

# INFORMATOR

KWP w Olsztynie

14 STYCZNIA 2024 r.

NUMER 215

ISSN 2082-7601

Kontakt z czytelnikami: [bozena.przyborowska@ol.policja.gov.pl](mailto:bozena.przyborowska@ol.policja.gov.pl)



**W gronie  
najlepszych  
biegaczy!!!**





**Nowi policjanci zasilili szeregi warmińsko-mazurskiej Policji. Służyć wiernie Narodowi uroczyście ślubowało 24 funkcjonariuszy. Proces rekrutacji trwa, a liczba chętnych do podjęcia służby w Policji na Warmii i Mazurach oraz spadek liczby wakatów wyraźnie pokazują, że ta możliwość cieszy się dużym zainteresowaniem. Na Warmii i Mazurach służy 3610 policjantów.**

Pierwsze w tym roku ślubowanie, to kolejne, które niestety odbyło się bez zaproszonych gości oraz członków rodzin i bliskich funkcjonariuszy. Wszystko za sprawą wciąż doskwierającej nam wszystkim pandemii.

W poniedziałek (10.01.2022r.) w sali Oddziału Prewencji Policji w Olsztynie odbyło się uroczyste ślubowanie nowo przyjętych funkcjonariuszy.

"Ja, obywatel Rzeczypospolitej Polskiej, świadom podejmowanych obowiązków policjanta, ślubuję: służyć wiernie Narodowi, chronić ustanowiony Konstytucją Rzeczypospolitej Polskiej porządek prawny, strzec bezpieczeństwa Państwa i jego obywateli, nawet z narażeniem życia..." – te słowa za swoim szefem powtórzyło 24 nowych policjantów z Warmii i Mazur.

Wśród 27 nowo przyjętych funkcjonariuszy jest 6 kobiet.



Po ślubowaniu odbędą szkolenie w jednej ze szkół policji, po którego zakończeniu wrócą do swoich jednostek: OPP w Olsztynie (8), KMP w Olsztynie (6), KMP w Elblągu (2), KPP w Bartoszycach (1), KPP w Braniewie (1), KPP w Elku (1), KPP w Iławie (1), KPP w Kętrzynie (1), KPP w Lidzbarku Warmińskim (1), KPP w Mrągowie (2), KPP w Olecku (1), KPP w Szczytnie (1) i KPP w Węgorzewie (1).

Podczas uroczystości decyzją nadinsp. Tomasza Klimka Komendanta Wojewódzkiego Policji w Olsztynie na stopień nadkomisarza policji mianowany został komisarz Dariusz Wileński policjant Oddziału Prewencji Policji w Olsztynie.

(kh/rj)

# Zapewnili ciepły kąt

**Uśmiech na twarzy potrzebującego człowieka to najpiękniejsza forma podziękowania za zaangażowanie w jego sprawie. A tego uśmiechu nie zabrakło u pewnego 72-latka, któremu pomogli dzielnicowy z pracownikiem socjalnym. Mężczyzna, który ma problemy z poruszaniem się, prosił jedynie o schronienie w czasie mrozów. Apel 72-latka został od razu wysłuchany i jeszcze tego samego dnia zapewniono mu ciepły kąt, do którego przetransportowali go funkcjonariusze.**

Okres zimowy to czas, w którym policyjne zadania zyskują dodatkowy wymiar. Uwaga funkcjonariuszy jest w tym okresie szczególnie skupiona na osobach bezdomnych, samotnych, potrzebujących pomocy, dla których spadki temperatur mogą być dużym zagrożeniem.

Jeszcze przed rozpoczęciem sezonu zimowego dzielnicowi prowadzą rozpoznanie rejonu pod kątem osób, które mogą być w potrzebie, a następnie współdziałają z lokalnymi ośrodkami pomocy społecznej. Jedną z form współpracy są kontrole miejsc przebywania osób bezdomnych, samotnych i potrzebujących pomocy.

O tym jak skuteczni w swoich działaniach są policjanci i pracownicy socjalni przekonał się pewien 72-latek.

22.12.2021r. dzielnicowy st.asp. Arkadiusz Kaczyński wraz z przedstawicielem braniewskiego ośrodka pomocy społecznej kontrolowali miejsca, w których przebywają osoby w trudnej sytuacji życiowej. Tego dnia kontrolujący dotarli także do 72-latka, który zimą próbował przetrwać na terenie ogródków działkowych.

W trakcie rozmowy mężczyzna, obawiając się mrozów, przyznał, że potrzebne jest mu lepsze schronienie. Zarówno policjant, jak i towarzyszący mu pracownik socjalny, jako priorytet postavili sobie zapewnienie ciepłego kąta 72-latkowi. Tak też się stało. Mężczyzna miał trudności z poruszaniem się, dlatego funkcjonariusze zadbali o to, żeby bezpiecznie trafił do odpowiedniego miejsca. Kiedy 72-latek wszedł do ciepłego pomieszczenia, nie krył radości na swojej twarzy, dziękując przy tym, za okazaną pomoc.



*kom. Jolanta Sorkowicz*

## Dielnicowy pomógł rodzinie przebywającej na kwarantannie

Rodzina przebywająca na kwarantannie na terenie gminy Giżycko zwróciła się z prośbą do policjanta o zrobienie im zakupów. Dzielnicowy dostał listę i udał się z nią do sklepu, a następnie dostarczył artykuły żywnościowe domownikom.

Podczas codziennej służby policjanci kontaktują się i odwiedzają osoby objęte kwarantanną. Dopytują, czy czegoś nie potrzebują, rozmawiają, podnoszą na duchu oraz udzielają porad i pomocy. Tak też było i w tym przypadku. Wizyta dzielnicowego, który sprawdzał przestrzeganie kwarantanny, okazała się dla jednej z rodzin bardzo pomocna.

Objęci kwarantanną nieśmiało poprosili funkcjonariuszy o zakup czegoś do jedzenia.

Jak relacjonowali skończyły im się zapasy, a osoby, z którymi chcieli się skontaktować nie odbierały połączenia.

Artykuły żywnościowe pozostawione przez dzielnicowego na jakiś czas pozwolą zaspokoić potrzeby rodziny i przetrwać do zakończenia kwarantanny.

*(ich/kh)*

# Zapobiegli tragedii

**Dzięki szybkiej i skutecznej reakcji piskich policjantów odnaleziono zaginionego 21-latkę z gminy Ostrołęka. Sytuacja była poważna. Wiele wskazywało bowiem na to, że młody człowiek może odebrać sobie życie.**

**Funkcjonariusze znaleźli samochód należący do mężczyzny na terenie ośrodka wypoczynkowego w jednej z miejscowości na terenie gminy Pisz. Sprawdzając pobliski kompleks leśny i plażę policjanci zauważyli młodego człowieka siedzącego w trzcinowisku na brzegu jeziora. Był to zaginiony mężczyzna. 21-latek cały i zdrowy przekazany został pod opiekę rodzinie.**

W środę (12 stycznia br.) około południa oficer dyżurny Komendy Powiatowej Policji w Piszczu otrzymał telefon z komendy w Ostrołęce z prośbą o pomoc w odnalezieniu 21-letniego mieszkańca gminy Ostrołęka. Z przekazanych informacji wynikało, że młody człowiek może przebywać na terenie jednej z miejscowości w gminie Pisz. Poruszał się samochodem marki BMW. Do pomocy w jego odnalezieniu jechali też policjanci z jednostki w Ostrołęce.

Oficer dyżurny piskiej komendy natychmiast zadysponował siły i środki, aby pomóc w odnalezieniu zaginionego mężczyzny. Sytuacja była poważna. Wiele wskazywało bowiem na to, że 21-latek może odebrać sobie życie.

Liczył się zatem czas.

Piscy policjanci natychmiast pojechali w kierunku wskazanej miejscowości. Po drodze sprawdzali kompleksy leśne i drogi dojazdowe. Na jednej z dróg dojazdowych do ośrodka wypoczynkowego funkcjonariusze zauważyli zaparkowany pojazd marki BMW o podanych numerach rejestracyjnych należący do zaginionego. W samochodzie, ani też w pobliżu nie było żadnych osób. Policjanci zaczęli sprawdzać pobliski las oraz plażę. W trzcinowisku na brzegu jeziora zauważyli siedzącego młodego człowieka. Wyglądem przypominał zaginionego mężczyznę. Funkcjonariusze mieli trudne zadanie. Obawiali się bowiem, że 21-latek przestraszy się i pobiegnie na zamrożone jezioro. Kiedy do niego podeszli był bardzo zaskoczony ich obecnością, ale zachowywał się spokojnie. Był przemarznięty i zapłakany. Nie było czuć od niego alkoholu, ale trudno było z nim nawiązać logiczną rozmowę. Młody mężczyzna powiedział jedynie, że przyjechał w to miejsce, bo chciał przemyśleć w spokoju pewne rzeczy. 21-latek przekazany został pod opiekę rodziny.

