budowlano-Meblowe Wanda Skonieczek, Sadlinki - nominacja za rozwój firmy i ciągłą jej modernizację; za wysoką jakość produktów, które były doceniane przez klientów w 2025 roku.	GSB.91
Danuta Splitt , właściciel Cukierni Magnolia, Kwidzyn - nominacja za pomoc w organizacji Mistrzostw Polski klas B i A, Puchar Polski i Ogólnopolski Turniej Tańca Sportowego o Puchar Burmistrza Kwidzyna.	GSB.84
Krzysztof Strzelczyk , dyrektor Kwidzyńskiego Przedsiębiorstwa Robót Drogowo-Budowlanych STRZELBUD, Kwidzyn - nominacja za modernizację drogi powiatowej na trasie Tychnowy - Rakowiec - za solidność i budowanie dobrej gospodarczej marki regionu w roku 2025.	GSB.87
Zdzisław Żarnowski , właściciel Przedsiębiorstwa Produkcyjno-Handlowo-Usługowego ROLTECH, Korzeniewo - nominacja za rozwój firmy, która jest wiodącym na rynku kwidzyńskim producentem rolet zewnętrznych, bram garażowych i wielu innych produktów; za zbudowanie marki, która cieszy się zaufaniem wśród klientów.	GSB.92

Polityka, samorządność i społeczność lokalna

Waldemar Czarnota , prezes Fundacji Cyklo Kwidzyn, Kwidzyn - nominacja za zorganizowanie prestiżowego wyścigu MTB XCM Miłosna.	GSP.96
Andrzej Delewski , dyrektor Słonecznego Przedszkola Promyczek, Kwidzyn - nominacja za aktywne zaangażowanie w życie lokalnej społeczności, promocję inicjatyw takie jak „Cała Polska Czyta Dzieciom” oraz projektów ekologiczno-zdrowotnych.	GSP.178
Adam Kuncicki , kulturysta naturalny, dietetyk i trener personalny,, Kwidzyn - nominacja za promowanie zdrowego stylu życia oraz za prowadzenie działalności edukacyjnej w 2025 roku.	GSP.181
Agnieszka Lewandowska , dyrektor Zespołu Szkół nr 1 im. Stanisława Staszica, Kwidzyn - nominacja za zdobycie przez szkołę nagrody European Innovative Teaching Award 2025.	GSP.90
Anna Murawska , dyrektor szkoły EDU-Scholaris, Kwidzyn - nominacja za zorganizowanie warsztatów Razem dla bezpieczeństwa lokalnej społeczności powiatu kwidzyńskiego.	GSP.91
Karolina Nowak , wójt gminy, Gardeja - nominacja za pomysły i patronat nad stworzeniem gabinetu sensorycznego, zwanego również salą integracji sensorycznej.	GSP.92

Piotr Przybylski , prezes Fundacji Retro, Sadlinki - nominacja za zorganizowanie Zlotu Pojazdów Zabytkowych w Kwidzynie.	GSP.94
Małgorzata Sznajder , prezes Powiślańskiej Komunikacji Samochodowej, Kwidzyn - nominacja za pozyskanie nowych pojazdów do floty autobusów i autokarów.	GSP.93
Roman Zbróg , dyrektor Gminnego Ośrodka Kultury, Ryjewo - nominacja za zorganizowanie warsztatów rękodzielniczych pn. Szyjemy sweterkowe dynie.	GSP.95

POWIAT ŁĘBORSKI	
Kultura	
Beata Czaja , kustosz Gminnej Biblioteki Publicznej, Maszewo Łęborskie - nominacja za aktywizację seniorów oraz najmłodszych czytelników, dzięki współpracy biblioteki ze stowarzyszeniem Na 102 oraz ogólnopolskiej akcji „Przepiszmy to!” polegającej na przepisywaniu znanych dzieł przez dzieci.	GSK.132
Katarzyna Drywa , animator kultury w Domu Kultury, Maszewo Łęborskie - nominacja za aktywizację lokalnej społeczności podczas spotkań Sąsiedzka Kawa, organizowanie czasu wolnego dla młodzieży.	GSK.134
Marta Głodowska , wokalistka pop-rockowa, Łębork - nominacja za sukcesy muzyczne, za autorskie płyty, koncertowanie i konsekwentny rozwój muzyczny w 2025 roku.	GSK.232
Bartosz Karkocha , muzyk, Łębork - nominacja za talent - wirtuozerską grę na gitarze oraz wkład w lokalną kulturę. Za wydanie debiutanckiej w pełni solowej płyty.	GSK.131
Bogusław Kotlarz , ornitolog, fotograf, Wicko - nominacja za wyjątkową, fotograficzną opowieść o ptakach, zawartą w albumie „Osobliwości przyrodnicze ziemi łęborskiej”.	GSK.133
Wojciech Pasko-Porys , właściciel Galerii na Wyspie, Łębork - nominacja za pielęgnowanie marynistycznych tradycji w Galerii na Wyspie, największej w powiecie łęborskim prywatnej galerii marynistycznej.	GSK.138
Michał Polasik , rezes Fundacji Zero Kultury, Łębork - nominacja za projekt Peron Zero, w ramach którego organizowane są w Łęborku koncerty interesujących zespołów muzycznych.	GSK.135
Marcin Ramczyk , prezes Łęborskiego Bractwa Historycznego, Łębork - nominacja za propagowanie lokalnej historii. Za rekonstrukcje, gry terenowe i edukacyjne wydarzenia kulturalne. Za zajęcia z szermierki historycznej i działania na rzecz rozwoju regionu oraz promocji dziedzictwa Łęborka.	GSK.136
Urszula Walburg , etnograf, kierownik Kaszubskiego Zespołu Pieśni i Tańca Levino, Łębork - nominacja za pasję i energię działania, czego efektem jest wspaniały rozwój zespołu w roku 2025.	GSK.137
Aleksandra Werenczuk-Hinc , dyrektor Gminnego Centrum Kultury, Nowa Wieś Łęborska - nominacja za oryginalne pomysły i projekty organizowane przez GOK, m.in. Graffiti Jam i Otwarte Podwórko.	GSK.130
Jan Wróblewski , perkusista, Łębork - nominacja za innowacyjne podejście do muzyki jazzowej; za muzykę z gatunku fusion jazz oraz drumandbass, za szeroko pojętą muzykę improwizowaną.	GSK.216

Działalność społeczna i charytatywna

Aleksandra Aleksandrowicz , trenerka biznesu, mentorka kobiet, Łębork - nominacja za spotkania kinowe dla kobiet; za zajmowanie się szkoleniami, coachingiem, wsparciem rozwoju osobistego i warsztatami, głównie dla kobiet, a także innymi formami usług edukacyjnych i rozwojowych.	GSC.112
Agnieszka Caronia , dyrektor Tęczowej Krainy w Łęborku, Łębork - nominacja za zaangażowanie lokalne i społeczne; za udział w wydarzeniach takich jak obchody Dnia Autyzmu, za szerzenie wiedzy o terapii, integracji i wsparciu rozwojowym dzieci oraz łączności środowiska lokalnego z tematami edukacji specjalnej i terapeutycznej.	GSC.217
Alina Fegler-Kotewicz , prezes stowarzyszenia Eduq, Łębork - nominacja za aktywność społeczną w roku 2025; za aktywizację seniorów i za budowanie międzypokoleniowych mostów, co jest doceniane nie tylko przez lokalną społeczność.	GSC.114

PLEBISCYT ● 13

Aby oddać głos, wyślij na nr **7303** SMS o treści wskazanej przy nazwisku nominowanej osoby (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Marta Frankowska , prezes stowarzyszenia Pomorski Dom, Łeba - nominacja za aktywną działalność na rzecz ochrony lasów w Łebie i okolicach; za walkę o to, by w otulinie Natura 2000 w Łebie nie powstał hotel.	GSC.119
Mateusz Gellert , działacz społeczny, archiwista w SPS ZOZ Łębork, Łebunia - nominacja za działania na rzecz lokalnej społeczności. Za promowanie idei honorowego krwiodawstwa poprzez cykliczną organizację akcji Krwiobusa w Łębuni. Za społeczne działania wraz OSP w Łębuni m.in. organizację Jarmarku Bożonarodzeniowego w Łębuni, który z roku na rok staje się coraz większym przedsięwzięciem czy pomoc przy organizacji Biesiady Kaszubskiej.	GSC.250
Beata Hrycyk , nauczycielka w Zespole Szkół Mechaniczno-Informatycznych, Łębork - nominacja za poświęcanie swojego czasu razem z „Pomocnymi z Mechanika” dla innych; za integrację lokalnej społeczności wokół szlachetnych akcji.	GSC.115
Ewa Kłosowska , przewodnicząca Gminnej Rady Seniorów, prezes Stowarzyszenia na 102, Łębork - nominacja za projekty w roku 2025: aktywizację seniorów i pracę przy projektach stowarzyszenia Na 102; za zdobycie Certyfikatu Promocji Ziemi Łęborskiej 2024.	GSC.116
Wanda Konieczna , prezes Łęborskiego Koła Ligi Kobiet, Łębork - nominacja za aktywizację par w lokalnej społeczności; za budowanie nie tylko dobrej kreatywnej atmosfery, ale też propagowanie wiedzy na temat sytuacji kryzysowych.	GSC.121
Katarzyna Kosior , nauczycielka w Szkole Podstawowej nr 7 im. Bohaterów Westerplatte, działaczka PCK i Dobrobus, Łębork - nominacja za działalność społeczną na terenie Łęborka. Za współpracę z Polskim Czerwonym Krzyżem i wspieranie inicjatyw edukacyjnych, charytatywnych i profilaktycznych skierowanych do dzieci, młodzieży i rodzin potrzebujących wsparcia. Za organizację akcji pomocowych, prowadzenie zajęć oraz współtworzenie wydarzeń promujących idee wolontariatu.	GSC.118
Robert Kujawski , żołnierz 1 Łęborskiego Batalionu Zmechanizowanego, Siemirówice - nominacja za wysiłek podejmowany, żeby pomóc innym; za podjęcie wyzwania przebiegnięcia 30 maratonów w 30 dni, by pomóc chorej Nadii.	GSC.120
Adam Leyk , wolontariusz, Garczegorze - nominacja za zaangażowanie w akcji charytatywnych podczas budowy hospicjum stacjonarnego w Pogorzeliach.	GSC.110
Patryk Łukaszyk , artysta graffiti, Łębork - nominacja za wieloletni wkład w kulturę street i autentyczność twórczą oraz za organizację ogólnopolskich wydarzeń, takich jak „Bitwa o Miasto”.	GSC.212
Daria Naczek , działaczka społeczna, Łębork - nominacja za działania w zakresie wolontariatu; za udział w akcjach pomocowych w roku 2025.	GSC.222
Paulina Piłarska , muzyk w Zesoile Promes live band, Łębork - nominacja za wszechstronność muzyczną, energię sceniczną oraz autentyczność jako instrumentalistka.	GSC.211
Izabela Poblocka , nauczycielka w I Liceum Ogólnokształcące im. Stefana Żeromskiego, Łębork - nominacja za bezinteresowną pomoc w ramach Pomocnych z Żeroma - za łączenie pracy nauczyciela z duszą społecznika.	GSC.117
Agata Słoniec , lider Szlachetnej Paczki, Nowa Wieś Łęborska - nominacja za zorganizowanie i bycie liderem w Szlachetnej Paczce w Łęborku i okolicach. Za poświęcanie czasu ludziom i chęć bezinteresownej pomocy.	GSC.219
Adrian Smardzewski , wolontariusz, Łębork - nominacja za pokonanie na rowerze trasy z Austrii na Sycylię, by pomóc 3-letniej Natalii chorej na nowotwór.	GSC.111
Aleksandra Szreder , członkini Stowarzyszenia Dobrobus, Nowa Wieś Łęborska - nominacja za wspieranie osób potrzebujących w roku 2025. Za działalność w Dobrobusie - za sukces akcji charytatywnej „Mikołajki dla Nataliki” na placu Pokoju w Łęborku.	GSC.113

Biznes i przedsiębiorczość

Tadeusz Choszcz , właściciel pizzerii Gowid, Łębork - nominacja za 30-lecie owocnego prowadzenia biznesu i stworzenie czegoś więcej niż przestrzeni, w której można zjeść.	GSB.101
Małgorzata Janczak , właścicielka Firmy Usługowe Małgorzata Janczak - Fabryka bezpiecznej przyszłości, Łębork - nominacja za jakościowy biznes, w którym nie produkuje się polis, a produkuje się bezpieczną przyszłość, a także za staranność o zadowolenie klienta i budowanie dobrej gospodarczej marki regionu.	GSB.98

POWIAT NOWODWORSKI - LIDERZY GŁOSOWANIA

BIZNES I PRZEDSIĘBIORCZOŚĆ



Dominika Cabaj

POLITYKA, SAMORZĄDNOŚĆ I SPOŁECZNOŚĆ LOKALNA



Paweł Cywiński

POWIAT PUCKI - LIDERZY GŁOSOWANIA

BIZNES I PRZEDSIĘBIORCZOŚĆ



Georgios Orfanos

DZIAŁALNOŚĆ SPOŁECZNA I CHARYTATYWNA



Przemysław Burmer

PEŁNA LISTA NOMINOWANYCH

Arkadiusz Krasoń , właściciel firmy Meble Krasoń, Lębork - nominacja za wartości, które są fundamentem udanego rodzinnego biznesu - za rzemiosło, nowoczesne technologie oraz miłość do detalu i dbałość o każdy szczegół, które sprawiają, że produkty wyróżniają się na rynku.	GSB.93
Paweł Lange , właściciel lokalu Bujaj Się Lębork, Lębork - nominacja za organizowanie wydarzeń, spotkań, wspieranie lokalnych inicjatyw - za współpracę z lokalnymi organizacjami, szkołami i stowarzyszeniami. Za stworzenie ciekawego miejsca na mapie regionu.	GSB.168
Monika Miotk-Sikorska , właścicielka firmy Dekoratornia Monika Miotk-Sikorska, Lębork - nominacja za zorganizowanie pierwszych Targów Ślubnych i Eventowych w Lęborku, gdzie zaprezentowało się ponad 50 wystawców; za stworzenie imprezy, która zyskała uznanie branży.	GSB.99
Renata Pobłocka , właściciel salonu fryzjerskiego damsko-męskiego Renata Pobłocka, Lębork - nominacja za profesjonalne prowadzenie renomowanego biznesu, bardzo miłą i fachową obsługę.	GSB.100
Łukasz Soja , prezes SD Tank, Cewice - nominacja za działalność na rzecz dobra wspólnego i wspieranie wydarzeń sportowych; za pokazywanie społecznej odpowiedzialności biznesu.	GSB.96
Bartosz Walczyński , prezes Vestra Care Sp. z o.o., Lębork - nominacja za wspieranie lokalnego sportu m.in. Lew Lębork, Lęborskiego hospicjum oraz stowarzyszenia Dobrobus; za bycie jednym z największych pracodawców w powiecie.	GSB.94
Jakub Wiśnik , właściciel firmy Leśne życie, Ługi - nominacja za stworzenie od podstaw firmy, produkującej wyroby na bazie składników naturalnych; za innowacyjną markę spożywczą, która oferuje wyroby, wykonywane według oryginalnych autorskich przepisów.	GSB.95
Maciej Zaręba , właściciel konsorcjum MZB Maciej Zaręba, Lębork - nominacja za wybudowanie nowoczesnej hali sportowej przy Szkole Podstawowej nr 1 im. Józefa Wybickiego w Lęborku.	GSB.97

Polityka, samorządność i społeczność lokalna

Patryk Bianga , prezes Pomorskiego Oddziału PCK, radny miejski, Lębork - nominacja za zaangażowanie w działalność charytatywną, w tym m.in akcję Znicz kupujesz, posiłek fundujesz, organizację akcji na rzecz pomocy Nadii, dziewczynki chorej na nowotwór.	GSP.103
Elżbieta Godderis , prezes Lęborskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku, radna powiatu lęborskiego, Lębork - nominacja za aktywizację i edukację seniorów; za budowanie siły lokalnej społeczności, co zaowocowało przyznaniem Nagrody Specjalnej kolejnej edycji Mocy Kobiet w Lęborku.	GSP.100
Agata Kozyr , prezes Fundacji Lęborskie Hospicjum Stacjonarne, Lębork - nominacja za uruchomienie w Pogorzelicach pierwszego w powiecie lęborskim hospicjum stacjonarnego; za zaangażowanie i pracę: budowa została sfinansowana dzięki akcjom charytatywnym, wsparciu samorządów, Fundacji Biedronka i przekazaniu środków z budżetu państwa.	GSP.97
Tomasz Laskowicz , prezes Łebskiego Klubu Żeglarskiego, radny powiatu lęborskiego, Łeba - nominacja za rozwój Łebskiego Klubu Żeglarskiego, który przyciąga do żeglarstwa coraz większą liczbę młodzieży - klub wyszkolił m.in. Adama Kelara, tegorocznego mistrza świata w windsurfingu i Tomasza Betę, zdobywcę mistrzostwa Polski.	GSP.105
Andrzej Lubiński , oficer Rowerowego Powiatu Lęborskiego, Lębork - nominacja za aktywny udział w pracach nad przebiegiem tras EuroVelo 10 oraz strategicznych łączników rowerowych w kierunku Łeby i Choczewa.	GSP.175
Marcin Pobłocki , polityk, Lębork - nominacja za konsekwentne wsparcie dla schroniska dla bezdomnych zwierząt w Dąbrówce i liczne zbiórki na rzecz placówki.	GSP.102
Andrzej Syldatk , prezes klubu Anioły Garczegorze, Garczegorze - nominacja za konsekwentną budowę klubu Anioły Garczegorze, który z powodzeniem gra w IV lidze i integruje lokalną społeczność.	GSP.99
Agnieszka Wolańska , prezes OSP Wicko, zastępca wójta gminy Wicko, Wicko - nominacja za zaangażowanie w działalność Ochotniczej Straży Pożarnej w Wicku oraz organizację Manewrów Ratowniczych Powiatu Lęborskiego.	GSP.98

Radosław Zimnowoda , przewodniczący Rady Miejskiej, Lębork - nominacja za aktywną, merytoryczną i odpowiedzialną działalność na rzecz mieszkańców miasta, za zaangażowanie, dzięki któremu rada miejska działa transparentnie i skutecznie oraz wspiera kluczowe inicjatywy społeczne, inwestycyjne i edukacyjne, a także za tytuł lidera dialogu, otwartego na głos obywateli i oddanego idei samorządu jako służby publicznej.	GSP.104
---	----------------

POWIAT MALBORSKI	
Kultura	
ks. Robert Branicki , proboszcz Parafii św. Jana Chrzciciela, Malbork - nominacja za kreatywność i integrację parafian. Za organizację koncertu Małej Armii Janosika w Malborku w czerwcu 2025 roku. Za oragnizację przy parafii Św. Jana cykliów Zaduszki Artystyczne i koncertu kołęd.	GSK.143
Mateusz Gas , właściciel Decibel Studio, Malbork - nominacja za organizację imprezy Street Vibe Fest w Malborku, zakończonej stworzeniem muralu pod mostem na Nogacie.	GSK.142
Adam Makowski , muzyk, organista, nauczyciel muzyki w Zespole Szkół Katolickich, Malbork - nominacja za wkład w rozwój życia kulturalnego Malborka oraz za konsekwentną działalność artystyczną i edukacyjną. Za ważną rolę w kształtowaniu wrażliwości muzycznej dzieci, młodzieży i dorosłych, a także w upowszechnianiu kultury muzycznej w regionie. Za organizację koncertów z ogromnym zaangażowaniem i dbałością o poziom artystyczny.	GSK.227
Zofia Moździerz , instruktorka w Zespole Pieśni i Tańca 22 Bazy Lotnictwa Taktycznego Malbork, Malbork - nominacja za współudział (razem z Anettą Ciok) w przygotowaniu mistrzów Polski 2025 i zdobywców Pucharu Polski 2025 w tańcach polskich.	GSK.146
Ryszard Rząd , kustosz Muzeum Malborskiego, Malbork - nominacja za napisanie książki Goście zamku malborskiego opowiadającej o tym, że w ciągu przeszło siedmiu wieków z zamkiem zapoznano się kilku cesarzy i prezydentów, kilkunastu królów, książąt i premierów, dziesiątki marszałków, generałów i ministrów.	GSK.144
Kama Trojak , instruktorka w Malborskim Centrum Kultury i Edukacji, Malbork - nominacja za ożywienie działalności kulturalnej w wieży ciśnień, jednej z placówek MCKiE.	GSK.139
Karolina Wiejak , szef kuchni, Malbork - nominacja za promowanie kultury jedzenia poprzez organizację w 2025 r. cyklu imprez kulinarnych we współpracy ze Starostwem Powiatowym w Malborku.	GSK.140
Marta Wyczółkowska , właścicielka firmy Balonowy Twister - Animator Zabaw dla Dzieci - Dekorator Balonowy, Malbork - nominacja za wyjątkowy talent artystyczny oraz pasję w tworzeniu niezwyklej sztuki balonowej przy jednoczesnym zachwycaniu dzieci i dorosłych, a także za profesjonalną animację, która od lat dostarcza ludziom radości i pozytywne emocje.	GSK.141

Działalność społeczna i charytatywna

Dawid Bienkowski , prezes Fundacji First Malbork Team, Malbork - nominacja za działalność charytatywną, w szczególności za VI Edycję Mikołajkowego Samochodu dla Dzieci i Dorosłych oraz za inicjatywy promujące aktywność łączące sport z pomaganiem.	GSC.206
Marta Dorobek , fundatorka Fundacji Hospicjum Malborskie, Malbork - nominacja za powołanie do życia Fundacji Hospicjum Malborskie, które już niesie pomoc mieszkańcom powiatu malborskiego.	GSC.132
Jarosław Folta , właściciel firmy Klaudex, producenta rowerów marki Folta, Malbork - nominacja za fundowanie rowerów uczestnikom imprez charytatywnych, które odbywały się w 2025 r. w powiecie malborskim.	GSC.125
Maciej Franek Frankiewicz , działacz społeczny, Organizator malborskiego Parkrun- charytatywnie, Malbork - nominacja za bycie energicznym człowiekiem, aktywnie promującym bieganie i zdrowy styl życia w regionie. Za lokalne biegi, treningi i wydarzenia charytatywne, za rozwój społeczności biegowej w Malborku, za łącznie sportowej pasji z działaniami społecznymi i edukacyjnymi.	GSC.129

Aby oddać głos, wyślij na nr **7303** SMS o treści wskazanej przy nazwisku nominowanej osoby (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Paweł Gutowski , ratownik medyczny i instruktor pierwszej pomocy, Malbork - nominacja za wyjątkowe zaangażowanie społeczne, aktywną działalność w OSP Malbork oraz OSP Kończewice, a także za bezinteresowne szkolenie MDP i prowadzenie warsztatów oraz kursów pierwszej pomocy dla wszystkich chętnych. Za poświęcenie i gotowość do dzielenia się wiedzą, które znacząco wzmacniają bezpieczeństwo lokalnej społeczności.	GSC.133
Wilhelm Hipsag , prokurent firmy Leier Polska, Malbork - nominacja za podarowanie przez spółkę już dziesiątej karetki Powiatowemu Centrum Zdrowia w Malborku.	GSC.136
Maria Iddec , działaczka społeczna, Malbork - nominacja za działania na rzecz lokalnej społeczności; za licytację charytatywne i akcje wspieranie osób potrzebujących w roku 2025.	GSC.218
Łukasz Koteras , działacz społeczny, sportowiec, Malbork - nominacja za udział w akcjach charytatywnych na terenie miasta Malborka; za łączenie wolontariatu ze sportem w roku 2025.	GSC.128
Henryk Kucharski , wolontariusz PCK, Malbork - nominacja za zaangażowanie na rzecz bliźniego; za działania pomocowe w roku 2025.	GSC.223
Aleksandra Kudźma , działaczka społeczna, administrator Grupy FB JAK W DOMU, Malbork - nominacja za bycie społecznikiem z wielkim sercem i empatią. Za prowadzenie w mediach społecznościowych grupy Jak w domu, która pomaga ludziom z grupy i spoza niej, poprzez zbieranie rzeczy dla potrzebujących.	GSC.122
Waldemar Kułiński , dyrektor Centrum Edukacji Zawodowej, Malbork - nominacja za zorganizowanie w Malborku I Festiwalu Kulinarnego Skarby Regionu.	GSC.134
Lidia Kusz , prezes Pomorskiego Zarządu Wojewódzkiego Związku Kombatantów i Osób Represjonowanych, Malbork - nominacja za pomoc seniorom, kombatantom i osobom represjonowanym; za troskę o najbardziej potrzebujących nie tylko w roku 2025.	GSC.127
Weronika Malinowska , liderka Szlachetnej Paczki, Malbork - nominacja za działania w ramach Szlachetnej Paczki. Za pomoc osobom starszym i biednym; za pasję działania w roku 2025.	GSC.135
Krystyna Panek , prezes Malborskiej Stowarzyszenia Przyjaciół Zwierząt Reks, Malbork - nominacja za niesienie pomocy najbardziej potrzebującym zwierzętom; za energię i pasję działania, która ani na chwilę nie opuszczała w roku 2025.	GSC.126
Andrzej Potoczek , pasjonat biegów długodystansowych, Lichnowy - nominacja za przebiegnięcie 545 kilometrów na rzecz schroniska dla zwierząt Reks w Malborku.	GSC.123
Monika Pozorska , nauczyciel w Szkole Podstawowej nr 9, Malbork - nominacja za zaangażowanie w wolontariat oraz w inicjatywy edukacyjne; za działania na rzecz dzieci i młodzieży.	GSC.207
Małgorzata Robaczek , prezes malborskiego oddziału Stowarzyszenia Teen Challenge, Malbork - nominacja za zakończenie budowy domy dla matek z dziećmi - ofiar przemocy domowej w Malborku.	GSC.130
Marek Rukat , prezes Fundacji Nadzieja II im. Stefani Zaorskiej, Nowy Staw - nominacja za zorganizowanie i przeprowadzenie balu charytatywnego na ponad 200 osób; za pasję działania na rzecz dobra wspólnego w roku 2025.	GSC.131
Izabela Sakutova , międzynarodowa ekspertka brafittingu, Malbork - nominacja za zorganizowanie ogólnopolskiej kampanii „Twoje CIAŁO, Nasza Pasja” na temat zdrowia kobiecych piersi.	GSC.124
Justyna Zaworska , przewodniczący Stowarzyszenia Pomocy Osobom Autystycznym i Osobom z Trudnościami w Komunikowaniu się, Malbork - nominacja za działania społecznie na rzecz osób ze spektrum autyzmu oraz ich rodzin w roku 2025.	GSC.239

Biznes i przedsiębiorczość

Marcin Bujalski , prezes Flexopack Polska, Tragamin - nominacja za rozwój zakładu w Tragaminie w roku 2025 i wielomilionowe inwestycje poczynione w ostatnich latach.	GSB.106
Anna Czaus , adwokat, Malbork - nominacja za wszechstronną i profesjonalną pomoc prawną dla mieszkańców i przedsiębiorców regionu; za wysokie standardy merytoryczne łączone z empatią i dostępnością. Za budowanie renomy regionu i powiślańskiej adwokatury.	GSB.103

