DZIŚ SPECJALNY DODATEK
MISTRZOWIE SMAKU
A W NIM PREZENTUJEMY LAUREATÓW AKCJI

Nr ISSN 2353-6160
Nr indeksu 350-028

www.dziennikbaltycki.pl

Nr 268 (24 930) | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Środa, 18.11.2026

81 *lat*

Dziennik Bałtycki

Relaks
Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Region

Jesienią odbierają klucze do SIM-owskich mieszkań

Przybywa mieszkań Społecznej Inicjatywy Mieszkaniowej. Wczoraj Mały Klincz za moment m.in. wręczenie kluczy w Malborku
– Str. 3

Malbork

Włodzimierz zapewnia, że tam Roku UPA nie będzie

Burmistrz Włodzimierza, ukraińskiego miasta partnerskiego Malborka, oficjalnie potwierdził, że w jego mieście nie będzie Roku UPA
– Str. 4

Mammobusy pojawią się na Kaszubach. Kobiety w wieku 45-74 lat mogą bezpłatnie wykonać mammografię bez skierowania **– Str. 4**

Wystawa „TAK dla JAJ" w Elblągu
Do 23 listopada fotografie sportowców promujących profilaktykę nowotworów można oglądać w Ratuszu Staromiejskim **– Str. 12**



FOT. PRZEMEK ŚWIDERSKI

Gospodarka morska

Gdy ochrona środowiska łączy się z rybołówstwem i geopolityką

Tomasz Chudzyński

Przeprowadzka węgorzy - brzmi dziwnie, ale to naprawdę się wydarzyło. Dorosłe osobniki tego gatunku zostały przeniesione z Zalewu Wiślanego do Zatoki Gdańskiej. Wszystko po to, by tych ryb nie wyłowili Rosjanie w swojej części Zalewu, a populacja węgorza srebrzystego, uchodzącego za wyjątkowy przysmak, mogła się odbudować.



FOT. PRZEMYSŁAW ŚWIDERSKI

Rybacy poławiali węgorza, następnie dostarczali ryby naukowcom z MIR-u

Niemal 9 ton węgorza srebrzystego, ponad 9 tysięcy osobników, zostało przeniesionych z Zalewu Wiślanego do Zatoki Gdańskiej. Tę całkiem sporą operację zaplanował i nadzorował Morski Instytut Rybacki w Gdyni. Zaangażowani w nią zostali rybacy z Krynicy Morskiej, Kątów Rybackich, Nowej Pasłęki, Fromborka i Suchacza, miejscowości położonych na północnym i południowym brzegu Zalewu Wiślanego.

Przenieśli ryby

Całość trwała 22 dni. Rybacy poławiali węgorza, następnie dostarczali ryby naukowcom z MIR-u. Żywe węgorze były odbierane od rybaków, a następnie trafiały do Bałtyku.

– Ryby były łowione wyłącznie w bezpieczne narzędzia pułapkowe (żaki), następnie krótkotrwale przetrzymywane w zbiornikach z dobrze natlenioną wodą. Odebrane ryby, po weryfikacji i ewentualnym wypuszczeniu sztuk niedojrzałych, były ważone i ładowane do specjalistycznych basenów zainstalowanych na samochodach transportowych. Każdy transport węgorzy kończył się zarybieniem wód Zatoki Gdańskiej w rejonie Portu Nowy Świat (po stronie otwartego morza) – podkreślają w Morskim Instytucie Rybackim.

Tu zaznaczmy, operacja przerzutu dotyczyła osobników dorosłych – jak podkreśla MIR – w stadium wędrówki tarłowej, w dobrej kondycji, gotowych do jej odbycia w rejon Morza Sargassowego (części Atlantyku), czyli pokonania dystansu liczącego ponad 4 tys. km od wód Bałtyku. To właśnie na Morzu Sargassowym ta niezwykła ryba odbywa tarło.

My zarybiamy, Rosjanie wyławiają

Cała operacja wiąże się z ochroną tego gatunku ryby, występującego w Polsce właśnie w wodach Zalewu Wiślanego oraz, w pewnym stopniu, kwestią geopolityczną. Trzeba wiedzieć, że Zalew Wiślany podzielony jest mniej więcej w połowie, granicą – część zachodnia należy do Rzeczpospolitej, wschodnia natomiast do Federacji Rosyjskiej, w jej nadbałtyckiej eksklawie – obwodzie królewieckim. Jedną z wielu różnic dzielących oba państwa jest m.in. podejście do rybołówstwa. O ile w polskiej części, od ponad 20 lat, realizowane są unijne programy ochrony wód i zamieszkujących je gatunków, w tym zrównoważonych połowów i zarybiania akwenów, to w części rosyjskiej działania takie do priorytetów nie należą. Na ten problem wskazywali wielokrotnie rybacy z Zalewu Wiślanego.

– Nas obowiązują unijne zasady – okresy ochronne, odpowiednie narzędzia połowowe (takie, które przepuszczają mniejsze ryby i łowią tylko te o odpowiedniej wielkości – red.), nie mówiąc już o kwestiach oczyszczania ścieków itp. Realizujemy też program zarybiania. My się do tych wymogów stosujemy, a Rosjanie po prostu łowią, maksymalnie jak się da, w sposób niemal rabunkowy. Ryby nie znają granic, po prostu płyną. Gdy są po tamtej stronie, są wyławiane. My ponosimy wysiłek, Rosjanie na tym korzystają – mówi nam jeden z rybaków z Krynicy Morskiej.

Chronić węgorze

Kwestia ta dotyczy i węgorzy. Ryby płynące na tarło muszą przejść przez jedyne, naturalne, bezpośrednie przejście z Zalewu Wiślanego na Zatokę Gdańską – czyli Cieśninę Pilawską znajdującą się po stronie rosyjskiej. Tam trafiają w sieci.

– Dzięki naszej operacji przerzucone węgorze nie będą narażone na śmiertelność i presję połowową po rosyjskiej stronie akwenu i będą miały zwiększone szanse na odbycie tarła i zapoczątkowanie nowego pokolenia węgorzy – wskazuje gdyński MIR.

– Str. 5

eprasa.pl f4572519ae

POLECAMY

JUTRO: Opłaty dodatkowe w sanatoriach PIĄTEK: Dlaczego młodzi ludzie się radykalizują?

18.11.2026
Środa

Dziś imieniny: Romana, Tomasza oraz Karoliny
Telefon alarmowy: 112

DZIENNIK BAŁTYCKI

Redaktor naczelny
Maciej Sandecki
Z-ca redaktora naczelnego
Mariusz Leśniewski
Wydawca
Tomasz Chudzyński, Krzysztof Juras, Mariusz Lesniewski, Dariusz Olejniczak

www.dziennikbaltycki.pl

Polska Press
Makroregion Pomorze
Redakcja
ul. Połęże 3,
80-720 Gdańsk, tel. 32 634 21 00
internet@dziennikbaltycki.pl
Prezes Makroregionu
Piotr Grabowski
Dyrektor reklamy
Ewa Żelazko
Dyrektor marketingu
Robert Gromowski
Druk
Polska Press Oddział Poligrafia,
85-438 Bydgoszcz,
ul. Grunwaldzka 229

POLSKA PRESS GRUPA

Wydawca Polska Press Sp. z o.o.
ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa,
tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
Prezes Zarządu Polska Press Grupy
Robert Feluś
Redaktor naczelny Polska Press Grupy
Marek Twaróg
Projekt graficzny, dyrektor artystyczny PPG
Tomasz Bocheński
Dyrektor kolportażu PPG Tomasz Osoliński
Biuro Konsumenta PPG
biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10

©℗ - umieszczenie takich dwóch znaków przy Artykule, w szczególności przy Aktualnym Artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko i wyłącznie po uiszczeniu opłaty zgodnie z cennikiem zamieszczonym na stronie www.dziennikbaltycki.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

KALENDARIUM

Gdańsk

1632: Została wydana Biblia gdańska

Biblia gdańska to przekład Pisma Świętego na język polski dokonany wspólnie przez braci czeskich i kalwinistów. Jedno z najpopularniejszych polskich tłumaczeń protestanckich. Druk przekładu rozpoczęto w roku 1630. Pełny przekład ukazał się 18 listopada 1632 r. w drukarni Hünefelda w Gdańsku (stąd przyjęta później nazwa). W roku 1633 Stolica Apostolska wprowadziła Biblię gdańską na Indeks ksiąg zakazanych. Początkowo przekład nie cieszył się dużą popularnością gdyż znacząco odbiegał od będącego w powszechnym użyciu tekstu Biblii brzeskiej z 1563 r. Z czasem jednak Biblia gdańska została zaakceptowana przez polskich luteranów, a poprawna językowo pozostawała przez ponad trzysta lat przekładem biblijnym polskich protestantów. Biblia gdańska, w całej swojej historii, miała dla polskich protestantów takie znaczenie jak dla katolików Biblia Jakuba Wujka. Pozostawała ona głównym przekładem używanym przez polskich ewangelików i ewangelicznych chrześcijan do roku 1975, to jest do wydania Biblii warszawskiej.

Polska

1965: Ogłoszono list biskupów polskich do episkopatu niemieckiego w sprawie wzajemnego wybaczenia krzywd

Dokument wystosowany w Rzymie pod koniec II soboru watykańskiego przez polskich biskupów katolickich, zawierający zaproszenie biskupów niemieckich do udziału w obchodach Milenium Chrztu Polski. Orędzie wyrażało ewangeliczny akt chrześcijańskiego pojednania narodu polskiego i niemieckiego po II wojnie światowej. List zawierał frazę „udzielamy wybaczenia i prosimy o nie" (cytowany czasem jako „...przebaczamy i prosimy o wybaczenie".) Głównym autorem orędzia był abp Bolesław Kominek, późniejszy kardynał i metropolita wrocławski, który, jako Ślązak, dokument od razu napisał po niemiecku. W pracach nad redakcją tekstu uczestniczyli: kard. Stefan Wyszyński, abp Karol Wojtyła (późniejszy papież Jan Paweł II), bp Kazimierz Kowalski oraz bp Jerzy Stroba. Pod listem podpisało się 36 polskich biskupów. Formalnie adresatami listu byli biskupi niemieccy, ale w orędziu pojawiają się odniesienia do polskich katolików.

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Dziennik Bałtycki"

tel. 58 728 08 17
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.dziennikbaltycki.pl

POGODA

dziś
2°C/8°C

jutro
5°C/7°C

ROZMOWA

Mężczyzna ma być silny i zaradny, a potem... umiera przedwcześnie

Mira Suchodolska (PAP)

Polscy mężczyźni żyją o 7–8 lat krócej niż kobiety, częściej odbierają sobie życie i rzadziej korzystają z profilaktyki. – Mężczyzna ma być silny, utrzymywać rodzinę, nie okazywać słabości. Kiedy przestaje sobie radzić, często nie wie, gdzie szukać pomocy – mówi Artur Białoszewski, dyrektor Ośrodka Strategii i Analiz OIL w Warszawie.



FOT. OIL W WARSZAWIE

Artur Białoszewski: - W Polsce szczególnie istotna jest nadumieralność młodych mężczyzn

Polscy mężczyźni żyją średnio o siedem–osiem lat krócej niż kobiety. Biologia nas tak urządziła czy faceci sami pracują na wcześniejszą śmierć?

Jedno i drugie. Różnica w oczekiwanej długości życia kobiet i mężczyzn występuje praktycznie na całym świecie. Częściowo wynika z biologii, między innymi wpływu testosteronu na układ krążenia i skłonność do podejmowania ryzyka.

W Polsce szczególnie istotna jest nadumieralność młodych mężczyzn. Giną w wypadkach, umierają wskutek urazów, odbierają sobie życie. Jeżeli umiera trzydziestolatek, tracimy potencjalnie kilkadziesiąt lat jego życia. Do tego dochodzą choroby układu krążenia i nowotwory.

A jednak mężczyzna w Europie Zachodniej ma większe szanse dożyć starości niż Polak.

Różnica między długością życia kobiet i mężczyzn występuje wszędzie, ale nie wszędzie jest tak duża jak u nas. Znaczenie mają warunki życia, dostępność opieki zdrowotnej, profilaktyka i świadomość zdrowotna.

Nawet w Polsce nie wszyscy mężczyźni mają jednakowe szanse. Między mężczyzną z wykształceniem podstawowym lub gimnazjalnym a mężczyzną z wyższym wykształceniem różnica oczekiwanej dalszej długości życia w wieku 30 lat wynosiła w latach 2020–2022 niemal trzynaście lat.

Niemal trzynaście lat życia różnicy w zależności od wykształcenia? Brzmi to tak, jakby dyplom uczelni był polisą na dłuższe życie.

Wykształcenie wiąże się z większą świadomością zdrowotną, ale również z sytuacją ekonomiczną, warunkami pracy i dostępem do świadczeń.

Co ciekawe, w Polsce szczególnie niekorzystna sytuacja dotyczy mężczyzn mieszkających w małych miastach, a niekoniecznie na wsiach. Z małych miast wyjeżdżają młodzi, często lepiej wykształceni ludzie. Pozostają osoby bardziej narażone na różne czynniki ryzyka. Dochodzą do tego gorszy dostęp do lekarzy, ograniczone możliwości zatrudnienia i poczucie braku perspektyw.

Każdego dnia w Polsce życie odbiera sobie kilkanaście osób. Zdecydowana większość to mężczyźni. Gdyby tyle osób ginęło codziennie w jednym rodzaju wypadków, mielibyśmy narodowy alarm. Dlaczego wobec samobójstw tak łatwo przechodzimy do porządku dziennego?

Musimy zrozumieć, że zdrowie ma trzy wzajemnie powiązane wymiary: fizyczny, psychiczny i społeczny.

Możemy spotkać mężczyznę, który wygląda na zdrowego, pracuje, uśmiecha się, mówi, że wszystko jest w porządku, a później dowiadujemy się, że odebrał sobie życie.

Role społeczne, jakie przypisano mężczyznom, mogą stanowić ogromne obciążenie. Mężczyzna ma być silny, zaradny, ma utrzymać rodzinę, rozwiązywać problemy i nie okazywać słabości. Kiedy zaczyna sobie nie radzić, często nie wie, gdzie szukać pomocy albo uważa, że nie powinien o nią prosić.

Ja się z tym nie godzę. Jeżeli widzę, że któryś z moich kolegów nagle się zmienia, pytam go, co się stało i jak mogę mu pomóc. Nie przy innych, tylko w cztery oczy.

A może za późno zaczynamy się martwić o mężczyzn? Z jakimi problemami mierzą się ci, którzy nie skończyli jeszcze trzydziestki?

Coraz większym wyzwaniem jest zdrowie psychiczne. Młodzi mężczyźni zgłaszają się z zaburzeniami lękowymi, depresyjnymi, problemami ze snem i przewlekłym stresem. Pojawia się również wypalenie zawodowe, nawet u ludzi, którzy dopiero rozpoczęli pracę.

Znaczenie ma współczesny styl życia, w tym nadmierne korzystanie z ekranów. Z drugiej strony młodzi ludzie coraz częściej potrafią powiedzieć, że potrzebują pomocy.

Narasta też problem otyłości i braku ruchu. W badaniach młodzieży szkolnej zaledwie co piąty polski chłopiec w wieku 15–16 lat deklarował godzinę aktywności fizycznej każdego dnia. ©℗

eprasa.pl f4572519ae

REGION

Jesienią odbierają klucze do SIM-owskich mieszkań

Radosław Konczyński

Przybywa mieszkań Społecznej Inicjatywy Mieszkaniowej na Pomorzu. Wczoraj Mały Klincz w gminie Kościerzyna, za moment m.in. wręczenie kluczy w Malborku. Na kolejny rok w planach są kolejne budowy.

Można by mówić o... „ofensywie budowlanej" spółki SIM KZN Pomorze z siedzibą w Malborku, która od września do wczoraj przekazała najemcom mieszkania w Suchym Dębie (gm. Pruszcz Gdański), Prabutach, Czersku i Małym Klinczu (gm. Kościerzyna). A to nie koniec w tym roku, bo na dniach ma zakończyć się inwestycja w Malborku.Tutaj pierwszy termin ukończenia budowy już minął dość dawno, bo optymistycznie zakładano, że do końca czerwca br., czyli w ciągu niespełna roku od podpisania umowy z wykonawcą trzy budynki będą gotowe do zasiedlenia. Ale jak to na budowie, nie zawsze udaje się dotrzymać terminu z bardzo różnych przyczyn. Jak wyjaśnił nam Krzysztof Leżyński, prezes SIM-KZN Pomorze, w pewnym momencie pojawiły się problemy z materiałami budowlanymi.

- Ale teraz już wszystko będzie na czas. Na 4 grudnia mamy wyznaczone uroczyste przekazanie mieszkań najemcom - mówi Krzysztof Leżyński.

Przypomnijmy, że w skład spółki wchodzą Krajowy Zasób Nieruchomości (podmiot państwowy) oraz kilkanaście samorządów. To władze samorządowe, a dokładnie urzędy są odpowiedzialne za przeprowadzanie naborów najemców. W Malborku rodziło się to w bólach, bo trzeba było aż 6 prób, by zapełnić wszystkie lokale. Największy problem był z chętnymi kawalerkami.

Mieszkania w SIM, przynajmniej zgodnie z założeniami ustawodawcy, to lokale na wynajem przystępne dla osób, które przekraczają kryterium dochodowe na mieszkania komunalne, a nie spełniają warunków do uzyskania kredytu hipotecznego. W praktyce koszty zamieszkania w SIM są zależne od kosztów poszczególnych inwestycji. Najemca musi zapłacić partycypację, która stanowi 15 procent kosztów budowy, oraz



FOT. RADOSŁAW KONCZYŃSKI

Na polu przy ul. Zakopiańskiej w Malborku kończy się budowa 60 lokali w ramach Społecznej Inicjatywy Mieszkaniowej

czynsz, w którym znajduje się kredyt zaciągany przez spółkę. W malborskiej lokalizacji partycypacja wynosi 2100 zł za metr kw., a czynsz - 25,31 zł za metr kw. miesięcznie.

Na ukończeniu jest budowa w Gniewie, a na kolejny rok SIM KZN Pomorze przygotowuje rozpoczęcie kolejnych inwestycji - w Pelplinie, Sycewicach w gm. Kobylnica i Miłoradzu. W tej ostatniej miejscowości w powiecie malborskim, dla której spółka ma już projekt z pozwoleniem na budowę, powstaną dwa trzykondygnacyjne bloki (łącznie 24 mieszkania) na terenie dawnego placu buraczanego, który na cele budownictwa wielorodzinnego przeznaczyły władze samorządowe. Szacunkowa wartość przedsięwzięcia to około 17 milionów złotych.

- To inwestycja, na którą wielu mieszkańców czekało od lat. Chcemy, aby gmina Miłoradz była miejscem atrakcyjnym do życia, w którym młodzi ludzie mogą planować swoją przyszłość, zakładać rodziny i pozostać na stałe. Budowa nowoczesnych mieszkań to nie tylko rozwój infrastruktury, ale przede wszystkim inwestycja w ludzi i przyszłość naszej lokalnej społeczności – podkreśla Arkadiusz Skorek, wójt Miłoradza.

Lada dzień ma rozpocząć się nabór dla najemców.

Warto przypomnieć, że na Pomorzu działa też inna spółka - spółka SIM KZN Pomorze Gdańskie z siedzibą w Sztumie, która zrzesza inne samorządy niż spółka z Malborka. Sztumska SIM obecnie realizuje inwestycję za 27,3 mln zł - budowę 69 mieszkań przy ul. Spokojnej w Sztumie.

Z kolei niektóre pomorskie gminy należą do SIM-owskich inicjatyw z innych regionów: gmina wiejska Człuchów, Debrzno i Miastko są udziałowcami SIM-KZN Bałtyk z siedzibą w Gościnie w powiecie kołobrzeskim; miasto Tczew ma udziały w SIM-KZN Północ z siedzibą w Olsztynie; miasto i gmina Nowy Dwór Gdański – w SIM-KZN Warmia i Mazury z siedzibą w Olsztynku.

MATERIAŁ INFORMACYJNY ORANGE

0011610592

Szukasz pomysłu na prezent dla swojej rodziny? Podpowiadamy, jak skorzystać ze świątecznej oferty Orange

Szukasz nowego smartfona dla siebie, a może praktycznego prezentu dla bliskiej osoby? Podpowiadamy, jakie parametry telefonu warto wziąć pod uwagę, aby dopasować go do potrzeb przyszłego użytkownika oraz jak przy okazji skorzystać z atrakcyjnej oferty na dodatkowe urządzenie.



Dobrym pomysłem może być smartfon, a nawet dwa, szczególnie kiedy ten drugi kosztuje tylko 1 zł. Jeśli szukasz telefonu dla wymagającego użytkownika, zwróć uwagę na pamięć i możliwości urządzenia. W świątecznej ofercie Orange znajdziesz Samsung Galaxy S26 5G z pamięcią 12/256 GB, który oferuje najbardziej zaawansowaną wydajność i moc oraz wytrzymałą konstrukcję. Z kolei osobie, która potrzebuje telefonu do codziennej komunikacji, przeglądania internetu i podstawowych aplikacji, może odpowiadać jeden z modeli z serii motorola moto g. W świątecznych zestawach Orange znajdziemy m.in. moto g77 5G oraz moto g06 power.

Telefon dla siebie, a drugi dla bliskiej osoby

Świąteczna oferta abonamentowa Orange to propozycja dla tych, którzy planują zakup nowego smartfona, a jednocześnie chcieliby sprawić prezent komuś bliskiemu. W wybranych zestawach do abonamentu drugi smartfon można otrzymać za symboliczną złotówkę. Wśród dostępnych zestawów znalazły się m.in.:

- motorola moto g77 5G 8/128 GB i moto g06 power 4/64 GB;
- Xiaomi REDMI Note 17 Pro 5G 256 GB i Xiaomi REDMI 17 LTE 128 GB;
- Samsung Galaxy S26 5G 12/256 GB i Samsung Galaxy A18 4/128 GB;
- motorola moto g37 power 5G 4/64 GB i moto g06 power 4/64 GB.

W ofercie pojawia się również zestaw motorola edge 70 fusion power 5G z moto buds2 i motorola moto watch za 1 zł.

Zestawy urządzeń, w którym drugie jest za 1 zł, można otrzymać, podpisując nową umowę na wybrany abonament komórkowy (na 24 miesiące) oraz umowę ratalną na pierwsze urządzenie z zestawu. Świąteczne zestawy z drugim smartfonem za 1 zł do wybranych planów są dostępne także dla klientów przedłużających umowę. To idealna okazja, by już teraz pomyśleć o prezentach. Szczegóły oferty, w tym kwoty abonamentów i ceny urządzeń, na: https://www.orange.pl/lp/promocje-abonament-komorkowy.

