Już dziś specjalny dodatek **HIPOKRATES**

● A w nim prezentujemy zwycięzców we wszystkich kategoriach

Środa,
28.01.2026
Wydanie 1
Nr 22 (24.905)

GŁOS WIELKOPOLSKI

www.gloswielkopolski.pl
Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Zieleń zieleni nierówna, tylko drzewa znacząco poprawiają mikroklimat **str. 2**

FOT. WALDEMAR WYLEGALSKI

Matura? Nie bez korepetycji. Korzysta z nich przytłaczająca większość uczniów, a kosztują krocie **str. 3**

PiS zachęca do referendum ws. prezydenta, chce mapy zagrożeń korupcją **str. 4**

FOT. ADAM JASTRZĘBOWSKI

FOT. OLYMPIQUE MARSYLIA

PIŁKA NOŻNA

Reprezentantka Polski, pochodząca z Dąbrówki koło Poznania, Jagoda Cyraniak przechodzi do Olympique Marsylia **str. 15**

BUDŻET OBYWATELSKI

Zwycięskie projekty widmo

Zdawałoby się, że wygrana w głosowaniu na projekt z Budżetu Obywatelskiego jest gwarancją jego realizacji. Ale nie zawsze. Wnioskodawcy projektów, które miały służyć rewitalizacji i ochronie poznańskich fortyfikacji, złożyli trzy projekty, które zdystansowały inne w głosowaniu. Mimo że lata mijają, żaden z nich nie doczekał się realizacji. A czas jest wrogiem pomysłodawców – przez kilka lat oczekiwania ceny wzrosły, więc dzisiejsze koszty realizacji przekraczają budżet.

Chrystian Ufa

Czytaj str. 5

FOT. JAN JELEŃSKI

MOTORYZACJA ZMIANY ZAPOWIADANE NA 2026 ROK

Przegląd techniczny może zaboleć

Justyna Piasecka-Gabryel
justyna.piasecka-gabryel@polskapress.pl

Kierowcy płacą już więcej za przegląd techniczny, a to dopiero pierwszy etap zmian. Ministerstwo zapowiada kolejne rozwiązania, które mogą zmienić zasady badania aut, szczególnie samochodów z silnikiem Diesla.

Jesień ubiegłego roku zakończyła długi okres bez zmian w systemie badań technicznych pojazdów. Po raz pierwszy od ponad dwóch dekad wzrósł urzędowy cennik obowiązujący wszystkie stacje kontroli pojazdów w Polsce. Kierowcy płacą już według nowych stawek, a w ministerstwie trwają prace nad kolejnymi rozwiązaniami, które mogą zmienić sposób przeprowadzania przeglądów.

– Stawki za badania techniczne obowiązywały praktycznie bez zmian od 2004 roku. To rozporządzenie funkcjonowało przez blisko 21 lat – mówi Beata Bańczyk, właścicielka stacji kontroli pojazdów w Poznaniu.

Przez ten czas kierowcy płacili niespełna 100 złotych za badanie okresowe samochodu osobowego. We wrześniu 2025 roku nastąpiła korekta.

– Jesienią weszło w życie nowe rozporządzenie, które podniosło stawki o 50 procent. Badanie okresowe samochodu osobowego kosztuje dziś 149 złotych, a badanie poprawkowe 30 zł – mówi pani Beata.

FOT. ROBERT WOŹNIAK

Zapowiadane zmiany mogą sprawić, że wizyta na stacji kontroli pojazdów przestanie być dla kierowców formalnością

– Klienci w większości przyjęli te zmiany ze zrozumieniem. Wielu mówiło, że podwyżki i tak były potrzebne – relacjonuje właścicielka stacji.

Dla przedsiębiorców prowadzących stacje była to istotna zmiana finansowa.

– Ta decyzja dała nam finansowy oddech. Przy poprzednich stawkach działalność balansowała na granicy opłacalności – mówi Beata Bańczyk. – Urządzenia, którymi badamy pojazdy, muszą być regularnie kalibrowane i legalizowane, a to też kosztuje – podkreśla.

Kierowcy już płacą według nowych stawek, a ministerstwo zapowiada kolejne zmiany na 2026 rok: zdjęcia pojazdów, nowe metody badania diesli oraz opłaty za spóźnione badania. – Na dziś są to zapowiedzi i projekty – zaznacza Bańczyk.

Jeśli te rozwiązania wejdą w życie, wizyta na stacji przestanie być szybkim „odhaczeniem terminu", a coraz częściej zamieni się w sprawdzian, który może wymusić naprawy lub przyspieszyć decyzję o wymianie samochodu.

Czytaj str. 4

Nr ISSN 2353-6179 Nr indeksu 350-281

Zaatakował rodzinę nożem, dziecko nie przeżyło **str. 6**

Rząd dyskutował założenia polskiej polityki zagranicznej, wystąpienie w tej sprawie w Sejmie „nie będzie konwencjonalne" – zapewnia premier Donald Tusk **str. 6**

Opakowania żywności mają znaczenie, złe mogą szkodzić **str. 8**

eprasa.pl 05f5bf10be

AUTOPROMOCJA 0010990394

Zamów **prenumeratę**
Głos Wielkopolski **61 333 22 60**
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.gloswielkopolski.pl

Jutro w naszej gazecie
Pod paragrafem

Józef Piłsudski nie bał się kontaktów z agentami Japonii i Austro-Węgier. Zasada była prosta: wróg jego wroga jest przecież jego przyjacielem.

Radosław Patroniak

STRATEGIA SPORTU W KILKU ZDANIACH

Żyjemy w czasach, w których zwykłe, wartościowe działania zastępuje nowomowa i bełkot naukowy. Zjawisko to niebezpiecznie rozpowszechnia się w rządowych elitach i czasami przenosi się też na grunt poznański. Dlatego zastępca prezydenta Poznania, Marcin Gołek pomyślał, że jak do stolicy Wielkopolski przyjedzie wiceminister sportu i czterokrotny mistrz olimpijski, Robert Korzeniowski to być może przeżyje olśnienie. Tymczasem pierwszy z nich przez 95 procent swojego życia nie miał nic wspólnego ze sportem, a drugi po zakończeniu kariery ponosił niemal same porażki, bo nie wyszło mu z chodziarzami w kadrze, ani też z etyką podczas dyrektorowania w TVP Sport. Delegacja z Warszawy przyjechała jednak na Maltę i zapowiedziała, że zorganizuje nam igrzyska w 2040 r. (lub później, lub wcale) i omówi strategię rozwoju sportu. Stolica Wielkopolski nie chce być gorsza i przygotowuje własną strategię, choć nie wiadomo po co. No chyba, że chodzi o przepalanie pieniędzy...

Zamiast przygotowywania dokumentów, które wcześniej czy później i tak trafią do szuflady, proponuję zastępcy prezydenta skoncentrowanie się na realizacji planu budowy wielkiej hali (z modernizacji Areny i tak nic nie wyjdzie), wzmocnienie sportu drużynowego i wygospodarowanie środków na odrestaurowanie Malty, bo lifting jednej trybuny to za mało. Żadna strategia czy wizja nie zmieni rzeczywistości, w której Poznań jest na peryferiach infrastrukturalnych polskiego sportu, przez co też nie ma możliwości promowania się poprzez imprezy sportowe. Sukcesy młodzieżowe nie mogą przesłonić innych naszych słabości. Jeśli więc Marcin Gołek chce zrobić coś dla miasta, to lepiej, żeby się wyleczył ze strategii i doradców...

REDAKTORZY DYŻURNI

Widziałeś/łaś coś ciekawego? Chcesz tym się z nami podzielić? Zadzwoń do redaktora dyżurnego w wybranym mieście lub wyślij e-mail na wydawca@glos.com

Poznań: Maciej Szymkowiak – **61 860 60 82**
Piła: Martin Nowak – **797 607 926**
Kalisz: Mariusz Kurzajczyk – **502 499 351**

Pogoda w regionie

Poznań
Dzień **1°C** Noc **-1°C**
Barometr **1001 hPa**
Wiatr **10 km/godz.**
Biomet **niekorzystny**

Kalisz
Dzień **1°C** Noc **0°C**

Leszno
Dzień **2°C** Noc **-1°C**

Piła
Dzień **1°C** Noc **-2°C**

Od czwartku w całej Wielkopolsce będziemy mieli już ujemne temperatury

Drzewa zmniejszają ryzyko chorób. Trawa i inna zieleń już niekoniecznie

Opr. Radosław Patroniak
r.patroniak@polskapress.pl

Drzewa, ale nie trawa ani inna zieleń, związane są z niższym ryzykiem chorób serca w miastach - informuje pismo „Environmental Epidemiology".

FOT. JÓZEF LONCZAK

Drzewa w promieniu 500 metrów od domu, czyli las lub park sprzyjają zmniejszeniu ryzyka chorób i tym samym wydłużają nasze życie

Wieloośrodkowe badanie zostało przeprowadzone pod kierownictwem University of California w Davis (USA). Wykorzystując uczenie głębokie, naukowcy przeanalizowali ponad 350 milionów zdjęć przedstawiających ulice miast, aby oszacować, jaka część każdej dzielnicy jest pokryta drzewami, trawą lub innymi terenami zielonymi.

Następnie powiązali te wyniki z danymi prawie 89 000 kobiet biorących udział w trwającym badaniu Nurses' Health Study. Określili rodzaj i odsetek zieleni - drzew, trawy lub innych terenów zielonych - w promieniu około 500 metrów od adresu zamieszkania każdej uczestniczki.

Jak się okazało, życie na obszarach miejskich z większym odsetkiem widocznych drzew wiąże się ze spadkiem o 4 proc. ryzyka chorób układu krążenia. Dla porównania życie na obszarach miejskich z wyższym odsetkiem trawy wiązało się z 6 proc. wzrostem ryzyka chorób układu krążenia. Podobnie, większy odsetek innych rodzajów terenów zielonych, takich jak krzewy, miał związek z 3 proc. wzrostem ryzyka chorób układu krążenia.

- Nasze odkrycia sugerują, że interwencje w zakresie zdrowia publicznego powinny priorytetowo traktować ochronę i sadzenie koron drzew w dzielnicach - powiedział profesor Peter James z UC Davis, pierwszy autor badania.

- Inicjatywy i polityki, które chronią dojrzałe drzewa, prawdopodobnie przyniosą większe korzyści dla zdrowia układu sercowo-naczyniowego w porównaniu z inwestycjami w sadzenie trawy - wskazał.

W 2023 roku w Stanach Zjednoczonych ponad 900 000 osób zmarło z powodu chorób układu krążenia. Według Centrów Kontroli i Prewencji Chorób (CDC) były one przyczyną co trzeciego zgonu.

Poprzednie badania z wykorzystaniem zdjęć satelitarnych wykazały, że miejskie tereny zielone mogą być korzystne dla zdrowia publicznego. Zdjęcia satelitarne pozwalają jednak zaklasyfikować szeroki zakres roślinności jako tereny zielone.

- Zdjęcia satelitarne pozwoliły na nowe zrozumienie tego, jak krajobraz – zarówno sztuczny, jak i naturalny – może wpływać na zdrowie człowieka. Ponieważ jednak widok jest z bardzo, bardzo wysoka i grupuje wszystkie rodzaje roślinności w jedną kategorię, może maskować różnice, które mogą być istotne – podkreślił prof. James.

Zdjęcia z poziomu ulicy, najczęściej pochodzące z platform takich jak Google Street View, przedstawiają otoczenie okolicy sfotografowane z perspektywy pieszego i są coraz częściej wykorzystywane w badaniach nad zdrowiem publicznym.

Nowe badanie naukowców było jednym z pierwszych, w którym przeprowadzono ocenę na poziomie ulicy, wpływu drzew, traw i innych terenów zielonych na zdrowie układu krążenia. (PAP)

POLONIA ZEBRAŁA SWOICH SYMPATYKÓW I DUŻĄ KWOTĘ NA LECZENIE

FOT. RADOSŁAW PATRONIAK

Lider III ligi (grupa 2), Polonia Środa ładuje akumulatory nie tylko na boiskach piłkarskich. W minioną sobotę trenerzy, działacze i sponsorzy klubu uczestniczyli w hotelu Almarco w XV Balu Sympatyków Polonii Środa. Ważną jego częścią była licytacja piłkarskich pamiątek i gadżetów na leczenie Adama Kłopockiego, młodego piłkarza Akademii Polonia Środa.

- Udało się zebrać 19,5 tys. zł, za co jestem bardzo wdzięczny partnerom - mówił Rafał Ratajczak (na zdjęciu), pełnmocnik zarządu Polonii, który obchodzi właśnie 20-lecie pracy w Polonii. PAT

eprasa.pl 05f5bf10be

nasz REGION

gloswielkopolski.pl

KRÓTKO

POZNAŃ

Jacek Jaśkowiak zwalnia dyrektora ZDM

O sprawie napisała Gazeta Wyborcza, która poinformowała, że prezydent Poznania, Jacek Jaśkowiak, już w piątek podpisał decyzję o zwolnieniu Krzysztofa Olejniczaka z funkcji dyrektora Zarządu Dróg Miejskich. Wypowiedzenie jednak nie mogło zostać wówczas wręczone, bo Olejniczak przebywał na zwolnieniu lekarskim.

W lipcu CBA zatrzymało Adama A., który był naczelnikiem w Zarządzie Dróg Miejskich, oraz czterech przedstawicieli firm, którzy podczas prowadzonych inwestycji deweloperskich mieli wręczać korzyści majątkowe.

Naczelnika złapano na gorącym uczynku, kiedy przyjmował łapówkę w kwocie 150 tysięcy złotych. W jego mieszkaniu znaleziono natomiast 700 tysięcy złotych w gotówce, luksusowe zegarki i biżuterię.
MAJ

POZNAŃ

Będzie premiera na Malta Festival

22 i 23 czerwca 2026 roku w Sali Wielkiej CK Zamek w Poznaniu w ramach Malta Festival można będzie zobaczyć polską premierę opery audiowizualnej „La Mort de la Mer" autorstwa CocoRosie. Weźmie w niej udział Justyna Wasilewska - jedna z najważniejszych polskich aktorek teatralnych, związana m.in. z TR Warszawa.

- Spotkanie z CocoRosie na scenie to dla mnie spełnienie jednego z największych artystycznych marzeń. Od lat inspiruje mnie świat, który tworzą - ich słodko-mroczne opowieści z pogranicza światów. Pamiętam, jak miałam ciary, kiedy ponad dwadzieścia lat temu byłam po raz pierwszy na ich koncercie - nikt wtedy nie performował muzyki w taki sposób i nie zabierał publiczności w podobną podróż. To, że dziś mogę stać się częścią ich opowieści, jest dla mnie niezwykle poruszającym i elektryzującym wyzwaniem - mówi Justyna Wasilewska.
Kolejna, 36. odsłona festiwalu potrwa od 21 do 28 czerwca.
MAJ

TUREK

Mundurowy zawiózł mężczyznę do szpitala w Turku

Zdarzenie miało miejsce w niedzielę, 25 stycznia. Do budynku Komendy Powiatowej Policji w Turku wbiegła zdenerwowana kobieta, która w innym języku krzyczała coś do napotkanego policjanta. Po chwili wszystko okazało się jasne, dzięki tłumaczowi w telefonie - jej mąż pilnie potrzebował pomocy medycznej, a nie wiedzieli, jak dostać się do szpitala. Mundurowy zareagował natychmiast. Radiowozem bezpiecznie przewieziono mężczyznę do szpitala. Przyjęto go z podejrzeniem zawału. Jak się okazało, życiu 38-latka nie zagraża niebezpieczeństwo.
MM

POZNAŃ

Akcja służb w Poznaniu. Jak poinformował nas dyżurny wielkopolskich strażaków, według zgłoszenia, które trafiło do służb o 10.29, ok. 70-letni mężczyzna miał uderzać w drzwi od środka mieszkania przy ul. Zeylanda.
- Zostaliśmy wezwani, aby otworzyć drzwi od mieszkania - informuje dyżurny.
MAJ

FOT. LW

PELIKAN
Zderzenie samochodów w Wielkopolsce
We wtorek po południu między węzłami Kościan Północ i Kościan Południe, w miejscowości Pelikan doszło do zderzenia samochodu osobowego i ciężarówki. **MAJ**

Matura? Nie bez korepetycji

Emilia Ratajczak
emilia.ratajczak@polskapress.pl

Tegoroczne egzaminy maturalne rozpoczną się 4 maja. Dla niektórych uczniów jednak zdanie matury kosztuje krocie, muszą przez wiele miesięcy uczęszczać na korepetycje.

FOT. WALDEMAR WYEGALSKI

Klaudia Kaleta, nauczycielka i korepetytorka, udziela korepetycji od 2018 roku

W ubiegłym roku maturę zdało 86,1 proc. absolwentów. W 2024 roku wyniki były nieco lepsze - po uwzględnieniu zarówno sesji głównej, dodatkowej w czerwcu, jak i poprawkowej w sierpniu - 89,3 proc. uczniów uzyskało świadectwo dojrzałości. Jak będzie w tym roku? Dla 320 tys. uczniów, którzy podejdą do egzaminów maturalnych korepetycje są jednym ze sposobów, by zwiększyć swoje szanse.

– Młodzi ludzie coraz częściej potrzebują wsparcia - mówi Klaudia Kaleta, nauczycielka i korepetytorka, która korepetycji udziela od 2018 roku. - Duża cześć uczniów decyduje się na korepetycje, co jeszcze 8 lat temu nie było tak popularne. Kiedyś panowało przeświadczenie, że „dam radę sam", dziś młodzi ludzie doceniają, że mają tego przewodnika czy mentora z którym się uczą.

Widać to również po wydatkach rodziców. CBOS podsumował ich wydatki na edukację. W roku szkolnym 2025/2026 80 proc. z nich zadeklarowało, że zainwestują w korepetycje. W ubiegłym roku było to 73 proc. Zwiększyła się również średnia miesięczna kwota, która przeznaczają na wszystkie dzieci korzystające z zajęć. To 944 złote, rok temu było to 896 złotych.

Zainteresowanie widać także po większej liczbie wyświetleń ofert z korepetycjami maturalnymi na stronie e-korepetycje.net. Rok szkolny 2024/2025 względem 2023/2024 pokazuje wzrosty: z języka polskiego o 22 proc., z matematyki o 4 proc., z fizyki o 16 proc. Spadek zanotował jedynie język angielski, o 2 proc.

Serwis e-korepetycje.net przeanalizował ponad 70 tys. dostępnych na stronie aktywnych ogłoszeń z ofertą przygotowania do przedmiotów maturalnych w dużych miastach w Polsce. Średnia cena za godzinę nauki z korepetytorem wynosi: język polski: 72,48 zł (3 902 ogłoszenia), matematyka: 70,76 zł (20 849 ogłoszeń), język angielski: 73,01 zł (20 348 ogłoszeń).

Natomiast jeśli chodzi o Poznań, to średnie ceny wyglądają tak: język polski: 70,80 zł (406 ogłoszeń), matematyka: 69,78 zł (1783 ogłoszenia), język angielski: 69,98 zł (1995 ogłoszeń).

Nieznacznie różnią się od tych w kraju. Od zeszłego roku najbardziej zdrożał angielski - o 4,90 zł, język polski - wzrósł o 2,75 zł, minimalnie, bo o 8 groszy staniała matematyka.

U Klaudii, która prowadzi Matmagiczną, czyli jak twierdzi „miejsce, w którym pokazuje, że matematyka naprawdę może być przyjemna", za godzinę trzeba zapłacić 150 złotych.

–Wraz z doświadczeniem i zdobywaniem kompetencji ta cena rośnie - mówi Klaudia, matematyki uczy nie tylko dzieci z klas podstawowych, ale także młodzież. - Na pewno uda się na rynku znaleźć korepetytorów, którzy za godzinę zajęć biorą 300 złotych, ale da się również znaleźć takich, którzy biorą 50 złotych. Kwestia tego, czego potrzebuje dana osoba.

Klaudia prowadzi również zajęcia dla osób wymagających specjalnego podejścia i wsparcia.

–Dziś coraz trafniej diagnozujemy tego typu osoby, więc więcej korepetytorów jest w stanie się w tym specjalizować, żeby docierać do uczniów wymagających specjalnego wsparcia - mówi Klaudia. - Mam kilku takich uczniów, głównie są to osoby w spektrum czy z ADHD. Bardzo lubię z nimi pracować.

Niektórzy uczniowie na korepetycje chodzą po to, żeby zdać maturę podstawową, która otwiera im drogę na studia. Humaniści matematyki na studiach nie potrzebują, ale muszą ją zdać na egzaminach. Są również tacy, zauważa korepetytorka, którzy na korepetycjach walczą o lepszy wynik.

Jednak uczniowie wiedzę przede wszystkim powinni zdobywać w szkole.

- To problem systemowy. Nie można generalizować, że przez to, że nauczyciel podchodzi do uczniów w taki, a nie inny sposób, potrzeba korepetycji. W wieloosobowych klasach, gdzie nauczyciel jest jeden na 30 uczniów, trudno dotrzeć do każdego. Na pewno są uczniowie, którzy wynoszą wiedzę z lekcji. Ale nawet najlepszy nauczyciel nie dotrze do każdego ucznia, są tacy ze szczególnymi potrzebami, a niektórzy po prostu potrzebują takiego „przewodnika", bo to np. często motywuje ich do pracy - kwituje Klaudia.

Szpital w Szamotułach z nowocześniejszym SOR-em, pracownią endoskopii i laboratorium

Natalia Nowotna
natalia.nowotna@polskapress.pl

W szamotulskim szpitalu już działa zmodernizowany Szpitalny Oddział Ratunkowy oraz nowa Pracowni Endoskopii wraz z odnowionym laboratorium.

– Oddział ratunkowy funkcjonował tutaj od dawna, ale przez ponad rok przechodził gruntowny remont. Był to wymagający czas, zarówno dla pacjentów, jak i personelu, który musiał pracować w warunkach przejściowych, a jednak nie tracił tego, co najważniejsze - gotowości do niesienia pomocy - mówiła kierownik oddziału Agnieszka Dobraszak w czasie uroczystego otwarcia.

Kompleksową modernizację przeszła także Pracownia Endoskopii. Została przebudowana i wyposażona w nowoczesny sprzęt medyczny. Przestrzeń została zaprojektowana z myślą o sprawnej organizacji badań gastroskopii i kolonoskopii oraz o bezpieczeństwie i komforcie pacjentów.

Przygotowano strefę oczekiwania i obserwacji po badaniach z siedmioma łóżkami, zadbano o intymność pacjentów poprzez system parawanów, a także o stały, dyskretny nadzór pielęgniarski. Pracownia została wyposażona m.in. w gastroskop,kolonoskop i bronchoskop, system przywoławczy, monitoring, kontrolę dostępu, zasilanie awaryjne.Efektem tych prac jest wzrost liczby wykonywanych badań i ich lepsza dostępność dla pacjentów.

Zmodernizowane laboratorium zyskało nową, funkcjonalną przestrzeń obejmującą m.in. punkt pobrań krwi, laboratoria diagnostyczne, poczekalnię oraz zaplecze socjalne dla personelu.

Ważnym elementem modernizacji było uruchomienie systemu poczty pneumatycznej, umożliwiającego szybki transport próbek biologicznych.

eprasa.pl 05f5bf10be

Szkoły nadal nieczynne, ale to już chyba ostatni dzień pogodowych wakacji

Opr. Radosław Patroniak
r.patroniak@glos.com

266 szkół podstawowych i ponadpodstawowych w Wielkopolsce odwołało lekcje – poinformowała we wtorek Karolina Adamska z Kuratorium Oświaty w Poznaniu.

To o ponad 20 placówek więcej niż w poniedziałek. Powodem są trudne warunki pogodowe.

Lekcje odwołały szkoły przede wszystkim w centralnej i północnej części regionu. Wiele z nich ogłosiło decyzję już w poniedziałek w związku z prognozami pogody zapowiadającymi dalsze opady marznącego deszczu.

We wtorek sytuacja pogodowa w Wielkopolsce jest lepsza niż w poniedziałek, kiedy w wielu miejscowościach, także w Poznaniu, uczniowie mieli problem z dojazdem do szkół komunikacją publiczną. W poniedziałek lekcje odwołano w 245 szkołach.

Zgodnie z przepisami dyrektor szkoły może zawiesić zajęcia ze względu na temperaturę zewnętrzną, temperaturę w pomieszczeniach szkoły lub w razie wystąpienia innych zdarzeń, które mogą zagrozić zdrowiu uczniów. Zajęcia mogą być także zawieszone przez organ prowadzący w związku z utrudnieniami w dotarciu uczniów do szkoły.

Przepisy nie nakładają obowiązku odrabiania zawieszonych zajęć. W przypadku zawieszenia lekcji na dłużej niż dwa dni szkoła powinna zorganizować naukę zdalną. PAP

FOT. ARCHIWUM XXV LO

Jedną z nieczynnych wczorak szkół było XXVO LO im. Generałowej Jadwigi Zamoyskiej w Poznaniu

Co dalej z przeglądami aut? To może się zmienić w 2026 roku

Justyna Piasecka-Gabryel
justyna.piasecka-gabryel@polskapress.pl

Zdjęcia pojazdów, nowe metody badania silników Diesla i możliwe opłaty za spóźnienie – to elementy zmian, które ministerstwo zapowiada na 2026 rok. Czego mogą spodziewać się kierowcy?

FOT. ROBERT WOŹNIAK

– Największe zmiany, jeśli wejdą w życie, dotkną właścicieli aut z silnikiem Diesla – mówi Beata Bańczyk, właścicielka stacji kontroli pojazdów „Przeglądownia" w Poznaniu

Po wrześniowej podwyżce stawek na stacjach kontroli pojazdów zmieniło się jedno – kierowcy częściej pytają, co dalej z przeglądami. W zapowiedziach na 2026 rok przewijają się rozwiązania, które mają uporządkować badania i ograniczyć przypadkowość decyzji.

Pierwszy temat to dokumentacja fotograficzna. Zdjęcia mają powstawać podczas badania i trafiać do systemu razem z wynikiem – zwłaszcza ujęcie deski rozdzielczej ze stanem licznika oraz kadry nadwozia.

– To rozwiązanie ma uporządkować dokumentację i ograniczyć pomyłki przy wpisywaniu przebiegu – mówi Beata Bańczyk, właścicielka stacji kontroli pojazdów w Poznaniu.

Drugim punktem, który elektryzuje właścicieli aut, są diesle. Dziś emisję sprawdza się dymomierzem, a w planach pojawia się pomiar cząstek stałych, mający pozwolić ocenić obecność i stan filtra DPF.

– Brak lub uszkodzenie DPF może bezpośrednio przełożyć się na wynik badania – mówi Bańczyk.

W praktyce to temat kosztów – filtr bywa wart kilka tysięcy złotych, a decyzja o naprawie często zależy od wartości auta.

Trzeci wątek dotyczy terminów. Zapowiadane są dodatkowe opłaty za badanie wykonane po terminie, stopniowane w zależności od długości spóźnienia. Równolegle pojawia się rozwiązanie korzystne dla kierowcy – badanie wykonane wcześniej, w oknie do 30 dni przed terminem, ma zachować ciągłość ważności.

W tle wraca też dyskusja o cenach przeglądu technicznego. – W projekcie rozporządzenia pojawiała się coroczna waloryzacja, ale w przyjętych przepisach ten zapis zniknął – zaznacza Bańczyk.

– W projekcie rozporządzenia pojawiała się coroczna waloryzacja stawek za przegląd, a w przyjętych przepisach ten zapis zniknął

Właścicielka stacji zwraca uwagę też uwagę, że każda nowa procedura oznacza dla stacji również obowiązki techniczne. Sprzęt diagnostyczny wymaga kalibracji i legalizacji, a urządzenia z certyfikatami kosztują więcej niż sprzęt „z półki". W efekcie reformy podnoszą poprzeczkę zarówno dla stacji, jak i dla właścicieli aut.

Kierowcy mogą zrobić jedno: trzymać rękę na terminach i dokładniej sprawdzać auto przed zakupem. A czy zapowiadane zmiany zamienią się w obowiązujące przepisy? To pokażą najbliższe miesiące.

Konfederacja żąda dymisji prezydenta Jaśkowiaka

Justyna Piasecka-Gabryel
justyna.piasecka-gabryel@polskapress.pl

Konfederacja domaga się dymisji prezydenta Jacka Jaśkowiaka po odwołaniu wiceprezydenta i zwolnieniu naczelnika ZDM wskazując chaos po gołoledzi. Zapowiada wsparcie referendum.

Konfederacja Poznań domaga się natychmiastowej dymisji prezydenta Jacka Jaśkowiaka. Powód? Zdaniem działaczy – brak reakcji na sygnały o nieprawidłowościach w Zarządzie Dróg Miejskich i wieloletnie zaniedbania.

– Krzysztof Olejniczak już w 2024 roku informował o nieprawidłowościach w ZDM. Sprawa została skierowana do CBA, a w lipcu 2025 roku zatrzymano jednego z dyrektorów wydziału ZDM, Adama A., w związku z zarzutami korupcyjnymi – mówi Jacek Olszewski, rzecznik prasowy Konfederacji Poznań. Jak podkreśla, od lipca prezydent miał czas „porządkować ZDM", a tymczasem – jak oceniają konfederaci – jednostka nadal działa źle.

Ugrupowanie wiąże obecną sytuację z decyzjami personalnymi w ratuszu: w czwartek odwołany został zastępca prezydenta Mariusz Wiśniewski, a w poniedziałek zwolniony naczelnik ZDM Krzysztof Olejniczak.

Piotr Tuczyński mówi o „serii skandali", zarzuca władzom zamiatanie spraw pod dywan i wskazuje na „miliardowe zadłużenie" Poznania. Konfederacja zapowiada, że jeśli prezydent nie poda się do dymisji, włączy się w zbiórkę podpisów pod referendum odwoławczym, które zapowiada Stowarzyszenie Plac Wolności.

PiS chce „mapy zagrożeń korupcyjnych". I zachęca KO do referendum ws. prezydenta

Szymon Paź
szymon.paz@polskapress.pl

– W Poznaniu w tej chwili bardzo ważnym problemem okazuje się korupcja. Mam wrażenie, że coś się w Urzędzie Miasta rozregulowało – mówi Zbigniew Czerwiński

FOT. ADAM JASTRZĘBOWSKI

Opozycja chce kontrolować urzędników

Szef klubu radnych PiS i przewodniczący Komisji Rewizyjnej Rady Miasta nawiązał w ten sposób do dwóch przypadków korupcji wśród miejskich urzędników ujawnionych w 2025 r. – w styczniu w Wydziale Działalności Gospodarczej przy okazji wydawania koncesji na alkohole i w lipcu związanej z działaniami naczelnika Wydziału Uzgodnień Zarządu Dróg Miejskich

– Z mojej perspektywy to jedno z ważniejszych zadań, by sporządzić taką mapę zagrożeń korupcyjnych, bo widać wyraźnie, że pan prezydent sobie z tym nie radzi. U urzędzie miasta panuje klimat niepewności, co dla opozycji jest czasami korzystne, bo Platforma Obywatelska wsparła dwie kontrole, które zainicjowałem. Mam nadzieję, że także ta kontrola związana z zagrożeniami korupcyjnymi znajdzie poparcie.

Jak tłumaczył Zbigniew Czerwiński chciałby, by taka mapa objęła nie tylko wydział uzgodnień ZDM, którego decyzje mogą wpływać na procesy inwestycyjne i zyski deweloperów, ale też innych urzędników, których decyzje „skutkują poważnymi kwotami dla inwestorów". Jako przykład stanowisk zagrożonych korupcją podał Wydział Klimatu i Środowiska decydujący m.in. o zgodach na wycinkę roślinności oraz biuro Miejskiego Konserwatora Zabytków.

Drugim tematem, nad którymi pochylili się politycy PiS podczas spotkania z dziennikarzami była kwestia dymisji Mariusza Wiśniewskiego, długoletniego zastępcy prezydenta Poznania. – Platforma w Poznaniu zajmuje się głównie sobą – mówił wiceprezes Prawa i Sprawiedliwości w Poznaniu, poseł Szymon Szynkowski vel Sęk. – Sądzę, że powinni zajmować się inwestycjami, dużymi wydarzeniami, tym jak rozwija się Poznań, tym jak rozwijać potencjał Targów Poznańskich.

Politycy PiS odnieśli się też do głosów nawołujących do referendum ws. odwołania Jacka Jaśkowiaka. Poseł wskazał, że najprostszym sposobem jest przeprowadzenie w radzie miasta wniosku o zorganizowanie referendum. Do tego konieczna jest jednak wola KO, która ma większość. – Jesteśmy gotowi nawet na najbliższej sesji podpisać wniosek o referendum – deklarował i przypominał, że w takim wypadku nie jest wymagane zbieranie kilkudziesięciu tysięcy podpisów, co, zdaniem polityka PiS, w dwa miesiące jest wielkim wyzwaniem.

eprasa.pl 05f5bf10be

Mieszkańcy wybrali projekty. Miasto ich nie zrealizowało

Chrystian Ufa
chrystian.ufa@polskapress.pl

Projekty dotyczące historycznych fortyfikacji zwyciężyły w Poznańskim Budżecie Obywatelskim. Do realizacji części z nich, jednak nigdy nie doszło.