POWIAT SŁUPSKI - LIDERZY GŁOSOWANIA

BIZNES I PRZEDSIĘBIORCZOŚĆ



Piotr Górski

KULTURA



Grzegorz Chwieduk

POLITYKA, SAMORZĄDNOŚĆ I SPOŁECZNOŚĆ LOKALNA



Dawid Litwin

PEŁNA LISTA NOMINOWANYCH

Stanisław Jalowski , krawiec, Malbork - nominacja za 50-lecie utrzymywania się na rynku malborskich usług krawieckich, za bycie w zawodzie od 65 lat. Za pokazywanie, że fachowość i solidność to wartości, na których warto opierać biznes.	GSB.107
Krzysztof Leżyński , prezes SIM-KZN Pomorze, Malbork - nominacja za rozpoczęcie w 2025 roku budowy osiedla Społecznej Inicjatywy Mieszkańcowej w Malborku.	GSB.105
Izabela Sakutova , właścicielka salonu Stanikowy.pl, Malbork - nominacja za zorganizowanie ogólnopolskiej kampanii „Twoje CIAŁO, Nasza PASJA”.	GSB.104
Tomasz Wernik , dyrektor oddziału produkcji w PUH Chemirol Sp. z o.o., Nowy Staw - nominacja za dynamiczny rozwój oddziału produkcji nawozów oraz wyjątkową innowacyjność, bycie pomysłodawcą i twórcą wielu nowych, autorskich produktów i skuteczne wdrażanie ich do produkcji, za zdobycie nagrody QI 2025, łączenie wiedzy technicznej z praktyką, wpływanie na wzrost firmy i umacnianie jej pozycji rynkowej oraz systematyczne poszerzanie portfolio.	GSB.108
Andrzej Wrona , prezes Zakładu Gospodarki Komunalnej i Mieszkańcowej, Malbork - nominacja za pozyskanie dotacji z BGK na remonty kolejnych pustostanów komunalnych.	GSB.102
Wojciech Zaborowski , właściciel firmy Wojtex, Malbork - nominacja za budowę nowego zakładu przy ul. Dalekiej w Malborku; za budowanie dobrej regionalnej marki.	GSB.109
Wojciech Zegarek , prezes Przedsiębiorstwa Nogat sp. z o.o., Malbork - nominacja za kontynuację modernizacji przepompowni Ścieków w Malborku.	GSB.110
Polityka, samorządność i społeczność lokalna	
Grzegorz Chodór , prezes OHZ Gajewo, Kałdowo - nominacja za wstrzymanie pracy uciążliwej dla mieszkańców biogazowni rolniczej w Tragaminie i plany modernizacji instalacji.	GSP.108
Paweł Dziwosz , radny, Malbork - nominacja za budowanie dobrej marki samorządu i aktywność w radzie; za podejmowanie inicjatyw ważnych dla mieszkańek i mieszkańców.	GSP.193
Karolina Hajdukiewicz , nauczycielka Centrum Edukacji Zawodowej, Nowa Wieś Malborska - nominacja za talent i ciężką pracę, które prowadzą na sam szczyt: za zdobycie złotego medalu podczas Mistrzostw Świata we Fryzjerstwie w Londynie; za promocję powiatu malborskiego za granicą.	GSP.110
Jerzy Kondys , sołtys Lasowic Wielkich, prezes LKS Jurand Lasowice Wielkie, Lasowice Wielkie - nominacja za działalność na rzecz społeczności lokalnej, za pobudzenie życia sportowego; za aktywne działania na rzecz wsi, czego wyrazem jest wygląd miejscowości.	GSP.109
Wojciech Łukasiewicz , wójt gminy, Malbork - nominacja za doprowadzenie do realizacji świetlicy wiejskiej w Tragaminie; za budowanie dobrej marki samorządu, który jest bliski sprawom mieszkańców.	GSP.113
Ewa Matczuk , prezes stowarzyszenia Pomorska Fundacja Ochrony Zabytków NOTABENE, Malbork - nominacja za pomysł postawienia w Malborku Pomnika Niepodległości z Ignacym Janem Paderewskim w roli głównej.	GSP.107
Alicja Boguszewska Pałyska , prezes Stowarzyszenia na rzecz Mieszkańców Aktywni Stare Pole, Stare Pole - nominacja za zorganizowanie spotkania pokoleń mieszkańców pod nazwą Ze świata czterech stron; za integrację lokalnej społeczności w roku 2025.	GSP.106
Magdalena Roman , założycielka Stowarzyszenia Aktywni Stare Pole, Stare Pole - nominacja za doprowadzenie do odsłonięcia kamienia pamiątkowego na cześć pierwszych powojennych osadników w gminie Stare Pole.	GSP.111
Marcin Zygałliński , członek grupy VAG Żuławy, Nowy Staw - nominacja za zorganizowanie zlotu Volkswagen AutoGroup Żuławy, w którym uczestniczyli przede wszystkim posiadacze volkswagenów, audi, seatów i skód.	GSP.112

POWIAT NOWODWORSKI	
Kultura	
Joanna Brucka , dyrektor Liceum Ogólnokształcącego, Nowy Dwór Gdański - nominacja za zorganizowanie debaty oksfordzkiej, która miała za zadanie obronić lub obalić tezę: „Żuławy to region bez przyszłości”. Za promocję debaty, która jest doskonałą formą uczenia się argumentacji, retoryki, pracy zespołowej i krytycznego myślenia.	GSK.151

Aleksandra Burzyńska , dyrektor Biblioteki Publicznej Miasta i Gminy, Nowy Dwór Gdański - nominacja za zorganizowanie spotkania z bajazerem, Szymonem Góralczykiem-Armatowskim z Karawany Opowieści. Za działania na rzecz wychowanków placówki opiekuńczo-wychowawczej w Nowym Dworze Gdańskim. Za pokazywanie, że można przenieść dzieciaki poza cyfrowy świat.	GSK.147
Paulina Fortas , animatorka, właścicielka FORfun - mobilne atrakcje i animacje, Drewnica - nominacja za animacje i integrowanie lokalnej społeczności w roku 2025; za budowanie dobrej kulturalnej marki regionu w 2025 roku.	GSK.154
Beata Gołębiowska , radna miejska, Nowy Dwór Gdański - nominacja za współorganizację imprezy plenerowo-kulturalnej Letnie zanurzenie w Marzecinie.	GSK.149
Ewa Pichola , dyrektro Zespołu Szkół, Nowy Dwór Gdański - nominacja za zorganizowanie konkursu ortograficznego o tytuł Mistrza Ortografii Powiatu Nowodworskiego.	GSK.150
Anna Siudowska , przewodnicząca Zarządu Lokalnej Organizacji Turystycznej gminy Sztutowo, Sztutowo - nominacja za zorganizowanie XIII Rajdu w Krainie Kormoranów; za działania aktywizujące mieszkańców i pokazywanie, że można wartościowo spędzać czas z rodziną i przyjaciółmi.	GSK.148
Maria Szewczyk , dyrektor Miejskiego Przedszkola nr 4, Nowy Dwór Gdański - nominacja za zorganizowanie koncertu patriotycznego, gdzie grupy przedszkolne zaprezentowały swoje umiejętności artystyczne; za wydarzenie, gdzie dzieci, ubrane na galowo i z przypiętymi biało-czerwonymi kotylionami, z dumą wykonywały utwory o tematyce patriotycznej, w tym „Mazurka Dąbrowskiego”.	GSK.153

Działalność społeczna i charytatywna

Urszula Inczewska , zastępca dyrektora MGOPS, Nowy Dwór Gdański - nominacja za niesienie bezwarunkowej pomocy i wsparcia. Za ogromne rozumienie potrzeb ludzi bez oceniania. Za ogrom poświęcenia, uwagi, za mądrość, kreatywność w dążeniu do ratowania potrzeb najbardziej dotkniętych biedą, przemocą i bezradnością.	GSC.143
Marian Laskowski , radny miejski, Kmiecin - nominacja za zorganizowanie pikniku integracyjnego w Solnicy; za działania na rzecz dobra wspólnego w roku 2025.	GSC.140
Paweł Makarski , prezes Koła PZW nr 6, Nowy Dwór Gdański - nominacja za zorganizowanie zawodów wędkarskich w dyscyplinie spławikowej.	GSC.141
Adam Sokólski , proboszcz Parafii Narodzenia NMP, Wierciny - nominacja za zorganizowanie imprezy pn. Dzień Rodziny ze św. Janem Pawłem II.	GSC.137
Ireneusz Stolarz , prezes Ludowego Klubu Sportowego Żuławy, Nowy Dwór Gdański - nominacja za zorganizowanie Nowodworskiego Biegu Maluszka, w których uczestniczyły dzieci z przedszkoli i szkół podstawowych z powiatu nowodworskiego.	GSC.138
Tomasz Szczotka , dyrektor Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego, Nowy Dwór Gdański - nominacja za zorganizowanie Festynu Rodzinnego, który cieszył się sporym zainteresowaniem mieszkańców.	GSC.142
Maciej Włodarski , prezes Fundacji Wróć, Jantar - nominacja za pozyskanie środków na zakup mikrobusu przystosowanego do przewozu osób niepełnosprawnych na rzecz Środowiskowego Domu Samopomocy w Wiercinach.	GSC.139

Biznes i przedsiębiorczość

Dominika Cabaj , właścicielka firmy Porządna Babka, Nowy Dwór Gdański - nominacja za rozwijanie biznesu w roku 2025; za energię działania i dobre opinie wśród zadowolonych klientów.	GSB.165
Marek Rudziński i Marek Drozdowski , właściciele firmy Żuławska Grupa Handlowo-Usługowa Spółka Cywilna, Nowy Dwór Gdański - nominacja za przebudowę ul. Kościuszki w Nowym Dworze Gdańskim na odcinku od skrzyżowania z ul. Mickiewicza do skrzyżowania z ul. Żeromskiego.	GSB.115
Katarzyna Krysa , właścicielka salonu manicure, Krynica Morska - nominacja za pasję i profesjonalizm w prowadzeniu salonu manicure, tworzenie wyjątkowej atmosfery dla klientów oraz dbałość o najwyższą jakość usług.	GSB.114
Wojciech Łukasik , właściciel Salonu Fryzjerskiego, Stegna - nominacja za profesjonalizm w prowadzeniu męskiego salonu fryzjerskiego i dbałość o najwyższą jakość usług.	GSB.117

Jacek Narloch , właściciel firmy Narbud, Nowy Dwór Gdański - nominacja za rozwijanie uczciwego i rzetelnego biznesu w branży budowlanej oraz zdobycie uznania klientów.	GSB.111
Michał Nowak , właściciel firmy ProfiAuto Serwis NOWAK, Sztutowo - nominacja za prężny rozwój cieszącej się uznaniem klientów firmy, która każdy motoryzacyjny problem potrafi sprawnie rozwiązać.	GSB.116
Janusz Szalczewski , właściciel firmy PPH M.J. Szalczewscy sp.j., Kmiecin - nominacja za realizowanie inwestycji pn.: „Budowa zatok parkingowych w miejscowości Jantar - (skrzyżowanie DW 501 z ul. Morską)”;	
za budowanie dobrej marki gospodarczej regionu.	GSB.113
Jacek Szczepkowski , właściciel firmy Szczepkowski Instalacje, Nowy Dwór Gdański - nominacja za prowadzenie prężnie rozwijającej się i ciągle modernizowanej firmy wykonującej instalacje hydrauliczne, klimatyzacyjne i grzewcze.	GSB.112

Polityka, samorządność i społeczność lokalna

Małgorzata Borowska-Leszczyszyn , dyrektor Szkoły Podstawowej, Lubieszewo - nominacja za otrzymanie przez szkołę od Centrum Edukacji Obywatelskiej w Warszawie tytułu Szkoły Uczącej; za budowanie dobrej marki edukacyjnej w regionie.	GSP.118
Henryk Brzozowski , radny miejski, Nowy Dwór Gdański - nominacja za zorganizowanie pikniku rodzinnego dla mieszkańców sołectw: Wężowiec, Kępiny Małe, Kępki i Stobna.	GSP.116
Paweł Cywiński , pełnomocnik Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi ds. Żuław., Nowy Dwór Gdański - nominacja za wkład i zaangażowanie na rzecz bezpieczeństwa i rozwoju Żuław i Powiśla w roku 2025.	GSP.119
Lubomir Głowacki , wicestarosta nowodworski, Nowy Dwór Gdański - nominacja za skuteczność w rozbudowie infrastruktury i poprawę komunikacji lokalnej.	GSP.190
Arkadiusz Kurgan , radny miejski, Nowy Dwór Gdański - nominacja za zorganizowanie pikniku rodzinnego w Lubieszewie, co było znakomitym przykładem integracji lokalnej społeczności i budowania dobrych więzi sąsiedzkich.	GSP.115
Sylwia Owsńska , dyrektor Szkoły Podstawowej im. Pamięci Ofiar Stutthofu, Sztutowo - nominacja za współorganizację XXVIII Biegu Pamięci Narodowej w Sztutowie.	GSP.120
Andrzej Sobociński , członek Pomorskiej Izby Rolniczej, Nowy Dwór Gdański - nominacja za zorganizowanie spotkania noworocznego środowiska rolniczego z terenu powiatu nowodworskiego, gdzie gościem honorowym był Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi Czesław Siekierski.	GSP.114
Sylwia Szczurek , burmistrz, Krynica Morska - nominacja za realizację projektów mających na celu unowocześnienie kurortu, skuteczne pozyskiwanie środków na poprawę infrastruktury okolicy, za działania promujące miasto.	GSP.183
Krystyna Tokarska , radny miejski, Nowy Dwór Gdański - nominacja za zorganizowanie pikniku rodzinnego dla mieszkańców sołectw: Starocin, Gozdawa, Gozdawa-Osada i Żelichowa.	GSP.117

POWIAT PUCKI	
Kultura	
Krystyna Buczkowska , artysta, Błędzikowo - nominacja za popularyzację malarstwa i Pucka w ramach organizowanego przez siebie pleneru Międzynarodowe Spotkania Artystyczne, w których biorą udział twórcy z Polski i świata.	GSK.158
Werner Grabe , kolekcjoner, miłośnik historii, Puck - nominacja za dzielenie się pamiątkami z przeszłości Pucka i ziemi puckiej (m.in. na wystawach w Muzeum Ziemi Puckiej), których kolekcjoner i miłośnik historii zgromadził setki.	GSK.161
Joanna Grochowska , kierownik działu etnograficznego Muzeum Ziemi Puckiej, Puck - nominacja za wyjątkową publikację poświęconą kryminalnej historii powiatu puckiego, czyli książkę 900 marek w złocie. Kryminalne przypadki z Nordy. Część I 1870-1920.	GSK.157

POWIAT TCZEWSKI - LIDERZY GŁOSOWANIA

DZIAŁALNOŚĆ SPOŁECZNA I CHARYTATYWNA



Mariusz Portjanko



POLITYKA, SAMORZĄDNOŚĆ I SPOŁECZNOŚĆ LOKALNA



Tomasz Kajzer

PEŁNA LISTA NOMINOWANYCH

Sławek Jaskulke , pianista, Puck - nominacja za twórczość, która stanowi istotny wkład w świat jazzu oraz reprezentowanie regionu na scenach globalnych.	GSK.160
Paulina Konkel , animator kultury Domu Kultury, Strzelno - nominacja za kreatywność w zakresie animacji; za organizację wydarzeń kulturalnych i zajęć dla dzieci oraz młodzieży.	GSK.217
Weronika Korthals , wokalistka, kompozytorka, dyrygentka chóru La Via Voice i Norda Kid, Puck - nominacja za wkład w kulturalny rozwój Pomorza i Kaszub w roku 2025; za projekty muzyczne i promocję regionu.	GSK.162
Mirosław Kuklik , dyrektor Muzeum Północnokaszubskiego we Władysławowie, Władysławowo - nominacja za skuteczną promocję historii i dziedzictwa rybackiego Nordy, prowadzoną w ramach Muzeum Północnokaszubskiego we Władysławowie, co zauważono m.in. w Ministerstwie Kultury i Dziedzictwa Narodowego. nagradzając dyrektora Brązowym Medalem „Zasłużony Kulturze Gloria Artis.	GSK.159
Jerzy Łysk , poeta, kompozytor, piosenkarz i animator kultur, Puck - nominacja za tworzenie poezji i muzyki głównie w języku kaszubskim oraz komponowanie piosenek do tekstów kaszubskich poetów; za budowanie dobrej marki regionu w dziedzinie kultury.	GSK.156
Aleksandra Pająk , prezes Zrzeszenie Kaszubsko-Pomorskie Dębogórze-Kosakowo, Kosakowo - nominacja za promocję Kaszub - ich bogactwa kulturowego: tradycji, języka i kuchni. Za budowanie dobrej marki regionu na mapie kraju.	GSK.222
Katarzyna Renusz , aktywna animatorka kultury i działaczka lokalna, Mieroszyno - nominacja za integrację lokalnej społeczności oraz za skuteczne wdrożenie nowych form aktywności, takich jak międzypokoleniowe spacery z kijkami (Nordic Walking) oraz spotkania kreatywne łączące rodziców i dzieci.	GSK.208
Ireneusz Szczegliński , właściciel restauracji Bar Hello, Hel - nominacja za otwartość na drugiego człowieka i gotowość do pomocy. Za stworzenie miejsca wyjątkowego, w którym regularnie odbywają się koncerty i wydarzenia kulturalne integrujące lokalną społeczność. Za aktywne działania charytatywne, bezinteresowne wspieranie potrzebujących i inicjatyw społecznych.	GSK.234
Działalność społeczna i charytatywna	
Maria Antoniewicz , nauczycielka w Szkole Podstawowej im. Mariusza Zaruskiego, inspektorka OTOZ Animals, Puck - nominacja za lokalny patriotyzm i działania na rzecz dobra wspólnego - za dbanie o dobrostan zwierząt i działania, które biorą je pod ochronę.	GSC.240
Monika Baćkowska-Barchan , koordynatorka Klubu Seniora, Władysławowo - nominacja za integrację lokalnej społeczności oraz za organizację warsztatów i wydarzeń kulturalnych dla seniorów.	GSC.208
Paweł Bogumił , wolontariusz, Puck - nominacja za szeroką działalność wolontariacką w roku 2025; za integrację lokalnej społeczności wokół ważnych akcji.	GSC.152
Przemysław Burner , prezes Fundacji Rare Diseases Uniqius, Kosakowo - nominacja za działania pomocowe na rzecz osób niepełnosprawnych - za zaangażowanie społeczne w roku 2025.	GSC.241
Weronika Ceynowa , właścicielka sklepu Nasza Szafa, Puck - nominacja za zakończenie ponad 2-letniej zbiórki na rzecz podopiecznych hospicjum i jej efekty, które są spójne z ideą pomocy potrzebującym.	GSC.153
Leszek Ciechomski , numizmatyk, miłośnik historii powiatu puckiego, Mrzezino - nominacja za upamiętnienie historii dworca w Mrzeżynie, sfinalizowane ustawieniem tablicy pamiątkowej.	GSC.150
Karol Czapp , żołnierz Marynarki Wojennej RP, Żelistrzewo - nominacja za współorganizowanie akcji poboru krwi w Żelistrzewie na rzecz dzieci chorujących na białaczkę. Tegoroczna akcja zakończona wynikiem 25,2 litra krwi. Dzięki działalności Klubu Krwiodawców w Pucku udało się zabrać ponad 100 litrów krwi dla dzieci chorych na białaczkę.	GSC.149
Jarosław Dettlaff , prezes Ochotniczej Straży Pożarnej w Mieroszynie, Mieroszyno - nominacja za wyjątkowy wkład w rozwój młodzieżowego i społecznego życia Ochotniczej Straży Pożarnej w Mieroszynie.	GSC.148
Violetta Gabryelska , wolontariuszka Puckiego Hospicjum, Puck - nominacja za działania pomocowe w roku 2025. Za integrację lokalnej społeczności i pokazywanie, że pomoc ma sens. Za szerokie działania na rzecz hospicjum.	GSC.231

Małgorzata Markowska , koordynator grupy Caritas, Puck - nominacja za działalność na rzecz potrzebujących w parafii Puck oraz charytatywną i bezinteresowną pomoc niesioną bliźniemu.	GSC.151
Alina Merchel , radna powiatu puckiego, Mosty - nominacja za pomysł wystawy „W sieci tradycji: Historia rybołówstwa, dokumentującą codzienność rybaków, dawne techniki połowu i przemiany, jakie zaszły w gminie Kosakowo.	GSC.144
Marlena Sawostjanik , koordynatorka Klubu Seniora, Władysławowo - nominacja za wkład w życie społeczne i integrację lokalnej społeczności.	GSC.213
Artur Surmaj , dyrektor Szkoły Podstawowej im. Władysława Konefki, Starzyno - nominacja za zorganizowanie gali z okazji Dni Honorowego Krwiodawstwa PCK.	GSC.145
Danuta Tocke , prezes oddziału Zrzeszenia Kaszubsko-Pomorskiego Dębogórze-Kosakowo, Dębogórze - nominacja za działania na rzecz rozwoju lokalnego dziedzictwa kulturowego; za organizację warsztatów regionalnych dla dzieci oraz festynów kaszubskich.	GSC.146
Biznes i przedsiębiorczość	
Mariusz Buczkowski , właściciel restauracji Garmaż Buczek, Puck - nominacja za stworzenie wyjątkowo smacznego miejsca na kulinarnej mapie Pucka.	GSB.122
Joanna Petit Gajdamowicz , właścicielka Dogoterapia Złote serca, Łebcz - nominacja za organizację zajęć edukacyjnych i terapeutycznych z udziałem psa Scootera.	GSB.121
Georgios Orfanos , prezes zarządu Dagoma Sp. z o.o., Puck - nominacja za produkcję według oryginalnych tradycyjnych receptur musztard, dżemów i marmolad oraz innych przetworów owocowo-warzywnych, w tym ogórków kaszubskich oraz kartuskich.	GSB.118
Szymon Regliński , pszczelarz, Puck - nominacja za stworzenie w powiecie puckim Miodomatu, wyjątkowego automatycznego sklepu do sprzedaży miodu.	GSB.123
Jacek Struck , szkutnik i właściciel Struck-Boat, Jastarnia - nominacja za budowę drewnianych łodzi, które powstają bez planów i projektów - wśród nich są m.in. pomeranki, tradycyjne łodzie rybaków z Półwyspu Helskiego.	GSB.120
Iwona Topka , prezes Szpitala Puckiego, Puck - nominacja za skuteczne pozyskiwanie środków na rozbudowę lecznicy, a także metamorfozę Szpitala Puckiego.	GSB.119
Witold Wawronkoski , prezes Szkuner Sp. z o.o., Władysławowo - nominacja za zdobycie tytułu Fish Processing CEO of the Year 2025, przyznawane za wyjątkowy wkład w rozwój branży przetwórstwa rybnego w Unii Europejskiej.	GSB.124
Polityka, samorządność i społeczność lokalna	
Waldemar Bradtke , działacz społeczny, Starzyński Dwór - nominacja za aktywizowanie lokalnej społeczności, inicjatywy oraz akcje charytatywne w roku 2025.	GSP.130
Marcin Buchna , przewodniczący Stowarzyszenia Ekologiczno-Kulturowe Nasza Ziemia, Mosty - nominacja za walkę o czystość środowiska w powiecie puckim i liczne inicjatywy mające na celu zatrzymanie m.in. niszczenia ekosystemu Zatoki Puckiej.	GSP.126
Łukasz Dettlaff , opiekun MDP przy OSP Mieroszyno, Mieroszyno - nominacja za modelową opiekę nad strażacką młodzieżą, co zaowocowało obroną mistrzowskiego tytułu (dwoma kolejnymi medalami) zdobytym w ramach Wojewódzkiego Marszu na Orientację.	GSP.124
Szymon Dettlaff , radny powiatu puckiego, Żelistrzewo - nominacja za niebanalne pomysły na rozwój wsi, skuteczną promocję Żelistrzewa i zjednoczenie wsi w gminie Puck.	GSP.128
Jan Janusz , twórca cyfrowy, Puck - nominacja za dokumentowanie przez lata życia mieszkańców Pucka; za pokazywanie w roku 2025, swojego talentu jako dokumentalista foto i video, pokazującym rytm miasta w kulturze, biznesie, nauce, kulturze.	GSP.123
Regina Kwizdińska , przewodnicząca Rady Kół Gospodyń Wiejskich Województwa Pomorskiego, Łebcz - nominacja za promocję kaszubskiej tradycji, zwyczajów oraz kuchni, a także angażowanie mieszkańców gminy Puck i powiatu puckiego w wydarzenia, dzięki którym udaje się łączyć pokolenia.	GSP.127

Aby oddać głos, wyślij na nr **7303** SMS o treści wskazanej przy nazwisku nominowanej osoby (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Dariusz Marzejon , prezes Klif Team, Chłapowo - nominacja za organizację Mistrzostw Polski w Kolarstwie Przelajowym, a także promocję kolarstwa w nadmorskim powiecie.	GSP.121
Dorota i Arkadiusz Mudlaff , właściciele najpiękniejszej zagrody w powiecie puckim, Rekowo Górne - nominacja za wyjątkową estetykę wiejskiej zagrody, która zaowocowała zwycięstwem w powiatowym etapie konkursu Piękna Wieś Pomorska 2025.	GSP.122
Małgorzata Parylak , radna, Władysławowo - nominacja za skuteczny sprzeciw przeciwko budowie sortowni śmieci, którą planowano zbudować we Władysławowie, za ngłośnienie sprawy i integrację mieszkańców wokół tego problemu.	GSP.125
Szymon Regliński , pszczelarz, Puck - nominacja za innowacyjną formę sprzedaży miodu i stworzenie miodomatu.	GSP.129
Marcin Selonke , twórca średniowiecznej Osady Sławutowo, radny, Sławutowo - nominacja za aktywne angażowanie się w utrwalanie tradycji kaszubskich, uczestniczenie w projektach kulturalnych i edukacyjnych dotyczących historii regionu.	GSP.182

POWIAT SŁUPSKI	
Kultura	
Grzegorz Chwieduk , poeta, bibliotekarz w Zespole Szkół, Kępice - nominacja za zajęcie I miejsca w Ogólnopolskim Konkursie Poetyckim O Bursztynowe Pióro w Kołobrzegu.	GSK.164
Bogumiła Rzechkowska , regionalistka, Ustka - nominacja za przybliżanie mieszkańcom Ustki historii ich miasta; organizację i prowadzenie spotkań tematycznych dotyczących dziejów Ustki, aktywny wkład na stronach i profilach poświęconych historii miasta.	GSK.163
Działalność społeczna i charytatywna	
Przemysław Kaca , pedagog, terapeuta i działacz społeczny, Kobylnica - nominacja za projekt Tworzymy Rap dla młodzieży z gminy Kobylnica, zrealizowany ze środków Gminnego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii na lata 2024-2027 w Gminie Kobylnica.	GSC.155
Alina Krzywdzińska , prezes Stowarzyszenia na Rzecz Osób Starszych i Niepełnosprawnych Razem-Wszystko, Machowino - nominacja za wolontariat i pracę na rzecz osób z niepełnosprawnościami, w tym działalność na rzecz ich rehabilitacji społecznej oraz organizację wydarzeń terapeutycznych.	GSC.255
Elżbieta Rosiak , prezes Stowarzyszenia Uniwersytet Trzeciego Wieku, Kępice - nominacja za działania na rzecz społeczności lokalnej i zdobycie tytułu Zwyczajna - Niezwykajna Seniorka w konkursie „Pomorskie dla Seniorów” 2025.	GSC.154
Anna Znamirowska , prezes Fundacji Serce Lasu, Warblewo - nominacja za organizację bali charytatywnych dla dzieci chorych i z niepełnosprawnościami, działalność wolontariacką w akcji „Paczka dla Maluszka”, udział w wydarzeniach charytatywnych w Miastku oraz prowadzenie prelekcji dla dzieci i młodzieży na temat zwierząt i ich ochrony.	GSC.243

Biznes i przedsiębiorczość	
Piotr Górski , prezes firmy Polski Ziemiak, Potęgowo - nominacja za zdobycie prestiżowej nagrody Orzeł Pomorski 2025, która jest przyznawana osobom, firmom i instytucjom legitymującym się istotnymi osiągnięciami w biznesie, kulturze, nauce, sporcie czy w działalności społecznej.	GSB.129
Michał Kujawa , właściciel firmy Embud, Krępa Słupska - nominacja za nowatorskie podejście do oferty deweloperskiej; za budowę w Krępie Słupskiej osiedla domków w stylu amerykańskim otoczonych trawnikiem bez ogrodzeń.	GSB.128
Łukasz De Lubicz Szeliski , prezes Hotelu Grand Lubicz w Ustce, Ustka - nominacja za otrzymanie odznaki za szczególne zasługi w rozwoju branży hotelarskiej przyznaną przez Wiceministra Sportu i Turystyki oraz za zdobycie statuetki „Luksusowa Marka Roku.	GSB.127

POWIAT WEJHEROWSKI - LIDERZY GŁOSOWANIA

DZIAŁALNOŚĆ SPOŁECZNA I CHARYTATYWNA



Janina Frey

KULTURA



Karolina Szczepańska

POLITYKA, SAMORZĄDNOŚĆ I SPOŁECZNOŚĆ LOKALNA



Tadeusz Marciński

PEŁNA LISTA NOMINOWANYCH

Polityka, samorządność i spoleczność lokalna

Barbara Dykier , wójt gminy, Redzikowo - nominacja za skuteczne zarządzanie gminą i rozwój infrastruktury lokalnej; za pozyskiwanie inwestorów zewnętrznych.	GSP131
Dawid Litwin , wójt gminy, Potęgowo - nominacja za efektywny rozwój enegytyki ze źródeł odawialnych - silowni wiatrowych i energii z biogazowni - na terenie gminy Potęgowo.	GSP132
Magdalena Majewska , burmistrz, Kępice - nominacja za skuteczne zarządzanie gminą i rozwój infrastruktury lokalnej; za umiejętność zdobywania funduszy zewnętrznych.	GSP133