Dodatkową korzyścią może być drugi tańszy abonament, właśnie do tego smartfonu za złotówkę. Klienci, którzy mają już Plan M lub L i wybiorą kolejny numer z tym samym planem (na 24 mies.), zapłacą za niego 50% taniej niż za pierwszy numer. Oferta dla klientów, którzy udzielili zgód marketingowych i na e-fakturę. Szczegóły rodzinnych numerów: https://www.orange.pl/abonament/rodzinne-numery

Internet i telewizja jako uzupełnienie domowej oferty

Świąteczne propozycje Orange obejmują nie tylko smartfony. Można również połączyć abonament komórkowy z internetem światłowodowym i telewizją, robiąc prezent wszystkim domownikom. W ramach oferty Orange Światłowód Pro nowi klienci wybierający internet o prędkości do 1 Gb/s lub wyższej mogą korzystać z niego bez opłaty abonamentowej przez rok. Osoby łączące światłowód z abonamentem komórkowym otrzymują dodatkowo rabat w wysokości 20 zł miesięcznie. Jeśli jest to pierwszy abonament komórkowy klienta w Orange, przysługuje mu kolejny rabat – również 20 zł miesięcznie przez 24 miesiące.

Dostępna jest także super oferta telewizyjna. Klienci mogą otrzymać łącznie ponad 220 kanałów TV w pakiecie ze światłowodem do 300 Mb/s za 69,99 zł miesięcznie z rabatami przez pierwszy rok. Do zakupionej telewizji Extra TV Orange dodaje Amazon Prime na dwa lata w prezencie.

Rozwiązania przygotowane z myślą o przedsiębiorcach

Świąteczne promocje Orange obejmują również firmy. Przedsiębiorcy mogą wybrać zestawy smartfonów z drugim urządzeniem za 1 zł + VAT. Dostępne są także dodatkowe rabaty – przy zakupie dwóch takich samych Planów Firmowych (M, L lub XL) zniżka na drugą kartę SIM może wynieść nawet 70%.

Warto ponadto zwrócić uwagę na ofertę Internetu Firmowego ze światłowodem o prędkości do 1 Gb/s, 2 Gb/s lub 8 Gb/s. W ramach promocji usługa z dodatkowymi rozwiązaniami, takimi jak wsparcie IT, stały adres IP czy backup danych, jest dostępna przez 12 miesięcy za 0 zł.

Przedsiębiorcy mogą też poznać Cyfrową Firmę – platformę z narzędziami opartymi na AI, które wspierają codzienne zadania związane z prowadzeniem działalności. Do końca 2026 roku można bezpłatnie przetestować podstawową wersję Asystenta AI, korzystając z kodu rabatowego udostępnionego w Mój Orange.

Świąteczna oferta Orange daje wiele możliwości: od wyboru smartfona dla siebie i bliskich, przez połączenie usług mobilnych z domowym internetem i telewizją, aż po rozwiązania dla firm. Szczegóły promocji i dostępność zestawów warto sprawdzić przed zakupem na www.orange.pl.

eprasa.pl f4572519ae

MALBORK

Włodzimierz zapewnia, że tam Roku UPA nie będzie

Radosław Konczyński

Burmistrz Włodzimierza, ukraińskiego miasta partnerskiego Malborka, przysłał do Urzędu Miasta oficjalne potwierdzenie, że w jego mieście nie będzie Roku UPA, Bandery czy Suhewycza w 2027. Koniecznie chciała się tego dowiedzieć jedna z radnych.



FOT. ARCHIWUM „DZIENNIKA BAŁTYCKIEGO"

Mer Ihor Palonka i burmistrz Marek Charzewski zapewniają, że zależy im na wzajemnym zrozumieniu

Przypomnijmy, że w październiku Polskę zszokowała wiadomość o tym, że rada obwodu lwowskiego (odpowiednik sejmików wojewódzkich) przyjęła uchwałę ws. ogłoszenia roku 2027 Rokiem Ukraińskiej Powstańczej Armii i Romana Szuchewycza, twórcy UPA. Fala protestów przeszła przez Polskę, a zapytanie w tej sprawie pojawiło się również na ostatniej sesji Rady Miasta Malborka. Nieprzypadkowo, bo od czerwca 2023 roku miastem partnerskim jest Włodzimierz w obwodzie wołyńskim. To dawny Wołyń, czyli jeden z obszarów, gdzie w czasie drugiej wojny światowej ukraińscy nacjonaliści dokonywali mordów na ludności polskiej.

Dlatego radna Bożena Piątkowska poprosiła burmistrza Marka Charzewskiego, żeby zapytał swojego odpowiednika na urzędzie, czy miasto partnerskie w jakikolwiek sposób zamierza czcić UPA, Szuchewycza czy Stepana Banderę w 2027 roku.

- Tam jest stan wojny, ja nie występuję przeciwko ludziom, ale chciałabym wiedzieć, czy nasze miasto partnerskie podjęło uchwałę w sprawie popierania banderyzmu i przystąpiło do ustanowienia roku 2027 jako roku hołdu dla UPA. Tam w czasie drugiej wojny zginęły tysiące Polaków i nie powinniśmy w tym momencie pozostawić sprawy bez echa. Bo to, że jest wojna, że to są losy ludzi, że tych ludzi jest mi szkoda, to jest jedno. Nie zależy mi na zerwanie kontaktów, ale na tymczasowe zawieszenie, jeżeli by się okazało, że taka uchwała we Włodzimierzu zostałaby podjęta, popierająca banderyzm – mówiła Bożena Piątkowska.

Marek Charzewski wysłał wieć pismo z zapytaniem.

- Mamy świadomość, że wspólna historia naszych narodów obejmuje zarówno piękne, jak i niezwykle bolesne karty. Wydarzenia związane z działalnością UPA, szczególnie tragiczne doświadczenia polskiej ludności Wołynia, pozostają w Polsce tematem wyjątkowo wrażliwym i głęboko zakorzenionym w pamięci historycznej. Ewentualne inicjatywy gloryfikujące osoby i organizacje odpoowiedzialne za te wydarzenia mogą budzić poważne emocje i rzucić cień na budowane przez lata relacje partnerskie. Wierzymy jednak, że fundamentem naszej współpracy są wzajemny szacunek, szczery dialog i gotowość do podejmowania również trudnych tematów. Zależy nam na pielęgnowaniu przyjaźni między Malborkiem a Włodzimierzem, opartej na zrozumieniu wzajemnej wrażliwości historycznej i poszanowaniu pamięci ofiar - napisał burmistrz Malborka.

Ihor Palonka, mer Włodzimierza, odpowiada, że „na terenie Wołodymyrskiej Miejskiej Wspólnoty Terytorialnej nie planuje się ogłoszenia roku 2027 Rokiem Ukraińskiej Armii Powstańczej, Romana Szuchewycza ani Stepana Bandery, jak również organizacji oficjalnych wydarzeń w ramach takiej inicjatywy". Jednocześnie wyjaśnia, że władze miasta nie mogą wypowiadać się za władze obwodu, ale „według posiadanych przez nas informacji podobne inicjatywy nie są obecnie przewidywane również na szczeblu obwodu wołyńskiego".

- Rozumiemy, że wydarzenia historyczne mają szczególne znaczenie dla narodów ukraińskiego i polskiego oraz pozostają ważną częścią pamięci narodowej obu krajów. Jesteśmy przekonani, że wzajemny szacunek, zrozumienie i otwarty dialog mają kluczowe znaczenie dla zachowania przyjaznych relacji oraz dalszego wzmacniania współpracy między Ukrainą i Polską. Pragniemy również wyrazić szczerą wdzięczność miastu Malbork oraz jego mieszkańcom za solidarność z Ukrainą, nieustające wsparcie i pomoc, którego nadal udzielają w tym trudnym dla Ukrainy czasie. Szczerze doceniamy każdy przejaw Państwa zaangażowania i troski, ponieważ pomoc ta była i pozostaje niezwykle ważna dla naszej wspólnoty i jej mieszkańców. Bardzo cenimy partnerstwo pomiędzy Wołodymyrem a Malborkiem i pragniemy nie tylko pielęgnować wypracowane przez lata przyjazne relacje, lecz także nadal je umacniać, realizować wspólne inicjatywy oraz poszukiwać nowych możliwości współpracy. Mamy nadzieję, że wzajemny szacunek, zaufanie i wsparcie pozostaną trwałym fundamentem naszego partnerstwa – napisał w odpowiedzi Ihor Palonka.

Jak do tej pory, uchwała Lwowskiej Rady Obwodowej nie weszła w życie. Taką informację przekazały władze województwa śląskiego, dla którego obwód lwowski jest partnerem. Upubliczniły odpowiedź, którą otrzymały.

- Pragnę poinformować, że uchwała Lwowskiej Rady Obwodowej do tej chwili nie została podpisana i nie weszła w życie. Jestem przekonany, że decyzje organów władzy na wszystkich szczeblach powinny uwzględniać interesy polityki zagranicznej Ukrainy oraz dobrosąsiedzkie stosunki z Rzecząpospolitą Polską – napisał Maksym Kozytskyi, przewodniczący Lwowskiej Obwodowej Administracji Wojskowej.

Oficjalne zapewnienia o wzajemnym szacunku i zaufaniu, jak w malborsko-włodzimierskiej korespondencji to jedno, a w życiu bywa różnie, co pokazał choćby miniony tydzień i dewastacja łącznie siedmiu pomników w Gdańsku i Gdyni, na których pomalowano na czerwono „Slava UPA". Gdańscy kryminalni zatrzymali w tej sprawie 17-letniego obywatela Ukrainy, który usłyszał zarzuty dotyczące m.in. propagowania ideologii faszystowskiej, nawoływania do przemocy i nienawiści na tle różnic narodowościowych oraz znieważenia pomników. Za zarzucane czyny grozi mu kara nawet 3 lat pozbawienia wolności.

Prokurator zastosował wobec 17-latka policyjny dozór oraz wydał zakaz opuszczania kraju.

Takie zachowania potępił m.in. Konsulat Generalny Ukrainy w Gdańsku.

- Szanujmy prawo kraju, w którym przebywamy, a także wzajemną pamięć historyczną i godność. Ukraińsko-polska solidarność to nasza wspólna siła. Nie pozwólmy, by wróg ją zniszczył! - napisały w oświadczeniu służby konsularne z Gdańska.

A ambasada Ukrainy w Warszawie podała, że te trójmiejskie i inne przypadki (bo było ich więcej w Polsce, choćby w Warszawie) to element wojny hybrydowej, „którą Rosja wszelkimi sposobami próbuje prowadzić w państwach europejskich, a w szczególności w Polsce", w tym przypadku werbując w internecie młodych Ukraińców.

KASZUBY

Mammobusy ruszają na Kaszuby. Bezpłatne badania od 18 listopada

Joanna Surażyńska

Mammobusy ponownie pojawią się na Kaszubach. Kobiety w wieku 45-74 lat, które spełniają warunki programu NFZ, mogą bezpłatnie wykonać mammografię bez skierowania. Sprawdź, gdzie i kiedy odbędą się badania.

Rak piersi to jeden z najczęściej diagnozowanych nowotworów u kobiet. Wczesne wykrycie choroby znacznie zwiększa szanse na skuteczne leczenie, dlatego tak ważne są regularne badania profilaktyczne. Mammografia pozwala wykryć niepokojące zmiany, zanim pojawią się wyczuwalne guzki lub inne objawy. Dzięki mobilnym pracowniom mieszkanki mniejszych miejscowości mogą wykonać badanie blisko domu, bez konieczności wyjazdu do większego miasta. W drugiej połowie listopada mammobusy odwiedzą kilkanaście lokalizacji na Kaszubach. Z bezpłatnej mammografii mogą skorzystać kobiety w wieku od 45 do 74 lat, które spełniają warunki programu NFZ, a do wykonania badania nie jest potrzebne skierowanie.

18 listopada mammobusy staną w Kartuzach (osiedle Wybickiego, przy Zespole Szkół, godz. 9-14) oraz w Żukowie (ul. Gdańska, przy CH Byczkowski, godz. 9-16).

19 listopada badania odbędą się w Sierakowicach (ul. ks. B. Sychty, przy OSP, godz. 9-14), Kartuzach (ul. Klasztorna, przy Parku Solidarności, godz. 9-16) oraz w Brusach (ul. Na Zaborach, przy urzędzie, godz. 9-17). 20 listopada mammobusy odwiedzą Kościerzynę (ul. Klasztorna, przy Kauflandzie, godz. 9-17) i Sierakowicach (przy OSP, godz. 9-15). 26 listopada badania zaplanowano w Przodkowie (ul. Kartuska, przy Urzędzie Gminy, godz. 9-17).

27 listopada mammobusy pojawią się w Chmielnie (ul. B. Grzędzickiego, przy szkole), Kartuzach (Wzgórze Wolności, przy Parku Solidarności) oraz Żukowie (ul. 3 Maja, przy kościele). Wszędzie badania odbędą się w godz. 9-17.

30 listopada mammobusy staną w Stężycy (ul. Abrahama, przy Domu Sportowca) i Somoninie (ul. Ceynowy, przy GOK). Badania potrwają od godz. 9 do 17.

Jak się zapisać?

Rejestracja prowadzona jest telefonicznie: Geneva Trust – 58 767 34 44, Mammo-Med – 58 325 76 02, LUX MED – 58 666 24 44. Zapisać można się również przez Internetowe Konto Pacjenta lub aplikację mojeIKP. Badanie trwa kilka minut i standardowo przysługuje raz na dwa lata. Warto wcześniej potwierdzić dostępność miejsc.

eprasa.pl f4572519ae

GOSPODARKA MORSKA

Potrzebny był specjalny plan, by pomóc węgorzom

Tomasz Chudzyński

Węgorz srebrzysty uchodzi za kulinarny, cenny rarytas, jeden ze specjałów poławianych przez rybaków z Zalewu Wiślanego. Wieloletnie, masowe połowy doprowadziły jednak to radykalnego przetrzebienia populacji tej wyjątkowej ryby. Zrealizowany niedawno, bardzo ciekawy projekt ma być jednym z przedsięwzięć, które pomoże go odbudować.

Węgorz srebrzysty przez lata był poławiany masowo w słodkowodnych akwenach Europy, w tym na Zalewie Wiślanym. Szkodziło mu także zanieczyszczenie wód czy liczne budowle hydrotechniczne. Od lat 70. XX wieku populacja węgorza zmalała o ponad 90 proc. Dziś jest gatunkiem zagrożonym wyginięciem. Ryba ta znajduje się pod ochroną od roku 2007. W Unii Europejskiej obowiązują surowe limity oraz długie okresy ochronne zakazujące połowów. Na Zalewie Wiślanym jest realizowany program zarybiania akwenu, w tym właśnie węgorzem.

Jak wodny wąż

Tu zaznaczmy, węgorz srebrzysty można uznać za gatunek wyjątkowy. Jego ciało przypomina węża – z płaską głową i niewielkimi płetwami, silnie uzębionym otworem gębowym. Dorosłe samce osiągają długość około 50 cm, samice są większe – mają nawet 200 cm. Mogą ważyć ponad 6 kg.

Węgorz uchodzi za przysmak - ma bardzo charakterystyczne, tłuste, delikatne i lekko słodkawe mięso. Poławiany w wodach Zalewu Wiślanego jest najczęściej wędzony. Taka obróbka, prowadzona przez miejscowych rybaków, nadaje mięsu głęboki, dymny aromat i lekko słony, maślany smak. Jest to też jedna z najdroższych ryb – za kilogram wędzonego węgorza trzeba zapłacić od ok. 130 do nawet 400 zł.

Droga na tarło

Bardzo charakterystyczny jest też tryb życia węgorza. Ryba ta dorasta w wodach słodkowodnych, takich jak Zalew Wiślany. Żyje przy dnie. Zimę spędza zagrzebany w mule. Okres ten trwa zazwyczaj od 6 do 10 lat (czasami nawet 20, bo węgorze



FOT. NATALIA KASZA/MIR

Z Zalewu Wiślanego do Zatoki Gdańskiej przeniesiono ponad 9 tys. sztuk węgorza. Projekt ma za zadanie chronić ten gatunek

są długowieczne). Potem rozpoczynają, związaną z rozrodem, wędrówkę z wód słodkich do słonych. Miejscem tarła jest Morze Sargassowe – część Atlantyku u wybrzeży amerykańskich. Wędrówka węgorzy na tarło trwa nawet półtora roku. Osobniki dorosłe po tarle giną. Natomiast przezroczyste larwy węgorza, zwane leptocefalami, unoszone są przez Prąd Zatokowy (Golfstrom) w kierunku wschodnim i po upływie 2–3 lat docierają do przybrzeżnych wód europejskich, gdzie wpływają do rzek. W czasie wędrówki larwy węgorza rosną, aż osiągną ok. 7 cm długości.

To właśnie z wędrówką węgorza na tarło z Zalewu Wiślanego związany jest jeden z problemów ochrony tego gatunku. Znaczna część ryb w latach ubiegłych była poławiana po stronie rosyjskiej akwenu, gdzie unijne obostrzenia dotyczące połowu nie są respektowane.

Pilotażowa przeprowadzka

Dlatego przygotowany został projekt wspomaganej migracji (ze wsparciem funduszy UE). Głównym celem unijnej strategii jest odbudowa populacji tego gatunku, tak aby umożliwić wędrówkę do Morza Sargassowego co najmniej 40 proc. węgorzy srebrzystych w stosunku do stanu sprzed załamania populacji. Jej elementem był właśnie pilotażowy projekt przeniesienia ponad 9 tys. sztuk węgorza z Zalewu Wiślanego do Zatoki Gdańskiej, zrealizowany przez Morski Instytut Rybacki we współpracy z lokalnymi rybakami. Całkowity koszt operacji opiewał na ponad 3,6 mln zł.

Dodajmy, w ramach projektu 100 sztuk węgorzy zostało oznakowanych znaczkami akustycznymi. Sygnał wysyłany przez zminiaturyzowane nadajniki umieszczone w ciele ryb będzie odbierany przez hydrofony rozmieszczone na trasie przewidywanej wędrówki węgorzy, między innymi w okolicy Cieśnin Bałtyckich, co ma pomóc w przyrodniczych badaniach.

MATERIAŁ INFORMACYJNY PFR 0011613908

TEAM POLAND FORUM BIZNESU

„Budujemy ogólnopolski ruch na rzecz globalnej ekspansji polskiego biznesu"

Ponad 300 uczestników reprezentujących przeszło 200 przedsiębiorstw wzięło udział w pierwszym Team Poland Forum Biznesu w Łodzi. Wydarzenie zainaugurowało cykl spotkań poświęconych zagranicznej ekspansji polskich firm. Inicjatywa Team Poland łączy sześć polskich instytucji rozwoju, które wspólnie oferują przedsiębiorcom finansowanie, ubezpieczenia, doradztwo i pomoc w nawiązywaniu kontaktów na zagranicznych rynkach.

„Widzimy rosnące ambicje polskich firm, które coraz odważniej wychodzą na światowe rynki. Team Poland łączy te ambicje z kapitałem, doświadczeniem i możliwościami instytucji finansowych oraz administracji. Tak budujemy ogólnopolski ruch na rzecz globalnej ekspansji polskiego biznesu" – mówi Mikołaj Raczyński, prezes zarządu Polskiego Funduszu Rozwoju. PFR zapowiada wsparcie globalnych ambicji polskich przedsiębiorstw nawet miliardem złotych kapitału.

Team Poland tworzą: PFR, BGK, PAIH, KUKE, PARP oraz ARP. Celem inicjatywy jest zapewnienie firmom dostępu do narzędzi wspierających ekspansję oraz działalność międzynarodową.

One-stop shop dla polskich firm

Oferta Team Poland obejmuje finansowanie inwestycji, ubezpieczenia i gwarancje, doradztwo oraz wsparcie w nawiązywaniu kontaktów biznesowych. Z rozwiązań mogą korzystać zarówno firmy rozpoczynające eksport, jak i przedsiębiorstwa planujące zagraniczne inwestycje czy przejęcia.

– Team Poland to nasze narzędzie ekspansji zagranicznej. To one-stop shop, w którym przedsiębiorcy mogą otrzymać wiedzę, finansowanie i narzędzia do ubezpieczenia ryzyk eksportowych – mówił Andrzej Domański, minister finansów i gospodarki.

Inicjatywa ma nie tylko zwiększać obecność polskich firm na światowych rynkach, lecz także wzmacniać krajową gospodarkę. Ważne jest, by przedsiębiorstwa rozwijały działalność międzynarodową, zachowując w Polsce



centra decyzyjne i kluczowe kompetencje. Team Poland pomaga identyfikować firmy gotowe do ekspansji i kieruje je do instytucji oferujących odpowiednie wsparcie.

Team Poland rozszerza grono partnerów

Podczas forum Mikołaj Raczyński, prezes Polskiego Funduszu Rozwoju, ogłosił dołączenie do inicjatywy trzech partnerów: PKO Banku Polskiego, PZU oraz Giełdy Papierów Wartościowych. Ich udział poszerzy możliwości wsparcia przedsiębiorców w finansowaniu inwestycji, zarządzaniu ryzykiem i pozyskiwaniu kapitału.

PKO Bank Polski obsługuje około 700 tys. przedsiębiorstw, a wartość finansowania udzielonego firmom przekracza 130 mld zł. Bank rozwija również działalność w Europie Środkowo-Wschodniej.

– Już dzisiaj obsługujemy prawie trzy tysiące polskich firm za granicą – podkreślił Szymon Midera, prezes PKO Banku Polskiego.

PZU pomoże ograniczać ryzyko zagranicznej działalności

Ekspansja na nowe rynki wiąże się z koniecznością uwzględnienia odmiennych regulacji, warunków gospodarczych i zagrożeń. W tym obszarze przedsiębiorców wspierać będzie PZU, uzupełniając ofertę Team Poland o kompetencje ubezpieczeniowe.

– Chcemy, żeby polskie firmy miały odwagę wychodzić za granicę, ale nie musiały robić tego same. Łącząc kompetencje polskich instytucji, możemy skuteczniej wspierać ich międzynarodowe ambicje – zaznaczył Bogdan Benczak, prezes PZU.

Giełda jako źródło kapitału na rozwój

Kolejnym partnerem Team Poland została Giełda Papierów Wartościowych w Warszawie. Ma przybliżać przedsiębiorcom możliwości pozyskiwania kapitału z rynku publicznego, który może finansować rozwój działalności, ekspansję zagraniczną i przejęcia.

– W Team Poland chcemy pokazywać przedsiębiorcom, jak przygotować firmę do pozyskania inwestorów i wykorzystać możliwości warszawskiej Giełdy do zwiększania skali działalności – powiedział Tomasz Bardziłowski, prezes GPW.

Obecność na rynku kapitałowym może również wzmacniać rozpoznawalność i wiarygodność firmy w relacjach z zagranicznymi kontrahentami.