W Poznaniu znajdują się zabytkowe fortyfikacje. Co roku w mieście odbywają się Dni Twierdzy, podczas których mieszkańcy mogą poznać historię fortów, wyjątkowych na skale europejską.

By zadbać o zabytki, złożono kilka projektów do Poznańskiego Budżetu Obywatelskiego (PBO), wśród których znalazły się rewitalizacja fortu 1a oraz fort 4a (forteczna zabawa na spacerze z PBO18oraz zielone płuca Naramowic z PBO19). Wszystkie te projekty wygrały w PBO, jednak żaden z trzech nie został zrealizowany.

Sprawą zwycięskiego projektu „Fort 4a zielone płuca Naramowic" z PBO 2019 roku zainteresował się Adam Szabelski, radny z Lewicy Polska 2050.

FOT. JAN JELIŃSKI

Konrad Dąbrowski, twórca zwycięskiego projektu PBO 2019 i osoba zaangażowana w sprawę fortyfikacji

– Z otrzymanych informacji dowiedziałem się, że projekt nie został wykonany przez pierwszego wykonawcę z przyczyn losowych – pisze radny Adam Szabelski, po czym była podpisana umowa z innym wykonawcą. – Zostałem poinformowany, że zadanie przekroczyło też pierwotny budżet, co jest zrozumiane ze względu na zmiany cen w ciągu ostatnich sześciu lat.

Okazuje się, że przygotowano kosztorys, który pokazał, że koszty „znacznie przekroczyły środki finansowe zabezpieczone na realizację zadania w budżecie Miasta."

– Obecnie nie ma możliwości dołożenia brakującej kwoty z budżetu Miasta, ponieważ środki zostały w całości wykorzystane na realizację zwycięskich projektów – odpowiada na zapytanie radnego, Marcin Gołek, zastępca prezydenta Poznania. - W najbliższym czasie Gabinet Prezydenta planuje zorganizować spotkanie, aby omówić dalszą realizację projektu, mając na uwadze możliwość jego wykonania w ograniczonym zakresie.

O zamieszanie wokół projektu zapytaliśmy osobę, która go napisała, a na który zagłosowało ostatecznie blisko 800 osób.

– Temat jest martwy – mówi Konrad Dąbrowski, twórca projektu oraz człowiek zaangażowany w sprawę poznańskich fortyfikacji. – Jest to przykre, że społecznicy przygotowali dojrzałe koncepcje dla fajnych obiektów, które mogłyby dzięki temu uzyskać nowe życie, mieszkańcy atrakcje, a miasto wrzuciło temat do szuflady.

Tak jak wspominaliśmy fort 4a nie jest jednak jedyną fortyfikacją, która wygrała w PBO i nie została zrealizowana. Kolejna tyczy się fortu 1a, którego rewitalizacja została połączona z realizacją fortu IVa PBO18 i PBO19. Łączna kwota, która miała zostać przeznaczona na te projekty, to 1,335 mln złotych.

FOT. PAWEŁ BRZEŹNIAK

Jarosław Maciejewski (z lewej) podczas kontroli schroniska

Schronisko w Gnieźnie po kontroli i w rozbudowie

Paweł Brzeźniak
pawel.brzezniak@polskapress.pl

Od kilku dni trwają kontrole w schroniskach dla zwierząt, sprawdzane było także gnieźnieńskie schronisko. Do Gniezna przyjechał wicewojewoda wielkopolski, Jarosław Maciejewski.

Przedstawiciele Urzędu Miejskiego w Gnieźnie przekazali, że kontrolujący nie stwierdzili żadnych nieprawidłowości. Przy okazji zaprezentowano postępy prac przy rozbudowie schroniska. Miejska inwestycja idzie pełną parą, powstaje obecnie 48 boksów oraz 8 miejsc na kwarantannę w ogrzewanym pawilonie. Obecnie realizowane są prace wykończeniowe oraz montaż wyposażenia w budynku „A", czyli części socjalno-administracyjnej.

– Dzięki tej inwestycji schronisko w Gnieźnie zyska nowoczesny budynek administracyjno-socjalny dla pracowników, obejmujący również część magazynową oraz szpital dla zwierząt. Całość uzupełni instalacja fotowoltaiczna. Przypomnę, że na modernizację schroniska pozyskaliśmy środki z programu Polski Ład w wysokości niemal 2 mln zł – mówi Joanna Śmigielska, zastępczyni prezydenta Gniezna.

REKLAMA 0011464132

Gmina Czempiń konsekwentnie rozwija nowoczesną mobilność

Gmina Czempiń realizuje kolejny duży projekt infrastrukturalny, który wpisuje się w długofalową strategię rozwoju nowoczesnej, zrównoważonej mobilności. Przedsięwzięcie pn. **„Rozwój infrastruktury w kierunku zrównoważonej multimodalnej i zeroemisyjnej mobilności na obszarze Gminy Czempiń wraz z działaniami informacyjno-edukacyjnymi"** obejmuje szereg inwestycji drogowych, rowerowych i transportowych.

W ramach projektu powstała już nowa droga rowerowa w ciągu ulicy Tarnowskiej oraz chodnik z dopuszczeniem ruchu rowerowego w kierunku Nowego Tarnowa, z oświetleniem zasilanym panelami fotowoltaicznymi. Wybudowano również drogę dla rowerów z dopuszczeniem ruchu pieszego na odcinku Piechanin–Głuchowo. Przy hali sportowej w Borowie postawione zostały stojaki rowerowe.

Droga dla rowerów z dopuszczeniem ruchu pieszego Piechanin–Głuchowo

W miejscowości Jasień trwa przebudowa chodnika na ciąg pieszo-rowerowy z zastosowaniem nowoczesnych rozwiązań poprawiających bezpieczeństwo.

Kolejne inwestycje są obecnie w fazie projektowania i już niebawem rozpocznie się ich realizacja. Powstaną nowe ciągi pieszo-rowerowe oraz drogi rowerowe łączące miasto Czempiń z okolicznymi miejscowościami. Przewidziano m.in. budowę drogi rowerowej i chodnika z dopuszczeniem ruchu rowerowego od granicy miasta Czempiń do Borowa.

Powstanie także trasa rowerowa z Borowa do Gorzyczek. Kolejne odcinki połączą Borowo z centrum Gorzyc, a tym samym umożliwią bezpieczne dotarcie do skrzyżowania w sąsiedztwie obelisku upamiętniającego hm. Floriana Marciniaka.

Droga rowerowa w ciągu ulicy Tarnowskiej

Inwestycje obejmą także przebudowę chodników z dopuszczeniem ruchu rowerowego i budowę dróg rowerowych od rejonu skrzyżowania Zielony Rynek–Borówko Stare do granicy miasta Czempiń.

W ramach inwestycji na przejściach dla pieszych i przejazdach rowerowych prowadzących do tych tras zostanie zamontowane oświetlenie oraz w wybranych miejscach sygnalizacja świetlna wyposażona w radar prędkości.

Duży nacisk położono na rozwiązania poprawiające bezpieczeństwo i płynność ruchu w mieście. Wprowadzane będą kontrapasy dla rowerów na jednokierunkowych odcinkach ulic Strumykowej i Nowej oraz dodatkowe oznakowanie poziome wyznaczające kierunek i tor ruchu roweru na ulicach: Strumykowej, Nowej, Kuczmerowicza, Ogrodowej i Powstańców Wielkopolskich. Rozbudowywana będzie także rowerowa obwodnica miasta wzdłuż Olszynki, w kierunku boisk UKS AS i Rodzinnych Ogrodów Działkowych, wraz z oświetleniem, monitoringiem i elementami małej architektury.

Ważnym elementem projektu jest rozbudowa czempińskiego węzła przesiadkowego, który stanowi jeden z najważniejszych punktów integracji transportu w gminie. W jego obrębie powstanie 50 nowych miejsc parkingowych typu Park Ride, stanowiska Bike Ride, miejsca dla hulajnóg, stacje ładowania pojazdów elektrycznych, rowerów i hulajnóg, a także nowoczesny system informacji o zajętości miejsc parkingowych. Przebudowany zostanie plac przed dworcem, z wyznaczeniem miejsc Kiss Ride oraz zastosowaniem energooszczędnego oświetlenia. Projekt obejmuje również budowę dodatkowych stacji ładowania pojazdów elektrycznych na terenie miasta, montaż czujników monitorujących jakość powietrza.

Równolegle prowadzone będą prace związane z wymianą i doposażeniem części przystanków autobusowych w wielu miejscowościach gminy, m.in. w Piotrkowicach, Zadorach, Piotrowie Pierwszym i Drugim, Gorzyczkach, Nowym i Starym Gołębinie, Słoninie oraz Donatowie. Wybrane przystanki tworzące centra przesiadkowe zyskają nowe wiaty, utwardzone nawierzchnie, oznakowanie oraz bezpieczne przejścia dla pieszych.

Integralną częścią przedsięwzięcia są działania informacyjno-edukacyjne, realizowane m.in. poprzez podcasty, spoty radiowe i telewizyjne, konkursy, reklamę outdoorową, materiały drukowane oraz wydarzenia plenerowe. Część z zaplanowanych inicjatyw została już wdrożona, a obecnie trwają prace nad przygotowaniem i nagraniem cyklu podcastów poświęconych tematyce zrównoważonego transportu oraz realizowanemu projektowi.

Celem niniejszych działań jest podnoszenie świadomości mieszkańców oraz zachęcanie do korzystania z niskoemisyjnego transportu zbiorowego i ruchu niezmotoryzowanego.

Głównym celem realizowanego przez Gminę Czempiń projektu jest wsparcie transformacji w kierunku gospodarki zeroemisyjnej poprzez rozwój zrównoważonej, multimodalnej mobilności. Działania podejmowane w ramach przedsięwzięcia mają przede wszystkim zmienić nawyki transportowe mieszkańców, zwiększyć udział komunikacji publicznej oraz ograniczyć korzystanie z samochodów na rzecz bardziej ekologicznych form podróżowania. Projekt koncentruje się na poprawie dostępności komunikacyjnej, podniesieniu poziomu bezpieczeństwa i komfortu podróży oraz integracji różnych środków transportu. Jego istotnym celem jest również redukcja emisji gazów cieplarnianych, zmniejszenie liczby wypadków drogowych oraz ograniczenie negatywnego wpływu transportu na środowisko. W dłuższej perspektywie przedsięwzięcie ma przyczynić się do poprawy jakości życia mieszkańców oraz zrównoważonego rozwoju gminy.

Przedsięwzięcie to jest kolejnym projektem realizowanym na terenie Gminy Czempiń w obszarze mobilności, powiązanym z wcześniejszymi inwestycjami, w tym z rozwojem infrastruktury wokół czempińskiego węzła przesiadkowego. Większość robót realizowana będzie w formule „zaprojektuj i wybuduj/, a ich zakończenie planowane jest w drugiej połowie 2026 roku.

Na realizację projektu Gmina Czempiń pozyskała znaczące wsparcie finansowe. Całkowita wartość inwestycji wynosi 30 243 773,19 zł, z czego dofinansowanie ze środków programu Fundusze Europejskie dla Wielkopolski to 20 933 983,55 zł, co stanowi blisko 70% kosztów kwalifikowanych przedsięwzięcia.

Partnerem projektu jest Powiat Kościański, który z uwagi na realizację części inwestycji na drogach powiatowych partycypuje w przedsięwzięciu finansowo.

Fundusze Europejskie dla Wielkopolski | Rzeczpospolita Polska | Dofinansowane przez Unię Europejską | SAMORZĄD WOJEWÓDZTWA WIELKOPOLSKIEGO

eprasa.pl 05f5bf10be

POLSKA *i* ŚWIAT

WARSZAWA

Znana jest ostateczna data powtórzenia drugiej tury wyborów w partii Polska 2050. Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz i Paulina Hennig-Kloska zawalczą o fotel przewodniczącej 31 stycznia. Głosowanie online. W partii wciąż wrze po tym, jak ujawniono, że wśród jej członków istniała grupa „2026", która miała szykować przewrót i „wywalić" proces wyborczy, tak by na stanowisko szefa Polski 2050 mógł wrócić jej założyciel Szymon Hołownia.

„Prezydencie Karolu Nawrocki, na kolanach niczego pan dla Polski nie załatwi"

Włodzimierz Czarzasty marszałek Sejmu

KRÓTKO

USTKA

Zaatakował nożem swoją rodzinę

44-letni funkcjonariusz Służby Ochrony Państwa zaatakował nożem w poniedziałek wieczorem swoją rodzinę w mieszkaniu w Ustce. W wyniku odniesionych ran zmarła 4-letnia dziewczynka – córka sprawcy.

Zgłoszenie o awanturze w jednym z mieszkań w nadmorskiej Ustce policjanci otrzymali w poniedziałek około godz. 21.30.

– Na miejscu obezwładnili agresywnego 44-latka, który ranił nożem pięcioro członków swojej rodziny oraz siebie. Czteroletniej dziewczynki mimo długiej reanimacji nie udało się uratować – powiedział podkom. Jakub Bagiński z słupskiej policji.

Prokuratura Okręgowa w Słupsku wszczęła śledztwo w sprawie 44-letniego funkcjonariusza SOP. Szef tamtejszej prokuratury zaznaczył, że z aktualnie posiadanych przez niego informacji nie wynika, by stan zdrowia mężczyzny nie pozwolił na jego doprowadzenie do siedziby prokuratury.

Dziś planuje się przedstawienie mężczyźnie zarzutów.
PAP

OŚWIĘCIM

Ocalali przed Ścianą Straceń

FOT. PAP/JAREK PRASZKIEWICZ

Około 20 byłych więźniów niemieckiego obozu Auschwitz złożyło we wtorek rano wieńce i znicze przed Ścianą Straceń w byłym Auschwitz I. Główne uroczystości w rocznicę wyzwolenia obozu odbyły się po południu z udziałem m.in. prezydenta RP Karola Nawrockiego, przedstawicieli rządu i samorządów.

WARSZAWA

Schronisko pod lupą NIK

Najwyższa Izba Kontroli sprawdzi warunki, jakie panowały w schronisku dla zwierząt w Sobolewie na Mazowszu. Jak przekazał rzecznik NIK Bartłomiej Pograniczny, w poniedziałek zakończył się pierwszy dzień kontroli w Urzędzie Gminy w Sobolewie.

– Urzędnicy byli w urzędzie do godziny 19 i zbierali dokumenty. Wiem już, że na pewno będą wchodzić do schroniska niezależnie od postępowania prokuratorskiego – powiedział Pograniczny.

NIK planuje też kontrolę w Powiatowym Inspektoracie Weterynarii w Garwolinie, który prowadził nadzór nad schroniskiem w Sobolewie.
PAP

Rząd dyskutował założenia polityki zagranicznej Polski

oprac. Anna Nagel
Warszawa

Dzisiaj kwestia godności państwa polskiego, godności polskiego munduru stała się poważnym wyzwaniem też dyplomatycznym – powiedział przed posiedzeniem rządu premier Donald Tusk.

FOT. PAP/RAFAŁ GUZ

Premier powiedział, że wystąpienie szefa MSZ ws. założeń polityki zagranicznej na pewno nie będzie rutynowe

Nie milkną echa wypowiedzi Donalda Trumpa na temat postawy sojuszników Ameryki w Afganistanie. Prezydent USA w kilka dni temu powiedział, że Ameryka nigdy nie potrzebowała pomocy NATO, a wojska Sojuszu podczas misji w Afganistanie trzymały się „trochę z tyłu" i „trochę z dala od linii frontu". Słowa wywołały oburzenie opinii publicznej i polskich władz.

Przed rozpoczęciem wtorkowego posiedzenia rządu premier powiedział, że Rada Ministrów, przedyskutuje m.in. założenia polskiej polityki zagranicznej i europejskiej na 2026 r., które przedstawi minister Sikorski.

Tusk przypomniał, że po przyjęciu założeń przez rząd, szefa MSZ czeka doroczne wystąpienie w Sejmie na temat założeń polityki zagranicznej w nowym roku i – jak dodał – „z całą pewnością" nie będzie ono rutynowe.

– Sytuacja jest – nie tylko wokół Polski, ale w wymiarze globalnym – bardzo dynamiczna i ta niepewność strategiczna, która towarzyszy nam od wielu, wielu miesięcy, wywołana wojną w Ukrainie, (...) także innymi dramatycznymi zdarzeniami, wymaga bardzo poważnej geopolitycznej refleksji i bardzo adekwatnego do rzeczywistych wyzwań myślenia o polskiej dyplomacji – powiedział premier.

Podkreślił, że nieprzypadkowo wszyscy w Polsce są obecnie skoncentrowani na naszych relacjach międzynarodowych, zarówno z państwami sojuszniczymi, jak i krajami stwarzającymi zagrożenie.

„Dzisiaj kwestia godności państwa polskiego, godności polskiego munduru stała się poważnym wyzwaniem też dyplomatycznym. Będziemy działać w sposób bardzo przemyślany i odpowiedzialny, ale też stanowczy zawsze wtedy, kiedy czy polski interes narodowy czy honor polskiego żołnierza będzie w jakikolwiek sposób narażony na szwank – oświadczył Tusk.

Premier Tusk przed posiedzeniem rządu potwierdził, że Komisja Europejska zaakceptowała w poniedziałek polski plan narodowy, dotyczący wydatkowania pieniędzy na obronność z programu SAFE. Polska wnioskowała o dofinansowanie 139 projektów na kwotę 43,7 mld euro.

– Skala jest tutaj absolutnie bezprecedensowa; mówimy o blisko 200 mld zł, środków zorganizowanych przez Unię Europejską – dodał premier. Premier zadeklarował, że 80 proc. środków, do których dostęp uzyska Polska, zostanie spożytkowane w polskim przemyśle zbrojeniowym.

Do wypowiedzi Donalda Trumpa we wtorek rano odniósł się również szef MON.

Wicepremier Kosiniak-Kamysz ocenił w TVN24, że rząd i polska dyplomacja zadziałały odpowiednio po wypowiedzi Trumpa. – Działanie było na każdym etapie: i w parlamencie, i wystąpienia, i wpisy w mediach społecznościowych. Cały rząd się w to zaangażował, wszyscy za to odpowiedzialni. (...) My mówimy, jaka jest prawda – podkreślił szef MON. Dodał, że prezydent Nawrocki w relacjach z prezydentem Trumpem też to powinien robić. – Na pewno relacje prezydenta Nawrockiego z prezydentem Trumpem są bardzo dobre, więc to jest miejsce do tego, żeby zwrócić uwagę – powiedział.

Dopytywany, czy reakcja prezydenta na słowa Trumpa powinna być mocniejsza, wicepremier odparł: „jeżeli ma dobre relacje, to zawsze można przekazać tę informację przez współpracowników, którzy się kontaktują, jeżeli sam nie miał okazji od tego czasu rozmawiać; można zrobić więcej". PAP

Minister sprawiedliwości w ogniu krytyki. Policja bada, czy Waldemar Żurek nie ustąpił pierwszeństwa pieszej

Marcin Koziestański
Kraków

Policja sprawdza, czy minister sprawiedliwości Waldemar Żurek złamał przepisy ruchu drogowego, nie ustępując pieszej pierwszeństwa na przejściu.

Waldemar Żurek był gościem youtubowego programu „Duży w Maluchu", prowadzonego przez Filipa Nowobilskiego. Format zakłada rozmowę prowadzoną w trakcie jazdy kultowym Fiatem 126p, a część pytań zadawana jest w momencie, gdy zaproszony gość prowadzi samochód.

W pewnym momencie prowadzący przerwał jego wypowiedź. – Proszę uważać – zwrócił uwagę, wskazując na kobietę, która zbliżała się do przejścia dla pieszych i weszła na pasy w trakcie, gdy minister odpowiadał na pytanie. Autor programu zaznaczył przy tym, że chodzi o bezpieczeństwo pieszej.

Minister Żurek stwierdził, że „pani była jeszcze daleko", a także zapewnił, że „jeździ naprawdę bezpiecznie".

Nagranie wywołało reakcję wśród internautów, którzy zwrócili uwagę, że minister sprawiedliwości mógł nie ustąpić pierwszeństwa kobiecie znajdującej się na przejściu dla pieszych.

Do sprawy odniósł się sam Żurek w mediach społecznościowych. „Zasady bezpieczeństwa w ruchu drogowym obowiązują wszystkich. Ostateczna ocena należy jednak do Policji. Wszyscy jesteśmy równi wobec prawa" – napisał.

Po pojawieniu się materiału w sieci został on przekazany do Komisariatu Policji II, na którego terenie miało dojść do zdarzenia. To ta jednostka prowadzi postępowanie, bo obejmuje rejon dzielnicy Grzegórzki, gdzie mogło dojść do wykroczenia – poinformowała dyżurna zespołu prasowego Komendy Miejskiej Policji w Krakowie.
PAP

eprasa.pl 05f5bf10be

Lotniskowiec Abraham Lincoln przybył na Bliski Wschód

oprac. Robert Szulc
Jerozolima

Lotniskowiec USS Abraham Lincoln z towarzyszącymi mu okrętami przybył na Bliski Wschód, co zwiększa możliwości ewentualnych działań przeciwko Iranowi - poinformowała agencja Reutera.

FOT. USS ABRAHAM LINCOLN

Grupa lotniskowca USS Abraham Lincoln jest rozmieszczana na Bliskim Wschodzie. Zespół nie zajął jeszcze ostatecznej pozycji przed ewentualnym atakiem na Iran

Grupa lotniskowca USS Abraham Lincoln jest rozmieszczana na Bliskim Wschodzie, by wspierać regionalne bezpieczeństwo i stabilność - przekazało Dowództwo Centralne (CENTCOM), odpowiedzialne za amerykańskie siły w regionie.

Zespół, w skład którego oprócz lotniskowca wchodzą też trzy niszczyciele rakietowe, nie zajął jeszcze ostatecznej pozycji do przeprowadzenia operacji - dodała stacja CBS.

Prezydent USA Donald Trump w ostatnim czasie wielokrotnie groził reżimowi w Teheranie interwencją w odpowiedzi na krwawe tłumienie protestów, które na przełomie roku wybuchły w Iranie. Amerykański przywódca później złagodził swoje zapowiedzi, utrzymując, że otrzymał zapewnienia, że Iran nie będzie przeprowadzał egzekucji schwytanych demonstrantów.

W czwartek Trump ogłosił, że w stronę Iranu „na wszelki wypadek" zmierza potężna amerykańska armada, ale wolałby, gdyby nie musiała zostać użyta.

Nic nie wskazuje na to, by w sprawie ewentualnej interwencji zostały już podjęte jakiekolwiek decyzje - przekazała w poniedziałek telewizja CNN.

CENTCOM już wcześniej informował o wzmacnianiu sił na Bliskim Wschodzie, w tym o wysłaniu dodatkowych myśliwców F-15E. Te maszyny mają pomóc w obronie amerykańskich baz w regionie i Izraelu. Iran już zapowiedział, że w wypadku interwencji USA zaatakuje amerykańskie instalacje na Bliskim Wschodzie.

Według mediów amerykańscy dowódcy, przygotowując plany interwencji przeciwko Iranowi, rozważali m.in. precyzyjne uderzenia na cele w tym państwie, ale także cyberataki.

Siły amerykańskie na Bliskim Wschodzie są jednak jak na razie wciąż mniejsze niż podczas poprzednich konfrontacji między wspomaganym przez USA Izraelem a Iranem w kwietniu 2024 roku i czerwcu 2025 r. - ocenił poniedziałek izraelski dziennik „Haarec".

Gazeta zaznaczyła jednocześnie, że ewentualny nowy konflikt z Iranem, w którym brałby udział także Izrael, mógłby być dla tego drugiego znacznie trudniejszy i kosztowniejszy, również pod względem ofiar.

Według mediów szef izraelskiego urzędu lotnictwa cywilnego ostrzegł zagraniczne linie, że Bliski Wschód może wejść w końcu tygodnia we „wrażliwszy okres". Kilka zachodnich linii już wcześniej czasowo ograniczyło loty z powodu napięć wokół Iranu.

Ministerstwo Spraw Zagranicznych Zjednoczonych Emiratów Arabskich oświadczyło w poniedziałek, że nie pozwoli na użycie terytorium, przestrzeni powietrznej i wód terytorialnych swojego państwa do jakichkolwiek operacji przeciwko Iranowi.

PAP

13-letnia Polka porwana przez morze. Akcja poszukiwawcza na Malcie

Marcin Koziestański
Valletta

Departament Sił Zbrojnych i Obrony Cywilnej Malty wznowił we wtorek rano poszukiwania 13-letniej polskiej dziewczynki, która w poniedziałek około godziny 18 została porwana przez morze.

FOT. CIVIL PROTECTION MALTA

Ekstremalne warunki pogodowe utrudniają operację prowadzoną z użyciem śmigłowców, łodzi i dronów

Poszukiwania zostały wznowione o świcie, po tym jak poniedziałkową operację odwołano późnym wieczorem z powodu trudnych warunków.

„Niekorzystne warunki pogodowe, w tym wzburzone morze i silne wiatry, nadal stwarzają trudne warunki dla wszystkich zaangażowanych służb ratunkowych. Pomimo tych trudności, poszukiwania wznowiono" - napisano. Departament Obrony Cywilnej poinformował, że wznowił również działania poszukiwawcze, a ratownicy pozostali na miejscu zaginięcia dziewczynki i kontynuowali poszu-kiwania na lądzie przez całą noc.

Jak poinformowała policja w rozmowie z Times of Malta, w poszukiwania zaginionej dziewczynki użyto śmigłowców, łodzi i dronów.We wtorek rano kamera transmitowała na żywo wydarzenia z Południowego Nabrzeża Ċirkewwy, pokazując ratowników na miejscu zdarzenia. Morze było silnie wzburzone, a pobliska turbina wiatrowa wskazywała na silny wiatr. Dziennik „Times of Malta" potwierdził, że 13-letnia turystka z Polski udała się na południowe nabrzeże ze swoim ojcem i bratem, prawdopo-dobnie w celu zrobienia zdjęć wzburzonego morza, gdy nagle dzieci zostały wciągnięte do wody. Ojcu udało się uratować chłopca, lecz w trakcie akcji sam został ranny.

Cena złota przebiła kolejny próg, drożeje również srebro. Co się kryje za tą hossą?

Grzegorz Kuczyński
Londyn

Ceny metali szlachetnych dzień po dniu biją rekordy, osiągając niewyobrażalne maksima: złoto po raz pierwszy w historii przekroczyło próg 5000 dolarów za uncję.

FOT. EAST NEWS

Cena złota za uncję przebiła próg 5000 dolarów

W marcu 2025 roku, kiedy Donald Trump dopiero rozpoczynał swoje wojny celne, cena złota po raz pierwszy w historii przekroczyła poziom 3000 dolarów za uncję. W październiku, w kontekście miesięcznego shutdownu w USA, przekroczyła poziom 4000 dolarów, a kolejny tysiąc dolarów pokonała w ciągu zaledwie trzech miesięcy: w poniedziałek wieczorem uncja złota kosztowała już 5100 dolarów. W całym 2025 roku złoto podrożało o 61%, a w niepełnym styczniu 2026 roku o kolejne 18%.

Srebro drożeje jeszcze szybciej: w 2025 roku wzrosło o 161%, a w ciągu pierwszych 26 dni 2026 roku o kolejne 54%. Poniedziałkowy dzienny skok ceny o 13,6% był największy od czasu kryzysu w 2008 roku.

Wraz ze srebrem drożeją również pozostałe metale szlachetne: platyna (+39% od początku roku) i pallad (+36%).

Trump głównym powodem?

U podstaw wzrostu cen metali szlachetnych leży masowa gra inwestorów na osłabienie głównych światowych walut, przede wszystkim dolara, której towarzyszy przenoszenie pieniędzy z walut i obligacji państwowych krajów rozwiniętych do metali szlachetnych. Wiarę inwestorów w dolara osłabiły działania Donalda Trumpa w pierwszych miesiącach jego kadencji – wojna celna z partnerami handlowymi, presja na Fed z żądaniem obniżenia stóp procentowych bez względu na poziom inflacji, wyraźna intencja zwiększenia deficytu budżetowego i długu publicznego (dotyczy to jednak nie tylko Stanów Zjednoczonych) oraz ciągłe niespodzianki geopolitycz-ne. W 2025 roku dolar stracił 9%.

Istnieją również inne przyczyny wzrostu cen złota. W szczególności w ciągu ostatnich 15 lat światowe banki centralne kupowały złoto do rezerw, a po 2022 roku tempo tego procesu przyspieszyło dwukrotnie. Dodatkowo na tradycyjny wzrost popytu inwestycyjnego wraz ze złotem tym razem nałożył się na wzrost popytu przemysłowego: srebro jest ważnym surowcem dla energetyki słonecznej, elektryfikacji transportu i budowy infrastruktury łączności 5G.

Banki inwestycyjne uważają, że ceny metali szlachetnych w 2026 roku będą nadal rosły.

REKLAMA 0011469276

OBWIESZCZENIE
WOJEWODY WIELKOPOLSKIEGO
z dnia 23 stycznia 2026 r.

Na podstawie art. 11d ust. 5 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz.U. z 2024 r. poz. 311) - zwanej dalej: specustawą, w zakresie objętym rozszerzeniem wniosku,

zawiadamiam

o wszczęciu postępowania w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej dla inwestycji pn.: „Rozbudowa drogi wojewódzkiej nr 182 Międzychód – Ujście odcinek od km 72+120 do km 74+450 m. Sarbka – budowa chodnika**".**

Oznaczenie nieruchomości lub ich części,
objętych wnioskiem o wydanie decyzji o zezwoleniu na realizację przedmiotowej inwestycji drogowej:

W wykazach zastosowano następujące oznaczenia:
- przed nawiasem podano numer działki ulegającej podziałowi;
- w nawiasie podano numery działek powstałych po podziale;
- tłustym drukiem zaznaczono numery działek niezbędnych dla realizacji inwestycji.

I. Objęte liniami rozgraniczającymi teren drogi wojewódzkiej:
Powiat czarnkowsko-trzcianecki,
Gmina Czarnków
Jednostka ewidencyjna: 300202_2 Czarnków
Obręb: 0002 **–** Brzeźno**, dz. o nr ewid.:** 66 (66/1, **66/2**), 67 (67/1, **67/2**), 68 (68/1, **68/2**), **161**, **168/2**, 168/3 (**168/4**, 168/5).
Obręb: 0020 – Sarbka**, dz. o nr ewid.: 88**, 89/2 (89/5, **89/6**), 89/3 (89/9, **89/10**), 89/4 (89/7, **89/8**), **90**, **149**, **183**, **194**, **202**, 207/2 (207/10, **207/11**), 207/3 (207/7, **207/8**, **207/9**), 207/4 (207/5, **207/6**), 209/4 (209/8, **209/9**), 209/5 (209/6, **209/7**), **210**, 211/3 (**211/6**, 211/7), **214**, 221/2 (**221/5**, 221/6), **310**, 313/2 (313/5, **313/6**), 313/3 (313/7, **313/8**), 313/4 (313/9, **313/10**), **324**, 419 (419/1, **419/2**), 7355/18 (7355/26, **7355/27**), 7355/23 (7355/24, **7355/25**).

II. Objęte zakresem dokonania budowy lub przebudowy sieci uzbrojenia terenu**:**
Powiat czarnkowsko-trzcianecki,
Gmina Czarnków
Jednostka ewidencyjna: 300202_2 Czarnków
Obręb: 0020 – Sarbka, dz. o nr ewid. **195** i 313/4 (**313/9**).

III. Objęte zakresem dokonania budowy lub przebudowy zjazdów:
Powiat czarnkowsko-trzcianecki,
Gmina Czarnków
Jednostka ewidencyjna: 300202_2 Czarnków
Obręb: 0020 – Sarbka, dz. o nr ewid.: 89/2 (**89/5**), 89/3 (**89/9**), 89/4 (**89/7**), **91/3**, **91/4**, **94/3**, **204**, 207/4 (**207/5**), **208/1**, **209/2**, 209/4 (**209/8**), 209/5 (**209/6**), **220**, 313/2 (**313/5**), 313/3 (**313/7**), 313/4 (**313/9**), 7355/18 (**7355/26**).

Jednocześnie informuję, że zgodnie z art. 11d ust. 5 specustawy, wojewoda wysyła zawiadomienie o wszczęciu postępowania w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej wnioskodawcy, właścicielom lub użytkownikom wieczystym nieruchomości objętych wnioskiem o wydanie tej decyzji na adres wskazany w katastrze nieruchomości, oraz zawiadamia pozostałe strony w drodze obwieszczeń, w urzędzie wojewódzkim, a także w urzędach gmin właściwych ze względu na przebieg drogi, w urzędowych publikatorach teleinformatycznych - Biuletynie Informacji Publicznej tych urzędów i w prasie lokalnej.

Zgodnie z art. 49 § 2 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. - Kodeks postępowania administracyjnego (Dz.U. z 2025 r. poz. 169) - zwanej dalej k.p.a., zawiadomienie poprzez obwieszczenie uważa się za dokonane po upływie czternastu dni od dnia, w którym nastąpiło publiczne obwieszczenie, tj. **27 stycznia 2026 r.**

Zgodnie z art. 10 k.p.a. strony postępowania mogą zapoznać się z aktami sprawy w Wielkopolskim Urzędzie Wojewódzkim w Poznaniu, Wydział Infrastruktury, al. Niepodległości 16/18 (tel. 61 854 11 99 lub 61 854 17 54, godziny obsługi klientów: poniedziałek, środa, piątek od 8.30 do 15.00, wtorek, czwartek od 12.00 do 15.00) oraz składać ewentualne wnioski, uwagi i zastrzeżenia do 13 lutego 2026 r.