POWIAT STAROGARDZKI	
Kultura	
Natalia Filipiak , instruktor tańca w Starogardzkim Centrum Kultury, Starogard Gdański - nominacja za wielką przemianę tańca w Starogardzkim Centrum Kultury. Za osiągnięcia dzieci i wysoki poziom nauczania w SCK, jak i Publicznej Szkole Podstawowej im. Janusza Korczaka w Dabrówce.	GSK.238
Hanna Kolińska , dyrektor Publicznej Biblioteki, Osieczna - nominacja za tworzenie i organizację wydarzeń mających na celu dotarcie z pięknymi pełnymi wartości treściami do ludzi w różnym wieku od najmłodszych (organizacja zajęć dla dzieci) do najstarszych (organizacja dnia seniora); za bycie organizatorką spotkań z lokalnymi artystami (wieczorki, wystawy, spotkania) i nie tylko.	GSK168
Regina Kotłowska , nauczycielka, regionalistka, Frąca - nominacja za wydanie książki: Legendy z serca Kociewia, która pielęgnuje lokalne tradycje.	GSK172
Edyta Lichy , fotograf, Starogard Gdański - nominacja za przybliżanie piękna i dokumentowanie życia na Kociewiu; za chwytyanie ulotnych momentów w codziennym życiu.	GSK166
Aleksandra Miczek , nauczycielka w Publicznej Szkole Podstawowej nr 4 z Oddziałami Integracyjnymi im. Juliusza Słowackiego, Starogard Gdański - nominacja za pracę z młodzieżą - m.in. z dwiema młodzieżowymi grupami teatralnymi - Napararawanem i Napararawanem Dobrym Początkiem. Za Kociewską Kapelę Feferuski, która tańczy, śpiewa i gada po kociewsku. Za realizację wielu projektów i akcji charytatywnych; za włączanie do pracy w swoich zespołach osoby z niepełnosprawnościami.	GSK165
Tadeusz Negowski , dyrektor Państwowej Szkoły Muzycznej I stopnia im. W Lutosławskiego, Starogard Gdański - nominacja za kierowanie placówką; za odgrywanie niezwykle ważnej roli w kształceniu młodych muzyków i rozwoju kultury regionu.	GSK173
Mariusz Rogaczewski , kapelmistrz Gminnej Orkiestry Dętej przy OSP Pinczyn, Pinczyn - nominacja za działalność artystyczną w amatorskim ruchu muzycznym i uświetnienie wielu ważnych wydarzeń w powiecie starogardzkim. Za tegoroczny udział orkiestry w zawodach dla wózkowiczów, który wzbudził masę pozytywnych emocji.	GSK171
Grzegorz Wałaszewski , instruktor tańca towarzyskiego, Kaliska - nominacja za zaangażowanie w rozwój kultury tanecznej w gminie Kaliska, wieloletnią działalność jako instruktor tańca towarzyskiego oraz organizację wydarzeń tanecznych, które integrują i inspirowa lokalną społeczność.	GSK167
Tomasz Wiczyński , pracownik Wydziału Współpracy z Organizacjami Pozarządowymi, Kultury i Sportu, Starogard Gdański - nominacja za wieloletnie zaangażowanie na rzecz kultury oraz 10-letnią działalność w zespole Zdążyć przed północą.	GSK174
Marek Zagórski , rękodzielnik, Rokocin - nominacja za możliwość obcowania ze sztuką bez względu na wiek; za pasję działania i warsztaty. Za budowanie dobrej kulturalnej marki Kociewia.	GSK170
Alicja Ciecholewska , prezes Fundacji Beatus im. Zbigniewa Ciecholewskiego, Koźmin - nominacja za pracę na rzecz osób w potrzebie, zakup leków, opału i żywności dla potrzebujących, a także za inne działania, w tym m.in. opłacenie turnusów rehabilitacyjnych dla dzieci z niepełnosprawnością, wizyt lekarskich i badań.	GSC157
Paweł Demski , prezes stowarzyszenia Start - ON, Starogard Gdański - nominacja za organizację turnieju Bocci, który połączył pokolenia i pokazał, że sport nie musi mieć ograniczeń.	GSC167
Aurelia Jankowska , koordynatorka placówki Centrum Pomocy Dzieciom, Starogard Gdański - nominacja za działania na rzecz najmłodszych i ich praw; za interdyscyplinarną pomoc - w jednym miejscu, pod jednym dachem dziecko otrzymuje kompleksową pomoc psychologiczną, terapeutyczną, prawną, medyczną, nie tylko lekarza pediatry.	GSC158
Jakub Markowski , działacz społeczny, Starogard Gdański - nominacja za działalność charytatywną i bezinteresowną pomoc. Za zaangażowanie w inicjatywy społeczne na rzecz osób potrzebujących, które od lat przynosi realną zmianę w życiu wielu mieszkańców miasta i regionu.	GSC161
Oskar Moeller-Kucharonek , właściciel Pracowni Fryzjerskiej Oskar Moeller, mistrz fryzjerstwa, Starogard Gdański - nominacja za wartościową i konsekwentnie realizowaną inicjatywę wsparcia osób po leczeniu onkologicznym, za zaangażowanie, dzięki któremu pacjenci otrzymują nie tylko usługę fryzjerską, ale także wsparcie psychiczne, poczucie odzyskiwania normalności i godności oraz przestrzeni, w której mogą poczuć się zaopiekowani i zauważeni.	GSC166

Józef Olszynka , artysta plastyk, malarz, Starogard Gdański - nominacja za zaangażowanie w działalność artystyczną i społeczną Starogardu Gdańskiego; za budowanie dobrej kulturalnej marki regionu.	GSC.209
Krzysztof Pokojewski , ratownik medyczny, społecznik, Lubichowo - nominacja za edukację najmłodszych dzieci w wieku przedszkolnym w zakresie bezpieczeństwa. Za akcję uzupełniania numeracji domów na rozwidleniu dróg wiejskich w gminie Lubichowo, której celem była poprawa bezpieczeństwa. Za szerokie zaangażowanie na rzecz lokalnej społeczności w roku 2025.	GSC165
Katarzyna Scharmach , prezes Stowarzyszenia Sportowego KS Falanga, Rokocin - nominacja za cykl zajęć z adaptowanego crossfitu dla osób z niepełnosprawnością ruchową pn. „Łamiemy bariery”.	GSC163
Danuta Słomińska , przewodnicząca starogardzkiego koła PZERil, Starogard Gdański - nominacja za aktywizację seniorów, którzy brali udział w spartakiadzie.	GSC160
Agnieszka Szweda-Princ , trenerka UKS Kociewie, Starogard Gdański - nominacja za tegoroczne przygotowanie młodych sportowców do zawodów, z których przywieźli medale.	GSC156
Izabela Wons , pracownik Polpharmy, Starogard Gdański - nominacja za empatię i niesienie pomocy bliźniemu; za działalność w hospicjum w Medpharmie.	GSC.224
Dagmara Wróblewska , prezes fundacji Kociewiaczy dla Hospicjum, Starogard Gdański - nominacja za organizację V Kociewskiej Konferencji Opieki Paliatywnej - przestrzeń do wymiany doświadczeń, nauki i inspiracji dla personelu medycznego oraz wszystkich zaangażowanych w opiekę nad pacjentami w końcowej fazie życia.	GSC159
Kinga Żołądek , wolontariuszka fundacji Dr Clown oraz liderka grupy Starogard, Starogard Gdański - nominacja za niesienie pomocy bez błysku fleszy; za akcje pomoce realizowane w roku 2025.	GSC164
Roman Chajewski , prezes firmy Eurobud Chajewscy Sp. z o.o., Starogard Gdański - nominacja za profesjonalizm oraz wkład w rozwój gminy - dzięki nowatorskim inwestycjom i dbałości o wysoką jakość realizowanych projektów lokalna społeczność zyskała nowoczesne, funkcjonalne i estetyczne przestrzenie, które przyczyniają się do podnoszenia komfortu życia mieszkańców.	GSB137
Sylwia Drózkowska , właściciele firmy KA-TRANS, Borzechowo - nominacja za budowanie, razem z mężem, solidnej marki; za zatrudnienie na lokalnym rynku. Za wspieranie działań lokalnych, przez co skutkuje sympatią i szacunkiem wśród mieszkańców.	GSB138
Marcin Fulbiszewski , prezes firmy Fulimpex, Starogard Gdański - nominacja za wkład w rozwój gospodarczy i społeczny oraz aktywne wsparcie starogardzkiej drużyny koszykówki.	GSB134
Ireneusz Majkowski , właściciel firmy Majkowski Brokers, Starogard Gdański - nominacja za opracowanie nowatorskich rozwiązań w branży brokerskiej zwiększających efektywność gospodarczą.	GSB133
Małgorzata Makowska , właścicielka pracowni cukierniczej sMakołyki, Starogard Gdański - nominacja za łączenie przedsiębiorczości z kulinarnym artyzmem: za tworzenie personalizowanych, artystycznych tortów i słodkości z najlepszych składników. Za nowoczesne i eleganckie słodkie stoły dopasowane do stylu przyjęcia.	GSB186
Marian Panek , właściciel firmy Instalatodstwo Sanitarne Gazowe i Ogrzewania, Krąg - nominacja za świadczenie jakościowych usług w roku 2025. Za zarządzanie firmą, która zajmuje się wykonywaniem instalacji wodno-kanalizacyjnych, ciepłych, gazowych i klimatyzacyjnych. Za solidność, która jest doceniana przez klientów.	GSB135
Mariusz Szwarc i Tomasz Pastwa , właściciele Galerii Neptun, Starogard Gdański - nominacja za jubileusz 10-lecia galerii oraz powstającą kolejną inwestycję, która rozbudowuje to miejsce.	GSB136
Anna i Tomasz Skowronowscy , właściciele kawiarni Raj Cafe, Kaliska - nominacja za zaangażowanie w rozwój lokalnej gospodarki oraz za stworzenie przestrzeni, która nie tylko oferuje wymienitą kawę i domowe wypieki, ale także buduje atmosferę sprzyjającą spotkaniom, odpoczynkowi i celebrowaniu codziennych chwil.	GSB132
Jan Delewski , zawodnik LLKS Ziemi Kociewskiej, Skórcz - nominacja za liczne sukcesy sportowe: Mistrz Europy w rzucie młotem w kat. U18, wicemistrzostwo Polski w rzucie młotem w kat. U18 oraz bycie V zawodnikiem w pchnięciu kulą; za bycie Mistrzem Polski LZS w kat. U18 w rzucie młotem oraz wicemistrzem Polski LZS w kat. U18 w pchnięciu kulą; za drugi rezultat w rzucie młotem 5 kg w Polsce.	GSP138
Krzysztof Eggert , prezes Stowarzyszenia softysów powiatu starogardzkiego, softys Siwialki, Siwialka - nominacja za wkład w prace na rzecz lokalnej społeczności, co sprawiło, że Siwialka została laureatem Piękna Wieś Gminy Starogard Gdański.	GSP140
Martyna Galińska , naczelnik Wydziału Inwestycyjnego Urzędu Miejskiego, Skarszewy - nominacja za zaangażowanie w pracę nad budową najnowocześniejszej w regionie pływalni, która powstała w Skarszewach.	GSP142
Anna Jakubowska , przewodnicząca KGW Zielona Góra, Zielona Góra - nominacja za energię działania, która sprawiła, że KGW Zielona Góra z wielką pasją reprezentowało powiat starogardzki na XX Turnieju Kół Gospodyń Wiejskich Województwa Pomorskiego.	GSP136
Klaudia Wojciechowska i Oskar Pryczyniec , właściciele Agroturystki Żuraw, Smoląg - nominacja za zdobycie nagrody za najlepszą agroturystykę w województwie pomorskim.	GSP139
Krzysztof Przytarski , prezes klubu sportowego Wietcisa, Skarszewy - nominacja za bezinteresowną, charytatywną pracę na rzecz lokalnej społeczności; za włączanie się w charytatywne zbiórki, prowadzenie wszelkich działań, by Wietcisa Skarszewy, jako klub, był przyjaznym domem dla młodych adeptów piłki nożnej.	GSP141

PLEBISCYT

Aby oddać głos, wyślij na nr **7303** SMS o treści wskazanej przy nazwisku nominowanej osoby (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Stefan Scharmach , prezes Stowarzyszenia Szwadron 2 Pułku Szwoleżerów Rokitniarskich, Starogard Gdański - nominacja za inicjatywę i pomysł na modernizację Kasyna Oficerskiego w Starogardzie Gdańskim; za przebudowę, która przywróciła historyczny charakter miejsca oraz dostosowała go do działalności kulturalno-edukacyjnej.	GSP143
Barbara Stanuch , prezes zarządu Starogardzkiego Klubu Biznesu, Starogard Gdański - nominacja za działania na rzecz lokalnej przedsiębiorczości i rozwoju regionu; za pasję działania oraz budowanie dobrej gospodarczej marki Kociewia.	GSP137

POWIAT SZTUMSKI	
Kultura	
Aleksandra Grochala , właścicielka Grochola Dance Studio, Mikołajki Pomorskie - nominacja za promowanie kultury i talentów dzieci i młodzieży, stworzenie przestrzeni do artystycznego rozwoju, wspieranie młodych w spełnianiu ich pasji, a także za determinację, kreatywność i oddanie, które realnie i pozytywnie wpływają na życie wielu osób.	GSK177
Violetta Jankowiak , dyrektor Sztumskiego Centrum Kultury, Sztum - nominacja za zorganizowanie wielu imprez kulturalnych, w tym Dni Ziemi Sztumskiej; za budowanie dobrej marki regionu w roku 2025.	GSK184
Maciej Kraiński , kurator Muzeum Tradycji Szlacheckiej, Waplewo Wielkie - nominacja za zorganizowanie Pomorskich Dni Chopinowskich; za propagowanie muzyki poważnej, spuścizny wielkiego kompozytora i budowanie dobrej kulturalnej marki regionu w 2025 roku.	GSK182
Adam Łoniewski , opiekun grupy teatralno-muzycznej Uśńickie Anioły ze Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego, Uśnice - nominacja za zdobycie I nagrody marszałka województwa pomorskiego podczas XXXI Forum Teatralnego Szkolnictwa Specjalnego.	GSK175
Bartosz Marquardt , historyk regionu, Cieszymowo - nominacja za pozyskanie 5 tys. złotych stypendium na napisanie książki o historii wsi Cieszymowo; za kultywowanie pamięci historycznej w małych ojczyznach.	GSK178
Aleksander Masłowski , kierownik sztumskiego oddziału Muzeum Zamkowego, Sztum - nominacja za stworzenie wystawy Dzieje zamku w Sztumie, przedstawiającej historię z czasów krzyżackich i polskich oraz szwedzkie epizody, czyli okres od powstania warowni pod koniec lat 70. XIV wieku do I rozbioru Polski w 1772 roku.	GSK176
Ewelina Miernikiewicz , organistka parafii św. Anny, Sztum - nominacja za projekt „Koncerty dla najmłodszych na cztery pory roku” - cztery koncerty: wiosenny, letni, jesienny i zimowy, podczas których zaprezentowany został odpowiedni fragment „Czterech pór roku” Antonio Vivaldiego. Za koncerty dedykowane dzieciom do lat sześciu i ich rodzinom.	GSK179
Kinga Ruczkowska , artystka wizualna, malarka, Sztum - nominacja za twórczą pasję i niezwykle talent; za malowanie na żywo obrazów oraz portretów, uchwycając emocje i wyjątkowe chwile. Za prace, które stają się niepowtarzalną pamiątką; za dzieła, które znajdują się w prywatnych kolekcjach w Polsce, Niemczech i Wielkiej Brytanii.	GSK180
Łukasz Wilk , marszałek Bractwa Rycerzy Ziemi Sztumskiej, Sztum - nominacja za zorganizowanie Festiwalu Rycerskiego im. Albrechta Habsburga w Sztumie.	GSK181
Marzena Zawisza , dyrektor Zespołu Szkół Zawodowych im. Stanisława Staszica, Barlewicki - nominacja za zorganizowanie XIV Ogólnopolskiego Pleneru Malarckiego; za propagowanie dobrej kulturalnej marki regionu w 2025 roku.	GSK183
Działalność społeczna i charytatywna	
Ewa Cebula , dyrektor Zespołu Szkół im. Jana Kasprowicza, Sztum - nominacja za zorganizowanie spektaklu „Nie tylko Przemek”, który poruszał temat strajków w Stoczni Gdańskiej i tragicznej historii Grzegorza Przemyka.	GSC170
Katarzyna Komorowska , kierownik Warsztatów Terapii Zajęciowej, Dzierzgori - nominacja za zorganizowanie pikniku rodzinnego, który cieszył się powodzeniem wśród mieszkańców Dzierzgonia.	GSC172
Ryszard Kozakiewicz , właściciel Cukierni Ciacho, Sztum - nominacja za budowanie lokalnych więzi w roku 2025 - m.in. ufundowanie wielkiego tortu dla mieszkańców Sztumu z okazji rocznicy powstania miasta.	GSC174
Ewelina Miernikiewicz , prezes Sztumskiego Stowarzyszenia Muzycznego, Sztum - nominacja za pozyskanie środków ze starostwa powiatowego na warsztaty Gospel w Sztumie; za budowanie dobrej kulturalnej marki w regionie.	GSC171
Monika Milkicka , prowadząca na Facebooku profil Powiaślańska szyszka, Sztum - nominacja za inicjatywę i organizację rodzinnych spotkań w Leśniczówce Wilki.	GSC173
Arkadiusz Piróg , prezes fundacji KF Format Sztum, Sztum - nominacja za zorganizowanie turnieju Format Mółlky Cup, który odbył się w Sztumie.	GSC168
Arkadiusz Treć , prezes OSP, Stary Targ - nominacja za działania na rzecz lokalnej społeczności w roku 2025.	GSC169
Działalność społeczna i charytatywna	
Paulina Berk , właścicielka salonu fryzjerskiego Butterfly, Dzierzgori - nominacja za profesjonalne podejście do klientów, kompetencje i dużą liczbę pozytywnych opinii.	GSB144
Maciej Borsuk , prezes zarządu firmy RAF sp. z o.o., Sztum - nominacja za zaangażowanie w ciągły rozwój firmy i tworzenie nowych miejsc pracy.	GSB143

Anieli Grzywińska , właścicielka salonu fryzjerskiego U Anieli, Mikołajki Pomorskie - nominacja za pasję i profesjonalizm w prowadzeniu salonu fryzjerskiego, tworzenie wyjątkowej atmosfery dla klientów oraz dbałość o najwyższą jakość usług potwierdzoną licznymi pozytywnymi opiniami.	GSB.140
Tomasz Jakóbczyk , właściciel kwiatarni Kamelia, Sztum - nominacja za bardzo duży wybór kwiatów, realizację zamówień telefonicznych oraz zatrudnienie doświadczonych florystek, dzięki którym kwiatarnia Kamelia postrzegana jest jako najlepsza w Sztumie.	GSB.146
Ryszard Kozakiewicz , właściciel Cukierni Ciacho, Sztum - nominacja za prowadzenie interesu od ponad 45 lat, za wyroby cukierni, które cieszyły się wielkim wzięciem wśród klientów także w 2025 roku; za budowanie dobrej marki gospodarczej regionu.	GSB.145
Agnieszka Mackiewicz , dyrektor Powiatowego Urzędu Pracy w Sztumie z siedzibą w Dzierzgoniu, Dzierzgoń - nominacja za zorganizowanie spotkania dla menedżerów, przedsiębiorców i specjalistów HR w Sztumskiej Wsi.	GSB.139
Jack Szarycki , prezes zarządu firmy Fobos One sp. z o.o., Sztum - nominacja za nowości wprowadzane w asortymencie opakowań dla przemysłu spożywczego oraz tworzenie miejsc pracy.	GSB.142

Biznes i przedsiębiorczość

Bożena Andrzejewska , dyrektor Zespołu Szkół im. Rodziny Donimirskich, Czernin - nominacja za zorganizowanie egzaminu na kartę rowerową dla uczniów szkoły i mieszkańców Czernina; za propagowanie bezpiecznych rozwiązań w ruchu drogowym.	GSP.144
Sławomir Buzanowski , dyrektor Gminnego Centrum Kulturalno Bibliotecznego, Stary Dzierzgoń - nominacja za zorganizowanie jubileuszu 75-lecia Gminnej Biblioteki Publicznej w Starym Dzierzgoniu; za propagowanie czytelnictwa w 2025 roku.	GSP.150
Ewelina Łęgowska , dyrektor Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie, Sztum - nominacja za realizację projektu Działajmy razem przeciw przemocy - sieć współpracy instytucji w Powiecie Sztumskim.	GSP.145
Jolanta Masny-Olech , dyrektor Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego im. Krystyny Jankowskiej, Uśnice - nominacja za zorganizowanie Pikniku Biegowego Razem dla Autyzmu; za działania mające na celu wsparcie i rozwój dzieci z autyzmem oraz ich rodziców.	GSP.146
Piotr Spizewski , rzecznik prasowy Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej, Sztum - nominacja za zorganizowanie powiatowego etapu Turnieju Wiedzy Pożarniczej w Sztumie.	GSP.149
Krystyna Szafrńska , prezes Stowarzyszenia Pomocy Osobom Przewlekłe Chorym Dar Serca, Sztum - nominacja za wielkie serce i akcje pomocowe w roku 2025; za wspieranie osób starszych, chorych i samotnych.	GSP.200
Marta Zarańska , radna Powiatu Sztumskiego, dyrektorka Biura Poselskiego Katarzyny Kotuli, wiceprzewodnicząca Pomorskiej Nowej Lewicy, wiceprzewodnicząca Zarządu Krajowego Młodej Lewicy, Sztum - nominacja za konsekwentną działalność publiczną na rzecz mieszkańców powiatu sztumskiego oraz Pomorza. Za aktywne reprezentowanie interesów lokalnej społeczności. Za wzmacnianie postaw obywatelskich oraz promocję wartości takich jak równość, sprawiedliwość społeczna i solidarność. Za budowanie mostów między samorządem, polityką krajową i aktywizmem społecznym.	GSP.208
Krystian Zdziennicki , radny, historyk i regionalista, Sztum - nominacja za zorganizowanie w Bibliotece Kwadro Sztumskiego Centrum Kultury spotkania z dr. Arkadiuszem Welniakiem, który podzielił się swoimi badaniami i refleksjami na temat powojennej sytuacji demograficznej na Powiślu.	GSP.147
Magdalena Zimińska-Salek , dyrektor Zespołu Szkół, Gościszewo - nominacja za zorganizowanie turnieju tenisa stołowego z okazji 107. rocznicy odzyskania niepodległości.	GSP.148

POWIAT TCZEWSKI	
Kultura	
Piotr Bolc , pisarz, Tczew - nominacja za nową książkę Cisza po strzale, która w fabule zawiera tczewskie motywy; za wkład w rozwój czytelnictwa i kulturalną promocję regionu.	GSK.191
Maciej Misza Borowicz , kompozytor, animator kultury, kierownik artystyczny Chóru Juventus, wiceprezes Stowarzyszenia Juventus, Tczew - nominacja za bycie pomysłodawcą projektu Kołędowe Mosty, łączącego chóry z powiatu tczewskiego. Za skomponowanie dwóch tczewskich kołęd: „Pontifex i „Raz w roku oraz za stworzenie spektaklu „Pieśni Czarnych Niewolników.	GSK.230
Izabela Chyła , prowadząca chór Pasja, Gniew - nominacja za udział w międzynarodowym konkursie, za pasję działania i budowanie dobrej kulturalnej marki regionu; za pokazywanie, że w muzyce jest moc.	GSK.187
Anna Czyżewska , dyrektor Centrum Kultury i Biblioteki Publicznej, Gniew - nominacja za zorganizowanie pełnej atrakcji Nocy Bibliotek, która przyciągnęła mieszkańców w różnym wieku do wspólnego świętowania.	GSK.185
Alicja Falińska , uczennica II Liceum Ogólnokształcące im. Jana III Sobieskiego, Tczew - nominacja za zajęcie I miejsca w konkursie Niezapominajka, udział w projekcie Amerykańska Modlitwa, zajęcie II miejsca w turnieju open mic w Grand Club Paris, współpracę z warszawską fundacją JoseSong, w tym za wydanie singla i udział w organizowanych przez fundację koncertach.	GSK.204

Wojciech Górski , współzałożyciel gniewskiego zespołu folklorystycznego Burczybas, nauczyciel muzyki w Szkole Podstawowej nr 1 i w Szkole Podstawowej nr 2, Gniew - nominacja za propagowanie kultury regionu, gwary kociewskiej i lokalnych tradycji. Za działania na rzecz zachowania unikatowej kultury Kociewia oraz przekazywania jej młodszym pokoleniom.	GSK.193
Magdalena Krzemińska , właścicielka Bawialni Delfinek, Tczew - nominacja za stworzenie miejsca o rodzinnym, kameralnym charakterze, które odbiega od standardowych dużych placówek.	GSK.211
Henryk Kudzio , artysta malarz, grafik, Tczew - nominacja za edukację w dziedzinie sztuki i możliwość obcowania z kulturą wysoką.	GSK.186
Janusz Landowski , prezes Towarzystwa Miłośników Ziemi Tczewskiej, Tczew - nominacja za organizację XVII Festiwalu Twórczości Kociewskiej im. Romana Landowskiego.	GSK.188
Krzysztof Okupski , członek zespołu Nocny Pociąg, Tczew - nominacja za reaktywację grupy Nocny Pociąg, za premierę nowej płyty Ważne nieważne , która jest wynikiem pasji i dojrzałości artystycznej.	GSK.190
Agata Sowa , instruktorka wokalna w Centrum Kultury i Sztuki, Tczew - nominacja za pasję i zaangażowanie w edukację dzieci i młodzieży oraz za działalność kulturalną i wkład w rozwój artystyczny miasta.	GSK.209
Karol Świtała , uczeń I Liceum Ogólnokształcące im. Marii Skłodowskiej-Curie, Tczew - nominacja za przetłumaczenie i wydanie w języku polskim tomiku poezji amerykańskiego artysty Jima Morrisona pt. Amerykańska Modlitwa, a także za zebranie i koordynację grupy muzyków i artystów, tczewskich licealistów, którzy wspólnie przygotowali i wystawili na deskach Centrum Kultury i Sztuki spektakl Amerykańska Modlitwa.	GSK.205
Jarosław Wojciechowski , dyrektor Centrum Kultury i Sztuki, Tczew - nominacja za jubileusz 50-lecia działalności jednostki w miejskiej przestrzeni; za budowanie dobrej kulturalnej marki regionu w 2025 roku.	GSK.189

Działalność społeczna i charytatywna

Anna Citekowska , działaczka społeczna, pracownik w Zesple Placówek Specjalnych, Tczew - nominacja za bezinteresowną pomoc bez błysków fleszy. Za zbiórki charytatywne, aktywizowanie ludzi wokół szlachetnych celów, a także pomoc niesioną w domach.	GSC.175
Joanna Dębska , prezes fundacji Esyfloresy, Tczew - nominacja za tworzenie bezpiecznej przestrzeni, w której niestraszne są zaburzenia rozwojowe dzieci.	GSC.178
Wojciech Drzeżdżon , doradca zawodowy, Instytut Pedagogiczno-Zawodowy Wojciech Drzeżdżon, Tczew - nominacja za zaangażowanie w akcje pomocowe i społeczne - za integrację lokalnej społeczności wokół wartościowych projektów w roku 2025.	GSC.228
Lucyna Gwizdałska , prezes stowarzyszenia Prosto z Serca, Tczew - nominacja za aktywne działanie sklepu charytatywnego Szafa Serc w 2025 roku.	GSC.181
Joanna Jabłońska , prezes Fundacji Jedynka Dzieciom, Pelplin - nominacja za organizację charytatywnego koncertu dla Hani; za integrację lokalnej społeczności wokół szlachetnego celu.	GSC.179
Anna Karaś , prezes Fundacji Wieloprofilowego Usprawniania OD NOWA, Tczew - nominacja za zaangażowanie w Klubie Młodzieżowym, realizującym projekt „Starszy Brat, Starsza Siostra” - cykl spotkań, w których dzieci w wieku szkolnym w spektrum autyzmu spotykają się z zaangażowaną młodzieżą pełniącą rolę starszego brata lub siostry.	GSC.176
Tomasz Korowaj , ratownik medyczny, właściciel FAN-TOM Ratownictwo Medyczne, Tczew - nominacja za zaangażowanie w wolontariat na rzecz innych; za organizowanie i prowadzenie darmowych szkoleń z pierwszej pomocy; za zajęcia z mieszkańcami w roku 2025.	GSC.184
Karolina Machlikowska , asystent osoby niepełnosprawnej, pracownik Zespołu Opiekuńczego MOPS, Tczew - nominacja za zaangażowanie na rzecz drugiego człowieka - za działania pomocowe w roku 2025.	GSC.227
Grzegorz Oszmana , komendant Hufca ZHP, Tczew - nominacja za wyremontowanie harcerskiej przystani wodnej we współpracy ze sponsorami i coroczne organizowanie Harcerskiego Dnia Dziecka dla mieszkańców Tczewa.	GSC.177
Mariusz Portjanko , prezes fundacji Kolory Życia, Tczew - nominacja za kompleksowy program, który pomoże kobietom wrócić na rynek pracy, zdobyć nowe kwalifikacje i doświadczenie, odzyskać pewność siebie i niezależność zawodową.	GSC.182
Laura Pstrong , działaczka społeczna, prezes Stowarzyszenia Czarodzieje Uśmiechu, Pelplin - nominacja za serce, oddawane niepełnosprawnym dzieciom i ich rodzeństwu. Za działania w stowarzyszeniu Czarodzieje Uśmiechu, które mobilizują obce osoby do pomagania i co roku na twarzach kilku tysięcy dzieci wywołują uśmiech.	GSC.180
Agnieszka Synowiec-Rybicka , nauczycielka w Szkole Podstawowej nr 8 im. Św. Wojciecha, Tczew - nominacja za koordynację działań lokalnych, za wolontariat i akcję „Tczew dla autyzmu” - za działania na rzecz tczewskiej społeczności w roku 2025.	GSC.226
Przemysław Szenrok , prezes stowarzyszenia Ogród Nadziei, Tczew - nominacja za akcję charytatywną „Ogród Nadziei 2025; za integrację lokalnej społeczności wokół szlachetnego celu.	GSC.183

Aby oddać głos, wyślij na nr **7303** SMS o treści wskazanej przy nazwisku nominowanej osoby (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Biznes i przedsiębiorczość

Jack Behrendt , właściciel Piekarni-Ciastkarni U Karola, Gniew - nominacja za dostarczanie tradycyjnych wypieków i tworzenie przyjaznych miejsc pracy; za budowanie w roku 2025 dobrej gospodarczej marki regionu.	GSB.149
Sławomir Hildebrandt , właściciel firmy Trawniki, Rzeżęcin - nominacja za prowadzenie firmy godnej zaufania zarówno wśród pracowników, jak i zadowolonych klientów.	GSB.154
Mirela Jaguścik , właścicielka baru Mlecznego Kociewiak, Tczew - nominacja za prowadzenie baru w klasycznym domowym stylu i za aktywną działalność w Radzie Gospodarczej.	GSB.152
Jakub Kukuła , właściciel Kukuła Healthy Food, Tczew - nominacja za regularne zapewnianie lodówki społecznej w Tczewie - działanie na rzecz dobra wspólnego w roku 2025.	GSB.150
Emilia Słomkowska , właścicielka salony fryzjerskiego Pracownia Fryzjerska ES, Tczew - nominacja za niesamowite umiejętności i realizowanie odważnych stylizacji, które wymarzą sobie klientki; za pasję i kreatywność działania w 2025 roku.	GSB.147
Monika Waruszewska , właścicielka Pracowni Artystycznej NIEZAPOMNIANE, Tczew - nominacja za prowadzenie biznesu z pasją i aktywną działalność w Radzie Gospodarczej przy prezydencji Tczewa; za budowanie dobrej marki regionu w roku 2025.	GSB.153
Iwona Zielińska , dr n. med. właścicielka Kliniki Rehabilitacji, Tczew - nominacja za możliwość rehabilitacji ortopedycznej pod okiem profesjonalistów; za budowanie dobrej marki na mapie ochrony zdrowia w regionie.	GSB.148
Katarzyna Zielińska , właścicielka Delikatesów Mickiewicza, Tczew - nominacja za zbudowanie dobrej marki na tczewskim rynku biznesowym; za bogaty asortyment w lokalnym sklepie, który każdego dnia przyciąga klientów oraz za tworzenie miejsc pracy.	GSB.151