Od rozmów do konkretnych projektów

Łódzkie forum było okazją do spotkań przedsiębiorców z ekspertami i wymiany doświadczeń. W programie znalazły się debaty, warsztaty i konsultacje dotyczące m.in. wyboru zagranicznych rynków, finansowania inwestycji, zarządzania ryzykiem oraz przejmowania zagranicznych firm. Doświadczeniami dzielili się przedstawiciele przedsiębiorstw rozwijających działalność poza Polską, w tym Oshee i Sanok Rubber Company.

Pierwsza edycja zgromadziła ponad 300 uczestników, pokazując zainteresowanie przedsiębiorców możliwościami międzynarodowego rozwoju i współpracą z instytucjami wspierającymi ekspansję.

eprasa.pl f4572519ae

ŚWIĄTECZNE GWIAZDECZKI

Patrzcie na te buzialki! Tak się zaczyna magia świąt

Po raz kolejny tworzymy wyjątkową galerię zdjęć dzieci. Zawsze jest pełna ciepła, uśmiechów i dobrej energii. Zresztą, sami zobaczcie!

Boże Narodzenie to czas wyjątkowy. Pachnie piernikami, rozbrzmiewa kolędami i przynosi mnóstwo radości. A najpiękniejszy jest wtedy, gdy patrzymy na niego oczami dzieci, które potrafią cieszyć się z najdrobniejszych rzeczy, z niecierpliwością wypatrywać pierwszej gwiazdki i sprawiać, że nawet zwyczajny dzień staje się magiczny. Choć do świąt zostało jeszcze trochę czasu, w naszej redakcji już nie możemy się ich doczekać. - Dlatego rozpoczęliśmy zbieranie zgłoszeń do akcji Świąteczne Gwiazdeczki. Dziś prezentujemy Wam pierwsze zdjęcia, które już do nas dotarły - wyjaśnia Katarzyna Adamczyk, opiekująca się plebiscytem Świąteczne Gwiazdeczki. To akcja, na którą co roku czekają rodzice i dziadkowie z całego naszego województwa. - Przesyłają zdjęcia pełne uśmiechów, radości i magicznej energii. Do akcji wciąż można dołączyć, dlatego zapraszamy do przesyłania fotografii najmłodszych mieszkańców regionu - zachęca dziennikarka. To właśnie te wybrane zdjęcia już po raz kolejny rozświetlą świąteczne wydanie naszej gazety. A to nie koniec niespodzianek, bo na laureatów akcji, jak zwykle, czeka mnóstwo atrakcyjnych nagród. Są to: zabawki, książki, sesje zdjęciowe, vouchery prezentowe, a nawet wyjazdy krajowe i zagraniczne. A w wielkim finale nagrodą główną będzie aż 40 tysięcy złotych na spełnienie dziecięcych marzeń!

Więcej o naszej akcji na: dziennikbaltycki.pl/gwiazdeczki

MALUSZKI do lat 2



Laura Osowska, powiat nowodworski



Maksymilian Oliver, powiat kościerski



Blanka Batożyńska, Gdynia



Emilia Ratajczyk, Gdańsk i Sopot



Olivia Masłowska, powiat malborski



Franciszek Szulc, powiat starogardzki



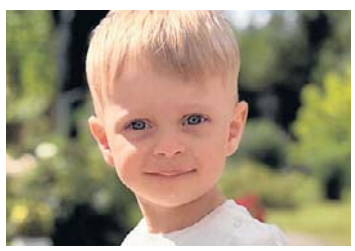
Hiacynta Drewa, powiat wejherowski



Kornelia Chojnowska, powiat tczewski



Ignacy Górczyński, powiat sztumski



Antoni Datta, powiat bytowski

DZIEWCZYNKI i CHŁOPCY od lat 2



Adam Borowski, powiat kwidzyński



Karol Jarzyński, Gdynia



Laura Szwoch, powiat starogardzki



Gabriel Pepel, powiat tczewski



Bryan Lorek, Gdańsk i Sopot



Klementyna Buśko, powiat wejherowski



Justyna Strzelecka, powiat człuchowski



Gracjan Cieślicki, powiat sztumski



Oliwia Landowska, powiat chojnicki



Klara Karczewska, powiat pucki

eprasa.pl f4572519ae

KRAJ

Polska ma już 700 ton złota i jest wśród dziesięciu krajów o największych rezerwach na świecie

Mateusz Tkarski

700 ton złota o wartości ponad 355 mld zł – tyle kruszcu ma dziś w rezerwach Narodowy Bank Polski, według wyceny przedstawionej przez prezesa NBP. Tym samym bank już w listopadzie osiągnął cel, który jego zarząd wyznaczył w styczniu.

Osiągnięcie celu nie oznacza jednak zapowiedzi zakończenia zakupów. Prezes NBP powiedział, że nie widzi powodów, aby bank przestał kupować złoto, a jego zasoby powinny nadal rosnąć wraz z pozostałymi rezerwami. Niemniej jednak nie przedstawił nowego celu ani harmonogramu.

- Wielu obserwatorów zastanawia się, dlaczego Polska kupuje aż tyle złota. Otóż kruszec stanowi zabezpieczenie na czas poważnych zaburzeń finansowych i uzupełnia rezerwy, czyli zasoby banku centralnego utrzymywane na trudne sytuacje. Nie jest obietnicą zapłaty składaną przez inne państwo lub przedsiębiorstwo, wobec czego nie zależy od wypłacalności konkretnego emitenta – wskakuje Tomasz Gessner, główny analityk Tavex.



FOT. POLSKA PRESS

Sztabka złota

Polska prawie jak Chiny

Z opublikowanego niedawno raportu Światowej Rady Złota wynika, że od lipca do września NBP zwiększył zasoby o około 40 ton, a Ludowy Bank Chin o 63 tony. Łącznie oba banki odpowiadały za około 86 proc. zakupów netto widocznych w oficjalnych danych. Światowa Rada Złota szacuje jednak, że po uwzględnieniu transakcji, których jeszcze nie zaraportowano lub których nie ujawniono, banki centralne i inne instytucje oficjalne kupiły w III kwartale netto 321 ton. To o 42 proc. więcej niż rok wcześniej.

- Polska należy już do 10 państw o największych oficjalnych zasobach złota. W tej grupie znajdują się również Stany Zjednoczone, Niemcy, Francja czy Chiny. Wysokie rezerwy mogą wzmacniać zaufanie inwestorów i ułatwiać finansowanie gospodarki, ale sama liczba ton nie przesądza o kondycji państwa. Jest to bowiem zabezpieczenie finansowe, a nie miara zamożności obywateli - dodaje Tomasz Gessner.

Nowy skarbiec w NBP

Ile złota przechowywane jest w Polsce?

-Jeśli oprzemy się na zestawieniu z końca zeszłego roku, które wskazywało na 105 ton złota znajdującego się w Polsce, i odniesiemy je do obecnych 700 ton w rezerwach NBP, oznaczałoby to, że jedynie 15 proc. zgromadzonego złota mamy pod własną kontrolą. Reszta kruszcu znajduje się w Banku Anglii oraz Banku Rezerwy Federalnej w Nowym Jorku - wyjaśnia Tomasz Gessner.

Docelowo po 1/3 zasobów ma znajdować się w Polsce, Wielkiej Brytanii i Stanach Zjednoczonych. Sprowadzenie brakującej części do kraju nastąpi po zakończeniu modernizacji głównego budynku NBP w Warszawie, gdzie powstaje nowy skarbiec.

Będzie to przewiezienie własnego złota z zagranicy, a nie kolejny zakup. Nie podano daty operacji.

FIRMA

Dostosuj kod PKD zanim zrobi to system

Mateusz Tkarski

Od 1 stycznia firmy wpisane do CEIDG i KRS będą musiały stosować kody działalności według nowej klasyfikacji PKD 2025. Do końca roku mogą dostosować się same. Inaczej zrobi to za nie automat.

Od 1 stycznia 2027 obowiązek stosowania PKD 2025 spoczywa na wszystkich firmach, wpisanych do Centralnej Ewidencji i Informacji o Działalności Gospodarczej lub Krajowego Rejestru Sądowego. Dostosowanie wpisu jest całkowicie bezpłatne. Przedsiębiorca musi jedynie złożyć wniosek o zmianę wpisu w odpowiednim dla siebie rejestrze – CEIDG lub KRS.

Jeśli przedsiębiorca nie przeprowadzi aktualizacji do końca 2026 roku, 1 stycznia 2027 r. systemy CEIDG i KRS przekształcą kody automatycznie. Istnieje jednak duże ryzyko, że odgórne przypisanie na podstawie ogólnych kluczy powiązań GUS nie odzwierciedli dokładnie rzeczywistego profilu firmy. Jest to kluczowe w sytuacjach, gdy jednemu staremu kodowi odpowiada kilka nowych opcji do wyboru.

KURSY WALUT

17.11.2026

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

EUR	436/444 (o)
USD	395/403 (o)
GBP	522/530 (o)
CHF	472/478 (-)

Kantor Max, Gdańsk, ul. Jagiellońska

EUR	436/444 (o)
USD	395/403 (o)
GBP	522/530 (o)
CHF	472/478 (-)

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

REKLAMA 0011612502

Sponsor Tytularny Energa GRUPA ORLEN

Nocny Półmaraton w Malborku pod znakiem sportowej energii!

Za nami wyjątkowe wydarzenie pełne sportowych emocji i pozytywnej energii - Energa Nocny Półmaraton w Malborku, który odbył się 3 października 2026 roku. Setki biegaczy z całej Polski pokonały trasy prowadzące przez malownicze zakątki Malborka, tworząc niezapomniane sportowe widowisko i pokazując, jak wielką siłę ma aktywność fizyczna oraz wspólna pasja do sportu.

W klasyfikacji open biegu na 21 km najlepsze wyniki osiągnęli:

Mężczyźni:

1. Piotr Pałka (Częstochowa)	- 01:15:31
2. Andrzej Potoczek (Lichnowy)	- 01:19:25
3. Kamil Derlaga (Szymankowo)	- 01:22:15

Kobiety:

1. Katarzyna Rumińska (Malbork)	- 01:31:50
2. Joanna Karasińska (Malbork)	- 01:40:48
3. Aleksandra Grabias (Gdańsk)	- 01:42:33

W ramach wydarzenia odbył się również bieg i marsz na 5 km. Start i meta zlokalizowane były na Stadionie Miejskim im. Pokoleń Pomezanii w Malborku. Uczestnicy wystartowali około godziny 18:00 i ruszyli na trasę prowadzącą przez Park Miejski. Najszybsi zawodnicy potrzebowali niewiele ponad 18 minut, aby pokonać cały dystans.

W klasyfikacji open biegu na 5 km najlepsze wyniki osiągnęli:

Mężczyźni:

• Maciej Macijewicz (Pomorska Wieś)	- 18:10
• Paweł Wójcicki (Malbork)	- 18:22
• Jarosław Kołodziejczyk (Częstochowa)	- 18:28

Kobiety:

• Maja Nazimek (Elbląg)	- 20:10
• Maja Merchut (Waplewo Wielkie)	- 20:14
• Aleksandra Grabias (Gdańsk)	- 20:56

W marszu nordic walking na 5 km najlepsi okazali się:

Mężczyźni:

• Rafał Toporek (Przodkowo)	- 31:36
• Edward Stańczak (Malbork)	- 32:32
• Karol Chyczewski (Działdowo)	- 32:43

Kobiety:

• Kamila Chyczewska (Działdowo)	- 34:06
• Hanna Rochoń (Działdowo)	- 35:56
• Urszula Sołtys (Gdańsk)	- 36:08

Serdecznie dziękujemy naszemu Sponsorowi Tytularnemu - Energa S.A. z Grupy ORLEN za zaufanie i wsparcie, dzięki którym mogliśmy zorganizować wydarzenie na wysokim poziomie. Wspólnie promowaliśmy aktywny styl życia, sportowe emocje i pozytywną energię, która łączy ludzi.

Do zobaczenia na kolejnych biegowych trasach!
Valdano - Organizacja Imprez Sportowych

REKLAMA 0011613425

AGENCJA MIENIA WOJSKOWEGO

PRZETARG PRZETARG PRZETARG PRZETARG

Dyrektor Oddziału Regionalnego Agencji Mienia Wojskowego w Gdyni

informuje, że ogłasza ustne przetargi nieograniczone na najem nieruchomości

POZYCJA 1 – kolejny (IV) ustny przetarg na najem **lokalu użytkowego** nr **570** o pow. **38,91 m²**, usytuowanego na poziomie piwnicy budynku mieszkalnego, położonego przy **ul. Marty Aluchny Emelianow 4 w Słupsku.** KW SL1S/00107639/7.
Stawka wywoławcza: **640,00 zł** netto Wadium: **1 920,00 zł**

POZYCJA 2 – kolejny (IV) ustny przetarg na najem **lokalu użytkowego nr 197** o pow. **240,25 m²**, usytuowanego na parterze budynku internatowego, położonego przy **ul. Śmidowicza 71a w Gdyni.** KW GD1Y/00039120/7.
Stawka wywoławcza: **2 700,00 zł** netto Wadium: **8 100,00 zł**

POZYCJA 3 – kolejny (V) ustny przetarg na najem **lokalu użytkowego nr 464** o pow. **258,45 m²**, usytuowanego na poziomie parteru i piwnicy budynku mieszkalnego, położonego przy **ul. Skwer Kościuszki 10-12 w Gdyni.** KW GD1Y/00068202/8.
Stawka wywoławcza: **13 800,00 zł** netto Wadium: **41 400,00 zł**

Przetargi odbędą się dnia 3.12.2026 r.:
Pozycja 1 - godz. **10⁰⁰** Pozycja 2 - godz. **11⁰⁰**, Pozycja 3 - godz. **12⁰⁰**,
w siedzibie Oddziału Regionalnego AMW w Gdyni,
ul. Marii Curie-Skłodowskiej 19, sala konferencyjna (III piętro).

Warunkiem dopuszczenia do uczestnictwa w przetargu jest wpłacenie wadium w formie pieniężnej, w terminie do **30.11.2026 r.** na rachunek bankowy Oddziału Regionalnego AMW w Gdyni w BGK 54 1130 1121 0006 5589 8520 0008.

Pełna treść ogłoszenia znajduje się na tablicy ogłoszeń Oddziału Regionalnego AMW w Gdyni (I piętro) i na stronie www.amw.com.pl.

Szczegółowych informacji dotyczących przetargu udziela Dział ds. Nieruchomości Oddział Regionalny AMW w Gdyni przy ul. Marii Curie-Skłodowskiej 19, I piętro pok. 130, tel. (58) 690-87-74, e-mail: gdynia@amw.com.pl).

PRZETARG PRZETARG PRZETARG PRZETARG

eprasa.pl f4572519ae

FOKUS

• **Ceny paliw w dół.** Dziś litr benzyny 95 ma kosztować nie więcej niż 5,99 zł, benzyny 98 – 6,64 zł, a diesla – 7,57 zł

POLITYKA

Pat wokół Trybunału Konstytucyjnego narasta. Kto wygra tę połajankę?

Kryzys wokół Trybunału Konstytucyjnego narasta. NBP wstrzymał finansowanie, a sędziowie TK rozpatrują wnioski o uchylenie immunitetów jego prezesa i wiceprezesa w sądzie

Katarzyna Kapusta-Gruchlik

Spór o obsadę Trybunału Konstytucyjnego trwa w najlepsze. Narodowy Bank Polski podjął decyzję o niefinansowaniu i nieprzekazywaniu środków dla TK, co marszałek Sejmu Włodzimierz Czarzasty określił jako działanie, które „ma znamiona" zamachu stanu. Kancelaria Prezydenta chce przedstawić swoją propozycję projektu w sprawie Trybunału Konstytucyjnego po rozmowach w Belwederze, a wczorajsze Zgromadzenie Ogólne Sędziów Trybunału Konstytucyjnego musiało się przenieść do budynku warszawskiego Sądu Okręgowego, choć planowo zaczęło się o godzinie 9 w budynku Trybunału.

Wtorkowe Zgromadzenie Ogólne Sędziów Trybunału Konstytucyjnego, zwołane przez sędzię Annę Korwin-Piotrowską, zajmowało się wnioskami o uchylenie immunitetu prezesa TK Bogdana Święczkowskiego oraz Bartłomieja Sochańskiego.

Ten pierwszy pojawił się przed budynkiem Trybunału i zażądał wpuszczenia do środka siedziby, a także, by – jak mówił – „osoby uzurpujące sobie prawo do bycia w Trybunale Konstytucyjnym" opuściły budynek TK.

– Zaprzestańcie przestępczych spotkań, które mają na celu pozbawienie mnie wolności oraz wyrażenie zgody na uchylenie mojego immunitetu – powiedział Święczkowski.



FOT. PAP/PIOTR NOWAK

We wtorek rano Bogdan Święczkowski pojawił się przed siedzibą Trybunału, gdzie zażądał wpuszczenia do siedziby

Sprawa o uchylenie immunitetów została skierowana przez prokuratora generalnego Waldemara Żurka.

Przed wejściem na salę sądową mec. Bartosz Lewandowski pytany przez dziennikarzy, co znajduje się we wnioskach w sprawie immunitetów, odparł, że nie wie, gdyż pełnomocnicy „nie mogli nawet złożyć pisma w budynku Trybunału Konstytucyjnego". – Biuro podawcze jest zamknięte, nas nie wpuszczono zarówno od strony głównej, jak i przez Kancelarię Prezesa Rady Ministrów – mówił mec. Lewandowski. Podkreślił, że w ich ocenie cała ta sytuacja „to nie jest posiedzenie, tylko spotkanie".

Jak informowała rzeczniczka prasowa Prokuratury Generalnej prok. Anna Adamiak, wnioski o uchylenie immunitetu prezesowi TK odnoszą się między innymi do nieuprawnionego wykorzystania materiałów z kontroli operacyjnej i ujawnienia informacji niejawnych w ramach śledztwa dotyczącego systemu Pegasus. Chodzi o czas, gdy Święczkowski był prokuratorem krajowym, czyli lata 2016-2022.

Prokuratura wnioskuje również o zgodę na pociągnięcie Święczkowskiego do odpowiedzialności karnej ws. przekroczenia uprawnień, niedopełnienia obowiązków przez uniemożliwianie sędziom TK wykonywania funkcji i naruszania ich praw pracowniczych oraz delegowania prokuratorów wbrew przepisom w czasie, gdy Święczkowski pełnił funkcję prokuratora krajowego.

Wnioski te zostały skierowane do Trybunału Konstytucyjnego 30 października – po tym jak przedstawiciele grupy wybranej w tej kadencji Sejmu na sędziów TK przekazali informację, że Anna Korwin-Piotrowska, jako najstarszy stażem sędzia, została kierującą Trybunałem Konstytucyjnym i wydała zarządzenie o przerwie w czynnościach prezesa Święczkowskiego i wiceprezesa Sochańskiego. **PAP**

WARSZAWA

Rząd zdecydował o zamrożeniu cen gazu

Katarzyna Kapusta-Gruchlik

Rząd zdecydował o zamrożeniu cen gazu. Jak zapowiedział premier, rząd ma pracować również nad poziomem cen prądu.

– Zdecydowaliśmy o zamrożeniu cen gazu, jeśli chodzi o odbiorców indywidualnych, gospodarstwa domowe i utrzymamy cenę 197,29 zł za megawatogodzinę. Utrzymujemy program Ceny Paliwa Niżej – powiedział premier Donald Tusk przed posiedzeniem Rady Ministrów.

Ustawa zakłada, że w okresie od 1 stycznia do 31 grudnia 2027 r. obowiązywać będzie maksymalna cena gazu dla odbiorców chronionych, w tym gospodarstw domowych. Dotyczyć to będzie również wspólnot i spółdzielni mieszkaniowych, a także podmiotów realizujących ważne zadania z zakresu użyteczności publicznej, takie jak np. szkoły, szpitale, domy opieki, kościoły i noclegownie. **PAP**

BRUKSELA

Szef MON: zielone światło dla stałej bazy USA w Polsce

oprac. Karolina Wrońska

W Pentagonie jest zielone światło dla stałej amerykańskiej bazy w Polsce – powiedział wicepremier Władysław Kosiniak-Kamysz po spotkaniu w Brukseli z podsekretarzem obrony USA Elbridge'em Colbym.

– Dzisiaj zostało przez sekretarza Colby'ego potwierdzone, że wszystko idzie w dobrym kierunku, wszystko jest na jak najlepszej drodze. Jest zielone światło z Pentagonu i wierzę, że to zielone światło też zaświeci bardzo mocno w Białym Domu – powiedział szef resortu obrony.

Jak przekazał Kosiniak-Kamysz, Colby powiedział, że na ukończeniu już jest przegląd obecności wojsk amerykańskich w Europie. – W pierwszych dniach grudnia będzie przekazana do Białego Domu informacja o zakończeniu przeglądu (...). My tu jesteśmy optymistami: dla Polski w tym przeglądzie mogą być tylko dobre i bardzo dobre decyzje – podkreślił Kosiniak-Kamysz. **PAP**

KRÓTKO

Warszawa

Sejmowa komisja etyki ukarała posłów

Sejmowa komisja etyki ukarała naganą posła Konfederacji Konrada Berkowicza za obraźliwą wypowiedź wobec dziennikarki TVP Justyny Dobrosz-Oracz. Sławomir Mentzen otrzymał upomnienie za słowa dotyczące kobiet służących w policji. Obaj politycy nie stawili się na posiedzeniu komisji i nie usprawiedliwili nieobecności. Sprawę posłanki PiS Dominiki Chorosińskiej, która podczas obrad Sejmu wydawała odgłosy szczekania, odroczono ze względu na jej zapowiedzianą absencję. Berkowicz został ukarany za nazwanie Dobrosz-Oracz „kurtyzaną", gdy pytała go, czy służył w wojsku. Dziennikarka zapowiedziała pozew.

Warszawa

Minister rolnictwa przyjął dymisję współpracownika

Szef gabinetu politycznego ministra rolnictwa Michał Zarzecki złożył rezygnację, którą Stefan Krajewski przyjął. Decyzja zapadła po poniedziałkowej publikacji Wirtualnej Polski. Portal podał, że Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa przejął 2,24 mln zł zobowiązań zadłużonego gospodarstwa Zarzeckiego, a osiem tygodni później został on powołany na stanowisko w resorcie. Ministerstwo zapewnia, że restrukturyzacja przebiegła prawidłowo i nie doszło do naruszenia prawa.

Literatura

Wyróżnienie dla Hanny Krall

Hanna Krall, pisarka i reportażystka, autorka m.in. uznawanej za jedną z najważniejszych książek XX wieku „Zdążyć przed Panem Bogiem", została laureatką tegorocznej Nagrody Polskiego PEN Clubu im. Jana Parandowskiego.



