TYGODNIK
ISSN 1731-9056
NAKŁAD PONIŻEJ 15000 EGZ.
NOWY KURIER
mławski
Nr 7
WTOREK 17.02.2026
ISSN 1731-9056
DZIERZGOWO, LIPOWIEC KOŚCIELNY, MŁAWA, RADZANÓW, STRZEGOWO, STUPSK, SZREŃSK, SZYDŁOWO, WIECZFNIA KOŚCIELNA, WIŚNIEWO
CENA 3,99 ZŁ (w tym 5% VAT)

CO, GDZIE, KIEDY? SPIS WYDARZEŃ I IMPREZ REGIONALNYCH

PROKURATURA CHCE OBSERWACJI PSYCHIATRYCZNEJ PODEJRZANEGO s. 6

Fot. policja

Rozbudowa SP ZOZ w Mławie s. 3

Mocne wejście w sezon halowy 2026 Klubu Sportowego Zawkrze Mława s. 5

Niezwykły bal karnawałowy s. 13

PROMOCJA

6624otbp-x-G

eprasa.pl 06da86a24a

DOBRA WIADOMOŚĆ! OD MARCA EMERYTURY I RENTY W GÓRĘ

Od 1 marca świadczenia emerytalno-rentowe oraz dodatki wypłacane przez ZUS zostaną zwaloryzowane. Podwyżka będzie przeprowadzana z urzędu, co oznacza, że nie trzeba składać w tej sprawie żadnego wniosku. Świadczenia wzrosną o 5,3 procent.

Fot. ZUS

ZUS co roku podwyższa wypłacane świadczenia długoterminowe. W tym roku waloryzacja będzie miała charakter wyłącznie procentowy. Wskaźnik waloryzacji emerytur i rent wyniesie 105,3 procent. Obliczany jest on na podstawie średniorocznego wskaźnika cen towarów i usług konsumpcyjnych dla gospodarstw domowych emerytów i rencistów z poprzedniego roku kalendarzowego, powiększonego o co najmniej 20 proc. realnego wzrostu przeciętnego wynagrodzenia w tym samym okresie – informuje Wojciech Ściwiarski, rzecznik prasowy ZUS w województwie mazowieckim.

W wyniku waloryzacji kwota najniższej emerytury, renty rodzinnej oraz renty z tytułu całkowitej niezdolności do pracy wzrośnie o 99,58 zł, osiągając kwotę 1 978,49 zł brutto. Renta socjalna również zostanie podwyższona do kwoty 1978,49 zł. Renta z tytułu częściowej niezdolności do pracy od 1 marca 2026 r. wyniesie 1483,87 zł. Ponadto kwota graniczna świadczenia uzupełniającego dla osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji zostanie zwiększona o 135,28 zł, co łącznie da wartość 2 687,67 zł.

Wraz ze wzrostem długoterminowych świadczeń podstawowych, zwaloryzowane zostaną także kwoty dodatków i świadczeń pieniężnych. Podwyżka dotyczy między innymi dodatku pielęgnacyjnego, dodatku dla sieroty zupełnej oraz innych świadczeń długoterminowych. Świadczenie przedemerytalne wyniesie 1993,76 zł brutto, dodatek dla sieroty zupełnej wzrośnie do 689,17 zł, a dodatek pielęgnacyjny osiągnie kwotę 366,68 zł. Dodatkowo dodatek pielęgnacyjny dla inwalidy wojennego uznanego za całkowicie niezdolnego do pracy i niezdolnego do samodzielnej egzystencji wyniesie 550,02 zł, natomiast ryczałt energetyczny będzie wynosił 336,16 zł. Waloryzacja obejmuje świadczenia przyznane do końca lutego 2026 roku.

Waloryzacja zawsze bez wniosku, ale z decyzją

W sprawie waloryzacji nie trzeba składać żadnego wniosków, ponieważ odbywa się ona z urzędu dla wszystkich uprawnionych. Informację dotyczącą wysokości waloryzacji będzie można sprawdzić na swoim koncie na Platformie Usług Elektronicznych ZUS. Każdy emeryt i rencista otrzyma również decyzję o nowej wysokości swojego świadczenia. W dokumencie tym znajdzie się wysokość emerytury brutto na ostatni dzień lutego, wskaźnik waloryzacyjny oraz emerytura brutto obliczona po waloryzacji. Dla emerytów i rencistów pobierających dodatek pielęgnacyjny, decyzja ta zawiera także informacje o wysokości tego dodatku.