Mapa przedstawiająca przebieg inwestycji zostanie zamieszczona wraz z obwieszczeniem na stronie internetowej: www.poznan.uw.gov.pl w zakładce Ogłoszenia/Obwieszczenia od 27 stycznia 2026 r.

eprasa.pl 05f5bf10be

strona ZDROWIA
stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Rak szyjki macicy

Na ten nowotwór co roku zapada blisko 3 tysiące Polek, a umiera prawie 1,5 tysiąca. Pierwsze objawy tego schorzenia bywają niespecyficzne, dlatego łatwo pomylić je z symptomami zaburzeń hormonalnych, infekcji intymnej lub napięcia przedmiesiączkowego. Profilaktyka opiera się na regularnym wykonywaniu cytologii, która pozwala wcześniej wykryć nieprawidłowe komórki.

ZA TYDZIEŃ:

- **Czy istnieje zdrowa pizza, a jeśli tak, to która jest najzdrowsza i ile ma kalorii?**
- **Ten rak rozwija się latami. Chirurg onkolog wskazuje, które badania mogą uratować życie.**

FOT. GETTY IMAGES

W co pakować żywność, żeby nie szkodzić zdrowiu i środowisku?

Monika Góralska
redakcja@stronazdrowia.pl

Z plastikowych opakowań i foliowych torebek korzystamy na co dzień. Nie zdajemy sobie jednak sprawy, że razem z kanapką zapakowaną w folię zjadamy miliony drobinek mikroplastiku.

FOT. FREEPIK.COM

Na zakupy warto zabierać ze sobą opakowania z materiałów naturalnych i biodegradowalnych

Plastik, czyli syntetyczne tworzywa sztuczne, nazywane tworzywami polimerowymi, powstaje z paliw kopalnych, a przede wszystkim z ropy naftowej. W wyniku jej rozkładu powstają węglowodory takie jak m.in. etylen, propylen i butylen, a z nich produkowany jest politereftalan etylenu (PET), polipropylen (PP) czy polietylen (Pe). Z tych tworzyw powstają nie tylko torebki foliowe i plastikowe butelki czy pojemniki na żywność, ale też sztućce, ubrania, zabawki dla dzieci czy sprzęty domowe.

Wyprodukowanie jednej foliowej torebki trwa zaledwie kilka sekund, użytkowanie jej zwykle ogranicza się do 20-30 minut, bo jest ona potrzebna tylko po to, aby przynieść zakupy do domu. Jednak taka foliowa reklamówka rozkłada się nawet 400 lat. W tym czasie zalega na wysypiskach śmieci lub trafia do gleby, rzek i mórz, gdzie zagraża nie tylko zwierzętom, ale też ludziom.

Używanie plastiku nie jest dla nas obojętne

Szczególnie pakowanie żywności w foliowe reklamówki czy plastikowe lub styropianowe pojemniki sprawia, że drobiny mikroplastiku przedostają się do jedzenia, a więc zjadamy je wraz z naszym daniem.

Cząsteczki te są bardzo małe, dzięki czemu swobodnie przedostają się do krwi, wraz z którą trafiają do każdej komórki w naszym ciele oraz do wszystkich narządów. Badanie opublikowane w 2022 roku pozwoliło wykryć obecność cząstek o wielkości zaledwie 0,0007 mm w ludzkiej krwi. W badanych próbkach znaleziono plastik PET, powszechnie używany do produkcji butelek na wodę i napoje, a także polistyren, czyli popularny styropian, oraz polietylen, z którego wykonane są plastikowe torby na zakupy.

Do tej pory odkryto, że krążące w organizmie cząsteczki plastiku negatywnie oddziałują na jego funkcje.

Jedno z badań wykazało, że mikroplastiki mogą łączyć się z czerwonymi krwinkami i ograniczać ich zdolność do transportu tlenu.

Krążąc w organizmie i prawdopodobnie kumulując się w organach, powodują szereg negatywnych skutków, takich jak:stany zapalne, nowotwory, alergie, zaburzenie równowagi hormonalnej, problemy z płodnością, spadek odporności organizmu, choroby układu nerwowego, zaburzenia pracy serca, otyłość czy cukrzyca.

Nie jesteśmy w stanie pozbyć się plastiku całkowicie, ale możemy znacznie ograniczyć używanie go, zamieniając plastikowe opakowania na te z materiałów naturalnych i biodegradowalnych wielokrotnego użytku.

Torby papierowe

Taka torba zwykle wykonana jest z papieru z recyklingu, łatwo ją więc zutylizować, a także wykorzystać kolejny raz nie tylko w tej samej postaci, ale również już po jej zużyciu. Torby papierowe dostępne są już niemal w każdym sklepie i supermarkecie, warto jednak raz kupionej torby używać wielokrotnie i zabierać ją ze sobą na zakupy.

Drobiny mikroplastiku przedostają się do krwi, wraz z którą trafiają do każdej komórki w naszym ciele oraz do naszych narządów

Można ją również wykorzystać do przechowywania suchych produktów, takich jak orzechy lub kasze.

Kartonowe pudełka

W supermarkecie można również skorzystać z kartonowych pudełek, w których na sklepowych półkach wystawiane są drobne produkty, takie jak np. masło, jogurty czy kasze.

Pudełka wykonane z papieru świetnie sprawdzą się jako pojemnik na zakupy, zwłaszcza gdy jeździmy po nie samochodem. Są one sztywne, dzięki czemu produkty się nie pogniotą i nie rozsypią w bagażniku auta.

Torby materiałowe

Można je kupić lub uszyć samodzielnie z bluzki czy poszewki na pościel. Dzięki temu nie tylko uchronisz się przed szkodliwym wpływem plastiku na zdrowie, ale też będziesz jeszcze bardziej eko zgodnie z zasadą zero waste (zero marnowania). Torbę można prać i używać wielokrotnie. Należy tylko pamiętać, żeby nosić ją zawsze przy sobie.

Woreczki na warzywa i owoce

Warto zaopatrzyć się w woreczki na owoce i warzywa wykonane z naturalnych materiałów, takich jak bawełna, juta, len czy włókna bambusowe. Często są one wykonane w formie przezroczystej siatki, dzięki czemu widać, co zostało w nich umieszczone. To ułatwia zważenie produktu na kasie bez konieczności wyjmowania go z siatki. Worki mogą również służyć do przechowywania produktów w domu, a nawet być wykorzystywane np. do prania.

Koszyki wiklinowe

Wiklina jest naturalnym materiałem, który bez trudu rozkłada się w środowisku. Jest trwała, a kosz wiklinowy także stylowo się prezentuje.

Pomieści on spore zakupy i ochroni je przed uszkodzeniem czy zgnieceniem, ponieważ w przeciwieństwie do zwykłej foliówki jest sztywny i wytrzymały. Kosz wiklinowy wykorzystasz wielokrotnie na różne sposoby, ponieważ oprócz zakupów możesz go również zabrać do lasu na grzyby czy na piknik na łonie natury.

eprasa.pl 05f5bf10be

HIPOKRATES

plebiscyt medyczny

FOT. GETTY IMAGES

PARTNER GŁÓWNY PLEBISCYTU

APTEO®

PATRON PLEBISCYTU

strona zdrowia

eprasa.pl 05f5bf10be

Głos Wielkopolski
Środa, 28.01.2026

UROCZYSTE PODSUMOWANIE MIELIŚMY ZASZCZYT GOŚCIĆ OGÓLNOPOLSKICH LAUREATÓW AKCJI

Gala finałowa Plebiscytu Medycznego HIPOKRATES

Ewelina Żuberek
ewelina.zuberek@polskapress.pl

Na Zamku Królewskim w Warszawie odbyła się uroczysta gala Plebiscytu Medycznego HIPOKRATES 2025 - na cześć ogólnokrajowych zwycięzców ubiegłorocznej edycji akcji.

Plebiscyt HIPOKRATES to ogólnopolski konkurs, którego patronem medialnym jest nasz serwis stronazdrowia.pl. Celem akcji jest uhonorowanie pracowników ochrony zdrowia, którzy cieszą się największym uznaniem i sympatią pacjentów.

I to właśnie pacjenci - poprzez głosowanie najpierw na poziomie miast i powiatów, potem województw, a wreszcie całego kraju - wyłonili zwycięzców. Wskazali swoich ulubionych specjalistów aż w 24 dziedzinach! Wśród nagrodzonych kategorii znalazły się między innymi takie, jak: najlepszy lekarz rodzinny, pielęgniarka, położna, stomatolog, najlepszy ratownik medyczny, fizjoterapeuta i farmaceuta, najlepsza przychodnia, gabinet lekarski, szpital i najlepszy menadżer placówki medycznej. W 2025 roku po raz pierwszy uhonorowano także cieszących się największym uznaniem głosujących psychologów, psychiatrów i onkologów. Łącznie w całym kraju pacjenci zgłosili do nagród aż 51 tys. osób!

6 grudnia 2025 roku w Sali Wielkiej Zamku Królewskiego w Warszawie odbyła się uroczysta gala, w czasie której laureatom plebiscytu HIPOKRATES 2025 (którzy zajęli pierwsze trzy miejsca w każdej z kategorii na szczeblu ogólnokrajowym) wręczone zostały nagrody, dyplomy i statuetki. Rozstrzygnięty został także konkurs Recepta na Zdrowie, zorganizowany przez Synoptis Pharma, właściciela marki APTEO, oraz Polska Press Grupę, organizatora plebiscytu.

Za systemem ochrony zdrowia stoją ludzie

Elżbieta Żuraw, członkini zarządu Grupy Polska Press, otwierając uroczystą galę, powiedziała: - Za systemem ochrony zdrowia stoją ludzie. Dziś jest ten dzień, w którym chcemy państwu podziękować za codzienną walkę i wysiłek o zdrowie Polaków, które podejmują państwo mimo różnych przeciwności. Doceniają to ludzie, którzy zagłosowali, byśmy mogli dziś przyznać państwu statuetki.

Daria Jankiewicz-Kaczmarek, reprezentantka Polska Press Grupy, organizująca od lat plebiscyt HIPOKRATES, opowiedziała zebranym osobistą historię, która zmieniła jej życie i jej postrzeganie ochrony zdrowia. Otóż tuż po gali HIPOKRATES w 2024 roku jej mąż trafił do szpitala z rozpoznaniem sepsy. Na szczęście szybko wrócił do zdrowia, ale zaraz potem na sepsę zapadła też jej córka. Tu już nie było tak łatwo, bo nie reagowała na leki odpowiednio szybko. Po dwóch tygodniach na szczęście i ona przyszła do siebie. - Jestem wdzięczna lekarzom za ich niezmordowane wysiłki i cierpliwość w tłumaczeniu nam, rodzinie, co się dzieje z naszymi bliskimi. Jestem wdzięczna pielęgniarkom za zmuszanie mojej nastoletniej córki do codziennych treningów, które przyspieszyły jej wyjście z choroby. Dziękuję paniom sprzątaczkom, które z uwagi na pacjentów starały się wykonywać swoje obowiązki możliwie cicho. Takich historii jak moja, które zweryfikowały całe życie i spojrzenie na zdrowie, chyba każdy z nas mógłby opowiedzieć wiele - mówiła Daria Jankiewicz-Kaczmarek. W imieniu własnym, naszych czytelników i internautów serdecznie dziękując przedstawicielom świata medycyny za wiedzę, doświadczenie, empatię. Za odwagę w podejmowaniu trudnych decyzji.

Ingrid Hintz-Nowosad, redaktor naczelna Strony Zdrowia, podkreśliła znaczenie plebiscytu i jego misji, a także samej gali. Określiła ją jako niesamowite wydarzenie, dzięki któremu możemy dziękować, docenić codzienny wkład w ochronę zdrowia.

Zwycięzcy plebiscytu nie kryli wzruszenia

A co mówili laureaci plebiscytu HIPOKRATES 2025, odbierając nagrody?

Chirurg roku Bodha Raj Subedi z Europejskiego Centrum Zdrowia w Otwocku złożył podziękowania: - Przede wszystkim chciałbym podziękować pacjentom, którzy zagłosowali na mnie. To wielkie wyróżnienie dla mnie i mojej rodziny. Chciałbym podziękować także organizatorom tego Plebiscytu medycznego HIPOKRATES, bo to ważna pomoc dla naszej ziemskiej pracy. Takie wydarzenia inspirują nas i nadają nam siłę do dalszego działania. Chciałbym też podziękować rodzinie, szczególnie mojej małżonce, za udzielanie mi wsparcia i umożliwienie tego sukcesu. Również dziękuję moim dzieciom za znoszenie nieobecności ojca, czasem w chwilach świątecznych, rodzinnych. Dziękuję moim mentorom.

Dr Bodha Raj Subedi podzielił się z uczestnikami gali ciekawymi uwagami ze swego życia: - Chciałbym podziękować moim rodzicom za wykształcenie mnie, za wysłanie za granicę. Pochodzę z Nepalu, z dalekiego kraju. Chciałbym zaznaczyć, że aby być tu, gdzie teraz jestem, musiałem ciężko pracować, bo kto jest dobry, a przyjedzie do obcego kraju, musi być podwójnie dobry. Raz jeszcze dziękuję wszystkim moim pacjentom za zaufanie i oddanie głosów.

Onkolog roku, dr Izolda Mrochen-Domin z Katowickiego Centrum Onkologii, powiedziała: - Przede wszystkim dziękuję mojemu mężowi za 30 lat wsparcia, i moim dzieciom. Rodzina i pacjenci zawsze byli z nami na dobre i na złe. Dziękuję też mojej dyrekcji. Dyrektor centrum zawsze mnie wspierał i pozwalał mojemu zespołowi na pozytywne szaleństwo w dziedzinie onkologicznej. Dziękuję, że mogę tu być. Gratuluję wszystkim nagrodzonym.

Psychiatra roku, Anna Skiepko-Grigorjew ze Szpitala Psychiatrycznego św. Antoniego Wielkiego we Fromborku, wygłosiła krótką, ale pomysłową mowę: - To wielki zaszczyt tutaj gościć. My, psychiatrzy, głównie słuchamy, a nie mówimy, więc przemówienia są dla nas problematyczne. Chciałabym jednak bardzo podziękować pacjentom, obecnym i dawnym, z którymi mam stały kontakt. Także moim córkom, które kocham najbardziej. Wyrazy wdzięczności składam też dyrektorowi naszego szpitala, jego personelowi, wszystkim naszym podopiecznym.

Poznaj wszystkich ogólnopolskich laureatów, zobacz zdjęcia

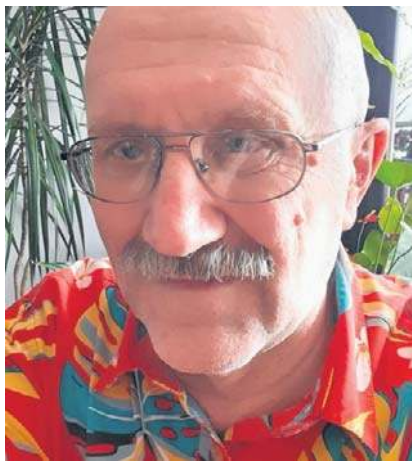
Pełną lista laureatów Plebiscytu HIPOKRATES 2025 znajdziesz pod adresem stronazdrowia.pl/gala-hipokrates. Zamieszczamy tam wykaz najlepszych z najlepszych we wszystkich kategoriach tegorocznej edycji akcji.

W czasie uroczystej gali na Zamku Królewskim w Warszawie ogłoszono też wyniki konkursu „Recepta Na Dobro". Nagradzani są w nim farmaceuci za działalność pozazawodową - wpieranie pacjentów i lokalnych społeczności w ich codziennym życiu, edukowanie w zakresie roli farmaceuty, propagowanie pozytywnego wizerunku zawodu. Zwycięzcami tego konkursu zostali: miejsce I (nagroda 10.000 zł) - Ewa Jancarczyk za jej popularne wykłady i prelekcje, dzięki którym zmienia świadomość zdrowotną Polek i Polaków; II miejsce (nagroda 5.000 zł) - Agnieszka Malissa za promocję zawodu farmaceuty w mediach i fascynujące prelekcje dla seniorów, III miejsce (nagroda 3.000 zł) - Barbara Żolna za niewyczerpaną empatię, bezinteresowne niesienie pomocy, propagowanie zdrowia i aktywizację seniorów.

eprasa.pl 05f5bf10be

LEKARZ RODZINNY/POZ MIEJSCE I

Andrzej Kwiecień



- Być częścią świata medycyny jest codziennym wielkim wyzwaniem. W naszej pracy dotykamy przecież stale materii najdelikatniejszej i najistotniejszej dla każdego człowieka, a mianowicie - ludzkiego zdrowia i życia. Od wielu już lat na czele rankingu zaufania społecznego do zawodów zasłużenie znajdują się strażacy. Muszę się bardziej starać - podkreśla Andrzej Kwiecień (NZOZ-Ośrodek Zdrowia, Wilczyn). Wybrał ten zawód, ponieważ miał wspaniały przykład - mamę, która była bardzo dobrym człowiekiem i wspaniałym lekarzem, pełnym poświęcenia i bez reszty oddanym swoim pacjentom. I choć nigdy nie zachęcała Go do wyboru tego zawodu, to nie musiała. - Wystarczyło tylko na Nią patrzeć. I nadal patrzę - tłumaczy pan Andrzej. Co daje Mu najwięcej satysfakcji? Zaufanie pacjenta, skutkujące należytą współpracą w procesie leczenia: - To jest fundament powodzenia, bez którego niczego się nam nie uda osiągnąć.

MIEJSCE II

Jakub Kisiel

Jakub Kisiel to specjalista medycyny rodzinnej i Koordynator Podstawowej Opieki Zdrowotnej Wielospecjalistycznego Szpitala Miejskiego im. Józefa Strusia z Zakładem Opiekuńczo-Leczniczym SP ZOZ w Poznaniu. Warto wspomnieć, że dr Kisiel przyjmuje pacjentów również w ramach poznańskiego Centrum Medycznego Admedica. W swoich opiniach z reguły chwalą naszego laureata, zwracając uwagę, że jest konkretny i rzeczowy, podchodzi do pacjentów z cierpliwością, umiejętnością stawiania trafnych diagnoz. Jednocześnie też doskonale wie, nie tylko, kiedy trzeba skierować pacjenta do specjalisty, ale również, do którego konkretnie.

MIEJSCE III

Bogna Elzanowska-Mikołajczyk

- Cieszy mnie ogromnie moment, kiedy w kontrolnych badaniach laboratoryjnych czy obrazowych widzę poprawę, ale satysfakcjonuje jeszcze bardziej kiedy pacjent osobiście czuje poprawę w samopoczuciu, kiedy mówi, że odzyskuje „energię" i chęć do życia, kiedy potrafi skutecznie i trwale zmienić swoje nawyki żywieniowe, kiedy rzuca wieloletnie nałogi - wyznaje Bogna Elzanowska-Mikołajczyk (Medra, Kępno), podkreślając, że to zawsze są wspólne zwycięstwa. Niezwykłą satysfakcję odnajduje również w momentach, kiedy pacjenci w trosce o zdrowie swoich najbliższych proszą Ją o objęcie ich opieką medyczną. To niezwykła motywacja, bo wówczas czuje, że to, co robi, ma sens.

PEDIATRA MIEJSCE I

Agnieszka Bartnik

Ten zawód to przede wszystkim możliwość doraźnej pomocy innym ludziom. Ale również wpływ na zachowania innych ludzi poprzez edukację, uświadamianie, kreowanie zdrowych nawyków. Dlaczego związała się medycyną? - Moja decyzja wynikała z faktu, iż mój tata był lekarzem. Nie brałam pod uwagę żadnej innej możliwości. Natomiast wybór specjalizacji był totalnym przypadkiem. Chciałam specjalizować się w bardziej zabiegowej dziedzinie, ale życie zweryfikowało moje plany - tłumaczy Pediatra Roku, podkreślając, że to była decyzja, której nie żałuje, nazywa to nawet doskonałym wyborem. Agnieszka Bartnik (Specjalistyczny Gabinet Pediatryczny, Nowe Tłoki) zaznacza, że największą satysfakcją jest uśmiech każdego Jej małego pacjenta. Taki widok potrafi rekompensować bardzo dużo.

MIEJSCE II

Hanna Krauss

Nasza laureatka kolejny raz brała udział w Plebiscycie Medycznym Hipokrates. Niegdyś rozmawiając z nami, przyznała, że Jej wyobraźnia od dawna podpowiadała, kim zostanie w przyszłości. - Już w szkole podstawowej wiedziałam, co będę robić. Najpierw chciałam pojechać do Afryki i leczyć tamtejsze dzieci, ale potem zmieniłam na nasze tereny. W domu zawsze na ten temat się rozmawiało. Mama była farmaceutką, więc pewne rodzinne powiązania medyczne były - opowiadała prof. dr hab. med. Hanna Krauss, która na co dzień pracuje Centrum Medycznym Świat Zdrowia (Pro Familia) w Koziegłowach.

MIEJSCE III

Joanna Ambroży

Bardzo lubi to miłe uczucie w sercu, kiedy widzi na własne oczy proces zdrowienia pacjenta, którego udało Jej się trafnie zdiagnozować i wdrożyć mu odpowiednią terapię. - Przychodzą wtedy myśli, że lata ciągłej nauki i wyrzeczeń, które często trzeba podejmować, aby zdobywać nową wiedzę potrzebną do rzetelnego wykonywania swojej pracy, mają sens. Najwięcej satysfakcji przynosi jednak coś innego. To są te momenty, kiedy mogę dać rodzicowi mojego małego pacjenta, choć chwilę wytchnienia i poczucie bycia zaopiekowanym - wyznaje pani Julia (SPZOZ, Kościan), podkreślając wagę wzroku wdzięczności rodzica.

PIELĘGNIARKA/PIELĘGNIARZ MIEJSCE I

Agnieszka Ziętek

- Praca pielęgniarki rzeczywiście niesie ze sobą ogromną odpowiedzialność, ale jednocześnie daje Jej poczucie sensu. Każdy dzień to spotkanie z drugim człowiekiem, często przestraszonym, zagubionym, bezbronnym. To, że mogę pomóc, wesprzeć, czasem po prostu usiąść obok i potrzymać za rękę, nadaje mojej pracy głębokie znaczenie - zaznacza Agnieszka Ziętek (RoyalMed Dr Gil, Turek). Wierzy w sens tego, co robi, bo widzi rezultaty nie tylko w parametrach zdrowotnych, ale przede wszystkim w oczach pacjentów i ich rodzin. Widzi ulgę, wdzięczność, czasem uśmiech, który pojawia się po godzinach bólu lub niepewności: - Nawet w najtrudniejszych chwilach - kiedy towarzyszymy pacjentowi w cierpieniu czy pożegnaniu - wiem, że moja obecność ma znaczenie. Pielęgniarka to zawód, który uczy pokory, a jednocześnie daje ogromną siłę.

MIEJSCE II

Joanna Grześkowiak

Joanna Grześkowiak (Sk-Med, Swarzędz) po raz kolejny z rzędu staje na podium naszej akcji! W poprzedniej edycji opowiadała nam, że wybór zawodu pielęgniarki był całkowitym przypadkiem, gdyż nigdy nie zakładała, że będzie pracować jako medyk, a tym bardziej jako pielęgniarka. Rodzice wychowali i ukształtowali panią Joannę w przekonaniu, że to, co robi, ma robić dobrze, bez względu na to, co to będzie, i tak postępuje do dziś. - Presja i odpowiedzialność nie jest obca żadnemu pracownikowi ochrony zdrowia. Uważam, że empatia, asertywność, uczciwość i przestrzeganie zasad są kluczem do spokojnego sumienia w zawodzie pielęgniarki - podkreślała podczas zeszłorocznej edycji.

MIEJSCE III

Romualda Kalotka

Radość i euforia - tak właśnie Romualda Kalotka (Przychodnia Lekarza Rodzinnego, Pamiątkowo) przedstawia reakcję na zostanie laureatką III miejsca w kategorii Pielęgniarka/Pielęgniarz Roku. A jak odebrała to wyróżnienie rodzina i najbliższe otoczenie? - Najbliżsi, znajomi, a przede wszystkim pacjenci byli pod ogromnym wrażeniem i cieszyli się wygraną razem ze mną - odpowiada nasza laureatka, dodając, że gratulacje to formalność, a oni byli pewni, że zdobędzie podium.- Dziękuję bardzo za tak liczne głosy, bo dzięki temu zostałam Pielęgniarką Roku w powiecie szamotulskim, a trzecią na szczeblu wojewódzkim. Dla mnie to ogromne wyróżnienie - wyznaje.

eprasa.pl 05f5bf10be

REKLAMA 0011465258

Jak szybko rozpuścisz swój ból?

Produkt leczniczy OTC

PARAMIG Fast
Paracetamolum, 500 mg, granulat w saszetce
12 saszetek
synoptis
ROZPUSZCZA SIĘ JUŻ W JAMIE USTNEJ
LEK PRZECIWBÓLOWY I PRZECIWGORĄCZKOWY

Paramig Fast

rozpuszcza się już na języku

na ból i gorączkę
cytrynowy smak
bez popijania
granulat w podręcznej saszetce

PAR/07/2025/27

PARAMIG Fast, 500 mg, granulat wsaszetce. Jedna saszetka zawiera 500 mg paracetamolu (Paracetamolum). Wskazania do stosowania: Produkt leczniczy Paramig Fast stosuje się w objawowym leczeniu łagodnego do umiarkowanego bólu oraz gorączki. Podmiot odpowiedzialny: Synoptis Pharma Sp. z o.o. ul. Krakowiaków 65, 02-255 Warszawa. Charakterystyka Produktu Leczniczego PARAMIG Fast 04.07.2025 r.

To jest lek. Dla bezpieczeństwa stosuj go zgodnie z ulotką dołączoną do opakowania. Zwróć uwagę na przeciwwskazania. W przypadku wątpliwości skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą

0011468278

Nie tylko leczyć objawy, ale też zapobiegać. Rozmowa z Ewą Jancarczyk

Farmaceutka z powołania, działaczka z krwi i kości. W czasie wolnym Ewa Jancarczyk prowadzi Fundację Słoneczny Promień i uczy, jak dbać o zdrowie skóry. Właśnie za te działania została doceniona we współorganizowanym przez markę Apteo konkursie „Recepta na dobro".

Dlaczego zdrowie skóry jest tak ważne?
To nasz największy organ! U dorosłego człowieka skóra ma powierzchnię prawie dwóch metrów kwadratowych i waży do pięciu kilogramów. Pełni też szereg ważnych funkcji - chroni przed czynnikami zewnętrznymi, reguluje temperaturę, produkuje witaminę D i pozwala nam odczuwać świat. Działa przy tym niczym swoisty probierz albo papierek lakmusowy. Wiele schorzeń wewnętrznych w pierwszej kolejności objawia się przez różnego rodzaju zmiany skórne. Obserwując kondycję skóry, często możemy wcześniej wykryć np. problemy z tarczycą, nerkami czy wątrobą. Niekiedy zmiany skórne poprzedzają rozwój białaczki i innych nowotworów. Mimo to w programach edukacji zdrowotnej o skórze mówi się niewiele albo wcale. Postanowiłam to zmienić.

Od czego pani zaczęła?
Od uruchomienia centrum dermokosmetycznego w aptece. Cieszyło się olbrzymią popularnością, ale miało swoje ograniczenia, także prawne. Szybko więc uświadomiłam sobie, że jeżeli chcę działać szerzej, muszę całkiem dosłownie wyjść zza lady. W tym celu razem z mężem, również farmaceutą, założyłam Fundację Słoneczny Promień oraz funkcjonującą w jej ramach Akademię Zdrowej Skóry. Nasze działania koncentrują się przede wszystkim na holistycznie rozumianej profilaktyce zdrowotnej, poradnictwie dermokosmetycznym oraz edukacji w zakresie właściwej pielęgnacji skóry. Chcemy nie tylko leczyć objawy, ale też zapobiegać, działać u podstaw. Prowadziliśmy m.in. szeroko zakrojone kampanie społeczne, wykłady, warsztaty oraz konsultacje dla pacjentów z różnych grup wiekowych.

Szczególnie jednak skupiacie się na dzieciach i młodzieży.
Rzeczywiście praca z młodymi ludźmi to bardzo ważny aspekt naszej działalności, dla mnie może nawet najważniejszy. Jestem mamą dwójki wspaniałych, odważnych, mądrych dzieci, właściwie już nastolatków. Towarzyszę im w dorastaniu i widzę, z jak wielką presją się mierzą, zwłaszcza w kontekście nierealistycznych kanonów piękna. Dzisiejszy świat wymaga od młodych ludzi, żeby byli w każdym calu perfekcyjni, zawsze szczupli, z nieskazitelną cerą. Tymczasem ich ciała wciąż się zmieniają, pojawia się trądzik młodzieńczy, który może być przyczyną stygmatyzacji, a nawet wykluczenia z grupy rówieśniczej. Brakuje za to solidnej edukacji w zakresie zdrowia skóry, łatwo więc wpaść w sidła reklam cudownych kosmetyków czy zabiegów.

Jaki jest efekt?
Przerażający. Z badań wynika, że już dziesięciolatki kupują kremy przeciwzmarszczkowe! To zjawisko na tyle powszechne, że doczekało się nazwy - „Dzieci Sephory". Zaliczamy do nich głównie dziewczynki z pokolenia Alfa, czyli urodzone po 2010 roku, obecnie nastolatki czy właśnie dziewięcio- i dziesięciolatki. Zafascynowane pielęgnacją skóry, chętnie kupują drogie kosmetyki polecane przez influencerów w mediach społecznościowych. Oczywiście w samym zainteresowaniu kosmetykami nie ma nic złego, to naturalne zjawisko. Dzieci obserwują i kopiują zachowania dorosłych.

W takim razie w czym tkwi problem?
W skali i konsekwencjach. Stosownie przez dzieci kosmetyków nieodpowiednich do wieku może prowadzić do różnego rodzaju wysypek, podrażnień, reakcji alergicznych oraz niebezpiecznych oparzeń. Produkty, po które chętnie sięga pokolenie Alfa, często bazują bowiem na silnych składnikach aktywnych - retinolu, witaminie C czy kwasach złuszczających. Nawet dorośli powinni stosować je odpowiedzialnie, z kolei w przypadku młodych ludzi są zupełnie zbędne, wręcz mogą być szkodliwe. Tylko skąd dzieci miałyby o tym wiedzieć? Jak do nich dotrzeć? Uznałam, że najlepszym sposobem będzie prowadzenie wykładów bezpośrednio w szkołach podstawowych i ponadpodstawowych. Tak powstały programy edukacyjno-zdrowotne „Dermokosmos" oraz „Skóra - twój wróg czy przyjaciel".

Co najbardziej panią zaskoczyło w pracy z dziećmi?
Pamiętam, jak po jednym z wykładów podeszła do mnie nieśmiała dziewczynka. Powiedziała, że w zeszłym roku jej ukochana babcia umarła na czerniaka. Nowotwór został zdiagnozowany zbyt późno i leczenie okazało się nieskuteczne. Dziewczynka była przerażona, bo zauważyła na swoim ramieniu ciemną kropkę. Bała się, że umrze. Zapewniłam, że nie każde znamię oznacza czerniaka, zachęciłam do rozmowy z rodzicami i konsultacji z dermatologiem. Nadal jednak pamiętam jej strach, bezbronność, poczucie osamotnienia. Z podobnymi emocjami stykam się często. W czasie wykładów dzieci pytają np. „czy miałbym przyjaciół, gdybym pozbył się trądziku", „czy byłabym bardziej lubiana, gdybym była ładniejsza", „czy mogę zarazić się trądzikiem od kolegi z ławki". Każde takie pytanie łamie serce - ale jednocześnie uświadamia, że moje działania mają sens, że mogę coś zmienić na lepsze.

Za taką postawę została pani dostrzeżona w konkursie „Recepta na dobro". Jakie emocje towarzyszyły wygranej?
Kiedy podczas gali prowadząca wyczytała moje nazwisko, nie wierzyłam, że to się dzieje naprawdę. Byłam zaskoczona, dumna, szczęśliwa, wzruszona - wszystko naraz. Nie pomagam dla nagród, miło jednak zostać docenioną, zwłaszcza w tak doborowym gronie. „Recepta na dobro" pokazuje, jak wiele jest wśród nas zaangażowanych farmaceutek i farmaceutów, którzy w swoim czasie wolnym, z czystej dobroci serca działają na rzecz zdrowia pacjentów.

A czym jest dla pani „Recepta na dobro"? Jak rozumie pani to hasło?
Pozwolę sobie odpowiedzieć słowami Stanisława Sojki: „Na miły Bóg, życie nie tylko po to jest, by brać, życie nie po to, by bezczynnie trwać i aby żyć siebie samego trzeba dać". Takie myślenie jest mi bardzo bliskie. Dlatego wybrałam zawód, u podstaw którego leży bezinteresowna troska o drugiego człowieka. Lubię pomagać. Co więcej, sama też polegam na pomocy innych - głównie mojego męża Mariusza, córki Magdaleny i syna Ksawerego. Zawsze mogę liczyć na ich wsparcie, obecność, motywację do dalszych działań.