FOT. ADAM JANKOWSKI

Polski nie stać na spór konstytucyjny, dlatego PSL wyszło z inicjatywą resetu konstytucyjnego – dokładnie dlatego, żeby nie tracić szans rozwojowych.

WŁADYSŁAW KOSINIAK-KAMYSZ
wicepremier, lider PSL

eprasa.pl f4572519ae

MISTRZOWIE SMAKU 2026



FOT. GETTY

PARTNERZY PLEBISCYTU

Stowarzyszenie Polskich Kucharzy

Stowarzyszenie Kelnerów Polskich SKP

Polish Bartenders Association IBA member

POLAGRA food • horeca • foodtech

eprasa.pl f4572519ae

FINAŁ PLEBISCYTU

Oto Mistrzowie Smaku 2026. Nagrodziliśmy ich na gali w Poznaniu

Zwycięzców plebiscytu Mistrzowie Smaku 2026 uhonorowaliśmy w trakcie Targów POLAGRA, które odbywają się na Międzynarodowych Targach Poznańskich. 23 września swoje nagrody odebrali laureaci z całego kraju.

oprac. kk









Plebiscyt Mistrzowie Smaku to jedno z najważniejszych i najbardziej uznawanych wydarzeń w polskim świecie gastronomii. Organizator, Polska Press Grupa, wyłania i honoruje czołowych przedstawicieli tej branży.

Mistrzowie Smaku byli wybierani w kilku etapach. Najpierw Czytelnicy dzienników regionalnych należących do Polska Press Grupy oraz serwisów internetowych głosowali na swoje ulubione lokale i profesjonalistów z branży gastronomicznej w poszczególnych województwach. W kolejnym etapie uczestniczyli zwycięzcy, którzy uzyskali najwyższą liczbę głosów w swoich województwach. Wyłoniono triumfatorów w różnych kategoriach na poziomie ogólnokrajowym. I to właśnie oni otrzymali wyróżnienia podczas uroczystej gali rozdania nagród, która odbyła się w trakcie wydarzenia o najdłuższej tradycji biznesowej w Polsce i jednego z kluczowych wydarzeń branży spożywczej i sektora HoReCa – Targów POLAGRA na Międzynarodowych Targach Poznańskich.

Oto laureaci rankingu ogólnopolskiego

Kucharz Roku: I miejsce: Wojciech Mika - Villa Róż, Zakrzów (woj. małopolskie), II miejsce: Magdalena Tymeczko - Atelier Pychotka, Chełmsko (woj. lubuskie), III miejsce: Artur Obiedziński - Restauracja Chatka Obiadka, Skawina (woj. małopolskie).

Kelner Roku: I miejsce: Błażej Gębski - Restauracja Neo, Międzyrzecz (woj. lubuskie), II miejsce: Gabriela Kawęcka - Da Grasso, Międzyrzec Podlaski (woj. lubelskie), III miejsce: Maciej Imalski - Zajazd Staropolski Restauracja hotelu Gromada, Toruń (woj. kujawsko-pomorskie).

Barman/Barista Roku: I miejsce: Samuel Miśkowiec - X-DRINK, Myślenice (woj. małopolskie), II miejsce: Natalia Poniewska - AVA 3.0, Bydgoszcz (woj. kujawsko-pomorskie), III miejsce: Olaf Stubba - Matko i Córko, Gdańsk (woj. pomorskie).

Mistrz Słodkości Roku: I miejsce: Edyta Pałka - Szajnowe szkolenia tortowe, Rybnik (woj. śląskie), II miejsce: Konrad Ruczyński - Słodki Stół Pracownia cukiernicza, Lubawa (woj. warmińsko-mazurskie), III miejsce: Klaudia Rak - Słodkie Cudeńka, Żytno (woj. łódzkie).

Menedżer Gastronomii Roku: I miejsce: Jakub Balcerzak - Surowiec, Wrocław (woj. dolnośląskie), II miejsce: Lakhvir Singh - Restauracja Kwiat Peonii, Poznań (woj. wielkopolskie), III miejsce: Wioleta Pietrzak - Hotel Korona Spa & Wellness, Zemborzyce Tereszyńskie (woj. lubelskie).

Restauracja Roku: I miejsce: Miłość Na Talerzu - Kościan, 3 Maja 1A (woj. wielkopolskie), II miejsce: BEEF and Pepper - Warszawa, Nowogrodzka 47A (woj. mazowieckie), III miejsce: ArtFolwark - Wojnowo, Wojnowo 2 (woj. wielkopolskie).

Bar/Bistro/Jadłodajnia Roku: I miejsce: Bar na Rojnej - Łódź, Rojna 52/B (woj. łódzkie), II miejsce: Bistro u Zośki - Żmigród, Kolejowa 9A (woj. dolnośląskie), III miejsce: Bistro Gadka Szmatka - Wolbrom, Leśna 2 (woj. małopolskie).

Kawiarnia/Cukiernia Roku: I miejsce: R&S Kawiarnia Rozkoszne Smaki - Ustka, Wczasowa 27 (woj. pomorskie), II miejsce: Ani-Babki - Wrocław, Horbaczewskiego 4-6 (woj. dolnośląskie), III miejsce: Filiżanka - Sosnowiec, Małachowskiego 7/1 (woj. śląskie).

Pizza Roku: I miejsce: Da Grasso - Brodnica, Kościelna 4 (woj. kujawsko-pomorskie), II miejsce: Pizzeria Kociak - Rogoźno, os. Przemysława II 3A (woj. wielkopolskie), III miejsce: Pizzeria Pilizza - Nowe Miasto nad Pilicą, Warszawska 51 (woj. mazowieckie).

Lody Roku: I miejsce: Lodziarnia Gelatopiu - Rybnik, Rynek 12 (woj. śląskie), II miejsce: Marinero Caffe - Mrzeżyno, Portowa 14 (woj. zachodniopomorskie), III miejsce: Smak Dzieciństwa Lody Domowe - Strzelin, Sienkiewicza 46 (woj. dolnośląskie).

Burger Roku: I miejsce: Sigma Burger - Piaseczno, Nadarzyńska 60 (woj. mazowieckie), II miejsce: Burgerownia PasiBrzuch - Słubice, Mickiewicza 1A (woj. lubuskie), III miejsce: Chaps - Włocławek, Chopina 10/12 (woj. kujawsko-pomorskie).

Kebab Roku: I miejsce: Kapitan Burger - Police, Bankowa 11Ab/6 (woj. zachodniopomorskie), II miejsce: INDIA KEBAB - Łódź, Rojna 41 Lokal 20 , 91-134 Łódź (woj. łódzkie), III miejsce: Kraft Kebap - Morawin, Morawin 2A (woj. wielkopolskie).

Były podziękowania

- Chciałbym przede wszystkim podziękować wszystkim, którzy na mnie głosowali, moim przyjaciołom. Naprawdę nie spodziewałem się, że wygram - powiedział Wojciech Mika, laureat I miejsca w kategorii Kucharz Roku rankingu ogólnopolskiego. - Jest to moja pierwsza wygrana, a w zawodzie jestem 18 lat i bardzo się z tego cieszę. W zawodzie kucharza najważniejszy jest spokój, opanowanie nerwów i stresu.

Relację z gali przeczytasz i zobaczysz mnóstwo zdjęć z tego wydarzenia na stronie stronakuchni.pl/gala

eprasa.pl f4572519ae

KUCHARZ ROKU MIEJSCE I

Bartłomiej Szaniawski



Uwielbia gotować i dbać o gości! Serwując im przepyszne dania kuchni włoskiej w swoim, autorskim wydaniu może robić jedno i drugie. Kucharzem Roku w naszym województwie został Bartłomiej Szaniawski (Provincia pizza & pasta, Sztum).

Zdaniem głosujących to właśnie on zasługuje na szczególne wyróżnienie za sprawą swojej ogromnej pasji do gastronomii i przede wszystkim do ludzi.

Każde danie, które wychodzi spod jego ręki, jest efektem zaangażowania, doświadczenia i miłości do gotowania. Największą inspirację czerpie z tradycyjnej kuchni włoskiej, nadając jej jednocześnie własny, niepowtarzalny charakter. Goście cenią go nie tylko za wyjątkowy smak serwowanych potraw, ale także za serdeczność, otwartość i dbałość o każdy detal wizyty. To właśnie dzięki takiemu podejściu zyskał grono wiernych klientów, którzy chętnie wracają i polecają jego restaurację innym.

MIEJSCE II

Łukasz Zamorowski



Nasz laureat jest prawdziwym pasjonatem tego, czym zajmuje się na co dzień, a przy tym profesjonalistą w każdym calu. Kuchnia w jego wydaniu podbija serca nawet najbardziej wymagających gości. Potwierdzają to liczne wyróżnienia, które otrzymuje restauracja w Hotelu Haffner w Sopocie, a wymienić tu należy choćby Sopocką Perłę czy rekomendację Michelin.

Jednak to nie prestiżowe nagrody są najważniejsze dla Łukasza Zamorowskiego, lecz zadowolenie gości, którzy chętnie wracają, by po raz kolejny skosztować jego dań.

MIEJSCE III

Przemysław Birr



- Zawodowo w gastronomii pracuję od 6 lat. Ukończyłem technikum gastronomiczne, ale moja przygoda z gotowaniem zaczęła się dużo wcześniej – pasja do kuchni towarzyszy mi już od najmłodszych lat - wspomina Przemysław Birr (Sala bankietowa Paradnica, Pażęce). Najbardziej ceni w tej pracy możliwość tworzenia i dawania ludziom radości. Największą satysfakcję zaś przynosi zadowolenie gości, ich uśmiech i świadomość, że to, co przygotował pan Przemysław, smakowało. - Poza pracą jestem przede wszystkim mężem i tatą. Najbardziej lubię spędzać czas z rodziną, wyjechać gdzieś na weekend albo odpocząć od codziennego pędu - mówi.

KELNER ROKU MIEJSCE I

Grzegorz Kitowski



Grzegorz Kitowski (Restauracja K2, Borzechowo) przygodę z gastronomią rozpoczął ponad 20 lat temu. Wtedy jeszcze nie wiedział, jak ważną częścią jego życia się stanie. - Od początku była czymś więcej niż tylko pracą. Z biegiem lat stała się pasją, sposobem na rozwój i przede wszystkim, okazją do codziennego kontaktu z ludźmi - mówi. Od 2009 roku jest związany z Restauracją K2. To już wiele lat wspólnej pracy, doświadczeń, wyzwań i zmian. Można powiedzieć, że część swojego zawodowego życia zbudował właśnie tutaj. Przez ten czas restauracja stała się dla niego czymś więcej niż punktem pracy. - To miejsce, z którym jestem mocno związany, w którym miałem okazję rozwijać się zarówno zawodowo, jak i osobiście - podkreśla. W tej pracy najbardziej ceni przede wszystkim kontakt z ludźmi. Gastronomia daje mu możliwość codziennego spotykania różnych osób, poznawania ich historii i prowadzenia rozmów.

MIEJSCE II

Magdalena Kozikowska



Największą satysfakcję daje jej uśmiech i zadowolenie gości. Magdalena Kozikowska (Prosto i Włosko, Kościerzyna) lubi, kiedy dzięki jej pracy czują się swobodnie. Każdy dzień przynosi nowe wyzwania i nowe spotkania z ludźmi, co sprawia, że ta praca nigdy nie jest monotonna. Chciałaby, aby goście zapamiętali ją jako osobę życzliwą, uśmiechniętą i profesjonalną, aby każdy czuł się mile widziany i miał pewność, że może liczyć na pomoc naszej laureatki oraz zaangażowanie. Ma nadzieję, że po wizycie będą wspominać nie tylko dobre jedzenie, ale także przyjazną atmosferę i serdeczną obsługę.

MIEJSCE III

Łukasz Ostatek



Laureatem trzeciego miejsca w kategorii Kelner Roku w skali całego województwa został Łukasz Ostatek (Zafishowani, Gdańsk). - W zawodzie jestem od 2002 roku - dodaje.

Największą satysfakcję w tej pracy dają mu goście - to, że zawsze wracają i wspominają wizytę w ich restauracji oraz to, że polecają ją innym.

Swój wolny czas spędza z rodziną i na dokształcaniu się w swoim zawodzie. Tytuł Mistrza Smaku daje mu satysfakcję, bo jest potwierdzeniem tego, że są goście zadowoleni z jego pracy. - I że wiedza nie idzie na marne - dodaje.

BARMAN/BARISTA ROKU MIEJSCE I

Olaf Stubba



Podaje nie tylko pyszne, orzeźwiające napoje. Serwuje przede wszystkim wspaniałą atmosferę, pozytywną energię i mnóstwo uśmiechu dla każdego. Tytuł Barmana/Baristy Roku w naszym województwie trafił do osoby, która swoją pasją, zaangażowaniem i profesjonalizmem każdego dnia udowadnia, jak ważną rolę w gastronomii odgrywają ludzie. Olaf Stubba (Matko i Córko, Gdańsk) doskonale wie, że idealnie przygotowana kawa, autorski koktajl czy lemoniada to dopiero początek. Równie ważne są życzliwość, otwartość i umiejętność sprawienia, by każdy gość poczuł się wyjątkowo. To właśnie dzięki takiemu podejściu zyskał sympatię i zaufanie lokalnej społeczności, która doceniła jego codzienną pracę. Warto zaznaczyć, że nasz zwycięzca odniósł sukces także w ogólnopolskim finale, zamykając podium w kategorii Barman/Barista Roku Polski.

MIEJSCE II

Roksana Arciuch



Dba nie tylko o smak, ale i o zachęcający wygląd napojów, zwracając przy tym uwagę na każdy, nawet najmniejszy szczegół. Roksana Arciuch (Pizzeria La Scalla, Tczew) doskonale udowadnia, że przygotowanie doskonałej kawy, koktajlu czy autorskiego napoju jest prawdziwą sztuką, wymagającą zarówno wiedzy, jak i kreatywności. Nasza laureatka każdego dnia wkłada w swoją pracę mnóstwo serca i zaangażowania. Doskonale wie, że goście jedzą i piją również oczami, dlatego dba o to, by każda przygotowana przez nią kompozycja zachwycała nie tylko smakiem, ale także estetyką podania.

MIEJSCE III

Tomasz Książek



Pracuje w miejscu, w którym liczy się perfekcja w każdym serwowanym daniu, a także napoju. Zamek Łeba jest właśnie takim miejscem. Tomasz Książek doskonale odnajduje się w tych wysokich standardach, każdego dnia dbając o to, by goście mogli cieszyć się obsługą na najwyższym poziomie. Wyróżnia go profesjonalizm i fachowe podejście do pracy. Nasz laureat to osoba, która doskonale rozumie, że za każdym świetnie przygotowanym napojem stoją wiedza, doświadczenie i dbałość o szczegóły. Dzięki temu potrafi spełnić oczekiwania nawet najbardziej wymagających gości.

eprasa.pl f4572519ae

MISTRZ SŁODKOŚCI ROKU MIEJSCE I

Dorota Grenda



Dorota Grenda (Poczta BEZowa BEZ glutenu BEZ laktozy BEZ drożdży BEZ cukru, Rakowiec) zawsze uwielbiała piec, ale punktem zwrotnym był urlop wychowawczy. Gdy urodziła synka, cukiernictwo stało się jej ogromną pasją. - Kocham osładzać wyjątkowe chwile! Doceniam to, że mogę być częścią słodkich wspomnień! Cieszę się, gdy po realizacjach otrzymuję wiadomości ze słowami wdzięczności za to, że goście byli zachwyceni! Że słodkości rzeczywiście były zjedzone z przyjemnością. Każda współpraca jest dla mnie ogromnym wyróżnieniem, bo muszę przyznać, że mam najwspanialszych klientów pod słońcem! - mówi. Fakt, że po raz trzeci została wyróżniona jako Mistrz Słodkości jest dla niej czymś wyjątkowym. To dowód na to, że pasja i jakość to jest to, czego ludzie szukają i potrafią docenić. A ona robi to, co daje jej tyle radości i sprawia przyjemność tym, dla których tworzy swoje wyjątkowe słodkości od serca.

MIEJSCE II

Karolina Lademann



- Moja przygoda z cukiernictwem zaczęła się od pasji do pieczenia i ogromnej radości z tworzenia słodkości jakieś 10 lat temu. Z czasem niewinne pieczenie przerodziło się w coś znacznie większego - własną pracownię cukierniczą Kraina Pyszności - wspomina Karolina Lademann (Gdynia). Dziś tworzenie tortów i słodkości jest nie tylko jej pracą, ale przede wszystkim ogromną pasją. Każde zamówienie to dla niej nowe wyzwanie i możliwość stworzenia czegoś wyjątkowego. Najbardziej ceni to, że jej praca pozwala jej tworzyć coś, co staje się częścią ważnych dla ludzi chwil: urodzin, wesel, rocznic czy innych wyjątkowych okazji.

MIEJSCE III

Alicja Roczyńska



Alicja Roczyńska (Ciasta Domowe Alicja Roczyńska, Powałki) wspomina, że pieczenie ciast i tortów to jej ogromna pasja, którą cały czas rozwija.

Co wyróżnia naszą laureatkę, za co została szczególnie doceniona? Po pierwsze podejście od klientów. Każde zamówienie pani Alicja traktuje indywidualnie, dbając o naturalne składniki, perfekcyjny smak i estetykę wykonania - od tradycyjnego sernika po nowoczesne torty. Co daje jej najwięcej satysfakcji? Zadowolenie i uśmiech klientów, kiedy widzą gotowy wypiek, to daje naszej laureatce ogrom radości, właśnie ten widok traktuje jak swój największy sukces.

MENEDŻER GASTRONOMII ROKU MIEJSCE I

Sławomir Rajski



Zdobycie tytułu Menedżera Gastronomii Roku w województwie pomorskim to prestiżowe wyróżnienie i dowód uznania zarówno ze strony gości, jak i współpracowników.

Za takim sukcesem stoją nie tylko umiejętności organizacyjne, ale również pasja, zaangażowanie i codzienna dbałość o najwyższą jakość obsługi.

Sławomir Rajski (Eataly, Ustka) doskonale pokazuje, że skuteczne zarządzanie lokalem gastronomicznym to przede wszystkim praca z ludźmi. To troska o zespół, budowanie przyjaznej atmosfery oraz nieustanne dbanie o to, aby każdy gość czuł się mile widziany.

Dzięki takiemu podejściu lokal zyskuje nie tylko świetne opinie, ale również grono wiernych i powracających klientów, którzy chętnie do niego wracają. A zwycięstwo w plebiscycie Mistrzowie Smaku 2026 to potwierdza.

MIEJSCE II

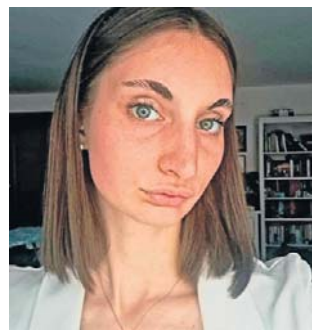
Tymon Błażejowski



- Pracuję w branży już 11 lat. Najwięcej satysfakcji daje mi z pewnością praca z ludźmi, interakcje z gośćmi i całą załogą. To daje mi dużo radości i sprawia, że pomimo upływu lat nadal chcę się realizować w tej branży - wyznaje Tymon Błażejowski (Klubokawiarnia Meduza, Sopot). Choć jego praca nie należy do najłatwiejszych - często nienormowane godziny, konieczność bycia w wielu miejscach jednocześnie i mnóstwo spraw na głowie - to wszystko sprawia, że jest to wymagający zawód, ale jednocześnie zadowolenie gości i atmosfera panująca w zgranym zespole potrafią zrekompensować wiele.

MIEJSCE III

Karolina Olszewska



Zdaniem naszej laureatki dobry menedżer powinien być przede wszystkim cierpliwy i empatyczny. - Pracuję z ludźmi i to oni są dla mnie najważniejsi. Mam tutaj na myśli zarówno gości restauracji, jak i zespół. Robię więc wszystko, aby ludzie wokół mnie byli po prostu zadowoleni - podkreśla Karolina Olszewska (GRYF Hotel i Restauracja & Pierogarnia, Kościerzyna). Wybrała ten zawód nieprzypadkowo. Ukończyła szkołę na kierunku hotelarskim, a ta praca była naturalnym wyborem związanym z jej zainteresowaniami i wiedzą. - Kontakt z ludźmi i różnorodność dają mi dużą satysfakcję i powodują, że nie mogę narzekać na nudę - mówi pani Karolina.

RESTAURACJA ROKU MIEJSCE I

Róża Wiatrów



Róża Wiatrów (Gdynia, al. Jana Pawła II 2) od 50 lat jest częścią kulinarnej historii Gdyni. Przez pół wieku goszczą kolejne pokolenia mieszkańców i turystów, organizując rodzinne uroczystości, spotkania, dancingi i wyjątkowe wydarzenia. Łączą tradycję z nowoczesną kuchnią.

Największym sukcesem są dla nich goście - ich powroty, dobre słowa i zaufanie, którym obdarzają restaurację od wielu lat. Każde wyróżnienie traktują jako potwierdzenie, że warto nieustannie się rozwijać i dbać o jakość kuchni oraz obsługi. Nie inaczej jest w przypadku doskonałego pierwszego miejsca w kategorii Restauracja Roku w tegorocznej edycji plebiscytu Mistrzowie Smaku 2026. Tutaj o zwycięstwie zdecydowali ci, którzy w gastronomii są najważniejsi - goście. Dla których Róża Wiatrów od lat jest numerem jeden w regionie.

MIEJSCE II

Pomelo



Pomelo (Gdańsk, Ogarna 121/122) to miejsce, w którym jedzenie ma opowiadać historię miasta, regionu, produktu i ludzi, którzy spotykają się przy stole. Restauracja rozwija autorską koncepcję współczesnej kuchni polskiej, prowadzonej przez szefa Kuchni Marcina Gładczuka i właściciela Krzysztofa Szymańskiego. - Punktem wyjścia jest produkt. Lokalni dostawcy, sezonowość i własna produkcja wyznaczają rytm kuchni. Na miejscu powstają m.in. pieczywo, fermenty, kiszonki, konfitury i dodatki, a karta zmienia się wraz z tym, co w danym momencie daje natura - mówi Aleksandra Basendowska.

MIEJSCE III

Rucola Verde



W Rucola Verde (Ustka, Marynarki Polskiej 70) spotykają się pasja do kuchni włoskiej, świeże składniki i doświadczenie rodem z Italii. Rozmowa z rodowitym Włochem, który zna smak swojej ojczyzny, inspiruje do tworzenia dań pełnych charakteru i emocji. Tutaj oprócz pysznego jedzenia można poczuć także prawdziwy włoski klimat.