ZUS

WAŻNE ADRESY I TELEFONY

Pogotowie Ratunkowe - 999
Policja - 997
Straż Pożarna - 998
Straż Miejska - 986
Numer alarmowy z telefonu komórkowego - 112
Pogotowie elektryczne – 991
Pogotowie gazowe – 992
Pogotowie wodociągowe – 23 654 23 21
Pogotowie ciepłownicze – 23 654 35 06
Informacja PKP – 23 674-53-33, https://www.e-podroznik.pl/
Informacja PKS – 23 654 35 56
Postój TAXI – 23 654 35 76
Urząd Miasta Mława
Mława, ul. Stary Rynek 19, tel. 23 654 33 82, e-mail: info@mlawa.pl, sekretariat@mlawa.pl
Starostwo Powiatowe
Mława, ul. W. Reymonta 6, tel. 23 654 34 09, e-mail: starostwo@powiatmlawski.pl
Sąd Rejonowy
Mława, ul. W. Reymonta 3, tel. 23 654 89 00, e-mail: adm@mlawa.sr.gov.pl
Urząd Skarbowy
Mława, ul. G.Narutowicza 19/7, tel. 23 654 34 98, e-mail: us1413@mz.mofnet.gov.pl

Zakład Ubezpieczeń Społecznych
ul. Z. Padlewskiego 31, tel. 23 655 00 31 32

Powiatowy Urząd Pracy
Mława, ul. Wyspiańskiego 7, tel. 23 654 39 18, e-mail: waml@praca.gov.pl

Prokuratura Rejonowa
Mława ul. J. Lelewela 4, tel. 23 654 36 19, e-mail: pr.mlawa@plock.po.gov.pl
Komenda Powiatowa Policji
Mława, ul. H. Sienkiewicza 1, tel. 23 654 43 43, e-mail: prasowy.kppmlawa@mazowiecka.policja.gov.pl
Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej
Mława, ul. Z. Padlewskiego 15, tel. 23 654 33 85, e-mail: mlawa@mazowsze.straz.pl

Straż Miejska
Mława, ul. Stary Rynek 19, tel. 23 654 64 34, e-mail: strazmiejska@mlawa.pl

Zakład Wodociągów, Kanalizacji i Oczyszczalnia Ścieków sp. z o.o.
Mława, ul. Płocka 106, tel. 23 654 60 70, e-mail: sekretariat@wod-kan-mlawa.com.pl

Gazownia Warszawska, Rozdzielnia Gazu w Mławie
Mława, ul. Płocka 96, tel. 23 655 01 62

Zakład Energetyczny Płock S.A Region Energetyczny Mława
Mława, ul. Warszawska 127

Samodzielny Zakład Opieki Zdrowotnej – Szpital
Mława, ul. A. Dobrskiej 1, tel. 23 654 32 35, e-mail: sekretariat@szpitalmlawa.pl

Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych
ul. Padlewskiego 13, tel.: 23 654 56 38, wew. 412

NZOZ Ośrodek Terapii Uzależnień i Współuzależnienia w Działdowie, filia w Mławie
ul. Lelewela 9, tel.: 23 655 28 64
Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Mławie, ul. Padlewskiego 13, tel.: 23 654 36 34

Bezpłatna Infolinia Rzecznika Praw Obywatelskich
Pod numerem telefonu 800 676 676 działa bezpłatna Infolinia Rzecznika Praw Obywatelskich, czynna: poniedziałek: godz. 10:00 – 18:00 wtorek – piątek: godz. 8:00- 16:00 Połączenie możliwe jest zarówno z telefonów stacjonarnych, jak i telefonów komórkowych wszystkich sieci. Dzięki Infolinii można uzyskać podstawowe informacje o prawach człowieka i kompetencjach PRO. Drogą ta można również dowiedzieć się wszystkiego o prawie antydyskryminacyjnym. Jeśli sprawa nie jest związana z kompetencjami PRO, pracownicy starają się wskazać rozmówcy instytucję, w której uzyska odpowiednią pomoc.

