

30 dialogi

miesięcznik pedagogiczny

Nr 2(292)

luty 2026

Szczecin

ISSN 2300-9691

**NASZA PANI
PIĘŁĘGNIARKA**

„Dialogi”

Miesięcznik Pedagogiczny
e-mail: portal@palac.szczecin.pl

OKŁADKA

Iwona Sarnicka

WYDAWCA:

Pałac Młodzieży.
Pomorskie Centrum Edukacji
w Szczecinie

REDAKCJA:

Redaktor naczelna: Ewa Karasińska
Redaktor techniczny: Iwona Sarnicka

ADRES:

al. Piastów 7
70-327 Szczecin
tel. 91 422 52 61 wew. 39
Strona internetowa:
[https://pe.szczecin.pl/
chapter_201347.asp](https://pe.szczecin.pl/chapter_201347.asp)

KOLEGIUM REDAKCYJNE:

Paweł Bartnik
Katarzyna Fenczak
Róża Czerniawska-Karcz
Monika Chmielewska



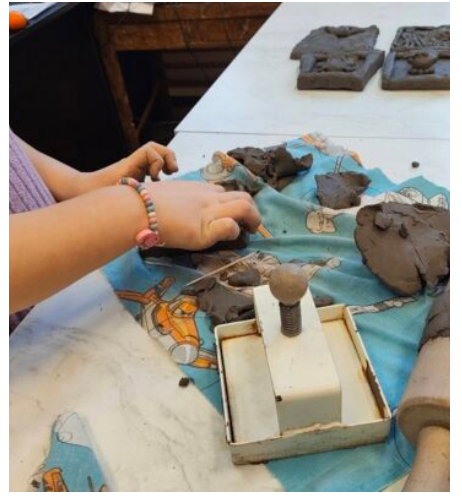
**PAŁAC
MŁODZIEŻY
W SZCZECINIE**

*Zastrzegamy sobie prawo do skracania,
opracowań, redagowania i adiustacji tekstów
oraz zmiany ich tytułów.
Za treść ogłoszeń odpowiedzialności
nie ponosimy.*

Spis treści

Medycyna nie stoi w miejscu	4
Kim jest pielęgniarka szkolna?	9
Obwieszczenie Ministra Zdrowia	11
Tak realizujemy profilaktykę zdrowia	14
Nie tylko dla polonistów	17
Książki z dziennikarzami w rolach głównych	18
RELAKS Z KSIĄŻKĄ	20





Medycyna nie stoi w miejscu

Rozmowa z Katarzyną Strzelecką, przewodniczącą Komisji ds. Medycyny Szkolnej przy Szczecińskiej Izbie Pielęgniarek i Położnych, pielęgniarką medycyny szkolnej prowadzącą szkolny gabinet w SP Nr 74

- Od ilu lat prowadzi Pani gabinet profilaktyki zdrowotnej w szkole podstawowej? Co zmieniło się w tym czasie?

- Od ponad szesnastu lat prowadzę gabinet profilaktyki zdrowotnej w szkole podstawowej. W początkowym okresie mojej pracy placówka liczyła około 1300 uczniów, natomiast obecnie uczy się w niej około 730 dzieci. Każdego dnia dokonuję wstępnej oceny stanu zdrowia uczniów zgłaszających się do gabinetu, określając, czy wymagają oni natychmiastowej interwencji pielęgniarki szkolnej, czy też sytuację można bezpiecznie rozwiązać w inny, ale równie adekwatny sposób. Gabinet, który obejmowałam na początku pracy, był wyposażony zgodnie z obowiązującymi standardami. W kolejnych latach został dodatkowo doposażony dzięki dofinansowaniu Urzędu Miasta Szczecin, co znacząco podniosło komfort i jakość świadczonych usług.



O stronę materialną gabinetu – zapotrzebowanie w medykamenty np. bandaże, plastry, podpaski, termometry, paracetamol, no spę, neospazminę, czyli te leki, które mogę podać uczniowi dba szkoła.

- Jak ważne są badania przesiewowe?

- Podczas badań przesiewowych staramy się spojrzeć na dziecko całościowo – nie tylko pod kątem zdrowia fizycznego, ale również dobrostanu emocjonalnego. W razie potrzeby współpracuję z psychologiem, pedagogiem znajdującymi się na terenie placówki oraz rodzicami, aby wspólnie ustalić najlepszą drogę postępowania. Zawsze szanuję decyzje rodziców i nigdy niczego nie narzucam. Naszym celem jest wspieranie, a nie sta-

wianie kogokolwiek w opozycji. Oczywiście w gabinecie nadal udzielamy pomocy w typowych sytuacjach szkolnych — skaleczeniach, bólach brzucha czy drobnych urazach. Jednak równie ważne są rozmowy z dziećmi, które często pozwalają zrozumieć, co naprawdę się dzieje i jak możemy im pomóc.

- Ponieważ medycyna nie stoi w miejscu a profil chorób występujących w społeczeństwach rozwiniętych zmienia się błyskawicznie, zapewne i problemy dzieci nie kończą się na bólu brzucha i zadrapaniu na nodze? Z czym coraz częściej ma Pani do czynienia jako medyk?