Polityka, samorządność i społeczność lokalna

Maria Banna , koordynatorka działań teatralnych w Teatrze TUTW, Tczew - nominacja za kolejny sukces teatralny studentów UTW - wyróżnienie w kategorii małe formy teatralne podczas X Oświęcimskich Spotkań Artystycznych Seniorów.	GSP.155
Przemysław Bieliński , prezes Decka Pelplin, Pelplin - nominacja za otwartość na młodych zawodników, którzy szlifują nie tylko sportowe talenty, ale także charaktery.	GSP.157
Natalia Blok , prezes KS Błoczek Team Pelplin, Pelplin - nominacja za upowszechnianie sportu wśród dzieci i młodzieży w roku 2025.	GSP.156
Dariusz Eckert , radny, Pelplin - nominacja za zaangażowanie i konsekwentne działania na rzecz rozwoju lokalnej społeczności. Za otwartość na dialog z mieszkańcami; za budowanie dobrej marki samorządu.	GSP.202
Bogusław Galasiewicz , prezes stowarzyszenia Amazonki, Tczew - nominacja za całoroczne wspieranie kobiet na wielu płaszczyznach - od rehabilitacji, ćwiczeń, przez spotkania z ekspertami i edukację młodych kobiet.	GSP.152
Krystyna Gierszewska , prezes stowarzyszenia Kociewskie Forum Kobiet, Lignowy Szlacheckie - nominacja za organizację XV Sympozjum Kulinarnego - O jeściu na Kociewiu. Za udaną promocję regionu w roku 2025.	GSP.154
Tomasz Kajzer , prezes stowarzyszenia Tczew Dobry, Tczew - nominacja za prowadzenie klubów sąsiedzkich, które integrują mieszkańców oraz za niesienie pomocy w punktach konsultacyjnych.	GSP.158
Iwona Kordys , nauczycielka w Szkole Podstawowej nr 11 im. Mikołaja Kopernika, Tczew - nominacja za opiekę nad młodzieżą w w Klubie Młodzieżowym Przysiań przy ul. Kasztanowej, poza tym udzielanie się w punkcie konsultacyjnym ds. uzależnień Okno, w Stowarzyszeniu Terapii i Profilaktyki Szkolnej Przemiana; za pracę z osobami uzależnionymi od alkoholu.	GSP.153

POWIAT WEJHEROWSKI	
Kultura	
Beata Awskiukiewicz , wicedyrektor Szkoły Podstawowej nr 10 im. Jana Brzechwy, Rumia - nominacja za budowanie dobrej marki edukacyjnej w roku 2025; za zaangażowanie na rzecz oświaty i rozwój kultury.	GSK.195
Bartek Henryk Glaza , rysownik, ilustrator, Wejherowo - nominacja za twórczość, obejmującą komiksy, ilustracje oraz podręczniki do rysowania, za to, wprowadzanie w świat pełen subtelnych form i ekspresyjnych kontrastów. Za wystawę Archipelażki - niezwykłą podróż po wyspach wyobraźni artysty, która na długo pozostanie w pamięci odwiedzających.	GSK.236
Benita Grzenkowicz-Ropela , historyk sztuki i etnograf, starszy kustosz Muzeum Piśmiennictwa i Muzyki Kaszubsko-Pomorskiej, Wejherowo - nominacja za zorganizowanie wystawy o rodzie von Keyserlingk pn. „Twój dom jest tam, gdzie zaczyna się Twoja historia”.	GSK.196
Bogdan Karczewski , mistrz rzeźbiarstwa, Łęczyce - nominacja za wykonanie największej na świecie tabakiery; za niebanalną promocję regionu w roku 2025.	GSK.197
Krystyna Kotłowska , p.o. dyrektora Gminnej Biblioteki Publicznej im. Leona Roppla, Luzino - nominacja za skuteczne zarządzanie biblioteką gminną oraz zaangażowanie w obchody 780-lecia Luzina.	GSK.200

PEŁNA LISTA NOMINOWANYCH

Krzysztof Kreft , wokalista, aktor, autor tekstów piosenek, Reda - nominacja za twórczość artystyczną - za singiel „Breaking free”, poruszający temat przemocy domowej. Za utwór, który spotkał się z pozytywnym odbiorem nie tylko w Polsce, lecz także za granicą – pojawiając się na playlistach radiowych m.in. we Włoszech.	GSK.228
Jan Plata-Przechlewski , członek Gdańskiego Klubu Fantastyki i redaktor naczelny Informatora GKF, Wejherowo - nominacja za pasję i kreatywność, które przyczyniły się do rozkwitu polskiej fantastyki, za twórczość, która inspiruje kolejne pokolenia twórców i fanów. Za komiksy miejskie, rysunki do jubileuszowych antologii oraz liczne ilustracje i teksty publicystyczne, które ukazały się w mediach i publikacjach tematycznych.	GSK.237
Rafał Plotka , dyrektor Gminnego Ośrodka Kultury, Luzino - nominacja za organizację wielu wydarzeń na 780-lecie Luzina; za integrację lokalnej społeczności.	GSK.203
Jolanta Różyńska , dyrektor Wejherowskiego Centrum Kultury, Wejherowo - nominacja za nieustający rozwój Wejherowskiego Centrum Kultury w roku 2025 i skuteczne nim zarządzanie już od 20 lat.	GSK.198
Aleksandra Sielicka , p.o. dyrektora Muzeum Piśmiennictwa i Muzyki Kaszubsko-Pomorskiej, Wejherowo - nominacja za skuteczne prowadzenie muzeum oraz rozpropagowywanie kultury kaszubskiej w regionie.	GSK.194
Karolina Szczepańska , dyrektor Yamaha Music School w Wejherowie, prezes chóru Cantores Veiherovienses, dyrygentka chórów Wiolinki i Śpiewające Pluszaki, nauczycielka muzyki w Szkole Podstawowej Sióstr Zmartwychwstańek, Wejherowo - nominacja za wieloletnią działalność na polu animacji lokalnej kultury, integracji środowisk, organizacji wydarzeń. Za społeczną pracę w zarządzie chóru Cantores Veiherovienses i zaangażowanie w jego rozwój. Za założenie i prowadzenie kilku chórów dziecięcych, krzewienie kultury wśród najmłodszych. Za nieustanny rozwój osobisty i zawodowy w roku 2025.	GSK.199
Magdalena Szymańska , przewodnicząca KGW, Szemud - nominacja za propagowanie kultury regionu i integrację lokalnej społeczności poprzez wytrwałą działalność koła gospodyń wiejskich.	GSK.202
Krzysztof Zdunkowski , założyciel i członek grupy Tempore Militum, Wejherowo - nominacja za promowanie i naukę historii poprzez działalność w grupie rekonstrukcyjnej.	GSK.201
Działalność społeczna i charytatywna	
Ewa Bergmann , prezes Stowarzyszenia Szansa dla Nas, Przewodnicząca KGW Łężyckie Białki, Radna Gminy Wejherowo, Łężyce - nominacja za działalność w stowarzyszeniu Szansa dla Nas. Za prace na rzecz rozwoju miejscowości. Za pomoc niesioną potrzebującym. Za zapoczątkowanie we wsi organizacji WOŚP i Szlachetnej Paczki, które wpisały się na stałe w kalendarz regionalnych akcji.	GSC.186
Karolina Bławat-Mieniłk , prezes Fundacji Moc Serc, Wejherowo - nominacja za działania w fundacji Moc Serc, która wspiera osoby z niepełnosprawnością; za wielkie serce i projekty pomocowe, realizowane w 2025 roku.	GSC.190
Sebastian Browarczyk , menadżer UKS Jedyńka Reda, Reda - nominacja za tytuł inicjatora wielu przedsięwzięć charytatywnych, a także za organizację największego mityngu lekkoatletycznego w Polsce dla dzieci i młodzieży, który odbywa się corocznie w Redzie.	GSC.194
Paulina Chyzinska , koordynatorka Grupy SIM PCK, Wejherowo - nominacja za działania wolontariackie na terenie Pomorza. Za prowadzenie grupy młodzieżowej SIM PCK Wejherowo, przy pomocy której powstaje wiele inicjatyw: nauczanie pierwszej pomocy, projekty ekologiczne, szkolenia dla młodzieży, ratownictwo i poszukiwania osób zaginionych.	GSC.233
Janina Frey , prezes Stowarzyszenia Amazonek, Wejherowo - nominacja za wytrwałą działalność, promowanie badań profilaktycznych i pomoc kobietom w powrocie do zdrowia.	GSC.189
Tadeusz Haase , prezes Stowarzyszenia Mieszkańcy Dzieciom, Dobrzewino - nominacja za ogromne oddanie oraz nieustanne prowadzenie przez stowarzyszenie Społecznej Szkoły Podstawowej z Przedszkolem Dobrzewino-Karczemki.	GSC.195
Artur Jakusz , pedagog, instruktor pływania, Wejherowo - nominacja za wielkie oddanie w pracy z osobami z niepełnosprawnością intelektualną.	GSC.185
Zenia Kołodziejska , członek zarządu Stowarzyszenia Wejherowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku, Wejherowo - nominacja za wielkie zaangażowanie w działalność i rozwój wejherowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku.	GSC.197
Gabriela Konarzewska , dyrektor Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej, Rumia - nominacja za skuteczną pomoc i zaangażowanie w funkcjonowanie placówki pomocowej w Rumii.	GSC.187
Katarzyna Konopińska-Karbownik , nauczycielka Szkoły Podstawowej nr 9 im. Józefa Wybickiego, Wejherowo - nominacja za zaangażowanie w wolontariat i akcje pomocowe; za energię i charyzmę.	GSC.229
Wojciech Kuziel , działacz społeczny, Bolszewo - nominacja za działania na rzecz społeczności lokalnej i organizację imprez i wydarzeń w roku 2025 - m.in. Charytatywnego Turnieju Piłki Nożnej z okazji rocznicy Zaślubin Polski z Morzem w Bolszewie.	GSC.196
Iwona Mostowska , kierownik Klubu Integracyjnyjny TAO, Wejherowo - nominacja za pracę charytatywną na rzecz osób z niepełnosprawnościami, łączenie ludzi we wspólnym działaniu i skuteczne prowadzenie Integracyjnego Klubu dla Rodziców i Dzieci TAO Fundacji Wspierania Razem po Sukces oraz zaangażowanie w działania innych stowarzyszeń i fundacji na rzecz osób z niepełnosprawnymi w Wejherowie i w powiecie wejherowskim.	GSC.188

Mariusz Pionk , członek grupy społecznej Razem dla Ciebie, Wejherowo - nominacja za niesienie pomocy osobom potrzebującym poprzez organizację wydarzeń charytatywnych, z których dochód przeznaczany jest na leczenie i rehabilitację osób w trudnej sytuacji zdrowotnej.	GSC.215
Róża Plenkiewicz , wiceprezes Stowarzyszenia Rodzicielstwa Zastępczego Nasze Gniazdo, Wejherowo - nominacja za wprowadzanie i promowanie inicjatyw społecznych związanych z wolontariatem rodzicielstwa zastępczego. Za akcje pomocowe w roku 2025.	GSC.230
Beata Roszman , wiceprezes Fundacji Moc Serc, Wejherowo - nominacja za wyjątkową pracę na rzecz szerzenia wiedzy o problemach osób niepełnosprawnych - za działania na rzecz ich aktywizacji w roku 2025.	GSC.232
Krzysztof Sapięha , wolontariusz, wykładowca Uniwersytetu Trzeciego Wieku, Wejherowo - nominacja za ogromne zaangażowanie na rzecz seniorów oraz pomoc w ich aktywizacji w roku 2025.	GSC.192
Mateusz Syposz , prezes Parafialnego Zespołu Caritas przy parafii Św. Leona Wielkiego, Wejherowo - nominacja za tytuł inicjatora i pomysłodawcy akcji charytatywnej Łódź Dobrych Serc na rzecz Wejherowskiego Hospicjum Domowego pw. Św. Judy Tadeusza w Wejherowie, która odbyła się 12 października 2025.	GSC.193
Polityka, samorządność i społeczność lokalna	
Szymon Borodziuk , prezes zarządu Sim-Med, Bolszewo - nominacja za skuteczną działalność firmy oraz zaangażowanie w wiele akcji charytatywnych i pomocowych.	GSB.162
Lilianna Breen , właścicielka Hair & Scalp Trycholog, Wejherowo - nominacja za prężny rozwój działalności gospodarczej w 2025 roku; za indywidualne podejście do potrzeb klientek i klientów i budowanie solidnej marki w branży usługowej.	GSB.177
Daniel Derkowski , właściciel i założyciel firmy PPHU Derkowski, Bolszewo - nominacja za szeroki zakres usług budowlanych i udane realizacje w 2025 roku, za solidność i terminowość, co czyni, że jest to jedna z wiodących marek na Pomorzu północnym.	GSB.157
Stanisław Kowalewski , właściciel Przedsiębiorstwa Produkcyjno-Usługowego BAKS Stanisław Kowalewski, Głazica - nominacja za ugruntowanie pozycji rynkowej przedsiębiorstwa, które obsługuje największe pomorskie inwestycje oraz realizowanie hasła, że największą wartością przedsiębiorstwa stanowią wieloletni pracownicy.	GSB.161
Bartosz Krzyżanowski , właściciel firmy Prym Pokrycia Dachowe, Gościcino - nominacja za prężny rozwój firmy, którą chwalą sobie budujący się mieszkańcy z całego powiatu i nie tylko; za budowanie dobrej gospodarczej marki regionu.	GSB.156
Andrzej Lechowski , członek zarządu Advert sp. z o.o., Dobrzewino - nominacja za nieustający rozwój lokalnej firmy, rozpoznawanej już nawet poza granicami regionu.	GSB.155
Jarosław Podsiadło , pełnomocnik Burmistrza ds. Obsługi Inwestora, Rumia - nominacja za przygotowywanie i prowadzenie ważnych projektów miejskich - zwłaszcza z tych o charakterze rozwojowym i infrastrukturalnym, wpływających na działalność gospodarczą miasta oraz jego planowanie przestrzenne.	GSB.166
Krzysztof Schmidtke , właściciel firmy Ekobudowlanka, Wejherowo - nominacja za realny wpływ na rozwój lokalnego rynku OZE i magazynowania energii. Skuteczną edukację, wdrażanie nowoczesnych technologii i pokazywanie, jak budować niezależność energetyczną w praktyce. Łączenie biznesu z misją, podnosząc standardy jakości, bezpieczeństwa i świadomości energetycznej.	GSB.159
Lucyna Szreder , właścicielka biura rachunkowego Sabiduria, Wejherowo - nominacja za wysoką jakość oferowanych usług w roku 2025, indywidualne podejście do potrzeb i oczekiwań klientów oraz budowanie dobrej marki w powiecie wejherowskim.	GSB.160
Jerzy Śliwa , właściciel firmy Śliwa Plastic Injection Moulding, Kielno - nominacja za zaangażowanie w rozwój biznesu opartego na wartościach rodzinnych, innowacyjności i zrównoważonym rozwoju; za dostarczanie najwyższej jakości rozwiązań w przetwórstwie tworzyw sztucznych.	GSB.158
Dorota Więckowska , właścicielka i instruktorka szkoły tańca Dora Dance, Gościcino - nominacja za łączenie ducha przedsiębiorczości z duchem artystycznym; za rozmaitowanie dzieci, młodzieży i dorosłych w sztuce tańca, za odkrywanie, a następnie profesjonalne kształcenie talentów.	GSB.176
Kultura	
Rafał Cirocki , softys, Strzebielino-Osiedle - nominacja za działania na rzecz lokalnej społeczności. Za angażowanie się w organizację różnorodnych wydarzeń dla mieszkańców, za integrację i rozwój lokalnej społeczności w 2025 roku.	GSP.213
Rafał Freitag , trener w GOSRIT, Luzino - nominacja za zajęcia i aktywności sportowe dla mieszkańców młodszych i starszych - za budowanie dobrej marki regionu.	GSP.189
Zenon Hınca , komendant Straży Miejskiej, Wejherowo - nominacja za wkład w poprawę bezpieczeństwa w mieście - za działania na rzecz lokalnej społeczności w roku 2025.	GSP.197
Ryszard Kalkowski , wójt, Szemud - nominacja za zorganizowanie Światowego Złotu Kaszubów oraz gminnych dożynek; za udaną integrację mieszkańców w roku 2025.	GSP.164
Ryszard Kostuch , softys, Szemud - nominacja za ogromne zaangażowanie w życie lokalnej społeczności oraz organizację dużych wydarzeń na terenie sołectwa.	GSP.165
Wioletta Majer-Szreder , wójt gminy, Gniewino - nominacja za sprawne wejście w nową rolę wójta i ożywienie gminy akurat na jubileusz jej 80-lecia.	GSP.167

PLEBISCYT

Aby oddać głos, wyślij na nr **7303** SMS o treści wskazanej przy nazwisku nominowanej osoby (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

Tadeusz Marciński , właściciel Dobry Zabieg - Podologia i Biomechanika, Wejherowo - nominacja za skuteczne promowanie morsowania, jako ciekawej i korzystnej dla zdrowia aktywności oraz zrzeszanie w ten sposób lokalnej społeczności.	GSP.166
Marcin Mutka , właściciel Szkoła Języków Obcych Five Stars, działacz społeczny, Luzino - nominacja za działalność na rzecz lokalnej społeczności w roku 2025; za budowanie dobrej marki Luzina i Kaszub.	GSP.162
Alicja Potrykus , softys, Milwino - nominacja za skuteczne ożywienie oraz integrację lokalnej społeczności Milwina i okolic.	GSP.159
Wioleta Przybojewska-Antosik , radna gminy Szemud, radna sołectwa Bojano, Bojano - nominacja za konsekwentne zaangażowanie w sprawy mieszkańców: za działania, które realnie poprawiają jakość życia lokalnej wspólnoty i budują zaufanie społeczne.	GSP.196
Mateusz Richert , burmistrz, Reda - nominacja za prężny rozwój miasta w roku 2025 i stopniowe czynienie go bardziej przyjaznym dla samych mieszkańców.	GSP.163
Jerzy Sychowski , softys, Donimierz - nominacja za wielkie zaangażowanie mieszkańców sołectwa w organizację hucznych dożynek gminnych.	GSP.160
Bartłomiej Szreder , organizator eventów sportowych, instruktor, pasjonat sportu, Wejherowo - nominacja za organizację lokalnych wydarzeń sportowych; za promocję zdrowego trybu życia i integrację mieszkańców wokół wydarzeń sportowych.	GSP.188
Katarzyna Żyłowska , softys, Kamień - nominacja za skuteczną integrację mieszkańców poprzez różne wydarzenia lokalne.	GSP.161
Działalność społeczna i charytatywna	
dr Maria Aleksandrowicz , zastępczyni dyrektora ds. kształcenia i studentów Instytutu Pedagogiki i Psychologii Uniwersytetu Pomorskiego, Słupsk - nominacja za wkład merytoryczny oraz aktywność podczas kongresu International Congress on Education of the Gifted (IGATE) i otrzymanie wyróżnienia Certificate of Appreciation.	GSN.32
Mateusz Baluk , doktorant, nauczyciel akademicki Wydziału Chemii na Uniwersytecie Gdańskim, Gdańsk - nominacja za działania badawcze oraz aktywność popularyzatorską w obszarach ochrony klimatu, zrównoważonego rozwoju oraz rozwoju technologii środowiskowych. Za znaczący wkład w badania oraz edukację społeczną w zakresie przeciwdziałania zmianom klimatu i ekologicznej transformacji; za nagrodę Klimatyczny Człowiek Roku 2025 w kategorii Młody Naukowiec.	GSN.21
dr hab. Ewa Bandurska , prodziekan ds. jakości kształcenia i praktyk studenckich na Wydziale Nauk o Zdrowiu z Instytutem Medycyny Morskiej i Tropikalnej, Gdańsk - nominacja za działania w obszarze oceny technologii medycznych oraz powołanie do Agencji Oceny Technologii Medycznych i Taryfikacji.	GSN.35
dr hab. inż. Mikołaj Bartłomiejczyk , profesor uczelni w Katedrze Inżynierii Elektrycznej Transportu na Wydziale Elektrotechniki i Automatyki Politechniki Gdańskiej, Gdańsk - nominacja za wyróżnienie w rankingu World's Top 2% Scientists oraz wkład w badania z zakresu modeli zasilania sieci trolejbusowej.	GSN.44
prof. dr hab. inż. Robert Bogdanowicz , kierownik Katedry Metrologii i Optoelektroniki Politechniki Gdańskiej, Gdańsk - nominacja za badania w ramach projektu „Inżynieria heterodemieszkowanych nanostruktur diafitych wspomagana symulacjami do zastosowań mikroenergoelektronicznych”; za badania nad diafitem i magazynowaniem energii.	GSN.27
Agnieszka Bojko , dyrektor Zespołu Szkół Ekonomicznych im. ks. Janusza St. Pasierba, Tczew - nominacja za działania na rzecz rozwoju ZSE Tczew - za budowanie placówki, która ma nie tylko uczyć i wychowywać, ale także być blisko uczniów. Za budowanie dobrej edukacyjnej marki regionu.	GSN.48
dr Danuta Drywa , kierownik Działu Dokumentacyjnego Muzeum Stutthof, Sztutowo - nominacja za cykl wykładów i badania nad losem członków Tajnej Organizacji Gryf Pomorski, którzy trafili do KL Stutthof.	GSN.7
dr inż. Marcin Drzewiecki , adiunkt w Katedrze Automatyki Napędu Elektrycznego i Konwersji Energii na Wydziale Elektrotechniki i Automatyki Politechniki Gdańskiej, Gdańsk - nominacja za otrzymanie stypendium Ministra Nauki i Szkolnictwa Wzyszego dla wybitnych młodych badaczy w 2025, za prace nad automatyzacją wspierającą sektor morski, offshore i energiękę morską.	GSN.40
dr Piotr Fudziński , archeolog, kierownik Działu Wczesnej Epoki Żelaza w Muzeum Archeologicznym, Gdańsk - nominacja za niestrudzone badania najwcześniejszej historii Pomorza i propagowanie wiedzy na ten temat; za badania pradziejowych rytuałów pogrzebowych, m.in. urny domkowej odkrytej w naszym regionie.	GSN.24
dr Rafał Gajewski , ekspert Projektów Miejskich, pracownik Zakładu Geografii Społeczno-Ekonomicznej na Wydziale Nauk Społecznych Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk - nominacja za projekty związane z polityką regionalną i metropolitalną, w tym w szczególności koncepcją zarządzania wieloszczelbowego, rozwojem obszarów funkcjonalnych oraz rewitalizacją.	GSN.26
Mateusz Gutkowski , ordynator oddziału neurologicznego w Szpitalu Specjalistycznym im. J.K. Łukowicza, Chojnice - nominacja za organizację Europejskiego Dnia Mózgu, czyli spotkania podczas którego w łatwy i przystępny sposób opowiadano o udarze mózgu, jak się przed nim chronić i jakich objawów nie bagatelizować.	GSN.22
Krzysztof Horodecki , pomysłodawca wystawy Nie wahaj się, baw się, założyciel obserwatorium astronomicznego GSA, Gdynia - nominacja za pokazanie w Centrum Nauki Eksperyment siły nauki, za stworzenie intrygującej wystawy z wahadeł, za pokazanie, że do nauki nie są potrzebne wielkie urządzenia, a czasem proste doświadczenia niosą ze sobą dużo wiedzy, możliwości interakcji, wnioskowania i wyciągania ciekawych wniosków z eksperymentów.	GSN.15

PEŁNA LISTA NOMINOWANYCH

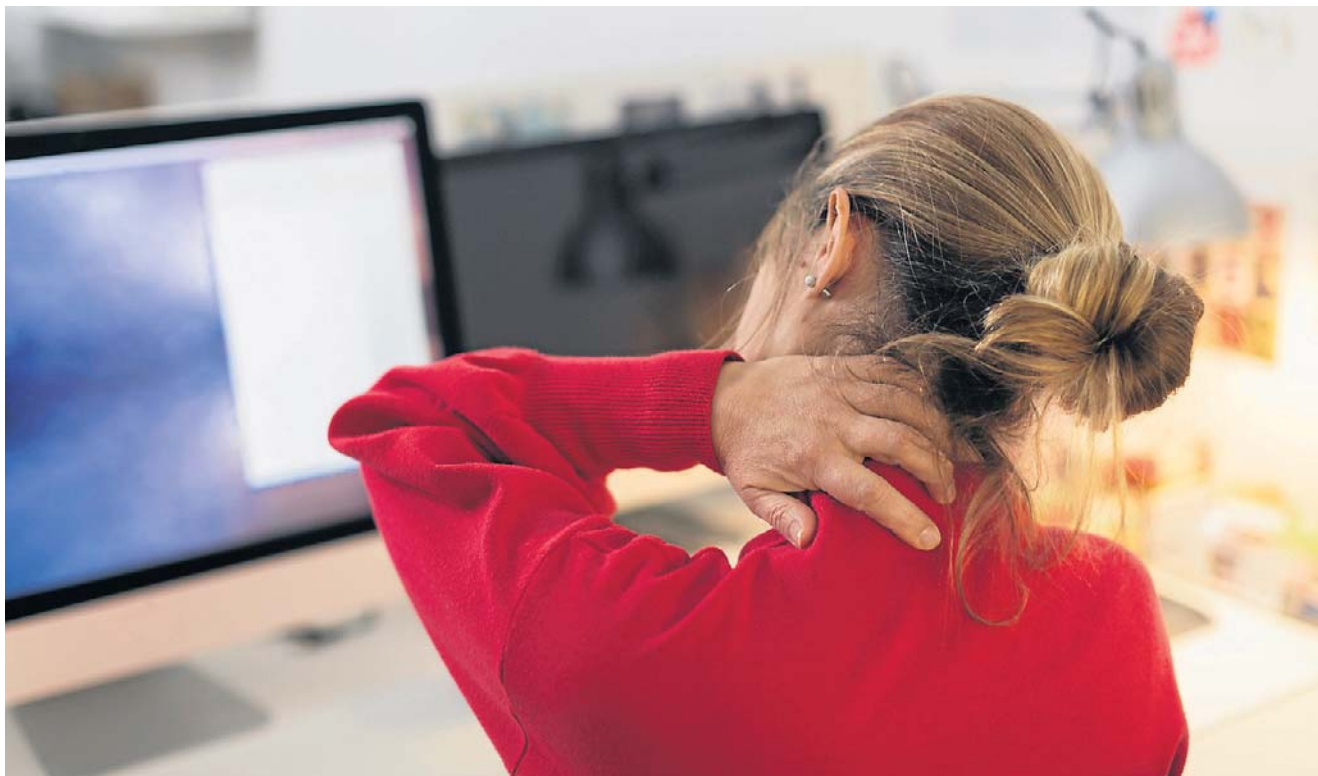
prof. dr hab. Michał Horodecki , profesor w Międzynarodowym Centrum Teorii Technologii Kwantowych, Gdańsk - nominacja za wkład w badania nad teorią informacji kwantowej oraz prace nad teorią splątania.	GSN.39
dr Łukasz Janowski , adiunkt w Zakładzie Oceanografii Operacyjnej w Instytucie Morskim, Gdynia - nominacja za projekt badawczy „VILAMAP: Projekt mapowania Zalewu Wiślanego. Podejście teledetekcyjne w wysokiej rozdzielczości dla lepszego zrozumienia środowiskowego i archeologicznego”, który ma na celu stworzenie szczegółowej i precyzyjnej mapy dna Zalewu Wiślanego.	GSN.18
Krzysztof Kaiser , nauczyciel akademicki Politechnika Gdańska, nauczyciel Powiatowego Zespołu Szkół nr 2, Kościerzyna - nominacja za działania na rzecz rozwoju nauki w Kościerzynie - za projekty z zakresu edukacji.	GSN.47
Irmína Kaproň , instruktorka i trenerka jazdy konnej prowadząca Stajnię Piccobello, Charzykowy - nominacja za podejście do dzieci - za zaangażowanie i spełnianie dziecięcych marzeń. Za edukację sportową i promocję jeździectwa.	GSN.46
dr Sylwia Klińska-Bąchor , biotechnolożka, badaczka i wykładowczyni Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk - nominacja za badania związane z metabolizmem lipidów roślin oraz za zaangażowanie w dydaktykę i popularyzację nauki w 2025 roku.	GSN.28
dr Agnieszka Kopacz , nauczycielka I Liceum Ogólnokształcące im. Marii Skłodowskiej-Curie z Oddziałami Mistrzostwa Sportowego, Sopot - nominacja za innowacyjne i skuteczne podejście do nauki, co zostało zauważone i docenione.	GSN.3
dr hab. Krzysztof Kornacki , filmoznawca, wykładowca akademicki Uniwersytetu Gdańskiego, Gdyriskiej Szkoły Filmowej, Gdańsk - nominacja za badania tematyki filmu polskiego i kultury audiowizualnej - za prace, które obejmują zarówno naukowe analizy dzieł filmowych, jak i kontekstów kulturowych, historycznych i religijnych obecnych w kinie oraz popularyzację wiedzy o filmie.	GSN.16
dr hab. Adela Kuik-Kalinowska , badaczka, profesor, Słupsk - nominacja za zdobycie Kaszubskiej Nagrody Literackiej Wiatr od Morza (2024) za dorobek naukowy oraz promocję wiedzy o kulturze i historii Pomorza na poziomie akademickim.	GSN.2
prof. dr hab. Adam Lesner , kierownik Pracowni Analityki i Nanodiagnostyki Biochemicznej UG, Gdańsk - nominacja za kierowanie pracami badawczymi, które doprowadziły do opracowania metody diagnostycznej, polegającej na bezpośrednim pomiarze aktywności dwóch enzymów proteolitycznych w moczu, poprzez użycie związków chemicznych. Wynalazek może zostać zastosowany w diagnozie powikłań cukrzycy już na bardzo wczesnym etapie.	GSN.1
prof. dr hab. Krzysztof Liberek , profesor, kierownik Zakładu Biochemii Białek na Międzyuczelnianym Wydziale Biotechnologii Uniwersytetu Gdańskiego i Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego, Gdańsk - nominacja za wkład w badania z zakresu biochemii białek oraz otrzymanie Nagrody Naukowej Rektora Uniwersytetu Gdańskiego im. Profesora Karola Taylora.	GSN.34
dr inż. Wiktoria Lipińska , adiunkt w Instytucie Maszyn Przepływowych im. Roberta Szewalskiego PAN, Gdańsk - nominacja za pracę nad przekształcaniem odpadów spożywczych w materiał do sensorów oraz wyróżnienie przez Royal Society of Chemistry (RSC).	GSN.31
prof. dr hab. Józef Adam Liwo , profesor na Wydziale Chemii Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk - nominacja za osiągnięcie jednego z najlepszych wyników cytowań według World's Best Scientists 2025' na Uniwersytecie Gdańskim.	GSN.38
Lech Łopuski , historyk sztuki, adiunkt, opiekun zbiorów Pracowni Mebli Oddziału Sztuki Dawnej Muzeum Narodowego, Gdańsk - nominacja za prace i projekty w zakresie historii kolekcji muzealnych, rzemiosła artystycznego oraz dawnego wyposażenia domów mieszczańskich; za wystawy prezentujące sztukę użytkową; za wykład (Nie)zapomniane: Pruski Michał Anioł? Rudolf Siemering i jego gdański model.	GSN.17
dr inż. Karolina Makowska-Jarosik , adiunkt w Katedrze Geodezji na Wydziale Inżynierii Lądowej i Środowiska Politechniki Gdańskiej, Gdańsk - nominacja za publikacje z zakresu fotogrametrii i modelowania 3D oraz zdobycie wraz z kołem naukowym Hevelius III miejsca w konkursie Geoforum.pl.	GSN.43
prof. dr hab. Natalia Marek-Trzonkowska , dyrektor Międzynarodowego Centrum Badań nad Szczepionkami Przeciwnowotworowymi na Uniwersytecie Gdańskim, Gdańsk - nominacja za przełomowe badania nad klinicznym zastosowaniem komórek odpornościowych, w tym terapiami z regulatorowymi limfocytami T w cukrzycy i immunoterapią raka płuca. Za prace, które zdobyły prestiżowe nagrody i wyróżnienia, a wyniki mają potencjał realnego wpływu na medycynę spersonalizowaną.	GSN.23
prof. dr hab. Jarosław Marszałek , profesor, kierownik Zakładu Biochemii Ewolucyjnej Międzyuczelnianym Wydziale Biotechnologii UG i GUMed, Gdańsk - nominacja za badania z zakresu biotechnologii, zachowań i funkcji białek.	GSN.42
dr inż. arch. Łukasz Pancewicz , nauczyciel akademicki w Katedrze Urbanistyki i Planowania Regionalnego Politechniki Gdańskiej, Gdańsk - nominacja za pracę w biurze A2P2, które zajmuje się rozwiązywaniem złożonych miejskich problemów; za udane projekty urbanistyczne (m.in. Stocznia Cesarska w Gdańsku).	GSN.19
dr Iwona Pawliczka , kierowniczka Stacji Morskiej Uniwersytetu Gdańskiego na Helu, Gdańsk - nominacja za badania i czynną ochronę bałtyckich ssaków; za realizację projektów w międzynarodowych zespołach naukowych oraz edukację, propagującą zrównoważone użytkowanie zasobów morza, w szczególności chroniącą jego różnorodność biologiczną.	GSN.8