I jakie będą te dalsze działania?
Chciałabym się jeszcze bardziej skupić na nagłaśnianiu problemu „Dzieci Sephory" oraz związanych z nim zagrożeń. Moim marzeniem jest, żeby we wszystkich szkołach podstawowych i ponadpodstawowych w Polsce odbywały się programy edukacyjno-zdrowotne takie jak wspomniane wcześniej „Dermokosmos" oraz „Skóra - twój wróg czy przyjaciel". W trakcie takich zajęć dzieci i młodzież mogłyby zdobywać wiedzę z zakresu zdrowia skóry, odpowiedniej pielęgnacji, składu kosmetyków, psychodermatologii oraz wpływu wyglądu na relacje rowieśnicze. Proszę trzymać kciuki, żeby się udało!

eprasa.pl 05f5bf10be

Głos Wielkopolski
Środa, 28.01.2026

STOMATOLOG/ORTODONTA MIEJSCE I

Wiktoria Mielczarek

- Bycie częścią medycyny oznacza dla mnie możliwość realnej pomocy społeczeństwu, dbanie o zdrowie ludzi, wspieranie ich w trudnych chwilach i odpowiedzialność przy poważnych diagnozach, mających wpływ na życie pacjenta - wyjaśnia Wiktoria Mielczarek (Dental Protect, Września). Decyzja o wyborze tej drogi zawodowej była dla Niej naturalna, od dziecka marzyła o byciu lekarzem. Nawet na balu karnawałowym w klasach 1-3 wystąpiła jako lekarz. Zawsze chciała pomagać ludziom i wiedziała, że właśnie medycyna daje mi taką możliwość. Największą satysfakcję przynoszą pani Wiktorii momenty, w których może pomóc drugiemu człowiekowi, np. złagodzić ból, przynieść ulgę. Bardzo ceni sobie także przejawy wdzięczności w oczach pacjenta. Takie chwile dają Mu ogromne spełnienie i przypominają, dlaczego tak kocha ten zawód.

MIEJSCE II

Ewelina Kupińska

Nasza laureatka już na początku plebiscytu wyrażała radość z otrzymanej nominacji. - Bardzo dziękuję za wyróżnienie i nominację - pisała Ewelina Kupińska (Gabinet Dentystyczny ENDO-GAB, Opalenica). Celem i wyzwaniem każdego dnia pracy laureatki jest podarowanie komuś pięknego uśmiechu, tego widocznego i wewnętrznego, pokonywanie oporu i strachu pacjenta, a także budowanie relacji, które przeistaczają się w wieloletnie przyjaźnie. - Zasługę przypisuję przede wszystkim mojemu zespołowi, który tworzy atmosferę, dającą poczucie bezpieczeństwa, a Państwa zaufanie to dla nas największa nagroda - podkreślała podczas trwania akcji Hipokrates 2025.

MIEJSCE III

Paweł Putowski

Decyzja o wyborze stomatologii dla dr Pawła Putowskiego (Stomatologia Średzka, Środa Wielkopolska) nie była przypadkowa. Zawsze interesował się medycyną, ale jednocześnie pociągała Go precyzja i możliwość łączenia nauki z niemal artystycznym podejściem do estetyki uśmiechu. - Stomatologia okazała się połączeniem wszystkich tych elementów. Chciałem wykonywać zawód, w którym mogę szybko i konkretnie pomagać ludziom, często przynosząc ulgę w bólu dosłownie w jednej chwili. To daje ogromną satysfakcję. Z czasem przekonałem się, że trafiłem idealnie, gdyż to ścieżka, która wciąż mnie inspiruje i motywuje do rozwoju - podkreśla nasz laureat.

PRZYCHODNIA/GABINET MIEJSCE I

RoyalMed Dr Gil

RoyalMed Dr Gil (Turek, Żuki 53B) to klinika stworzona z pasji do medycyny estetycznej, psychiatrii oraz troski o dobro każdego pacjenta. Ich misją jest łączenie najnowocześniejszych osiągnięć nauki z indywidualnym podejściem do człowieka – tak, aby każdy, kto przekracza próg kliniki, czuł się nie tylko zadbany i zaopiekowany, ale również rozumiany w swojej wyjątkowości. Założycielką kliniki jest dr Kinga Gil – lekarz psychiatra oraz certyfikowany lekarz medycyny estetycznej, która od lat z pasją i zaangażowaniem dba o zdrowie psychiczne i fizyczne swoich pacjentów. - W Royal Med wierzymy, że prawdziwe piękno rodzi się z równowagi i samoakceptacji. Dlatego w naszej klinice nie tylko pomagamy odzyskać młody wygląd i zdrową skórę, ale także wspieramy wewnętrzną pewność siebie i dobre samopoczucie - zapewnia Iwona Kucner.

MIEJSCE II

Medicomplex

Medicomplex (Mosina, Konopnickiej 33) to sieć przychodni, oferująca kompleksową opiekę zarówno na NFZ, jak i prywatnie. Ich zespół to doświadczeni i pełni empatii lekarze. Towarzyszą im wykwalifikowani ratownicy medyczni i oddane pielęgniarki, którzy na co dzień tworzą atmosferę bezpieczeństwa i zaufania. - Dysponujemy własnym transportem medycznym, w tym dwiema karetkami i samochodem medycznym, dzięki czemu możemy docierać do pacjentów, którzy nie są w stanie wyjść z domu. Oferujemy domowe pobrania krwi oraz zakładanie Holterów EKG i ciśnieniowych w domu pacjenta - mówi Dariusz Zimowski.

MIEJSCE III

Konińskie Centrum Stomatologii Centrodent

Konińskie Centrum Stomatologii Centrodent (Konin, Spółdzielców 3) świadczy usługi stomatologiczne dla pacjentów od 1993 roku z zakresu stomatologii zachowawczej z endodoncją, ortodoncji, protetyki, periodontologii, chirurgii stomatologicznej z implantologią i stomatologii dziecięcej. - Wzorujemy się na czołowych i uznanych w świecie autorytetach co zapewnia wysoki poziom i bezpieczeństwo przeprowadzanych przez nas zabiegów. Centrodent uzyskuje przewagę na rynku stomatologicznym w zakresie relacji z pacjentem, elastyczności cenowej i jakości usług - przedstawia placówkę Aldona Kałużna.

POŁOŻNA/POŁOŻNY MIEJSCE I

Adrianna Szwajkowska

Każdy poród to dla Adrianny Szwajkowskiej (Szpital św. Rodziny, Poznań) wyjątkowy i niepowtarzalny moment, w którym rodzi się nowe życie, ale też nowa mama i nowa rodzina. - Towarzyszenie kobietom w tym niezwykle ważnym czasie to ogromny zaszczyt i odpowiedzialność, która daje mi poczucie głębokiego sensu. Widok szczęścia, ulgi i wzruszenia w oczach rodziców to coś, czego nie da się porównać z niczym innym - zwraca uwagę Położna Roku Wielkopolski. Choć pani Adrianna zaznacza, że bywają trudne chwile, to jednocześnie wie, że Jej obecność, wiedza i spokój mogą wnieść bezpieczeństwo i siłę w te najintensywniejsze momenty. - Praca położnej to nie tylko medycyna to również bliskość, empatia i wsparcie. Właśnie to poczucie, że mogę realnie wpływać na początek nowego życia i doświadczenie rodzicielstwa, sprawia, że wierzę w sens tego, co robię każdego dnia - przyznaje.

MIEJSCE II

Andżelika Sarnowska

Andżelika Sarnowska (Ostrzeszowskie Centrum Zdrowia, Ostrzeszów) wyznaje, że każdy dzień w pracy przypomina Jej, jak wielką wartość ma to, co robi. Kiedy widzi kobietę, która z niepewnością i lękiem przychodzi na salę porodową, a po kilku godzinach trzyma w ramionach swoje dziecko i z uśmiechem mówi: „dałam radę", wie, że właśnie w takich chwilach zawiera się sens tego zawodu. - Od zawsze czułam, że chcę pracować z ludźmi, ale to temat narodzin fascynował mnie najbardziej. Kiedy pierwszy raz zobaczyłam poród, zrozumiałam, że to jest właśnie to – moment, w którym rodzi się nie tylko dziecko, ale też matka. Decyzja o zostaniu położną była naturalna, podszyta emocjami i potrzebą bycia obok - wyjaśnia.

MIEJSCE III

Agata Teodorczyk

Głęboko wierzy w sens swojej pracy, bo każdego dnia widzi, jak ważne jest wsparcie położnej dla kobiet i ich rodzin. - Towarzyszenie im w narodzinach dziecka, dawanie poczucia bezpieczeństwa i spokoju oraz świadomość, że mogę realnie wpływać na ich doświadczenia, dodają mi siły i motywacji nawet w najtrudniejszych momentach - tłumaczy Agata Teodorczyk (Ostrzeszowskie Centrum Zdrowia, Ostrzeszów). Decyzja o wyborze tej drogi wzięła się z domu. Jej ciocie i kuzynka były położnymi, a Ona od dziecka słuchała ich rozmów o pracy, które zawsze Ją fascynowały. Z biegiem czasu poczuła, że to właśnie ta ścieżka jest Jej bliska – pełna odpowiedzialności, ale też pięknych, wzruszających momentów.

eprasa.pl 05f5bf10be

GINEKOLOG MIEJSCE I

Marcin Przybylski

Zawód ginekologa jest wyjątkowy, łączy bowiem w sobie bogatą wiedzę medyczną z niezwykłą wrażliwością na potrzeby kobiet. To lekarz, który towarzyszy im na każdym etapie życia - od pierwszej wizyty, przez prowadzenie ciąży, aż po wsparcie w dojrzałości. Ginekolog nie „tylko" leczy, ale także daje poczucie bezpieczeństwa, intymności i zrozumienia w sytuacjach często bardzo delikatnych, a jego praca wymaga empatii, taktu i umiejętności budowania zaufania. O tym doskonale wie nasz zwycięzca -Marcin Przybylski (Specjalistyczna Praktyka Lekarska Marcin Przybylski, Poznań) - i potwierdzają to liczne, pozytywne opinie o Ginekologu Roku. Pacjentki chwalą Go za profesjonalne, empatyczne i cierpliwe podejście, a także za profesjonalizm, bogatą wiedzę i doświadczenie, które pomagają Mu w leczeniu ambulatoryjnym, ale i przeprowadzaniu udanych zabiegów.

MIEJSCE II

Sandra Radzicka-Mularczyk

Największą satysfakcję w codziennej pracy przynoszą Jej momenty, kiedy widzi realny wpływ swoich działań na zdrowie i samopoczucie pacjentek. Szczególnie cenne są dla Niej chwile, gdy może pomóc kobiecie przejść przez trudny etap z poczuciem bezpieczeństwa i zrozumienia. - Ogromną radość daje mi także sytuacja, gdy pacjentka wychodzi z gabinetu spokojniejsza, z uśmiechem i przekonaniem, że jest w dobrych rękach. To dla mnie potwierdzenie sensu tej pracy - wyznaje dr n. med. Sandra Radzicka-Mularczyk (Ginekologiczno-Położniczy Szpital Kliniczny im. H. Święcickiego Uniwersytetu Medycznego im. K. Marcinkowskiego, Poznań).

MIEJSCE III

Sonja Millert-Kalińska

Sonja Millert-Kalińska (Medicorner, Poznań) jest w trakcie specjalizacji w dziedzinie ginekologii i położnictwa, a także wykonuje zabiegi medycyny estetycznej. Nasza laureatka pomaga wielu pacjentkom m.in. z takimi przypadłościami jak bolesne miesiączkowanie i współżycie, dysplazja szyjki macicy, krwawienie z dróg rodnych, liszaj płaski, polipy czy wulwodynia. Pacjentki szczerze cenią zarówno naszą laureatkę, jak i wykonywane przez Nią zabiegi. Z opinii wynika, że pani Sonja jest empatyczna, cierpliwa i profesjonalna, a atmosfera, którą tworzy w gabinecie, jest pełna ciepła i otwartości na potrzeby pacjentek, a zwłaszcza tych, które przychodzą na pierwszą wizytę u ginekologa.

CHIRURG MIEJSCE I

Magdalena Maj

- Chirurgia jest bardzo szeroką dziedziną medycyny. Każdy z uczestników reprezentował inny jej obszar, dlatego już sama nominacja oznacza, moim zdaniem, wielki sukces i wdzięczność pacjentów - wyznaje pani Magdalena (Dr Maj Chirurgia Stopy Cukrzycowej, Poznań), zajmująca się chirurgią stopy cukrzycowej. - Zapewne mam zdecydowanie mniej pacjentów niż koleżanki i koledzy zajmujący się chirurgią onkologiczną, dziecięcą czy brzuszną. Ale jest coś wyjątkowego w tej mojej specjalizacji. I to dla mnie jest sensem pracy lekarza i funkcjonowania w medycznym świecie - zwraca uwagę, dodając, że między Nią, Jej zespołem a pacjentami i ich rodzinami tworzy się szczególna relacja i więź mocno nacechowana emocjonalnie. - Bo przecież codziennie walczymy o uratowanie nogi przed amputacją - komentuje Chirurg Roku Wielkopolski.

MIEJSCE II

Marcin Gładki

Kardiochirurg dziecięcy i ordynator Kliniki Kardiochirurgii Dziecięcej Szpitala Klinicznego im. K. Jonschera (Uniwersyteckiego Szpitala Dziecięcego) w Poznaniu - Marcin Gładki - jest wyjątkową postacią na polskiej scenie medycznej i lekarzem o wielkim sercu. Nasz laureat to również członek zarządu Brave Heart Foundation, często podejmujący się leczenia przypadków, które inni lekarze skazali na porażkę. Przykładem tego jest m.in. 2-letni Adaś, który trafił w ręce dr Gładkiego, mając 12,8 stopni Celsjusza. Uratowanie chłopca było tym większym cudem i sukcesem, że dotąd na świecie nikt w tak głębokiej hipotermii nie przeżył.

MIEJSCE III

Krzysztof Karaś

Nasz laureat ukończył studia na Wydziale Lekarskim Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu. Dziś to specjalista chirurgii ogólnej i zastępca koordynatora Oddziału Chirurgii Ogólnej i Małoinwazyjnej w ramach Szpitala Pomnik Chrztu Polski w Gnieźnie. Co ważne, dr n. med. Krzysztof Karaś przyjmuje także w gnieźnieńskim Centrum Medycznym Kawiary, gdzie oprócz konsultacji, wykonuje drobne zabiegi, a także badanie USG brzucha i Doppler. Pacjenci w swoich opiniach zwracają uwagę, że jest empatycznym i doświadczonym profesjonalistą, który nie boi się skomplikowanych przypadków.

ORTOPEDA MIEJSCE I

Krzysztof Spychalski

-To duży zaszczyt móc pomagać innym, ale też i odpowiedzialność. Moja praca nie miałaby sensu, gdyby nie pomoc koleżanek i kolegów- przedstawicieli innych zawodów medycznych. Szczególne ukłony ślę tu w kierunku pań pielęgniarek, asystentek medycznych i rejestratorek, których codzienna praca składa się na wspólny sukces całego naszego zespołu w niesieniu pomocy drugiej osobie - zauważa Krzysztof Spychalski (Centrum Medyczne HCP, Poznań). Wybór zawodu w Jego przypadku nie był oczywisty, długo wahał się bowiem pomiędzy medycyną a leśnictwem. Chęć niesienia pomocy zwyciężyła nad miłością do przyrody. Najwięcej satysfakcji przynosi Mu moment, gdy po długim leczeniu pacjentów niekiedy po rozległych urazach widz, jak w końcu mogą wrócić do funkcjonowania sprzed wypadku, kiedy znów mogą żyć pełnią życia. Choć nie jest to zadanie łatwe, to daje mnóstwo radości.

MIEJSCE II

Paweł Michalski

Laureatem II miejsca w kategorii Ortopeda Roku został dr n. med. Paweł Michalski, który na co dzień pracuje w Samodzielnym Publicznym Zakładzie Opieki Zdrowotnej Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji w Poznaniu im. prof. Ludwika Bierkowskiego. Nasz laureat przyjmuje pacjentów również w ramach dwóch innych klinik: MP-MEDICAL Specjalistyczne Gabinety Lekarskie w Poznaniu i Centrum Medyczne Nasmedica w Środzie Wielkopolskiej. Pacjenci bardzo pozytywnie oceniają ekspertyzę i kompetencje dr n. med. Pawła Michalskiego, podkreślając w swoich opiniach, że jest cierpliwy, nie diagnozuje pochopnie, a wprowadzone leczenie jest skutecznie dobrane.

MIEJSCE III

Artur Zagwojski

Bycie częścią świata medycyny traktuje jak odpowiedzialność za drugiego człowieka i pasję, która pozwala wykonywać zawód ortopedy najlepiej, jak tylko potrafi. Dlaczego postawił na medycynę? - Podobał mi się ten zawód. Jego wieloaspektowość. Możliwości rozwoju, ciągła potrzeba uczenia się czegoś nowego, poczucie misji. I najważniejsze, w centrum uwagi tego wszystkiego jest człowiek - wyjaśnia Artur Zagwojski (Orto proSport, Kalisz). Najwięcej satysfakcji często dają Mu te najmniejsze gesty, drobne uprzejmości, takie, jak zwykłe „dziękuję" od kogoś, komu pomógł. Dodatkową motywacją jest także poczucie dobrze wykonanej pracy: - Ciągle mi się nie znudziło...

eprasa.pl 05f5bf10be

Głos Wielkopolski
Środa, 28.01.2026

WIELKI FINAŁ WIĘCEJ ZDJĘĆ I WIDEO Z GALI NA WWW.STRONAZDROWIA.PL/GALA-HIPOKRATES

Wielka gala w Sali Wielkiej Zamku

WIĘCEJ ZDJĘĆ I WIDEO Z GALI NA STRONIE

eprasa.pl 05f5bf10be

u Królewskiego w Warszawie

eprasa.pl 05f5bf10be

Głos Wielkopolski
Środa, 28.01.2026

FIZJOTERAPEUTA MIEJSCE I

Anna Rubik

Anna Rubik (Centrum Fizjoterapii ANS, Piła) mówi wprost, że fizjoterapia jest Jej pasją. Dzięki temu, że czerpie mnóstwo radości z pracy, łatwiej jest Jej pokonywać wyzwania, które napotyka w trakcie swojej codziennej praktyki. Fizjoterapeutka Roku dodaje również, że w tym zawodzie nie brakuje satysfakcjonujących momentów. Najwięcej tej zawodowej radości dają Jej chwile, kiedy widzi, jak pacjent wraca do normalnego funkcjonowania, a jego jakość życia uległa znacznej poprawie. Jakie elementy tej pracy są dla Niej najcenniejsze? - Myślę, że jest to kilka czynników: możliwość realnego wpływu na życie pacjenta, ciągła motywacja do rozwoju i radość pacjenta, kiedy wraca do zdrowia - wymienia pani Anna. Tytuł Fizjoterapeutki Roku jest ogromnym wyróżnieniem, ale przede wszystkim motywacją, by dalej rozwijać swoje umiejętności i pomagać kolejnym osobom wrócić do zdrowia.

MIEJSCE II

Agata Strugała

Agata Strugała (Wielospecjalistyczny Szpital Miejski im. Józefa Strusia z Zakładem Opiekuńczo Leczniczym SPZOZ, Poznań) przyznawała w trakcie akcji, że fizjoterapia to nie tylko Jej praca, ale przede wszystkim pasja i sposób na realną poprawę jakości życia pacjentów. Co ważne, w swojej pracy z zaangażowaniem wspiera pacjentów w ich drodze do odzyskania niezależności i lepszego życia. - Ta nominacja to dowód, że wytrwałość, empatia i pasja do pomagania mają sens. Na podziękowania zasługują również moi współpracownicy, którzy w codziennej pracy dają mi dużo wsparcia, akceptacji i sprawiają, że prawdziwe relacje to fundament. Wasze wsparcie jest nieoceniane - zaznaczała.

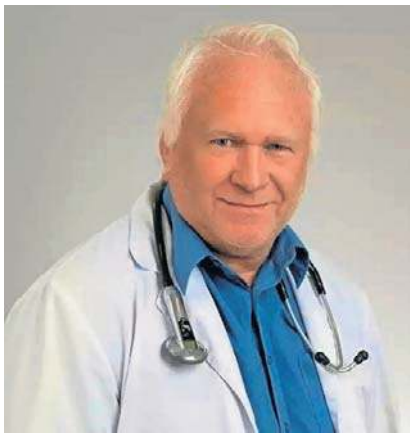
MIEJSCE III

Wioleta Stelmaszyk

Wioleta Stelmaszyk (Gabinet Fizjoterapii Wioleta Stelmaszyk, Opalenica), laureatka trzeciego miejsca w kategorii Fizjoterapeuta Roku, podkreśla, że największą siłę i motywację w Jej pracy daje widok pacjentów wracających do zdrowia. To właśnie ich postępy sprawiają, że każdy dzień w gabinecie staje się potwierdzeniem słuszności wybranej ścieżki zawodowej. W trakcie trwania akcji dziękowała swoim podopiecznym za wsparcie i nominację w plebiscycie: - „Serdeczne podziękowania dla moich pacjentów za docenienie mojej pracy i nominowanie mnie w Plebiscycie Medycznym Hipokrates. To ogromne wyróżnienie i zarazem nagroda doceniająca moje codzienne zaangażowanie w pracy zawodowej. Dziękuję Wam za zaufanie!”.

KARDIOLOG MIEJSCE I

Andrzej Sieńko



Doktor Sieńko (NeoMedica Centrum Medyczne, Poznań) kolejny rok z rzędu zostaje wybranym Kariologiem Roku! W poprzedniej edycji dowiadywaliśmy się, że specjalizuje się On w nieinwazyjnej diagnostyce i leczeniu chorób układu krążenia - echokardiografii, elektrokardiografii oraz próbach wysiłkowych. Z wyróżnieniem ukończył studia na Wydziale Lekarskim Uniwersytetu Medycznego im. K. Marcinkowskiego w Poznaniu. Po skończonych studiach zaczął pracę w II Klinice Kardiologii, gdzie początkowo pełnił funkcję asystenta, a następnie adiunkta. Podczas pracy w II Klinice Kardiologii kierował Oddziałem Intensywnej Terapii Kardiologicznej, będąc kierownikiem Pracowni Echokardiografii. Co ciekawe, Andrzej Sieńko poszerzał swoją wiedzę medyczną oraz wzbogacał doświadczenie na dwóch, półrocznych stażach zagranicznych.

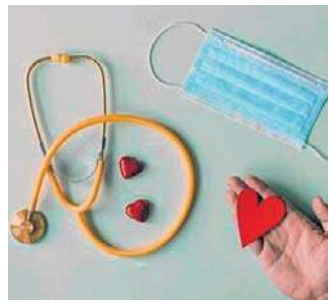
MIEJSCE II

Marek Zieliński

Nasz laureat pracuje na co dzień w Wojewódzkim Szpitalu Zespolonym im. Ludwika Perzyny w Kaliszu, a konkretnie na Oddziale Kardiologicznym. To, co wyróżnia dr n. med. Marka Zielińskiego, to przede wszystkim jego ekspertyza i doświadczenie, ale i... Wdzięczni pacjenci, którzy niejednokrotnie znajdowali się w ciężkim stanie. Chwalą naszego laureata za wspaniale wykonane zabiegi, opiekę nad ich najbliższymi, a także trafne diagnozy i dobrane leczenie, dzięki któremu żyje im się znacznie lepiej. Co ważne, pacjenci mówią także, że dr n. med. Marek Zieliński angażuje się równie mocno w każdy przypadek oraz kieruje nim empatia i troska.

MIEJSCE III

Iga Pietrzak



Iga Pietrzak zajęła III miejsce w kategorii Kardiolog Roku województwa wielkopolskiego, a pracuje w Samodzielnym Publicznym Zakładzie Opieki Zdrowotnej im. dr Kazimierza Hołogi w Nowym Tomyślu, gdzie m.in. przyjmuje pacjentów w ramach Poradni Kardiologicznej. Nasza laureatka jest specjalistą chorób wewnętrznych i odbywa rezydenturę na Oddziale Kardiologicznym Wielospecjalistycznego Szpitala Miejskiego im. Józefa Strusia w Poznaniu. Iga Pietrzak cieszy się dobrą opinią wśród pacjentów, którym zrozumiale tłumaczy skomplikowane terminy medyczne, podchodzi do nich z zaangażowaniem i profesjonalizmem.

NEUROLOG MIEJSCE I

Marta Dziedzic

Marta Dziedzic jest ordynatorem Oddziału Udarowego Wojewódzkiego Szpitala Zespolonego w Kaliszu i wykładowcą PWSZ w Kaliszu. Pracuje również w ramach Katedry i Kliniki Neurologii SPSK nr 2. w Poznaniu, NZOZ Specjalistycznego Centrum Rehabilitacji w Opatówku, a także Poradni Neurologicznej „MEDYK”. Neurolog Roku specjalizuje się w diagnozowaniu i leczeniu licznych przypadłości jak bóle i zawroty głowy, stwardnienie rozsiane, zespoły otępienne, choroby przebiegające z uszkodzeniem mięśni oraz nerwów obwodowych, zespoły bólowe kręgosłupa, choroby rdzenia kręgowego, padaczka oraz napadowe zaburzenia świadomości. Ponadto Marta Dziedzic pomaga pacjentom z zaburzeniami przewodnictwa nerwowo-mięśniowego (np. Miastenia) oraz zaburzeniami pozapiramidowymi układu nerwowego (np. choroba Parkinsona, drżenie kończyn).

MIEJSCE II

Monika Górna-Głowska

Od wielu lat zajmuje się diagnostyką i leczeniem chorób układu nerwowego, a na co dzień pracuje w Szpitalu Powiatowy im. Tadeusza Malińskiego w Śremie. Dlaczego szpital? - Bo to wyjątkowe miejsce, które daje mi możliwość spotykania ludzi z różnymi historiami, i każda z tych historii uczy mnie czegoś nowego o cierpliwości, nadziei i sile człowieka - mówiła w trakcie akcji. W pracy najważniejsze jest dla Niej zrozumienie pacjenta, nie tylko jego choroby, ale też emocji, które jej towarzyszą. Co ważne, pani Monka stara się, by każda wizyta była dialogiem, gdyż neurologia to dziedzina wymagająca wiedzy i precyzji, ale też empatii - zwłaszcza, gdy spotyka osoby zmagające się z bólem, lękiem.

MIEJSCE III

Joanna Weiss-Dobosiewicz

- Zawsze powtarzam, że lekarz to najtrudniejszy i najpiękniejszy zawód świata. Najtrudniejszy, bo wiąże się z ogromną odpowiedzialnością, stresem i czasem zabiera wszystkie siły. Najpiękniejszy, bo przywrócenie komuś zdrowia, uratowanie od choroby to satysfakcja i radość, której nie da się porównać z niczym innym - wyznaje Joanna Weiss-Dobosiewicz (Centrum Zdrowia Rodziny, Kamionki). Już w szkole podstawowej wiedziała, że zostanie lekarzem. Droga do tego miejsca była długa, ale był warto. W tej pracy nie brakuje wspaniałych momentów, do najpiękniejszych należą te, gdy uda się komuś pomóc, wyleczyć, albo choć poprawić jakość życia, przywrócić sprawność po chorobie, lub sprawić, że mniej cierpi.

eprasa.pl 05f5bf10be

UROLOG/NEFROLOG MIEJSCE I

Piotr Piasecki

Urologiem Roku został Piotr Piasecki, który kształcił się na Wydziale Lekarskim Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu. Co ważne, nasz zwycięzca jest także członkiem Polskiego Towarzystwa Urologicznego i Europejskiego Towarzystwa Urologicznego. Piotr Piasecki jest Dyrektorem Medycznym i współzałożycielem bydgoskiej kliniki IN-VIVO, ale jednocześnie przyjmuje pacjentów w kilku innych miejscach: Specjalistycznych Gabinetach Lekarskich MAXIMED w Wągrowcu, Centrum Medycznym Kawiary w Gnieźnie, Niepublicznym Zakładzie Opieki Zdrowotnej „EPOKA" w Żninie oraz w Centrum Medycznym Salomed w Gnieźnie. Jak dowiadujemy się na oficjalnej stronie IN-VIVO, Piotr Piasecki jest również autorem kilkudziesięciu standardowych procedur operacyjnych (SOP) oraz instrukcji procedur medycznych i zapewnienia jakości.

MIEJSCE II

Piotr Cieśliński

- W gabinecie doktora Cieślińskiego dobro pacjenta i jego samopoczucie są zdecydowanie na pierwszym miejscu - czytamy na fanpage'u poznańskiego Specjalistycznego Gabinetu Urologicznego, należącego do dr n. med. Piotra Cieślińskiego, który cieszy się wspaniałą opinią pacjentów. Nasz laureat jest posiadaczem prestiżowego tytułu FEBU, czyli Fellow of European Board of Urology i ma za sobą wieloletnie doświadczenie. W ramach swojego gabinetu wykonuje zabiegi ambulatoryjne, w tym m.in. korekcję krótkiego wędzidełka, operacje sklejki, usuwanie grudek perlistych (laser CO2, elektrokoagulacja), a także pozostałe zabiegi po wcześniejszej konsultacji.

MIEJSCE III

Marcin Piechota

Marcin Piechota przyjmuje pacjentów m.in. w ramach Centrum Medycznego Topsmed i Centrum Gastrologicznego Górczyn w Poznaniu, a także w ramach - jak dowiadujemy się z oficjalnej strony internetowej placówki - Oddziału Urologii i Onkologii Urologicznej Szpitala św. Rodziny w Poznaniu, który należy do jednych z najważniejszych i najlepiej ocenianych placówek w Wielkopolsce. Nasz laureat leczy wiele przypadłości, w tym szeroko rozumiane choroby męskich narządów płciowych (także nowotwory), infekcje i zapalenia dróg moczowych oraz schorzenia nerek. Warto tu również wspomnieć o tym, że nasz laureat ma wspaniałą opinię u swoich pacjentów i ich bliskich.

OKULISTA MIEJSCE I

Mateusz Paluch

Bycie częścią świata medycyny to dla Niego możliwość codziennej pracy, która realnie wpływa na zdrowie i komfort życia pacjentów. Medycyna od zawsze fascynowała Go swoją dynamiką i tym, że nie pozwala zatrzymać się choćby na chwilę. Każdy dzień przynosi nowe wyzwania, nowe dane, nowe szanse, by pacjentowi pomóc. - W swojej praktyce udało mi się stworzyć połączenie, które uważam za idealne: pełną diagnostykę – OCT, angio-OCT i klasyczną angiografię, USG – oraz możliwości terapii również przy wykorzystaniu najnowocześniejszych metod laseroterapii, a wszystko w kameralnym gabinecie. To rzadkie połączenie; zwykle taką infrastrukturę mają duże ośrodki. Dla mnie kluczowe jest jednak to, aby technologia była w służbie relacji z pacjentem, a nie odwrotnie - wyznaje Mateusz Paluch (OcuMedica, Poznań), Okulista Roku.

MIEJSCE II

Kamil Świergosz

Niesienie pomocy potrzebującym było powodem, dla którego pan Kamil (Szpital Specjalistyczny im. Stanisława Staszica, Piła) wszedł na tę ścieżkę zawodową. - Można mieć tysiąc problemów w życiu, ale jak zachorujemy, to nagle mamy tylko jeden. Rozwiązanie problemu zdrowotnego, jeśli jest możliwe, i przywrócenie zdrowia często zmienia perspektywę chorego na jego życie, relacje z innymi i na to, co tak naprawdę jest ważne - zaznacza, dodając, że choroby okulistyczne wpływają w wielkim stopniu na funkcjonowanie człowieka, stąd pacjenci, którzy po zabiegach okulistycznych zaczynają widzieć znacznie lepiej, otrzymują „drugie życie".

MIEJSCE III

Magdalena Maleszka-Kurpiel

Decyzja o wyborze okulistyki zrodziła się w dr n. med. Magdalenie Maleszce-Kurpiel (OPTEGRA Klinika Okulistyczna, Poznań) z połączenia fascynacji precyzyjną medycyną z chęcią realnej poprawy jakości życia pacjentów. Już na studiach zachwyciło Ją, jak wiele można osiągnąć dzięki nowoczesnym technologiom w diagnostyce i leczeniu chorób oczu. - Widziałam też, jak odzyskanie sprawnego widzenia potrafi odmienić codzienność pacjenta, i to przekonało mnie, że chcę pracować właśnie w tej dziedzinie. Okulistyka łączy w sobie naukę, chirurgię, kontakt z pacjentem i ciągły rozwój - zauważa nasza laureatka.