Dzięki szybkiej i skutecznej reakcji oficera dyżurnego piskiej komendy oraz zaangażowaniu zadysponowanych do działań poszukiwawczych policjantów nie doszło do tragedii, a 21-latek został odnaleziony cały i zdrowy.

## Pomogli osobom narażonym na wychłodzenie

**Elccy policjanci pomogli dwóm mężczyznom, którzy nocą, przy ujemnej temperaturze siedzieli na przystanku. Wsparcie przyszło na czas. Okazało się, że jeden z nich wymaga hospitalizacji. Drugi znalazł schronienie w ogrzewalni.**

Podczas nocnego patrolowania ulic Elku policjanci zauważyli dwóch mężczyzn siedzących na przystanku autobusowym. Temperatura tej nocy była ujemna. Okazało się, że mężczyźni są bezdomni i nie mają gdzie się schronić przed zimą. Znajdowali się w okolicznościach zagrażających ich życiu. Jeden z nich trząsał się z zimna, trudno było z nim nawiązać logiczny kontakt i nie mógł poruszać się o własnych siłach.

Policjanci wezwali do niego pogotowie ratunkowe.

60-latek z objawami hipotermii trafił do szpitala. Natomiast drugi mężczyzna nie potrzebował pomocy medycznej i znalazł ciepłe schronienie w miejscowej ogrzewalni.

**Mimo stale prowadzonych patroli miejsc zagrożonych funkcjonariusze nie są w stanie dotrzeć do wszystkich osób potrzebujących pomocy. Dlatego zwracamy się z apelem – jeśli zauważymy człowieka leżącego na chodniku czy śpiącego na ławce, nie pozostawiamy obojętni na los takiej osoby. Nie przechodźmy obojętnie obok kogoś, komu może grozić wychłodzenie. Zadzwońmy pod numer 112.**

(akdn/tm)



## **Nie daj się oszukać „na BLIK-a”**

**Przestępcy nie pozostają bierni wobec rozwoju technologii oraz nowych zjawisk w cyberprzestrzeni i wykorzystują je dla swoich potrzeb. Tym razem forma wyłudzenia pieniędzy polegała na uzyskaniu kodu BLIK ofiary.**

Jedną z form wyłudzenia pieniędzy przez oszustów polega na uzyskaniu kodu BLIK ofiary. Przestępca po włamaniu się na konto wybranej osoby na portalu społecznościowym, wysyła za pomocą jej komunikatora do znajomych informację z prośbą o pożyczkę pieniędzy, tłumacząc się nagłą potrzebą uiszczenia opłaty. Następnie oszuści proszą swoją ofiarę o podanie kodu BLIK, dzięki któremu wypłacają pieniądze z bankomatu. Niczego nieświadoma ofiara jest przekonana, że pożyczyła pieniądze znajomemu.

W poniedziałek (10.01.2022r.) olsztyńscy policjanci otrzymali zgłoszenie od 26-letniego mieszkańca Barczewa, który twierdził, że padł ofiarą oszustwa. Pokrzywdzony myśląc, że koresponduje ze swoim znajomym odpowiedział na jego prośbę pożyczki pieniędzy w celu opłacenia zamówionego towaru. Mężczyzna będąc przekonany, że pomaga koledze, wysłał kod BLIK. Pokrzywdzony zorientował się, że padł ofiarą oszusta po kontakcie z prawdziwym znajomym, któremu włamano się na konto społecznościowe.

Wartość strat to 1000 złotych. Ponadto okazało się, że ten sam oszust napisał do siostry mężczyzny. Mieszkanka Lidzbarka Warmińskiego również zawierzyła, że pomaga rodzinie i przesłała kod BLIK – tym razem w kwocie 500 złotych. Kobieta, kiedy uświadomiła sobie, że miała do czynienia z przestępcą, natychmiast zadzwoniła do członków rodziny i uprzedziła, że może z nimi kontaktować się za pomocą komunikatora społecznościowego oszust. Okazało się, że tego dnia przestępca próbował nabrać jeszcze kilka innych osób.

### **Przypominamy, że takich sytuacji można uniknąć, wystarczy że będziemy stosować kilka ważnych zasad:**

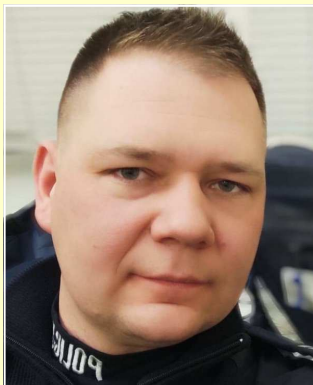
- należy stosować dwuskładniowe uwierzytelnianie swoich kont społecznościowych, wówczas o wiele trudniej przejąć nasze konto – zalogowanie się wymaga potwierdzenia SMS;
- zawsze warto potwierdzać tożsamość „znajomych”, którzy piszą do nas przez internetowe komunikatory – najlepiej zadzwonić do takiej osoby;
- pamiętajmy, aby sprawdzać dane transakcji przed jej potwierdzeniem w aplikacji bankowości mobilnej (przestępca nie skorzysta z kodu, dopóki nie potwierdzimy transakcji na naszym telefonie);
- trzeba chronić swój telefon oraz szczególnie PIN do aplikacji mobilnej banku.

## **Sprawca zdarzenia drogowego ujęty przez policjanta w czasie wolnym od służby**

**Sprawcę zdarzenia drogowego ujął kętrzyński policjant w czasie wolnym od służby. Mężczyzna z impetem wjechał na chodnik, gdzie znajdowali się przechodnie i uderzył w schody uszkadzając oba koła pojazdu, ale zamiast powiadomić o tym fakcie odpowiednie służby postanowił odjechać z miejsca zdarzenia.**

Policjantem jest się przez całą dobę. To nie praca, lecz służba, co tym razem udowodnił policjant sierż. szt. Kamil Dudyński z Zespołu Ruchu Drogowego Komendy Powiatowej Policji w Kętrzynie.

Cała sytuacja rozegrała się we wtorek (28.12.2021r.) kwadrans przed godz. 13:00 w Kętrzynie. Policjant idąc ze swoją żoną chodnikiem w Kętrzynie zwrócił uwagę na pojazd, który jedzie z nadmierną prędkością. W pewnym momencie kierujący BMW zaczął hamować i wjechał na chodnik, na którym znajdowali się piesi. Na szczęście nikt z przechodniów nie doznał obrażeń. Kierujący natomiast zatrzymał auto na schodach jednego z budynków uszkadzając dwa koła w pojeździe. Mężczyzna zamiast zatrzymać pojazd zaczął cofać i odjechał z miejsca



zdarzenia w rejon jednego z osiedlowych parkingów. Za kierującym pobiegł nie będący w służbie policjant, który ujął mężczyznę i o całym zdarzeniu poinformował za pośrednictwem dyżurnego jednostki funkcjonariuszy pełniących służbę.

Policjantom, 22-latek tłumaczył, że nie zdołał wyhamować auta przed poprzedzającym go pojazdem, który rozpoczął manewr skręcania i w celu uniknięcia zderzenia się pojazdów wjechał na chodnik, po którym przejechał około 30 metrów. Mężczyzna nie potrafił wytłumaczyć, dlaczego odjechał z miejsca zdarzenia. Funkcjonariusze za spowodowanie zagrożenia bezpieczeństwa w ruchu drogowym oraz jazdę po chodniku ukarali mieszkańca miasta mandatami karnymi.

To kolejny przykład, gdzie czujność i prawidłowa reakcja policjanta spędzającego czas wolny poza służbą, przyczyniła się do wyeliminowania z ruchu nieodpowiedzialnego kierowcę, który mógł doprowadzić do jeszcze większej tragedii na drodze.