dr hab. Karolina Pierzynowska , profesor UG z Katedry Biologii Molekularnej Wydziału Biologii Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk - nominacja za badania nad mechanizmem działania genisteiny w korekacji objawów choroby Huntingtona, co zostało także zauważone i docenione przez Polską Akademię Nauk.	GSN.12
dr Rafał Raczyński , adiunkt w Zakładzie Stosunków Międzynarodowych Instytutu Politologii Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk - nominacja za otrzymanie Nagrody Naukowej im. Ireny i Franciszka Skowyrów za rok 2025 oraz za wybitne badania nad Polonią, wkład w badania migracyjne i ich wpływ na regionalną politykę integracyjną.	GSN.49
prof. dr hab. Stanisław Rosiek , profesora w Zakładzie Polonistyki Stosowanej na Uniwersytecie Gdańskim, Gdańsk - nominacja za otrzymanie Nagrody Naukowej Rektora Uniwersytetu Gdańskiego im. Profesora Karola Taylora w dziedzinie nauk humanistycznych i społecznych.	GSN.33
prof. dr hab. med. Witold Rzyman , kierownik Katedry i Kliniki Chirurgii Klatki Piersiowej GUMed, Gdańsk - nominacja za wyjątkowe osiągnięcia w profilaktyce nowotworów złośliwych klatki piersiowej, co zaowocowało prestiżową nagrodą im. Josepha W. Cullena za Profilaktykę i Wczesne Wykrywanie Raka Płuc.	GSN.29
dr hab. inż. Piotr Samół , architekt, mediewista, historyk i konserwator architektury, pracownik akademicki w Katedrze Historii, Teorii Architektury i Konserwacji Zabytków na Wydziale Architektury Politechniki Gdańskiej., Gdańsk - nominacja za badania architektonicznych zabytków średniowiecznych i nowożytnych z obszaru Prus Królewskich oraz historii miast oraz za cztery monografie.	GSN.25
mgr Jurand Sobiecki , psycholog, biolog medyczny, doktorant i asystent w Zakładzie Neuropsychologii Instytutu Psychologii Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk - nominacja za badania przekraczające granice tradycyjnych dyscyplin naukowych, w tym badanie związku między mikrobiomem jelitowym a dobrostanem psychicznym, co zostało w 2025 roku docenione Nagrodą Miasta Gdańska dla Młodych Naukowców im. Jana Uphagena.	GSN.11
dr Magdalena Starega , historyczka sztuki, muzealnica i nauczycielka akademicka, Gdańsk - nominacja za album „Stocznia” - efekt ponad 10-letnich badań w obszarze stocznioowego dziedzictwa, za opowiedzenie historii gdańskiej stoczni w 73 tekstach oraz blisko 300 ilustracjach.	GSN.20
prof. dr hab. inż. Andrzej Stateczny , profesor na Wydziale Nawigacyjnym Uniwersytetu Morskiego, Gdynia - nominacja za otrzymanie Nagrody Rektora Uniwersytetu Morskiego w Gdyni 2025 za najwyższy indeks Hirscha i największą liczbę cytowań wśród pracowników Wydziału Nawigacyjnego UMG.	GSN.36
Janina Strelau , kierownik szkolenia praktycznego w Zespole Szkół Ponadpodstawowych, Gniew - nominacja za nadzór nad wykonaniem przez uczniów Zespołu Szkół Ponadpodstawowych w Gniewie kołyski Newtona, która polecała w kosmos wraz z polskim astronautą Sławoszem Uznańskim-Wisńiewskim, na której wykonał różne eksperymenty.	GSN.10
prof. dr hab. inż. arch. Jakub Szczepański , dziekan Wydziału Architektury PG Politechniki Gdańskiej, Gdańsk - nominacja za owocną pracę naukową - za ponad 100 publikacji naukowych, w tym 7 monografii (m. in. Ratusze polskiego pobrzeża Bałtyku, nagrodzona przez Ministra Gospodarki Przestrzennej i Budownictwa; Odbudowa kościołów Gdańska po II wojnie światowej; Zespół architektoniczny Politechniki Gdańskiej).	GSN.9
dr inż. Paweł Tysiąc , adiunkt na Politechnice Gdańskiej, Gdańsk - nominacja za badania związane z przeciwdziałaniem negatywnemu wpływowi zanieczyszczenia światłem sztucznym i hałasem na różnorodność biologiczną i ekosystemy lądowe w ramach unikatowego międzynarodowego projektu „Horyzont Europa”; za projekt współprowadzony między innymi w Gdańsku.	GSN.51
dr hab. inż. Zbigniew Osadowski, prof. UP , rektor Uniwersytetu Pomorskiego, Słupsk - nominacja za kierowanie uczelnią w momencie historycznego awansu ze Akademii Pomorskiej na pełnoprawny Uniwersytet Pomorski (co nastąpiło w 2023 roku, a efekty i stabilizacja tego statusu trwają w 2024/2025). To największy naukowy sukces regionu w ostatnich latach.	GSN.30
dr inż. Magdalena Winiarska , adiunkt w Katedrze Zarządzania i Ekonomii Uniwersytetu Morskiego, Gdynia - nominacja za wyróżnienie w ogólnopolskim konkursie PROJECT MASTER 2025 w kategorii prac doktorskich za najlepszą rozprawę z zakresu zarządzania projektami.	GSN.41
prof. Lech Witkowski , profesor Uniwersytetu Pomorskiego, Słupsk - nominacja za zostanie laureatem Nagrody Naukowej im. Mieczysława Łobockiego za monografię Whitehead. Naddania i (w)zrosty dla humanistyki i edukacji.	GSN.45
mgr Monika Wojewska , doktorantka w Szkole Doktorskiej Uniwersytetu Pomorskiego, Słupsk - nominacja za otrzymanie stypendium Fundacji z Brzezia Lanckorońskich na dalszą pracę nad rozprawą doktorską poświęconą Zakaukaziu w czasach sowieckich.	GSN.37
dr Aleksandra Zgrundo , naukowczyni z Wydziału Oceanografii i Geografii Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk - nominacja za podwodne badania Zatoki Gdańskiej, a w szczególności Zalewu Puckiego, za propagowanie wiedzy na temat konieczności ochrony Morza Bałtyckiego.	GSN.4
dr hab. inż. arch. prof. Karolina M. Zielińska-Dąbkowska , profesor Politechniki Gdańskiej, kierownik interdyscyplinarnej grupy badawczej ILLUME, Gdańsk - nominacja za badania związane z przeciwdziałaniem negatywnemu wpływowi zanieczyszczenia światłem sztucznym i hałasem na różnorodność biologiczną i ekosystemy lądowe w ramach unikatowego międzynarodowego projektu „Horyzont Europa”; za projekt prowadzony między innymi w Gdańsku.	GSN.13

Aby oddać głos, wyślij na nr **7303** SMS o treści wskazanej przy nazwisku nominowanej osoby (koszt SMS-a: 3,69 zł z VAT)

dr hab. inż. arch. Katarzyna Zielonko-Jung , architektka, wykładowczyni akademicka, naukowczyni, profesorka Politechniki Gdańskiej, Gdańsk - nominacja za badania w zakresie problematyki architektury proekologicznej, w tym w szczególności jej związków ze zjawiskami mikroklimatycznymi w środowisku miejskim; za udział w projektach badawczych ukierunkowanych na architekturę zrównoważoną i poprawę jakości klimatu w miastach.	GSN.14
dr hab. inż. Beata Zima , profesor Politechniki Gdańskiej, Zakład Mechaniki i Technologii Konstrukcji Morskich, Gdańsk - nominacja za projekt Opracowanie metodyki oraz prototypu systemu monitorowania do oceny stanu konstrukcji powłokowych", który ma duży potencjał wdrożeniowy w przemyśle stoczniowym oraz w sferze utrzymania infrastruktury morskiej.	GSN.5
dr hab. Thomas George Zlosnik , adiunkt w Zakładzie Spektroskopii Atomowo-Molekularnej i Astrofizyki na Uniwersytecie Gdańskim, Gdańsk - nominacja za otrzymanie Nagrody Naukowej im. Marii Skłodowskiej-Curie Polskiej Akademii Nauk za osiągnięcia w dziedzinie fizyki w cyklu prac na temat teorii względności Einsteina.	GSN.50
Nauka	
Szymon Bloch , prezes firmy Scan3D, Gdynia - nominacja za innowacyjne rozwiązania i kreatywność w zakresie skanowania 3D, GPR & Utility, fotogrametrii i modelowania BIM.	GSI.11
Bartosz Buszke , prezes Wasat Sp. z o.o., Gdańsk - nominacja za opracowanie przez firmę nowatorskiej aplikacji wykorzystującej obrazy satelitarne, która pomaga rolnikom w nawożeniu upraw. Za produkt, który został doceniony w konkursie Regiostars 2025, organizowanym przez Komisję Europejską.	GSI.2
Jan Cudzik , współtwórca Outline AI, pracownik akademicki na Wydziale Architektury Politechniki Gdańskiej, Gdańsk - nominacja za łączenie sztucznej inteligencji z projektowaniem nieruchomości; za tworzenie aplikacji webowej, która pozwala na ocenę wartości nieruchomości pod kątem tego, co może być na niej wybudowane.	GSI.5
Hanna Kostkowska , autorka projektu Młode Wino Mosty, Mosty - nominacja za stworzenie marki win z pomorskich owoców, które spotykają się z dużym uznaniem, co zostało docenione w tegorocznym konkursie „Kurs na biznes” w Gdyni.	GSI.4
dr Krzysztof Król , właściciel agencji PR Ultra Relation, Gdynia - nominacja za pracę nad nowym innowacyjnym dronem w ramach projektu IFO, przekształcającym przyszłość przesyłek i zmniejszającym emisję CO2.	GSI.13
Wojciech Pancer , prezes zarządu Digitex sp. z o.o. sp.k, Sopot - nominacja za stworzenie z małej firmy w Sopocie, która stała się wiodącą marką w Polsce. Za wchodzenie z systemami bezpieczeństwa na rynek światowy; za tworzenie jakościowych produktów, wynikających z potrzeb zapewnienia bezpieczeństwa ludności.	GSI.12
dr inż. Norbert Piotrowski , dyrektor Działu R&D w Aerosol Service, wykładowca na Politechnice Gdańskiej, Charnowo - nominacja za opracowanie aplikatora PURO – rewolucyjnego rozwiązania w branży opakowań aerozolowych. PURO zdobyło nagrodę ADF Innovation Awards 2025 w kategorii „Concept of the Year” podczas największych w Europie targów branży aerozolowej w Paryżu. Wyróżnienie zostało przyznane przez międzynarodowe jury.	GSI.8
Olga Sarna , prezeska Fundacji MARE, Sopot - nominacja za innowacyjny projekt odtwarzania łąk podwodnych w Zalewie Puckim, zgodnym z założeniami koncepcji rewildingu, czyli przywracania dzikiego charakteru ekosystemom.	GSI.9
Jakub Schulz , programista, twórca aplikacji ttropa.pl, Luzino - nominacja za aplikację „ttropa.pl” - praktyczne narzędzie pomagające w codziennym problemie komunikacyjnym w Luzinie, która pomaga przewidzieć zamknięte szlabany oraz szacowany czas ich kolejnego zamknięcia. Za bezinteresowne działanie, lokalną innowacyjność i realny wpływ na komfort życia mieszkańców.	GSI.14
Janusz Skóra-Cichowski , założyciel firmy Embeddedsystems.do Sp. z o.o., Gdynia - nominacja za realizację pionierskich rozwiązań elektronicznych, które wzbogacają i usprawniają codzienne życie.	GSI.6
Artur Słoboda , prezes zarządu firmy Subsee Sp. z o.o., Gdynia - nominacja za innowacyjne i kreatywne rozwiązania w zakresie badań podwodnych z wykorzystaniem podwodnych dronów, za projekty minimalizujące ryzyko w inspekcjach podwodnych, za dostarczanie klientom nowoczesnych i bezpiecznych rozwiązań.	GSI.1
Grzegorz Stefański , prezes zarządu startupu Urteste, Gdańsk - nominacja za projekt opracowania innowacyjnych testów diagnostycznych do wczesnego wykrywania nowotworów z próbek moczu; za wizję stworzenia technologii umożliwiającej wykrywanie wielu rodzajów chorób nowotworowych we wczesnych etapach rozwoju.	GSI.3
dr Łukasz Szydłowski , dyrektor technologiczny AstroFarms, Gdynia - nominacja za badania nad fermentacją w warunkach pozaziemskich, które są częścią projektu terraformowania Księżyca i Marsa; za opracowanie receptury napoju z kombuchy AstroBucha.	GSI.7
Sebastian Wróbel , prezes zarządu Freight Tech Sp. z o.o., Gdynia - nominacja za innowację w logistyce i technologii transportowej; za projekt rewolucyjnego systemu operacyjnego dostosowanego do potrzeb spedytorów lotniczych i morskich.	GSI.10

Co szyja mówi o twoim zdrowiu i dlaczego warto o nią lepiej zadbać



Coraz więcej osób cierpi na tzw. tech neck - schorzenie związane z długotrwałym korzystaniem z urządzeń cyfrowych. Dotyka dorosłych, młodzież, a nawet dzieci

Redakcja Strony Zdrowia
redakcja@stronazdrowia.pl

Jeśli czytasz ten artykuł na smartfonie, prawdopodobnie twoja szyja jest lekko pochylona do przodu. Nie jest to ani wada, ani rozproszenie uwagi: to po prostu sposób, w jaki dziś żyjemy.

Pracujemy na siedząco, komunikujemy się pochyleni nad ekranami, relaksujemy się w dokładnie takiej samej pozycji. Problem polega na tym, że ciało nie lubi siedzieć nieruchomo.

W ostatnich latach fizjoterapeuci i badacze coraz częściej zaczęli mówić o „tech neck”, schorzeniu związanym z długotrwałym korzystaniem z urządzeń cyfrowych. Nie jest to moda językowa, ale rzeczywistość, która dotyka dorosłych, młodzież, a nawet dzieci. Potwierdzają to nie tylko codzienne doświadczenia, ale także najnowsze badania naukowe, które wykazują wyraźny związek między postawą, siedzącym trybem życia i bólem szyi.

Według Rocco Cavaleri, starszego wykładowcy fizjoterapii, nie chodzi o to, by siedzieć „prosto jak żołnierz”, ale by przerywać statyczne pozycje. Siedzenie przez wiele godzin, nawet przy pozornie prawidłowej postawie, nadal powoduje napięcie. Wstawanie co około pół godziny, nawet na minutę, pozwala ciału się zreorganizować.

W szczególności szyja korzysta z tych mikroruchów znacznie bardziej, niż można sobie wyobrazić.

Pogląd ten podziela również Julia Treleaven, która podkreśla, jak przydatne są częste drobne korekty. Nie ma potrzeby wywracać dnia do góry nogami ani zamieniać biur w prowizoryczną siłownię. Wystarczy pamiętać o wyciągnięciu szyi, lekkim rozchyleniu ramion, zmianie pozycji. To prosty sposób na powiedzenie ciału: „słucham cię”.

Słuchanie sygnałów jest kluczowe. Poonam Mehta zachęca, by nie ignorować pojawienia się napięcia lub dyskomfortu, ponieważ często wtedy ciało prosi o przerwę. Kiedy nie można wstać, nawet zmiana aktywności może coś zmienić. Odwrócenie uwagi od ekranu, wykonanie telefonu, spojrzenie przez okno, powolne poruszanie głową to minimalne, ale skuteczne gesty. Jak przypomina Peter Stubbs, różnorodność ruchu jest często niedocenianą formą profilaktyki.

Badania naukowe również potwierdzają te wskazania. Badanie opublikowane w czasopiśmie Children przez MDPI przeanalizowało zjawisko „tech neck” u dzieci i młodzieży, wykazując, że regularne przerwy, dbałość o postawę i korzystanie z ergonomicznych podpórek są związane ze znacznym zmniejszeniem objawów szyi. Interesujące jest to, że nie mówimy tu

o skomplikowanych rozwiązaniach, ale o codziennych nawykach. Ci, którzy zatrzymują się, zmieniają pozycję, zbliżają ekran do poziomu oczu, doświadczają mniejszego bólu i mniejszego wpływu na jakość życia. Przesłanie to dotyczy również dorosłych, zwłaszcza w czasach, gdy praca i rozrywka odbywają się

za pośrednictwem tego samego urządzenia.

Wysokość ekranu jest kluczową kwestią. Zbliżenie telefonu lub komputera do oczu, zamiast pochylania szyi w dół, wyraźnie zmniejsza obciążenie szyi. Małe rzeczy, takie jak stojak na laptopa lub prosta winda, pomagają bardziej niż się wydaje. Nawet lekkie przesuwanie monitora w ciągu dnia zmusza szyję do obracania się w naturalny sposób, unikając fiksacji, która usztywnia mięśnie.

Kiedy pojawia się napięcie, ruch powinien być delikatny. Szarpanie szyją lub wymuszanie rozciągania może przynieść chwilową ulgę, ale nie rozwiązuje problemu. Fizjoterapeuci sugerują powolne, kontrolowane mobilizacje, które można również wykonywać w pozycji siedzącej. Szyja lubi płynne ruchy, a nie szarpnięcia. Podążanie za ruchem wraz z oddechem pomaga rozluźnić nie tylko mięśnie, ale także ten element stresu, który często gromadzi się tuż między ramionami i trapezami.

Spaceruj, rób krótkie spacery, chodź po schodach, ruszaj się nawet wtedy, gdy masz mało czasu. Regularna aktywność fizyczna sprawia, że szyja jest silniejsza i lepiej reaguje. Sen również się liczy: spanie z odpowiednim podparciem i w neutralnej pozycji zmniejsza nocne napięcie, które często nosimy ze sobą po przebudzeniu.

WARTO WIEDZIEĆ

Jak w prosty sposób pomóc swojej szyi?

W ostatecznym rozrachunku dbanie o szyję nie oznacza dodania kolejnego zobowiązania do niekończącej się listy rzeczy do zrobienia. Oznacza to powrót do zamieszkiwania ciała, pamiętając, że nie jesteśmy zaprojektowani do stania nieruchomo przed ekranem. Ogromne znaczenie mają:

- „przerwy dla szyi”
 - przybliżenie ekranu do poziomu oczu
 - regularna aktywność fizyczna.
- Szyja nie prosi o cuda, ale o uwagę. A kiedy zaczynamy mu ją poświęcać, często reaguje znacznie lepiej, niż się spodziewamy.

Rzadka choroba atakuje zwłaszcza zimą. Nie do wiary, co wywołuje reakcję alergiczną

Emil Hoff

emil.hoff@polskapress.pl

Nie cierpisz, gdy z zimna drętwieją ci ręce i wargi? Niektórzy mają o wiele gorzej. Osoby cierpiące na uczulenie na zimno mogą doznać obrzęków i wstrząsu anafilaktycznego!

Jak działa ta rzadka choroba, jakie daje objawy, jak ją leczyć? Według prognoz długoterminowych, mrozy będą nam jeszcze towarzyszyć przynajmniej do końca pierwszej dekady lutego 2026. Dzieciaki mają może frajdę na śniegu, ale wiele osób wprost nie znosi zimy i zimna. Niektóre mają wręcz na zimno reakcję alergiczną... dosłownie!

Przed tym uczuleniem najtrudniej uciec zimną

Pokrzywka z zimna to rzadka choroba, która działa jak uczulenie, tylko że wyzwalaczem jest chłód. Kiedy skóra wejdzie w kontakt z zimnym powietrzem, chłodną wodą, schłodzonym napojem czy po prostu dotknie jakiegoś zimnego przedmiotu, jak np. drzwi lodówki, pojawia się na niej zaczerwienienie i swędzące bąble.

W ostrych przypadkach może dojść do obrzęku części ciała, mającej kontakt z zimnem - dłoni, warg, czy języka (grozi uduszeniem!).

Czasem reakcji alergicznej na zimno towarzyszy gorączka i ból stawów. W skrajnych przypadkach może dojść do szoku anafilaktycznego, spadku ciśnienia i omdlenia. W łagodniejszych symptomy uczulenia na zimno powinny ustąpić po mniej więcej 2 godzinach.

Skąd się bierze uczulenie na zimno i jak je wyleczyć?

Mechanizm powstawania pokrzywki z zimna nie jest dokładnie znany, ale lekarze podejrzewają, że przyczyną jest uwalnianie histaminy.

Nie ma skutecznego lekarstwa, ale pacjentom podaje się leki przeciwhistaminowe, czasem też antyleukotrienowe. Pewne efekty daje fotochemioterapia, ale najczęściej zaleca się po prostu unikanie wyzwalaczy.

Łatwo powiedzieć! Dla osób cierpiących na pokrzywkę z zimna wyzwalaczem może być chłodny powiew lub łyk schłodzonej wody w upalny dzień. Takie osoby muszą bardzo uważać w czasie spacerów, nie mogą kąpać się w większości jezior, rzek, mórz czy nawet basenów. Zimą często bywają hospitalizowane.

Uważa się, że pokrzywka z zimna występuje najczęściej u dzieci i ustępuje samoczynnie po kilku latach, z reguły krótko po osiągnięciu przez pacjenta 10. roku życia. Zdarza się jednak, że uczulenie na zimno ma podłoże genetyczne - wtedy może utrzymywać się przez dekady, a nawet całe życie.

A czy ty masz uczulenie na zimno? Można to prosto sprawdzić. Przyłóż do skóry kostkę lodu, przytrzymaj przez kilka minut. Jeśli pojawi się pokrzywka, wynik testu jest niestety pozytywny.

Silna reakcja już przy 12 stopniach Celsjusza

Ostatnio o uczuleniu na zimno zrobiło się głośno z powodu reportażu telewizji BBC, w którym przedstawiono historię Amber, brytyjskiej 16-latk cierpiącej właśnie na pokrzywkę z zimna.

Uczulenie wykształciło się u niej późno i jak na razie nie zanika. Zdiagnozowano je w 2023 roku.

Nastolatka powiedziała dziennikarzom, że pokrzywka pojawia się u niej już przy temperaturze ok. 12 st. Celsjusza (na plusie, nie minusie!). Amber musi stale ubierać się na cebulkę i unika wychodzenia z domu, bo wstydzi się widocznej na skórze wysypki.



Pokrzywka z zimna to rzadka choroba, która zmienia zimą w prawdziwy koszmar. Lekarze podejrzewają, że przyczyną jest uwalnianie histaminy

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

**DUSZNOŚĆ
A PRZEZIĘBIENIE****Czy duszność zawsze
jest objawem
przeziębienia?**

Zimą do gabinetów lekarskich zgłasza się więcej osób skarżących się na duszność, kaszel oraz uczucie ściskania w klatce piersiowej. Często dolegliwości te są przejściowe i ustępują po wyleczeniu infekcji lub wraz z poprawą warunków atmosferycznych. Dla większości pacjentów to jedynie krótkotrwały incydent, jednak u części z nich może on stanowić początek długiego i wymagającego procesu diagnostycznego, charakterystycznego dla chorób rzadkich. Utrzymywanie się duszności powinno być sygnałem do poszerzenia diagnostyki. Dotyczy to zarówno osób dorosłych, które wcześniej nie chorowały na schorzenia płuc, jak i pacjentów z rozpoznaną

astmą, gdy przestaje ona w pełni wyjaśniać występujące objawy. Choć astma należy do najczęstszych przyczyn przewlekłych trudności w oddychaniu, nie każda duszność, również w okresie zimowym, jest z nią związana.

Co to jest EGPA?

Jednym z przykładów chorób, które przez długi czas mogą manifestować się przede wszystkim objawami ze strony układu oddechowego, jest zianiniakowatość eozynofilowa z zapaleniem naczyń (EGPA), znana także jako zespół Churga-Straussa.

– EGPA często zaczyna się od objawów, które nie są charakterystyczne: duszności, kaszlu czy przewlekłego zapalenia zatok. Same w sobie nie wskazują jeszcze na chorobę ogólnoustrojową. Kluczowe jest to, co dzieje się później – mówi dr n. med. Michał Kono-

pelko, specjalista laryngolog i ekspert Fundacji Saventic, która bezpłatnie pomaga w diagnostyce chorób rzadkich. EGPA jest chorobą autoimmunologiczną zaliczaną do zapalnych schorzeń naczyń krwionośnych. W jej przebiegu dochodzi do nieprawidłowej reakcji układu odpornościowego oraz znacznego zwiększenia liczby eozynofili, czyli jednego z typów leukocytów. W nadmiernej ilości komórki te przestają pełnić funkcję obronną i zaczynają powodować uszkodzenia własnych tkanek organizmu. Jednocześnie rozwija się stan zapalny małych i średnich naczyń, który może prowadzić do niedokrwienia oraz uszkodzenia różnych narządów. Choć początkowo choroba

najczęściej dotyczy układu oddechowego, z czasem może obejmować również skórę, układ nerwowy, przewód pokarmowy, serce oraz nerki. Wielonarządowy przebieg EGPA jest jedną z głównych przyczyn trudności i opóźnień w postawieniu właściwej diagnozy.