- Oczywiście statystycznie nadal najczęściej jest bolących brzuchów, głów, drobnych kontuzji. Nie jestem zwolenniczką podawania środków przeciwbólowych na wszystko. Przede wszystkim zadaję pytanie o śniadanie, co dzieje się w relacjach klasowych, co w domu, czyli taki mały wywiad środowiskowy. Rozmowa rozładowuje napięcie i wystarczy wówczas podanie jabłka i szklanki wody i... problemy z bólem brzucha mijają! Ale coraz więcej przypadków wymaga dogłębnej analizy. Tak dzieje się wówczas, gdy podejrzewam depresję, problemy emocjonalne związane z sytuacją rodzinną czy podczas badań, gdy stwierdzamy ślady samookaleczeń. Wówczas wraz z pedagogiem szkolnym i wychowawcą staramy się porozmawiać z rodzicem, by poszedł do lekarza rodzinnego i podjął leczenie dziecka.

Jako środowisko pielęgniarek szkolnych regularnie zgłaszamy ustawodawcy kwe-

stie wymagające doprecyzowania. Jednym z przykładów jest wszawica, która została wykreślona z listy chorób zakaźnych. W praktyce utrudnia to skuteczne działanie, ponieważ szkoła nie ma formalnych narzędzi, aby zobowiązać rodziców do podjęcia leczenia, mimo że problem ten wciąż realnie występuje. Naszą rolą pozostaje edukacja, wsparcie i współpraca — zawsze z poszanowaniem rodziców i ich decyzji. Czasem można odnieść wrażenie, że medycyna szkolna funkcjonuje na marginesie systemu ochrony zdrowia, choć powinna być jego integralną częścią. Wspólna troska o zdrowie dziecka powinna łączyć szkołę, rodziców i ustawodawcę. Pielęgniarka szkolna nie działa przeciwko komukolwiek — jej zadaniem jest dostrzegać potrzeby ucznia i proponować rozwiązania, które będą dla niego najlepsze. Zdarzają się sytuacje, kiedy rodzice niekoniecznie chcą z nami współpracować.

- A co z nadwagą, otyłością i chorobami metabolicznymi np. z cukrzycą. Jest to z mora naszej cywilizacji, czy wśród uczniów też?

- Niestety tak. Kiepskie jedzenie, brak ruchu, tkwienie tylko przed komputerem, czy unikanie lekcji w-f widoczne są gołym okiem. Tłumaczę dzieciom, że nasze posiłki muszą być urozmaicone. Dostarczać młodym organizmom niezbędnego budulca. Kilka razy w roku na terenie szkoły organizowane są konkursy z zasad zdrowego odżywiania. Dzieci poznają piramidę żywnościową, a specjaliści np. le-



karze, studenci medycyny mówią o szkoldliwości węglowodanów, w tym cukrów. Komisja ds. Medycyny Szkolnej działająca przy Szczecińskiej Okręgowej Izbie Pielęgniarek i Położnych, której jestem przewodniczącą, co roku organizuje konkurs dla dzieci i młodzieży poświęcony profilaktyce zdrowotnej. W tegorocznej edycji zadaniem uczestników jest przygotowanie piktogramu pod hasłem „Twoje zdrowie w Twoich rękach”. Laureaci otrzymają atrakcyjne upominki wręczone przez Przewodniczącą Izby. W naszej szkole odbywają się również coroczne, listopadowe konferencje dotyczące zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży. Wydarzenia te są skierowane do pielęgniarek, pedagogów, psychologów oraz dyrektorów szkół, a ja mam przyjemność je prowadzić. Pomysłodawczynią tego przedsięwzięcia była moja koleżanka – pielęgniarka pracująca w tej samej placówce. W ramach profilaktyki zdrowotnej w szkole wykonuje badania przesiewowe ukierunkowane na wczesne wykrywanie wad postawy, zaburzeń widzenia i słuchu, nieprawidłowości w zakresie widzenia barw, nadciśnienia tętniczego, a także nadwagi, otyłości i niedowagi. Wyniki badań przekazuję rodzicom wraz z informacją o konieczności konsultacji z lekarzem rodzinnym lub specjalistą oraz ewentualnej dalszej diagnostyki. Takie postępowanie umożliwia monitorowanie stanu zdrowia ucznia i zapewnia ciągłość opieki. Dodatkowo pielęgniarka szkolna prowadzi, realizuje i nadzoruje profilaktykę fluorkową dla uczniów klas I–VI.

- W Szczecinie są obecnie 104 gabinety szkolne, tak wynika z danych szczecińskiego oddziału Narodowego Funduszu Zdrowia. Są one w szkołach podstawowych, zespołach szkół, liceach i technikach. Organizacja gabinetów, pozyskanie personelu i podpisanie umów – to zadania szkół, natomiast finansowanie opieki nad uczniami w środowisku nauczania i wychowania jest zadaniem NFZ.

Czy ta liczba 104 jest wystarczająca?

- Obowiązujące przepisy określają liczbę uczniów, którzy mogą pozostawać pod opieką jednej pielęgniarki szkolnej. Nawet w mniejszych szkołach, które nie posiadają własnych gabinetów, dyrektorzy zawierają umowy o współpracy na świadczenie usług pielęgniarskich. W tych placówkach nie ma już higienistek, choć pojedyncze przypadki w skali kraju jeszcze się zdarzają, ponieważ personel medyczny posiada wysokie kwalifikacje i stale je podnosi – poprzez studia oraz liczne kursy specjalistyczne. Jako pracownicy medyczni udzielamy również pomocy nauczycielom, pozostałym pracownikom placówki oraz grupom przedszkolnym, choć formalnie nasza praca koncentruje się przede wszystkim na opiece profilaktycznej nad uczniami. Robimy to z troski o bezpieczeństwo i dobro całej społeczności szkolnej, reagując zawsze wtedy, gdy potrzebna jest pomoc.