DERMATOLOG MIEJSCE I

Patrycjusz Purol

W tegorocznej edycji prestiżowego plebiscytu Hipokrates tytuł Dermatologa Roku zdobył Patrycjusz Purol z Centrum Medycznego Kawiary w Gnieźnie - lekarz, dla którego dermatologia stała się nie tylko zawodem, lecz przede wszystkim życiową pasją. Od lat podkreśla, że w pracy z pacjentem najważniejsze są indywidualne podejście, uważność i holistyczne spojrzenie na problemy skóry. Każdy przypadek traktuje jako osobną historię, wymagającą czasu, zrozumienia i pełnego zaangażowania. -Dermatologia to moja pasja, miłość i sposób na życie. Każdego pacjenta traktuję indywidualnie i holistycznie, wkładam w pracę całego siebie i nie widzę inne drogi niż ta, która obrałem - mówi. Choć dziś jest jednym z najbardziej cenionych specjalistów w regionie, jego droga do dermatologii zaczęła się... przypadkiem. Od przypadku do pasji - tak mógłby brzmieć tytuł opowieści o naszym zwycięzcy.

MIEJSCE II

Małgorzata Hendzel

Dermatologia jest pasją Małgorzaty Hendzel (Gabinet dermatologiczny, Poznań), a zawód lekarza dermatologa i wenerologa wykonuje już od ponad 20 lat. - Regularnie uczestniczę w wielu szkoleniach z dziedziny dermatologii i wenerologii oraz dermatologii dziecięcej. Swoją wiedzę poszerzam przede wszystkim z zakresu dermatologii i nowoczesnej videodermatoskopii, które są podstawą w nowoczesnej diagnostyce dermatologicznej - czytamy na stronie internetowej poświęconej naszej laureatce, która jest członkinią Polskiego Towarzystwa Dermatologów oraz Polskiego Towarzystwa Medycyny Estetycznej i Anti-Aging funkcjonującym w ramach Polskiego Towarzystwa Lekarskiego.

MIEJSCE III

Jadwiga Żuchowska

Jadwiga Żuchowska jest specjalistą dermatologiem i alergologiem, a pacjentów przyjmuje w Specjalistycznym Gabinecie Lekarskim w Lesznie, który prowadzi wspólnie z chirurgiem Leszkiem Żuchowskim. Nasza laureatka zajmuje się m.in. leczeniem i diagnostyką chorób skórnych i alergicznych, wykonuje testy alergiczne (punktowe i chemiczne) i odczulanie, a także badania w kierunku grzybicy, czy dermatoskopię. Jadwiga Żuchowska oferuje także peelingi medyczne (wspomagające leczenia trądziku oraz przeciwdziałaniu starzeniu się skóry), krioterapię (np. brodawek wirusowych, nagniotków, włókniaków) i elektrokoagulację poszerzonych naczyń krwionośnych i pajączków.

eprasa.pl 05f5bf10be

Głos Wielkopolski
Środa, 28.01.2026

LARYNGOLOG MIEJSCE I

Tatiana Fijałkowska-Ratajczak

Laryngologia łączy wszystko, co fascynuje panią Tatianę (Gabinety Młyńska 16, Poznań) w medycynie: pomoc pacjentom w nagłych zagrożeniach życia, skomplikowane i precyzyjne zabiegi, rozwiązywanie problemów diagnostycznych głowy i szyi wymagających wiedzy i podejścia analitycznego. - To połączenie mnie zachwyciło i wciąż zachwyca - komentuje, dodając, że dziś największą satysfakcję przynoszą Jej momenty, kiedy widzi realną ulgę pacjenta. - Kiedy ktoś po zabiegu oddycha swobodnie albo znów słyszy, dziecko zaczyna rozwijać mowę, albo gdy pacjent po leczeniu onkologicznym wraca do codziennego życia - wymienia zwyciężczyni. Bardzo poruszają Ją również te chwile, gdy pacjent, wychodząc z oddziału, wraca do dyżurki lekarskiej tylko po to, żeby powiedzieć „dziękuję". - Te drobne gesty przypominają mi, dlaczego wybrałam tę drogę - wyznaje Laryngolog Roku.

MIEJSCE II

Łukasz Bartkowiak

Absolwent Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu (1998 - 2004) jest także członkiem Polskiego Towarzystwa Otorynolaryngologów - Chirurgów Głowy i Szyi. Zainteresowania zawodowe pana Łukasza (Specjalistyczny Gabinet Laryngologiczny Łukasz Bartkowiak, Poznań) obejmują techniki endoskopowe w otolaryngologii, nowoczesne metody diagnostyczne i telemedycynę. W swoim gabinecie wykonuje m.in. diagnostykę endoskopową, fiberoskopową w jakości HD za pomocą narzędzi najwyższej jakości (endoskopów oraz toru wizyjnego), diagnostykę uszu za pomocą mikroskopu oraz endoskopów usznych, a także endoskopię nosa i części nosowej gardła.

MIEJSCE III

Karol Myszel

Nasz laureat ukończył studia na Wydziale Lekarskim Akademii Medycznej w Poznaniu w 1992 roku, a pracę zawodową zaczynał na Oddziale Otorynolaryngologii Szpitala w Koninie. Od 2012 roku dr n. med. i o zdr. Karol Myszel (Wielkopolskie Centrum Słuchu i Mowy Medincus, Konin) jest specjalistą audiologii i foniatrii, a rezydenturę odbywał w Instytucie Fizjologii i Patologii Słuchu w Warszawie. Obszar Jego zainteresowań naukowych stanowią zaburzenia głosu u pacjentów z niedosłuchem, w szczególności zaś u osób z częściową głuchotą, co jest tematem Jego rozprawy doktorskiej. Jest także członkiem Polskiego Towarzystwa Otorynolaryngologów - Chirurgów Głowy i Szyi.

RATOWNIK MEDYCZNY/PRZEDMED. MIEJSCE I

Łukasz Krypel

Najwięcej radości w zawodzie ratownika medycznego daje Mu satysfakcja z ratowania życia i zdrowia innych ludzi, poczucie dobrze spełnionego obowiązku oraz ogromna radość z udanej interwencji, jak powrót spontanicznego krążenia podczas resuscytacji, czy pilna pomoc w duszności, w udarze mózgu lub zawale serca. Co Go motywuje? - Poczucie, że własne działania mają realny wpływ na ratowanie ludzkiego życia i zdrowia, jest dla wielu ratowników medycznych największym powodem do satysfakcji. Praca ta pozwala na samorealizację i poczucie spełnienia obowiązku, będąc nawet bohaterem dla wielu ludzi. Każdy dzień jest inny, powiem nawet, że każda godzina dyżuru może wyglądać zupełnie inaczej, co zmusza do szukania nowych rozwiązań i ciągłego uczenia się, co dla niektórych stanowi źródło satysfakcji - odpowiada Łukasz Krypel (Centrum Medyczne HCP, Poznań).

MIEJSCE II

Beata Kucz

Pracując na Szpitalnym Oddziale Ratunkowym (SPZOZ im. Doktora Kazimierza Hołogi, Nowy Tomyśl), czerpie siłę i odporność psychiczną z różnorodnych źródeł, łącząc wewnętrzną motywację i poczucie misji z systemowym wsparciem i osobistymi strategiami radzenia sobie ze stresem. Wśród najważniejszych źródeł owej siły i odporności wymienia wewnętrzne poczucie misji i celu. - Fundamentalnym dla mnie jest źródło siły i głębokie przekonanie o ratowaniu ludzkiego życia i zdrowia - mówi, dodając, że SOR to ciągłe działanie w stanie nagłego zagrożenia zdrowia, a świadomość, że jest się kluczowym elementem systemu, motywuje.

MIEJSCE III

Marek Manuszak

Nasz laureat kolejny rok z rzędu staje na podium Plebiscytu Medycznego Hipokrates - w poprzedniej edycji również zajął zaszczytne III miejsce! W 2024 roku opowiadał nam, że to pomaganie innym skłoniło Go do wyboru zawodu ratownika medycznego, i to właśnie owa pomoc daje Mu ogrom satysfakcji z ciężkiej pracy, której codziennie się poświęca. Marek Manuszak (Szpital Pomnik Chrztu Polski, Gniezno) nie zniechęca się, gdy obowiązki go przytłaczają. Wszystko to dlatego, że ogromną odpowiedzialność i presję widzi jako motor napędowy do podnoszenia kwalifikacji zawodowych.

FARMACEUTA/TECHNIK FARM. MIEJSCE I

Aleksandra Miłos

Farmaceuta Roku Aleksandra Miłos na co dzień pracuje w Aptece Pamiątkowej w Budzisławiu Kościelnym. - Łączę pracę w aptece szpitalnej i ogólnodostępnej, co pozwala mi lepiej rozumieć potrzeby pacjentów i rolę farmaceuty w różnych obszarach ochrony zdrowia - mówiła o sobie w trakcie trwania tegorocznej edycji Plebiscytu Medycznego Hipokrates. Co ważne, pani Aleksandra wspiera także działania Polskiego Towarzystwa Studentów Farmacji, wierząc, że warto działać również poza murami apteki. A jak zareagowała na nominację do naszej akcji? - Serdecznie dziękuję za nominację. Dziękuję wszystkim, którzy doceniają moją pracę. To dla mnie ogromne wyróżnienie. Praca w aptece to praca zespołowa, więc ta nominacja jest również ukłonem w stronę wszystkich, z którymi mam zaszczyt współpracować - zwracała uwagę Farmaceuta Roku województwa wielkopolskiego.

MIEJSCE II

Wiktoria Grabowska

Uważa, że zawód farmaceuty jest pierwszą linią kontaktu z pacjentem i stanowi niezwykle istotny element systemu opieki zdrowotnej. To właśnie oni, farmaceuci, często jako pierwsi udzielają pacjentom wsparcia, doradzają w kwestiach leczenia i czuwają nad bezpieczeństwem farmakoterapii. Wiktoria Grabowska (Apteka z sercem, Koziegłowy) najbardziej w pracy z pacjentem lubi moment, gdy ten wraca zadowolony po udzielonej poradzie. Czy ma w pamięci jakieś wyjątkowe chwile związane z pracą? - Jestem młodym farmaceuta, więc dopiero zbieram te cenne momenty, ale zdecydowanie cieszy mnie kontakt z drugim człowiekiem. Cieszy mnie codzienny kontakt z moimi pacjentami - odpowiada wyróżniona.

MIEJSCE III

Małgorzata Karpińska

Wybrała zawód farmaceuty, gdyż łączy on w sobie Jej pasję do nauk przyrodniczych z chęcią niesienia pomocy innym. - Praca farmaceuty daje mi możliwość codziennego kontaktu z ludźmi, doradzania im i wspierania ich w dbaniu o zdrowie - wyjaśnia pani Małgorzata (Apteka Na Starówce, Poznań), której największą satysfakcję przynosi świadomość realnego wpływu na zdrowie i jakość życia pacjentów. - Możliwość udzielenia fachowej porady, rozwianie wątpliwości dotyczących stosowania leków i zapewnienie bezpieczeństwa farmakoterapii to istotny element naszej odpowiedzialności zawodowej - podkreśla, jednocześnie stawiając na budowanie relacji z pacjentem, która także pomaga.

eprasa.pl 05f5bf10be

RADIOLOG/ELEKTRORADIOLOG MIEJSCE I

Jakub Potoczny

Praca w diagnostyce obrazowej to dla Jakuba Potocznego (Wielkopolskie Centrum Onkologii, Flosmed, FEMEA, Poznań) poczucie uczestnictwa w nieodzownym elemencie współczesnej skutecznej diagnostyki i leczenia pacjentów. Bez radiologii nie ma dobrej terapii i kontroli odpowiedzi na nią, nie ma też odpowiedzi na wiele zagadek trapiących klinicystów. - Jest to dla mnie wielka przyjemność, wyzwanie, ale i satysfakcja, że mogę szukać odpowiedzi na medyczne pytania w badaniach obrazowych - mówi. - Radiologią zajmuje się jeden z moich rodziców, od dziecka miałem więc kontakt z tą częścią medycyny. Niemniej, ukierunkowałem swoje zainteresowania w innym polu radiologii aniżeli moja mama, która jest wybitnym radiologiem pediatrycznym z dużym dorobkiem naukowym - wyjaśnia powody zainteresowania się radiologią pan Jakub. Mówi także, że ta praca daje dużo radości.

MIEJSCE II

Adam Garkowski

Adam Garkowski jest absolwentem Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku, a od 2021 roku jest specjalistą z dziedziny radiologii i diagnostyki obrazowej. Warto wspomnieć, że zainteresowaniami zawodowymi naszego laureata są neuroradiologia, neuroinfekcje, MRI i TK. Adam Garkowski ma także bogaty wkład w naukowy aspekt swojej profesji - jest bowiem autorem i współautorem kilkudziesięciu publikacji, a cytowany w cudzych był już kilkaset razy. Co ważne, nasz laureat związany jest z Teleradiologią JEKA, która z dumą poinformowała na Facebooku o Jego nominacji do akcji Hipokrates, pisząc, że jest to dowód na zaangażowanie, profesjonalizm i pasję dr Garkowskiego.

MIEJSCE III

Agnieszka Plucińska (Med Center, Gniezno)

ONKOLOG MIEJSCE I

Łukasz Galus

Etatowy nauczyciel akademicki Kliniki Onkologii Klinicznej i Doświadczalnej oraz lekarz Oddziału Klinicznego Onkologii Klinicznej i Doświadczalnej w ramach Uniwersyteckiego Szpitala Klinicznego w Poznaniu -dr n. med. Łukasz Galus - został wybrany przez naszych Czytelników na Onkologa Roku województwa wielkopolskiego. Nasz zwycięzca przyjmuje pacjentów również w ramach Poradni Onkologicznej wspomnianego szpitala, a jako swoje zainteresowania naukowe wymienia immunoterapię i terapię eksperymentalną czerniaka, którego leczeniem farmakologicznym zajmuje się już od ponad 10 lat. Dowodem tej oddanej pracy są m.in. badania, które potwierdzające korzystny wpływ prawidłowego stężenia witaminy D na leczenie zaawansowanego czerniaka przeprowadzone wspólnie z prof. dr hab. n. med. Jackiem Mackiewiczem.

MIEJSCE II

Joanna Stanisławiak-Rudowicz

Dlaczego wybrała tę specjalizację? - Przez całe studia medyczne nigdy nie pomyślałam o onkologii... Przypadkowe szkolenie, na które zapisałam się dzięki namowom koleżanki, spowodowało, że onkologia stała się nową drogą zawodową. I śmiało powiem, że to onkologia wybrała mnie, a nie ja ją - tłumaczy Joanna Stanisławiak-Rudowicz (Szpital Powiatowy, Września). Motywacje do pracy znajduje w ludziach, z którymi pracuje. - Uśmiech chorego i słowa, że mimo rozpoznania choroby onkologicznej, czuje się bezpieczny i zaopiekowany... to bardzo motywuje do dalszej pracy w onkologii - wyznaje doceniona onkolog.

MIEJSCE III

Danuta Januszkiewicz-Lewandowska

Prof. dr med. Danuta Januszkiewicz-Lewandowska (Szpital Kliniczny im. Karola Jonschera UM, Poznań), uhonorowana trzecim miejscem w plebiscycie Onkolog Roku, poświęciła swoją karierę medycynie i pomaganiu pacjentom w najtrudniejszych momentach życia. Jak podkreśla, Jej motywacją jest zarówno rozwój zawodowy, jak i możliwość realnego działania dla dobra drugiego człowieka - wartości wyniesione z rodzinnych tradycji. Największą satysfakcję daje Jej możliwość wyleczenia pacjenta oraz spotkania po latach osoby, która dzięki Jej pracy wróciła do zdrowia.

PSYCHOLOG/PSYCHOTERAPEUTA MIEJSCE I

Edyta Wesołowska

Od zawsze czuła w sobie silną potrzebę pomagania innym, to było dla Niej naturalne, jakby wpisane w DNA. - Początkowo myślałam, że swoją ścieżkę zawodową zwiążę z dziećmi, bo właśnie w pracy z nimi widziałam najwięcej sensu. Jednak z czasem, wraz z doświadczeniem i spotkaniami z ludźmi, odkryłam, że to praca z dorosłymi przynosi mi największą satysfakcję. Każda rozmowa, każdy moment w gabinecie, kiedy ktoś odzyskuje spokój, nadzieję czy wiarę w siebie – to dla mnie najpiękniejsza nagroda - wyznaje Edyta Wesołowska (Gabinet Psychologiczny - Edyta Wesołowska, Swarzędz). Największą satysfakcję przynoszą Jej te chwile, gdy widzi, że w człowieku dokonuje się zmiana - czasem mała, niepozorna, a czasem zupełnie przełomowa. Gdy pacjent zaczyna inaczej myśleć o sobie, gdy odzyskuje spokój, wiarę, siłę, by iść dalej. Ogromnie cieszy Ją moment, w którym ktoś mówi: „pierwszy raz od dawna czuję się lepiej".

MIEJSCE II

Łukasz Gnioch

- Kocham pracę z ludźmi to było moje marzenie. Nie wyobrażam sobie robić czegoś innego. Kocham swoją pracę - wyznaje zdobywca drugiego miejsca w kategorii Psycholog/Psychoterapeuta Roku. Największą satysfakcję Łukasz Gnioch(Centrum Kształtowania Umiejętności Społecznych Intellegere, Poznań) odczuwa, gdy widzi sukcesy pacjentów. Cieszą Go nie ich opinie, ale realne efekty. Czuje dumę, że udało się im pokonać swoje lęki. Jak odnajduje spokój po pracy? - Mam dwa psy, uwielbiam z nimi spacery i aktywność fizyczną. Spędzam czas ze znajomymi, uwielbiam ten czas - odpowiada doceniony specjalista.

MIEJSCE III

Beata Radomska

- Moja praca jest moją pasją, dzięki czemu jestem w stanie zaangażować się w pełni w pomoc drugiej osobie. W kontakcie z moim klientem stawiam na szczerość, otwartość i empatię - pisze o sobie Beata Radomska w ramach oficjalnej strony swojego gabinetu mieszczącego się przy ul. Gąsiorowskich 4a/7 w Poznaniu. Stamtąd dowiadujemy się również, że nasza laureatka oferuje pacjentom wiele form pomocy, w tym psychoterapię indywidualną, terapię dla par i rodzin, a także leczenie fobii, depresji i lęku. Co ważne, Beata Radomska kształciła się na Uniwersytecie SWPS, gdzie ukończyła psychologię, a dziś skupia się na pracy w obszarze terapii systemowej oraz akceptacji i zaangażowania.

eprasa.pl 05f5bf10be

PSYCHIATRA MIEJSCE I

Kinga Gil

Decyzja o wyborze psychiatrii jako drogi zawodowej dojrzewała w Niej stopniowo. Od zawsze fascynowało Ją to, jak ściśle powiązane są emocje, myśli i ciało człowieka. Chciała pomagać ludziom nie tylko w leczeniu chorób, ale również w odzyskiwaniu sensu, spokoju i wiary w siebie. Psychiatria daje tę niezwykłą możliwość - to połączenie medycyny, empatii i zrozumienia ludzkiej natury. Każdy pacjent to inna historia i inna lekcja pokory. To właśnie kontakt z ludźmi, ich zaufanie i wspólna droga ku zdrowiu są dla Niej największą motywacją do codziennej pracy. - Największą satysfakcję w mojej pracy przynoszą mi chwile, gdy widzę, że człowiek, który jeszcze niedawno był pogrążony w cierpieniu psychicznym, zaczyna odzyskiwać spokój, nadzieję i wiarę w siebie - wyjaśnia Kinga Gil (Gabinet Lekarski Kinga Gil, Żuki). To dziedzina, która daje mnóstwo satysfakcji, choć na efekty czeka się długo.

MIEJSCE II

Katarzyna Twardowska (Psychiatra Katarzyna Twardowska, Chocicza)

MIEJSCE III

Ewa Kudlińska

Nasza laureatka jest ordynatorem Oddziału Psychiatrycznego Ogólnego, który funkcjonuje w ramach Wojewódzkiego Zakładu Opieki Psychiatrycznej w Sokołówce. Jako koordynator nadzoruje pracę lekarzy z pacjentami szpitala, którzy trafiają pod ich opiekę z różnorodnymi zaburzeniami psychicznymi. Efekty pracy Ewy Kudlińskiej najlepiej oddają opinie opisujące nie „tylko" opiekę szpitalną, ale i efekty indywidualnych konsultacji. Nasza laureatka jest określana jako empatyczna osoba, wrażliwa na cierpienie, potrzeby i trudności swoich pacjentów, ale przede wszystkim jako lekarz, który stawia trafne diagnozy oraz wprowadza skuteczne leczenie.

MENEDŻER PLACÓWKI MEDYCZNEJ MIEJSCE I

Daria Ratajczak

- Największą satysfakcją zawsze są dla mnie ludzie, relacje z nimi, spotkania, rozmowy. Poznawanie nowych osób jest bardzo rozwojowe, tym bardziej, że to branża medyczna, która cały czas idzie do przodu, zapewniając tym samym nieustanny rozwój - zapewnia Daria Ratajczak (Enelmed Oddział Kupiec Poznański, Poznań). Nie od zawsze wiedziała, że będzie się spełniać w medycznej branży. Inspiracją były rozmowy z lekarzami, którzy byli Jej klientami, kiedy jeszcze pracowała w bankowości. Wiele opowiadali o swojej pracy, bardzo Ją to ciekawiło. Nadszedł taki moment, w którym postanowiła spróbować swoich sił. W swojej pracy uwielbia codzienność. - Jest dużo zadań, dużo dobrej energii. Mam wspaniały zespół, który daje siłę i zapał do pracy. Bardzo lubię tę pracę, a to najlepszy motywator do działania - wyjaśnia pani Daria.

MIEJSCE II

Magdalena Kuncewicz

Magdalena Kuncewicz po raz kolejny staje na podium naszej akcji! W kategorii Menedżer Placówki Medycznej Roku 2025 zajęła zaszczytne II miejsce w skali całego województwa. Nasza laureatka na co dzień pełni funkcję dyrektora Samodzielnego Publicznego Zakładu Opieki Zdrowotnej Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji w Poznaniu im. prof. Ludwika Bierkowskiego, który zdobył w tegorocznej edycji tytuł Szpitala Roku. Magdalena Kuncewicz ma za sobą wieloletnie doświadczenie w zarządzaniu placówkami medycznymi, którym dzieli się z innymi, np. jako prelegentka podczas XXI Forum Rynku Zdrowia.

MIEJSCE III

Anna Zielińska

W ochronie zdrowia pracuje stosunkowo od niedawna, bo od 2,5 roku, a dotychczas zawodowo realizowała się w zupełnie innej dziedzinie. - Już w pierwszych dniach mojej pracy, obserwując pracowników mojej przychodni, którzy z pełnym zaangażowaniem, empatią pomagają pacjentom, poczułam, że to właśnie tutaj jest moje miejsce. Że praca w ochronie zdrowia to nie tylko zawód, ale droga, którą chcę iść dalej - mówi pani Anna (Wojskowa Specjalistyczna Przychodnia Lekarska SPZOZ, Poznań), która codzienną równowagę i energię czerpie od rodziny, z którą ładuje swoje baterie, odnajduje spokój i przypomina sobie, co jest naprawdę ważne.

SZPITAL MIEJSCE I

SPZOZ MSWiA im. prof. Ludwika Bierkowskiego

Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji w Poznaniu im. prof. Ludwika Bierkowskiego (Poznań, Dojazd 34) ma niespełna 50 lat. - Historycznie powstała w celu udzielania wsparcia głównie służbom mundurowym, dziś jest już całkowicie otwartą na wszystkich pacjentów lecznicą - mówiła nam podczas poprzedniej edycji Magdalena Kuncewicz. Ludzie są najmocniejszą stroną Szpitala MSWiA w Poznaniu. Cały zespół we wszystkich specjalnościach to wybitni specjaliści i, co dla pacjentów bardzo istotne, otwarci i życzliwi ludzie. - Kulturę organizacyjną i atmosferę w szpitalu buduje się długo i trzeba pomagać jej się doskonalić. Najlepszymi narzędziami są edukacja i integracja. W tak złożonych usługach potrzeba dobrze działających zespołów. - zaznaczała pani Magdalena, podkreślając wagę wzajemnego zaufania i wsparcia.

MIEJSCE II

Wielospecjalistyczny Szpital Miejski im. Józefa Strusia

Wielospecjalistyczny Szpital Miejski im. Józefa Strusia w Poznaniu to miejsce, gdzie pacjenci otrzymują kompleksową i profesjonalną opiekę medyczną na najwyższym poziomie. Placówka jest jednym z największych szpitali w regionie, a praca zespołu została potwierdzona prestiżowym Certyfikatem Akredytacyjnym, przyznawanym jednostkom spełniającym najwyższe standardy jakości i bezpieczeństwa. W ramach wyróżnionego szpitala funkcjonują m.in. Szpitalny Oddział Ratunkowy (czynny całą dobę, niosący pomoc w stanach nagłych), a także Podstawowa Opieka Zdrowotna, Nocna i Świąteczna Opieka Zdrowotna (tzw. wieczorynka), oraz 18 poradni specjalistycznych i 13 oddziałów.

MIEJSCE III

SPZOZ im. doktora Kazimierza Hołogi

Wyróżniony szpital w Nowym Tomyślu (Sienkiewicza 3) to nowoczesna opieka w sercu powiatu. - Gdy zdrowie staje się największą wartością, każdy z nas pragnie trafić do miejsca, które nie tylko leczy, ale również wspiera, rozumie i szanuje. Dla mieszkańców zachodniej Wielkopolski takim oparciem jest Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej im. dr. Kazimierza Hołogi w Nowym Tomyślu - mówi Tomasz Przybylski. Przedstawiciel szpitala podkreśla również, że to miejsce łączące tradycję z nowoczesnością oraz profesjonalizm, empatią i ludzkim podejściem do pacjenta, Co ważne, tutaj zespół kieruje się troską, etyką medyczną, indywidualnym podejściem i najwyższym profesjonalizmem.

eprasa.pl 05f5bf10be

WSZYSCY LAUREACI PLEBISCYTU HIPOKRATES 2025

LEKARZ RODZINNY I POZ ROKU

Kalisz i powiat kaliski	**Felicja Kędzierska-Rybiałek**, Hipokrates s.c. Przychodnia Lekarska, Kalisz
Konin i powiat koniński	**Andrzej Kwiecień**, NZOZ-Ośrodek Zdrowia, Wilczyn
Leszno i powiat leszczyński	**Hanna Jachna**, Przychodnia 4Med, Krzycko Wielkie
Poznań	**Jakub Kisiel**, Wielospecjalistyczny Szpital Miejski im. Józefa Strusia z Zakładem Opiekuńczo-Leczniczym SP ZOZ/Centrum Medyczne Admedica, Poznań
powiat chodzieski	**Anna Przysiecka**, NZOZ Medycyna, Chodzież
powiat czarnkowsko-trzcianecki	**Elżbieta Stępień**, Przychodnia Zespołu Lekarza Rodzinnego, Siedlisko
powiat gnieźnieński	**Monika Baszczyńska-Ernst**, Ośrodek Zdrowia Novamed, Czerniejewo
powiat gostyński	**Joanna Sobkowicz-Migas**, Krob-Med, Krobia
powiat grodziski	**Dariusz Urban**, Centrum Medycyny Rodzinnej GRO-DENT, Grodzisk Wielkopolski
powiat jarociński	**Aleksandra Florczyk**, NZOZ Eskulap, Jarocin
powiat kępiński	**Bogna Elzanowska-Mikołajczyk**, Medra, Kępno
powiat kolski	**dr n. med. Piotr Mazuś**, Euromed, Przedecz
powiat kościański	**Karina Zając**, Zdrowie Sp. z o.o. Przychodnia medycyny rodzinnej NZOZ, Kościan
powiat międzychodzki	**Rafał Ziętkiewicz**, Niepubliczny Zakład Podstawowej Opieki Zdrowotnej MED-COR sp. z o.o., Sieraków
powiat nowotomyski	**Przemysław Konodyba-Szymański**, ZDROVITA Sp. z o. o., Nowy Tomyśl
powiat obornicki	**Maciej Wołoszyn**, OBST Ambulans Union, Oborniki
powiat ostrowski	**Agnieszka Jabłońska-Bajkowska**, Przychodnia Lekarzy Rodzinnych s.c., Ostrów Wielkopolski
powiat ostrzeszowski	**Kacper Skóra**, Ars Medica, Ostrzeszów
powiat ostrzeszowski	**Wojciech Berezka**, Ars Medica, Ostrzeszów
powiat pilski	**Tomasz Jabłoński**, NZPOZ Medico, Piła
powiat pleszewski	**Aleksandra Onyszkiewicz-Kaziuk**, Pleszewskie Centrum Medyczne, Pleszew
powiat poznański	**Grzegorz Serwatko**, Przychodnia Lekarska Multi-Medic, Swarzędz
powiat rawicki	**Barbara Bogacka-Gancarczyk**, Przychodnia Lekarska Barbara Bogacka-Gancarczyk, Miejska Górka
powiat słupecki	**Łukasz Wieliński**, Grupa Zdrowie, Strzałkowo
powiat szamotulski	**Przemysław Kopaczyk**, Przychodnia Lekarzy Rodzinnych Salus, Duszniki
powiat średzki	**Evgeniya Pekarets**, Szpital Średzki Serca Jezusowego, Środa Wielkopolska
powiat śremski	**Emilia Beszterda**, Grupa Zdrowie, Śrem
powiat turecki	**Anna Rakowiecka**, Medicus, Turek
powiat wągrowiecki	**Robert Przybecki**, Ośrodek Zdrowia Lekarzy Rodzinnych, Mieścisko
powiat wrzesiński	**Dawid Kaczmarek**, POZ Szpital Powiatowy, Września
powiat złotowski	**Justyna Powalisz**, Przychodnia Familia, Zakrzewo

PEDIATRA ROKU

Kalisz i powiat kaliski	**Aleksandra Górniak**, Wojewódzki Szpital Zespolony im. Ludwika Perzyny, Kalisz
Konin i powiat koniński	**Arleta Stec-Steinke**, Przychodnia Chorzeń, Konin
Leszno i powiat leszczyński	**Lesia Veretelnyk**, Przychodnia Medycyny Rodzinnej Skarbowa, Leszno
Poznań	**Martyna Ortyl**, Centrum Medyczne Keplera 1, Poznań
powiat gnieźnieński	**Piotr Kędracki**, Przychodnia Zespołu Lekarza Rodzinnego Zdrowie, Mieleszyn
powiat grodziski	**Sławomir Chrzanowski**, Ochrona Zdrowia s.c. Przychodnia zespołu lekarzy rodzinnych, Grodzisk Wielkopolski
powiat jarociński	**Iwona Ulatowska**, NZOZ Eskulap, Jarocin
powiat kolski	**Bogumiła Nowak**, Gabinet lekarski pediatryczny, Koło
powiat kościański	**Joanna Ambroży**, SPZOZ, Kościan
powiat krotoszyński	**Jarosław Konieczny**, NZOZ Avicenn, Kobylin
powiat międzychodzki	**Kinga Ilnicka-Borowczyk**, Gabinety Lekarskie Medicine, Chrzypsko Wielkie
powiat nowotomyski	**Andrzej Śmiałek**, Przychodnia Lekarzy Rodzinnych i Specjalistów Hipokrates, Opalenica
powiat ostrowski	**Katarzyna Bierła**, ZZOZ, Ostrów Wielkopolski
powiat ostrzeszowski	**Monika Otorowska**, Ostrzeszowskie Centrum Zdrowia, Ostrzeszów
powiat pilski	**Maciej Osiecki**, Gabinet Pediatryczny, Piła
powiat pleszewski	**Krzysztof Wojtyła**, Pleszewskie Centrum Medyczne, Pleszew
powiat poznański	**prof. dr hab. med. Hanna Krauss**, Świat Zdrowia Centrum Medyczne (Pro Familia), Koziegłowy
powiat rawicki	**Janusz Lehmann**, Szpital Powiatowy, Rawicz
powiat słupecki	**Ewa Bałęczna-Bartkowiak**, SPZOZ, Słupca
powiat średzki	**Idalia Kubiaczyk**, POZ Na zdrowie, Sulęcinek
powiat śremski	**Monika Barełkowska**, Przychodnia Zespołu Lekarza Rodzinnego SALUS s.c., Śrem
powiat turecki	**Maria Wiśniewska-Reysner**, Medicus, Turek
powiat wągrowiecki	**Violetta Guner**, Ośrodek Zdrowia Lekarzy Rodzinnych, Mieścisko
powiat wolsztyński	**Agnieszka Bartnik**, Specjalistyczny Gabinet Pediatryczny, Nowe Tłoki
powiat wrzesiński	**Magdalena Majka**, Szpital Powiatowy, Września