**Jakie mogą
być przyczyny
duszności?**

Astma należy do częstych elementów obrazu klinicznego EGPA, jednak w tym przypadku często rozwija się dopiero w wieku dorosłym. Na początku może przebiegać stosunkowo łagodnie, lecz z czasem staje się coraz trudniejsza do kontrolowania i słabiej od-

powiada na standardowe metody leczenia. Kluczowe znaczenie ma nie tyle samo rozpoznanie astmy, ile zmiana jej dotychczasowego przebiegu, nasilanie się objawów, częste epizody zaostrzeń czy brak oczekiwanej poprawy mimo stosowanej terapii. Takie sygnały mogą wskazywać, że przyczyny duszności są bardziej złożone niż początkowo zakładano.

Jak rozpoznać EGPA?

Diagnoza opiera się na analizie całokształtu objawów klinicznych oraz wyników badań dodatkowych. W procesie diagnostycznym uwzględnia się m.in. występowanie astmy, podwyższoną liczbę eozynofili w krwi, zmiany w obrębie płuc, przewlekłe zapalenie zatok przynosowych oraz objawy ze strony układu nerwowego. Istotną rolę odgrywają badania laboratoryjne, w tym morfologia krwi z rozmazem, a także

badania obrazowe płuc, takie jak RTG czy tomografia komputerowa. W wybranych sytuacjach konieczne może być również wykonanie biopsji zajętego narządu. Należy pamiętać, że u pacjentów przyjmujących glikokortykosteroidy poziom eozynofili może być przejściowo obniżony, co bywa dodatkowym utrudnieniem diagnostycznym.

Jak leczyć tę chorobę?

Podstawą terapii EGPA są glikokortykosteroidy, które ograniczają nadmierną aktywność układu immunologicznego i redukują stan zapalny naczyń. W cięższych postaciach choroby stosuje się także leki immunosupresyjne oraz nowoczesne terapie biologiczne. Przy właściwej terapii odsetek pięcioletnich przeżyć przekracza 80 procent, a wielu chorych może prowadzić względnie normalne, aktywne życie.

Sezon na pomelo - owoc szczęścia

Monika Górska
redakcja@stronazdrowia.pl

Trwa sezon na pomelo, warto więc sięgnąć po smaczne i soczyste pomelo. Ten egzotyczny owoc jest bogaty w witaminę C, dzięki czemu wspiera odporność i opóźnia procesy starzenia się organizmu.

Pomelo (*Citrus maxima*), inaczej pomarańcza olbrzymia lub chiński grejpfrut, to tropikalna roślina wieloletnia pochodząca z Azji Południowo-Wschodniej. W Chinach pomelo nazywane jest owocem szczęścia. Należy do tej samej rodziny co bardziej znany grejpfrut i jest jego przodkiem, przypomina go również z wyglądu.

Jednak pomelo różni się od grejpfruta wielkością i kolorem, a także smakiem. Pomelo jest od niego większe i ma grubą bladozieloną lub żółtą skórkę i miąższ, podczas gdy skórka grejpfruta jest pomarańczowa, a jego wnętrze różowe lub lekko czerwone. Pomarańcza olbrzymia jest również słodsza niż grejpfrut.

Dlaczego warto jeść pomelo? Z jego cennych właściwości skorzysta serce, żołądek i sylwetka.

Pomelo jest cennym źródłem witaminy C, której ma najwięcej spośród cytrusów - w 100 g owocu jest jej 61,5 mg, tymczasem w takiej ilości cytryny znajdują się 53 mg. Zawiera także witaminę E i A, witaminy z grupy B, w tym B1, B2, B3, B6, a także składniki mineralne, takie jak wapń, magnez, żelazo, fosfor, potas, cynk. Pomelo jest niskokaloryczne, 100 g ma tylko 38 kcal. Ma również niski indeks glikemiczny, który wynosi 30, co oznacza, że mogą je spożywać osoby chorujące na cukrzycę.



W Chinach pomelo nazywane jest owocem szczęścia. Odmładza, wspomaga odchudzanie i odporność, pracę serca i układu krążenia, trawienie. To źródło witaminy C lepsze niż cytryna

Mimo wielu korzyści zdrowotnych, istnieje także kilka przeciwwskazań do spożywania tego owocu. Pomelo, tak jak inne owoce cytrusowe, a szczególnie grejpfrut i sok z grejpfruta, może zaburzać, czyli osłabiać lub potęgować działanie leków. Z tego powodu należy spożywać ten owoc co najmniej pół godziny przed lub

po zażyciu leków, takich jak antybiotyki, leki na serce, nadciśnienie czy cukrzycę.

Z pomelo powinny zrezygnować także osoby uczulone na owoce cytrusowe oraz mające niskie ciśnienie, ponieważ pomarańcza olbrzymia ma właściwość obniżającą ciśnienie krwi.

Jeden owoc pomelo zawiera dzienną dawkę witaminy C, która jest silnym przeciwutleniaczem. Oprócz tego w owocu znajdziemy także inne antyoksydanty, takie jak karoten i beta-karoten, alkaloidy, flawonoidy, gli-

kozydy flawonowe oraz rutynę. Karotenoidy i rutyna wspierają układ odpornościowy poprzez tworzenie witaminy A.

Owoc jest bogatym źródłem przeciwutleniaczy, które zwalczają wolne rodniki. Oprócz dużej dawki witaminy C pomelo zawiera również inny cenny antyoksydant, jakim jest likopen (ten sam co w pomidorach). Składnik ten działa przeciwzapalnie, przeciwgrzybiczo, antybakteryjnie i przeciwnowotworowo. Dzięki temu regularne spożywanie pomelo zapobiega uszkodzeniom

komórek i opóźnia procesy starzenia się, a także zmniejsza ryzyko rozwoju raka.

Dodatkowo warto wiedzieć, że olejek ze skórki pomelo również jest bogaty w przeciwutleniacze, dzięki czemu może pomóc zadbać o młody wygląd skóry oraz zniwelować przebarwienia. Wygładza, a także wyrównuje koloryt skóry stymulując wydzielanie melaniny w skórze.

Zawarty w owocu błonnik i białko zapewniają uczucie sytości na dłużej, co sprawia, że zmniejsza się nasz apetyt. Pomelo jest również niskokaloryczne, więc jedzenie go nie powoduje tycia. Dzięki temu podjadanie pomelo zamiast innych przekąsek sprawia, że przyjmujemy mniej kalorii, a równocześnie jesteśmy najedzeni. Będąc na diecie odchudzającej, możemy więc bez obaw sięgać po ten smaczny i sycący owoc.

Badania wykazują, że pomelo korzystnie wpływa na pracę serca oraz całego układu krwionośnego, zmniejszając ilość cholesterolu i trójglicerydów we krwi. Dzięki temu zapobiega rozwojowi miażdżycy, a także zmniejsza ryzyko wystąpienia zawału serca i udaru mózgu. W owocu znajdziemy także sporą ilość potasu, który korzystnie wpływa na pracę mięśni, w tym mięśni sercowego.

Pomelo pomaga również obniżyć ciśnienie krwi, dzięki czemu ułatwia krążenie krwi i odpowiednie dotlenienie narządów wewnętrznych.

Pomarańcza olbrzymia zapewnia sporą porcję błonnika,

który usprawnia trawienie. Dzięki temu przyspiesza perystaltykę jelit i zwiększa objętość stolca, co ułatwia wypróżnianie i zapobiega zaparciom. Błonnik stanowi również pożywkę dla korzystnych bakterii jelitowych. To sprawia, że jedzenie pomelo wpływa korzystnie nie tylko na trawienie i układ pokarmowy, ale też na odporność organizmu, która w dużej mierze zależy od składu mikroflory jelitowej i przewagi „dobrych” bakterii nad patogenami.

WARTO WIEDZIEĆ**Persymona też wymiata**

Jesienią i zimą, gdy kończy się sezon na nasze rodzime owoce, w sklepach dostępnych jest dużo owoców egzotycznych. Owoc kaki (persymona) należy właśnie do tych, których jeszcze dobrze nie znamy. Surowy owoc kaki jest bogatym źródłem witaminy C (100 g pokrywa 80 proc. dziennego zapotrzebowania), zawiera także spore ilości beta-karotenu (prowitaminę A) oraz manganu. W owocu znajdziemy także duże ilości cukrów głównie fruktozy i glukozy oraz katechiny, kwas betuliny i likopen (ten sam, który znajduje się w pomidorach). Owoce persymony są dość kaloryczne, 100 g jest ok. 70 kcal. Jeden owoc o wadze 250 g dostarcza więc prawie 200 kcal.

MISTRZOWIE HANDLU 2026. Dziś prezentujemy sprzedawców, którzy już zdobywają serca klientów w naszym województwie

Ewelina Żuberek
Ewelina.Zuberek@polskapress.pl

Rozgorzała rywalizacja o tytuły Mistrzów Handlu, także w kategorii Sprzedawca. Dziś przedstawiamy pierwszych uczestników, których codzienna praca i pasja są warte wszystkich nagród!

Jesteśmy dopiero po pierwszym tygodniu głosowania w akcji, a reakcje i uczestników, i klientów już pokazały, jak wiele dobrych emocji i zaangażowania budzi ten plebiscyt. To dopiero początek (bo ciągle możecie zgłaszać swoich kandydatów!), ale już teraz widać, że dla wielu osób jest to coś zdecydowanie więcej niż for-

malne wyróżnienie, nominacja. Bo przecież handel to znacznie więcej niż transakcje! To rozmowy przy ladzie. To uśmiech na dzień dobry. To pamiętać o tym, jaki chleb wybieramy najczęściej. To serdeczne „dzień dobry”, które rodzi się z chwili poświęconej drugiemu człowiekowi. W wielu przypadkach to właśnie te relacje spra-

wiają, że wracamy - nie z przyzwyczajenia, ale z radości bycia zauważonym. Bo handel to ludzie, dlatego w akcji Mistrzowie Handlu szczególne miejsce zajmuje kategoria Sprzedawca Roku. Powstała dla tych, którzy swoją pracę traktują nie jak obowiązek, ale jak relację własnie. Do udziału w plebiscycie zgłosili ich klienci - osoby, które

mają do tego największe prawo, bo na co dzień doświadczają ich zaangażowania, rzetelności i życzliwości. Każdy oddany głos w plebiscycie to forma podziękowania za wysiłek, cierpliwość i serce wkładane w budowanie jakości.

Już sama nominacja jest wyrazem uznania. To sygnał, że czyjaś codzienna praca została zauważona i doceniona, dlatego chcemy ją pokazywać. - W naszych publikacjach prezentujemy uczestników akcji, by mogli ich poznać wszyscy mieszkańcy naszego województwa. To krótkie historie o ludziach, którzy towarzyszą naszej codzienności - mówi Katarzyna Borek, redaktorka cotygodniowego cyklu.

Każdy dzień jest inny - inni klienci, sytuacje i wyzwania

- Myślę, że klienci chętnie wracają przede wszystkim dlatego, że czują się zauważeni i traktowani z życzliwością - uważa Daniel Buza (Lidl, Pruszcz Gdański).

Od lat stara się, aby każda wizyta w sklepie była nie tylko sprawnym procesem zakupowym, ale też pozytywnym doświadczeniem opartym na wzajemnym szacunku i dobrej atmosferze.

W swojej pracy stawia na zaangażowanie, dostępność



i uważność na potrzeby klientów. Zawsze stara się pomóc, doradzić lub po prostu wysłuchać. Dba również o dobrą organizację pracy zespołu i wysokie standardy obsługi, bo to one sprawiają, że klienci czują się pewnie i komfortowo podczas zakupów.

- Największą przyjemność w pracy daje mi kontakt z ludźmi i poczucie, że mogę realnie wpłynąć na ich codzienne doświadczenia zakupowe. Każdy dzień jest inny - inni klienci, nowe sytuacje i wyzwania

- dzięki czemu praca nie jest rutyną, a pozostaje dynamiczna i ciekawa - mówi.

Satysfakcję sprawia Mu również organizacja pracy zespołu i wspólne dbanie o wysokie standardy sklepu. Widząc efekty dobrej współpracy i zaangażowania, ma poczucie sensu i dobrze wykonanej pracy. -Dni bywają ciekawe także dlatego, że w pracy mogę wykorzystywać cechy, które rozwijam poza nią - cierpliwość, uważność i konsekwencję - mówi pan Daniel.

Radość daje kontakt ze zwierzętami i ich właścicielami

Klienci chętnie wracają, ponieważ zawsze stara się poświęcić im czas, uważnie wysłuchać ich potrzeb i doradzić, najlepiej jak potrafi.

Adriana Cyrkunowicz (Family Pets & Zoo, Tczew) mówi, że praca w sklepie zoologicznym to dla Niej nie tylko sprzedaż, ale przede wszystkim troska o dobro zwierząt i spokój ich opiekunów. - Staram się dzielić wiedzę, rozwiewać wątpliwości i proponować rozwiązania

dopasowane do konkretnego zwierzęcia. Myślę, że klienci doceniają zaangażowanie, empatię i przyjazną atmosferę, dzięki której czują się swobodnie i chętnie do mnie wracają - uważa. Najwięcej radości daje Jej kontakt ze zwierzętami i rozmowy z ich właścicielami.

- Każdy dzień wygląda inaczej, bo każde zwierzę jest inne i ma swoje potrzeby. Lubię doradzać, pomagać i widzieć, że klienci wychodzą zadowoleni i spokojni. Ta różnorodność do-



bra atmosfera sprawiają, że praca nie jest monotonna, a dni szybko mijają - mówi. Zdarzyło się, że klient wracał po kilku tygodniach tylko po to, żeby podziękować za poradę dotyczącą żywienia pupila i powiedzieć, że zwierzę czuje się dużo lepiej. Takie momenty są bardzo miłe i pokazują Jej, że to, co robi, ma realne znaczenie. Czasem klienci potrafią też rozbawić historiami o zwierzęcych „psotach”, co sprawia, że nawet trudniejszy dzień kończy się uśmiechem.

„Przyniosłam gorącą zupę, proszę iść zjeść”, usłyszała

Anna Dzikowska (Netto, Słupsk) każdego dnia pomaga i doradza klientom. - Ich potrzeby są dla mnie ważne - mówi.

Pracuje w Netto 11 lat i większość z tych klientów to codziennie te same twarze. - Nie wyobrażam sobie być niemiłą i niesympatyczną, a klientom nigdy nie doradzam tego, czego sama bym nie kupiła - mówi.

Przyjemność sprawia Jej sam fakt przyjęcia do pracy. Mówi, że w zasadzie każdy

dzień w handlu jest ciekawy, tu nie ma dni jednakowych. Bywają zabawne sytuacje. I można powiedzieć, że są na porządku dziennym. Klienci wciąż opowiadają różne śmieszne historie. A sytuacje zaskakujące i owszem, też się zdarzają. - Pewnego dnia podczas pracy w sklepie podchodzi do mnie stała klientka. Sama widziała, że pracy ogrom na zmianie, nas tylko dwie i rzekła: „Pani Aniu, wy takie zmęczone, że nawet czasu na przerwę nie ma. Przyniosłam wam

gorącą zupę, proszę iść zjeść”. Sytuacja była naprawdę zaskakująca, miła. - Klienci dbają o to, abyśmy zawsze mogli być dla nich w pracy - zupka ogórkowa była smaczna - komentuje pani Anna.

Po pracy oddaje się nauce na opiekuna medycznego. Wszystkie pozostałe wolne dni, których jest zbyt mało, spędza ze swoją kochaną rodziną. Jak tylko nadarzy się okazja kilku dni wolnych, nie czekając, uciekają w podróż. Uwielbiają zwiedzać zamki Polski.



Liderzy w skali województwa we wszystkich kategoriach

SPRZEDAWCA ROKU

1. **Michał Borhardt**, Biedronka, Gdańsk
2. **Anna Guzińska**, Pss Społem 13, Kwidzyn
3. **Beata Linda**, Resler, Chojnice

FLORYSTA ROKU

1. **Maria Grota**, MG Floris, Kolbudy
2. **Klaudia Kępińska**, Leśna Pracownia Florystyczna, Malbork
3. **Agnieszka Zawadzka**, Kwiatarnia La Paola, Bolszewo

POŚREDNIK NIERUCHOMOŚCI ROKU

1. **Natalia Zygmianiak**, Klucze i Kąty, Wejherowo
2. **Agnieszka Brodek**, Pepper House, Gdańsk
3. **Dorota Szczepańska**, DeSlux Nieruchomości, Gdynia

DORADCA UBEZPIECZENIOWY/FINANSOWY ROKU

1. **Michał Surawski**, MSDF Michał Surawski, Pruszcz Gdański
2. **Monika Kropidłowska**, Ubezpieczenia PLUS, Kościerzyna
3. **Ewa Klawikowska**, Doradca Ubezpieczeniowy Nationale-Nederlanden, Gdańsk

SKLEP ROKU - RÓŻNE BRANŻE

1. **Pod Strzechą - Tradycyjne mięsniwa**, Malbork, Michałowski 3 (Pasaż Czerwona Torebka)
2. **PHU Romar**, Wybudowanie Wielbrandowskie 16
3. **Prosiaczek**, Gdańsk, Żwirki i Wigury 4

BUTIK ROKU

1. **TAO BRAND BOUTIQUE**, Wiele, Jana Pawła II 1
2. **Ekris**, Wejherowo, Obrońców Helu 3
3. **Soltique boutique**, Pruszcz Gdański, Kossaka 6A/7

KWIACIARNIA ROKU

1. **Kwiatarnia Paula Flowers**, Potęgowo, Dworcowa 13
2. **Kwiatarnia Milusia**, Łebcz, Pucka 31
3. **Kwiatarnia U Marysi**, Dzierżgoń, Żurawia 9

SKLEP Z ARTYKUŁAMI DLA DZIECI ROKU

1. **Modna Odzież Dziecięca u Ani**, Luzino, Of. Stutthofu 22

SKLEP Z BIŻUTERIĄ I SALON JUBILERSKI ROKU

1. **Ostrowski Design Jewellery**, Gdańsk, do Studzienki 3/1
2. **Jubiler Stanisławscy**, Słupsk, Konopnickiej 13A
3. **MKamber - Bizuteria z bursztynu i srebra**, Nowy Dwór Gdański, Kanałowa 59

EKO SKLEP ROKU

1. **Sklep Ze Zdrową Żywnością Anna Domasz**, Słupsk, Wolności 37/38 Box 118 Targowisko

SALON OPTYCZNY ROKU

1. **Punkt Widzenia Salon Optyczny Marta Wierzbicka**, Gdynia, Kartuska 10
2. **Optical Christex**, Sopot, Grunwaldzka 33
3. **Optical Christex**, Gdynia, Górskiego 2 (Ch Riviera)

Pełne aktualne wyniki głosowania znajdziesz na:

www.dziennikbaaltycki.pl/handel

SZCZERA SPOWIEDŹ NORBIEGO: WYGRAŁEM ŻYCIE, ALE NAJPIERW PRZEGRAŁEM SIEBIE

– To nie do wiary, jak można kłamać: że matka w szpitalu, ojciec nie żyje, byle tylko pojechać grać. Hazard bazuje na oszustwie. Na kłamstwie. Na niestworzonych historiach – mówi Norbi, wokalista i prezenter telewizyjny, który historię swojego uzależnienia właśnie opisał w książce

Anita Czapryn

Kiedy ludzie słyszą „Norbi”, od razu odpowiadają: „Kobiety są gorące. Aha, aha”. Jak dziś patrzysz na to, że cały kraj śpiewał Twój refren? Śpiewa do tej pory! Wciąż gramy koncerty, i to sporo. W ubiegłym roku zagraliśmy ich 80. Kiedyś było powyżej 100, ale te 80 koncertów to też jest świetny wynik. Dziś na moje koncerty przychodzą 18-, 19-letnie dzieciaki i śpiewają te stare kawałki, bo pewnie mamusia z tatą mówili im: „Słuchaj, w latach 90. to był bardzo popularny kolesz”. Od dwóch czy trzech sezonów obserwujemy taką tendencję, że ten target się powiększył. Nie dość, że przychodzą nasi ludzie, 35 i 40 plus, to również młodzi. Ciekawe zjawisko.

Tylko że wtedy, w latach 90., gdy cały kraj śpiewał, że „kobiety są gorące”, to Twoje prywatne życie zaczynało się sypać. Co wtedy czułeś? Nic nie czułem. Zagłuszały mnie alkohol, imprezy, bardzo duża liczba występów i cały ten show-biznes. Żyłem w swojej bańce. Bardzo późno wyciągnąłem wnioski.

Dziś wracasz z książką „Wygrałem życie, ale najpierw przegrałem siebie”. To Twoja spowiedź, bez filtra. Rzeczywiście jest tak, że aby wygrać własne życie, trzeba coś przegrać? Zawsze trzeba zapłacić jakąś cenę? Tak uważam, bo tak było w moim przypadku. Chociaż pewnie są ludzie, którzy przegrywają, podnoszą się, znowu upadają. U mnie było tak, że uderzenie o głębię nie było ostateczne. Nawet jak przegrywałem w kasynie

duże pieniądze, to one po chwili wracały; cały czas też dzwonił telefon, cały czas miałem kontrakty; grałem koncerty, zapraszali mnie na eventy i diabli wiedzą, co jeszcze. To jest jeszcze gorsza sytuacja niż naprawdę upaść raz, a konkretnie, leżeć i kwiczeć. Bo tu niby leżysz, niby jest „ojej, ojej”, a po miesiącu znowu jest super. Na terapii, na którą chodziłem później przez dwa lata, usłyszałem: „U ciebie to właśnie było najgorsze, że zawsze był dopływ gotówki”. Dopływ gotówki jest cały czas. A ja poruszałem się jak ten chomiczek w kołowrotku. Albo jak ten Syzyf szedłem pod tę górę, spadałem i znowu się wspaniałem.

Jak pamiętasz ten moment, w którym powiedziałeś sobie: „Koniec z hazardem”? Opisałem to w książce. Moja żona Marzenka zobaczyła, że z naszego konta zniknęło 100 tysięcy złotych. Akurat wróciłem z koncertu. Zapytała: „Stary, gdzie jest 100 tysięcy? Sto koła nagle wyparowało?!” To była konkretna rozmowa. Teraz mówię o tym spokojnie, bez żadnych emocji, ale w tamtym momencie działo się jak na wojennym filmie, jakbym stanął przed plutonem egzekucyjnym. Żarty się skończyły. Marzenka powiedziała: „Zapraszam na terapię”. „No, dobrze” – odpowiedziałem. Ale jej to nie wystarczyło. „Ale co dobrze? Masz telefon, szukaj, dzwoń, umawiaj się”. Zabrała wszystkie moje dokumenty. Poblokowała konta. Nie poszedłem na prywatną terapię, tylko najpierw musiałem stanąć w kolejce z innymi

do psychiatry i powiedzieć, co jest grane. Dopiero wtedy skierował mnie na terapię, Marzenkę również, bo była współuzależniona. I tak przez dwa lata śmigałem. Ludzie, widząc mnie w ogólnej przychodni dla uzależnionych, bo nie jest wydzielone, czy to dla alkoholików, narkomanów, seksoholików czy hazardzistów, śmiali się: „Norbas jest alkoholikiem”. Bo ludziom taka przychodnia kojarzyła się głównie z tym problemem, który w Polsce zdarza się najczęściej.

Zakaz grania, odcięcie od pieniędzy – jak to wtedy odbierałeś? Jako drogę do wolności czy przeciwnie, że nałożono Ci kajdany?
Po pierwsze zdecydowałem, że to jest moja pokuta za te wszystkie lata. Po drugie, ucieszyłem się, że nie mam żadnych pieniędzy. Nareszcie. Poczułem się wolnym człowiekiem.

Od tamtej pory Twoja noga w kasynie już nie powstała?
Nie. W ogóle nie ma takiej możliwości. Minęło już parę ładnych lat. Odbudowałem się i dziś wszystko pięknie się toczy, wspaniale mi się układa.

Ile pieniędzy przepuściłeś w kasynie?

UMIAŁEM GRAĆ NA SKRZYPCACH, BYŁEM NAWET NIEZŁY, JAK MÓWIONO, ALE NA SCENIE CZUŁEM SIĘ TAK, JAKBY MI KTOŚ WSADZIŁ DO ŚRODKA KOŁEK

Nie da się tego do końca precyzyjnie obliczyć. Przyjmuję, że rocznie w kasynie wygrywałem 500 tysięcy złotych. Następnie, w trakcie tego samego roku, przegrywałem to, co wygrałem, i dorzucałem jeszcze swoje 500 tysięcy. Obrót roczny wynosił więc półtora miliona, a przegrana to 500 tysięcy rocznie. No to policz. Jeśli tak na dobre zacząłem grać na początku lat 2000, z różnymi przerwami, a przestałem gdzieś w 2017, to przez te kilkanaście lat poszło parę ładnych milionów.

Siedem milionów złotych.
Daleko mi do Michała Wiśniewskiego, który twierdzi, że w kasynie przegrał 40 milionów. Ale dziś to nieważne. Już nie ma znaczenia, czy miałem milion, czy 100 tysięcy, czy 10 tysięcy. Jeżeli w tym się jest, a miałem i takie momenty, że wygrywałem co miesiąc przez pół roku. Co poszedłem do kasyna, to wygrałem. W mojej chorej wtedy głowie pojawiły się wtedy takie myśli: „Po co mi te koncerty, te eventy, ten show-biznes? Przecież ja będę żył z hazardu”. Po czym mijало parę miesięcy, wygrywałem 500 tysięcy złotych, a za trzy, cztery dni przegrywałem wszystko i jeszcze dokładałem swoje. Tak to działało.

Show-biznes w tamtym czasie sprzedawał chodzenie do kasyna jako coś eleganckiego. Traktowałeś to jak do-palacz, styl życia?
Pierwszy raz poszedłem do kasyna w 1999 roku. Kręciliśmy wtedy program w Gdańsku, dla telewizji. Ale ten mój złoty wiek kasynowy – jak to brzmi, swoją drogą – to są lata 2000. Wtedy już do kasyna chodzili różni ludzie, też nie bardzo bogaci, i uwierz mi, chodzili i zupełni biedacy. Tylko że w moim przypadku była jeszcze trzecia strona tego medalu: jak przegrywaś w kasynie, to musisz cały czas pracować. Musisz dawać te koncerty, musisz o to zabiegać. Oczywiście, telefony wciąż dzwoniły, ale to był taki czas, że grałem wszędzie i za każdą stawkę, bo cały czas potrzebowałem dopływu gotówki, potrzebowałem hajsu. To było błędne koło.

W książce pojawia się zdanie, że grałeś w kasynie „żeby nie bolało”. Co Cię miało nie boleć: dzieciństwo, samotność, lęki, poczucie, że jesteś niewystarczający?

To jest tak: masz tych koncertów mnóstwo, więc wygląda na to, że ludzie cię lubią, chcą cię słuchać. Ale jest też grupa ludzi, która cię nie lubi, pokazuje ci fucka. Czyli z tej swojej bańki nagle wychodzisz gdzieś w Polsce i dowiadujesz się, że nie wszyscy cię kochają. Mnie to osobście bardzo wtedy dotykało. Przecież jestem takim fajnym gościem, takim wesołym kolesiem.

Norbi, swój chłopak – mówili.
Tak, właśnie. Ale jednak, jak widzisz, nie do końca. Hip-hopowcy mieli mnie za szmarciarza. Teraz patrzę na to z perspektywy czasu i to jest dość śmieszne, ale dwadzieścia parę lat temu zupełnie inaczej to wyglądało. Więc czułem się trochę jak alkoholik, który topi smutki w butelce. W kasynie nie tyle topiłem smutki, co kasyno było moją odskocznią. Oczywiście tam też podawali alkohol, więc chlało się na umór i jeszcze do tego grałem. I wszyscy mnie kochali. Każdy mnie akceptował, bo miałem pieniądze. Klepali mnie po plecach, kłaniali się w pas. Ale ja też byłem miły do krupierów. Nie było tak, że oto przychodzi Norbi, on ma hajs, to bądźcie dla niego mili. Sam też nie udawałem kogoś, kim nie byłem; potrafiłem rozśmieszyć towarzystwo, sprawić, że było wesoło. Nawet kiedy przegrywałem, to zawsze z klasą. Co za sformułowanie, swoją drogą, w takiej sytuacji.

W książce ujawniasz, że już w dzieciństwie pociągał Cię hazard. Skąd się u Ciebie wzięło ten gen hazardzisty?

W rodzinie takich klimatów nie było. Ani matka, ani ojciec, ani kuzyni, nikt nie był zamieszany w ten proceder; tylko ja, i to od małego. Grałem na monety z chłopakami, wszystkie oszczędności ze Szkolnej Kasy Oszczędności przewalałem w Krynicy Morskiej. W Olsztynie bywałem w salonach gier. Zawsze mnie to tego ciągnęło. Dlaczego? Diabli wiedzą.

Wygrana daje chwilową euforię, wyrzut hormonów szczęścia i to uzależnia. W Tobie wyzawało się poczucie, że jesteś szczęściarzem?

Kiedy wygrywałem, to, tak jak mówisz, była euforia, był ten substytut szczęścia, ale kiedy przegrywałem, to chciałem się odegrać. Ileż to razy obiecywałem sobie w trakcie tych lat, że idę ostatni raz, tylko się odegram. Minał miesiąc, dwa, czasami nawet przez pół roku nie zaglądałem do kasyna. Ale uzbierało się trochę grosza i... Jest takie ładne słowo: „delikatnie”. Używają go ci, co biorą narkotyki, i ci, co piją alkohol. Mówią: „Dziś delikatnie, tylko jednego drinka”, a kończą na 25 drinkach. Tak samo było tutaj: mówiłem sobie, że zagram delikatnie za 1000 złotych. Kończyło się na przegraniu 50 tysięcy czy 120 tysięcy.