- Mam wrażenie, że medycyna szkolna został wyjęta z systemu ochrony zdrowia i sama musi stawiać czoła różnym problemom. A to tak nie powinno być. Szkołę, rodziców i ustawodawcę po-

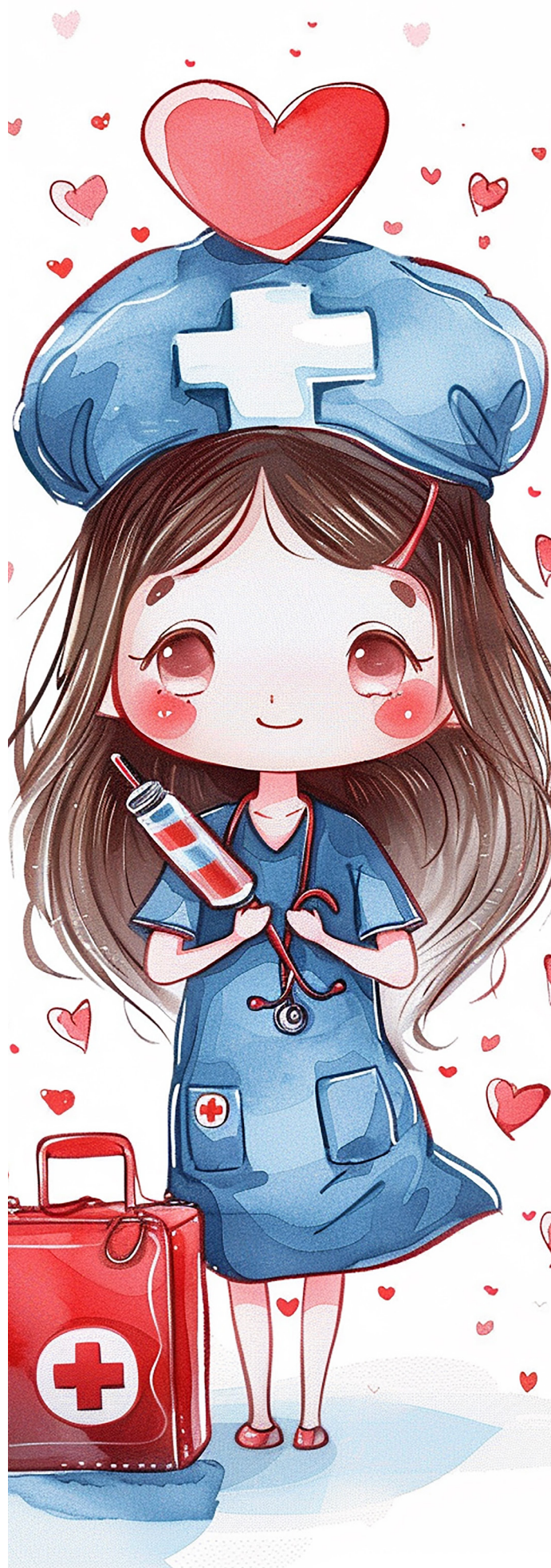
winna łączyć wspólna troska o zdrowie dziecka. Czego zatem życzyć pielęgniarkom szkolnym z okazji zbliżającego się jubileuszu 35-lecia Samorządu Pielęgniarek i Położnych?

- Przede wszystkim tego, abyśmy były traktowane jako partnerzy w rozmowach o zdrowiu dzieci oraz o tym, jak usprawniać system opieki nad nimi.

- Dziękuję za rozmowę

Ewa Karasińska

W czasie naszej blisko godzinnej rozmowy z gabinetecie pojawiło się pięcioro uczniów – z bólem głowy, brzucha, kontuzjami nogi. Wszyscy zostali przebadani, wysłuchani i udzielono im pomocy.



KIM JEST PIEŁĘGNIARKA SZKOLNA?

Pielęgniarka szkolna (środowiska nauczania i wychowania) funkcjonuje głównie w oparciu o ustawę z 12 kwietnia 2019 r. o opiece zdrowotnej nad uczniami, oraz rozporządzenie MZ z 29 listopada 2019 r. w sprawie zakresu zadań lekarza, pielęgniarki i położnej POZ oraz MZ z czerwca 2023 roku.. Określa ona profilaktyczną opiekę zdrowotną, edukację zdrowotną, testy przesiewowe oraz pierwszą pomoc.

Kluczowe regulacje i zadania pielęgniarki szkolnej:

- Wykonywanie i interpretacja testów przesiewowych (badanie wzroku, słuchu, postawy ciała itp.).
- Opieka nad uczniami z chorobami przewlekłymi i niepełnosprawnością (na podstawie zleceń lekarskich).
- Udzielanie pomocy przedlekarskiej w nagłych zachorowaniach, wypadkach i zatruciach.
- Grupowa profilaktyka fluorkowa w klasach I-VI szkół podstawowych.
- Edukacja zdrowotna i doradztwo dla dyrekcji (bezpieczeństwo, żywienie, higiena).