(ep/kh)



„Paczka z dzielnicy”- dzielnicowy w roli świętego Mikołaja, to już piąta edycja „Paczki z dzielnicy”- projektu, którego celem jest pomoc najbardziej potrzebującym i wywołanie na ich twarzach uśmiechów.

Pomysłodawcą projektu oraz jego głównym koordynatorem jest asp. Leszek Jacznik- dzielnicowy z Posterunku Policji I Komendy Miejskiej Policji w Olsztynie.

„Paczka z dzielnicy” to nazwa autorskiego projektu, który powstał w 2017 roku z inicjatywy dzielnicowego Posterunku Policji I Komendy Miejskiej Policji w Olsztynie.

Jako policjant „pierwszego kontaktu” asp. Leszek Jacznik doskonale zna problemy i potrzeby mieszkańców swojego rejonu służbowego. Na co dzień współpracuje z wieloma osobami, które mimo trudnej sytuacji życiowej, z wielu powodów nie proszą o pomoc. To właśnie dla nich, 5 lat temu, powstała „Paczka z dzielnicy”.

Początkowo akcja ukierunkowana była na rodziny poznane przez policjantów w trakcie służby.

Z czasem, informacje o potrzebujących osobach przekazywali dzielnicowemu również inni mieszkańcy oraz instytucje. Podczas akcji zbierane są darowizny, artykuły spożywcze, przemysłowe, chemiczne, tekstylia. Nie brakuje również słodkości oraz zabawek dla najmłodszych.

Z zebranych artykułów tworzone są paczki, które następnie trafiają do potrzebujących rodzin. Akcja z roku na rok nabiera rozpędu. Bierze w niej udział coraz więcej darczyńców, dzięki czemu udaje się dotrzeć do większego grona potrzebujących osób.

„Paczka z dzielnicy” swoim zasięgiem

obejmuje już nie tylko

rejon działania asp. Leszka Jacznika ale cały Olsztyn.

W tym roku w szlachetną akcję włączyli się również pracownicy Wojewódzkiej Stacji Pogotowia Ratunkowego w Olsztynie. Wszystkim darczyńcom oraz partnerom „Paczki z dzielnicy” serdecznie dziękujemy za pomoc!



# Mobber nie jest bezkarny!

- „*Mobberem jest osoba, która posiada wyolbrzymione poczucie własnej wartości i nadmierną potrzebę bycia najlepszym, przy niewielkich umiejętnościach i wiedzy; a przede wszystkim, mająca urojenia odnośnie władzy i sukcesu. Mobbingiem będzie dotknięta osoba, która jest zagrożeniem dla mobbera*” - powiedziała Mariola Żarnoch Prezes Ogólnopolskiego Stowarzyszenia Antymobbingowego OSA.

Czym jest mobbing? Jak odróżnić go od dyskryminacji? Jak bronić się przed mobberami?

Miedzy innymi takie pytania postawiła Bożena Przyborowska Pani Marioli Żarnoch. A wszystko po to, aby przekazać wiedzę na temat zjawiska mobbingu, uświadomić mobberom, że nie są bezkarni oraz wskazać drogę obrony przed mobberem.

## B.P. - Czym jest zjawisko mobbingu?

**Mariola Żarnoch:-** Określenie mobbing zostało przeniesione na grunt polskiej judykatury i oznacza przemoc w miejscu pracy.

Jeśli mówimy o tym zjawisku, musimy mieć na myśli jego elementy, którymi są zawsze działania wrogie, agresywne i nieetyczne, skierowane na określoną jednostkę, trwające przez dłuższy okres czasu, powtarzalne, wywierające negatywny wpływ na zdrowie psychiczne i fizyczne jednostki.

## B.P.- Jaka jest różnica pomiędzy dyskryminacją w miejscu pracy, a mobbingiem?

**Mariola Żarnoch:-** Istnieje znacząca różnica pomiędzy mobbingiem a dyskryminacją.

Mobbing jest działaniem długotrwałym i skierowanym przeciwko pracownikowi. Jest swoistym dręczeniem psychicznym pracownika. Dyskryminacją są jednorazowe działania skierowane do pracownika lub grupy pracowników (lub osób starających się o zatrudnienie), np. w zakresie nawiązania i rozwiązania stosunku pracy, warunków zatrudnienia, awansowania, dostępu do szkoleń.

Przykład dyskryminacji: pracodawca „gorzej” traktuje 23 pracowników, którzy są członkami związku zawodowego; albo pracodawca „gorzej” traktuje pracowników innego wyznania; pracodawca lepiej opłaca inspektora pracującego w terenie, będącego mężczyzną, niż takiego samego inspektora -także pracującego w terenie-ale będącego kobietą.

## B.P. Jakimi cechami charakteryzuje się mobber? Kim on jest?

**Mariola Żarnoch:-** Jest osobą, która posiada wyolbrzymione poczucie własnej wartości i nadmierną potrzebę bycia najlepszym przy niewielkich umiejętnościach i wiedzy, a przede wszystkim, mającą urojenia odnośnie władzy i sukcesu. Władzę i sukces wykorzystuje w relacjach interpersonalnych.

Mobbingiem będzie dotknięta osoba, która jest zagrożeniem dla mobbera.

## B.P. - Dużo pisze się i mówi o mobbingu na linii zwierzchnik-podwładny. A co, jeśli mobberem jest koleżanka lub kolega albo grupa pracowników? Jak się przed tym bronić? Czy z punktu widzenia prawa za taki mobbing odpowiada pracodawca, który zgodnie z Kodeksem Pracy jest obowiązany przeciwdziałać mobbingowi, czy też mobber w postaci kolegów z pracy? Jakże są przyczyny takiego rodzaju mobbingu?

**Mariola Żarnoch:-** Ustawodawca nakazał pracodawcy (instytucji) podejmowanie działań mających przeciwdziałać stosowaniu mobbingu na terenie zakładu pracy. W przeciwnym wypadku, ponosi on -pracodawca- odpowiedzialność prawną, w tym także odszkodowawczą, niezależnie od tego, czy to on sam był mobberem, czy inny współpracownik mobbingował kolegę.

Niezależnie od tego, kto jest mobberem, zawsze o takich działaniach pracownik powinien na piśmie powiadamiać pracodawcę.



Przyczyną prześladowania na płaszczyźnie współpracowników jest: osobista niechęć danych osób, próba pokazania się w lepszym świetle kosztem drugiej osoby, zazdrość o coś, co posiadają inni np. uroda, młodość, umiejętności, wykształcenie, itp.

**B.P.- Prowadziła Pani szkolenie dla kadry kierowniczej Policji pod tytułem „Mobbing się nie opłaca”. Zadam więc retoryczne pytanie- dlaczego się nie opłaca? I czy to, że się nie opłaca, jest jakimś argumentem dla kadry kierowniczej?**

**Mariola Żarnoch:** - Mobbing się nie opłaca z uwagi na skutki, jakie za sobą zostawia. Jeśli są działania i zachowania mobbingowe, jest to porażka dla wszystkich - i w sensie moralnym, i finansowym.

Skutki rodzą koszty, które ponosimy wszyscy, całe społeczeństwo. Niestety w Polsce nie liczy się strat finansowych tego zjawiska. Jeśli jedna osoba jest nim dotknięta i z tego powodu choruje, to dotknięci są rodzina i pozostali pracownicy.

Skutki to: **Szkody indywidualne ofiar** - składające się na schorzenia opisywane przez psychiatrów, jako potraumatyczne stany lękowe (PTSD - posttraumatic stress disorder) porównywane przez specjalistów do stanu, jaki opisywano u osób, które przeszły doświadczenie obozu koncentracyjnego, i obecnie głównie z powodu wytwarzania się takich samych objawów u ofiar przemocy w pracy, osoby mobbingowane są zaliczane do tej grupy pacjentów, jako ofiary psychicznego terroru.

**Zakłócenie funkcjonowania rodzin**, które prowadzi do jej rozpadu, ponieważ przenoszone na środowisko rodzinne sytuacje z pracy powodują kryzys w utrzymaniu prawidłowych relacji, stwarzając poczucie bezsilności i niezaradność wobec problemów, z którymi boryka się jeden z jej członków.

W sytuacji, gdy osoba mobbingowana traci pracę, a jest jedynym żywicielem rodziny, zagrożony jest byt całej rodziny. Następuje ucieczka w alkoholizm, narkomanię i lekomanie. Dochodzi do różnych konfliktów w trakcie, których następują fakty przemocy domowej, co w dalszej konsekwencji prowadzi do rozpadu rodziny.