7 milionów zostawić w kasynie to brzmi szokująco, ale też, jak mówią, pieniądze rzecz nabyta. Jaka jest prawdziwa zapłata za chodzenie do kasyna?

Prawdziwa zapłata jest straszna. Zaczniemy od zdrowia, bo to jest coś, co każdy ceni, choć, jak się okazuje, różnie z tym bywa. W moim wypadku była to nerwica. Nabawiłem się jej już wcześniej, na początku kariery. Trzy lata po moim wielkim sukcesie schudłam do 50 kg i nie wiedziałem, co jest grane. Neurolog w Olsztynie postawił diagnozę: nerwica wegetatywna somatyczna. Czyli kumulacja stresu z dzieciństwa, kiedy bardzo przeżywałem swoje występy ze skrzypcami i to, że pokazuję mnie palcami. Wyobraź sobie, siedłem przez olsztyńskie Zatorze ze skrzypcami, kryjąc się, bo to był obciach. No, ale mimo wszystko chciałem grać na tych skrzypcach. Tylko że to się wiązało z publicznymi występami, życiem na świeczniku i z tremą. Umialem grać na skrzypcach, byłem nawet niezły, jak mówiono, ale na scenie czułem się tak, jakby mi ktoś wsadził do środka kołek. Trema mnie kompletnie rozwalala. I to się kumulowało. Kiedy już zacząłem występować jako Norbi, miałem jedną pio-



Norbi: Kiedyś potrzebowałem dawać koncerty, żeby mieć pieniądze na hazard. Teraz moją adrenaliną jest to, aby mieć zapelniony kalendarz koncertami i artystycznie być lepszym

senkę, która stała się hicio-rem, a musiałem zagrać godzinny koncert. Czasem bywało, że te „Kobiety są gorące” śpiewałem pięć razy. No, ale to były inne czasy. Odblokowałem się po drugiej czy trzeciej płycie, kiedy tych piosenek było już więcej. Natomiast to wszystko tak mnie sieknęło, że pojawiła się nerwica. Dostałem leki, po roku z 55 kg przybrałem do 85 kg i można powiedzieć, że było okej. Ale nigdy już nie było okej. Były nawroty, pojawiały się objawy takie jak przy padaczkę. Jadę samochodem i nagle skaczę

pod sufit. Tych objawów jest zresztą cała masa: a to są lęki, a to skacze mi ciśnienie. Żeby była jasność, ja to wszystko mam do tej pory, mimo że nie gram w kasynie, że od 10 lat nie piję alkoholu. Najgorszemu wrogowi nie życzę tych stanów, których doświadczam. Na szczęście nie są tak silne jak kiedyś, pojawiają się głównie przy zmęczeniu. Wiesz, nadal jestem wesołym człowiekiem, optymistycznie patrzę na świat, uważam, że jestem pod szczęśliwą gwiazdą urodzony, a odkąd jestem w show-biznesie, nigdy nie

miałem kryzysu ekonomicznego w tym sensie, że cały czas miałem robotę, cały czas telefon dzwonił i cały czas coś się działo. A przy muzyce popowej rzadko się to zdarza, zwłaszcza że mnie pogrzebali już po pierwszej płycie, w pierwszym roku kariery. Tymczasem w tym roku minie 29 lat, od kiedy gramy non stop koncerty i to jest to, z czego żyję. Przegrywałem w kasynie, ale, jak to mówimy w branży, job był cały czas. To dlatego ciężko jest się ludziom wokół zorientować, że mają do czynienia z hazard-

zistą. No, bo wiesz, jest samochód jeden, drugi, jest mieszkanie w Warszawie, mieszkanie w Olsztynie, wakacje we Francji czy Hiszpanii, miejsca może nie prestiżowe, ale też i nie takie, na które stać by było zwykłego Kowalskiego. Na pozór więc wszystko się zgadza. Oprócz pieniędzy (śmiech).

Zdrowie to jedno, ale co z innymi wartościami, jak rodzina, jak miłość?

Pierwszy rozwód nastąpił szybko, tylko że ja teraz patrzę na to w ten sposób, że kiedy się pierwszy raz ożeniłem, miałem 21 lat. Z córką, mimo hazardu, miałem dobry kontakt, potem się trochę popsulo, ale dziś relacje znów mamy dobre.

Tylko jak wygląda małżeństwo i miłość w takim domu, gdzie jedna osoba jest hazardzistą?

Jeżeli grasz w kasynie, to bazujesz na kłamstwie, na oszustwie. Dla hazardu zrobisz wszystko. Wymyślisz niestworzone rzeczy. Po koncercie, zamiast wracać do domu, wymyślałem, dlaczego nie wracam od razu: bo w samochodzie pękły mi przewody od oleju i muszę zostać. A tak naprawdę wszystko jest okej, a ja tym samochodem jadę do Wrocławia czy Warszawy, żeby zagrać. Albo opowiadałem, że matka w szpitalu, że ojciec nie żyje. To były kłamstwa, które szły w mocno już skrajne opcje. Naprawdę, to nie do wiary, jak można kłamać.

W książce wypowiada się Twoja żona, ale też terapeuta, krupierka z kasyna. Której z tych osób najbardziej się obawiałeś, że oceni Cię najbardziej surowo?

No, Marzenki mojej. Mojej żony. Długi czas ukrywałem przed nią, że jestem hazardzistą, ona nie wiedziała, co się dzieje. Mówiła czasem: „Norbas, ja czuję, że u ciebie jest jakaś tajemnica”. Zapewniałem ją, że nie, mówiłem, że co ty, Marzenko. Nie mogła wyznać, co jest grane. Ale jak już zaczęła, to wybuch był potężny. Tylko widzisz, miłość to nie jest jakiś sloganik, który pisze się na okładce książki, bo to ładnie wygląda, że miłość wygrała. Tak, miłość wygrała, bo gdybym nie kochał tej dziewczyny i gdyby nie było tej miłości między nami, to teraz pewnie byśmy już ze sobą nie rozmawiali. Pewnie bym się już stoczył totalnie, albo bym grał w kasynie dalej. Ona mnie uratowała, ta dziewczyna. A mówi, że nic nie zrobiła. Wiadomo, gdybym ja też nie chciał, to nic by z tego nie było. Żaden terapeuta najlepszy nie pomoże, nie ma bata, jeżeli ty sam nie będziesz

chciał. Ale ja wtedy, dzięki Marzence, powiedziałem sobie: „Norbas, to jest twoja prawdziwa ostatnia szansa”. No i wykorzystałem ją.

Twoi znajomi, członkowie zespołu, nie wiedzieli o Twoim uzależnieniu od hazardu?

Koledzy, koleżanki z zespołu – oni wiedzieli. No ale powiedz, co mogli zrobić? Mieli powiedzieć: „Norbas, nie graj”? Oczywiście, były rozmowy, ale nie działały. Mówiłem swoje i robiłem swoje. Nałóg to jest rzecz straszna. Uwierz, jestem dumny, że to po tylu latach się skończyło. Lepiej późno niż wcale – to przysłowie w moim przypadku ma sens i nie jest żadnym banałem.

Czy sam podczas terapii przeżywałeś jakiś bunt, czułeś ból odstawienia?

Sluchaj, ja jestem dziwolągiem. Ale też każdy jest inny. We mnie ani przez sekundę nie było żadnego buntu. Uważałem, że wspaniale, że tak się stało, że to wyszło na jaw, że mleko się rozlało. Przez wiele lat grania czułem na klatce piersiowej ciężki głaz i kiedy to się wydało, to poczucie ze mnie zeszło, ten głaz spadł. To uratowało mi życie. Jakies parę miesięcy przed końcem terapii pojechaliliśmy do Holandii, do siostry Marzenki, do miejscowości Roermond. To bardzo znana miejscowość z miasteczkiem outletowym. Marzenka z siostrą poszły na zakupy, umówiliśmy się, że spotkamy się za godzinę. Miałem czas, żeby samemu pochodzić po mieście. Poszedłem do jednego z food court, bo bardzo lubię frytki z majonezem i z cebulą, kupiłem, odchodzę i nagle przed moimi oczami pojawia się ogromny budynek, wielkości Galerii Mokotów, z ogromnym napisem: Kasyno. W Holandii nie miałem żadnych zakazów, zakazy miałem tylko w Polsce, a tu mogłem wejść i zrobić swoje. Ale słuchaj. Wziąłem frytki, odwróciłem się na pięcie i odszedłem. Byłem z siebie bardzo dumny. Żadnych emocji. Zobaczyłam napis i poszedłem w drugą stronę.

Ze swojej depresji też swego czasu uczyniłeś tabu. Nikt się nie domyślał, że cierpisz, bo byłeś postrzegany jako człowiek zabawny i wesoły.

A w głębi duszy byłem roztrzęsiony. Próbowałem kiedyś mówić o tym w różnych programach, na przykład u Kuby Wojewódzkiego, ale zawsze były z tego heheszki, no bo wesoły gość, ma super życie.

Kasyna kiedyś wydawały się takim ekscytującym życiem.

Jak wygląda Twoja obecna codzienność? Chyba nie ma nudy? Rozmawiamy przez kamerę, bo właśnie jesteś w Tajlandii.

I jutro lecę do Malezji. Kiedyś potrzebowałem dawać koncerty, żeby mieć pieniądze na hazard. Teraz moją adrenaliną jest to, aby mieć zapelniony kalendarz koncertami i artystycznie być lepszym od konkurencji. Lubię koncerty, jaram się nimi. A z drugiej strony, nie biorę już wszystkiego, jak leci, tylko sobie wybieram. I to jest też dla mnie fajna sprawa. Jak i to, że polecimy na fajne wakacje. To są rzeczy, na które kiedyś nie zwracałem uwagi, bo bardzo skupiałem się na tym, żeby grać jak najwięcej koncertów za nieważne jakie stawki. Teraz patrzę na to wszystko z zupełnie innego pułapu.

Dlaczego postanowiłeś opowiedzieć o swoim uzależnieniu od hazardu w książce?

O hazardzie zacząłem napomknąć kilka lat temu; pierwszy raz opowiedziałem o tym w podcaście u Mateusza Jędrasia, wtedy zrobiłem coming out. Potem u Wojewódzkiego i u Kędziora, u Żurnalisty. Dostałem fajny feedback od ludzi, którzy pisali do mnie z prośbą, czy mogę im pomóc, co mogę im poradzić. Co ja mogłem w paru zdaniach na Instagramie poradzić? Ale przynajmniej nie zostawiałem ich bez odpowiedzi. Dużo ludzi się do mnie zgłosiło w tym temacie. Wtedy pomyślałem, że fajnie byłoby opowiedzieć o tym szerzej, skoro jest taki odbiór i zgłaszają się do mnie ludzie, którzy mają z tym problem. A ja akurat jestem wiarygodny w tym temacie, bo spędziłem w kasynie masę czasu. Ucieszyłem się, że książkę zdecydowało się wydać wydawnictwo Luna. Nie patrzę za bardzo na apanażę; zależy mi, żeby tę książkę czytali. Ja opowiadałam, ale świetnie spisała to Sylwia Borowska. Tak mówią też ci, którzy tę książkę już czytali, i ja w to wierzę.

KSIAŻKA



Sylwia Borowska, Norbi, „Wygrałem życie, ale najpierw przegrałem siebie”

Wydawnictwo Luna,
Warszawa 2026

Stany Zjednoczone zgromadziły w regionie Bliskiego Wschodu wystarczające siły, by przeprowadzić uderzenie na Iran. Do Zatoki Perskiej zbliżyła się grupa uderzeniowa z lotniskowcem na czele, ścigano myśliwce z baz w Wielkiej Brytanii, a do tego jest jeszcze potencjał amerykańskich baz na Bliskim Wschodzie.

Wielka armada przybyła

O przybyciu na Bliski Wschód grupy uderzeniowej na czele z lotniskowcem USS Abraham Lincoln w poniedziałek 26 stycznia oficjalnie poinformowało Centralne Dowództwo USA. Jaką siłą dysponuje ta eskadra?

Na lotniskowcu może stacjonować do 90 samolotów i helikopterów. Oprócz niego oraz okrętów ochronnych i pomocniczych, w skład grupy wchodzi trzy niszczyciele, uzbrojone między innymi w pociski manewrujące Tomahawk.

Potwierdziły się też doniesienia z mediów społecznościowych o wylocie amerykańskich myśliwców F-15 z bazy Leakea w Wielkiej Brytanii 18 stycznia. Następnie samoloty te – a przynajmniej jeden z nich – pojawiły się nad Kretą we wschodniej części Morza Śródziemnego.

Według danych z otwartych źródeł, Stany Zjednoczone mają w regionie osiem stałych baz wojskowych (największa to baza lotnicza i floty Al-Udeid w Katarze) i kilkanaście tymczasowych. Eksperci szacują, że liczba personelu w tych bazach wynosi 40-50 tysięcy osób.

Uderzenie pod osłoną ćwiczeń

Główny ciężar uderzenia weźmie na siebie grupa lotniskowca z dziesiątkami samolotów i rakiet. Ponadto w ataku mogą wziąć udział strategiczne bombowce, które nie wymagają przenoszenia do regionu: mogą one wystartować ze swoich stałych baz w USA i po załadunku w powietrzu dotrzeć do obszarów wystrzeliwania rakiet.

Centralne Dowództwo USA, którego obszar odpowiedzialności obejmuje rozległy obszar od Afryki Północnej po Azję Południowo-Wschodnią, ogłosiło w poniedziałek o wielodniowych ćwiczeniach lotniczych w całym tym regionie. Kiedy ćwiczenia się rozpoczną i kiedy się zakończą, wojsko nie sprecyzowało.

Czy dojdzie do ataku USA?

W światowej prasie pojawiają się spekulacje, że skoro Amerykanie zebrali już w regionie odpowiednie siły, atak może nastąpić już pod koniec

CZY ARMADA TRUMPA ZAATAKUJE IRAN?

Amerykańska armada jest już na Bliskim Wschodzie. Prezydent Donald Trump rozważa – wraz z czołowymi doradcami Białego Domu – możliwości przeprowadzenia ataku na Iran. Z jaką reakcją musi się liczyć Waszyngton?

Grzegorz Kuczyński



USS Abraham Lincoln przybył w rejon Zatoki Perskiej na początku tygodnia pod pretekstem ćwiczeń

tego tygodnia. Jednak wielu komentatorów, dziennikarzy i polityków, a także obserwatorów wojskowych przyznaje, że nie da się przewidzieć, czy dojdzie do ataku, czy nie. Wszystko zależy od decyzji prezydenta USA, a on jest mało przewidywalny.

W poniedziałek, tego samego dnia, kiedy ogłoszono przybycie grupy lotniskowców, prezydent USA Donald Trump powiedział portalowi Axios, że teraz „w pobliżu Iranu znajduje się wielka armada”, ale Teheran jest gotowy do porozumienia. – Chcą zawrzeć umowę. Wiem to. Dzwonili wiele razy – powiedział Trump.

W ostatnich dniach irańscy urzędnicy wielokrotnie oświadczyli, że jeśli Stany Zjednoczone zdecydują się na atak, Iran jest gotowy do odpowiedzi.

Obserwatorzy wojskowi są przekonani, że głównymi celami tej odpowiedzi mogą stać się Izrael i amerykańskie bazy

w pobliżu granic Iranu: w Katarze, Iraku, Kuwejcie, Bahrajnie, Omanie, Arabii Saudyjskiej i innych krajach regionu.

Trump wielokrotnie groził na początku tego miesiąca, że uderzy na rząd Iranu za brutalne stłumienie masowych protestów antyrządowych. Prezydent wydaje się być niezdeterminowany, czy zezwolić na ataki. – Być może nie będziemy musieli z nich korzystać, ale zobaczymy – powiedział o grupie uderzeniowej lotniskowca USS Abraham Lincoln.

Admirał Brad Cooper z Marynarki Wojennej Stanów Zjednoczonych, najwyższy dowódca Pentagonu w regionie, spotkał się w poprzedni weekend z wysokimi rangą izraelskimi wojskowymi, w tym z szefem sztabu Sił Obronnych Izraela, generałem dywizji Eyałem Zamirem.

– Trump mówi za dużo, ale zapewniamy go, że spotka się z odpowiedzią na polu bitwy –

powiedział w piątek w wywiadzie dla państwowej telewizji dowódca Sił Powietrznych Korpusu Strażników Rewolucji Islamskiej (IRGC) generał brygady Majid Mousavi. Irański urzędnicy grożą, że w przypadku ataku na Iran uderzą na amerykańskie bazy na sąsiednim Półwyspie Arabskim. Czy to jedyna opcja odwetu irańskiego na możliwe uderzenie USA?

Cieśnina Ormuz

Prawdopodobna reakcja Islamskiej Republiki na atak USA nie będzie przypominała konwencjonalnej wojny między państwami. Strategia Teheranu od dawna opiera się na asymetrii, zaprzeczaniu i stopniowej eskalacji, czyli modelu mającym na celu podwyższenie kosztów dla przeciwników, przy jednoczesnym uniknięciu decydującej konfrontacji, której Iran może nie być w stanie całkowicie wygrać.

Jednym z najczęściej wymienianych źródeł przewagi Iranu jest Cieśnina Ormuz, wąska droga wodna, przez którą przepływa znaczna część światowych dostaw ropy naftowej. Chociaż Iran prawdopodobnie nie podejmie próby całkowitego i trwałego zamknięcia cieśniny, co prawie na pewno wywołałoby zdecydowaną reakcję międzynarodową, zachowuje on możliwość sporadycznego zakłócania żeglugi. Miny morskie, szybkie łodzie bojowe, drony i ataki rakietowe mogą spowodować wzrost kosztów ubezpieczenia, wywołać niepokój na rynkach i zaszykalizować zdolność Iranu do zagrożenia globalnym przepływem energii bez nieodwracalnego przekroczenia czerwonej linii.

Takie działania byłyby raczej wyważone niż maksymalistyczne. Teheran rozumie, że całkowite zablokowanie cieśniny Ormuz spowodowałoby zrażenie nie tylko mocarstw zachodnich, ale także Chin i innych państw, na których opiera się dyplomatycznie i gospodarczo. Zakłócenie, a nie zamknięcie, pozostaje bardziej prawdopodobnym narzędziem, jakim dysponuje Teheran.

Oś oporu

Oprócz presji morskiej Iran prawie na pewno będzie dążył do aktywizacji swojej regionalnej sieci sprzymierzonych grup zbrojnych. Chociaż ci sojusznicy zostali osłabieni przez niepowodzenia wynikające z wojny między Izraelem a Hamasem, nadal zapewniają Teheranowi pewną strategiczną głębię i elastyczność, umożliwiając ataki na interesy USA i sojuszników, przy jednoczesnym zachowaniu pewnego stopnia wiarygodnego zaprzeczenia.

Milicje szyickie w Iraku należą do najbardziej prawdopodobnych uczestników odwetowej operacji. Sekretarz generalny wspieranej przez Iran irackiej milicji Kataib Hezbollah, Abu Hussein al-Hamidawi, oświadczył, że oś oporu będzie wspierać Iran przeciwko Izraelowi i Stanom Zjednoczonym. Wezwał bojowników Kataib Hezbollah do „przygotowania się”. Ataki na bazy amerykańskie w regionie wiązać się z mniejszym ryzykiem eskalacji niż ataki na Izrael lub państwa Zatoki Perskiej, a grupy te wykazały już wcześniej gotowość do atakowania personelu amerykańskiego za pomocą rakiet i dronów w okresach wzmożonego napięcia.

W dalszej perspektywie ruch Huti w Jemenie mógłby również wnieść swój wkład, atakując transport morski lub infrastrukturę regionalną, zwiększając presję na kluczowych szlakach handlowych. Huti opublikowali 25 stycznia film przedstawiający ich atak z stycznia 2024 r. na brytyjski

tankowiec z podpisem „wkrótce”.

Strażnicy rewolucji

W centrum każdej irańskiej odpowiedzi znalazłby się sam IRGC (Korpus Strażników Rewolucji Islamskiej) – nie tylko jako siła zbrojna, ale jako ideologiczny i gospodarczy filar Islamskiej Republiki.

Iran posiada zarówno regularną armię, jak i Korpus Strażników Rewolucji Islamskiej (IRGC). Regularna armia, znana jako Artesh, ma za zadanie bronić integralności terytorialnej Iranu i utrzymywać porządek. Działa pod zwierzchnictwem najwyższego przywódcy i jest dowodzona przez generała dywizji Abdolrahima Mousawiego. Tymczasem IRGC, założony w 1979 r. w celu ochrony islamskiej rewolucji, stał się jedną z najpotężniejszych instytucji w kraju. Dowodzony przez generała dywizji Mohammada Pakpoura, Korpus podlega bezpośrednio najwyższemu przywódcy i całkowicie pomija prezydenta.

Szacuje się, że aktywny personel IRGC liczy około 120 000 osób, a dziesiątki tysięcy osób stanowią rezerwy powiązane. Poprzez swoje zewnętrzne ramie, Siły Quds, dowodzone przez Esmaila Qaaniego, IRGC wspiera grupy proxy, w tym Hezbollah w Libanie i Huti w Jemenie, oraz stanowi podstawę tego, co Islamska Republika nazywa „osią oporu”, luźną siecią podmiotów państwowych i niepaństwowych sprzymierzonych z Iranem, walczących z wpływami Stanów Zjednoczonych i Izraela w regionie.

Wpływy IRGC rozciągają się na bezpieczeństwo wewnętrzne Iranu poprzez Basidż, paramilitarne siły ochotnicze, które w 2007 r. zostały podporządkowane bezpośrednio IRGC. Pierwotnie utworzone po rewolucji w 1979 r. w celu egzekwowania norm społecznych i religijnych, Basidż służy obecnie jako siły szybkiego reagowania dla rządu, zajmujące się monitorowaniem i tłumieniem protestów oraz nadzorowaniem zachowań publicznych, w tym przestrzeganiem obowiązkowych przepisów dotyczących noszenia hidżabu. Szacuje się, że do „irańskie ORMO” liczy od 90 000 do 12 milionów członków, ale liczba aktywnych członków prawdopodobnie bliższa jest temu niższemu pułapowi.

Atak zewnętrzny niemal na pewno wzmocniłby pozycję IRGC w kraju. Instytucje cywilne i frakcje technokratyczne zostałyby jeszcze bardziej odsunięte na bok, a narracja o obronie narodowej zostałaby wykorzystana do uzasadnienia zaostrzenia kontroli wewnętrznej. Historycznie rzecz biorąc, IRGC reagowało na presję zewnętrzną spójnością, a nie fragmentacją.

Już nigdy nie chciałam być połączona dzieckiem z żadnym mężczyzną

Maffashion na Instagramie



Z ŻYCIA GWIAZD

Mateusz Damięcki Nie jest nudny

Popularny aktor z żoną poinformował na Instagramie, że wystawił na WOŚP aukcję, która umożliwi zwycięzcy wspólne wyjście na kolację oraz do teatru. Do postu załączył zdjęcia, na których para zapozowała nago. „Nie jesteśmy tacy nudni, jak mogłoby się wydawać. Licytujcie. Paulina i ja jesteśmy gotowi” – podpisał Damięcki fotografie.

Ewa Chodakowska Regularnie ma okres

Celebrytka zamieściła na Instagramie zdjęcie w bikini i podpis: „Ważę 55 kg, przy wzroście 168 cm. Mam 17% tkanki tłuszczowej. W biodrach 92 cm czystego mięśnia. Nie będę przeproszać. A! Regularnie mam okres i nie mam problemów z hormonami. Moje ciało jest wysportowane, zdrowe i nie jest to „problem do komentowania”.

Julia Wieniawa Może powiedzieć „koniec”

W tym roku wystawiła na licytację na rzecz WOŚP wspólną nocownikę. - To, że kupujesz nocownikę, nie znaczy, że kupujesz Julkę. Człowieka nie można kupić, bo byłby to handel ludźmi. A tak mówiąc serio, jeżeli w czasie spotkania komuś z was coś się nie spodoba, no to Julia może powiedzieć „koniec” – podkreśla Marcin Kruszewski.



W TELEWIZJI



Sonata

TVP Kultura, 20:00

Oparta na faktach opowieść o niedosłyszającym chłopcu, który marzy o grze na fortepianie. Urodzony przedwcześnie Grzegorz Płonka zostaje uznany za autystyka. Wszystko się zmienia, gdy okazuje się, że problemem jest niedosłuch. Za sprawą implantu słuchowego zaczyna poznawać dźwięki i słyszeć muzykę, która staje się jego największą miłością.

Furioza

TV Puls, 20:00

Dawid pracuje jako lekarz, gdy w jego życiu pojawia się dawna ukochana. Pracująca w policji Dzika składa mu propozycję – albo zostanie informatorem, albo jego brat trafi do więzienia. Mężczyzna podejmuje się infiltracji zorganizowanej grupy przestępczej.

Doktor Larsen

AXN, 21:05

Po urazie mózgu, szefowa oddziału chorób wewnętrznych, dr Amy Larsen, traci pamięć z ostatnich ośmiu lat życia. Walczy o odbudowanie swojego życia i kariery.

Pierwszy strzał

TVP 1, 21:10

Will (Hayden Christensen) zabiera rodzinę do domu w rodzinne strony. Podczas polowania bandyci uprowadzają chłopca. Razem z szefem policji (Bruce Willis) Will stara się odnaleźć syna.

KRZYŻÓWKA NR 18

Poziomo:

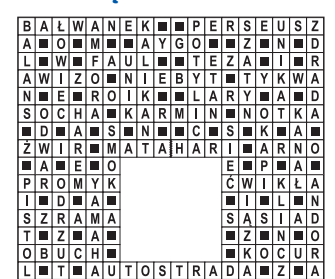
- 1) kubański instrument perkusyjny,
- 6) ręczna, długa broń palna,
- 10) jęczmień lub pszenica,
- 11) serialowa rola Eda O'Neill,
- 12) szturm na pozycje nieprzyjaciela,
- 13) brak środków do życia,
- 16) ... Opalek z baśni o sierotce Marysi,
- 19) statek o napędzie jądrowym,
- 24) wydany przez dowódcę,
- 25) ubezpieczający oddział wojska,
- 27) najbliższe otoczenie, obszar,
- 28) najdroższa przyprawa kuchenna,
- 29) pojemnik wypełniony borowikami,
- 31) owad koncertujący wieczorami, piew,
- 33) majątek osobisty, dobytek,
- 34) biegłość nabyta przez lata praktyki,
- 36) szelki dla pudelka,
- 37) chuligański wybrzyk, wyskok,
- 38) część przebywanej drogi,
- 39) „... Bilko”, komedia amerykańska,
- 40) futro ze skórek tchórczy.

Pionowo:

- 1) cichy głos mrućka,
- 2) rysunkowa zagadka z „Rozrywki”,
- 3) największa z antylop, eland,
- 4) zasuw w kanale kominowym,
- 5) małżeńskie w sypialni,
- 6) imię Dancewicz, aktorki z filmu „Pułkownik Kwiatkowski”,
- 7) miasto w pobliżu Malborka,
- 8) złe przyzwyczajenie, nawyk,
- 9) kraj w Ameryce Południowej z Santiago,
- 14) święty obraz w cerkwi,
- 15) ważny port i stolica Senegalu,
- 17) hazardowa gra w karty,
- 18) płonie w czasie igrzysk,
- 20) alotropowa odmiana tlenu,
- 21) pęta na kończynach skażająca,
- 22) model Seata jak wyspa w Balearach,
- 23) staropolski strój, węgierka,
- 26) grecki bóg sztuki lekarskiej,
- 29) regionalna nazwa zarosli,
- 30) nie posiada rodziców,
- 31) ... Polski, miał miejsce w 966 roku,
- 32) piekielne, są szczególnie dolegliwe,
- 35) odporny na wiedzę, ignorant.



ROZWIĄZANIE NR 17



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Dzień sprzyja szybkim decyzjom i działaniu. Horoskop dzienny podpowiada, aby uważać na impulsywność w rozmowach z bliskimi.

Ryby (19.02 - 20.03)

Skup się na porządkowaniu drobnych spraw. Horoskop na dziś zapowiada, że spokój oraz konsekwencja przyniosą dobre efekty.

Baran (21.03 - 19.04)

Rozmowy i wiadomości będą kluczowe. Horoskop dzienny na środę wróży, że ktoś może zainspirować Cię do ciekawej zmiany planów.

Byk (20.04 - 20.05)

Emocje grają dziś dużą rolę. Horoskop dzienny to wskazówka, by zadbać o siebie i nie brać cudzych problemów zbyt osobiście.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)

Masz szansę zabłysnąć w pracy lub w towarzystwie. Horoskop na dziś mówi, że pewność siebie pomoże, ale unikaj przesady.

Rak (22.06 - 22.07)

Dobry dzień na planowanie i analizę. Horoskop dzienny na środę mówi, że detale zrobią różnicę, zwłaszcza w sprawach zawodowych.

Lew (23.07 - 22.08)

Relacje wysuwają się na pierwszy plan. Horoskop dzienny zapowiada, że szczerą rozmową pomoże przywrócić równowagę i spokój.

Panna (23.08 - 22.09)

Intuicja podpowie Ci właściwe kroki. Horoskop na dziś to wskazówka, by zaufać sobie, ale nie zdradzać jeszcze wszystkich planów.

Waga (23.09 - 22.10)

Poczuje potrzebę ruchu i zmiany. Horoskop dzienny na środę mówi, że krótka podróż lub nowy pomysł doda Ci energii oraz motywacji.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Obowiązki mogą się spiętrzyć, lecz dasz sobie radę. Horoskop dzienny zapowiada, że dziś systematyczność zadziała na Twoją korzyść.