Wymagania kwalifikacyjne: Pielęgniarka środowiska nauczania i wychowania

musi posiadać odpowiednie kwalifikacje: mgr pielęgniarstwa, specjalizację w dziedzinie pielęgniarstwa środowiska nauczania/rodzinnego/pediatrycznego lub kurs kwalifikacyjny.

Czas pracy i etaty: Czas pracy jest dostosowany do liczby uczniów. Przyjmuje się, że na jedną pielęgniarkę powinno przypadać od 880 do 1 100 uczniów (etat przeliczeniowy).

Pielęgniarka szkolna działa w porozumieniu z rodzicami/opiekunami prawnymi, a jej działalność podlega tajemnicy medycznej.

Oczywiście rodzice mają gwarantowane ustawą prawo do wyrażenia sprzeciwu wobec udzielania świadczeń profilaktycznych. Jednak rodzic, który chce zrezygnować z objęcia jego dziecka profilaktyczną opieką pielęgniarską, powinien poinformować na piśmie o swoim sprzeciwie.

Pielęgniarka szkolna może podać dziecku leki w nagłych przypadkach, na podstawie własnej oceny stanu zdrowia ucznia.

Od 1 stycznia 2026 roku pielęgniarki i położne w Polsce mają obowiązek zbierać punkty edukacyjne w ramach doskonalenia zawodowego, zdobywając minimum 100 punktów w 5-letnim okresie rozliczeniowym, aby potwierdzić aktualizację wiedzy i umiejętności. Ten obejmuje różne formy kształcenia, a punkty zbiera się w dedykowanym, elektronicznym systemie, a ich brak może skutkować zawieszeniem prawa wykonywania zawodu.



OBWIESZCZENIE MINISTRA ZDROWIA

z dnia 16 czerwca 2023 r.

w sprawie ogłoszenia jednolitego tekstu rozporządzenia Ministra Zdrowia
w sprawie świadczeń gwarantowanych z zakresu podstawowej opieki zdrowotnej.

WYKAZ ŚWIADCZEŃ GWARANTOWANYCH PIEŁĘGNIARKI LUB HIGIENISTKI SZKOLNEJ UDZIELANYCH W ŚRODOWISKU NAUCZANIA I WYCHOWANIA ORAZ WARUNKI ICH REALIZACJI

Część I.

1. Pielęgniarka lub higienistka szkolna planuje i realizuje profilaktyczną opiekę zdrowotną nad świadczeniobiorcami na terenie szkoły lub w placówce, o której mowa w art. 2 pkt 519) ustawy z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty (Dz. U. z 2022 r. poz. 2230).
2. Świadczenia pielęgniarki lub higienistki szkolnej obejmują:
 - wykonywanie i interpretowanie testów przesiewowych, zgodnie z warunkami określonymi w części II;
 - kierowanie postępowaniem poprzesiewowym oraz sprawowanie opieki nad uczniami z dodatnimi wynikami testów;
 - czynne poradnictwo dla uczniów z problemami zdrowotnymi;
 - sprawowanie opieki nad uczniami z chorobami przewlekłymi i niepełno-

sprawnością, w tym realizacja świadczeń pielęgniarских oraz wyłącznie na podstawie zlecenia lekarskiego i w porozumieniu z lekarzem podstawowej opieki zdrowotnej, na którego liście świadczeniobiorców znajduje się uczeń, zabiegów i procedur leczniczych koniecznych do wykonania u ucznia w trakcie pobytu w szkole;

- udzielanie pomocy przedlekarskiej w przypadku nagłych zachorowań, urazów i zatruc;
- doradztwo dla dyrektora szkoły w sprawie warunków bezpieczeństwa uczniów, organizacji posiłków i warunków sanitarnych w szkole;
- edukacja w zakresie zdrowia jamy ustnej;
- prowadzenie u uczniów szkół podstawowych (klasy I–VI) znajdujących się na obszarach, gdzie poziom fluorków w wodzie pitnej nie przekracza wartości 1 mg/l, grupowej profilaktyki fluorkowej metodą nadzorowanego szczotkowania zębów preparatami fluorkowymi 6 razy w roku, w odstępach co 6 tygodni;
- udział w planowaniu, realizacji i ocenie edukacji zdrowotnej.

3. Pielęgniarka lub higienistka szkolna udziela świadczeń, o których mowa w ust. 1, zgodnie z przepisami wydanymi na podstawie art. 27 ust. 320) ustawy z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych (Dz. U. z 2022 r. poz. 2561, z późn. zm.).

4. Pielęgniarka lub higienistka szkolna zapewnia dostępność do świadczeń w wymiarze czasu pracy proporcjonalnym do liczby uczniów objętych opieką oraz planu godzin lekcyjnych, zgodnie z warunkami określonymi w części III.