- Kuchnia włoska z tradycyjna pizza neapolitańska. Z Włoskimi szefem kuchni. Sycylijski wystrój restauracji z klimatem cytryn - opisuje wyróżnioną restaurację Małgorzata De Lubicz Szeliska.

eprasa.pl f4572519ae

BAR/BISTRO/JADŁODAJNIA ROKU MIEJSCE I

Dobra Kuchnia

Dobra Kuchnia (Bojano, Turystyczna 18) to światowe smaki w lokalnym wydaniu. To także lokal, w którym tradycyjna polska kuchnia łączy się z nowoczesnym wydaniem, zapewniając oryginalne połączenia smakowe. Pasja do gotowania wprowadza do ich menu potrawy z innych krajów, które przypadły Polakom do gustu. Świeże lokalne składniki łączą z dodatkami kuchni amerykańskiej, azjatyckiej i włoskiej. Serwują dania: włoskie; pizze, makarony przygotowane z oryginalnych składników, polskie, amerykańskie i wiele innych kulinarnych specjałów pełnych smaku w przepysznym wydaniu. Tamtejsze posiłki przyrządzane są z myślą o gościach, aby dostarczyć im wyśmienite smaki i pełne zadowolenie z wyboru Dobrej Kuchni. Tutaj dba się nie tylko o smak, wygląd i zapach, ale przede wszystkim o jakość składników i staranne przygotowanie. najważniejsze - tu dba się o gości!

MIEJSCE II

GRILL BAR MAKS

GRILL BAR MAKS (Trąbki Wielkie) to miejsce tworzone dla każdego i na każdą kieszeń. - Kochamy gotować, pracować z ludźmi i dla ludzi - przedstawia wyróżniony lokal Karolina Witowska i dodaje: - Cieszymy się, że naszą miłość widać w jedzeniu. A goście dostrzegają to w tak niepozornym miejscu, jak nasz Bar. Dziękujemy.

To właśnie autentyczność, domowe smaki i serdeczna atmosfera sprawiają, że goście chętnie wracają. Wyróżnienie jest dowodem na to, że pasja do gotowania oraz codzienne zaangażowanie całego zespołu znajdują uznanie wśród klientów, którzy doceniają zarówno jakość serwowanych dań, jak i przyjazną obsługę.

MIEJSCE III

Bar Mleczny Zakątek

Pyszne domowe obiady, które przyciągają gości nie tylko wyjątkowym smakiem, ale także apetycznym wyglądem i aromatem unoszącym się już od progu. Do tego duże porcje, świeże i starannie wyselekcjonowane składniki oraz życzliwa obsługa sprawiają, że każdy posiłek staje się prawdziwą przyjemnością. To miejsce, do którego goście chętnie wracają, doceniając wysoką jakość potraw, rodzinną atmosferę i kuchnię przygotowywaną z pasją oraz dbałością o każdy detal. Taki właśnie jest wyróżniony w plebiscycie lokal - Bar Mleczny Zakątek (Kwidzyn, Mieszka i 10), który zyskał ogromną sympatię lokalnej społeczności.

KAWIARNIA/CUKIERNIA ROKU MIEJSCE I

R&S Kawiarnia Rozkoszne Smaki

R&S Kawiarnia Rozkoszne Smaki (Ustka, Wczasowa 27) działa w Domu Wczasowo Sanatoryjnym „Perła" w Ustce, zaledwie 50 m od morza. - Od początku chcieliśmy stworzyć miejsce, w którym dobra kawa, własne wypieki i desery łączą się z wyjątkową, domową atmosferą. Naszą największą dumą i znakiem rozpoznawczym są cynamonki, które zdecydowanie zajmują pierwsze miejsce wśród ulubionych wypieków naszych gości. Wielu z nich wraca do nas właśnie po ich charakterystyczny smak i zapach. Słyniemy również z bogatej witryny pełnej domowych ciast, bez i różnorodnych deserów, które przygotowujemy z ogromną dbałością o smak i wygląd - opisują. Kawiarnię tworzy zgrany zespół ludzi, którzy wkładają w nią całe serce. Zależy im, aby każdy, kto przekracza ich drzwi, czuł się mile widziany, zaopiekowany. Po prostu jak w domu. Największą nagrodą jest dla nich to, że goście wracają.

MIEJSCE II

Kawiarenka Sisters



Kawiarenka Sisters (Jastrzębia Góra, Rozewska 1) to mała kawiarenka z wielkim sercem do gości. Lokal jest prowadzony przez dwie siostry, dopełnia go mama, która jest autorką pysznych domowych ciast. Oprócz smakowitych wypieków znajdziemy tak również lody, gofry, aromatyczną kawę oraz... niezapomniane chwile przy tamtejszych słodkościach. „Lokal jest naszym rodzinnym miejscem, naszym rodzinnym marzeniem i również staramy się sprawić, by ten rodzinny klimat został zachowany również z sercem do naszych klientów" - przedstawiali się w trakcie trwania głosowania.

MIEJSCE III

Kawiarnia Mytlewski

„Przepyszne cynamonki, jagodzianki i drożdżówki. Palce lizać! Warto dla nich jechać przez całą Polskę do Jastarni!" - to jedna z wielu pozytywnych opinii, jakie możemy przeczytać o naszym wyróżnionym lokalu. Oprócz wspaniałych zawsze świeżych wypieków znajdziemy tam także rzemieślnicze lody, robione na miejscu oraz wspaniałą kawę. Kawiarnia Mytlewski (Jastarnia, Sychty 110) słynie nie tylko ze smaku, ale także wyjątkowego klimatu. Przyjemny, domowy wystrój, wspaniały zapach, miła obsługa i mnóstwo pozytywnej energii to wszystko znajdziemy w Kawiarni Mytlewski.

PIZZA ROKU MIEJSCE I

Rumiana Forno

Rumiana Forno (Rumia, Grunwaldzka 53/2) powstało z miłości do ognia, dobrego jedzenia i wspólnie spędzanego czasu. - Sercem naszego lokalu jest piec opalany drewnem, a w jego wnętrzu pieczemy rzemieślniczą pizzę, w której łączymy włoską tradycję z nowoczesnym podejściem. Uważamy, że prawdziwa pizza z charakterem wychodzi właśnie z takiego pieca. Tworzymy własną recepturę ciasta, inspirowaną wiedzą i twórczością największych autorytetów włoskiego świata pizzy, ale jednocześnie szukamy własnej drogi i własnego charakteru - opisuje Eryk Plichta. Wybierają składniki, które sami chcieliby dostać na swoim talerzu. Stawiają na jakość: - Jesteśmy miejscem, w którym chcemy dawać wam wybór. Oprócz pizzy z pieca znajdziecie u nas zupy, panuozzo, świeże sałatki, dania inspirowane kuchnią włoską, desery oraz szeroki wybór napojów i koktajli.

MIEJSCE II

Pizzeria Pub Sabroso



Pizzeria Pub Sabroso (Gdańsk, Kielnieńska 87) to miejsce na kulinarnej i rozrywkowej mapie, które działa nieprzerwanie od 2012 roku. W ofercie znajdziesz nie tylko chrupiącą pizzę, ale też domowe obiady oraz szeroki wybór napojów. Idealny zestaw na wieczorne wyjście ze znajomymi lub chwilę relaksu. Jest bilard - doskonała atrakcja dla miłośników rywalizacji i dobrej zabawy: „Ciepły, klimatyczny kominek tworzący przytulną atmosferę , w której łatwo się odprężyć .To idealna przestrzeń zarówno na rodzinny obiad, jak i wieczorne spotkanie w gronie znajomych".

MIEJSCE III

Kaszubski Kocioł

Kaszubski Kocioł to jedyna taka pizza na kółkach z Kaszub. Łączą pasję do pizzy ze słynną kaszubską gościnnością. Serwują świeżo wypiekaną pizzę przygotowywaną z wysokiej jakości składników podczas spotkań plenerowych i lokalnych imprez. Swoją obecnością uświetniają wiele wydarzeń, dostarczając nie tylko pyszne jedzenie, ale też wyjątkową atmosferę. Każda pizza powstaje z dbałością o detale, trafiając w gust nawet najbardziej wymagających smakoszy. Nic więc dziwnego, że cieszą się uznaniem klientów i są mile widzianym gościem na różnego rodzaju wydarzeniach w całym regionie.

eprasa.pl f4572519ae

LODY ROKU MIEJSCE I

Lody Włoskie Marlena Szczesna



- Nasza historia to przede wszystkim pasja, tradycja i miłość do słodkości. Od maja 2005 roku zajmuję się lodami włoskimi, a więc już ponad 21 lat z ogromną pasją serwuję moim klientom wyjątkowe smaki i słodkie chwile. W ofercie znajdziecie pyszne lody i szejki w różnych smakach - opisuje szefowa firmy Lody Włoskie Marlena Szczesna (Żukowo, Gdańska 41). Jest szczególnie dumna z tytułu Lody Roku na Kaszubach i w województwie pomorskim. To czwarta już nominacja do plebiscytu Mistrzowie Smaku i wygrane w tych kategoriach. - W 2023 roku zdobyłam tytuł Lody Roku Polski. To dla mnie ogromne wyróżnienie i potwierdzenie, że warto każdego dnia wkładać serce w to, co się robi - mówi. Pochodzi z rodziny cukierniczej. Jej tata był przez wiele lat cukiernikiem i to właśnie od niego nauczyła się szacunku do rzemiosła, jakości i pracy wykonywanej z sercem. Choć nie ma go już z nią, każdego dnia stara się kontynuować wartości, które jej przekazał.

MIEJSCE II

Lodo-Landia



Lodo-Landia (Skarszewy, Kościerska 2C) to miejsce, które rodzina od czterech lat tworzy z ogromną przyjemnością i sercem. Przez te lata zdążyli poznać wielu wspaniałych klientów, którzy regularnie wracają. Co szczególnie cieszy, odwiedzają ich nie tylko mieszkańcy Skarszew i okolicznych miejscowości. Mają również gości, którzy przyjeżdżają do nich z dalszych miast, często specjalnie po swoje ulubione lody czy gofry! Od początku zależało im na tym, aby Lodo-Landia była miejscem, w którym każdy znajdzie coś dla siebie. Dzięki zmieniającej się ofercie ich klienci mogą próbować różnych kompozycji i odkrywać nowych faworytów.

MIEJSCE III

Lodowa



Lodowa (Przywidz, Gdańska 15) to prawdziwe lodowe królestwo. Znajdziemy tam mnóstwo różnych propozycji - dla każdego coś dobrego. W menu mają świderki, lody włoskie, rzemieślnicze, desery lodowe, shake'i, kawę mrożoną, bubble tea, a także inne słodkości, np. gofry lub wariację na ich temat - jedyne takie frytogofry

Lodowa to także ciekawe połączenia smakowe, znajdziemy tam bowiem zarówno klasyczne propozycje, jak i nietypowe mieszanki. To wszystko w połączeniu z kremową, gładką konsystencją sprawia, że ich lody mają mnóstwo fanów, którzy odwiedzają wyróżnioną lodziarnię nawet wtedy, gdy pogoda nie sprzyja.

BURGER ROKU MIEJSCE I

American Style

Ten food truck powstał z miłości do gotowania. Tutaj największą satysfakcją, a zarazem nagrodą jest powrót klienta. To nie pusty frazes, ale prawdziwa misja i cel wszystkich, którzy wspólnie pracują na to, aby American Style (Foshuta) był miejscem, do którego naprawdę chce się wracać.

Szefowa osobiście dba o najwyższą jakość składników używanych w kuchni oraz przygotowuje pyszne jedzenie dla klientów. To gwarantuje wysoki poziom i niepowtarzalny smak. Tutaj serwuje się przepyszne jedzenie, amerykańskie porcje i niezapomniany klimat!

Załoga wyróżnionego food trucka z radością przyjęła nominację do plebiscytu Mistrzowie Smaku 2026. A zwycięstwo potraktowali jako najlepszy dowód na to, że ich praca ma sens, a tamtejsze burgery po prostu smakują gościom - a to z kolei najbardziej napawa dumą cały zespół American Style.

MIEJSCE II

SMASHUJEMY BURGERs



SMASHUJEMY BURGERs (Gdańsk, Schopenhauera 1) to miejsce stworzone z pasji do prawdziwych smash burgerów. Stawiają na świeże składniki, wysokiej jakości wołowinę i niepowtarzalny smak, który sprawia, że goście wracają po więcej.

Każdy burger przygotowywany jest na bieżąco, z dbałością o każdy detal. Jego podstawą jest oczywiste soczyste, świeże, dobrej jakości mięso w połączeniu z chrupiącą bułką, a do tego pyszne dodatki. Jedzenie to połowa sukcesu ludzie wracają tutaj także po wspaniałą atmosferę, miłą, przyjazną obsługę, gościnność i klimat - wszystko nie do podrobienia!

MIEJSCE III

Greg's



Greg's (Gowino, Wejherowska 86/3) to burgerownia, która powstała z pasji do prawdziwych, rzemieślniczych burgerów. Tu serwuje się burgery przygotowane z najwyższej jakości składników, świeżej wołowiny oraz naturalnych dodatków, które razem tworzą wyjątkowy smak. Burgerownię wyróżnia dbałość o każdy szczegół. Bułki wypiekane na miejscu, soczysta wołowina i starannie dobrane dodatki - to sprawia, że każdy burger ma wyjątkowy smak. W menu Greg's Burger znajdziemy zarówno klasyczne burgery wołowe, jak i autorskie kompozycje smakowe stworzone z myślą o miłośnikach prawdziwego street foodu.

KEBAB ROKU MIEJSCE I

Food Story Kraft Kebab

Każde zamówione u nich danie nie jest tylko kolejnym posiłkiem. Jak sama nazwa lokalu podpowiada, tutaj jedzenie jest opowieścią. O smaku, o wspólnych chwilach z bliskimi, o jakości, która wyczuwalna jest w każdym kęsie, i o pasji do gotowania, która przyciąga gości.

Dlaczego goście tak bardzo lubią odwiedzać Food Story Kraft Kebab w Kwidzynie przy ulicy Tęczowej 1C? Dlatego, że czeka tam na nich zawsze świeży lawasz wypiekany codziennie, mięciutkie pieczywo, pyszne, soczyste mięso z kurczaka, baranio-wołowe lub miodowa karkówka, która kusi nie tylko smakiem, ale i aromatem. A do tego wiele więcej, bo menu w zwycięskim lokalu jest stworzone tak, aby każdy klient, nawet najbardziej wymagający znalazł tam coś pysznego dla siebie. Aby mógł tworzyć kolejne historie pisane smakiem w Food Story.

MIEJSCE II

Kolejny Kebab



Kolejny Kebab w Gdańsku przy ulicy Kolobrzeskiej 26 (Parking Obi) to miejsce, w którym zmienia się zdanie na temat kebabów. W wyróżnionym lokalu wiedzą, że można inaczej - nie z zamrażarki. Tutaj kurczak jest zawsze świeży, nigdy mrożony, według własnej autorskiej receptury, kiedy się skończy, oni kończą pracę, bo tu nie idzie się na kompromisy. Większość sosów też robią sami, a warzywa kupują od lokalnych rolników. „Nasi klienci już dwa lata wracają nie za hasłem, a za smakiem" - przekazywali w trakcie trwania głosowania, a wyniki plebiscytu to potwierdziły!

MIEJSCE III

Padron Gemuse Kebab

W Padron Gemuse Kebab (Rumia, Piłsudskiego 41) wierzą, że dobry kebab zaczyna się od jakości, a kończy na smaku, który zostaje w pamięci na długo. Dlatego każdego dnia stawiają na świeże składniki, dopracowane receptury i mięso, które sami chcieliby jeść. Łącząc sprawdzone smaki z odrobiną hiszpańskiego charakteru, tworzą dania, które są czymś więcej niż tylko szybkim posiłkiem. Autorskie sosy, świeże warzywa i papryczki pimientos de Padrón nadają każdemu kebabowi wyjątkowy charakter. Całość zamyka się w świeżym pieczywie wypiekanym przez lokalną piekarnię.

eprasa.pl f4572519ae

LAUREACI PLEBISCYTU MISTRZOWIE SMAKU 2026

KUCHARZ ROKU	
Gdańsk	**Łukasz Jurek**, Restauracja Piastowska 198, Gdańsk
Gdynia	**Michał Lewiński**, Starodworcowa, Gdynia
Słupsk	**Oksana Yefimenko**, Stara pralnia - sala bankietowa, Słupsk
Sopot	**Łukasz Zamorowski**, Hotel Haffner, Sopot
powiat bytowski	**Sylwester Owśnicki**, Dobri ml, Kiedrowice
powiat chojnicki	**Krzysztof Łosiewicz**, Czarny Czosnek, Chojnice
powiat gdański	**Jacek Majcherek**, Restauracja Solmarina, Wiślinka
powiat kartuski	**Przemysław Birr**, Sala bankietowa Paradnica, Pażęce
powiat kościerski	**Jakub Kroll**, Słód i miód, Kościerzyna
powiat kwidzyński i powiat sztumski	**Bartłomiej Szaniawski**, Provincia pizza & pasta, Sztum
powiat lęborski	**Paulina Pettke**, Restauracja Różana, Lębork
powiat malborski	**Alexey Homeniuk**, Papas, Malbork
powiat pucki	**Daniel Tomczyk**, Fala Smażalnia, Pizzeria, Bar, Władysławowo
powiat słupski	**Dawid Kamiński**, Eataly, Ustka
powiat starogardzki	**Anna Sosnowska**, Zagroda Kociewska, Godziszewo
powiat tczewski	**Dariusz Zieliński**, Restauracja Sabat, Tczew
powiat wejherowski	**Izabela Niemtz**, Restauracja Leśna, Wejherowo

KELNER ROKU	
Gdańsk	**Łukasz Ostatek**, Zafishowani, Gdańsk
Gdynia	**Zdzisław Gliński**, Róża Wiatrów, Gdynia
Słupsk	**Karolina Nowak**, Milkshake Bar, Słupsk
Sopot	**Kacper Mach**, Pomarańczowa Plaża, Sopot
powiat bytowski	**Monika Madziąg**, Pizza i Wino, Bytów
powiat chojnicki	**Natalia Nenca**, Restauracja Czarny Czosnek, Chojnice
powiat człuchowski	**Nadia Urbańska**, SOHO kuchnia & bar, Człuchów
powiat kartuski	**Rafał Reclaf**, Restauracja Kameleon, Puzdrowo
powiat kościerski	**Magdalena Kozikowska**, Prosto i Włosko, Kościerzyna
powiat kwidzyński i powiat sztumski	**Paweł Wiśniewski**, Willa Miłosna, Kwidzyn
powiat lęborski	**Edyta Czupryniak**, Restauracja Pizzeria u Rosina, Wicko
powiat malborski	**Karol Gesek**, Papas, Malbork
powiat pucki	**Solomija Sharun**, Hello, Hel
powiat słupski	**Adrian Bober**, Restauracja Chapeau Bas, Ustka
powiat starogardzki	**Grzegorz Kitowski**, Restauracja K2, Borzechowo
powiat tczewski	**Angelika Czaja**, Hotel Gościniec nad Wisłą, Knybawa
powiat wejherowski	**Eryk Plichta**, Grunwaldzka 532, Rumia

RESTAURACJA ROKU	
Gdańsk	**Pomelo**, Gdańsk, Ogarna 121/122
Gdynia	**Róża Wiatrów**, Gdynia, al. Jana Pawła II 2
Słupsk	**Cechowa Gospodarza**, Słupsk, Kowalska 1
Sopot	**Restauracja NOVA**, Sopot, Jagiełły 6/1
powiat bytowski	**Gościniec Jereczek**, Jamno 22
powiat chojnicki	**Restauracja Czarny Czosnek**, Chojnice, Sępoleńska 24B
powiat człuchowski	**SOHO kuchnia & bar**, Człuchów, al. Wojska Polskiego 32E
powiat kartuski	**Restauracja Kameleon**, Puzdrowo 15C/2
powiat kwidzyński	**Restauracja Miła**, Kwidzyn, Katedralna 18
powiat lęborski	**Grill & Ogień**, Lębork, Wita Stwosza 13
powiat malborski	**Kamienica**, Malbork, Kościuszki 25
powiat pucki	**Restauracja Czas na Retro**, Puck, Stary Rynek 26
powiat słupski	**Rucola Verde**, Ustka, Marynarki Polskiej 70
powiat tczewski	**Restauracja Sabat**, Tczew, Rokicka 4
powiat wejherowski	**Restauracja Leśna**, Wejherowo, Roszczynialskiego 57

BAR/BISTRO/JADŁODAJNIA ROKU	
Gdynia	**Słodko Słony Bufet**, Gdynia, Legionów 27
Słupsk	**Pierogarnia u Małgosi**, Słupsk, Piłsudskiego 74
powiat gdański	**GRILL BAR MAKS**, Trąbki Wielkie
powiat kartuski	**Kuchnia polowa & Bar VIKING**, Rybaki, Gdańska 54
powiat kwidzyński	**Bar Mleczny Zakątek**, Kwidzyn, Mieszka i 10
powiat lęborski	**Hogata 2.0**, Lębork, Zwycięstwa 3/9
powiat pucki	**Tawerna Kolumb**, Puck, Morskiego Dywizjonu Lotniczego 20
powiat wejherowski	**Dobra Kuchnia**, Bojano, Turystyczna 18

KAWIARNIA/CUKIERNIA ROKU	
Gdynia	**Kate-Coffee&Cake**, Gdynia, Armii Krajowej 23 lok. i
powiat bytowski	**Kawiarnia Esencja**, Miastko, Armii Krajowej 39B
powiat kartuski	**Kawiarnia Perełka**, Kartuzy, Kościuszki 22
powiat kwidzyński	**Słodzikowo Kawiarnia**, Kwidzyn, Braterstwa Narodów 47
powiat lęborski	**Domowe Wypieki Upieczone**, Lębork, Staromiejska 17C
powiat malborski	**Retro**, Malbork, Kościuszki 25
powiat pucki	**Kawiarnia Mytlewski**, Jastarnia, Sychty 110
powiat słupski	**R&S Kawiarnia Rozkoszne Smaki**, Ustka, Wczasowa 27
powiat wejherowski	**Kawiarenka Sisters**, Jastrzębia Góra, Rozewska 1

LODY ROKU	
Gdańsk	**LodoveLove - z miłości do lodów**, Gdańsk, Małomiejska 43
Gdynia	**TI AMO Gelato**, Gdynia, Kazimierza 3
Kaszuby	**Lody Włoskie Marlena Szczesna**, Żukowo, Gdańska 41
Kociewie	**Lodo-Landia**, Skarszewy, Kościerska 2C
Powiśle	**Kolorowe Muu**, Kwidzyn, Hallera 1
Region gdański	**Lodowa**, Przywidz, Gdańska 15

PIZZA ROKU	
Gdańsk	**Pizzeria Pub Sabroso**, Gdańsk, Kielnieńska 87
Gdynia	**Crust Family Pizza**, Gdynia
Sopot	**Pizzeria Stefano**, Sopot, 3 Maja 56
Kaszuby	**Kaszubski Kocioł**, Kamienica Szlachecka, Długa 19
Kaszuby Północne	**Rumiana Forno**, Rumia, Grunwaldzka 53/2
Kaszuby Zachodnie	**Łabędzia Przystań**, Leśno, Wyszyńskiego 10
Powiśle	**Provincia - pizza & pasta**, Sztum, Jagiełły 7
Region gdański	**Restauracja La Famiglia**, Stegna, Morska 24
Region słupski	**Al Dente**, Ustka, Wilcza 16

BARMAN/BARISTA ROKU	
1. miejsce	**Olaf Stubba**, Matko i Córko, Gdańsk
2. miejsce	**Roksana Arciuch**, Pizzeria La Scalla, Tczew
3. miejsce	**Tomasz Książek**, Zamek Łeba, Łeba

MISTRZ SŁODKOŚCI ROKU	
1. miejsce	**Dorota Grenda**, Poczta BEZowa BEZ glutenu BEZ laktozy BEZ drożdży BEZ cukru, Rakowiec
2. miejsce	**Karolina Lademann**, Kraina Pyszności, Gdynia
3. miejsce	**Alicja Roczyńska**, Ciasta Domowe Alicja Roczyńska, Powałki

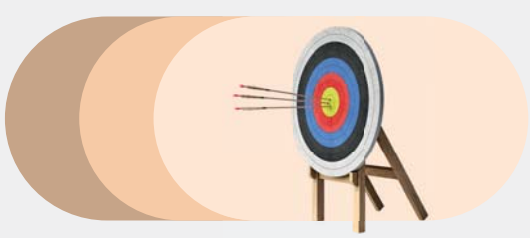
MENEDŻER GASTRONOMII ROKU	
1. miejsce	**Sławomir Rajski**, Eataly, Ustka
2. miejsce	**Tymon Błażejowski**, Klubokawiarnia Meduza, Sopot
3. miejsce	**Karolina Olszewska**, GRYF Hotel i Restauracja & Pierogarnia, Kościerzyna

BURGER ROKU	
1. miejsce	**American Style**, Foshuta
2. miejsce	**SMASHUJEMY BURGERs**, Gdańsk, Schopenhauera 1
3. miejsce	**Gregs**, Gowino, Wejherowska 86/3

KEBAB ROKU	
1. miejsce	**Food Story Kraft Kebab**, Kwidzyn, Tęczowa 1C
2. miejsce	**Kolejny Kebab**, Gdańsk, Kolobrzeska 26 (Parking Obi)
3. miejsce	**Padron Gemuse Kebab**, Rumia, Piłsudskiego 41

AUTOREKLAMA

strefa BIZNESU.pl



Know-how w dobrym biznesie

strefabiznesu.pl

eprasa.pl f4572519ae

AUTOREKLAMA

Wszystkie smaki kuchni

stronakuchni.pl



Strona Kuchni

eprasa.pl f4572519ae

WOJNA W UKRAINIE

Ukraińcy zaatakowali Most Krymski. Przeprawa zamknięta

Kazimierz Sikorski

W nocy z poniedziałku na wtorek wojska ukraińskie zaatakowały m.in. Moskwę oraz most prowadzący na okupowany przez Rosję Krym. Wojsko użyło pocisku manewrującego FP-5 „Flamingo".