PIELĘGNIARKA/PIELĘGNIARZ ROKU

Kalisz i powiat kaliski	**Grażyna Kasprzak**, Wojewódzki Szpital Zespolony im. Ludwika Perzyny, Kalisz
Konin i powiat koniński	**Iwona Łabudzińska**, Centrum Medyczne Multimed, Konin
Leszno i powiat leszczyński	**Elżbieta Paszkowska**, Vigor Med, Leszno
Poznań	**Beata Łączyńska**, Uniwersytecki Szpital Kliniczny, Poznań
powiat chodzieski	**Mariola Jurga**, Przychodnia Zespołu Lekarzy Rodzinnych Medicus, Chodzież
powiat czarnkowsko-trzcianecki	**Adriana Fraszewska**, Centrum Medyczne, Wieleń
powiat gnieźnieński	**Kinga Matelska**, Ośrodek Zdrowia Novamed, Czerniejewo
powiat gostyński	**Renata Kędziora**, ZOL, Gostyń
powiat grodziski	**Małgorzata Nowicka**, Centrum Medyczne Iwona Zys Sp.k, Rakoniewice
powiat jarociński	**Karolina Wojciechowska**, NZOZ Eskulap, Jarocin
powiat kępiński	**Aldona Stodółka**, SPZOZ, Kępno
powiat kolski	**Renata Zielińska**, NZOZ Euromed, Przedecz
powiat kościański	**Paulina Bossy**, SPZOZ, Kościan
powiat nowotomyski	**Agnieszka Zaremba**, SPZOZ im. Doktora Kazimierza Hołogi, Nowy Tomyśl
powiat obornicki	**Zuzanna Sadowska**, SPZOZ, Oborniki
powiat ostrowski	**Ilona Dąbrówka**, ZZOZ Oddział Neonatologii, Ostrów Wielkopolski
powiat ostrzeszowski	**Anna Bukowska**, NZOZ Przychodnia Rodzinna, Grabów nad Prosną
powiat pilski	**Joanna Nowakowska**, Szpital Powiatowy, Wyrzysk
powiat pleszewski	**Elżbieta Świderska**, Pleszewskie Centrum Medyczne, Pleszew
powiat poznański	**Joanna Grześkowiak**, Sk-Med, Swarzędz
powiat rawicki	**Anna Cieślak-Suchanecka**, Szpital Powiatowy, Rawicz
powiat słupecki	**Joanna Parus**, SP ZOZ, Słupca
powiat szamotulski	**Romualda Kalotka**, Przychodnia Lekarza Rodzinnego, Pamiątkowo
powiat średzki	**Wioletta Wilk**, Szpital Średzki Serca Jezusowego, Środa Wielkopolska
powiat śremski	**Marzena Mizera**, Dom Pomocy Społecznej, Śrem
powiat turecki	**Agnieszka Ziętek**, RoyalMed Dr Gil, Turek
powiat wągrowiecki	**Iwona Kręcichwost**, Hospicjum Miłosiernego Samarytanina, Wągrowiec
powiat wolsztyński	**Mateusz Kaźmierczak**, SPZOZ, Wolsztyn
powiat wrzesiński	**Jadwiga Pospieszała**, MEDICAR, Września
powiat złotowski	**Aleksandra Osowska**, Przychodnia Familia, Zakrzewo

STOMATOLOG/ORTODONTA ROKU

Kalisz i powiat kaliski	**Piotr Kurpik**, MAMUT Praktyka Dentystyczna, Kalisz
Konin i powiat koniński	**Małgorzata Kałużna-Różańska**, Konińskie Centrum Stomatologii Centrodent, Konin
Leszno i powiat leszczyński	**Małgorzata Jezierska**, Gabinety Stomatologiczne Jezierscy, Leszno
Poznań	**Adam Piosik**, Dr Piosik Stomatologia, Poznań
powiat chodzieski	**Magdalena Milejska**, Gabinet Stomatologiczny, Margonin
powiat czarnkowsko-trzcianecki	**lek. dent. Krystian Matusz**, RoskoDent, Rosko
powiat gnieźnieński	**Maciej Kwiatkowski**, Indywidualna praktyka lekarsko - denrystyczna, Trzemeszno
powiat grodziski	**Jędrzej Banaszak**, Stomatologia Banaszak, Grodzisk Wielkopolski
powiat jarociński	**Łukasz Mettler**, Mettler Stomatologia, Jarocin
powiat kępiński	**Renata Gigiel-Mnich**, Gabinet Medycyny Estetycznej - Renata Gigiel-Mnich, Kępno
powiat międzychodzki	**Natalia Nowak**, Provita, Międzychód
powiat nowotomyski	**Ewelina Kupińska**, Gabinet Dentystyczny ENDO-GAB, Opalenica
powiat obornicki	**Karolina Podlewska-Walczak**, Walczak Dental Clinic, Oborniki
powiat ostrowski	**Bernadeta Kowalczyk-Król**, BDent IPLD Bernadeta Kowalczyk - Król, Ostrów Wielkopolski
powiat pilski	**Ariana Buszkiewicz**, Buszkiewicz Ariana Gabinet Stomatologiczny, Piła
powiat pleszewski	**Karolina Wąsiewicz-Sokół**, Indywidualna Praktyka Stomatologiczna Karolina Wąsiewicz-Sokół, Gizałki
powiat poznański	**Marta Łukomska-Walczak**, Tuldent, Tulce
powiat rawicki	**Jakub Kwiatkowski**, Stomatologia Kwiatkowski, Chojno
powiat średzki	**dr Paweł Putowski**, Stomatologia Średzka, Środa Wielkopolska
powiat turecki	**Iwona Wiśniewska-Puzio**, Gabinet Stomatologiczny Iwona Wiśniewska Puzio, Turek
powiat wągrowiecki	**Szymon Bartczak**, NielbaMed, Wągrowiec
powiat wrzesiński	**Wiktoria Mielczarek**, Dental Protect, Września

PRZYCHODNIA/GABINET ROKU

Kalisz i powiat kaliski	**MAMUT Praktyka Dentystyczna**, Kalisz, Pułaskiego 21/1
Konin i powiat koniński	**Konińskie Centrum Stomatologii Centrodent**, Konin, Spółdzielców 3
Leszno i powiat leszczyński	**Przychodnia Medycyny Rodzinnej Skarbowa**, Leszno, Skarbowa 3
Leszno i powiat leszczyński	**Przychodnia 4Med**, Krzycko Wielkie, Szkolna 10
Poznań	**Neomedica**, Poznań, Świetlana 25
powiat czarnkowsko-trzcianecki	**Przychodnia Medycyny Rodzinnej i Specjalistyki INTERMED s.c.**, Trzcianka, Staszica 12
powiat gnieźnieński	**FONO-MEDICA Aparaty Słuchowe Iwona Król**, Gniezno, Farna 1/1
powiat jarociński	**NZOZ Eskulap**, Jarocin, Niedbały 20
powiat kępiński	**NZOZ Medus-Dom**, Kępno, Wawrzyniaka 38
powiat kolski	**NZOZ Eskulap Medycyna Rodzinna**, Kłodawa, Kapicy 2
powiat kościański	**Centrum Medyczne**, Kościan, Naclawska 15
powiat obornicki	**OBST Ambulans Union**, Oborniki, Łukowska 12
powiat ostrzeszowski	**NZOZ Przychodnia Rodzinna**, Grabów nad Prosną, Mickiewicza 1
powiat pilski	**NZPOZ Medico**, Piła, Lotnicza 3
powiat poznański	**Medicomplex**, Mosina, Konopnickiej 33
powiat słupecki	**Grupa Zdrowie**, Strzałkowo, Wyszyńskiego 14
powiat średzki	**Elcor S.C.**, Środa Wielkopolska, Niedziałkowskiego 1
powiat śremski	**Centrum Neurologopedyczne Hipokamp**, Śrem, Piłsudskiego 1A
powiat turecki	**RoyalMed Dr Gil**, Turek, Żuki 53B
powiat wrzesiński	**Przychodnia Lekarza Rodzinnego Medinet**, Września, Legii Wrzesińskiej 23C
powiat złotowski	**Przychodnia Familia**, Zakrzewo, Osmańczyka 7

POŁOŻNA/POŁOŻNY ROKU

1 miejsce	**Adrianna Szwajkowska**, Szpital św. Rodziny, Poznań
2 miejsce	**Andżelika Sarnowska**, Ostrzeszowskie Centrum Zdrowia, Ostrzeszów
3 miejsce	**Agata Teodorczyk**, Ostrzeszowskie Centrum Zdrowia, Ostrzeszów

GINEKOLOG ROKU

1 miejsce	**Marcin Przybylski**, Specjalistyczna Praktyka Lekarska Marcin Przybylski, Poznań
2 miejsce	**dr n. med. Sandra Radzicka-Mularczyk**, Ginekologiczno-Położniczy Szpital Kliniczny im. H. Święcickiego Uniwersytetu Medycznego im. K. Marcinkowskiego, Poznań
3 miejsce	**Sonja Millert-Kalińska**, Medicorner, Poznań

CHIRURG ROKU

1 miejsce	**Magdalena Maj**, Dr Maj Chirurgia Stopy Cukrzycowej, Poznań
2 miejsce	**Marcin Gładki**, Szpital Kliniczny im. Karola Jonschera UM, Poznań
3 miejsce	**dr n. med. Krzysztof Karaś**, Szpital Pomnik Chrztu Polski, Gniezno

ORTOPEDA ROKU

1 miejsce	**Krzysztof Spychalski**, Centrum Medyczne HCP, Poznań
2 miejsce	**dr n. med. Paweł Michalski**, SPZOZ MSWiA im. prof. Ludwika Bierkowskiego, Poznań
3 miejsce	**Artur Zagwojski**, Orto proSport, Kalisz

FIZJOTERAPEUTA ROKU

1 miejsce	**Anna Rubik**, Centrum Fizjoterapii ANS, Piła
2 miejsce	**Agata Strugała**, Wielospecjalistyczny Szpital Miejski im. Józefa Strusia z Zakładem Opiekuńczo Leczniczym SPZOZ, Poznań
3 miejsce	**Wioleta Stelmaszyk**, Gabinet Fizjoterapii Wioleta Stelmaszyk, Opalenica

eprasa.pl 05f5bf10be

WSZYSCY LAUREACI PLEBISCYTU HIPOKRATES 2025

KARDIOLOG ROKU	
1 miejsce	**dr n. med. Andrzej Sieńko**, Neomedica, Poznań
2 miejsce	**dr n. med. Marek Zieliński**, Wojewódzki Szpital Zespolony im. Ludwika Perzyny, Kalisz
3 miejsce	**Iga Pietrzak**, SPZOZ im. doktora Kazimierza Hołogi, Nowy Tomyśl

NEUROLOG ROKU	
1 miejsce	**Marta Dziedzic**, Wojewódzki Szpital Zespolony im. Ludwika Perzyny, Kalisz
2 miejsce	**Monika Górna-Głowska**, Szpital Powiatowy im. Tadeusza Malińskiego, Śrem
3 miejsce	**Joanna Weiss-Dobosiewicz**, Centrum Zdrowia Rodziny, Kamionki

UROLOG/NEFROLOG ROKU	
1 miejsce	**Piotr Piasecki**, Centrum Medyczne Kawiary, Gniezno
2 miejsce	**dr n. med. Piotr Cieśliński**, Specjalistyczny Gabinet Urologiczny, Poznań
3 miejsce	**Marcin Piechota**, Centrum Medyczne Topsmed i Centrum Gastrologiczne Górczyn, Poznań

OKULISTA ROKU	
1 miejsce	**Mateusz Paluch**, OcuMedica, Poznań
2 miejsce	**Kamil Świergosz**, Szpital Specjalistyczny im. Stanisława Staszica, Piła
3 miejsce	**dr n. med. Magdalena Maleszka-Kurpiel**, OPTEGRA Klinika Okulistyczna, Poznań

ONKOLOG ROKU	
1 miejsce	**dr n. med. Łukasz Galus**, Uniwersytecki Szpital Kliniczny, Poznań
2 miejsce	**Joanna Stanisławiak-Rudowicz**, Szpital Powiatowy, Września
3 miejsce	**prof. dr med. Danuta Januszkiewicz-Lewandowska**, Szpital Kliniczny im. Karola Jonschera UM, Poznań

DERMATOLOG ROKU	
1 miejsce	**Patrycjusz Purol**, Centrum Medyczne Kawiary, Gniezno
2 miejsce	**Małgorzata Hendzel**, Gabinet dermatologiczny, Poznań
3 miejsce	**Jadwiga Żuchowska**, Specjalistyczne Gabinety Lekarskie, Leszno

LARYNGOLOG ROKU	
1 miejsce	**Tatiana Fijałkowska-Ratajczak**, Gabinety Młyńska 16, Poznań
2 miejsce	**Łukasz Bartkowiak**, Specjalistyczny Gabinet Laryngologiczny Łukasz Bartkowiak, Poznań
3 miejsce	**dr n. med. i o zdr. Karol Myszel**, Wielkopolskie Centrum Słuchu i Mowy Medincus, Konin

PSYCHIATRA ROKU	
1 miejsce	**Kinga Gil**, Gabinet Lekarski Kinga Gil, Żuki
2 miejsce	**Katarzyna Twardowska**, Psychiatra Katarzyna Twardowska, Chocicza
3 miejsce	**Ewa Kudlińska**, Wojewódzki Zakład Opieki Psychiatrycznej, Sokołówka

PSYCHOLOG/PSYCHOTERAPEUTA ROKU	
1 miejsce	**Edyta Wesołowska**, Gabinet Psychologiczny - Edyta Wesołowska, Swarzędz
2 miejsce	**Łukasz Gnioch**, Centrum Kształtowania Umiejętności Społecznych Intellegere, Poznań
3 miejsce	**Beata Radomska**, Psycholog Beata Radomska, Poznań

RATOWNIK MEDYCZNY/RATOWNIK PRZEDMEDYCZNY ROKU	
1 miejsce	**Łukasz Krypel**, Centrum Medyczne HCP, Poznań
2 miejsce	**Beata Kucz**, SPZOZ im. Doktora Kazimierza Hołogi, Nowy Tomyśl
3 miejsce	**Marek Manuszak**, Szpital Pomnik Chrztu Polski, Gniezno

FARMACEUTA/TECHNIK FARMACEUTYCZNY ROKU	
1 miejsce	**Aleksandra Miłos**, Apteka Pamiątkowa, Budzisław Kościelny
2 miejsce	**Wiktoria Grabowska**, Apteka z sercem, Koziegłowy
3 miejsce	**Małgorzata Karpińska**, Apteka Na Starówce, Poznań

RADIOLOG/TECHNIK ELEKTRORADIOLOG ROKU	
1 miejsce	**Jakub Potoczny**, Wielkopolskie Centrum Onkologii, Flosmed, FEMEA, Poznań
2 miejsce	**Adam Garkowski**, JEKAradiologia, Poznań
3 miejsce	**Agnieszka Plucińska**, Med Center, Gniezno

MENEDŻER PLACÓWKI MEDYCZNEJ ROKU	
1 miejsce	**Daria Ratajczak**, Enelmed Oddział Kupiec Poznański, Poznań
2 miejsce	**Magdalena Kuncewicz**, SPZOZ MSWiA im. prof. Ludwika Bierkowskiego, Poznań
3 miejsce	**Anna Zielińska**, Wojskowa Specjalistyczna Przychodnia Lekarska SPZOZ, Poznań

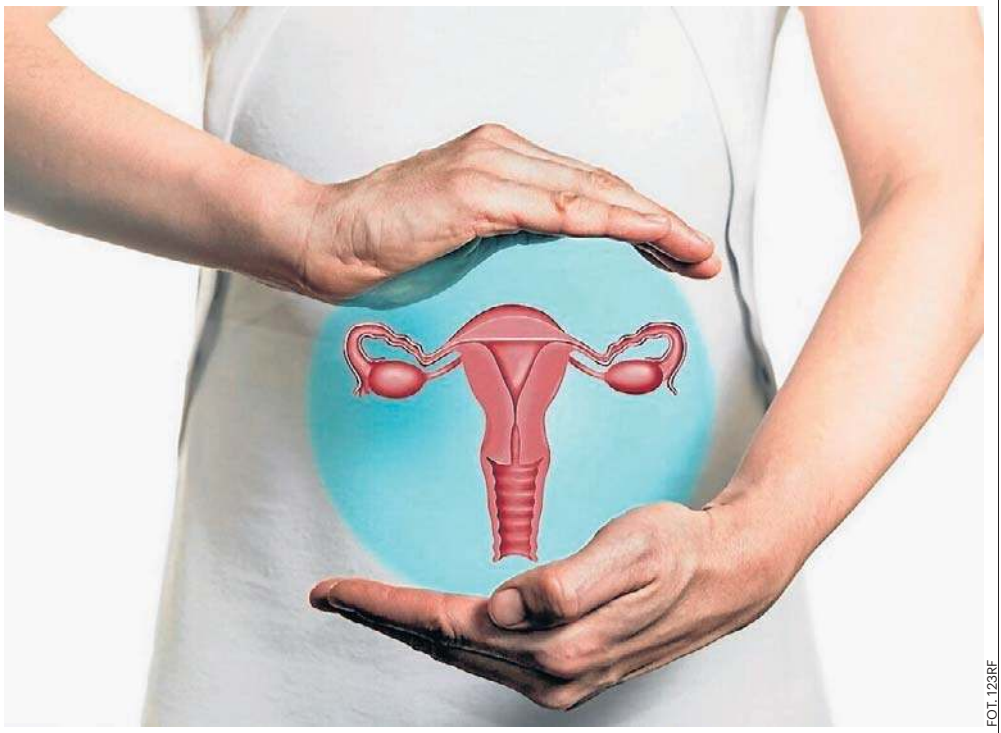
SZPITAL ROKU	
1 miejsce	**SPZOZ MSWiA im. prof. Ludwika Bierkowskiego**, Poznań, Dojazd 34
2 miejsce	**Wielospecjalistyczny Szpital Miejski im. Józefa Strusia**, Poznań, Szwajcarska 3
3 miejsce	**SPZOZ im. doktora Kazimierza Hołogi**, Nowy Tomyśl, Sienkiewicza 3

AUTOREKLAMA
Polecamy →
strona zdrowia
Czytaj dla zdrowia
stronazdrowia.pl

Nie tylko bóle brzucha. Pierwsze objawy raka szyjki macicy są bardzo dyskretne

Agata Siemaszko
agata.siemiaszko@polskapress.pl

Rak szyjki macicy to częsty kobiecy nowotwór, atakujący coraz młodsze osoby. Profilaktyka tego schorzenia opiera się na regularnym wykonywaniu cytologii.



FOT. 123RF

Rak szyjki macicy dotyka najczęściej kobiety między 40. a 49. rokiem życia

Rak szyjki macicy to złośliwy nowotwór, który dotyka najczęściej kobiety między 40. a 49. rokiem życia, jednak coraz częściej rozpoznaje się go u młodszych pacjentek.

Pierwsze objawy tego schorzenia bywają niespecyficzne, dlatego łatwo pomylić je z symptomami zaburzeń hormonalnych, infekcji intymnej lub napięcia przedmiesiączkowego.

Jak rozwija się rak szyjki macicy?

To złośliwy nowotwór, który dotyka najczęściej kobiety między 40. a 49. rokiem życia, jednak coraz częściej rozpoznaje się go u młodszych pacjentek. Co roku zapada na niego blisko 3 tys. Polek, a umiera prawie 1,5 tysiąca.

Nowotwór ten najczęściej rozwija się wskutek zakażenia wirusem brodawczaka ludzkiego (HPV). Atakuje on komórki nabłonka szyjki macicy, a następnie uszkadza je i powoduje bardzo szybki oraz niekontrolowany rozrost komórek o nieprawidłowej budowie.

Zanim dojdzie do rozwoju raka szyjki macicy, można zaobserwować wewnątrznabłonkową dysplazję, czyli nieprawidłowość w budowie komórek wyściełających szyjkę. Szacuje się, że od momentu wykrycia dysplazji a pojawienia się nowotworu upływa od trzech do dziesięciu lat. Dlatego bardzo ważne jest regularne wykonywanie badań profilaktycznych, w tym badania cytologicznego, które stanowi najdokładniejszą metodę diagnostyczną w kierunku raka szyki macicy.

Główne czynniki rozwoju raka szyjki macicy

Ginekolodzy i onkolodzy sugerują, że największy wpływ na pojawienie się tego typu nowotworu mają:

- zakażenie wirusem brodawczaka ludzkiego (HPV),
- wczesne rozpoczęcie współżycia,
- duża liczba partnerów seksualnych,
- długoletnie stosowanie antykoncepcji hormonalnej,
- choroby weneryczne, w tym zakażenie chlamydią, rzęsistkiem pochwowym czy kiła.

Nie ma jednego i skutecznego sposobu zapobiegania rozwojowi złośliwego nowotworu szyjki macicy, jednak najważniejszym elementem profilaktyki jest regularne wykonywanie cytologii. Takie badanie warto wykonywać przynajmniej raz na trzy lata, a najlepiej co roku. Wykrycie raka w I stopniu daje 98 proc. szanse na pełne wyleczenie - informuje Ministerstwo Zdrowia.

Kolejnym elementem profilaktyki są szczepienia przeciwko HPV, które należy wykonać u dziewczynek między 11. a 12. rokiem życia. Szczepionka nie leczy istniejącego już zakażenia, jednak z dużą skutecznością zmniejsza ryzyko zakażenia wirusem HPV, co dodatkowo obniża ryzyko rozwoju raka szyjki macicy.

Te symptomy mogą oznaczać nowotwór kobiecy

Pierwszym objawem raka szyjki macicy są zaburzenia cyklu miesiączkowego. Kobiety z tym rodzajem nowotworu najczęściej skarżą się na przedłużające się, a także bardziej obfite krwawienia. Dodatkowo niekiedy kobiety mogą zaobserwować drobne skrzepy we krwi miesiączkowej. Jednak ten objaw nie musi oznaczać od razu raka, ponieważ może sugerować zaburzenia hormonalne, endometriozę lub mięśniaki macicy.

Kolejnym niecharakterystycznym objawem złośliwego nowotworu szyjki macicy są krwawienia śródcykliczne.

Takie plamienie trwa zazwyczaj 1-2 dni, a kolor krwi jest czerwony, rzadziej brunatny. Niepokojącym objawem, który powinien skłonić do bezzwłocznej wizyty u ginekologa, jest krwawienie u kobiet po menopauzie.

Niepokojącym objawem, który może sugerować rozwój raka szyjki macicy, jest silny ból podczas współżycia. Jednak ta dolegliwość może świadczyć również o innych schorzeniach, w tym wadach anatomicznych układu rozrodczego, endometriozie, stanach zapalnych pochwy i zakażeniach bakteryjnych. Dodatkowo ból podczas współżycia może pojawiać się wskutek stresu lub zaburzeń psychicznych.

Nawracający ból, a także krwawienie po stosunku powinno skłonić kobietę do wizyty u ginekologa w celu poszerzenia diagnostyki.

Parcie na pęcherz i częste oddawanie moczu to kolejne symptomy, które pojawiają się u kobiet z nowotworem szyjki macicy. Dodatkowo można zaobserwować ból podczas mikcji, a w zaawansowanym stadium choroby niekiedy pojawia się krew w moczu.

Częsta potrzeba korzystania z ubikacji nie musi od razu oznaczać raka, ponieważ to również powszechny objaw zapalenia dróg moczowych.

Kobiety z rakiem szyjki macicy często skarżą się również na dyskomfort brzucha i okolicy lędźwiowej, który przypomina objawy napięcia przedmiesiączkowego.

Ten symptom pojawia się również w wyniku endometriozy, dlatego w przypadku nawracających dolegliwości, które uniemożliwiają codzienne funkcjonowanie, warto skonsultować się z ginekologiem.

WARTO WIEDZIEĆ

Czym jest cytologia?
Cytologia jest procedurą przesiewową w kierunku raka szyjki macicy. Sprawdza obecność komórek przedrakowych lub rakowych z tarczy i kanału szyjki macicy. Podczas badania komórki z szyjki macicy są delikatnie zdrapywane, a następnie badane pod kątem „nienormalnego wzrostu" – karcynogenezy. Procedurę przeprowadza się w gabinecie ginekologicznym. Może to być niekomfortowe badanie, ale zwykle nie powoduje większego bólu.

FOT. 123RF

Objawy problemów oddechowych można łagodzić za pomocą ziół

Łagodzą kaszel. Pomogą przy alergiach i infekcjach

Anna Rokicja-Żuk
redakcja@stronazdrowia.pl

Jak naturalnie oczyścić zatoki, płuca i oskrzela, by je wzmocnić i zmniejszyć stan zapalny? Te rośliny sprawią, że odetchniesz z ulgą.

1. Hyzop

Ziele hyzopu lekarskiego (Hyssopus officinalis), czyli kwitnące szczyty pędów, zawiera substancje o działaniu przeciwzapalnym i wykrztuśnym, a także antyseptycznie i ściągająco. Roślina jest polecana przy przewlekłym zapaleniu oskrzeli oraz astmie oskrzelowej, choć również stosowana w kuchni jako przyprawa. Warto pamiętać, że sięganie po niego nie jest wskazane w ciąży i w przypadku epilepsji, a także alergii na jasnotowate.

2. Ślazy

Rośliny ślazowate (ślazy), takie jak ślaz dziki (Malva sylvestris, na zdjęciu), prawoślaz lekarski (Althaea officinalis) czy malwa czarna, inaczej ogrodowa - czyli prawoślaz różowy (Althaea rosa) łączy jedna ważna cecha: obfitują w substancje śluzowe, zawarte w kwiatach, korzeniu i/lub liściach. Działają one osłaniająco i powlekająco na śluzówkę, łagodząc podrażnienia i suchość, a przez to odruch kaszlu, a także wspomagając gojenie stanów zapalnych jamy gardła, krtani i oskrzeli.

3. Eukaliptus

Liście eukaliptusa gałkowego (Eucalyptus globulus), czyli jego ziele, obfitują w lotny olejek o działaniu na oskrzela, które polega na zmniejszaniu wydzielania śluzu i jego lepkości. Upłynnia wydzielinę i działa rozkurczowo, ułatwiając jej odprowadzanie. Właściwości przeciwkaszlowe w połączeniu z tymi antyseptycznymi i przeciwzapalnymi czynią eukaliptusowy olejek eteryczny szczególnie skutecznym w leczeniu chorób oddechowych, zwłaszcza dotyczących oskrzeli, gardła i nosa. Ziele i olejek poleca się w krótkotrwałych kuracjach.

4. Miodunka

Ziele miodunki plamistej (Pulmonaria officinalis) zawiera składniki o działaniu wykrztuśnym, osłaniającym i słabo ściągającym, czyli ograniczającym przekrwienie błon śluzowych. Natomiast związki krzemu wzmacniają tkanki płuc i wspierają regenerację ich uszkodzeń. Zaleca się, by stosować ją u osób dorosłych jako składnik mieszanek.

FOT. 123RF

Liść babki lancetowatej zawiera cenne antyoksydanty o działaniu przeciwzapalnym i rozkurczającym oskrzela

eprasa.pl 05f5bf10be

Głos Wielkopolski
Środa, 28.01.2026

W przychodniach rośnie problem, o którym mało się mówi. 143 dni wstydu

FOT. 123RF

W Polsce średni czas oczekiwania na wizytę u psychologa na NFZ wynosi obecnie niemal pięć miesięcy. W przypadku psychoterapii kolejki bywają jeszcze dłuższe – od kilku miesięcy do kilku lat

Barbara Wesoła
barbara.wesola@polskapress.pl

Coraz lepiej rozumiemy, że zdrowie psychiczne jest równie ważne jak fizyczne – że każdy z nas je posiada, choć bywa w lepszej lub gorszej kondycji.

Wymaga profilaktyki, diagnostyki, czasem leczenia na ostrym dyżurze, a czasem leczenia przez całe życie. Problem polega na tym, że choć społeczna świadomość rośnie, dostęp do specjalistycznej pomocy w publicznym systemie ochrony zdrowia wciąż pozostaje mocno ograniczony. Skala wyzwań jest duża.

Niemal połowa dorosłych Polek i Polaków doświadczyła w swoim życiu objawów obniżonego nastroju, a 23 proc. badanych deklarowało takie objawy w momencie badania – wynika z raportu „Dobrostan psychiczny w Polsce", przygotowanego przez Instytut Psychologii Polskiej Akademii Nauk.

To pokazuje, że problemy ze zdrowiem psychicznym nie są zjawiskiem marginalnym, lecz dotyczą znacznej części społeczeństwa.

Psycholog, psychoterapeuta czy psychiatra stanowią ważny, ale wciąż niedoceniany element systemu zdrowia.

W poradniach działających w ramach NFZ gabinet psychologa lub psychoterapeuty nie jest standardem, a kolejki do poradni zdrowia psychicznego potrafią trwać miesiącami. W efekcie coraz więcej osób decyduje się na prywatną pomoc, gdzie o termin jest łatwiej. Wielu jednak zrezygnuje z niej ze względu na koszty.

Psycholog, psychiatra psychoterapeuta

Choć te role często się przenikają, różnice między nimi są istotne, zwłaszcza na początku drogi po pomoc.

Psycholog zajmuje się przede wszystkim diagnozą i oferuje konsultacje psychologiczne, doradcze. Nie przepisuje leków ani nie wystawia zwolnień lekarskich. Często to pierwszy specjalista, do którego trafiają osoby z pogorszeniem samopoczucia.

Psychoterapeuta prowadzi regularną terapię – zwykle długoterminową – ukierunkowaną na zmianę utrwalonych wzorców myślenia, emocji i zachowań. Jest wiele nurtów terapeutycznych, a zarówno psychologowie, jak i terapeuci chętnie sięgają po dodatkowe szkolenia i badania, aby jak najbardziej holistycznie wspierać swoich klientów i pacjentów.

Psychiatra jest lekarzem, diagnozuje medycznie zaburzenia psychiczne, przepisuje leki, może wystawić L4 lub skierować na hospitalizację.

W praktyce leczenie często łączy kilka form pomocy: farmakoterapię, psychoterapię i wsparcie psychologiczne.

Coraz częściej spotyka się także psychoterapeutów z wykształceniem psychologicznym, którzy w swojej praktyce łączą wiedzę i metodykę z obu dziedzin.

Jak długo czeka się na wizytę?

W Polsce nie istnieje rejestr liczby psychologów i psychoterapeutów pracujących w ramach NFZ. Szacunki wskazują, że choć ogółem działa kilkanaście tysięcy specjalistów, w publicznym systemie jest ich zdecydowanie za mało, a luka terapeutyczna obejmuje znaczną część potrzebujących.

Średni czas oczekiwania na wizytę u psychologa na NFZ wynosi obecnie około 143 dni, czyli niemal pięć miesięcy. Różnice regionalne są ogromne: od kilkudziesięciu dni w niektórych województwach do ponad 200 dni w innych. W przypadku psychoterapii kolejki bywają jeszcze dłuższe: od kilku miesięcy do nawet dwóch lat.

Dostęp do psychiatry bywa nieco lepszy niż do psychoterapii, ale też nierówny.

W części regionów możliwe są wizyty w ciągu kilku, kilkunastu dni, w dużych miastach terminy sięgają jednak kilku miesięcy.

Szczególnie trudna jest sytuacja dzieci i młodzieży. Choć w niektórych poradniach terminy są dostępne w ciągu kilku dni, w dużych aglomeracjach rodzice słyszą o oczekiwaniu liczonym w miesiącach, a nawet ponad rok.

Jednocześnie badania pokazują, że najwyższe nasilenie objawów depresyjnych dotyczy osób w wieku od 18 do 24 lat.

Polska należy do krajów z najniższą liczbą psychiatrów i psychologów na 100 tysięcy mieszkańców w Europie.

WARTO WIEDZIEĆ

Płatne wizyty dostępne są niemal od ręki

W sektorze prywatnym dostępność jest nieporównywalnie lepsza. Pierwszą wizytę u psychologa, psychoterapeuty czy psychiatry często można umówić w ciągu kilku dni, a czasem nawet tego samego dnia – również online.

Koszty są znaczące: psycholog lub psychoterapeuta liczy sobie 150-350 złotych za 50-60 minut, psychiatra 250-500 zł za wizytę.

Mimo długich kolejek, Polacy częściej korzystają z pomocy psychologicznej w ramach bezpłatnego leczenia niż prywatnie. 42 procent badanych deklaruje korzystanie z pomocy psychologa w ramach NFZ.

Kamica nerkowa powiązana z rakiem nerki? Sprawdź, czy masz powody do obaw

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

Kamienie nerkowe to problem znany lekarzom od dawna, ale w ostatnich latach coraz częściej pojawia się w kontekście chorób nowotworowych.

Powód jest prosty: kamica zwykle wymaga regularnych kontroli i badań obrazowych, dlatego łatwiej zauważyć inne nieprawidłowości w obrębie nerek.

Kamica nerkowa pod lupą badaczy

W najnowszym przeglądzie systematycznym i metaanalizie autorzy dokonali kompleksowego przeszukania baz danych MEDLINE, EMBASE oraz CENTRAL, obejmującego publikacje dostępne do grudnia 2024 roku.

Do analizy włączono 13 badań obserwacyjnych, w których porównywano osoby z przebytą kamicą nerkową z osobami bez takiego wywiadu. W większości badań stwierdzono wyższe ryzyko raka nerki u pacjentów z kamicą nerkową, przy czym zależność tę potwierdzono w 11 z 13 analiz.

Związek ten był widoczny zarówno u kobiet, jak i u mężczyzn, oraz w różnych grupach wiekowych. Co istotne, utrzymywał się niezależnie od rodzaju badania czy kraju, w którym było prowadzone.

Rola tomografii komputerowej a rak nerki

Największe różnice dotyczyły badań opublikowanych w ostatnich latach. W nowszych analizach związek kamicy z rakiem nerki był znacznie silniejszy niż w starszych.

Jednym z możliwych wyjaśnień jest coraz częstsze stosowanie tomografii komputerowej. To badanie pozwala bardzo dokładnie ocenić nerki i często ujawnia niewielkie guzy, które wcześniej pozostałyby niezauważone. U osób z kamicą takie badania wykonuje się znacznie częściej niż w populacji ogólnej.