Część II. Warunki realizacji i testów przesiewowych

LP.	WIEK ALBO ETAP EDUKACJI	TESTY PRZESIEWOWE
1	Roczne obowiązkowe przygotowanie przedszkolne ^{*(**)}	<p>1. Test do wykrywania zaburzeń:</p> <p>1) rozwoju fizycznego – pomiary: wysokości i masy ciała, w tym określenie współczynnika masy ciała (Body Mass Index – BMI);</p> <p>2) układu ruchu, w tym bocznego skrzywienia kręgosłupa, zniekształceń statycznych kończyn dolnych;</p> <p>3) w kierunku zęza (Cover test, test Hirschberga);</p>

		<p>4) ostrości wzroku;</p> <p>5) słuchu (badanie orientacyjne szeptem);</p> <p>6) ciśnienia tętniczego krwi.</p> <p>2. Orientacyjne wykrywanie zaburzeń statyki ciała.</p> <p>3. Orientacyjne wykrywanie wad wymowy.</p>
2	Klasa III szkoły podstawowej**	<p>Test do wykrywania zaburzeń:</p> <p>1) rozwoju fizycznego – pomiary: wysokości i masy ciała, w tym określenie współczynnika masy ciała (Body Mass Index – BMI);</p> <p>2) układu ruchu, w tym boczno-krzywego kręgosłupa;</p> <p>3) ostrości wzroku;</p> <p>4) widzenia barw;</p> <p>5) ciśnienia tętniczego krwi.</p>
3	Klasa V szkoły podstawowej**	<p>Test do wykrywania zaburzeń:</p> <p>1) rozwoju fizycznego – pomiary: wysokości i masy ciała, w tym określenie współczynnika masy ciała (Body Mass Index – BMI);</p> <p>2) układu ruchu, w tym boczno-krzywego kręgosłupa;</p> <p>3) ostrości wzroku;</p> <p>4) widzenia barw;</p> <p>5) ciśnienia tętniczego krwi.</p>
4	Klasa I gimnazjum**	<p>Test do wykrywania zaburzeń:</p> <p>1) rozwoju fizycznego – pomiary: wysokości i masy ciała, w tym określenie współczynnika masy ciała (Body Mass Index – BMI);</p> <p>2) układu ruchu, w tym boczno-krzywego kręgosłupa i nadmiernej kifozy piersiowej;</p> <p>3) ostrości wzroku;</p> <p>4) słuchu (badanie orientacyjne szeptem);</p> <p>5) ciśnienia tętniczego krwi.</p>
5	Klasa I szkoły ponadgimnazjalnej**	<p>Test do wykrywania zaburzeń:</p> <p>1) rozwoju fizycznego – pomiary: wysokości i masy ciała, w tym określenie współczynnika masy ciała (Body Mass Index – BMI);</p> <p>2) układu ruchu, w tym boczno-krzywego kręgosłupa i nadmiernej kifozy piersiowej;</p> <p>3) ostrości wzroku;</p> <p>4) ciśnienia tętniczego krwi.</p>
6	Ostatnia klasa szkoły ponadgimnazjalnej do ukończenia 19 roku życia	<p>Test do wykrywania zaburzeń:</p> <p>1) rozwoju fizycznego – pomiary: wysokości i masy ciała, w tym określenie współczynnika masy ciała (Body Mass Index – BMI);</p> <p>2) ostrości wzroku;</p> <p>3) ciśnienia tętniczego krwi.</p>

Choć w przedszkolach nie ma ustawowego obowiązku zatrudniania pielęgniarek to dzięki programom profilaktyki zdrowia realizowanym przez te placówki, o zdrowie dba się jak najlepiej. Niech przykładem będzie to przedszkole.

PP Nr 5

Tak realizujemy profilaktykę zdrowia

Zdrowie dzieci to wartość, o którą należy dbać od najmłodszych lat, dlatego profilaktyka zdrowia w naszym przedszkolu stanowi jeden z najważniejszych obszarów codziennej pracy. Dbamy o harmonijny rozwój fizyczny, emocjonalny i społeczny wychowanków, realizując przez cały rok liczne działania oraz projekty prozdrowotne. Przedszkole jest miejscem, w którym dzieci nie tylko zdobywają pierwsze doświadczenia edukacyjne, ale także uczą się, jak troszczyć się o swoje zdrowie, bezpieczeństwo i dobre samopoczucie.

Fundamentem naszych działań są projekty prozdrowotne realizowane w ostatnich latach, m.in.:

- „Magnoliaki, to zdrowe dzieciaki” – projekt wewnątrzprzedszkolny, które-



go celem było przybliżenie dzieciom wiedzy wynikającej z Podstawy Programowej Wychowania Przedszkolnego, wprowadzenie w świat zdrowych produktów poprzez zabawy i zajęcia kulinarno-edukacyjne, promowanie aktywności fizycznej oraz budowanie współpracy z rodzicami;

- „Zdrowo jemy i nie chorujemy” – projekt poszerzający wiedzę dzieci na temat zdrowego odżywiania oraz rozwijający umiejętność samodzielnego przygotowywania prostych, zdrowych posiłków, prowadzony przez naszą intendentkę Panią Lucynkę;

- „Owoce i warzywa – wiemy, co jemy” – obecnie realizowany projekt rozwijający świadomość żywieniową dzieci i kształtujący zdrowe nawyki;

- „Magno-eko-liaki” – obecnie realizowany wewnątrzprzedszkolny projekt ekologiczny promujący postawy proekologiczne oraz zdrowy styl życia;

- „Rok z higieną Velvet” – program edukacyjny realizowany aktualnie w jednej z najmłodszych grup, kształtujący prawidłowe nawyki higieniczne oraz świadomość znaczenia czystości i higieny osobistej;

- „Owocowo, kolorowo, a przede wszystkim zdrowo”, którego celem było utrwalanie zasad zdrowego żywienia poprzez praktyczne działania. Ważnym elementem profilaktyki zdrowia jest również edukacja w zakresie bezpieczeństwa. Przedszkolaki uczestniczą w warszta-

tach z pierwszej pomocy, podczas których w sposób dostosowany do wieku uczą się podstawowych zasad reagowania w sytuacjach zagrożenia oraz poznają numery alarmowe. Naszą placówkę regularnie odwiedzają policjanci, którzy przybliżają dzieciom zasady bezpiecznego zachowania. Spotkania ze stomatologiem uczą prawidłowej higieny jamy ustnej i podkreślają znaczenie profilaktyki stomatologicznej dlatego w naszej placówce codziennie po obiedzie dzieci myją zęby. W przedszkolu organizowano również wyjście do Uniwersyteckiej Kliniki Stomatologicznej PUM, Poradni Ortodoncji, gdzie Pani doktor wspólnie ze studentami zrobiła dzieciom przegląd ortodontyczny.