Strzelec (22.11 - 21.12)

Kreatywność i nieszablone myślenie przyniosą ciekawe rozwiązania. Horoskop na dziś stanowczo radzi nie bać się iść pod prąd.

Koziorożec (22.12 - 19.01)

To dobry dzień na refleksję i odpoczynek. Horoskop dzienny na środę radzi wsłuchać się w potrzeby serca i zwolnić tempo.

Pierwszy „wiosenny” skalp Cracovii na przekór kłopotom

Jacek Żukowski
jacek.zukowski@polskapress

EKSTRAKLASA PIŁKARSKA.
W meczu kończącym 19. kolejkę w Niecieczy Bruk-Bet Termalica przegrał z Cracovią 0:1.

Był to pierwszy mecz w tak zwanej wiosennej części sezonu, ale aura z wiosną nie ma nic wspólnego. Piłkarze zmagali się z zimnem, było -10 stopni Celsjusza. „Pasy” awansowały na 4. miej-

sce w tabeli, Bruk-Bet Termalica ją zamyka.

„Pasy” przed meczem były na 6. miejscu i marzyły o europejskich pucharach. Zimą doznały jednak osłabień. Nie ma już w ich szeregach Filipa Stojilkovicia, Mikkela Maigaarda, a Otar Kakabadze jest kontuzjowany. To spora wyrwa, bo to byli podstawowi zawodnicy.

Bruk-Bet Termalica wygrał wszystkie pięć zimowych sparingów, z kolei „Pasy” zremisowały wszystkie trzy mecze. Ale nie

miało to już znaczenia, liczyło się tu i teraz.

Trener Cracovii Luka Elsner nie mógł skorzystać z kontuzjowanego Gustava Henrikssona i pauzującego za kartki Dominika Piły. Za to szansę debiutu otrzymał Hiszpan Pau Sans, wypożyczony z Realu Saragossa. I był to debiut ze wszechmiar udany. Po podaniu Karola Knapa, który z konieczności, za kontuzjowanego w trakcie gry Mauro Perkovicia zagrał na lewej obronie, podała piłkę w pole karne, a Pau kapitalnie ją dotknął, tak, że skierował do siatki. Okazał się ojcem zwycięstwa.

On jest bardzo kreatywny, ma szybkość, jesteśmy szczęśliwi, że znaleźliśmy takiego zawodnika. Ma dobry start. Kocha bramki, chciałby punktować co tydzień - cieszył się po meczu szkoleniowiec Krakowian.

A tak mówił o innych debiutantach Maxime Dominguez i Beno Selanie: - Maxime to z kolei bardzo techniczny zawodnik, widać było po pierwszych kontaktach z piłką dużą intensywność. Beno z kolei da nam stabilizację defensywną. Z Mateuszem Klichem, Praszeliem i Amirem tworzą zestaw pomocników.

Cieężko znaleźć coś negatywnego w naszej grze, patrząc na warunki w jakich odbywał się mecz i boisko, które nie było w idealnym stanie - dodawał krakowski szkoleniowiec.

Karol Knap - defensywny pomocnik zagrał na lewej obronie. To mogło zaskakiwać. Zwłaszcza, że Knap to piłkarz, który przed obozem był już jedną nogą poza klubem.



Pau Sans (z prawej) ledwo co dołączył do Cracovii, a już zapewnił jej zwycięstwo

- Karol ma profil bocznego obrońcy, lubi biegać, ma defensywne atrybuty - mówi trener. - Próbowaliśmy tego rozwiązania na treningach w ostatnich tygodniach. To dla nas opcja.

Z konieczności na pozycji napastnika zagrał Martin Minczew.

Zagrał świetny mecz, bardzo ciężko pracuje dla drużyny - mówi Elsner. - Pozytywnie oceniam jego występ, czekamy na jednego może dwóch napastników o różnych profilach, może dołączą przed końcem okienka. Będziemy się poki co grać z Martinem lub Kahvehem, który też jest opcją gry na „9”.

Jakie są rokowania co do kontuzjowanych piłkarzy? - Mauro podkreślił kostkę, nie wyglądało to dramatycznie, będziemy potrzebować 3 - 4 dni, by to ocenić - mówi Elsner. - Poza tym nie ma Kakabadze na długi czas, około 3 miesiące. Jeśli chodzi o Henrikssona to mam nadzieję, że doj-

dzie do siebie, ma lekki problem. Liczymy też na to, że Charpentier dojdzie w ciągu dwóch tygodni. „Pasy” są w grze o puchary, ale kolejne mecze będą weryfikowały ich możliwości - najbliższy już 6 lutego o godz. 20.30 z Lechią w Gdańsku.

Zegraliśmy bardzo efektywny mecz, byliśmy bardzo kompaktowi w defensywie, agresywni w obronie. Wiedzieliśmy, że będzie ciężko, ale cieszymy się, że przywozimy trzy punkty do Krakowa - cieszył się Elsner.

Na drugim biegunie w tabeli są niecieczanie. W razie zwycięstwa opuściliby ostatnie miejsce w tabeli i awansowali na 13. Tak się jednak nie stało.

Liczyliśmy na pewno na lepszy początek z naszej strony. W pierwszych minutach było widać dużą odpowiedzialność z naszej strony - mówi ich trener Marcin Brosz. - Czym dłużej

trwał mecz, akcje nie były takie, na jakie liczyliśmy, że będą. Trzeba docenić przeciwnika. Szkoda, że za późno zegraliśmy bardziej odważnie, mieliśmy rzuty wolne różne.

Czy łatwo było szkoleniowcowi Bruk-Betu rozpracować Cracovię?

- Wiedzieliśmy Cracovię w meczach kontrolnych, jaki jest pomysł trenera - mówi Brosz. - Wiedzieliśmy, że będzie zmiana systemu. Patrzyliśmy, co się dzieje, ale skupialiśmy się bardziej na sobie, by jak najlepiej być przygotowanym do tego spotkania.

W okresie przygotowawczym Bruk-Bet Termalica wygrał wszystkie sparingi, czy to nie „uśpiło” zespołu.

- Okres przygotowawczy jest po to, by się przygotować - mówi Brosz. - Zdajemy sobie sprawę, by nie wyciągać daleko idących wniosków. W meczach kontrolnych chcieliśmy sprawdzić pewne rzeczy. Ale dla nas liczy się to, co w lidze.

BRUK-BET TERMALICA NIECIECZA - CRACOVIA 0:1 (0:0)

Bramka: 0:1 Sans 54.

Bruk-Bet: Chovan - Isik, Kopacz, Kasperkiewicz - Hilbrycht, Kubica, Kurzawa (63 Trubeha), Wolski (81 Boboc) - Romero (63 Ambrosiewicz), Jimenez (46 Fassbender) - Zapolnik (63 Durdov).

Cracovia: Madejski - Sutalo, Wójcik, Traore, Perković (43 Knap) - Klich (88 Selan), Al-Amari, Praszeli (74 Kameri) - Hasić, Minczew, Sans (74 Dominguez).

Sędziowali: Damian Kos (Wejherowo) oraz Bartosz Heinig, Artur Zakrzewski (obaj gdańscy).

Widzów: 3459.

© P

Z ogromnym żalem i smutkiem przyjęliśmy wiadomość o śmierci naszego sąsiada, Przyjaciela i kolegi wieloletniego działacza spółdzielni



Zygfrieda Rydza

Serdeczne wyrazy współczucia

Żonie oraz Rodzinie

składają
mieszkańcy ul. Belgradzkiej w Gdańsku

Ceremonia pogrzebowa odbędzie się dnia 06.02.2026 r.
Na cmentarzu komunalnym w Kosakowie o godz. 13:00

Prezesowi

Jackowi Mesyszyn

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

Mamy

składają

przyjaciele z KWSP "Społem" w Malborku

Z głębokim smutkiem zawiadamiamy, że dnia 23 stycznia 2026 roku odeszła nasza kochana Siostra, Ciocia i Szwagierka



Beata Cegłowska

Pogrzeb odbędzie się
6 lutego 2026 roku o godzinie 12.30
na Cmentarzu Srebrzysko (nowa kaplica).

Zawiadamia pogrążona w smutku

Rodzina

REKLAMA

0011246076

dziennikbaaltycki.pl/nekrologi

Nekrologi, kondolencje

przyjmowane są od poniedziałku do piątku
w godzinach 8.30-15.30

- bezpośrednio w Biurze Ogłoszeń, **Gdańsk, Połężę 3, tel. 58/300 32 11**
- drogą mailową: nekrologi@prasa.gda.pl
- poprzez Internetowe Biuro Ogłoszeń ibo.polskapress.pl
- w zakładach pogrzebowych współpracującymi z Dziennikiem Bałtyckim
 - PPU Zielen, Gdańsk, Partyzantów 76 www.zielen.pl, tel. 58/341-20-71 do 73
 - ZDiZ w Sopocie Cmentarz Komunalny, Malczewskiego 31 tel. 58/551-03-50, biuro@cmentarz.sopot.pl
 - Zarząd Cmentarzy Komunalnych w Gdyni ul. Witomińska 76, tel. 58/660-89-50, www.zck.pl



nekrologi.net

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?

Telefonicznie: 800-472-852, 58 300 32 17

i zapłać kartą kredytową

Przez internet: ibo.polskapress.pl

W Biurze Ogłoszeń - **Gdańsk, Połężę 3,**
tel. 58/3003 211

Nieruchomości

DOMY - KUPIĘ

SKUP części nieruchomości, cała
Polska 518-503-404

GARAŻE

KUPIĘ garaż! Płacę gotówką!

Tel: 535-340-504.

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

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

CYKLINOWANIE 501979520

MALOWANIE dachów. 788-016-988.

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

KUPIĘ ciągniki, przyczepy, maszyny
rolne. Tel. 535135507.

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne
w Twojej gazecie
przez Internetowe
Biuro Ogłoszeń.
**Bez wychodzenia
z domu.**

ibo.polskapress.pl



Transferowe szaleństwo w Europie z Polską w tle

Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

PIĘKA NOŻNA. W odróżnieniu od naszego podwórka, w europejskich ligach TOP 5 zimowe okno transferowe dobiegło właśnie końca. Jakie ruchy były najbardziej spektakularne?

Najwięcej za jednego zawodnika zapłacił angielski Manchester City. Ekipę „The Citizens” wzmocnił 26-letni napastnik Antoine Semenyo, przechodząc z AFC Bournemouth za oszałamiające 72 mln euro. Co ciekawe, w Anglii drugi najwyższy transfer przeprowadziło Crystal Palace, czyli potencjalny rywal polskich klubów w fazie pucharowej Ligi Konferencji. Do ekipy zdobywcy Pucharu Anglii za niemal 50 mln euro trafił norweski napastnik Jorgen Strand Larsen.

Lookman za Gallaghera

W Hiszpanii transferowe show skradło Atletico Madryt. Popularni „Los Colchoneros” najpierw za 40 mln euro sprzedali Conora Gallaghera do Tottenhamu Hotspur, a później za 35 mln euro pozyskali Ademola Lookmana z Atalanty Bergamo. Z racji bardzo restrykcyjnych obostrzeń finansowych w La Liga, Real Madryt i FC Barcelona stroniły od wysokich kwot. Do Dumy Katalonii wrócił Joao Cancelo, a na wypożyczenie powędrował Marc-Andre ter Stegen.

Szymański w TOP 10

We Francji w TOP 10 najdroższych transferów znalazł się reprezentant Polski. Sebastian Szymański został ściągnięty do Stade Rennes z tureckiego Fenerbahce Stambuł,



FOT. EPAPAP

Najdroższym transferem zimowego okna było przejście Antoine'a Semenyo z Crystal Palace do Manchesteru City

a finalna kwota transferu to około 9,5 mln euro. We Włoszech najdroższy okazał się 25-letni napastnik Lorenzo Lucca, który został wykupiony przez SSC Napoli z Udinese Calcio za 26 mln euro. Co ciekawe, Włoch w tym samym oknie transferowym został wypożyczony do angielskiego Nottingham Forest.

Co w niemieckiej Bundeslidze. Otóż zaledwie jeden transfer przekroczył kwotę 10 mln euro. Jego bohaterem został 20-letni francuski napastnik Abdoul Kone, który został sprowadzony przez RB Lipsk za 17,5 mln euro ze Stade Reims. W tym przypadku również postanowiono wypożyczyć

młodego snajpera, ale do klubu, z którego został kupiony.

Oslabienia Ekstraklasy

Tej zimy, również podczas poniedziałkowego Deadline Day (ostatni dzień transferów w topowych ligach), nie brakowało ruchów z naszej PKO Ekstraklasy. W naszej lidze zarabia się już dobrze (Lech, Legia, Raków) albo wręcz bardzo dobrze (Widzew). Są nowoczesne stadiony, jest duża publika i kilka drużyn regularnie występujących w Lidze Konferencji. Dla piłkarzy z ponadprzeciętnym talentem to jednak liga wyłącznie przystankowa: wyróżnia się i odchodzą. Czasami wy-

starczy nawet jedna udana runda.

Kto kogo stracił tym razem? Jedną z historii nadaje się wręcz na dokument na Netfliksie. Oto bowiem reprezentant Wysp Owczych, 25-letni Andrias Edmondsson, przeszedł drogę od drugoligowej Chojniczanki Chojnice, przez Wisłę Płock, z którą wywalczył awans do Ekstraklasy i pozycję lidera po jesieni, aż po wysniony transfer za 2,5 mln euro do Hellasu Werona, występującego w Serie A. Zagra w niej, naturalnie, jako pierwszy Farerczyk w historii. - Żal się rozstawać, ale taka jest piłka. Mówiąc sobie do zobaczenia, uroniliśmy obydwaj łezkę - wyznał prezes Nafciarzy, Piotr Sadczuk.

Najdroższy Pietuszewski

Transferów do Italii było więcej. Dość niespodziewanie 19-letni Adrian Przyborek zamienił Pogoń Szczecin na Lazio Rzym za kwotę 4,5 mln euro, która wzrosła do 7 mln za bonusy. Niezwykle interes zrobiła też Cracovia, sprzedając do Pisy po rundzie Filipa Stojilkovicia. Za bramkostrzelnego Szwajcara otrzymała 3 mln euro, uprzednio wydając 300 tys.

Naturalnie najgłośniejszą transakcją okazała się wcześniejsza sprzedaż Oskara Pietuszewskiego z Jagiellonii Białystok do FC Porto (za około 10 mln euro). Tej zimy ważnych piłkarzy stracili też Górnik Zabrze (Ousmane Sow za 3 mln euro do Broendby) czy Raków Częstochowa (Peter Barath za 2 mln euro do Sigmy Ołomuńiec). Do skutku nie doszedł za to transfer Steve'a Kapuadiego z Legii Warszawa do Cremonese, chociaż uczestnik Pucharu Narodów Afryki nawet popatygował się przedwczoraj do Włoch. ©©

Aleksandra Mirosław ogłosiła zakończenie kariery sportowej w 2026

Jacek Kmiecik
redakcja@polskapress.pl

WSPINACZKA NA CZAS. Aleksandra Mirosław, mistrzyni olimpijska, trzykrotna mistrzyni świata i rekordzistka globu we wspinalstwie na czas, ogłosiła, że po sezonie 2026 zakończy karierę.

Aleksandra Mirosław o swojej decyzji poinformowała w internecie w dniu swoich 32. urodzin.

„Od dłuższego czasu wiedziałam, jak chciałabym się pożegnać ze światem sportu w tej roli. Na szczycie. Na swoich warunkach. W swój sposób. I teraz, jak skończyłam 32 lata, ten dzień nadszedł. Chciałabym wam powiedzieć, że sezon 2026 będzie moim ostatnim sezonem startowym” - napisała mistrzyni olimpijska i świata na Instagramie.

Pochodząca z Lublina zawodniczka poinformowała, że ostatnimi imprezami w jej zawodowej karierze będzie tego-

roczny Puchar Świata oraz mistrzostwa Europy. Z polskimi kibicami będzie mogła się pożegnać w dniach 3-5 lipca podczas zawodów PŚ w Krakowie.

„Tylko kilka ostatnich startów i ten rozdział dobiegnie końca. Sport zawsze pozostanie ważną częścią mnie, chociaż moja rola będzie się stopniowo zmieniać. To ogłoszenie jest głównie dla was - dla fanów, którzy byli ze mną przez te wszystkie lata. Chciałabym was zaprosić, byście dołączyli do mnie w tych ostatnich miesiącach i szczególnie w Krakowie, gdzie wystąpię w Pucharze Świata po raz ostatni” - napisała Mirosław.

W mediach społecznościowych do ogłoszenia mistrzyni olimpijskiej krótko odniósł się jej trener - a prywatnie mąż - Mateusz Mirosław. Udostępnił post żony z dopiskiem „one last ride.” (ostatnia przejażdżka - przyp. red.).

32-letnia zawodniczka nie doprecyzowała, czym zajmie się po zakończeniu sportowej kariery. ©©



FOT. WOJCIECH MATUSIK

Aleksandra Mirosław ogłosiła na Instagramie, że rok 2026 będzie jej ostatnim w karierze zawodniczej

Zimowe igrzyska jeszcze się nie zaczęły, a już jest pierwszy skandal

Jacek Kmiecik
redakcja@polskapress.pl

IGRZYSKA OLIMPIJSKIE. Zimowe igrzyska w Mediolanie i Cortinie d' Ampezzo rozpoczynają się za trzy dni, w piątek, 6 lutego, a już mamy pierwszy skandal: na dopingu przyłapano biathlonistkę.

Biathlonistka gospodarzy Rebecca Passler uzyskała pozytywny wynik testu antydopingowego jako pierwsza wśród sportowców mających uczestniczyć w igrzyskach. Informa-

cja ta została już potwierdzona przez Włoską Agencję Antydopingową. U 24-letniej Włoszki wykryto letrozol.

Letrozol to substancja stosowana w terapii onkologicznej, ale także w redukcji poziomu estrogenów. Stosuje się też tę substancję w... hormonalnym leczeniu raka piersi, ale u kobiet po menopauzie.

Passler to 8-krotna medalistka mistrzostw świata juniorów w latach 2020-2022. W Pucharze Świata nie miała sukcesów, choć w Oberhofie zajęła 10. miejsce. W obecnym sezo-

nie Pucharu Świata zajmuje 33. miejsce w klasyfikacji generalnej. Zdobyła dwa brązowe medale w sztafetach na etapach Pucharu Świata.

Passler miała marzenia o starcie na igrzyskach i zdobycie medalu tak jak jej tata - Johann Passler. To właśnie on jest legendą włoskiego biathlonu, bo był pierwszym włoskim medalistą olimpijskim w historii: zdobył brązowy medal w Calgary w 1988 roku.

Według materiałów komitetu organizacyjnego Zimowych Igrzysk Olimpijskich

w Mediolanie i Cortinie dziennikarze mogą posiadać żywność wyłącznie w rozsądnych ilościach i wyłącznie na własny użytek. Istnieją jednak pewne wyjątki. Dotyczą one specjalnej żywności dla niemowląt, mleka i produktów niezbędnych ze względów medycznych.

Dokumenty szczegółowo określają zasady dotyczące alkoholu. W centrum prasowym dozwolone są wszystkie rodzaje napojów alkoholowych, ale ich ilość jest ściśle ograniczona: „W pomieszczeniach dozwolone jest spożywanie

wszelkiego rodzaju napojów alkoholowych, ale nie więcej niż 1 litr na osobę”.

Jednak w innych strefach olimpijskich obowiązują surowsze ograniczenia. Wnoszenie napojów alkoholowych na teren wioski olimpijskiej jest całkowicie zabronione niezależnie od statusu akredytacji.

„Przedstawiciele mediów mogą wnieść do centrum prasowego rozsądną ilość jedzenia wyłącznie do osobistego spożycia” - czytamy w materiałach komitetu organizacyjnego ZIO 2026. - „Wyjątki obejmują spe-

cialną żywność dla niemowląt i mleko, a także ze względów medycznych. W budynku dozwolone są wszelkiego rodzaju napoje alkoholowe, ale nie więcej niż 1 litr na osobę”.

Komitet organizacyjny zakazał wnoszenia frisbee i wu wuzeli na obiekty olimpijskie. Na terenie zawodów, w centrum medialnym oraz w wiosce olimpijskiej zabrania się korzystania z rowerów, hulajnóg, rolek, żyropodów i desek latających. Nie wolno również używać składanych krzeseł, mat i namiotów. ©©

SPORT

www.sportowy24.pl

KOSZYKÓWKA

Jutro o godz. 20.15 zespół AMW Arki Gdynia podejmie Orlen Zastal Zielona Góra. Drużyna trenera Mantasa Cesauskisa będzie chciała się poprawić po ostatniej przegranej z Anwillem. Żółto-niebiescy mają ligowy bilans 12-6, a ich czwartkowi rywale 10-8. W październiku gdynianie wygrali w Zielonej Górze 77:75.
(raf)



FOT. P. ŚWIDERSKI

ŻUŻEL

Marcowy plan Wybrzeża. Gdańscy żużlowcy zgrupowaniem w chorwackim Goricu (9-11 marca) rozpoczną przygotowania do sezonu. Później w planach mają także cztery sparingi.
(raf)

Otwarcie dla wszystkich ninja

Rafał Rusiecki
rafal.rusiecki@polskapress.pl

SPORTY PRZESZKODOWE. Przestrzeń licząca prawie 1000 metrów kwadratowych wypełniona wymyślnym i często unikatowym sprzętem do ćwiczeń to nowa oferta KolekTYwu 2.0.

W postoczniowej scenerii Gdańska prężnie rozwija się miejsce, które skupia zawodników ninja, trenerów, a także wszystkich tych, którzy chcą zmierzyć się z trudnymi wyzwaniami. Wraz z początkim lutego rozpoczął się nowy rozdział KolekTYwu. To daje twórcom nowe możliwości.

- KolekTYw to wsparcie, możliwości, siła, motywacja, wspólnota, współpraca, pasja, rodzina, ninja i ludzie - tak opowiadają o swoim przedsięwzięciu sportowcy, którzy w byłym przemysłowym sercu Gdańska rozwijają się w sporcie ninja.

Właśnie mają na koncie duży sukces, jakim jest otwarcie nowej przestrzeni - tuż za ścianą poprzedniej siedziby. Ta przestrzeń od 1 lutego 2026 roku już oficjalnie powiększyła się trzykrotnie.

- Działamy sami. Każdy dokłada małą cegiełkę do tego przedsięwzięcia. Po roku walk i trudów otworzyć salę KolekTYw 2.0. Nazwaliśmy go w ten sposób, bo nie otwieramy nowego obiektu, ale nowszy i większy. Myślę, że to duży sukces. Na oficjalne otwarcie przyszło blisko 200 osób wraz z dziećmi. Otworzyliśmy trzykrotnie większą strefę ninja. Są tutaj także strefa kalisteniki, street workoutu, siłowni, aerial hoop, i pole dance. Możemy zaoferować więcej, niż wcześniej - wylicza Julia Szewczyk, menedżerka KolekTYwu 2.0.

Podczas oficjalnego otwarcia z symbolicznym przecięciem wstęgi organizatorzy przedstawili filmik, na którym pojawił się zapis ich pracy nad stworzeniem toru przeszkodowego z prawdziwego zdarzenia.

Wymagający tor

Teraz każdy gotowy na fizyczne wyzwania znane chociażby z programu telewizyjnego „Ninja Warrior Polska”, może dołączyć do gdańskiej ekipy.

- Działamy społecznie, ale powiększenie przestrzeni to



FOT. WOJCIECH JUREK

Gdański Kolektyw oferuje obecnie z największych torów przeszkodowych w Polsce

także większe koszty. Będziemy więc mieli zajęcia komercyjne: aerialowe, pole dance, akrobatykę, jogę, czy szermierkę. Stworzyliśmy największy multisportowy obiekt dedykowany do sportów indywidualnych. Do siłowni nie możemy się porównywać, bo nie mamy typowych maszyn,

choć trening siłowy też można u nas zrobić - mówi Grzegorz Niecko, jeden z głównych inicjatorów rozwoju KolekTYwu 2.0.

Przydatne informacje o formułach zajęć, terminarzu oraz płatnościach chętni mogą znaleźć na stronie internetowej KolekTYwu. Istnieje także możli-

wość zapisania się na recepcji przed zajęciami.

Urozmaicone treningi

- Jeśli chodzi o treningi, to nasza oferta z poprzedniej sali jest aktualna, ale poszerzamy zajęcia o nowe typy treningów. Będziemy je na bieżąco promować. Jednym z takich zajęć jest

„Ziemia to lawa” dla dzieci i młodzieży, gdzie będą się oswajać z treningami ninja, czy OCR-ami. Będziemy mieć większą ofertę zajęć ninja, na przykład pod wysokie loty. Mamy strefę PolekTYw, czyli strefę rurkową. Od marca będą tam zajęcia grupowe prowadzone przez Karolinę Gajewską, czyli mistrzynię Polski w akrobatyce na szarfach i kołach - dodaje Julia Szewczyk.

Jednocześnie społeczność KolekTYwu przygotowuje się do nadchodzących zawodów sportowych. Już 7 i 8 marca 2026 roku najlepszych będzie można podziwiać w hali w Elblągu, gdzie rozegrane zostaną mistrzostwa Polski ninja. Z Gdańska do Elbląga specjalnie na te zawody przewieziona będzie kratownica z przeszkodami. Nowa przestrzeń pozwoli także z większą pompą przygotować w sierpniu 2026 roku szóstą edycję Letnich Zawodów Ninja.

- Te zawody, najprawdopodobniej na początku sierpnia, będą już miały inną jakość i poziom. Zamiast oddzielnych stacji będziemy mieć jedną, ciągłą linię przeszkodową - dodaje Julia Szewczyk.

Koszykarski Energa Trefl ma problem z kontuzjami. Będą transfery?

Rafał Rusiecki
rafal.rusiecki@polskapress.pl

KOSZYKÓWKA. Początek roku to droga przez mękę dla koszykarzy Energi Trefla Sopot. Na osiem meczów przegrali pięć, a jedną z przyczyn są kontuzje i choroby zawodników.

Początek sezonu 2025/2026 pod wodzą fińskiego szkoleniowca Mikko Larkasa rozbudził wśród kibiców koszykarskich nadzieje na kolejne sukcesy. Energa Trefl Sopot przystąpił do rozgrywek w Orlenie Baskiecie Lidze oraz FIBA Europe Cup po dużych zmianach w składzie. W głównej mierze sprowadzały się one do odmłodzenia rotacji, czyli tłumacząc to na język faktów zmniejszenia budżetu płacowego.

Trenerowi Larkasowi i jego podopiecznym wszystko przychodziło z łatwością. Żółto-czarni szli jak burza na krajo-

wym podwórku. Dodawali do tego wygrane w pierwszym etapie europejskich pucharów. Pewnymi łącznikami pomiędzy poprzednimi sezonami, a obecnym byli dwaj polscy liderzy - Jakub Schenk oraz Mikołaj Witliński. Znakomicie po powrocie do Sopotu spisywał się Paul Scruggs, stając się wyraźnym liderem drużyny.

Ciężary zaczęły się robić, kiedy pojawiły się urazy kluczowych zawodników. W zestawieniu z wciąż napiętym terminarzem spotkań i przecięznaniami związanymi z podróżowaniem po Europie koszykarska maszyna przestała działać, jak należy.

W styczniu wypadali więc kolejni ważni koszykarze Mikko Larkasa. A jeśli wracali, to - co zrozumiałe - nie mogli od razu wskoczyć na poziom, który prezentowali wcześniej. W pierwszym miesiącu 2026 roku żółto-czarni przegrali pięć z ośmiu meczów (wczorajszy



FOT. PRZEMYSŁAW ŚWIDERSKI

Kenny Goins w rozmowie z trenerem Mikko Larkasem. Amerykanin na razie musi zadbać o swoją tydkę

w Murcji zakończył się po zamknięciu tego wydania). Nie we wszystkich przypadkach byli na straconej pozycji. Smutnym akcentem zamykającym styczeń była przegrana 64:104 z Dzikami Warszawa.

W tym ostatnim meczu nie mogli wystąpić Amerykanie Kenny Goins oraz Raymond Cowels. Pierwszy - silny skrzydłowy - wykluczony będzie z gry jeszcze przez około dwa tygodnie, co jest efektem komplikacji po urazie tydki. Drugi - rzucający obrońca - ma problemy z barkiem, co oznaczać ma pauzę przez co najmniej cztery tygodnie.

- Podczas spotkania z WKS-em Śląskiem Wrocław kontuzji obręczy barkowej doznał Raymond Cowels III. Amerykański obwodowy przeszedł serię szczegółowych badań oraz konsultacji lekarskich, których celem było postawienie optymalnej diagnozy i wdrożenie odpowiedniego procesu rekon-

walescencji. Niestety, przez co najmniej najbliższe cztery tygodnie 35-latek nie będzie mógł pomóc naszemu zespołowi w meczach ani treningach - przekazał sopocki klub w komunikacie z 2 lutego.

Czy w związku z tym Trefl będzie szukał transferów?

- Gdyby był jakiś magiczny guzik, po wciśnięciu którego można mieć zawodnika z potencjałem z NBA, to wtedy tak - śmieje się trener Mikko Larkas. - W pierwszej kolejności wszyscy muszą wrócić do zdrowia. Mamy pewnych zawodników chorych, a inni są kontuzjowani. Z tego wynikają problemy z odpowiednimi treningami. Nie wiem nawet, kiedy graliśmy z wykorzystaniem całej kadry zawodników. Zobaczmy, co możemy zrobić, bo niektóre kontuzje będą długotrwałe. Jestem zadowolony z tych, którzy są w drużynie. Jednocześnie jest ciężko, jeśli nie ma wszystkich do gry.