**Destrukcyjne działanie na całe społeczeństwo.** Przejawia się to wzrostem napięć w stosunkach międzyludzkich. Następuje powszechne niezadowolenie z sytuacji pracy oraz wzrost agresji wobec władzy, która nie radzi sobie z eliminacją problemu. Pojawia się zwiększone zapotrzebowanie na programy prozdrowotne. Wzrastają koszty świad-

czeń zdrowotnych i ubezpieczeń społecznych. Pogarsza się sytuacja budżetu państwa wywołana koniecznością wypłat rent i wcześniejszych emerytur dla osób, które odeszły z pracy, bo utraciły zdrowie z powodu prześladowania.

**Negatywne skutki dla pracodawcy**, z czego w większości nie zdają sobie sprawy i nie próbują ich ocenić w kontekście strat. Jaki to mechanizm?

Następuje: -pogorszenie dobrej atmosfery,

-zanikanie motywacji i chęci do pracy,

-zabijanie aktywności i kreatywności pracowników,

-niszczenie poczucia odpowiedzialności za firmę.

To z kolei prowadzi do kosztów związanych:

-ze zmniejszeniem wydajności pracy,

-z pobytami na zwolnieniach chorobowych,

-z wypłatami odszkodowań,

-z wydatkami związanymi z rekrutacją pracowników, ich szkoleniem oraz stratami wynikającymi z ich pracy o niższej jakości i wydajności.

Dla całego przedsiębiorstwa oznacza to spowolnienie tempa rozwoju, pogorszenie wizerunku firmy, społeczny odbiór firmy i pracodawcy – „mobber – kał”, a wreszcie utratę wiarygodności.

W przypadku policjantów problem jest jeszcze poważniejszy. Tu na pewno „mobbing się nie opłaca”.

Jeżeli policjantów dotyczą zachowania i działania mobbingowe - skutki łączą się przede wszystkim z zagrożeniem ich zdrowia i życia w służbie, ponieważ w takiej sytuacji sami sobie wzajemnie nie są w stanie zapewnić bezpieczeństwa.

Skutki zjawiska powinny być argumentem dla kadry kierowniczej chociażby dlatego, iż sami też mają przełożonych oraz powinni zapewnić bezpieczeństwo podległym im policjantom.

**B.P. - Teoretycznie zaleca się, aby pracownicy zgłaszali pracodawcy występowanie działań i zachowań mobbingowych, ale życie pokazuje, że czasami to pogłębia konflikt. Jak podaje literatura - takie osoby są szykanowane, przenoszone na inne stanowiska, wykluczane z zespołów pracowniczych. Czy warto więc podejmować takie działania?**



**Mariola Żarnoch:-** Pracodawca w chwili powzięcia wiadomości o mobbingu ma obowiązek podjąć działania. To się pracodawcy opłaca - bo jeśli podejmie działania w tym zakresie, to może uniknąć odpowiedzialności prawnej.

Poza tym, jeśli pracownik nie będzie stanowczo reagował na bezprawne działania, to wcześniej czy później jego stan zdrowia pogorszy się, i wówczas może już doprowadzić się do takiej sytuacji, że będzie musiał zrezygnować w ogóle z zatrudnienia.

Wysuwając roszczenia przeciwko pracodawcy, zawsze pracownik przed sądem musi udowodnić, że zjawisko mobbingu było przez niego zgłaszane pracodawcy, ale ten nie podejmował żadnych działań w tym kierunku.

#### **B.P. - Co może zrobić osoba mobbingowana? Jak może się bronić? Gdzie może szukać pomocy? Jakie działania powinna podjąć?**

**Mariola Żarnoch:-** Zapoznać się ze zjawiskiem mobbingu.

-Reagować jak tylko można najszybciej, zanim nie zostanie się wciągniętym w sytuację, z której nie będzie innego wyjścia, jak tylko odejść.

-Zakres swoich obowiązków wykonywać bez zarzutu. Nie dać się sprowokować do uchybień w pracy.

-Zachować zdrowy rozsądek, starać się nie słyszeć podtekstów, wszelkie komunikaty odbierać dosłownie, a w razie potrzeby prosić o sprecyzowanie.

-Niezależnie od odczuć, odgrywać obojętność, zachować uśmiech, odpowiadać z humorem, nie podejmować agresywnej gry, pozwolić wypowiedzieć się gnębicielowi, nie denerwować się, jednocześnie notując każdy fakt w celu przygotowania obrony,

**-Prowadzić tzw. "dzienniczek zdarzeń". Notować wszelkie formy prowokacji i agresji, sporządzać kserokopie wszystkiego, co mogłoby w takim, czy innym momencie posłużyć do obrony. Wpisywać, kto był świadkiem takich wydarzeń.**

-Podejmować bezpośrednie reakcje, ale w sposób bardzo spokojny (np. spokojnie powiedzieć: proszę mi nie ubliżać, proszę na mnie nie krzyczeć), wychodzić z pomieszczenia, jeśli mobber używa wulgarnych i obraźliwych słów, nie dać się sprowokować, nie płakać (mobber bardzo lubi oglądać osoby płaczące).

I najważniejsze, pamiętać o zasadzie "zło dobrem zwyciężać" (np. mobberowi mówić na przywitanie dzień dobry, używać słów "bardzo proszę", "bardzo dziękuję")

-Szukać pomocy na terenie firmy. Uzyskać wsparcie moralne - jeśli nie w swoim dziale, to w innym, trafić na kogoś, kto potrafi słuchać.

-Zwrócić się o pomoc do związków zawodowych, jeśli takie są na terenie firmy lub organizacji pozarządowej zajmującej się tym zjawiskiem.

**-Niezależnie od tego, kto jest mobberem, zawsze o takich działaniach pracownik powinien na piśmie powiadomić pracodawcę. Kopię takiego pisma, z potwierdzeniem przyjęcia przez pracodawcę, dręczony pracownik zatrzymuje sobie w celach dowodowych.**

-Szukać pomocy poprzez konsultację z psychiatrą lub psychoterapeutą po pierwszej fazie przemocy, gdy jest się zdeintegrowanym psychicznie, aby odzyskać dobrą formę psychiczną do dalszej walki.

Łączy się to najczęściej z urlopem zdrowotnym lub zwolnieniem lekarskim. Pracę należy podjąć wówczas, gdy całkowicie odzyska się siły.

-Jeśli następuje sytuacja, iż jedynym ratunkiem jest odejście z pracy, należy walczyć o to, aby odejście odbyło się na jak najlepszych warunkach. Dochodzić swoich praw z wykorzystaniem uregulowań prawnych mobbingu w różnych gałęziach prawa.

#### **B.P. - Jakie przepisy prawne mogą mieć zastosowanie w przypadku mobbingu pracowników Policji, a jakie dla policjantów?**

**Mariola Żarnoch:-** W przypadku działań i zachowań mobbingowych pracowników Policji mają zastosowanie przepisy Kodeksu Pracy.

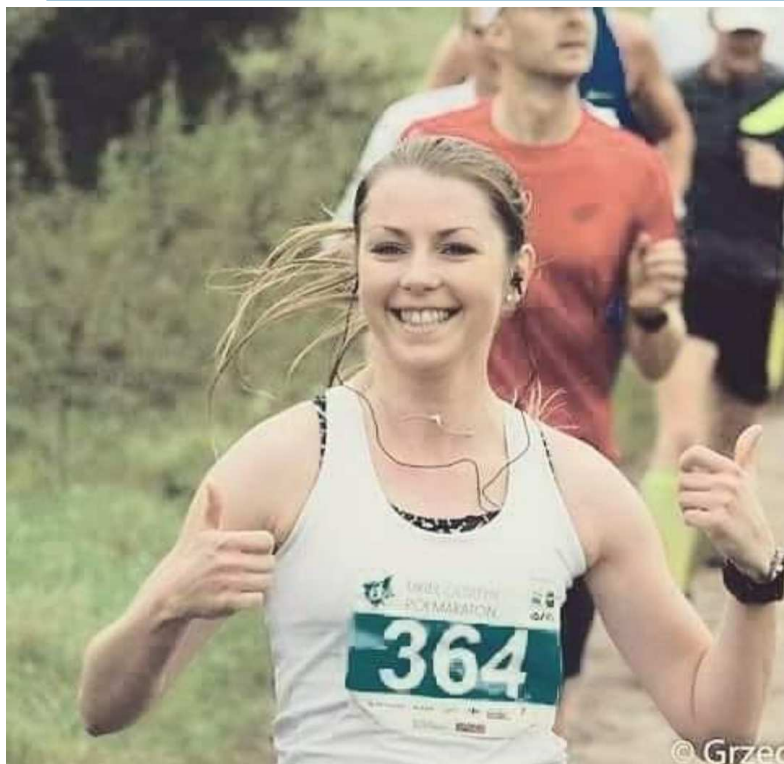
Odnosnie policjantów można się oprzeć się na Zasadach Etyki Zawodowej i oczywiście procedurze dyscyplinarnej. Ma to uzasadnienie w określeniu elementów zjawiska jako działań i zachowań nieetycznych.