Istotnym obszarem działań prozdrowotnych jest także codzienna aktywność fizyczna. Ruch wspiera prawidłowy rozwój dziecka, wzmacnia odporność, poprawia kondycję oraz wpływa pozytywnie na samopoczucie. Szczególną wagę przywiązujemy do zabaw ruchowych i aktywności na świeżym powietrzu, które sprzyjają hartowaniu organizmu, rozwijaniu sprawności oraz kształtowaniu zdrowych nawyków.

Profilaktyka zdrowia w naszym przedszkolu obejmuje również troskę o rozwój emocjonalny dzieci. Warsztaty z psychologiem i pedagogiem specjalnym pomagają najmłodszym rozpoznawać i nazywać emocje, radzić sobie z trudnymi sytuacjami oraz bu-



dować pozytywne relacje z rówieśnikami. Nasze Panie specjalistki prowadzą również warsztaty dla rodziców, m.in.. dotyczące adaptacji, czy emocji. Obchody Dnia Życzliwości promują empatię i wzajemny szacunek, a zajęcia z dogoterapii wspierają rozwój wrażliwości i poczucia odpowiedzialności.

Podejmowane przez nas działania pokazują, że profilaktyka zdrowia w przedszkolu to proces kompleksowy, systematyczny i długofalowy. Poprzez zabawę, doświadczenie oraz współpracę ze specjalistami kształtujemy u dzieci zdrowe nawyki i postawy, które będą procentować w przyszłości. Wierzymy, że zdrowe, świadome i bezpieczne dziecko to najlepsza inwestycja w jego dalszy rozwój.

**Agnieszka Wolny,
nauczyciel
Alicja Woźniak - Orzechowska,
psycholog**

Nie tylko dla polonistów

Od 1 stycznia 2026 roku weszły w życie znaczące zmiany w polskiej ortografii, wprowadzone przez Radę Języka Polskiego (RJP) w celu uproszczenia zasad.

Najważniejsze to

pisanie wielką literą nazw mieszkańców miast i osiedli (np. Warszawianin), łączna pisownia „nie” z imięstwowami (niepalący) i przymiotnikami (nielepsz), oraz większe użycie wielkiej litery w nazwach obiektów i lokali.

Oto kluczowe zmiany obowiązujące od 2026 roku:

- Wielka litera w nazwach mieszkańców: Wszystkie nazwy mieszkańców miast, dzielnic i osiedli piszemy wielką literą, np. Gdynianin, Przymorzanin, Mokotowianin.
- Wielka litera w nazwach lokali i obiektów: W nazwach lokali usługowych i gastronomicznych (kawiarni, księgarni) wielką literą piszemy wszystkie człony poza przyimkami i spójnikami, np. Kawiarnia Literacka, Księgarnia Naukowa.
- Wielka litera w nazwach obiektów miejskich: Nazwy takie jak Aleja Niepodległości czy Bulwar Nadmorski będą pisane wielką literą (przy utrzymaniu małej litery dla słowa „ulica”, np. ulica Wiśnio-

wa).

- Łączna pisownia „nie”: Partykułę „nie” z przymiotnikami i przysłówkami odprzymiotnikowymi piszemy zawsze łącznie, także w stopniu wyższym i najwyższym (np. nielepsz, nielepiej).
 - Łączna pisownia imięstwowów: łącznie z „nie” zapisujemy imięstwy odmienne, np. niepalący, nieumyty.
 - Częstki niby-, quasi-: Wprowadzono jednolitą łączną pisownię cząstek niby- i quasi- z wyrazami pisanymi małą literą, np. nibyartysta, quasiopiekun.
 - Przedrostki (super-, ekstra- itp.): Przedrostki rodzime i obce piszemy łącznie z wyrazami zapisanymi małą literą (np. supernowoczesny). Jeśli wyraz zaczyna się od wielkiej litery, stosujemy łącznik (np. super-Polak).
 - Wielkie litery w nazwach komet: Wszystkie człony nazw komet zapisujemy wielką literą, np. Kometa Halleya.
 - Wyrazy złożone: Dopuszczalna jest zmiana pisowni (łącznik, przecinek lub rozdzielnie) w parach wyrazów, np. tuż-tuż, tuż, tuż, tuż tuż.
- Zmiany mają na celu redukcję liczby błędów językowych i ułatwienie piszącym analizy znaczeniowej tekstu.
- Uwaga: RJP wycofała się z planowanej zmiany dotyczącej pisowni wielowyrzowych nazw geograficznych (np. nadal piszemy cieśnina Bosfor, a nie Cieśnina Bosfor).