AFP PHOTO / SŁUŻBA BEZPIECZEŃSTWA UKRAINY

Most jest obecnie zamknięty dla ruchu samochodowego i kolejowego, a żegluga przez Cieśninę Kerczeńską została wstrzymana

Jeden z łuków konstrukcji oraz odcinek jezdni między dwoma filarami całkowicie zniknęły.

„Most krymski. Objęty sankcjami" – napisał na X Władysław Własiuk, pełnomocnik prezydenta Ukrainy ds. sankcji.

Liczący 19 kilometrów długości most łączy rosyjski Kraj Krasnodarski z okupowanym Półwyspem Krymskim, przebiegając nad Cieśniną Kerczeńską. Powstał po zajęciu Krymu przez Rosję w 2014 roku. Część drogową otwarto w 2018 r., a ruch pasażerskich pociągów ruszył w 2019 roku.

Od początku rosyjskiej inwazji most ten był wielokrotnie celem ukraińskich ataków.

Kamera na pocisku zarejestrowała atak

Na nagraniu widać obraz z kamery umieszczonej na pokładzie ukraińskiego pocisku manewrującego „Flamingo" w trakcie lotu w stronę mostu.

Denys Sztilierman, współwłaściciel i główny inżynier Fire Point – producenta pocisku – potwierdził jego użycie na X.

Udostępniając nagranie, napisał: „Dedykujemy to pamięci naszych przyjaciół i kolegów, Andrija i Jurija, bez których nie byłoby to możliwe. Spoczywajcie w pokoju".

Siergiej Aksionow, mianowany przez Moskwę szef władz okupowanego Krymu, przekazał, że siły ukraińskie zaatakowały most, w związku z czym ruch przez przeprawę wstrzymano.

Rosyjski resort transportu też potwierdził zawieszenie ruchu drogowego i kolejowego. Most Krymski stanowi kluczowy szlak zaopatrzeniowy i transportowy dla rosyjskich sił na okupowanych terytoriach Ukrainy. Ma także ogromne znaczenie symboliczne – inwestycja warta 4 miliardy dolarów była manifestem politycznym mającym utrwalić to, co Putin uważał za jedno ze swoich największych osiągnięć: aneksję Krymu.

Efekt wielu tygodni przygotowań

„Uderzenie w Most Kerczeński było rezultatem siódmego etapu wielotygodniowej operacji opracowanej i koordynowanej przez Służbę Bezpieczeństwa Ukrainy i Sztab Generalny Sił Zbrojnych" – poinformował we wtorek prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski.

„Dziś każdy może zobaczyć skutki uderzenia w główną wojskową przeprawę łączącą terytorium Rosji z naszym ukraińskim Krymem. Jest to rezultat siódmego etapu operacji, która była realizowana przez kilka tygodni, a została opracowana i koordynowana przez Służbę Bezpieczeństwa Ukrainy wspólnie ze Sztabem Generalnym Sił Zbrojnych Ukrainy" – napisał Zełenski w komunikatorze Telegram.

Szef państwa przypomniał, że Rosja codziennie atakuje ukraińską infrastrukturę, w tym mosty w Zaporożu, Dnieprze, Kijowie i obwodzie odeskim. Prezydent podkreślił, że Ukraina wielokrotnie proponowała Rosji podjęcie kroków na rzecz deeskalacji, „lecz po wszystkich tych propozycjach słyszała jedynie stanowcze odmowy".

LIMA

Papież Leon nie zdołał złapać różańca rzuconego z tłumu – przedmiot uderzył go w oko

Kazimierz Sikorski

Dobra passa papieża Leona w chwytaniu przedmiotów rzucanych przez tłumy dobiegła końca – gdy Ojciec Święty przybywał na mszę pożegnalną w Peru, jeden z rzuconych w jego stronę przedmiotów (prawdopodobnie różaniec) uderzył go w okolice oka.

Papież, kończąc 11-dniową podróż po Ameryce Południowej, dał się poznać jako osoba o zręcznych dłoniach; podczas jego wizyt wierni często rzucają w jego stronę różne przedmioty.

Zdarzało się mu już łapać pluszowe maskotki czy flagi, a podczas audiencji na Placu św. Piotra w Rzymie zatrzymał się nawet, by przyjąć pizzę podarowaną mu przez grupę osób z Chicago.

Jednak w ostatnim dniu podróży, jadąc papamobile. nie zdołał schwytać przedmiotu rzuconego przez tłum zgromadzony w bazie lotniczej w Limie. Na zdjęciach i nagraniach widać, jak papież przeciera oko po tym, jak w jego stronę rzucono przedmiot – stało się to w momencie, gdy pozdrawiał wiernych w drodze na mszę.

Dziennikarka telewizji peruwiańskiej Fatima Massadolid zapytała papieża, jak odbiera ten gest i czy rozumie, że ludzie w Peru kochają Ojca Świętego i przez różne gesty bliskości pragną tę miłość wyrażać.

„Serdeczność Peruwiańczyków, także tej osoby, która z wielką wiarą chciała po prostu podarować mi różaniec, to coś, co pozostaje w sercu... Może także w oku..." – odpowiedział Leon XIV.

Papież Leon XIV zakończył w poniedziałek podróż apostolską do Ameryki Południowej i ze stolicy Peru – Limy, wrócił do Rzymu. 11-dniowa podróż do Urugwaju, Argentyny i Peru była najdłuższa z dotychczasowych podróży Leona XIV w ciągu półtora roku jego pontyfikatu. Ostatnim punktem podróży była papieska msza w bazie lotniczej w Limie, w której uczestniczyło około 1,5 miliona ludzi.



FOT. X

Podczas przejazdu papamobile w Limie ktoś z tłumu rzucił w kierunku Leona XIV różańcem

BERLIN

Wyciek dokumentów dotyczących Deutsche Banku

oprac. Anna Nagel

Ponad 15 mln wewnętrznych dokumentów Deutsche Banku trafiło do ponad 50 redakcji. Ujawniają związki z rosyjskimi oligarchami i podejrzane transakcje otoczenia Epsteina.

Według „Der Spiegel" ujawnione dokumenty mogą stanowić największy znany wyciek danych bankowych na świecie. Materiały przekazane mediom przez sygnalistów pochodzą głównie z działów Deutsche Banku zajmujących się przestępczością finansową oraz klientami i transakcjami wysokiego ryzyka. W śledztwie „Inside Deutsche Bank" brały udział m.in. ZDF, „New York Times", „Financial Times" i „Le Monde".

Dokumenty wskazują, że w 2021 r. bank rozszerzył działalność w Rosji mimo wcześniejszych ostrzeżeń nadzoru i wykrycia podejrzanych przepływów, z których mogli korzystać oligarchowie związani z Władimirem Putinem.

Pod koniec 2020 r. bank obsługiwał co najmniej 46 rosyjskich oligarchów, w tym Romana Abramowicza, a krótko przed inwazją na Ukrainę udzielał wielomilionowych pożyczek Sbierbankowi.

Ujawniono również ponad 3 tys. podejrzanych transakcji Jeffreya Epsteina i jego otoczenia na ok. 580 mln dolarów. Deutsche Bank uznał przyjęcie Epsteina za błąd i zapewnił, że współpracował z organami nadzoru. Od 2019 do 2025 r. miał wydać dodatkowe 7 mld euro na systemy kontroli.

PRAGA

Pociągi zderzyły się przed dworcem w Pradze. Wielu rannych

oprac. Anna Nagel

Co najmniej 46 osób zostało rannych w zderzeniu dwóch pociągów osobowych, do którego doszło we wtorek rano w Pradze. Wypadek na kilka godzin sparaliżował ruch kolejowy w Czechach.

Do kolizji doszło na wiadukcie przed wjazdem na praski dworzec główny. Składy poruszały się wolno i dlatego obrażenia większości poszkodowanych nie są poważne – poinformowała czeska straż pożarna.

Ciężko ranni zostali przewiezieni do praskich szpitali; są wśród nich maszyniści obu pociągów – poinformowało pogotowie ratunkowe.

– Wśród poszkodowanych w zderzeniu pociągów w Pradze nie ma obywateli Polski – przekazał rzecznik MSZ w Warszawie Maciej Wewiór.

Według straży pożarnej nie było potrzeby używania specjalistycznego sprzętu przy wyprowadzaniu pasażerów z pociągów, które się nie wykoleiły. Akcja ratunkowa na miejscu zdarzenia została już zakończona.

Wypadek spowodował wstrzymanie ruchu kolejowego; pociągi dalekobieżne skierowano na inne dworce w mieście. Po trzech godzinach odjazdy i przyjazdy z dworca głównego zostały częściowo wznowione.

W czerwcu 2024 r. w Pardubicach, w środkowych Czechach, w czołowym zderzeniu pociągu osobowego i towarowego zginęły cztery osoby, a 27 odniosło rany. W listopadzie 2025 r. w zderzeniu dwóch składów pasażerskich w pobliżu Czeskich Budziejowic na południu kraju 40 osób zostało rannych. **PAP**

eprasa.pl f4572519ae

STRONA ZDROWIA

• **Za tydzień:** Grypa czy przeziębienie?Rozpoznasz je bez trudu po objawach; Uzdrowiskowa perełka niedaleko Nałęczowa

PROFILAKTYKA

Nieleczona cukrzyca sieje spustoszenie w całym organizmie. Ludzie często nie wiedzą, że chorują

Cukrzycę uznaje się za chorobę cywilizacyjną, czyli rozwijającą się pod wpływem współczesnego stylu życia. W Polsce choruje na nią około 3 milionów osób, choć aż jedna trzecia z nich nie zdaje sobie z tego sprawy

Monika Żurawska

Cukrzyca jest chorobą metaboliczną, której przyczyną jest zaburzenie wydzielania lub działania insuliny, tj. hormonu produkowanego przez trzustkę. Najczęstsze objawy cukrzycy to zbyt wysoki poziom glukozy we krwi, wzmożone pragnienie, nadwaga i trudno gojące się rany. Jednak pierwsze objawy cukrzycy nie są charakterystyczne. Dlatego wiele osób dowiaduje się o chorobie dopiero wtedy, kiedy poważnie zaczyna szwankować zdrowie.

Mechanizm działania choroby

Cukrzyca to choroba wyniszczająca – jeśli nie kontroluje się poziomu glukozy we krwi, cukier ten sieje spustoszenie w organizmie. Mechanizm uszkodzeń polega na reakcjach glikacji, czyli przyłączania się glukozy do budujących białka aminokwasów albo kwasów tłuszczowych w lipidach. Powstające wtedy struktury powodują degenerację w obrębie komórek i tkanek, a powstałe szkody są nieodwracalne. Cukier niszczy białka podtrzymujące strukturę skóry (takie jak kolagen i elastyna), co powoduje szybsze starzenie się i wiotczenie skóry.

Wymienione procesy leżą u podstaw rozwoju wielu współczesnych chorób, m.in. neurodegeneracyjnych, układu sercowo-naczyniowego czy raka. Cukrzycy towarzyszy zwiększone ryzyko rozwoju schorzeń układu krążenia, degeneracji narządu wzroku, infekcji skóry i dziąseł, neuropatii, problemów ze słuchem, zaburzeń psychicznych, męskiej impotencji, a w skrajnych przypadkach mogą pojawić się komplikacje w obrębie stóp, zakończone zakażeniem i koniecznością amputacji.

Cukrzyca może być przyczyną uszkodzenia nerek, naczyń krwionośnych, a nawet serca. Powodem zapadania na tę chorobę jest odporność na działanie insuliny.

Najważniejsze dwa rodzaje choroby to cukrzyca typu 1, zwana również dziecięcą 1, i cukrzyca typu 2, która dotyka osoby starsze i jest ściśle związana z niewłaściwie prowadzonym stylem życia.



FOT. 123RF

Cukrzyca dotyka w sumie około 6 procent populacji, a według informacji Narodowego Centrum Edukacji Żywieniowej do 2030 roku ten wskaźnik może wzrosnąć do 10 procent

Cukrzyca typu 1

Ten rodzaj cukrzycy dotyka głównie ludzi przed 35. rokiem życia, w tym także dzieci. Potocznie określany jest mianem „cukrzycy młodego wieku". Przyczyna tej choroby to upośledzone działanie układu immunologicznego (odpornościowego), który wytwarza przeciwciała względem prawidłowych komórek beta trzustki. Te regulują odpowiedni poziom insuliny w organizmie.

Niestety, człowiek nie jest w stanie zapobiec wystąpieniu tego typu cukrzycy. Może jednak walczyć z chorobą, stosując, np. dietę niskowęglowodanową, prowadząc aktywny tryb życia, angażujący do wysiłku partie ciała, w które w danym czasie nie otrzymuje zastrzyków z insuliną, zewnętrzne przyjmowanie insuliny i innych leków wspomagających.

Cukrzyca typu 2

Dla odmiany ten typ cukrzycy nazywany jest potocznie „cukrzycą starczą", ponieważ najczęściej występuje u osób między 45. a 60. rokiem życia, a także w podeszłym wieku. Jednak obecnie ze względu na siedzący tryb życia oraz nieprawidłową dietę diagnozowana jest coraz częściej u młodych osób, a nawet dzieci. Na cukrzycę typu 2 może składać się jeden z dwóch czynników.

Pierwszym, zależnym od nas samych, jest otyłość (zwłaszcza otyłość brzuszna), która wpływa na insulinooporność. Ta zapasowa tkanka w jamie brzusznej, nazywana tłuszczem trzewnym, jest najbardziej niebezpieczna dla naszego metabolizmu, ponieważ stale wytwarza związki o działaniu prozapalnym.

Dodatkowo takie „zapasy" w organizmie oznaczają, że trzustka u osób z nadwagą lub otyłych jest przeciążona. Musi produkować często przez wiele lat ponadprzeciętne ilości insuliny, aby zachować odpowiednie stężenie glukozy we krwi. Po długim czasie takiego stanu rzeczy komórki beta trzustki odpowiedzialne za ten proces ulegają wyczerpaniu i osobie chorej pozostaje jedynie sztuczne ingerowanie w poziom glukozy w organizmie.

Drugi czynnik, niezależny od stylu życia konkretnej osoby, to genetyczne uwarunkowanie zaburzenia produkcji lub wydzielania insuliny. W tym przypadku dziedziczy się skłonność do zachorowania na cukrzycę i wszelkie zewnętrzne ingerencję nie pomogą całkowicie temu zapobiec.

Na czym polega leczenie cukrzycy?

• Osoby chore na cukrzycę typu 1 muszą przyjmować insulinę do końca życia. W typie 2. częściej podaje się leki doustne, możliwe (i zalecane) jest przy tym uzyskanie lepszej kontroli nad chorobą dzięki utracie nadmiaru tkanki tłuszczowej (ok. 90 proc. chorych ma nadwagę lub cierpi na otyłość) oraz zmianie stylu życia.

• Koniecznym warunkiem skutecznego leczenia jest zmiana jadłospisu i zwiększenie poziomu aktywności fizycznej. Zaleca się regularny ruch oraz dietę niskoglikemiczną, czyli opartą na żywności o niskim indeksie glikemicznym. Wskaźnik ten jest miarą szybkości, z jaką rośnie poziom cukru we krwi po spożyciu danego produktu. Najniższe wartości charakteryzują naturalne, nieprzetworzone pokarmy roślinne, zwłaszcza warzywa.

• Chorym zaleca się wybieranie nieoczyszczonych ziaren zbóż, a więc pełnoziarnistego pieczywa, kasz, naturalnych płatków, a także nasion roślin strączkowych, orzechów i pestek. Ponieważ jednak to węglowodany w największej mierze wpływają na poziom cukru we krwi, ich spożycie z przetworów skrobiowych i owoców (a zwłaszcza ze słodyczy, które są niezalecane) powinno podlegać ścisłej kontroli.

• Aby obniżyć indeks glikemiczny posiłków, produkty zawierające węglowodany łączy się z chudymi źródłami białka i zdrowymi tłuszczami roślinnymi. Korzystne jest ograniczenie produktów zwierzęcych, ruch po posiłku i spożywanie superproduktów bogatych w antyoksydanty, takich jak przyprawy korzenne czy naturalna kawa.

Te badania wykonuje się przy podejrzeniu cukrzycy:

• stężenie cukru we krwi na czczo – jest to laboratoryjny pomiar poziomu glukozy w krwi żylnej po min. 8 godzinach od ostatniego posiłku,

• tolerancję glukozy – test tolerancji glukozy (inaczej doustnego obciążenia glukozą) to dwukrotny pomiar stężenia glukozy we krwi żylnej, pobranej na czczo oraz 2 godziny po spożyciu roztworu zawierającego 75 g glukozy,

• poziom glukozy i acetonu w moczu – to orientacyjne badanie obecności w moczu glukozy i ciał ketonowych za pomocą testów paskowych, stosowane najczęściej u kobiet w ciąży i osób z cukrzycą typu 1. Pozwala ocenić ryzyko powikłań spowodowanych bardzo wysokim stężeniem glukozy we krwi,

• stężenie peptydu C we krwi – badanie na czczo dla osób niestosujących leczenia cukrzycy, określające zdolność trzustki do produkcji insuliny,

• stężenie określonych przeciwciał uznawanych za czynniki rozwoju cukrzycy – oznaczenie antyciał takich jak ICA, anty-GAD, IAA, IA2beta i Zn8.

eprasa.pl f4572519ae

SANATORIA

Jesienny turnus w uzdrowisku? Świetny pomysł

Nie trzeba nawet mieć skierowania na turnus od NFZ. Każdy może korzystać z leczniczego mikroklimatu uzdrowisk, pić tamtejsze wody mineralne, spacerować po okolicy. Oto 13 uzdrowisk, które polecamy jesienią

Poleca Emil Hoff



FOT. KARINA TROJOK

Większość polskich uzdrowisk to miejsca otoczone lasami, jeziorami czy górami. Jesienią wyglądają jak malowane; można w nich też wypoczywać bez tłumu i zgiełku

1. Kudowa-Zdrój: brama do Gór Stołowych

Kudowa-Zdrój to świetne miejsce na rodzinną wycieczkę z dziećmi, a to za sprawą dodatkowych atrakcji, które mogą spodobać się młodszym turystom i kuracjuszom. Silne wrażenie robi słynna Kaplica Czaszek, warto też wybrać się na spacer po Parku Zdrojowym na Górze Parkowej i do najciekawszych zakamarków okolicy Szlakiem Ginących Zawodów. Kudowa to też dobra baza do wycieczek w Góry Stołowe. Jesienią Błędne Skały czy Szczeliniec Wielki z tzw. Skalnym Miastem wyglądają obłędnie i rozciągają się z nich naprawdę magiczne widoki.

2. Gołdap: relaks w polskiej tajdze

Gołdap otaczają gęste lasy, w tym piękna Puszcza Romincka, nazywana „polską tajgą". Większość drzew jest wprawdzie iglasta, ale puszcza ma też dużą domieszkę dębów, klonów, lip i brzóz, które jesienią mienią się kolorami. Gołdap to świetna baza wypadowa do rowerowych wycieczek, np. Szlakiem Rominckich Jeleni, a poszukiwacze niesamowitych wrażeń mogą odwiedzić zagubione wśród lasów opuszczone wiadukty w Stańczykach.

W samej Gołdapi można skorzystać z nowoczesnych tężni solankowych. Tutejsze Sanatorium Uzdrowiskowe „Wital" znalazło się w moim rankingu najlepszych sanatoriów nad jeziorami.