Ogólnopolskie Stowarzyszenie Antymobbingowe OSA powstało w odpowiedzi na zapotrzebowanie społeczne w zakresie pomocy prawnej i psychologicznej osób pokrzywdzonych w miejscu pracy. Pomaga poszkodowanym odnaleźć się w takich trudnych sytuacjach i znaleźć rozwiązanie. Jest organizacją o statusie pożytku publicznego. Zakres przestrzenny działania obejmuje teren całej Polski. Swoją siedzibę ma w Gdańsku przy ul. Warzywniczej 10/C/7.

tel. (058) 301 98 72

kom. 795 159 795

e-mail :osa\_stowarzyszenie@wp.pl



„*Jak Ty dasz radę i skąd masz w sobie tyle siły na to wszystko*”?! - pytają często policjanci st. sierż. Darię Mitręgę z OPP w Olszynie.

Dziewczyna, z cudowną determinacją i sukcesami, potrafi łączyć życie zawodowe z pasją, którą dla niej jest bieganie.

W tym roku, po raz kolejny została nominowana do nagrody „Najlepszego biegacza Warmii i Mazur”.

Bożena Przyborowska zapytała Darię m.in. o to, czym dla niej jest sport?, i skąd bierze siły i motywację do prowadzenia tak aktywnego trybu życia.

## W gronie najlepszych biegaczy

- Z biegami związana jest Pani od lat. Nie chciała Pani związać swojego życia zawodowego tylko ze sportem? Jak to się stało, że zdecydowała się Pani na służbę w Policji.

-Moja przygoda z bieganiem, która przerodziła się w miłość do tej dyscypliny sportowej rozpoczęła się 16 lat temu, w szkole średniej. Przez cztery lata byłam zawodniczką klubu sportowego Wda Świecie i reprezentowałam go z sukcesami na różnych imprezach biegowych w kraju.

Trenowałam nawet po dwa razy dziennie. Często słyszę, że urodziłam się już w butach do biegania.

Od dziecka zawsze wołałam biegać po podwórku lub grać w piłkę nożną z chłopakami, niż bawić się lalkami.



Skrycie marzyłam o tym, by po ukończeniu szkoły średniej nadal trenować bieganie, ale zaczęłam pracować i bieganie zeszło na drugi plan.

Już jako mała dziewczynka mówiłam, że gdy dorosnę, zostanę policjantką, i będę łapać złodziei.

Później chciałam być aktorką i fryzjerką, wiadomo, jak to jest, kiedy się dorasta. Dopiero pod koniec szkoły średniej już tak na poważnie zaczęłam myśleć o służbie w Policji. W wieku 22 lat złożyłam podanie o przyjęcie i rozpoczął się proces rekrutacji.

Gdzie Pani w tej chwili pełni służbę? Na czym ona polega? Czy Pani sprawność fizyczna pomaga w realizacji zadań służbowych?



-Od pięciu lat pełnię służbę w OPP w Olsztynie. Byłam na kilku oddelegowaniach w innych wydziałach, ale wciąż szukam swojego miejsca w naszej formacji. Służba jaką pełnię polega m.in. na patrolowaniu miasta, zabezpieczaniu różnego rodzaju imprez, np., są to mecze oraz ostatnio- wyjazdy, w celu zabezpieczenia granicy naszego państwa. Bieganie i kondycja wypracowana na treningach, zdecydowanie przydaje się do służby. Nie znalazł się jeszcze taki, który by mi uciekł.

**-Została Pani po raz kolejny nominowana do nagrody „Gazety Olsztyńskiej” pod nazwą „Biegacza Roku”.**

**W ubiegłym roku mieszkańcy również docenili Pani sportowe osiągnięcia przyznając drugie miejsce w tym sms-owym konkursie. Jakie sukcesy spowodowały powtórna nominację w konkursie?**

-Niezmierznie cieszę się, że zostałam doceniona za moje osiągnięcia sportowe za zeszły sezon biegowy. Jeszcze raz chciałabym z całego serduszka podziękować wszystkim, którzy oddali na mnie głos i trzymali mocno kciuki podczas zeszłego głosowania.

Od dwóch lat wiele imprez sportowych zostaje odwołanych lub przesuniętych i nie zawsze mogę w nich uczestniczyć.



Jednakże zawsze daję z siebie wszystko, bo kocham biegać i sprawia mi to wiele radości.

Uważam, że do nominacji do tytułu „Najlepszego Biegacza Warmii i Mazur” przyczyniła się systematyczność w startach i kilkukrotna obecność na podium w najważniejszych imprezach biegowych.

W zeszłym sezonie stanęłam trzy razy na pierwszym, trzy razy na drugim i raz na najniższym stopniu „pudła,, .

**- Biega Pani od wielu lat. W jakich dystansach czuje się Pani najlepiej?**

- Najlepiej czuję się na dystansie 5 i 10 km, ale i również w biegach z przeszkodami typu „Runmageddon”, w którym wystartuję już niebawem, bo 22 stycznia.

W zeszłym roku właśnie w takim biegu zajęłam pierwsze miejsce w kategorii: „Kobiety służby mundurowe”. Bieg odbył się w Olsztynie. Trasa prowadziła przez lasy i bagna, nie należała do prostej.

**- Z powodzeniem brała Pani udział w różnego rodzaju maratonach. Jakiego typu sportowe wydarzenia przeżyła Pani najbardziej? Jakiego zapadły najbardziej w pamięć i dlaczego?**

-Póki co, przebiegłam jeden maraton i jeden ultramaraton (54km), który miał w zasadzie wynieść 53 km.

Podczas skrótu, wraz z nowo poznanym kolegą na trasie, wbiegliśmy nie w tę ścieżkę i zgubiliśmy się. Musieliśmy nadłożyć trochę metrów, ale z powodzeniem wróciliśmy na właściwą trasę. Z pewnością ten bieg na długo zapadnie w mojej pamięci. Około 30 km dopadła mnie potocznie zwana przez biegaczy „ściana”, czyli taki moment krytyczny, gdzie nie ma się już siły biec dalej. Na szczęście, nie byłam sama, i dzięki wzajemnemu wsparciu kolegi z trasy, dobiegliśmy razem do mety. Chyba nigdy, po żadnym biegu nie



byłam tak głodna. Po miesiącu z dużego palca u stopy zszedł mi paznokieć. Mimo wszystko, jestem z siebie dumna i na pewno nie raz wystartuję w podobnym biegu.

**- Co Panią motywuje do treningów i startów?**

-Moje motto życiowe to słowa Walta Disneya „Jeśli potrafisz o czymś marzyć, potrafisz tego także dokonać”.

Rodzi się pomysł startu i już się zapisuję na bieg.

Bieganie stało się w moim życiu nawykiem, więc nie muszę się specjalnie motywować do treningu. Wręcz przeciwnie, kiedy nie mogę na niego pójść, marzę tylko o tym, by założyć buty i pójść pobiegać. Po treningu zawsze mam świetny humor i dużo więcej energii. Nie wyobrażam sobie życia bez biegania.

**- Czy płaci się jakąś cenę za ten aktywny styl życia? Czy też są tylko same zalety?**

-Jak dla mnie uprawianie sportu to same plusy, tylko trzeba robić to z głową. Oczywiście, nie powinno się codziennie biegać po kilkanaście kilometrów. Trzeba odpoczywać i pozwolić organizmowi się zregenerować, by nie doprowadzić do kontuzji. Oprócz biegania, jeżdżę również na rolkach, rowerem, zimą na łyżwach, dużo spaceruję. Nie samym bieganiem żyję.