Książki z dziennikar- kami w rolach głównych

Od kiedy pamiętam lubię czytanie książek. Poznawanie bohaterów, przeżywanie razem z nimi przygód, rozwiązywanie zagadek, jeśli czytam na przykład kryminał. Równie długo towarzyszy mi również zainteresowanie dziennikarstwem, dlatego jeszcze chętniej czytam powieści, w których występują właśnie dziennikarze lub dziennikarki. Chciałabym przywołać i polecić kilka historii, w których pojawiają się redaktorzy i redaktorki uzbrojeni w notatniki, długopisy, czy dyktafony i nie tylko. Jedną z pierwszych książek z dziennikarzem w roli głównej, która bardzo mnie wciągnęła, było „Millennium. Mężczyźni, którzy nienawidzą kobiet”. To pierwsza część trylogii autorstwa Stiega Larssona, który był nie tylko pisarzem. Również grafikiem, fotografikiem i dziennikarzem. Kolejne tomy, to: „Dziewczyna, która igrała z ogniem”, „Zamek z piasku, który runął”. Jak pisze w biografii Larssona

(„Stieg Larsson. Mężczyzna, który odszedł za wcześnie”) Barry Forshaw, pisarz „(...) Zmarł, zanim ukazała się w jego języku ojczystym którakolwiek z trzech powieści, zanim pojawiła się w tłumaczeniach, zanim stała się olbrzymim sukcesem i fenomenem wydawniczym na skalę światową. (...)”. Zmarł 9 listopada 2004 roku. Głównymi bohaterami trylogii są Mikael Blomkvist i Lisbeth Salander. Z zaciekawieniem i rosnącym zainteresowaniem czytałam o wytrwałym i zawziętym w dążeniu do zdobycia informacji dziennikarzu, wydawcy magazynu Millennium. Poznajemy postacie już ze stron pierwszego tomu. Mikael przegrywa sprawę sądową o zniestawienie finansisty, Hansa-Erika Wenneströma. Jest rozwodnikiem i kobieciarzem, ale szanuje partnerki, z którymi sypia. Potrafi być także wiernym przyjacielem. Z kolei Lisbeth spotykamy, jako pracownicę Milton Security. To były pierwsze spotkania z tym cyklem, ale nie ostatnie. Kontynuowania historii z trylogii „Millennium” podjął się David Lagercrantz. Ukazały się tomy: „Co nas nie zabije”, „Mężczyzna, który gonił swój cień”, „Ta, która musi umrzeć”. Je też chętnie przeczytałam i polecam.

Zwrócimy teraz uwagę na półkę z polskimi książkami. Trudno nie wspomnieć tutaj o powieściach szczecińskiego pisarza Leszka Hermana. To postać dziennikarki z „Dziennika Szczecińskiego” Pauliny tak bardzo przyciągała mnie, jak magnes do powieści „Sedinum. Wiadomość z podziemi”, „Latarnia umarłych”, „Biblia diabła”, czy „Zbawiciel”. Chętnie czytałam o przygodach Pauliny, któ-

ra była wytrwała w dążeniu do celów i nie bała się wpackować w kłopoty, aby dotrzeć do informacji. Angażowała się w śledztwa razem z architektem Igozem i innymi bohaterami.

Za nami rok 2025. Rok, w którym ukazywały się powieści z bohaterami dziennikarzami. Jedną z nich jest dwutomowa historia pod tytułem „Polonista” Sebastiana Imielskiego. Znajdziemy w tych książkach wszystko, co można lubić w kryminałach. Prawdopodobieństwo popełnienia przestępstwa, trudną do rozwikłania sprawę i osoby, które próbują dociec prawdy, podejmując się niekonwencjonalnych metod. Na pierwszy plan nie wysuwają się policjanci i przestępcy, a polonista i dziennikarz, a także środowisko nauczycielskie. Poznajemy wspomniane role od kuchni dzięki wybudowanym od podstaw bohaterom.

Chciałabym zwrócić uwagę na przyjaciela tytułowego polonisty Karola Zawadę i Szymona Żurawia. Można przyrzyć się urokom i komplikacjom pracy dziennikarza śledczego, który nie ma do dyspozycji narzędzi takich, jak prokuratura, czy policja, a mimo to może doprowadzić do ujawnienia prawdy o przebiegu zdarzeń, dotrzeć do ich uczestników, czy świadków. O etyce dziennikarskiej długo można dyskutować. Bohaterowie dopuszczają się czynów nie do końca etycznych, pojawia się również przemoc.

Również książce Piotra Chomczyńskiego zatytułowanej „Kucharz” nie brakuje ciekawych bohaterów, którzy są dopracowani w najmniejszych szczegółach. Młody kryminolog Marcin Koch do tej

pory jedynie konsultował sprawy policyjne. Tym razem jednak nieco bardziej angażuje się w śledztwo. Bardzo się cieszę, że pojawia się tutaj Natalia, która jest dziennikarką. Która także interesuje się sprawą produkcji nowego narkotyku zbierającego śmiertelne żniwo w Poznaniu.

Wszystkie wspomniane książki, to powieści, które warto przeczytać. Wciągają fabułą. Nie można się od nich oderwać dzięki ciekawie wykreowanym bohaterom. Na podstawie wyżej przedstawionego zestawienia można dojść do wniosku, że dziennikarze są wplątani w historię, w których prowadzone jest śledztwo lub dąży się do rozwikłania zagadki mniej lub bardziej współczesnej. Wspomniane tytuły z pewnością sprawdzą się na długie zimowe wieczory.