Telefony zaufania dla osób w depresji:

Antydepresyjny Telefon Forum Przeciw Depresji, tel. 22 594 91 00 (w każdą środę i czwartek od 17.00 do 19.00).
ITAKA – antydepresyjny telefon zaufania tel. 22 484 88 01 (w poniedziałki i czwartki od 17.00 do 20.00).
Ośrodek Interwencji Kryzysowej – pomoc psychiatryczno-pedagogiczna, tel. 22 855 44 32 lub Ośrodek Interwencji Kryzysowej, tel. 22 837 55 59 (poniedziałek – piątek od 8:00 do 20:00).
Telefon Zaufania dla Osób Dorosłych w Kryzysie Emocjonalnym, tel.: 116 123 (od poniedziałku do piątku od godz. 14.00-22.00).
Młodzieżowy Telefon Zaufania, tel. 192 88 lub Bezpłatny telefon zaufania dla dzieci i młodzieży, tel. 116 111, codziennie od 12:00 do 02:00.

NOWY KURIER mławski
e-mail: redakcja@kuriermlawski.pl
www.kuriermlawski.pl

WYDAWCA
GALINDIA Sp. z o.o.
ul. Tracka 7b
10-364 Olsztyn

PREZES
Maciej Matera
zarzad@gazetaolsztynska.pl

Drukarnia Prasowa
GRUPY WM Sp. z o.o.
Olsztyn, ul. Tracka 7b
tel. 502 499 539

„Nowy Kurier Mławski"
12 000
polubień na FB

eprasa.pl 06da86a24a

POŚLIZGNĄŁEŚ SIĘ I ZŁAMAŁEŚ NOGĘ W DRODZE DO PRACY? MOŻESZ OTRZYMAĆ 100 PROC. ZASIŁKU CHOROBOWEGO

Zimowa aura sprzyja upadkom na śliskiej czy nierównej powierzchni, co może doprowadzić do poważnej kontuzji. Warto wiedzieć, że jeśli osoba uległa wypadkowi w drodze do pracy lub z pracy, i stała się czasowo niezdolna do pracy, to przysługuje jej prawo do zasiłku chorobowego w wysokości 100 procent podstawy wymiaru. Świadczenie przysługuje bez okresu wyczekiwania, nawet jeśli wypadek zdarzył się pierwszego dnia pracy.

Jeśli pracownik ulegnie wypadkowi w drodze do pracy lub z pracy i z tego powodu nie może wykonywać obowiązków zawodowych, otrzyma od pierwszego dnia niezdolności do pracy odpowiednio wynagrodzenie za czas choroby lub zasiłek chorobowy. Nie obowiązuje tu tzw. okres wyczekiwania, czyli minimalny czas ubezpieczenia, który zwykle trzeba mieć, aby uzyskać świadczenie. Trzeba jednak potwierdzić, jak doszło do wypadku i że droga do pracy lub z pracy była najkrótsza albo najwygodniejsza – informuje Wojciech Ściwiarski, rzecznik prasowy ZUS w województwie mazowieckim. - Co ważne zasiłek przysługuje także wtedy, gdy niezdolność do pracy pojawi się dopiero po pewnym czasie jako skutek tego wypadku – dodaje.

Wysokość świadczenia

Zasiłek chorobowy przysługujący po takim wypadku, także za okres pobytu w szpitalu, wynosi 100 procent podstawy wymiaru. Podstawą jest przeciętne wynagrodzenie lub przychód z ostatnich 12 miesięcy kalendarzowych.

Osoby prowadzące działalność gospodarczą, osoby z nimi współpracujące oraz duchowni, którzy opłacają składki na własne ubezpieczenie, mogą otrzymać zasiłek chorobowy po wypadku w drodze do pracy lub z pracy, jeśli nie mają zadłużenia w ZUS przekraczającego 1 procent minimalnego wynagrodzenia, czyli obecnie 43 zł. W przypadku przekroczenia tej kwoty warunkiem uzyskania świadczenia jest spłata zadłużenia w ciągu 6 miesięcy od dnia powstania prawa do zasiłku.