**- Kto jest obecnie Pani trenerem? Jak wygląda przygotowanie do startów, utrzymanie wysokiej sprawności? Jak wyglądają Pani treningi, sposób odżywiania, regeneracji?**

- Moim trenerem od prawie dwóch lat jest Paweł Pszczółowski, który profesjonalnie podchodzi do pracy nad moim rozwojem. Zawsze mogę liczyć na jego pomoc. Czasem słowa krytyki również się przydają. Bywają gorsze dni i Paweł zawsze wie, jak poprawić humor. Trenuję pod okiem wspaniałego człowieka, który wszystkich zaraża pasją do biegania, gdyż sam jest jednym z najlepszych biegaczy tutaj na Warmii i Mazurach.

Przygotowania do startu w zawodach kończę zawsze dwa dni przed jego datą. Pozwalam odpocząć nogom. Staram się pójść dzień przed biegiem wcześniej spać i rano jem lekkie śniadanie. Wtedy jestem gotowa do startu.

**- Czy ma Pani jeszcze jakieś wyzwania, coś, co być może w danej chwili uznałaby Pani za niemożliwe do zrealizowania, ale jednak chciałaby Pani nad tym popracować, zmierzyć się z tym?**

- W tym roku planuję wystartować w triathlonie. Nigdy nie startowałam w tego typu imprezie, ponieważ słabo pływam. W Sylwestra pomyślałam o postanowieniu noworocznym i padło na triathlon.

Niebawem rozpocznę naukę pływania i zobaczę, czy podołam. Jeśli tak, to wystartuję i będzie to kolejne marzenie, które stało się celem i realizacją.

**- Czy koledzy, koleżanki z pracy wiedzą o Pani sportowej pasji? Jak reagują?**

-Myślę, że chyba wszyscy wiedzą o moim zamiłowaniu do sportu. Często dodają relacje na portalach społecznościowych z treningów, albo jeszcze przed służbą zdążę wystartować w zawodach, i słyszę, „ Jak Ty dajesz radę i skąd masz w sobie tyle siły na to wszystko”?! Uśmiecham się tylko.

W sumie czasami sama się nad tym zastanawiam, ale nie potrafię odpowiedzieć na to pytanie. Sport, póki zdrowie dopisze, zawsze będzie obecny w moim życiu. To chyba, jak oddychanie.

**- Czego Pani życzyć w tym osobistym, sportowym i zawodowym życiu?**

- W życiu sportowca to z pewnością zdrowia, żeby nie przycepiła się do mnie żadna kontuzja. Żeby Covid nie przeszkadzał w organizacji biegów. W życiu osobistym i służbowym przede wszystkim spokoju.







# Mistrzowie Świata!!!

**Mówili, że jechali bronić wicemistrzostwa świata, które zdobyli w 2019 roku w Soczi. Okazało się, że przez kilka lat poprawili swoją formę do tego stopnia, że na Mistrzostwach Świata Służb Bezpieczeństwa w Piłce Nożnej „WISPA WAVRE 2021”, które odbyły się w Belgii zdobyli tytuł Mistrzów Świata!!!**

Policjanci z KWP w Olsztynie, członkowie IPA Region Olsztyn, w dniach 9-14 grudnia 2021 roku uczestniczyli w Mistrzostwach Świata Służb Bezpieczeństwa w Piłce Nożnej „WISPA WAVRE 2021”. Zawody te, zorganizowane po raz 20-ty przez WorldWideIndoor Soccer Police Association, rozgrywane były tym razem w Belgii, czyli w miejscu w którym narodziła się idea tego wydarzenia.

Na turniej- mimo panującej pandemii Covid-19- przyjechały delegacje z ponad 30 krajów całego świata. Zawody rozgrywane były zgodnie z aktualnie obowiązującymi w Belgii obostrzeniami sanitarnymi. Nie były one jednak zbyt uciążliwe, członkowie wszystkich ekip byli zaszczepieni przeciw tej chorobie, a każdorazowa weryfikacja posiadania „paszportu covid-owego” przebiegała bardzo sprawnie.

Organizator jednak z powodu pandemii musiał zrezygnować z wielu przygotowanych wcześniej atrakcji, uroczystych parad, czy też wspólnego biesiadowania.

Najważniejsza była jednak możliwość bezpiecznego rozegrania zawodów oraz możliwość spotkania się ponownego przyjaciół z całego świata, gdyż w ubiegłym roku zawody te nie mogły dojść do skutku.

Przyjechalśmy tu by bronić zdobytego w Soczi w Rosji w 2019 roku tytułu Wicemistrzów Świata.

Po podziale na grupy długo oczekiwane zawody wreszcie się rozpoczęły. Każde spotkanie było bardzo zacięte.

Wierzyliśmy jednak w nasze umiejętności i w zgrany team.

W pierwszym meczu wygraliśmy z policjantami z Belgii 3:1.

W drugim meczu po bardzo zaciętym pojedynku zremisowaliśmy z policjantami z Ukrainy 1:1. W międzyczasie podglądaliśmy mecze innych naszych przeciwników i widzieliśmy, że wysoki poziom zawodników może spowodować to, iż o miejscach w grupach mogą zdecydować zdobyte bramki przy takiej samej ilości zdobytych punktów.

W następnym meczu z funkcjonariuszami żandarmerii z francuskiego Lionu zdobyliśmy aż 11 bramek, nie tracąc ani jednej. Pozostał nam ostatni mecz w grupie z niepokonaną tak jak my reprezentacją IPA Lille z Francji.





Po bardzo zaciętym pojedynku wygraliśmy z nimi z stosunku 3:2. Dzięki temu mieliśmy zagwarantowany finał. Wiedzieliśmy w tym momencie, że obroniliśmy już na pewno tytuł wywalczony w Rosji dwa lata wcześniej.

W wielkim finale los skojarzył nas z reprezentacją WISPA z Kanady, która w swojej grupie zdobyła tyle samo punktów co my. Zapowiadał się więc pasjonujący mecz.

Od początku staraliśmy się zaskoczyć przeciwnika. Nasz pressing przyniósł dobre rezultaty, po kilku minutach prowadziliśmy już 2:0. Przeciwnik jednak nie dawał za wygraną, strzelił nam gola na 2:1. My graliśmy swoje i odskoczyliśmy im na 3:1. Kanadyjczycy nadal walczyli o złoty medal i strzelili bramkę na 3:2. Do końca walczyliśmy jak lwy i kontrolowaliśmy przebieg spotkania. Wynik meczu nie uległ już zmianie i w ten sposób zdobyliśmy upragniony tytuł, zostaliśmy Mistrzami Świata Służb Bezpieczeństwa w Piłce Nożnej „WISPA WAVRE 2021” w kat. Senior. Nigdy dotąd drużyna z Polski nie zdobyła tego trofeum. Jesteśmy ogromnie szczęśliwi i dumni z tego powodu. Nasz bilans bramkowy w całym turnieju to 21:6.

Uroczyste zakończenie turnieju odbyło się w jednej z miejscowych restauracji. Tu wręczono uczestnikom nagrody i wyróżnienia. Odebraliśmy z rąk organizatora, a także Pani Burmistrz Wavre upragnione złote medale oraz oczywiście puchar. Zaśpiewaliśmy po wręczeniu nam tych nagród „Polska biało-czerwoni”, co zostało przyjęte ogromnym aplauzem.



Turniej w Belgii, to nie tylko zawody sportowe, każda drużyna przekazała z własnych funduszy pieniądze na cel charytatywny, tym razem na szpital dla chorych dzieci w Wavre. Dzięki uprzejmości organizatorów wspólnie z uczestnikami turnieju z całego świata zwiedziliśmy Brukselę, stolicę Belgii. Zobaczyliśmy tam historyczne centrum miasta z Wielkim Placem, Ratuszem, średniowiecznymi katedrami oraz kościołami. Oczywiście dotarliśmy też do symboli tego miasta, figurki siusiącego chłopca Manneken Pis z 1619 roku no i oczywiście Atomium. Ten zbudowany na wystawę Expo w 1958 roku model kryształu żelaza powiększony ponad 165 miliardów razy ma aż 102m wysokości.

Innego dnia udaliśmy się na wycieczkę do Brugii, nazywanej flamandzką Wenecją z powodu obfitości kanałów.

To przepiękne miasto od 2000 roku znajduje się na liście światowego dziedzictwa UNESCO. Brugia stanowi wyjątkowy przykład średniowiecznej zabudowy, która zachowała swoją historyczną strukturę, rozwijającą się przez stulecia, gdzie pierwotna zabudowa gotycka jest do dziś częścią tożsamości miasta.