Edyta Rauhut

RELAKS Z KSIĄŻKĄ

Polecenie dzieciom książek o zdrowiu, to trochę jak dawanie im mapy do własnego ciała i emocji. Dzięki takim pozycjom dowiadują się, o czym świadczą pewne symptomy, czym jest wirus i gorączka a taka wiedza może pomóc i zmniejszyć lęk przed chorobą, badaniem czy samą wizytą u lekarza. Literatura popularno - naukowa oswaja trudne tematy, otwiera dziecko na rozmowę i zachęca do zadawania pytań. Inne wartości to budowanie dobrych nawyków, wzmacnianie empatii czy wspieranie samodzielności. Dlatego podsuwajmy młodym czytelnikom książki o zdrowiu i chorobach. Te książki wcale nie muszą być poważne!

„**Wirus i inne drobne ustrojstwa**” to ciekawa i dowcipnie napisana książka znanego duetu Boguś Janiszewski, Max Skorwider.

Jej bohaterem jest Piotrek. Piotrek to wirus zwierzęcy. Choć tata tłumaczył mu, że wirusom trudno przeskakiwać z jednego gatunku na drugi, Piotrek marzy o tym, by zarażać ludzi. Bo tylko wtedy może zrobić światową karierę. Czy mu się to uda? Nie bój się! Poznaj przeciwnika i dowiedz

WIRUS

i inne drobne ustrojstwa



Napisał: Boguś Janiszewski
Wydrukował: Max Skorwider

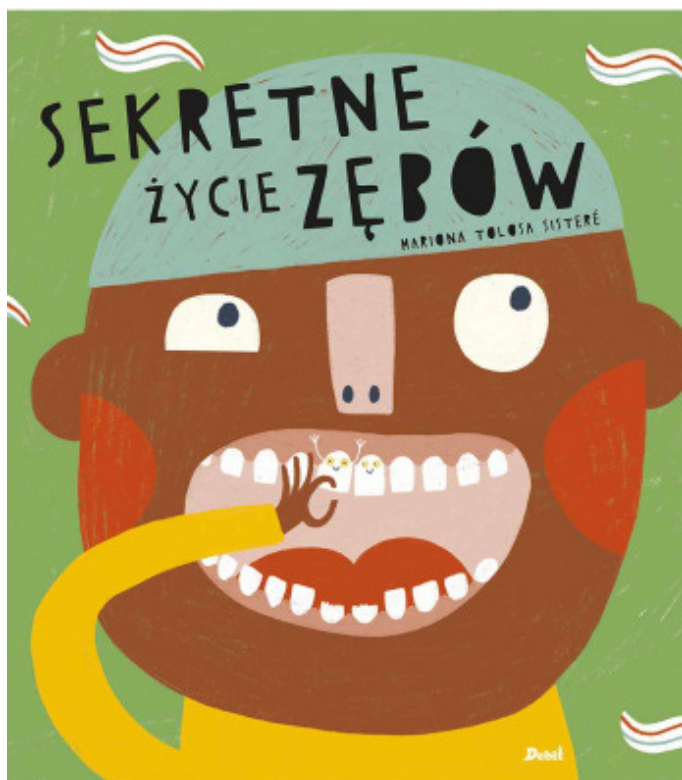
publicat

się, jak sobie z nim poradzić – zachęcają autorzy.

Z książki, dowiadujemy się :

- co to są wirusy i czym różnią się od bakterii
- jak się przenoszą, jak działają i czemu są odporne na antybiotyki
- jak ludzie się przed nimi bronią (higiena, kwarantanna, wzmacnianie odporności)
- co to jest układ odpornościowy i jak działa szczepionka.

Wciągająca opowieść z mnóstwem rzetelnych, zweryfikowanych przez fachowców informacji.



Nieco młodszych czytelników mogą zainteresować bogato ilustrowane książki francuskiej autorki, Mariony Tolosa Sistère - „**Sekretne życie zębów**” i „**Sekretne życie wirusów**”. Mnóstwo w nich ciekawostek i ważnych informacji.

Czy wiesz, że w Japonii, kiedy dziecku wypada górny ząb, to wrzuca się go na dach, a kiedy dolny, to zakopuje się go w ziemi? Zęby są tak ważne, że w większości kultur istnieją specjalne rytuały związane z wypadaniem mleczaków.

Wyobrażasz sobie, jak by to było nie mieć zębów? Są nam niezbędne do jedzenia, a nawet do prawidłowego mówienia! Dlatego trzeba o nie dbać. Potrafisz je dokładnie myć? Domyślasz się, jak powstaje próchnica? A może wiesz, jaką funkcję pełnią poszczególne zęby, kiedy wcinasz spaghetti?

Odkąd pojawiliśmy się na świecie, na pewno zaraziliśmy się mnóstwem wirusów. Na szczęście organizm człowieka posiada silny układ odpornościowy, a poza tym istnieją obecnie różne szczepionki. Wirusy są wszędzie: na czubku Twojego nosa i w głębinie oceanów. I chociaż cieszą się złą sławą, większość z nich nie wywołuje chorób. W czasach gdy o tych małych i niegrzecznych istotach mówi się tak wiele, warto się o nich dowiedzieć jak najwięcej – zachęca autorka.

Monika Wilczyńska / Szczecincyta.pl