3. Dąbki: tam nasycisz się jodem

Jesienne sztormy sprawiają, że właśnie o tej porze roku w powietrzu nad morzem jest wyjątkowo dużo jodu (nie wspominając o bursztynie osadzanym przez fale na plażach). Dobrym miejscem, by nasycić się tym jesiennym jodem, są Dąbki, urocza i spokojna wieś uzdrowiskowa, położona jednocześnie nad Bałtykiem i Jeziorem Bukowo, z szeroką plażą ciągnącą się na północ do Darłowa i na południe do Mielna, z punktem widokowym nad Kanałem Szczuczym po drodze.

Tutejszy zakład Bursztyn Medical SPA & Wellness zajął wysokie 3. miejsce w moim rankingu najlepszych sanatoriów nad morzem.

4. Duszniki-Zdrój: idealne na wakacje smogowe

W sezonie grzewczym nadal w wielu miejscach Polski odczuwa się pogorszenie jakości powietrza. Na popularności zyskują tzw. wakacje smogowe, czyli wycieczki z takich właśnie miejsc na tereny słynące z czystego powietrza. Wyjątkowo dobre powietrze mają Duszniki-Zdrój, co czyni je świetnym kierunkiem na jesienne wakacje smogowe – lub choćby tylko „weekend smogowy". W Dusznikach można podziwiać ruiny zamku, renesansowy rynek, piękny park zdrojowy z amfiteatrem. Czystym powietrzem nacieszycie się do woli na szlakach turystycznych, wiodących w Góry Stołowe, Orlickie i Bystrzyckie. Przez Duszniki przebiega Główny Szlak Sudecki, turyści bardzo też cenią trasę do schroniska PTTK „Jagodna".

5. Polańczyk: relaks u bram Bieszczadów

Polańczyk jest malowniczo położony nad Jeziorem Solińskim. Jest tu więc właściwie wszystko: jezioro z zaporą, na której koronę można wejść, piękne, gęste lasy, a nawet nowoczesna kolejka gondolowa, która zabierze was na szczyt Góry Jawor, z którego rozciągają się zapierające dech w piersiach widoki (z wagonika kolejki zresztą też). W okolicy nie brakuje tras pieszych i rowerowych. By cieszyć oczy jesiennymi pejzażami, szczególnie warto wybrać się na punkty widokowe, np. na Horbie i Kubajce. Poza tym Polańczyk to też dobra baza do wypadu w Bieszczady, na tamtejsze połoniny, które właśnie jesienią są najpiękniejsze.

A jeśli wolicie się zrelaksować i podleczyć, w Polańczyku macie wyjątkowo duży wybór sanatoriów cieszących się uznaniem kuracjuszy. „Plon", „Solinka", „ Dedal" i „AMER-POL" znalazły się w moim rankingu najlepszych sanatoriów na NFZ nad jeziorami.

6. Nałęczów: jesienią wzmocnisz tu swoje serce

Nałęczów to przeurocze miasto-ogród i uzdrowisko z długimi tradycjami, którego mikroklimat i wody mineralne wykorzystuje się w leczeniu różnego rodzaju schorzeń kardiologicznych. Tutejszy park zdrojowy słynie z urody i historii – przechadzali się tu znamienici goście Nałęczowa z minionych epok, w tym Bolesław Prus i Stefan Żeromski (obaj mają w uzdrowisku dedykowane sobie muzea). Atrakcje czekają też poza centrum miasta – Nałęczów otaczają unikalne wąwozy lessowe, które jesienią prezentują się naprawdę wyjątkowo.

Kolejowy Szpital Uzdrowiskowy w Nałęczowie oraz tutejsze Sanatorium Uzdrowiskowe Rolnik znalazły się w moim rankingu najlepszych sanatoriów w lasach i puszczach.

7. Goczałkowice-Zdrój: weekend na kolorowo

Goczałkowice-Zdrój to wyjątkowo malownicza miejscowość, niezależnie od pory roku. Zachwyca zabytkowa zabudowa uzdrowiskowa z XIX w. z elementami muru pruskiego i neobaroku, otoczona rozległym parkiem zdrojowym. Jesienią jest tu szczególnie kolorowo, zwłaszcza w rozległych Ogrodach Kapias. To też dobre miejsce dla osób, które najlepiej wypoczywają nad wodą – Goczałkowice leżą nad Zbiornikiem Goczałkowickim, a także jeziorem Łąka i licznymi stawami rybnymi.

Infrastruktura uzdrowiskowa nie pozostawia wiele do życzenia. Zespół Sanatoryjno-Szpitalny Rehabilitacji Narządu Ruchu „Gwarek" zajął 1. miejsce w moim rankingu najlepszych sanatoriów na NFZ nad jeziorami.

8. Szczawnica: jesienne wczasy dla aktywnych

Szczawnica jest nie tylko piękna – dobrze zachowała się tu dawna zabudowa uzdrowiskowa – ale też wyjątkowo dobrze nadaje się na bazę wypadową do wycieczek w Pieniny i Beskid Sądecki. Jeśli lubicie wypoczywać aktywnie w górach, Szczawnica to uzdrowisko w sam raz dla was. Względnie łatwe szlaki wiodą do przepięknych zakątków, w tym np. na Szafranówkę, Bryjkarkę i Bereśnik.

9. Muszyna: niezwykłe ogrody w jesiennej szacie

Muszyna słynie ze swoich ogrodów: sensorycznego, który działa na wszystkie zmysły, i tematycznych, w których podziwiać można niezwykłe aranżacje nawiązujące do obcych kultur, np. greckiej czy chińskiej. Ogrody Muszyny warto zobaczyć o każdej porze roku, również jesienią, zwłaszcza że cała Dolina Popradu wygląda o tej porze roku spektakularnie za sprawą kolorowych liści.

Działające w Muszynie Sanatorium Rehabilitacji Uzdrowiskowej REVITA i Sanatorium Korona trafiły do mojego rankingu najlepszych sanatoriów na NFZ w lasach i puszczach.

10. Supraśl: miejsce pachnące żywicą

Supraśl to wyjątkowo nastrojowa miejscowość, na co niemały wpływ ma zapewne fakt, że punktem centralnym jest tu warowny Monastyr Zwiastowania Przenajświętszej Bogurodzicy z unikatowym muzeum ikon. Jesienią wyjątkowo pięknie jest w zadbanym Parku Saskim, atrakcją są też gęste żywiczne lasy Puszczy Knyszyńskiej – pozyskiwaną z nich żywicę wykorzystuje się do produkcji olejków eterycznych. Zdecydowanie warto wybrać się tam na wycieczkę.

11. Rabka-Zdrój: tu zadbasz o zdrowie dzieci

Mikroklimat Rabki-Zdroju oraz tutejsze wody lecznicze służą każdemu, ale szczególnie dzieciom. Mają pozytywny wpływ na układ oddechowy i krążenia, co ma szczególne znaczenie w sezonie przeziębień i infekcji. Dlatego Rabka-Zdrój wyjątkowo dobrze nadaje się na jesienną wycieczkę z dziećmi. Możecie tu wzmocnić zdrowie i poprawić kondycję w czasie spacerów lub rowerowych wycieczek po okolicznych pasmach górskich: Gorcach, Paśmie Babiogórskim czy Beskidzie Wyspowym.

Sanatorium Holmed w Supraślu znalazło się w moim rankingu najlepszych sanatoriów w lasach i puszczach.

12. Świeradów-Zdrój: ścieżka w koronach drzew

Świeradów w jesiennej szacie możesz podziwiać w unikalny sposób: z trasy Sky Walk, czyli niesamowitej ścieżki w koronach drzew, prowadzącej spiralą na szczyt wieży widokowej, jednej z najwyższych w Polsce. Już ta atrakcja wystarcza, by warto było zaplanować weekend w tej miejscowości: takiego jesiennego spaceru nie odbędziecie w żadnym z wielkich miast.

Do tego w okolicy nie brakuje malowniczych szlaków spacerowych i tras rowerowych, można też wjechać kolejką gondolową na Stóg Izerski i znowu cieszyć się pięknymi widokami.

13. Augustów: jesień pośród jezior

Uroczy Augustów otacza aż 9 jezior, jeśli więc lubicie podziwiać mieniące się kolorami drzewa, odbijające się w tafli wody, w Augustowie nacieszycie oczy i zrobicie prześliczne zdjęcia. Warto wybrać się na spacer np. na molo nad jeziorem Necko. Jest gigantyczne, pod względem powierzchni drugie w Polsce, wliczając mola nad Bałtykiem.

Augustów otacza Puszcza Augustowska z jej licznymi szlakami turystycznymi i słynną Doliną Rospudy. W samym mieście nie brakuje uznanych zakładów leczniczych. Dwa z nich znalazły się w moim rankingu najlepszych polskich sanatoriów nad jeziorami: Pałac na Wodzie Falkowski Medical & SPA oraz Sanatorium Uzdrowiskowe Augustów Medical SPA BiaVita, które zajęło pierwsze miejsce na tej liście.

eprasa.pl f4572519ae

NASZA AKCJA

„TAK dla JAJ” w Ratuszu Staromiejskim w Elblągu. „To odważna kampania, trzeba przełamać wstyd!”



FOT. PRZEMAK ŚWIDERSKI

Symboliczne przecięcie niebieskiej wstęgi w sali Ratusza Staromiejskiego w Elblągu



FOT. PRZEMAK ŚWIDERSKI

Ambasadorami akcji są sportowcy - ich zdjęcia zobaczycie na wystawie

Kamila Kubik

Przygotowaną przez „Dziennik Bałtycki” ekspozycję odsłoniliśmy 16 listopada. Podczas inauguracji przedstawiciele samorządu, organizacji społecznych i placówek medycznych zgodnie podkreślali, że regularne badania i szybka diagnostyka mogą uratować życie, dosłownie!

Gości powitał Maciej Sandecki, redaktor naczelny „Dziennika Bałtyckiego”, który przypomniał ideę kampanii.

- Dzisiaj jesteśmy w Ratuszu Staromiejskim w Elblągu, gdzie otworzyliśmy wystawę „TAK dla JAJ”, poświęconą profilaktyce raka jąder i prostaty u mężczyzn. Wystawa ma zwrócić uwagę na problem, o którym wielu mężczyzn wciąż nie chce rozmawiać. Jej celem jest zachęcenie do regularnych badań oraz przełamanie stereotypów związanych z męskim zdrowiem.

O znaczeniu działań profilaktycznych mówiła Monika Kurpanik, dyrektor Departamentu Zdrowia i Spraw Społecznych Urzędu Miejskiego w Elblągu.

- W tym roku mocno stawiamy na profilaktykę raka piersi u kobiet oraz raka jąder i prostaty u mężczyzn. Realizowaliśmy już różne akcje profilaktyczne, a jedną z największych był Bieg Niepodległości, podczas którego zachęcaliśmy uczestników do fotografowania się z charakterystycznymi wąsami, symbolem „Wąsopada”.

Jak zaznaczyła, mieszkańcy bardzo pozytywnie zareagowali na inicjatywę. Chętnie robili sobie zdjęcia, wiedzieli, co oznacza symbol wąsów, odbierali materiały informacyjne i deklarowali zainteresowanie badaniami profilaktycznymi.

Do badań zachęcał również Krzysztof Grablewski, prezes Fundacji Elbląg, która na co dzień wspiera osoby znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej.

- Choroby nowotworowe często powodują konieczność wyłączenia się na dłuższy czas z życia zawodowego. Dlatego tak ważne jest, aby dbać o zdrowie, zanim pojawią się poważne problemy. Podpisuję się pod tą akcją w stu procentach.

Znaczenie wczesnego wykrywania nowotworów podkreślała także Agnieszka Tuńska, zastępca dyrektora Centrum Radioterapii i Onkologii w Elblągu. Przypomniała, że niedawno odbyły się bezpłatne konsultacje urologiczne dla mężczyzn po 50. roku życia, a kolejne wydarzenia profilaktyczne planowane są w najbliższych tygodniach.

- Zapraszamy wszystkich panów po 50. roku życia, ale również młodszych mężczyzn, którzy odczuwają niepokój lub zauważają niepokojące objawy. Takie osoby również otrzymają pomoc i konsultację specjalistów.

Anna Wajdlejt, założycielka Kliniki Potocki w Braniewie, podkreśliła, że najczęściej kobiety motywują swoich bliskich do wizyt kontrolnych.

- Matki, żony, siostry i córki przypominają mężczyznom o konieczności wykonywania badań profilaktycznych. Chciałybyśmy jednak, aby inicjatywa wychodziła przede wszystkim od samych panów. Traktujcie swoje zdrowie poważnie i róbcie regularne przeglądy, zanim dojdzie do większej awarii.

W spotkaniu uczestniczył także Jakub Gąsak z Elbląskiej Rady Konsultacyjnej Osób Niepełnosprawnych.

- Największym wyzwaniem bardzo często okazuje się nie tylko sama choroba, ale także obciążenie psychiczne, które jej towarzyszy. Dlatego oferujemy m.in. wsparcie psychologiczne i poradnictwo. Wystawa przypomina, jak ważna jest profilaktyka nie tylko raka jąder, ale wszystkich nowotworów. Chcemy jeszcze mocniej edukować naszych podopiecznych i zachęcać ich do regularnych badań.

Wystawę fotografii „TAK dla JAJ” można oglądać w Ratuszu Staromiejskim w Elblągu do 23 listopada.

AUTOREKLAMA

Q605073504A

PARTNER LOKALIZACYJNY

ORGANIZATORZY

PARTNERZY

Narodowy Fundusz Zdrowia
Pomorski Oddział Wojewódzki w Gdańsku

affidea • nu-med

POTOCKI KLINIKA

ELBLĄSKA RADA KONSULTACYJNA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

FUNDACJA ELBLĄG
ORGANIZACJA POŻYTKU PUBLICZNEGO

eprasa.pl f4572519ae

PROGRAMOWO



G. 16:50

Szpital św. Anny

TVN

W bazie pogotowia lotniczego spotykają się Marta, Gośka i Sokół. Otrzymują wezwanie do dwóch mężczyzn, których burza zastała na szlaku w Ojcowie.

Łukasz Wroński mierzy się z widmem cięcia kosztów w szpitalu. Na to wszystko pojawia się Daniel z sądowym nakazem przywrócenia do pracy. Podczas wywiadu prasowego wyjaśnia, jak to się stało, że został posądzony o udział w handlu opioidami oraz oskarża szpital i dyrekcję. Na SOR trafia 70-latka z podejrzeniem zawału, która zasłabła w domu. Kobietę przejmuje dr Rogowski.

G. 18:00

Pierwsza miłość

Polsat

Biały jest załamany kłótnią z Angeliką i faktem, że dziewczyna się od niego wyprowadziła. Próbuje się do niej dodzwonić, ale zapiekła w swojej złości Angelika co chwilę go zrzuca. Nie chce też słuchać argumentów matki ani Melki, które próbują wyjaśnić postępowanie Kamila.

Marta dziękuje Ilonie, że powiedziała jej o problemach Emilki. Jest przygnębiona tym, że nie wie, jak pomóc przyjaciółce. Szymon ma pomysł.



G. 20:15

NA WSPÓLNEJ

TVN



Warska ma asystować Nalepie przy operacji – w planie zabiegu zauważa poważny błąd Lwa! Nalepa wyznaje Orianie, że sobie nie radzi – patrząc na Weronikę w śpiączce czuje się, jak wtedy, kiedy umierała jego żona... Warska jest bardzo poruszona. Niespodziewanie zjawia się jej mąż – jest zaskoczony serdeczną relacją Oriany z Lwem. Pyta żonę, czy wybaczyła mężczyźnie, który... zniszczył jej życie?!

Cieślikowie boją się zostawiać sąsiadkę samą – Żaneta podsyła do nich Andżelę. Pani Janina szybko ma dość jej gadaniny i... idzie sobie! Damian spotyka się z synem Janiny – uzmysławia Mirkowi, że jego matkę wyrzucono na bruk! Cieślik dowiaduje się przykrej prawdy o sąsiadce... Tymczasem Kajetan dopada Dianę Zylm, wnuczkę Janiny – wyjaśnia, że jej babcia żyje i mówi, co jej zrobił ojciec dziewczyny! Zięba zostanie opiekunem syna Eleny?! Włodek chce pomóc Elenie – przejmuje opiekę nad synem, żeby ona mogła w tym czasie pojechać pod Warszawę i wykonać zamówienie na ciasta. Kobieta jedzie i... nie wraca! Wieczorem Zięba zastanawia się, czy nie zgłosić zaginięcia Eleny... Tymczasem Roman zadręcza Dorotę pewny tego, że kobieta zabiła swojego męża!

G. 20:05

Barwy szczęścia

TVP 2

Radomir wytyka Weronice braki finansowe i kadrowe jej redakcji, a w biurze Ciesielskiej wybucha kolejna awantura, gdy Kornel wypowiada jej wojnę. Tymczasem wściekły Błażej robi Weronice wyrzuty za zatrudnienie Radomira. Z kolei Kasia spędza romantyczny poranek z Mariuszem, ale niepokoi ją pomoc Janki ukochanemu w sprzedaży jego gruntów. Podczas gdy Ksawery miło spędza czas z Celiną i zaprzyjaźnia się z nią. Co dalej wyniknie z tej sytuacji?

G. 20:30

Słoneczna. Poza ciszą

TVP 1

Lena Majewska i Dawid Sokołowski starają się rozpocząć nowe życie w Pułtusku, gdzie ich plan otwarcia kliniki psychoterapii spotyka się z chłodnym przyjęciem części mieszkańców. Mimo nieprzychylnych opinii przygotowują się do inauguracji placówki. Wydarzeniem interesuje się również Antoni Zawistowski, który liczy, że pojawienie się nowych mieszkańców przyciągnie uwagę mediów.

Serial opowiada o mieście, gdzie istnieją tematy tabu.

G. 20:50

Na dobre i na złe

TVP 2

Mała Nina dochodzi powoli do zdrowia, a Blanka tym razem nie opuszcza córki ani na krok. Mario postanawia załatwić rodzinie ochronę, korzystając z dawnych znajomości w środowisku mafijnym.

Uwagę policjantów prowadzących śledztwo przykuwa w końcu Zuza, która nie poddaje się i uparcie wraca do szpitala, udając pacjentkę, żeby jednak porwać malutką Ninę.

Tymczasem Wiktoria pracuje już z powrotem w Leśnej Górze. Stale pomaga córce przy małej Ninie. Ma też dla młodych pewną propozycję, czyli wyjazd na stałe do Hiszpanii. Tam mogliby zacząć pracę w szpitalu w Walencji. Wiktoria musi też pomóc starszemu mężczyźnie z silnym bólem brzucha. A gdy chory przechodzi badania, nagle znika w szpitalu jego niesforny wnuczek, który był pod opieką pielęgniarki... Agata czeka natomiast na kontrolną wizytę.



eprasa.pl f4572519ae

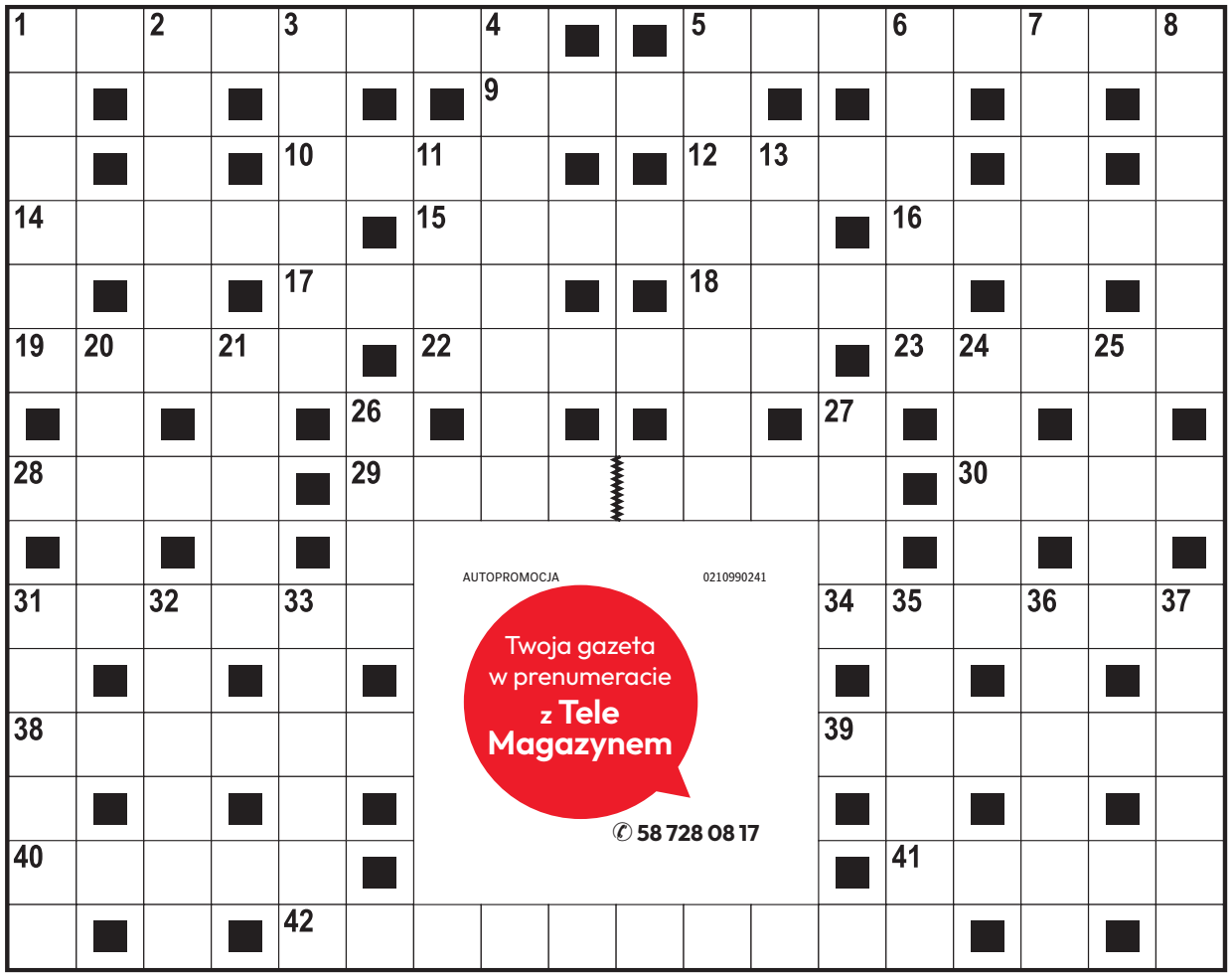
KRZYŻÓWKA NR 178

Poziomo:

1) francuski napój alkoholowy,
5) Piotr, aktor filmowy („Karol. Człowiek, który został papieżem”),
9) krótka charakterystyka postaci,
10) drzewo iglaste w herbie Libanu,
12) zespół trzech muzyków,
14) na nosie Ani z Zielonego Wzgórza,
15) starogreckie naczynie na wino,
16) popularna gra podwórkowa,
17) japoński sport narodowy,
18) fryzura z drobnych loczków,
19) dawna gra w karty z siedmioma królami,
22) palma cukrowa z Azji, preambuła,
23) początek wyścigu kolarskiego,
28) krzykliwy ptak nadmorski,
29) szwedzka aktorka filmowa („Dziewiąte wrota”),
30) jedno z najważniejszych zbóż chlebowych,
31) mały z dużej chmury,
34) człowiek o wielkiej sile fizycznej,
38) … Stone, aktorka z filmu „Nagi instynkt”,
39) osesek w stadninie koni,
40) Nick, zagrał w filmie „Książę przypływów”,
41) ryba z rodziny karpiowatych,
42) Jan, polski poeta („Księga ubogich”).