Wyjazd na turniej nie doszedłby do skutku bez wsparcia Komendanta Wojewódzkiego Policji w Olsztynie oraz naszych sponsorów tj. firm: PUI Andrzej Dzieńszewski z Iławy, KTM Wojciechowicz z Olsztyna, WojarskaAleksiejuk i Wspólnicy Kancelaria Adwokatów i Radców Prawnych z Olsztyna, Agroperfekt z Kisielic, KTK Polska z Gdańska, PATRON Teodor Otulak z Iławy, Global Servis z Olsztyna, Solid Security z Olsztyna, Termy Warmińskie z Lidzbarka Warmińskiego, Amex-Bączek z Falknowa, Bar Bistro Centrum z Iławy, Władysław Raubo z Pieniężna, Kono z Iławy, Hotel TIFI z Iławy, Bricomarche z Iławy, Tawerna Kaper z Iławy, Drewhurt z Iławy, Kolmax z Iławy a także W-M HW IPA i wszystkim innym naszym partnerom.

Pragniemy także podziękować Urzędowi Miast w Olsztynie, Elblągu, Braniewie oraz Warmińsko-Mazurskiemu Urzędowi Wojewódzkiemu w Olsztynie. Mamy tym samym nadzieję na dalszą współpracę.

*Przemysław Smoliński  
Zdjęcia: Daniel Komorowski,  
Dominik Siestrzewitowski,  
Rafał Sochacki*



Cieszymy się bardzo, gdy przedstawiciele mediów zauważają i doceniają nie tylko pracę, czy służbę w Policji, ale również działalność pozazawodową naszych funkcjonariuszy, czy pracowników cywilnych. W „Gazecie Olsztyńskiej” ukazał się niedawno artykuł na temat aktywnego stylu życia st. asp. Joanny Kwiatkowskiej, pełniącej funkcję oficera prasowego KPP w Iławie.

Artykuł został zatytułowany „Życie rodzinne policjantki”

## Życie rodzinne policjantki

Mama, żona, sportowiec, wolontariusz, fizyk, informatyk i budowlaniec. Z aspirant Joanną Kwiatkowską, oficer prasową iławskiej policji rozmawiamy o jej pracy, rodzinie i pasjach.

— Lubię spotykać się z pozytywnymi ludźmi — mówi.

### – Jak długo jesteś policjantką?

– Na koniec grudnia 2021 r. mija 16 lat. Od ośmiu i pół roku jestem też oficerem prasowym iławskiej KPP. Do rekordu mojego poprzednika Sławka Nojmana brakuje mi jakieś pół roku.

### – Kiedy zaczynałaś pracę w policji, byłaś panną...

– Ale nie singielką. Z Sebastianem jesteśmy razem od szkoły średniej. To już ponad 22 lata.

### – Spodziewał się pewnie, że taka twarda babka wybierze tę drogę zawodową.

– Pewnie tak, przecież ja od zawsze, od dziecka chciałam być policjantką.

Skończyłam fizykę medyczną z zastosowaniem komputerów, miałam zajęcia z obsługi kamer przemysłowych. Działaliśmy na programach wykorzystywanych również w policji. Służyły one do uzyskiwania obrazu z kamer i jego obróbki. Teraz kamery monitoringu dają nam piękny, wyraźny i kolorowy obraz, ale te 18 lat temu obraz był czarno-biały. Po tym kierunku mogłam zająć się obsługą sprzętu medycznego, ale jednak wygrała policja. Praktyki studenckie odbyłam już w iławskiej komendzie.

Potem byłam na stażu.

Przez rok zastępowałam policyjnego informatyka.

Jakoś w trakcie skończyłam studia magisterskie na kierunku informatyka z ekonomią.

Jako pracę magisterską wykonałam stronę internetową dla naszej jednostki.

Zresztą Sebastian robi do tej pory coś podobnego, jest grafikiem komputerowym po studiach informatycznych. Między licencjatem a końcem magisterki złożyłam dokumenty, przesłałam kwalifikacje i dostałam się do policji.

Wyjazdy były wliczone w nasz związek. Sebastian studiował zaocznie w Olsztynie, ja na dziennych w Toruniu.

Na IV i V roku przeniosłam się do Olsztyna. W lipcu skończyłam V rok, w grudniu dostałam się do policji, a w styczniu 2006 r. wyjechałam na pół roku do Szczytna, a następnie równo rok pracowałam w Braniewie.

W lipcu 2007 r. wróciłam do macierzystej jednostki. We wrześniu się pobraliśmy, a już wcześniej mieszkaliśmy razem.







**– Czekaliście ze ślubem na ustabilizowanie sytuacji zawodowej?**

– Tak wyszło. Na początku byliśmy trochę parą na odległość. Te wyjazdy nie były wprawdzie długie, bo na tydzień lub dwa. Staraliśmy się widywać się wtedy, kiedy to tylko było możliwe. Zależało mi na przeniesieniu się do Iławy.

**– I udało się. Ale wszędzie cię pełno. Również w sensie sportowym.**

– Rzeczywiście, trochę się ruszam. To różne dyscypliny, wszystko kręci się wokół lekkoatletyki. Lubię robić to, co sprawia mi przyjemność, lubię spotykać się z pozytywnymi ludźmi. Dlatego jestem w grupie sportowej, w której trenujemy na wesoło. Bez ciśnienia... Mówią, że im więcej ma się obowiązków, tym bardziej jest się zorganizowanym. Tak też jest ze mną. Właściwie: z nami, bo to są nasze wspólne zajęcia. Dzieci i psa również.

**- Jesteś mamą. Jak patrzysz na policyjne sprawy dotyczące dzieci?**

– Każda taka sprawa zostaje w sercu. Wszystkie sprawy rodzinne... Jeżdżę też do wypadków, gdzie ranne zostają lub giną dorosłe osoby. Też są czymiś dziećmi. Pamiętam, jak razem zginęło dwóch chłopaków. Tata jednego z nich przyjechał się pożegnać. Takie sytuacje na zawsze pozostają w pamięci.

**– Lubisz pomagać. W 2017 r. otrzymałaś statuetkę o nazwie Bratnia Dłoń. Dostają ją ci, którzy w szczególny sposób wspierają ludzi z niepełnosprawnościami.**

– Pandemia te działania spowolniła. Czekamy, żeby móc dalej działać. To były zajęcia sportowe. Aktywizacja osób z niepełnosprawnościami odbywa się także przez sport.

**Wróćmy do twojej pracy. Jak zostałaś rzeczniczką?**

– Najpierw, co jakiś czas go zastępowałam. Wtedy złapałam pierwsze szlify. Kiedy Sławek Nojman planował zmianę stanowiska, komendanci zapytali, czy nie

zechciałabym spróbować swoich sił. Chciałam. Przechodzę regularne szkolenia. Pamiętam to w Olsztynie w Komendzie Wojewódzkiej. To był ten tydzień, gdy mieliśmy w powiecie iławskim wiele trudnych przypadków. Kobieta wyrzuciła noworodka pod płot we Frednowych, do tego zabójstwo w Szalkowie. Nie zapomnę swoich początków.

**– Masz stałe godziny pracy?**

– Pracuję od 7 do 15, ale jak dobrze wiesz, pod telefonem jestem całą dobę. Muszę być dyspozycyjna. Bywa, że o 15.30 wracam do jednostki.

**– A co na to dzieciaki? Na tę twoją dyspozycyjność?**

– Nie znają innego życia, więc są przyzwyczajone. Na szczęście mój mąż pracuje w domu, na miejscu. Poza tym jest babcia, jest ciocia, które w razie czego pomogą. Chyba bardziej im doskwiera to, że jestem rozpoznawalna. Chcieliby czasem być bardziej anonimowi. Ja też...



**Edyta Kocyła-Pawłowska**  
e.kocyla@gazetaolsztynska.pl

## O morsowaniu wiemy chyba wszystko. A o pływaniu lodowym? Zimowym?



Gdyby ktoś kilka lat temu powiedział mi, że będę pływać w lodowatej wodzie i brać udział w Mistrzostwach Polski w Pływaniu Zimowym zajmując I miejsce w swojej kategorii wiekowej- śmiałyby się w głos. Okazuje się, że „niemożliwe”, to tylko kwestia czasu. I, że w tymczasowej niemożliwości, znajduje się potencjał możliwości. Trzeba tylko otworzyć się na nieznane, a potem czerpać zdrowie i radość z treningów, startów w zawodach, pokonywania swoich ograniczeń, które najczęściej są tylko w „głowie”.