Autorzy badań zwracają uwagę, że osoby pozostające pod czynną obserwacją z powodu kamicy nerkowej są znacznie częściej poddawane badaniom tomografii komputerowej – nawet dziesięciokrotnie częściej niż osoby, które nie borykają się z tym problemem zdrowotnym.

Czujność zamiast strachu

Ponieważ promieniowanie jonizujące jest uznanym czynnikiem kancerogennym, nie można wykluczyć, że obserwowany wzrost ryzyka raka nerki jest częściowo związany z intensywniejszą diagnostyką obrazową. Jednocześnie podkreślono, że zależność ta wymaga dalszych badań, które pozwolą odróżnić wpływ ekspozycji na promieniowanie od możliwych mechanizmów biologicznych łączących kamicę nerkową z rozwojem nowotworu.

Autorzy podkreślają, że uzyskane wyniki nie uzasadniają rutynowych badań przesiewowych u wszystkich pacjentów z kamicą nerkową. Wskazują raczej na potrzebę zwiększonej czujności klinicznej i dokładniejszego monitorowania chorych, tak aby w razie podejrzenia nowotworu szybciej rozpocząć diagnostykę.

Zwracają również uwagę, że dalsze badania są konieczne, by lepiej wyjaśnić źródło tej zależności i ustalić optymalne postępowanie.

FOT. GETTY IMAGES

Kamica wymaga od pacjentów regularnych kontroli i badań obrazowych

eprasa.pl 05f5bf10be

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

ZATRUCIA POKARMOWE W PODRÓŻY

Jakie są przyczyny?

Biegunka podróżnych, nazywana również potocznie „zemstą faraona" lub „zemstą sułtana", związana jest z podróżą najczęściej do kraju o słabych standardach higienicznych. Do zakażenia dochodzi drogą fekalno-oralną, przez skażoną wodę i pokarm lub przez nieprzestrzeganie podstawowych zasad higieny osobistej. W 80 proc. przypadków biegunka podróżnych spowodowana jest przez zakażenie pałeczką okrężnicy (Escherichia coli) – mowa tu o enterotoksycznych i enteroagregacyjnych szczepach tej bakterii. Co ważne, istnieje zależność między prawdopodobieństwem zachorowania na biegunkę podróżnych a docelowym miejscem naszej podróży.

Jakie są najczęstsze czynniki ryzyka?

Bezpośrednią przyczyną biegunki w podróży jest zakażenie patogenami chorobotwórczymi na skutek nieprzestrzegania podstawowych zasad. Przebywając w krajach o wysokim ryzyku zakażenia biegunką podróżnych, należy wystrzegać się spożywania takich produktów, jak: ciasta z kremem lub ze śmietaną, wody z kranu, wody z lodem, owoce morza, sery, zimne przekąski, ostre sosy, sałatki, surowe warzywa i mleko. Warto też unikać spożywania posiłków w takich miejscach, jak: przydrożne bary i zajazdy, bary uliczny oraz restauracje bez certyfikatu bezpieczeństwa.Kluczowe czynniki ryzyka to kierunek wyjazdu (tropiki), pora roku (lato), młody wiek, obniżona odporność oraz styl podróżowania (niskobudżetowy, samodzielny).

Jaki zapobiegać biegunce w podróży?

Osoby, które podróżują do krajów o wysokim ryzyku zachorowania na biegunkę podróżnych, powinny pamiętać o kilku najważniejszych zasadach profilaktycznych. Należy przestrzegać podstawowych zasad higieny osobistej: myć ręce przed posiłkiem i przed przygotowaniem posiłków. Trzeba unikać picia wody i spożywania pokarmów niewiadomego pochodzenia (np. od ulicznych sprzedawców). Zawsze myć i obierać owoce ze skórki. Unikać spożywania surowych warzyw i owoców. Pić wyłącznie wodę butelkowaną.

Jakie są najczęstsze objawy biegunki w podróży?

Biegunka podróżnych jest zaliczana do ostrych infekcji układu pokarmowego. Trwa ona zazwyczaj 3-5 dni, a wśród jej głównych objawów można wymienić: ogólne osłabienie organizmu, wodniste stolce, wzdęcia, nudności i wymioty, podwyższona temperatura ciała, wzdęcia, obniżone łaknienie, bóle kostno-stawowe. Objawy pojawiają się nagle, zazwyczaj w ciągu pierwszych dni podróży (1-2 tydzień). Dolegliwości ustępują z reguły po kilku dniach. Czasami symptomy choroby ujawniają się po powrocie z wyjazdu.

Jak przebiega leczenie biegunki w podróży?

Leczenie biegunki podróżnych nie różni się od leczenia stosowanego przy innych ostrych infekcjach układu pokarmowego. Podstawą jest picie dużych ilości wody po to, by zapobiec odwodnieniu organizmu. Oprócz tego można stosować loperamid, który zmniejsza liczbę wypróżnień i łagodzi dotkliwość objawów choroby. W ciężkich przypadkach biegunki podróżnej można zastosować antybiotykoterapię. Najczęstszym antybiotykiem stosowanym przy biegunce podróżnych jest rifaksymina, która charakteryzuje się szerokim spectrum działania antybakteryjnego. W przypadku ostrego przebiegu biegunki podróżnych zaleca się jednodniową głodówkę, uzupełnianie płynów, wyeliminowanie warzyw, owoców, mleka, a także napojów zawierających kofeinę. Wraz z upływem czasu i ustępowaniem objawów choroby należy stopniowo uzupełniać dietę.

Jakie leki stosować w leczeniu biegunki w podróży?

W podróżnej apteczce na biegunkę warto mieć loperamid (Stoperan, Imodium) do szybkiego hamowania objawów, nifuroksazyd działający odkażająco oraz probiotyki (Enterol) i elektrolity (np. Orsalit) w celu nawodnienia. W przypadku cięższych, bakteryjnych infekcji lekarz może zalecić antybiotyki takie jak azytromycyna lub rifaksymin.

Czy jedzenie śniegu jest bezpieczne?

Gabriela Fedyk
redakcja@stronazdrowia.pl

Białe, delikatne płatki śniegu padające z nieba lub leżące grubą warstwą na ziemi i roślinach aż kuszą, żeby otworzyć usta i trochę ich „zjeść".

FOT. PIXABAY

Jeżeli kusi cię, żeby złapać trochę płatków śniegu na język albo polizać śnieżkę zrobioną ze świeżo opadłego śniegu, prawdopodobnie nic ci się nie stanie. Ale nie przesadzaj!

Jedzenie śniegu nie jest zabronione, ale nie jest też zalecane. Do kwestii jedzenia śniegu odnieśli się eksperci. Centers for Disease Control and Prevention (CDC) nie podaje oficjalnych wytycznych, choć zauważa, że jedzenie śniegu nie jest dobrym pomysłem, jeśli gdzieś utkniemy (np. na wycieczce w górach czy w samochodzie). Zjedzenie śniegu obniży wewnętrzną temperaturę ciała; w przypadkach ekstremalnych ważne jest pozostać w cieple tak długo, jak to możliwe.

Dr Ryan Marino, toksykolog, zdaje sobie sprawę, że ludzie i tak będą jeść śnieg. Choć nie pochwala tego, to twierdzi, że zjedzenie małej ilości śniegu nie powinno być szkodliwe.

– Jeśli zamierzasz go zjeść, radziłbym, żebyś to robił, gdy jest świeży – zastrzega dr Marino.

Małe ilości śniegu nie powinny być szkodliwe, ale należy zwrócić uwagę na pewne kwestie. Śnieg nie powinien być ani stary, ani bardzo świeży.

– Powinieneś pozwolić śniegowi spaść na chwilę, zanim nabierzesz go do ust – powiedział dr Marino.

Przed jedzeniem świeżego śniegu ostrzega też portal thekitchn.com. Wiąże się to z zanieczyszczeniami, które znajdują się w powietrzu i na ziemi.

„Śnieg, który świeżo spadł, brzmi czysto, ale kilka pierwszych płatków nie są tymi, które chcesz zjeść! Dzieje się tak, ponieważ działają one jak oczyszczacz dla zanieczyszczeń zarówno w powietrzu, jak i na ziemi" – czytamy na thekitchn.com.

Śnieg, który nie powinien być jedzony, to:

- żółty śnieg,
- brudny śnieg,
- stary, topniejący,
- śnieg, który świeżo spadł.

Jaki śnieg nadaje się do zjedzenia?

„Najbezpieczniej? Zbieraj śnieg do jedzenia po tym, jak padał przez godzinę lub dwie, i unikaj jedzenia śniegu w bardzo wietrzne dni" – podaje portal thekitchn.com.

Dodatkową ochronę ma zapewnić zbieranie śniegu do miski, choć i to nie zapewni pełnej ochrony przed zanieczyszczeniami. W zależności od tego, co znajduje się w śniegu, zjedzenie zbyt dużej jego ilości (ale naprawdę dużej!) może skończyć się nieprzyjemnymi dolegliwościami, jak np.:

- rozstrój żołądka,
- wymioty,
- biegunka,
- infekcja.

Jeżeli kusi cię, żeby złapać trochę płatków śniegu na język albo polizać śnieżkę zrobioną ze świeżo opadłego śniegu, prawdopodobnie nic ci się nie stanie. Ale nie przesadzaj.

– Wszystko z umiarem, nawet śnieg – mówi dr Diane Calello, dyrektor medyczny i wykonawczy New Jersey Poison Information and Education System oraz profesor nadzwyczajny medycyny ratunkowej w Rutgers New Jersey Medical School.

Popularnym stwierdzeniem jest, że śnieg to zamarznięta woda, przez co nadaje się do spożycia,szczególnie w warunkach, w których brakuje nam wody. Jest to jednak mit. Śnieg nie nawadnia organizmu, a może przynieść wręcz odwrotny skutek.

Podkreślmy: spożywanie śniegu to nie jest to samo, co picie wody. Dlaczego? Śnieg jest ciałem stałym, które, zanim stanie się płynem, musi się stopić. Komórki i narządy w ciele potrzebują wody w stanie ciekłym, więc ciało musi pracować, aby podgrzać i stopić śnieg po spożyciu. Przez to, że narządy muszą pracować ciężej, aby ogrzać śnieg i stopić go, nastąpi dalsze odwodnienie organizmu, a nie nawodnienie. Efekt jest więc zupełnie inny niż byśmy oczekiwali – nadal będziemy tracić więcej wody niż przyjmować.

Podkreślmy, że w warunkach, gdzie śnieg jest jedyną opcją nawodnienia organizmu, przed spożyciem należy go stopić, aby zapobiec dalszemu odwodnieniu i hipotermii.

Co ważne, śnieg powinien być czysty – zanieczyszczony może doprowadzić do innych dolegliwości niż odwodnienie.

O śniegu mówi się, że nie ma smaku. Jednak próbując go, można coś poczuć. Smak czystego śniegu można porównać do zimnej, czystej wody (jeżeli śnieg jest czysty, a innego lepiej nie wkładać do ust).

Dzieci, których rodzice pozwalają spróbować, jak smakuje śnieg, często mówią, że jest pyszny.

Choć jedzenie śniegu może wydawać się nieszkodliwe, to może być ryzykowne. Śnieg może zawierać różne zanieczyszczenia i brud, przez co może stać się niezdatny do spożycia.

WAŻNE

Cenny w warunkach ekstremalnych

Śnieg może stać się cennym zasobem w sytuacji przetrwania, pod warunkiem odpowiedniego wykorzystania. Kluczowe jest tutaj stopienie śniegu przed spożyciem. Proces topienia zamienia śnieg w wodę, co nie tylko ułatwia spożycie, ale także minimalizuje ryzyko obniżenia temperatury ciała. Stopiony śnieg powinien być traktowany jak każde inne źródło wody – najlepiej jest go przefiltrować i przegotować, by zminimalizować ryzyko zakażenia. Zjadanie zanieczyszczonego śniegu może prowadzić do różnorodnych problemów zdrowotnych – od zatrucia po poważne choroby żołądkowe.

eprasa.pl 05f5bf10be

Jest szereg badań, które potwierdzają, że kontakt bosej stopy z ziemią to darmowe lekarstwo na wiele bolączek

Klaudia El Dursi na InstaStories Fot. Sylwia Dąbrowa

Z ŻYCIA GWIAZD

Viki Gabor uśmiecha się delikatnie
18-letnia wokalistka zaskoczyła fanów, publikując krótkie nagranie z romantycznej kolacji z ukochanym Giovannim Trojankiem. Widzimy na filmiku delikatnie uśmiechniętą Viki, a potem Giovanniego, który również się uśmiecha, nagrywa partnerkę i... żuje gumę. Piosenkarka ozdobiła wpis białym serduszkiem.

Roksana Węgiel spędziła girls day
Piosenkarka zaprosiła swą mamę do Warszawy, aby wzięła udział w jej spocie reklamowym. „Odwiedziła mnie mama, z którą spędziłam girls day. To był super czas! Wybrałyśmy się na spacer, do fryzjera i na kawę" – napisała Roksana pod filmikiem. „Wyglądacie jak dwie krople wody" – zawyrokowali internauci.

Agnieszka Kaczorowska miała kilka dni spokoju
Celebrytka wybrała się na ferie do Karpacza, gdzie towarzyszył jej Marcin Rogacewicz z gromadką swoich dzieci. Kadrami z wypadu podzieliła się z obserwującymi jej Instagrama. Pod fotografiami napisała: „Piękne ferie za nami! Karkonosze skradły nasze serca. Może dlatego, że trafiliśmy na bardzo małą ilość ludzi, a lubimy w spokoju... i może dlatego, że przez 5 dni z 7 było pełne słońce w dzień, a nocą niebo pełne gwiazd. To był dobry czas".
(GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa

W TELEWIZJI

Sposób na świętego
TV Puls, 20:00
Gdy Billy zamiast wymarzonego prezentu znajduje w gwiazdkowej skarpecie bryłę węgla, jego rozczarowanie jest ogromne. Święty Mikołaj, który w ten sposób traktuje dzieci, zasługuje na ukaranie. Nastolatek decyduje się wynająć płatnego mordercę, by ten wytropił Gwiazdora i odpłacił mu pięknym za nadobne.

Chrzciny
TVP Kultura, 20:00
Marianna (Katarzyna Figura), gorliwa katoliczka, postanawia wykorzystać chrzciny najmłodszego wnuka do pojednania skłóconych od lat dzieci. Nieoczekiwanie przeszkodzi jej w tym generał Jaruzelski, który ogłasza tego dnia stan wojenny...

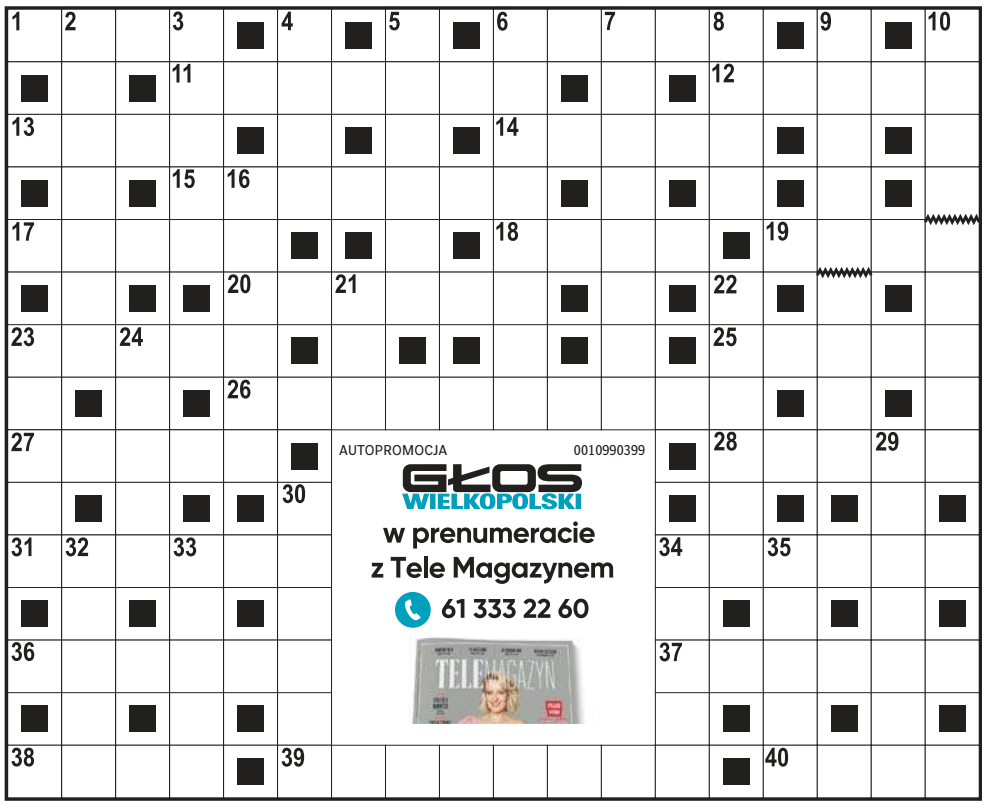
Zielona mila
TVN, 20:55
Rozgrywająca się w 1935 r. historia niezwykłej więzi strażnika w pawilonie skazanych na śmierć (Tom Hanks) z jednym z osadzonych (Michael Clarke Duncan)... Adaptacja powieści Stephena Kinga o tym samym tytule.

Elon Musk: czy będzie rządził światem?
BBC Brit, 22:00
Jakie plany ma Elon Musk? Czy planuje on kształtować przyszłość Stanów Zjednoczonych i zachodnich społeczeństw? Dlaczego zainteresował się Wielką Brytanią i czy, oraz jak, może wpływać na strukturę polityczną państw?

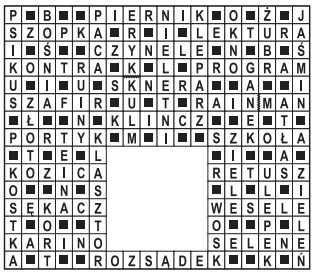
KRZYŻÓWKA NR 14

Poziomo:
1) uderza z jasnego nieba,
6) oferowanie towarów na sprzedaż,
11) ozdobna chustka na szyję,
12) początkujący w jakimś zawodzie,
13) roślina do majenia, tatarak,
14) duże wiadro z drewnianych klepek,
15) wysokie obuwie do jazdy konnej,
17) broń Wilhelma Tella,
18) boisko dla Huberta Hurkacza,
19) dokuczliwe zimno, chłód,
20) Małgorzata …-Błońska, marszałek senatu,
23) pieniąca się kostka,
25) pustynia pokryta otoczakami skalnymi,
26) Olaf, aktor z filmu „Zabić Sekala",
27) dawna miara długości i powierzchni,
28) woreczek na miedziaki,
31) rosyjski taniec ludowy,
34) płytki lub głęboki w zastawie,
36) przełożony zakonu krzyżackiego,
37) barwi lakmus na niebiesko,
38) Piotr, skoczek narciarski,
39) przedmiot przynoszący szczęście,
40) rasa królików futerkowych.

Pionowo:
2) grube, wełniane rajstopy,
3) wojskowy, utwór muzyczny,
4) pomyślna okoliczność, powodzenie,
5) niezły numer, ancymonek,
6) twórca niezbyt wartościowych obrazów,
7) rasa psa obronnego,
8) opowiastka z dowcipną puentą,
9) mało dokuczliwy chłód,
10) wykonawca przeboju „Jaskółka uwięziona",
16) zakręt rzeki, meander,
21) drzewo liściaste z żołędziami,
22) dowcipna odmiana krzyżówki,
23) wysoki słup z flagą,
24) okrągłe, twarde cukierki,
29) centrum gospodarcze,
30) baśniowy dobry duszek domowy,
32) resztki średniowieczny budowli,
33) figura akrobacji lotniczej,
34) piąta część kopy,
35) precyzyjniejszy od skalpela chirurga.



ROZWIĄZANIE NR 13



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Energia sprzyja działaniu i szybkim decyzjom. Horoskop dzienny stanowczo radzi jednak zachować umiar w słowach oraz reakcjach.
Ryby (19.02 - 20.03)
Stabilność daje poczucie bezpieczeństwa. Horoskop na dziś mówi, że sprawy finansowe ruszą naprzód, jeśli zachowasz cierpliwość.
Baran (21.03 - 19.04)
Rozmowy inspirują, ale łatwo będzie można Cię rozproszyć. Horoskop dzienny na środę to wskazówka, by skupić się na jednym celu.
Byk (20.04 - 20.05)
Emocje będą dzisiaj silniejsze niż zwykle. Horoskop dzienny radzi zaufać intuicji, lecz nie brać na siebie cudzych problemów.
Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Charyzma będzie działać na Twoją korzyść. Horoskop na dziś zapowiada, że to dobry moment na pokazanie talentu i pewności siebie.
Rak (22.06 - 22.07)
Porządkowanie spraw przyniesie ulgę. Horoskop dzienny na środę to wskazówka, by zadbać o detale, bo jeden z nich okaże się kluczowy.
Lew (23.07 - 22.08)
Relacje wymagają szczerości i równowagi. Horoskop dzienny wyraźnie wróży, że krótka rozmowa może zmienić więcej, niż myślisz.
Panna (23.08 - 22.09)
Determinacja pomoże osiągnąć cel. Horoskop na dziś radzi jednak uważać na napięcia i nie wdawać się w niepotrzebne dyskusje.
Waga (23.09 - 22.10)
Optymizm i ciekawość świata sprzyjają nowym planom. Horoskop dzienny na środę wróży, że przed Tobą dobry dzień na naukę lub podróż.
Skorpion (23.10 - 21.11)
Wszystko pójdzie sprawnie, jeśli będziesz trzymać się przyjętego planu. Horoskop dzienny radzi również pamiętać o odpoczynku.
Strzelec (22.11 - 21.12)
Kreatywność i oryginalność przynoszą rozwiązania. Horoskop na dziś to wyraźna wskazówka, by podzielić się pomysłem, zostanie doceniony.
Koziorożec (22.12 - 19.01)
Wrażliwość będzie Twoją siłą. Horoskop dzienny na środę zapowiada, że twórcza chwila poprawi nastrój i zbliży Cię do kogoś ważnego.

GŁOS WIELKOPOLSKI
www.gloswielkopolski.pl
Redaktor naczelny: **Leszek Waligóra**
Zastępca redaktora naczelnego: **Monika Kaczyńska**
Szef działu online: **Grzegorz Szkiłądź**
Prezes Makroregionu: **Marek Ciesielski**
Dyrektor biura reklamy oddziału: **Agnieszka Perlińska**
Redakcja: ul. Grunwaldzka 19, 60-782 Poznań,
tel. 61 869 41 00, 61 860 60 00;
redakcja@glos.com
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 **Zenon Nowak**
Redaktor naczelny Polska Press Grupy **Marek Twaróg**
Dyrektor artystyczny **Tomasz Bocheński**
Dyrektor kolportażu **Tomasz Osoliński**
Biuro Konsumenta PPG, e-mail: 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.gloswielkopolski.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

eprasa.pl 05f5bf10be

Jak rozszerzał się Układ Warszawski

Mariusz Grabowski
mariusz.grabowski@polskapress.pl

W styczniu 1956 r. armię NRD przyjęto do Układu Warszawskiego. Stało się to 28 stycznia, dokładnie 10 dni po zakończeniu formowania przez NRD własnych sił zbrojnych

O blicza się, że Narodowa Armia Ludowa (Nationale Volksarmee - NVA) NRD liczyła wówczas ok. 18 tys. żołnierzy, z czego blisko 30 proc. było wcześniej członkami Wehrmachtu. To oni mieli walczyć z „imperialistycznymi faszystami", także z tymi z Bundeswehry.

Erich Honecker (1972) odbiera wojskowe honory. Narodowa Armia Ludowa NRD została rozwiązana po Zjednoczeniu Niemiec w 1990 r.

FOT. CC

Rodzi się Układ

Układ Warszawski, czyli Układ o Przyjaźni, Współpracy i Pomocy Wzajemnej, sojusz państw bloku wschodniego z dominującą rolą Związku Radzieckiego, był reakcją na pojawienie się Organizacji Traktatu Północnoatlantyckiego (NATO). Miał politycznie, gospodarczo i militarnie potwierdzać podporządkowanie ZSRR państw Europy Środkowo-Wschodniej w konfrontacji z Zachodem.

Nazwa „Warszawski" pochodzi stąd, że Układ podpisano 14 maja 1955 r. w warszawskim pałacu Rady Ministrów. Wszedł w życie 4 czerwca, gdy dokumenty akcesyjne złożył ostatni z dziewięciu krajów członkowskich - Ludowa Republika Albanii. Jeśli chodzi o stronę militarną Układ „Warszawski" powinien raczej nosić nazwę „Moskiewski", ponieważ to w stolicy ZSRR ustanowiono jego wspólne dowództwo. Sztaby wojsk państw członkowskich podlegały X Zarządowi Sztabu Generalnego Sił Zbrojnych ZSRR, a naczelny Dowódca Zjednoczonych Sił Zbrojnych Układu pełnił jednocześnie funkcję I Zastępcy Ministra Obrony państwa radzieckiego.

Amie „miłujące pokój"

Inicjatywa powstania Układu wyszła od I Sekretarza Komunistycznej Partii Związku Radzieckiego - Nikity Chruszczowa. I jak wszystkie podobne dokumenty ogólnikową treścią miał maskować swój agresywny charakter.

Zgodnie z art. 11 Układ Warszawski miał obowiązywać przez 30 lat, ale w 1985 r. jego ważność przedłużono o następne dwie dekady, z możliwością przedłużenia o kolejną w razie niewypowiedzenia. W praktyce Istniał do 1 lipca 1991 r.

Po co Rosjanom były potrzebne socjalistyczne armie? Historycy zgodni są przecież, że w doktryna wojenna ZSRR opierała się na radzieckiej strategii prowadzenia działań wojennych w formie „zmasowanych uderzeń rakietowo-jądrowych połączonych z błyskawicznym natarciem w skali strategicznej w celu opanowania terytorium przeciwnika i pozbawienia go możliwości kontynuowania wojny".

Co więcej, dopuszczano możliwość wykonania tzw. „uprzedzających uderzeń jądrowych" w sytuacji stwierdzenia zagrożenia niespodziewanym atakiem. Był to odpowiednik amerykańskiej doktryny „zmasowanego odwetu". Polacy, Czesi, Bułgarzy i Niemcy z NRD zapewnić mieli zapewne „koalicyjność" sojuszu, która przejawiała się w podzieleniu militarnych zadań między państwa członkowskie.

Siły Zbrojne Związku Radzieckiego miały wykonać uderzenia strategiczne z użyciem broni jądrowej, działania na morzach i oceanach realizować miały połączone floty państw Układu, natomiast działania na kontynencie europejskim miały prowadzić siły lądowe i lotnictwo taktyczne wszystkich państw Układu. Czyli Polacy mieli zająć Danię, a wschodni Niemcy maszerować - via Ren - na Hiszpanię.

W pierwszym szeregu

Na początku XXI stulecia w archiwach po Narodowej Armii Ludowej odnaleziono papiery świadczące o tym, że w razie konfliktu Wschód-Zachód miała ona odegrać wyjątkową rolę w planach Układu Warszawskiego: dokonać uderzenia „inicjującego". Dziennikarz Matthias Hoferichter, autor cyklu wyemitowanych w programie ZDFInfo dokumentów ujawnił, że trzecia wojna światowa miała się rozpocząć od natarcia NVA na północne Niemcy. Zajęcie terytorium obrzuconego bombami atomowymi przez Rosjan miało potrwać sześć dni.

Nawet dzisiaj brzmi to dość fantastycznie. Niecałe 20 tys. wschodnioniemieckich wojaków miało spacyfikować ogromne terytorium i znacznie większą armię swoich pobratymców. Nawet wziąwszy pod uwagę, że była to formacja ochotnicza, a więc o silnym morale (pobór w NRD wprowadzono dopiero w 1962 r., co pozwoliło powiększyć jej stan do 170 tys. żołnierzy.), to taką bratobójczą wojnę w kłębach pyłów radioaktywnych trudno sobie wyobrazić.

Ani słowa o III Rzeszy

Dodajmy do tego, że spora część owych ochotników było dawnymi żołnierzami III Rzeszy, a stanowiska dowódcze były obsadzone przez dawnych wehrmachtowskich oficerów (61 na 82). Tylko część przeszła indoktrynację w założonej w 1953 r. Akademii Wojskowej im. Friedricha Engelsa w Dreźnie. „Faszystów" ani „zbrodniarzy hitlerowskich" w NRD, według haseł propagandowych, nie było. Wprawdzie specjalnie utworzony w enerdowskim Ministerstwie Bezpieczeństwa Państwowego tzw. Tajny Wydział 9/11 miał zasób dokumentów o obywatelach NRD (a także RFN) naznaczonych brunatną przeszłością, ale wiedza ta była wykorzystywana przeważnie instrumentalnie, głównie wtedy, gdy trzeba było na kimś wywrzeć presję. Oficjalnie na NRD nie ciążyła wina hitlerowskich zbrodni i pierwsze na ziemi niemieckiej państwo robotników i chłopów mogło bez obciążeń ideologicznych „walczyć z faszystami z Zachodu o pokój".

„Ojcowie założyciele"

Wedle analityków NATO Narodowa Armia Ludowa była najwartościowszą militarnie częścią Układu Warszawskiego. Wskazywano nawet imiennie wyższych oficerów, którzy nadają jej „ofensywny" charakter. Wymieńmy m.in. generała-pułkownika Willy'ego Shtofa (1914-1999), który w latach 1952-1955 pełnił funkcję ministra spraw wewnętrznych. Ten komunista z przedwojennym rodowodem, w sowieckim obozie jenieckim przeszedł specjalne szkolenie w Kursach antyfaszystowskich, a potem został skierowany do Wschodnich Niemiec. Albo generała-porucznika Heinza Hoffmanna (1910-1985), którego można nazwać drugim, obok Stoffa „ojcem założycielem" Narodowej Armii Ludowej. Już w wieku 16 lat wstąpił do Komunistycznej Ligi Młodzieży Niemiec. Przed wojną ukończył szkolenie w Międzynarodowej Szkole Lenina w Moskwie, walczył w Hiszpanii, a po wybuchu wojny był politrukiem w Armii Czerwonej.

Dodajmy jeszcze szefa Sztabu Generalnego NVA - generała-pułkownika Heinza Kesslera (1920-2017), w młodości członka młodzieżowej Komunistycznej Partii Niemiec. Jako jeniec pod koniec 1941 r. zgłosił się do Szkoły Antyfaszystowskiej, następnie zajmował się działalnością propagandową wśród jeńców wojennych i pisał odezwy do żołnierzy Wehrmachtu. Już później, w latach 80. Kessler dosłużył się najwyższego stopnia wojskowego w enerdowskich siłach zbrojnych - generała armii (Armeegeneral), oraz powołany został na stanowisko Ministra Obrony Narodowej NRD i członka Komitetu Ministrów Obrony Układu Warszawskiego. Nazywano go „najważniejszym człowiekiem w NRD".

Atom dla Niemców

Podstawowa strategia Układu Warszawskiego - zmasowany atak na Zachód - była aktualna przez ponad kilkadziesiąt lat. Potem doktrynę, na skutek układu sił między Układem a NATO, zmodyfikowano. Zgodnie z planem z 1983 r. wschodnioniemieckie siły zbrojne miały być gotowe do odparcia ataku przeciwnika, przeprowadzenia niszczycielskich kontrataków i natychmiastowego zniszczenia sił przeciwnika na jego terytorium. Owa 5 Armia NVA, stacjonująca na obszarze Meklemburgii, miała w nowej doktrynie przywilej: „Na wypadek wojny planowano wydanie broni jądrowej dla 5 Armii NVA, która była przechowywana przez siły zbrojne Związku Sowieckiego w magazynie broni specjalnej Himmelpfort" - pisze Wojcieszak. Cele pozostały te same: rozbicie, a następnie zniszczenie - silnymi uderzeniami lotniczo-pancernymi - wojsk 1 Korpusu Holenderskiego, zdobycie Dolnej Saksonii i dotarcie do Renu.

Koniec snu o potędze

Po przegranej zimnej wojnie i zawirowaniach politycznych w latach 1989-1990 państwa członkowskie postanowiły, że stacjonujące w krajach Układu wojska radzieckie powinny opuścić te państwa. 25 lutego 1991 r. w Budapeszcie podpisano umowę o zaprzestaniu współpracy wojskowej w ramach Układu Warszawskiego, a 1 lipca 1991 r. w Pradze oficjalnie rozwiązano jego struktury polityczne. Oznaczało to ostateczną likwidację sojuszu.

Narodowa Armia Ludowa NRD została rozwiązana po Zjednoczeniu Niemiec w 1990 r., a jej infrastruktura i uzbrojenie przejęte przez Bundeswehrę, czyli jej dotychczasowego wroga.

Z 36 tys. oficerów i podoficerów przyjęto do Bundeswehry tylko 3,2 tys. (po obniżeniu im rangi o jeden stopień), a resztę zwolniono. Całe uzbrojenie NVA, w większości radzieckie, zostało również przejęte przez Bundeswehrę, a następnie prawie całe (oprócz wyjątków, m.in. samolotów MiG 29) wycofane ze służby, pocięte na żyletki lub sprzedane za granicę.

eprasa.pl 05f5bf10be

0011468984

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że dnia 25 stycznia 2026 roku odszedł od nas
kochany Mąż, Ojciec, Dziadek, Szwagier,
Kuzyn i Wujek

ś†p

Cezary Szczepaniak

lat 79

Msza św. pogrzebowa odprawiona zostanie
w piątek 30 stycznia 2026 roku o godzinie 11.30
w kościele p.w. Chrystusa Dobrego Pasterza w Poznaniu.
Pogrzeb po mszy św. na miejscowym cmentarzu,
ul. Nowina.