Pionowo:

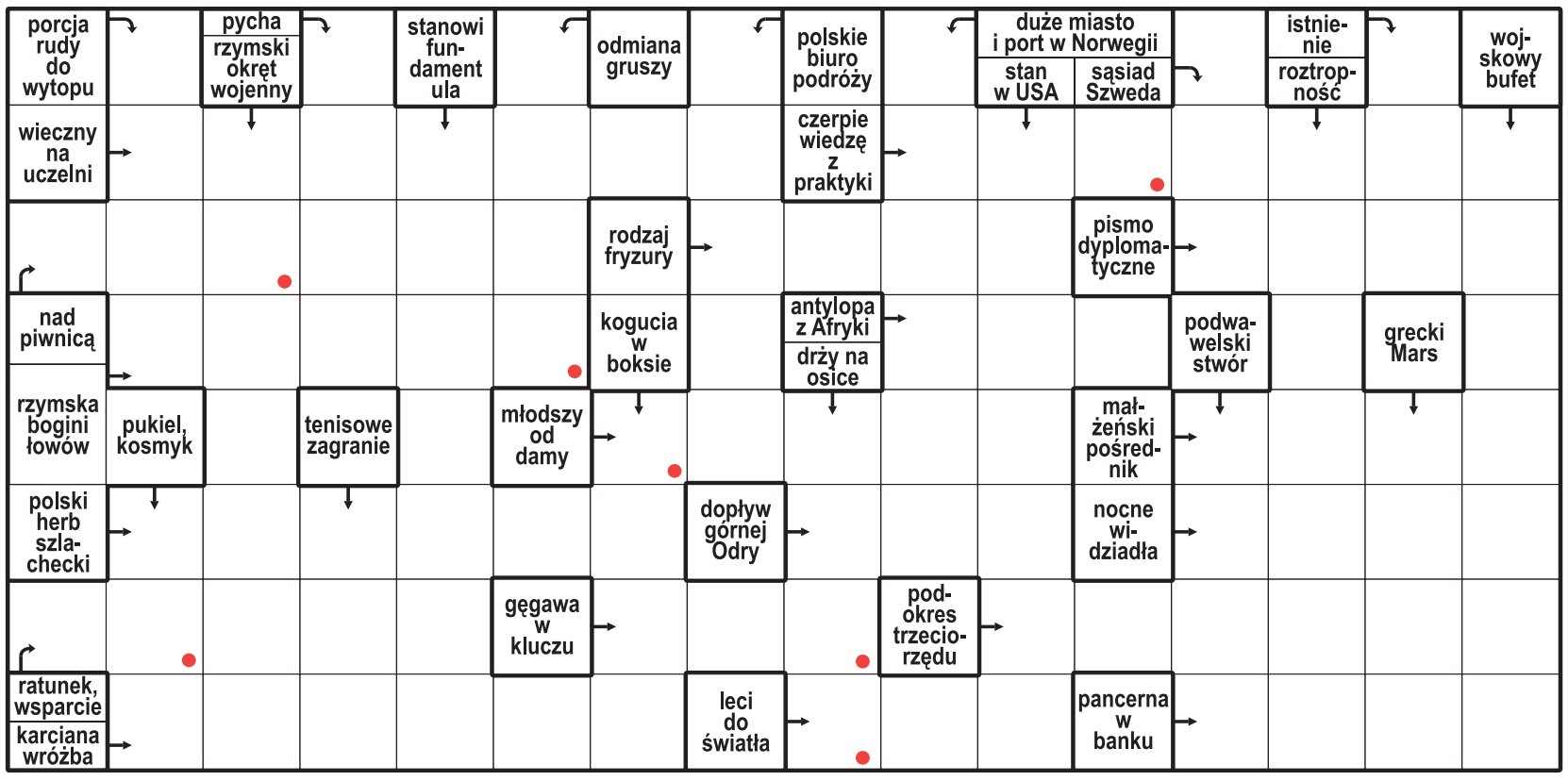
1) nowy fragment tekstu,
2) roszada na szachownicy,
3) wywierany przez lobby,
4) rybożerny ptak mazurski,
5) półwypukły ornament architektoniczny,
6) ma jeszcze mleko pod nosem,
7) przejście na stronę wroga,
8) portowe miasto w Grecji,
11) kobieta w talii kart,
13) podwodna skała koralowa,
20) Jerozolimskie w naszej stolicy,
21) na polu przed siewcą,
24) ostra choroba, zakaźna,
25) doskonały mówca, orator,
26) słodkowodna ryba denna,
27) karzeł, opiekun kopalni,
31) zrzut wojska na tyły wroga,
32) broń Andrzeja Kmicica,
33) roczny samiec jelenia lub daniela,
35) metalowe koło na beczce,
36) imię autora powieści „Dżuma”,
37) zaczyn do produkcji chleba.



ROZWIĄZANIE NR 177

G	R	O	S	■	U	■	M	■	B	O	S	A	K	■	B	■	B
■	O	■	T	O	R	N	A	D	O	■	T	■	U	L	I	C	A
I	M	I	Ę	■	A	■	Z	■	G	I	A	U	R	■	A	■	N
■	U	■	P	A	N	T	E	R	A	■	N	■	S	■	Ł	■	D
H	A	R	A	P	■	■	P	■	C	Y	D	R	■	L	Ę	Ż	E
■	L	■	■	A	N	N	A	S	Z	■	A	■	K	■	W	■	R
O	D	W	A	R	■	O	■	■	K	■	R	■	A	W	I	Z	O
S	■	Y	■	A	L	E	K	S	A	N	D	E	R	■	N	■	L
T	U	P	E	T	■							■	T	R	O	J	A
Ę	■	A	■	■	O							■	K	■	■	U	■
P	O	D	R	Ó	Ż							M	A	T	U	R	A
■	P	■	E	■	E							O	■	E	■	Y	■
D	O	N	Ż	O	N							P	O	K	O	S	T
■	S	■	I	■	E							E	■	S	■	T	■
R	Y	T	M	■	K	A	P	S	Z	T	A	D	■	T	R	A	M

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



Litery z pól oznaczonych kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

ROZWIĄZANIE: PRAWOŚĆ.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Wrażliwość stanie się Twoim atutem. Horoskop dzienny radzi zaufać sercu, lecz pamiętać też o faktach.

Ryby (19.02 - 20.03)
Kreatywne podejście pomoże rozwiązać problem. Horoskop na dziś sugeruje nie bać się eksperymentów.

Baran (21.03 - 19.04)
Konsekwencja da efekty. Horoskop dzienny na środę radzi nie rezygnować tuż przed ważnym przełomem.

Byk (20.04 - 20.05)
Horoskop dzienny zapowiada, że krótka podróż lub nowa znajomość wniesie świeżą energię do planów.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Silne emocje wskażą kierunek zmian, horoskop na dziś sugeruje zachować jednak chłodny osąd.

Rak (22.06 - 22.07)
Harmonia wróci tam, gdzie była niepewność. Horoskop dzienny na środę podpowiada, by postawić na dialog.

Lew (23.07 - 22.08)
Porządek w planach ułatwi decyzje. Horoskop dzienny mówi, że jeden szczegół okaże się kluczowy.

Panna (23.08 - 22.09)
Twoja charyzma przyciągnie uwagę. Horoskop na dziś radzi działać śmiało, ale słuchać też innych.

Waga (23.09 - 22.10)
Domowe sprawy znajdą dobre rozwiązanie. Horoskop dzienny na środę wróży, że ciepły gest poprawi relacje.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Niespodziewana wiadomość pobudzi pomysły. Horoskop dzienny radzi wykorzystać szansę bez zwłoki.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Spokojne tempo przyniesie korzyści. Horoskop na dziś mówi, że rozmowa rozwieje ważne wątpliwości.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Dziś odważny krok otworzy nowe drzwi. Horoskop dzienny na środę to wskazówka, by zaufać intuicji.

eprasa.pl f4572519ae

SKOKI NARCIARSKIE

Rusza sezon w skokach. Celem jest miejsce w Top 10

Zbigniew Czyż

Rozmawiamy z Rafałem Kotem, członkiem zarządu Polskiego Związku Narciarskiego, wiceprezesem Tatrzańskiego Związku Narciarskiego, byłym fizjoterapeutą m.in. Adama Małysza, Kamila Stocha i reprezentacji Polski.



FOT. HUANG WEI/XINHUA NEWS/EAST NEWS

Na ten moment liderem kadry jest Kacper Tomasiak

W piątek rusza Puchar Świata w skokach narciarskich. Jaki to będzie sezon dla Biało-Czerwonych?

Oczekujemy, że lepszy od poprzednich, bo mamy szerszą grupę zawodników, którzy mogą coś osiągnąć, ale balonika nie pompujemy. Pierwsze zawody Pucharu Świata są pewną niewiadomą, tym bardziej że w letniej Grand Prix nasi skoczkowie nie mieli okazji zmierzyć się z wieloma zawodnikami z czołówki, którzy w tych zawodach nie startowali, byli w różnych cyklach przygotowań lub testowali sprzęt. W Norwegii karty zostaną odkryte.

W jakiej formie są nasi skoczkowie?

Bardzo dobrze skaczą Kacper Tomasiak, Paweł Wąsek czy Maciej Kot. Kadra na pierwsze zawody została wybrana na podstawie obecnej dyspozycji zawodników, a więc to, co nie zawsze funkcjonowało, teraz ma miejsce. Najlepsi w danej chwili dostają szanse startu w Pucharze Świata. Do kadry dołączył Klemens Joniak – jestem bardzo ciekawy, jak będzie sobie radził w zimie, bo na naszym krajowym podwórku błysnął.

Na pierwsze zawody w reprezentacji Polski znaleźli się – oprócz Tomasiaka, Wąska, Kota i Joniaka – także Dawid Kubacki i Jakub Wolny. Pierwszy z wymienionych będzie liderem kadry?

Dawno temu liderem kadry był Adam Małysz, potem nastała era Kamila Stocha, natomiast dziś liderem będzie ten, który będzie osiągał najlepsze wyniki. Na ten moment najbliższy tego jest faktycznie Kacper.

Ze słów trenera Maciusiaka wynika, że nie było żadnych wątpliwości, jeśli chodzi o udział w pierwszych konkursach pana syna Macieja. O dwa ostatnie miejsca na konkursy w Norwegii i fińskiej Ruce w następny weekend rywalizowali Kubacki i Wolny. W tym sezonie Maciej będzie ważnym ogniwem kadry?

Maciej bardzo chciałby wrócić do dobrego skakania i dobrych wyników. Jestem dobrej myśli, on sam jedzie na pierwsze konkursy, żeby udowodnić, że zasłużenie znalazł się w pierwszej reprezentacji. Treningi i okres przygotowawczy pokazały, że jego skoki są teraz powtarzalne. Skończyły się też pewne eksperymenty ze sprzętem.

Jakie cele zarząd związku stawia przed skoczkami na nowy sezon, w którym najważniejszą imprezą będą mistrzostwa świata w Falun na przełomie lutego i marca?

Właśnie pod mistrzostwa świata niemal wszystko jest przygotowywane. Bardzo ważny będzie też start w Turnieju Czterech Skoczni. Do tego dochodzą zawody już niedługo – w grudniu – w Wiśle oraz w styczniu w Zakopanem.

Polskiej kadrze może być trudno walczyć o miejsce w pierwszej piątce Pucharu Narodów. Jeden skoczek na koniec Pucharu Świata w czołowej dziesiątce to realny cel?

Liczymy na dobrą pozycję w tej pierwszej klasyfikacji, a także co najmniej na jednego skoczka w Top 10 na koniec sezonu. Chcemy, aby polscy kibice mieli powody do zadowolenia w najbliższym sezonie.

AMP FUTBOL

Biało-Czerwoni zagrają dziś o ćwierćfinał MŚ w Amp futbolu

Zbigniew Czyż

Reprezentacja Polski w Amp futbolu zagra dziś w 1/8 finału mistrzostw świata, które odbywają się w Meksyku. Rywalem będzie Angola.

Polacy w pierwszym meczu turnieju pokonali Kostarykę 2:1, w drugim naszej kadrze przyznano walkower (3:0) za spotkanie z Iranem, gdyż reprezentacja tego kraju nie dotarła na turniej. W trzecim Biało-Czerwoni przegrali z Anglią 0:1. W spotkaniu o awans do najlepszej ósemki turnieju zespół trenera Mariusza Miecznikowskiego zmierzy się z trzykrotnym finalistą mundialu Angolą (2014, 2018 oraz 2022). Zespół z Afryki zajął pierwsze miejsce w grupie D po wygranych po 2:0 z Ghaną i Kolumbią oraz remisie z Irakiem (0:0).

Polacy przystąpili do mundialu z dużymi ambicjami. W 2025 roku wygrali Ligę Narodów. Mają na koncie trzy brązowe medale mistrzostw Europy (2017, 2021, 2024 – wygrana z Anglią). Ich największym dotychczasowym sukcesem w mistrzostwach świata jest czwarte miejsce. Początek spotkania Polska – Angola o godz. 22. Transmisja w TVP Sport. Turniej z udziałem 24 drużyn potrwa do 22 listopada.

0011613943

Kapitanowi

Krzysztofowi Konefałowi

wyrazy głębokiego współczucia

z powodu śmierci

Mamy

składają

załogi promów i pracownicy Stena Line

0011614095

Wyrazy głębokiego współczucia

Annie Szubarczyk

z powodu śmierci

Taty

składają

koleżanki i koledzy
z „Dziennika Bałtyckiego”

Wspomnienia.
Te najważniejsze...

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

DROBNE

Nieruchomości

DOMY - KUPIĘ

ODKUPIĘ współudział w nieruchomości, cała Polska 518503404

AUTOPROMOCJA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne w Twojej gazecie zlecisz przez Internetowe Biuro Ogłoszeń: **ibo.polskapress.pl**

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

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

MALOWANIE mieszkań. 788-016-988.

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

eprasa.pl f4572519ae

SPORT

• **W Wolsztynie odbył się turniej eliminacyjny do finałów MŚ** w unihokeju. Awans uzyskały Szwajcarki, Włoszki i Polki. Wśród Polek było 7 zawodniczek Energi Olimpii Osowa.

PIŁKA NOŻNA

Korona wykupi Camilo Menę z Lechii Gdańsk. Jest wyceniany na 4 miliony euro

Kolumbijczyk po przyjściu do Kielc szybko stał się wiodącą postacią ekstraklasowej drużyny. Dostał też powołanie do reprezentacji na dwa sparingi z drużyną narodową Chile

Dorota Kułaga

Kolumbijski skrzydłowy 9 września 2026 roku został wypożyczony do Korony Kielce z Lechii Gdańsk za milion euro do końca sezonu 2026/27. Umowa zawiera opcję pozyskania zawodnika na zasadzie wykupu definitywnego.

24-letni zawodnik szybko stał się wiodącą postacią Korony w ofensywie. W siedmiu meczach w PKO BP Ekstraklasie strzelił trzy gole, zaliczył też asystę. Jego dobra dyspozycja w kieleckim zespole zaowocowała powołaniem do reprezentacji Kolumbii na dwa sparingi z drużyną narodową Chile. W pierwszym spotkaniu Camilo Mena nie zagrał, cały pojedynek spędził na ławce rezerwowych. Jego drużyna narodowa wygrała 1:0 po samobójczym trafieniu Guillermo Maripana.

To ogromne wyróżnienie dla Camilo Meny, który w Koronie potwierdza nieprzeciętne umiejętności. Poza Camilo Meną w składzie znaleźli się tacy piłkarze jak Luis Suarez (Sporting), Devis Vasquez (AS Roma), Jhon Lucumi i Juan Cabal (Juventus) czy Camilo Duran (Celtic).



FOT. SELECCIÓN COLOMBIA-FCFSELECCIONCOL

Korona Kielce podjęła ważną decyzję. Camilo Mena zostanie przez nią wykupiony z Lechii Gdańsk

- Jesteśmy dumni z tego, że mamy reprezentanta Kolumbii. To bardzo mocna drużyna. Trzymam kciuki za Camilo, to niezwykle sympatyczny człowiek i świetny piłkarz - powiedział Paweł Golański, dyrektor sportowy Korony.

Camilo Mena przez portal Transfermarkt jest wyceniany na 4 miliony euro - jest to wycena z czerwca tego roku. Ale ta wartość po kolejnych bardzo dobrych występach w ekstraklasie i powołaniu do reprezentacji Kolumbii rośnie.

- Na pewno wartość Camilo wzrasta, tym bardziej, że już wcześniej było sporo zapytań o tego piłkarza. Nam udało się go ściągnąć do Kielc, z czego jesteśmy bardzo zadowoleni. Tak jak powiedział właściciel klubu Łukasz Maciejczyk, jesteśmy na to przygotowani, żeby wykupić Camilo. Bardzo liczymy na to, że zostanie on zawodnikiem Korony. Na to musimy jeszcze poczekać. Jest trochę czasu na to, żeby to wszystko sfinalizować, ale jesteśmy na to gotowi - podkreślił Paweł Golański, dyrektor sportowy Korony.

Camilo Mena urodził się 1 października 2002 roku w kolumbijskiej Concordii. Juniorską karierę rozpoczynał w Tigres FC, z którego po rozegraniu dziewięciu meczów w pierwszej drużynie w styczniu 2020 roku trafił na roczne wypożyczenie do Deportivo Pereira. W styczniu 2021 roku odszedł z Tigres do łotewskiej Valmiery FC. W jej barwach wystąpił 72 razy na wszystkich frontach, strzelił 18 goli i zanotował 16 asyst. Zaowocowało to zainteresowaniem ze strony Jagiellonii Białystok, która wypożyczyła go na pięć miesięcy w lutym 2023 roku. W jej koszulce uzbierał 7 spotkań.

Po powrocie do Valmiery 1,6 miliona euro zdecydowała się wyłożyć na niego Lechia Gdańsk. Już w pierwszym sezonie Mena zdobył 5 bramek i zaliczył 11 asyst na poziomie Betclic 1. Ligi, dzięki czemu wydatnie pomógł Biało-Zielonym w zajęciu pierwszego miejsca na zapleczu i awansie do najwyższej klasy rozgrywkowej. Kolumbijczyk w poprzednim sezonie rozegrał 31 meczów, w których strzelił 5 goli i zanotował 10 asyst.

TENIS

Znamy plany Chwalińskiej na nowy sezon. Maja chce zostać liderką rankingu WTA

Zbigniew Czyż

W meczu reprezentacji Polski ze Szwecją we Włocławku w Billie Jean King Cup nie wystąpi Maja Chwalińska. Plany dwunastej aktualnie rakiety świata zdradza w rozmowie z Polska Press jej menedżer Piotr Szczypka.

Chwalińska w końcówce tego sezonu spisywała się bardzo dobrze, we Włocławku miała być liderką reprezentacji.

- Za mną bardzo intensywny sezon - zarówno pod względem fizycznym, jak i mentalnym. Wciąż zmagam się z problemami zdrowotnymi i choć sercem bardzo chciałabym być na korcie, rywalizować i reprezentować swój kraj, wiem, że na ten moment nie jestem jeszcze gotowa, by dać z siebie 100 procent - przekazała Chwalińska w mediach społecznościowych.

Chwalińska ma zagrać w Polsce 11 grudnia w Gdańsku. Wtedy zmierzy się z Lindą Noskovą w ramach LOTTO Tenis Show w Ergo Arenie. Ich spotkanie będzie główną atrakcją wieczoru. Będzie można sobie zrobić zdjęcie, wziąć autograf czy porozmawiać z tenisistką.

Polka, która zaliczyła najlepszy sezon w swojej karierze i zanotowała gigantyczny awans w światowym rankingu, cieszy się ogromnym zainteresowaniem nie tylko kibiców i mediów, ale też sponsorów.

- Zainteresowanie Mają jest ogromne, z czego się bardzo cieszymy. Pracujemy też nad tym codziennie. Obecnie ma podpisane umowy z dwoma sponsorami, których logo jest widoczne na jej stroju w trakcie spotkań. Rozmawiamy z innymi firmami, bo na to zasłużyła. Chcemy, aby była zabezpieczona finansowo na dłuższy czas - mówi nam Piotr Szczypka. I dodaje:



FOT. ADAM JANKOWSKI

Na razie nie wiadomo jeszcze, gdzie Chwalińska zainauguruje występy w nowym sezonie.

- Maja inwestuje w siebie, dużym plusem jest to, że może zabierać na turnieje swoich fizjoterapeutów, którzy wykonują świetną pracę, pozwalając jej następnego dnia stanąć do rywalizacji. Mecze są długie i wyczerpujące. Poza tym Maja ma już bardzo duży team, ten, który widać w boksie podczas meczów, ale też ten mniej widoczny. Dopływ gotówki może oczywiście ułatwić nam pracę, której jest bardzo dużo. Od strony sportowej Maja ma wszystko, czego potrzebuje. Od strony pozasportowej myślę, że jest tak samo - twierdzi Szczypka.

Na razie nie wiadomo jeszcze, gdzie Chwalińska zainauguruje występy w nowym sezonie.

- To będzie albo United Cup w Australii, zgłoszenia do tych zawodów jeszcze się nie zamknęły, albo to będzie turniej rangi 500 także w tym kraju na początku stycznia. Potem oczywiście występ w Australian Open - zdradza jej menedżer.

Celem Polki na nowy sezon będzie awans do elitarnej czołowej dziesiątki zestawienia, choć sama ma mieć znacznie większe ambicje. Chce zostać... liderką rankingu!

- Top dziesięć to jest już taki tenisowy raj. Na pewno będzie walczyć o awans do elitarnej dziesiątki. Myślę, że nie będzie sobie stawiać jakiejś dodatkowej presji, bo ona w ogóle do rankingów właściwie nie zagląda. I myślę, że to się nie zmieni. Dla niej najważniejszy jest każdy kolejny dzień, żeby był jak najlepiej przepracowany. Uważam jednak, że konsekwencją gry, jaką obecnie prezentuje będzie awans do dziesiątki rankingu WTA. Ma wszystkie do tego narzędzia. I możliwości - podsumował Szczypka.

eprasa.pl f4572519ae