Możemy dużo więcej, niż nam się wydaje, że możemy:)

# Zimowe pływanie

### Rodzaje morsowania

W poprzednim „Informatorze KWP w Olsztynie” Rafał Wolski z KMP w Olsztynie opisywał wejście swojego przyjaciela w tak zwanych „szortach” na Śnieżkę, w warunkach zimowych. To jeden z rodzajów morsowania na sucho. Miałam wielką przyjemność doświadczenia tego rodzaju morsowania. Dwa lata temu, wraz z grupą przyjaciół, weszłam na Śnieżkę, gdy temperatura otoczenia wynosiła minus 17 stopni. To było jedno z piękniejszych moich morsowań na sucho.

### Pływanie zimowe, to nie morsowanie

Tym razem chciałabym zaproponować inny rodzaj hartowania swojego organizmu, pozytywnego wpływania na swoją odporność - pływanie zimowe w wodach poniżej pięciu stopni.

Mam wielką przyjemność poznawać na własnej skórze, czym jest zimowe pływanie w tak niskiej temperaturze.

Nie jest to oczywiście aktywność dla każdego, ale korzyści dla organizmu- w postaci dobrego zdrowia fizycznego i psychicznego, są bezcenne.



Zanim zaczęłam pływać w zimnych wodach, wcześniej przez kilka sezonów zimowych morsowałam w wodzie, ale również „na sucho”, nie tylko wchodząc w szortach na Śnieżkę (w „szortach” oznaczało dla mnie bez kurtki, bluzy, ale za to z rakami założonymi na górskie buty. Dla moich kolegów oznaczało to po prostu – w szortach), ale również biegając zimą bez bluzy i w krótkich spodniach.

### W ubiegłym roku przyszedł czas na pływanie.

Pływanie zimowe spodobało mi się od razu.

Jest bardziej wymagające niż popularne morsowanie, w czasie którego najczęściej po prostu stoi się w wodzie poniżej 12 stopni C.

Od pływania w zaciszu domowym przeszedłam do udziału w zawodach pływania zimowego.

W grudniu w Elku na dystansie 50 m stylem klasycznym zajęłam pierwsze miejsce w swojej kategorii wiekowej oraz trzecie w klasyfikacji generalnej open I Mistrzostw Mazur w Pływaniu Zimowym.







Kilka dni temu startowałam w Mistrzostwach Polski w Pływaniu Zimowym, które odbyły się w Gdyni. Na tym samym dystansie udało mi się znowu zająć I miejsce w swojej kategorii wiekowej, poprawiając czas przepłynięcia o dwie sekundy.

Trenuję dalej, przygotowując się do kolejnego startu, Pucharu Polski w pływaniu zimowym, który odbędzie się w połowie lutego w Elku. Popłynę tam na dwóch dystansach- 50 oraz 100m. Na początku marca czeka mnie nie lada wyzwanie-przeplnięcie 250 m w lodowatej wodzie. Czekam na to doświadczenie z radością.

### Zdrowie, radość, cudowni ludzie

A skoro o radości mowa, to jest ona nieodłączną moją motywacją do treningów. Czerpię ogromną radość nie tylko z kontaktu z zimną wodą, ale z przebywania z cudownymi ludźmi- pływakami zimowymi. To niesamowici ludzie. Są wśród nich amatorzy, jak ja, ale są też zawodnicy najwyższej rangi krajowej i zagranicznej. Są ludzie, którzy ustanawiali rekordy Guinnessa w pływaniu zimowych, są pływacy, którzy przepłynęli kanał La Manche, czy- jak Leszek Naziemiec- przepłynęli kilometr w wodach Antarktydy, gdzie temperatura wody była poniżej zera. Wspaniałe legendy zimowego pływania na różnych dystansach, z różnych krajów świata, jak choćby Gerald Daringer pochodzący z Austrii- pływak zimowy, który jako jeden z nielicznych na świecie przepłynął ponad dwa kilometry w lodowatej wodzie.



### Morsowania a pływanie lodowe

Gdyby próbować odpowiedzieć na pytanie, czym różni się pływanie zimowe od morsowania?, to najogólniej można powiedzieć, że po prostu rodzajem aktywności.

Morsujący spędzają czas w wodzie w sposób statyczny, bądź dynamiczny (zanurzenia głowy).

Pływacy zimowi pływają, a nie stoją w wodzie. Pływają bez żadnych „ocieplaczy” typu czapki, rękawiczki, buty, czy inne neoprenowe izolatory. Pływają w normalnych strojach kąpielowych, z czepkiem silikonowym na głowie i okularach na oczach.

Pływają w różnych akwenach, oceanach, morzach, jeziorach, rzekach, stawach. Robią to codziennie. Pływają przez cały rok. Zimą krócej, latem dłużej, pokonując w wodzie kilometry dziennie.

Ktoś kiedyś powiedział, że „niemożliwe-to potencjał możliwości”. Dlatego, zanim powiemy, że morsowanie, lub pływanie w zimnej wodzie nie jest dla mnie, warto to najpierw sprawdzić. Może się okazać, że obawy wynikają tylko z niewiedzy, nieświadomości, czy strachu, bądź przekonań. Warto próbować nowych aktywności, pobudzać w sposób naturalny nasze mechanizmy obronne, samoregeneracji, leczenia. Zimną wodą leczono od tysiącleci. Warto z tego dobrodziejstwa korzystać. Szczególnie teraz!

*Bożena Przyborowska*



*„Rozwój oznacza zmianę, a zmiana łączy się z  
ryzykiem, włączeniem, ze znanego w nieznane.”  
Paul Young*

# PODZIĘKOWANIE

**insp. dr Dariuszowi Stachelek**

oraz

**funkcjonariuszom  
Komendy Powiatowej Policji w Gołdapi**

**za wspieranie działań**

**Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej  
w Gołdapi**

**związanych z wystąpieniem stanu epidemii spowodowanej  
wirusem SARS-CoV-2.**

PAŃSTWOWY POWIATOWY  
INSPEKTOR SANITARNY  
W GOŁDAPI  
*Mentel*  
mgr inż. Grażyna Mentel

**Gołdap, 23.12.2021r.**





KOMENDANT MIEJSKI POLICJI  
W OSTROŁĘCE

Ostrołęka, 2022-01-13

Pan  
mł. insp. Marcin Kubas

Komendant Powiatowy Policji  
w Pleszu

*Szanowny Panie Komendancie*

Na ręce Pana Komendanta składam serdeczne podziękowanie za wysiłek i poświęcenie policjantów z Komendy Powiatowej Policji w Pleszu włożony w realizację czynności związanych z odnalezieniem osoby zaginionej.

Niezwykle profesjonalna i odpowiedzialna postawa policjantów Pan jednostki w tym szybka reakcja dyżurnego nadkom. Marka Jackiewicza pozwoliła na odnalezienie osoby zaginionej z poziomu I Jakuba K. Na uznanie zasługuje fakt, że sprawna realizacja czynności wymagała od policjantów poświęcenia oraz błyskawicznej realizacji nałożonych zadań.

Podkreślając znaczenie wzorowej współpracy, wyrażam przekonanie, że tego typu działania kształtują pozytywny obraz Policji w oczach społeczeństwa i mają niebagatelny wpływ na poziom bezpieczeństwa i porządku publicznego.

*z wyrazami uznania*

KOMENDANT  
Miejski Policji w Ostrołęce  
mł. insp. Mirosław Olaszewski



## **INFORMATOR KWP w Olsztynie**

WYDAWCA - KOMENDANT WOJEWÓDZKI POLICJI W OLSZTYNIE

REDAKTOR NACZELNY DWUTYGODNIKA PT. „INFORMATOR KWP w Olsztynie” - BOŻENA PRZYBOROWSKA

TELEFON: 47 731 54 41; e-mail [bozena.przyborowska@ol.policja.gov.pl](mailto:bozena.przyborowska@ol.policja.gov.pl)

Wszystkie numery „Informatorów” dostępne są na stronie  
<http://warminsko-mazurska.policja.gov.pl/ol/wolnytekst/157,Gazetka-Informator.html>