W smutku pogrążona
Rodzina

0011469919

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że dnia 21 stycznia 2026 roku zmarł

ś†p

Aleksander Matuszewski

wieloletni i zasłużony członek Komisji Rewizyjnej
Organizacji Środowiskowej
Akademickiego Związku Sportowego w Poznaniu.

Był osobą oddaną sprawom AZS,
życzliwą i zawsze gotową do działania
na rzecz środowiska akademickiego.

Rodzinie
składamy
wyrazy szczerego współczucia.

Koleżanki i Koledzy
z Organizacji Środowiskowej AZS Poznań

DROBNE

Biuro Ogłoszeń:
ul. Grunwaldzka 19, 60-782 Poznań
tel. 61 869 41 43, 502 499 742,
e-mail: drobne@glos.com
pon.-pt. w godz. 8.00-16.00, sob. nieczynne

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

INNE

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

DOMY - SPRZEDAM

DOM jednorodzinny o powierzchni 300m^2 z 1895r., na działce 3000m^2, w miejscowości SUMIAK, gm. Nowogródek Pomorski. Oferty od zainteresowanych na adres e-mail: biuro@sekretpro.pl., lub dzwonić tel. 603 399 378.

AUTOPROMOCJA

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

Handlowe

INNE

SPRZEDAŻ mieszanki piaskowo-solnej oraz soli drogowej w ilościach hurtowych i detalicznych. Możliwość transportu 61/840-00-72

Praca

ZATRUDNIĘ

INSTALATORA wod.-kan. i pomocnika. Praca Poznań. Tel. 601-783-257

SERWIS sprzątający Robakowo tel. 604 630 556

SERWIS sprzątający Swadzim tel. 604 630 556

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

CYKLINA lakier układ 509395990

MONTAŻOWE

ROLETY zewnętrzne, materiałowe, moskitiery. serwisy 605 091 545

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

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

AUTOREKLAMA

nasze komunikaty.pl

REKLAMA 0011468809

OBWIESZCZENIE WOJEWODY WIELKOPOLSKIEGO

z dnia 23 stycznia 2026 r.

Na podstawie art. 11d ust. 5 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz.U. z 2024 r. poz. 311) - zwanej dalej: specustawą,

zawiadamiam

o wszczęciu postępowania w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej dla inwestycji pn.: „Rozbudowa drogi wojewódzkiej nr 241 w zakresie budowy drogi dla rowerów od m. Marlewo do ronda w gm. Rogoźno".

Oznaczenie nieruchomości lub ich części, objętych wnioskiem o wydanie decyzji o zezwoleniu na realizację przedmiotowej inwestycji drogowej:

W wykazie zastosowano następujące oznaczenia:
- przed nawiasem podano numer działki ulegającej podziałowi;
- w nawiasie podano numery działek powstałych po podziale;
- tłustym drukiem zaznaczono numery działek niezbędnych dla realizacji inwestycji.

Powiat obornicki, gmina Rogoźno
Jednostka ewidencyjna: 301602_5 Gmina Rogoźno
Obręb: 0014 – Prusce,
dz. o nr ewid.: **43/1**, 43/3 (**43/4**, 43/5), **49**.

Jednocześnie informuję, że zgodnie z art. 11d ust. 5 specustawy, wojewoda wysyła zawiadomienie o wszczęciu postępowania w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej wnioskodawcy, właścicielom lub użytkownikom wieczystym nieruchomości objętych wnioskiem o wydanie tej decyzji na adres wskazany w katastrze nieruchomości, oraz zawiadamia pozostałe strony w drodze obwieszczeń, w urzędzie wojewódzkim, a także w urzędach gmin właściwych ze względu na przebieg drogi, w urzędowych publikatorach teleinformatycznych - Biuletynie Informacji Publicznej tych urzędów i w prasie lokalnej. Zgodnie z art. 49 § 2 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. - Kodeks postępowania administracyjnego (Dz.U. z 2025 r. poz. 1691) - zwanej dalej k.p.a., zawiadomienie poprzez obwieszczenie uważa się za dokonane po upływie czternastu dni od dnia, w którym nastąpiło publiczne obwieszczenie, tj. **28 stycznia 2026 r.**

Zgodnie z art. 10 k.p.a. strony postępowania mogą zapoznać się z aktami sprawy w Wielkopolskim Urzędzie Wojewódzkim w Poznaniu, Wydział Infrastruktury, al. Niepodległości 16/18 (tel. 73 527 1053 lub 61 854 1307, godziny obsługi klientów: poniedziałek, środa, piątek od 8.30 do 15.00, wtorek, czwartek od 12.00 do 15.00) oraz składać ewentualne wnioski, uwagi i zastrzeżenia do **11 lutego 2026 r.**
Mapa przedstawiająca przebieg inwestycji zostanie zamieszczona wraz z obwieszczeniem na stronie internetowej: www.poznan.uw.gov.pl w zakładce Ogłoszenia/Obwieszczenia od **28 stycznia 2026 r.**

REKLAMA 0011469776

OBWIESZCZENIE WOJEWODY WIELKOPOLSKIEGO

z dnia 23 stycznia 2026 r.

Na podstawie art. 11f ust. 6 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz.U. z 2024 r. poz. 311), zwanej dalej: specustawą,

zawiadamiam, że:

- 11 grudnia 2025 r. zostało wydane postanowienie Wojewody Wielkopolskiego (znak: IR-III.7821.18.2024.PS) uchylające postanowienie Starosty Tureckiego z 23 października 2025 r. (znak: AB.6740.1.5.2023) w sprawie sprostowania oczywistych omyłek w decyzji Starosty Tureckiego nr 8/23 z 21 grudnia 2023 r. (znak: jw.) o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej polegającej na budowie drogi gminnej w miejscowości Marianów Kolonia dla obsługi terenów inwestycyjnych: odcinek A od km 0+000,00 do km 0+222,35; odcinek B od km 0+000,00 do km 0+566,08, zwanej dalej: decyzją ZRID, oraz umarzające postępowanie w sprawie sprostowania omyłek w decyzji ZRID;
- 12 stycznia 2026 r. zostało wydane postanowienie Wojewody Wielkopolskiego (znak: IR-III.7821.18.2024.PS) utrzymujące w mocy postanowienie Starosty Tureckiego z 23 października 2025 r. (znak: AB.6740.1.5.2023) o nadaniu rygoru natychmiastowej wykonalności decyzji ZRID.

Strony postępowania lub ich przedstawiciele i pełnomocnicy mogą zapoznać się z treścią ww. rozstrzygnięć oraz aktami sprawy w siedzibie Wielkopolskiego Urzędu Wojewódzkiego w Poznaniu, Wydział Infrastruktury, Al. Niepodległości 16/18 (tel. 61 854 1754, e-mail: pstojanowicz@poznan.uw.gov.pl), w godzinach obsługi klientów (poniedziałek, środa, piątek od 8:30 do 15:00; wtorek, czwartek od 12:00 do 15:00). Treść rozstrzygnięć udostępniona została w Biuletynie Informacji Publicznej WUW w Poznaniu pod adresem: www.poznan.uw.gov.pl w zakładce Ogłoszenia / Obwieszczenia od **28 stycznia 2026 r.**

W odniesieniu do każdego z ww. postanowień, stronie przysługuje prawo złożenia skargi do Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego w Poznaniu przy ul. Ratajczaka 10/12, 61-815 Poznań, za pośrednictwem Wojewody Wielkopolskiego, w terminie 30 dni od dnia jego otrzymania lub zawiadomienia pozostałych stron o jego wydaniu. Od skargi należy uiścić wpis stały w wysokości 100 zł, zgodnie z rozporządzeniem Rady Ministrów z dnia 16 grudnia 2003 r. w sprawie wysokości oraz szczegółowych zasad pobierania wpisu w postępowaniu przed sądami administracyjnymi (Dz.U. z 2021 r. poz. 535). Strony mają możliwość ubiegania się o zwolnienie od kosztów albo przyznanie pomocy prawnej. Skarga powinna spełniać wymogi formalne wskazane w art. 46 i 57 § 1 ustawy z dnia 30 sierpnia 2002 r. - Prawo o postępowaniu przed sądami administracyjnymi (Dz.U. z 2024 r. poz. 935 ze zm.).

Zgodnie z art. 11f ust. 3 specustawy, w związku z art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. - Kodeks postępowania administracyjnego (Dz.U. z 2025 r. poz. 1691), zawiadomienie stron postępowania uważa się za dokonane po upływie 14 dni od **28 stycznia 2026 r.**, tj. dnia, w którym nastąpiło publiczne ogłoszenie poprzez obwieszczenie w Wielkopolskim Urzędzie Wojewódzkim w Poznaniu, w urzędach gmin właściwych ze względu na przebieg drogi, w Biuletynach Informacji Publicznej tych urzędów, a także w prasie lokalnej.

REKLAMA 0010703171

POGOTOWIE

Wypadki	**999, 112**

WAŻNE TELEFONY

Policja	**997**
Straż Pożarna	**998**
Straż Miejska	**986**
Pogotowie Energetyczne	**991**
Pogotowie Gazowe	**992**
Pogotowie Wodno-Kananalizacyjne	**994**
Pogotowie Ciepłownicze	**993**

UM Poznań
Informacje ważne dla mieszkańców miasta
tel. 61 834 61 26

Gospodarka Odpadami Aglomeracji Poznańskiej
tel. 61 624 22 22

MPK Poznań,
ul. Głogowska 131, 60-224 Poznań,
tel. 19 445

Informacja PKP
tel. 19 757

Informacja – Dworzec Główny Poznań
tel. 61 63 31 659

Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich,
aleja Solidarności 77, 00-090 Warszawa,
tel. 22 551 77 00

Bezpłatna Infolinia Obywatelska
800 676 676

Federacja Konsumentów Klub Poznański,
ul. 27 Grudnia 17/19, 61-737 Poznań,
tel. 61 851 61 52

Powiatowy Rzecznik Konsumentów
Marek Radwański,
ul. Słowackiego 8, 60-823 Poznań,
tel. 61 841 88 30

Miejski Rzecznik Konsumentów
(dla Poznania) dr Marek Janczyk,
ul. Libelta 16/20, Poznań,
tel. 61 878 58 70

ZUS Centrum Obsługi Telefonicznej
tel. 22 560 16 00

Telefon dla Ofiar Przemocy w Rodzinie
„Niebieska Linia"
(czynny 24 godziny) **tel. 61 814 17 17**

Zgłoszenia przemocy w rodzinie:
niebieska.skrzynka@poznan.policja.gov.pl

Katolicki Telefon Zaufania, Poznań
tel. 61 865 10 00

Telefon zaufania dla osób z problemem alkoholowym i ich rodzin
(czynny 24 godziny) **tel. 61 843 01 01**

Anonimowi Alkoholicy
(czynny w godz. 18-22) **tel. 61 853 16 16**

MONAR Poznań
tel. 61 868 72 27
(czynny pon.-pt. w godzinach 9-15)

Infolinia WOW NFZ Poznań
800 190 590
(czynna pon.-pt. w godzinach 8-16)

Krajowa Informacja Skarbowa
801 055 055

Wojewódzki Inspektorat Inspekcji Handlowej w Poznaniu,
al. Marcinkowskiego 3, 60-967 Poznań,
tel. 61 852 09 77

Polubowny sąd konsumencki w Poznaniu,
al. Marcinkowskiego 3, 60-967 Poznań,
tel. 61 852 35 07

Wojewódzki Inspektorat Farmaceutyczny,
ul. Szwajcarska 5, 61-285 Poznań,
tel. 61 875 95 75

Wojewódzki Inspektorat Weterynarii,
ul. Grunwaldzka 250, 60-166 Poznań,
tel. 61 868 93 47

Całodobowa infolinia w sprawach kwarantanny i zdrowia - Sanepid
tel. 222 500 115

eprasa.pl 05f5bf10be

Wojna w polskim sporcie. PZN w ogniu krytyki PKOl

Jacek Kmiecik
redakcja@polskapress.pl

IGRZYSKA OLIMPIJSKIE. **Prezes Polskiego Komitetu Olimpijskiego Radosław Piesiewicz skrytykował Polski Związek Narciarski w sprawie powołania reprezentantów kraju na igrzyska w Mediolanie.**

Szef PKOl nie zostawił suchej nitki na Adamie Małyszu i zarządzanym przez niego PZN.

- Polski Komitet Olimpijski stanął po stronie zawodników. Zarząd PKOl jednogłośnie postanowił zmienić decyzję Polskiego Związku Narciarskiego - zamiast Nikoli Komorowskiej jedzie Aniela Sawicka, a zamiast Piotra Habdasa - Michał Jasiczek. To, co się wydarzyło, to w naszej ocenie brak transparentności. Określenie zasad, które później nie są przestrzegane, to - jak sięgam pamięcią - nie pamiętam, żeby aż taka historia się kiedykolwiek wydarzyła - powiedział Radosław Piesiewicz podczas briefingu w Centrum Olimpijskim w Warszawie.

Pierwotnie w składzie PZN znalazła się Komorowska, mimo że drugą pod względem wyników FIS zawodniczką była Sawicka. Związek tłumaczył decyzję tym, że Sawicka może wystartować tylko w jednej konkurencji, natomiast Komorowska otrzymała kwalifikację do wszystkich. Później zarząd PZN zmienił pierwotną decyzję, ale jej publicznie nie ogłosił, a zanim to nastąpiło Komorowska wysłała do mediów oświadczenie, że wobec fali hejtu rezygnuje z udziału w igrzyskach.

Z kolei w kwestii rywalizacji Jasiczka z Habdasem problemem było finansowanie.

- Jednego z nich związek w ogóle pominął w finansowaniu przygotowań, mimo że środki z Ministerstwa Sportu i Turystyki na jego przygotowania zostały przekazane - tłumaczył prezes PKOl.

FOT. PAP/PIOTR NOWAK

Prezes PKOl Radosław Piesiewicz podczas prezentacji chorążych reprezentacji Polski na ZIO Milan/Cortina 2026

Przedstawiając skład olimpijskiej reprezentacji, Piesiewicz nawiązał do kontrowersji związanych z narciarstwem alpejskim. Polski Związek Narciarski powołał Marynę Gąsienicę-Daniel, Nikolę Komorowską i Piotra Habdasa, ale zarząd PKOl jednogłośnie zdecydował o zmianie dwóch z tych nominacji: Komorowską zastąpi Aniela Sawicka, a Habdasa - Michał Jasiczek.

- Polski Komitet Olimpijski stanął po stronie zawodników. (...) To, co się wydarzyło, to w naszej ocenie brak transparentności. Określenie zasad, które potem nie są przestrzegane, to - jak sięgam pamięcią - nie pamiętam, żeby aż taka historia się kiedykolwiek wydarzyła - powiedział szef PKOl.

- Jest do niedopuszczalne i skandaliczne. Niestety, to tylko wierzchołek góry lodowej. Historie opisane przez sportowców są bardziej niż niepokojące. Kwestia naszych alpejczyków - jednego z nich związek w ogóle pominął w finansowaniu przygotowań, mimo że środki z Ministerstwa Sportu i Turystyki na jego przygotowania zostały przekazane - stwierdził Radosław Piesiewicz.

Sprawę wyjaśnić miał sekretarz generalny PZN, Tomasz Grzywacz. Miał, ale nie wyjaśnił, bo... nie został na zarząd PKOl wpuszczony.

- PKOl powołał się na nasze wytyczne, w nich jest, że zawodnik musi spełnić wymagania kwalifikacyjne FIS. Jasiczek ich nie spełnił - mówił Grzywacz.

Jasiczek, choć miał więcej punktów od Habdasa (18 do 8), przez ostatnie dwa lata nie przechodził testów medycznych pod kuratelą PZN i nie miał ważnych badań antydopingowych.

Ojciec narciarza Dariusz Jasiczek przesłał do PZN wiadomość, że jego syn pojawił się w Centralnym Ośrodku Medycyny Sportowej na przełomie maja i czerwca, próbując uwiarygodnić wykonane na warszawskim AWF-ie testy i badania, ale, według sekretarza Grzywacza, nic takiego nie miało miejsca. Co więcej, Michał Jasiczek był wielokrotnie ponaglany do wykonania takich badań w COMS.

Ojciec narciarza domagał się od PZN wyjaśnień, dlaczego związek nie skierował syna na badania. Zdaniem Dariusza Jasiczka, Michał przejdzie badania przed igrzyskami, ale będzie musiał za nie zapłacić PZN.

Prezes PKOl ogłosił, że skoczek narciarski Kamil Stoch i panczenistka Natalia Czerwonka będą chorążymi 60-osobowej olimpijskiej reprezentacji Polski podczas ceremonii otwarcia igrzysk olimpijskich Mediolan-Cortina d'Ampezzo.

Stoch, który już wcześniej zapowiedział, że to jego ostatni sezon w karierze, wystąpi w najważniejszej zimowej imprezie czterolecia po raz szósty. Jest trzykrotnym złotym medalistą tej imprezy. Czerwonka pojedzie na piąte igrzyska.©℗

Wielkopolanka bohaterką transferu do francuskiego beniaminka ligi

Bartosz Kijeski
sport@glos.com

PIŁKA NOŻNA. **Wielki transfer z ligi polskiej do ligi francuskiej. Jagoda Cyraniak, pochodząca z podpoznańskiej Dąbrówki została bohaterką głośnych przenosin do ligi francuskiej.**

Jagoda Cyraniak pierwsze piłkarskie kroki stawiała w Sparcie Stary Waliszów, a następnie była zawodniczką Korony Zakrzewo. W 2019 roku trafiła do Warty Poznań, gdzie grała przez 2 sezony.

Kolejnym klubem w jej karierze był Górnik Łęczna, a następnie GKS Katowice. W barwach GieKSy rozegrała 24 mecze i strzeliła jednego gola. Występowała w Orlen Ekstralidze kobiet, Orlen Pucharze Polski oraz w europejskich pucharach. W sezonie 2024/2025 wraz z GKS-em Katowice zdobyła mistrzostwo Polski.

Cyraniak ma na koncie dwa występy w seniorskiej reprezentacji Polski. Zadebiutowała 30 maja 2025 roku w meczu Ligi Narodów z Irlandią Północną. Drugi raz wystąpiła w październiku w towarzyskim meczu z Walią.

19-letnia zawodniczka przeniosła się na zasadzie transferu definitywnego z GKS-u Katowice do Olympique Marsylia. Jest to rekordowy transfer w historii kobiecej sekcji katowickiego klubu. Olympique Marsylia po 13 kolejkach zajmuje 9. miejsce w dwunastozespołowej Premiere Ligue, mając i stratę 25 punktów do lidera, Olympique Lyon.

„Reprezentantka Polski, uznawana za jedną z największych nadziei swojego kraju, Jagoda Cyraniak dołącza do OM z polskiego klubu z Katowic, w barwach którego rozegrała m.in. cztery spotkania Ligi Mistrzyń w tym sezonie. Mająca zaledwie 19 lat, ta wszechstronna obrończyni wzmocni zespół prowadzony przez Corinne Diacre dzięki swoim wysokim umiejętnościom technicznym oraz swobodzie gry obiema nogami, jednocześnie wpisując się w budowę projektu olimpijskiego" - czytamy na oficjalnej stronie kobiecej sekcji Olympique Marsylia.©℗

FOT. KARINA TROJOK

Jagoda Cyraniak (w żółtej koszulce) w ostatnim czasie była zawodniczką GKS Katowice

Julia Szeremeta: Były różne myśli, ale zostaję w boksie olimpijskim

Zbigniew Czyż
redakcja@polskapress.pl

BOKS. **Wicemistrzyni olimpijska z Paryża Julia Szeremeta podjęła decyzję co do swojej przyszłości. W rozmowie z Polska Press zdradza najbliższe plany.**

Szeremeta walczy w wadze piórkowej (do 57 kg). We wrześniu 2025 roku zdobyła srebro mistrzostw świata w Liverpoolu, w pierwszym turnieju tej rangi pod egidą nowej federacji World Boxing przegrała w finale z Jaismine Lamborią z Indii. Wzięła też udział w Pucharze Świata w Brazylii, gdzie również była druga.

W 2025 roku Szeremeta przebywała na zgrupowaniach i zawodach przez ok. 260 dni, a w domu spędziła tylko 100.

- Ubiegły rok miał być dla mnie trochę luźniejszy, ale nic z tego nie wyszło. Cieszę się jednak, bo było intensywnie, przeszliśmy do nowej federacji i udało się stoczyć dużo ciekawych walk w zawodach Pucharu Świata. Bardzo cieszę się także ze srebra mistrzostw świata, choć oczywiście marzyłam o złotym medalu. Bardzo doceniam także młodzieżowe mistrzostwo Europy, a był to ostatni rok dla mnie w tej kategorii - mówi nam Julia Szeremeta.

Największy sukces jej dziełem był jednak w 2024 roku, gdy w Paryżu zdobyła srebrny medal olimpijski. Był to pierwszy finał igrzysk w boksie z udziałem reprezentanta Polski od czasu srebrnego medalu Pawła Skrzecza w 1980 roku oraz pierwsze olimpijskie podium Biało-Czerwonych od brązu Wojciecha Bartnika w 1992 roku.

- Moje życie po igrzyskach bardzo się zmieniło. Jestem rozpoznawalną osobą, ale też mogę skupić się w stu procentach na treningach i zawodach, bo o stronę finansową nie muszę się martwić. Polski Związek Bokserski oraz Centralny Wojskowy Zespół Sportowy zapewniają nam jak najlepsze z możliwych warunki do treningu - dodaje wicemistrzyni świata.

Polka w styczniu przebywała na zgrupowaniu w Wałczu.

- To mój pierwszy okres przygotowawczy do nowego sezonu. Miałam trochę więcej akrobatyki, sprinty, siłownię, boksu było mniej - mówi Julia Szeremeta.

Najważniejszą imprezą dla polskich pięściarek w 2026 roku będą mistrzostwa Europy, które we wrześniu odbędą się w stolicy Bułgarii - Sofii.

- Na pewno ten rok będzie intensywny, ale chciałabym trochę odpocząć przed 2027 rokiem, gdy zaczną się kwalifikacje do igrzysk olimpijskich w Los Angeles, a ja całą uwagę chcę właśnie skupić na tym, aby na igrzyska w 2028 roku się zakwalifikować - podkreśla w rozmowie z Polska Press Szeremeta.

Wicemistrzyni olimpijska z Paryża przekazała nam właśnie, że do igrzysk w Los Angeles w 2028 roku nie zamierza przechodzić na boks zawodowy.

- Były w głowie takie pomysły, ale na razie zostaję przy boksie olimpijskim, który też jest boksem zawodowym. Co będzie po igrzyskach? Zobaczymy - podsumowała pięściarka. ©℗

eprasa.pl 05f5bf10be

SPORT

www.sportowy24.pl

CITY TRAIL TYM RAZEM NA ZMODYFIKOWANEJ TRASIE
Ponad 560 osób pobiegło na zmodyfikowanej (ze względu na oblodzenie ścieżek), 5-kilometrowej trasie nad jeziorem Rusałka. Wielkie brawa należą się także dla dla dzieci.
W sobotnim biegu najszybsi okazali się Jakub Gorzelańczyk (czas 15:19) i Malwina Misjan (18:07). Męskie podium uzupełnili: Łukasz Nowak (15:38) oraz Mateusz Głuszkowski (15:44). Wśród pań jako druga linię mety minęła Marianna Sztor (18:41), a trzecie miejsce wywalczyła Hanna Jaraszkiewicz (19:05). **PAT**

FOT. TOMASZ SZWAJKOWSKI

POWRÓT „KRÓLOWEJ"
Na KSW 116 w Gorzowie zobaczymy w klatce „Szaloną Królową", Ewelinę Woźniak.
Pochodząca z Trzemeszna wojowniczka ostatni raz rywalizowała w sierpniu ubiegłego roku i pokonała wówczas Czeszkę Monikę Kucinić. **PAT**

Lublin w Poznaniu, czyli czwórka już pewna, więc można marzyć o trójce

Radosław Patroniak
r.patroniak@glos.com

Środa w Poznaniu upłynie pod znakiem odrabiania ligowych zaległości przez Eneę AZS i Brother MUKS. Akademiczki w hicie kolejki OBLK podejmą o 18 kandydata do tytułu, AZS UMCS Lublin.

– Takie mecze jak ten najbliższy są najbardziej ekscytujące. To, że z czołową trójką nam do tej pory nie szło, nie ma większego znaczenia. Ostatnio jesteśmy w formie i wierzę, że możemy poradzić sobie też z Lublinianka mi, zwłaszcza że porażki z gigantami naszej ligi nie były jakieś dotkliwe. Poza tym ostatnio wygrałyśmy na wyjeździe z mistrzem Polski, więc ta zła passa została przerwana – tłumaczył nam Malina Piasecka, rozgrywająca Enei AZS Politechniki Poznań.

W zwycięskim starciu z obrońcą tytułu sprzymierzeńcem naszego zespołu była taktyka.

– Postawiliśmy na rotację w składzie i forsowanie tempa gry. Te założenia sprawdziły się w stu procentach, bo Gdynianki w pewnym momencie osłabły fizycznie, a my to po prostu wykorzystaliśmy. To była ważna wygrana, bo zagwarantowała nam praktycznie miejsce w czwórce. A wiadomo, że apetyt rośnie w miarę jedzenia i teraz możemy marzyć już o trójce – przekonywał szkoleniowiec poznańskich akademiczek, Wojciech Szawarski.

Jak zwykle z szacunkiem podchodził do rywala, choć w głowie miał już plan na to jak pokrzyżować szyki faworytowi.

– Na pewno musimy skoncentrować się na obronie. Jeśli chcemy wygrać, nie możemy pozwolić Lublinianka m na zdobycie więcej niż 70 punktów. Nie będzie łatwo, bo AZS UMCS ma nową Amerykankę i wsparcie podkoszowe w postaci Kamili Borkowskiej. Będziemy mieli dwa podstawowe zadania – ograniczyć poczynania wysokich zawodniczek i zneutralizować rozgrywające przeciwnika. Nie chcę już wspominać o tym, że pałamy żądzą rewanżu, bo w Lublinie przegraliśmy jednym punktem praktycznie wygrane spotkanie – dodał Wojciech Szawarski.

Ligowe zaległości odrobi też w środę o godz. 17.30 w hali B POSiR trzeci zespół I ligi koszykarek, Brother MUKS Poznań. Podopieczne Krzysztofa Dobrowolskiego podejmą MKS Pruszków, czyli drużynę z bardzo podobnym bilansem do Poznanianek. MKS ma koncie cztery porażki, a więc tylko jedną więcej niż Brother MUKS. Ewentualna wygrana pozwoli Muksiarom wrócić na pozycję lidera rozgrywek.

FOT. KONRAD CZAPRACKI/ENEA AZS POZNAŃ

Malina Piasecka (nr 91) uważa, że takie spotkania jak to z AZS UMCS zawsze wywołują dodatkową ekscytację

7 meczów w miesiąc, Lech ma intensywny początek wiosny

Maciej Lehmann
sport@glos.com

W sobotę, 31 stycznia, Lech Poznań meczem z Lechią Gdańsk (20.15) rozpocznie wiosenną część rozgrywek. Mistrzowie Polski będą mieli przepełniony kalendarz

Lecha Poznań już w pierwszym miesiącu po zimowej przerwie czeka potężna dawka meczów. Mistrzowie Polski muszą być w formie od pierwszego spotkania i punktować znacznie lepiej niż jesienią, by nie tracić dystansu do czołówki. Tabela jest spłaszczona, 8. miejsce, które Kolejorz zajmuje po jesieni bardzo szybko można zamienić na podium, ale także w razie wpadek, znaleźć się tuż nad strefą spadkową.

FOT. ADAM JASTRZĘBOWSKI

Lech Poznań zainauguruje wiosnę starciem z Lechią Gdańsk . Joel Pereira jest raczej pewniakiem do występu w tym spotkaniu na prawej obronie.

31.01, Lech Poznań – Lechia Gdańsk (20.15)

Lechia w okresie przygotowawczym rozegrała 4 sparingi - 2 wygrała (1:0 z FK Zeleznicar Pancevoi 2:1 z Lokomotivem Sofia), 1 zremisowała (1:1 z Mladost Lucani) i 1 przegrała (1:2 z Hradec Kralove).

W- Widać w zespole piłkarską jakość, podoba się to, jak biało-zieloni kreują sytuacje bramkowe. Musi jednak poprawić się skuteczność, bo to szwankowała. Żadnego gola nie strzelił Tomas Bobcek, ale można być spokojnym, że najlepszy strzelec PKO Ekstraklasie zacznie trafiać w najważniejszym momencie, czyli w meczach o ligowe punkty. Powinien mieć solidne wsparcie w Camilo Menie, który zagrał w trzech sparingach i zdobył trzy gole. Dobry i skuteczny Mena, to na pewno silniejsza Lechia - pisze „Dziennik Batycki".

Lechia podczas zgrupowania w Turcji uniknęła poważnych kontuzji. Gdańszczan wzmocnił Indrit Mavraj, który ostatnio był zawodnikiem Bari, a jesienią zaliczył jeden występ w Serie B. Lechia pozyskała tego piłkarza ze względu na problemy kadrowe na środku defensywy. Biało-zieloni wcześniej wypożyczyli do Wieczystej Kraków rezerwowego Szweda Eliasa Olssona, a podstawowy stoper Ukrainiec Maksym Diaczuk jest kontuzjowany i zabraknie go w kilku pierwszych spotkaniach rundy wiosennej.

3.02, Piast Gliwice – Lech Poznań (20.30)

Lech pokonał Piasta w Pucharze Polski (2:0), ale o ligowe punkty w tym sezonie jeszcze z nim nie zagrał. Piast przygotowywał się na obozie w Hiszpanii. Rozegrał 4 mecze sparingowe - przegrał z Sigmą Ołomuniec 0:2 i Viborgiem 0:3, ale udało mu się wygrać 1:0 z Odense i zremisować z Brondbyernes IF 1:1.

Piast się nie wzmocnił, do GKS Katowice odszedł Erik Jirka.

07.02, Górnik Zabrze – Lech Poznań (20.15)

IStarcie w obecnym wicelideren już za niespełna dwa tygodnie będzie hitem 20.kolejki. Górnik rozegrał tylko dwa sparingi - 1:0 z wygrał z Ziliną i 2:1 z SV Ried. Zabrzanie sprzedali zimą Ousmane Sowa do Brondby za 4 mln euro, ale w rubryce przybyli jest aż 6 nazwisk: Brandon Domingues (Real Oviedo), Lukas Sadilek (Sparta Praga), Michał Rakoczy (Cracovia), Borislaw Rupanow (Levski Sofia), Paweł Bochniewicz (Heerenveen) i Mathias Sauer (Egersunds IK).

15.02, Lech Poznań – Piast Gliwice (17.30)

Lechici będą mieli tydzień, by po meczu z Górnikiem przygotować się do rewanżu z Piastem. Od tego meczu znów będą grali co trzy dni.

19.02, KuPS Kuopio – Lech Poznań (1/16 Ligi Konferencji

Kolejorz zagra ten mecz na sztucznej trawie w Tampere. Mistrzowie Finlandii przechodzą kadrową rewolucję. Opuściło drużynę już 10 piłkarzy, przyszło 4 nowych, ale tylko jeszcze jednego zawodnika KuPS będzie mógł zarejestrować do Ligi Konferencji.

Fińskie media krytykują władze klubu za to jak zachowują się w sprawach transferowych. Choć KuPS zarobił w Lidze Konferencji 5 mln euro, ich zdaniem drużyna jest zdecydowanie słabsza niż jesienią.

Kolejorz będzie faworytem tej rywalizacji.

KuPS grał jesienią z Jagiellonią. Przegrał w Białymstoku 0:1. Przeciwko mistrzom Polski wystawi jednak kompletnie inny skład.

22.02, Korona Kielce – Lech Poznań (17.30)

Kielczanie w okresie przygotowawczym grali nieźle. „Scyzoryki" pokonały CSKA Sofia 2:0, Spartaka Trnava 3:1 i zremisowali z Dynamo Kijów 0:0.

Do zespołu Jacka Zielińskiego dołączył napastnik Mariusz Stępiński (z Omonii Nikozja), a bliski sfinalizowania transferu jest również Simon Gustafson z Hacken.

- Na obozie wykonaliśmy kawał dobrej roboty. Doszli do nas dwaj doświadczeni zawodnicy, którzy na pewno wniosą dużo jakości. Sparingi pokazały, że idziemy w dobrym kierunku. Z nadzieją czekamy na pierwszy meczj - powiedział Dawid Błanik, czołowy zawodnik Korony w rozmowie z „Echem Dnia".

26.02, Lech Poznań – KuPS Kuopio (rewanż)

Jeśli w Tampere coś pójdzie nie po myśli, lechici będą mieli okazję postawić „kropkę nad i". Za awans Kolejorz skasuje 800 tys. euro.

eprasa.pl 05f5bf10be