Dopełnij formalności

- Aby otrzymać zasiłek chorobowy z tytułu wypadku w drodze do pracy lub z pracy, potrzebne jest złożenie wniosku wraz z wymaganymi dokumentami, w tym: kartą wypadku w drodze do pracy lub z pracy sporządzoną przez pracodawcę, oświadczeniem osoby poszkodowanej opisującym okoliczności wypadku, zeznaniami świadków, dokumentami potwierdzającymi datę i miejsce zdarzenia oraz w przypadku wypadku drogowego notatką o zdarzeniu sporządzoną przez Policję – informuje rzecznik.

Fot. Pixabay.com

W przypadku pracowników i zleceniobiorców, którym zasiłek wypłaca Zakład Ubezpieczeń Społecznych, a nie płatnik składek (zakład pracy), wniosek do ZUS wraz z kompletem dokumentów przekazuje pracodawca lub zleceniodawca na formularzach Z-3 lub Z-3a. Przedsiębiorcy, osoby współpracujące oraz duchowni składają formularz Z-3b lub ZAS-53. Osoby ubiegające się o zasiłek po ustaniu zatrudnienia przekazują formularz ZAS-53 wraz z oświadczeniem Z-10. Ważne jest, aby na wniosku zaznaczyć informację, że niezdolność do pracy powstała z powodu wypadku w drodze do pracy lub z pracy.

Komplet tych dokumentów pozwala ZUS potwierdzić, że zdarzenie było wypadkiem w drodze do pracy lub z pracy i stanowi podstawę do wypłaty zasiłku chorobowego.

Maksymalny okres „chorobowego"?

W pierwszej kolejności za czas niezdolności do pracy pracownikom, osobom wykonującym pracę nakładczą oraz odbywającym służbę zastępczą przysługuje wynagrodzenie chorobowe finansowane przez pracodawcę. Jest ono wypłacane maksymalnie przez 33 dni w roku kalendarzowym, a w przypadku osób, które ukończyły 50 lat, przez 14 dni. Dopiero po wykorzystaniu tego okresu, czyli od 34. dnia lub od 15. dnia niezdolności do pracy, przysługuje zasiłek chorobowy.

Zasiłek chorobowy przysługuje przez okres niezdolności do pracy, nie dłużej jednak niż przez 182 dni, a w przypadku niezdolności przypadającej w czasie ciąży do 270 dni. Jeżeli wypadek wydarzył się w czasie trwania ubezpieczenia, a niezdolność do pracy trwa nieprzerwanie także po jego ustaniu, zasiłek po ustaniu ubezpieczenia przysługuje maksymalnie przez 91 dni.

Jeśli niezdolność do pracy się przedłuża, poszkodowany może skorzystać ze świadczenia rehabilitacyjnego, które przysługuje maksymalnie przez 12 miesięcy. Wysokość świadczenia po wypadku w drodze do pracy lub z pracy jest taka sama jak w innych przypadkach niezdolności do pracy. Wynosi 90 procent podstawy przez pierwsze trzy miesiące i 75 procent w dalszym okresie, a w czasie ciąży 100 procent.

ROZBUDOWA SP ZOZ W MŁAWIE W TRAKCIE REALIZACJI

Postępują prace związane z realizacją zadania pn. „Rozbudowa Szpitala SP ZOZ w Mławie na potrzeby ratownictwa medycznego." Wykonawcą robót jest firma A&K Konstrukcje Sp. z o.o z Łomii. Zadanie dofinansowane ze środków Rządowego Funduszu Polski Ład: Programu Inwestycji Strategicznych.

W zakres realizacji inwestycji wchodzą następujące zadania:

1. Opracowanie dokumentacji projektowo-kosztorysowej na rozbudowę Szpitala SP ZOZ w Mławie oraz zakup niezbędnego wyposażenia w celu zapewnienia optymalizacji oraz bezpieczeństwa realizacji świadczeń zdrowotnych na potrzeby funkcji związanych z zadaniami ratownictwa medycznego.

Fot. Starostwo Powiatowe w Mławie

2. Wykonanie prac budowalnych z zakresu objętego projektem, budowa bezkolizyjnego podjazdu dla karetek, pomieszczeń medycznych zapewniających właściwą komunikację oraz ruch pacjentów.

3. Dostawa niezbędnego wyposażenia oraz instalacji.

Na dzień dzisiejszy (03.02.2026 r.) opracowano dokumentację projektowo-kosztorysową, zostało wydane pozwolenie na budowę, a z zakresu prac wykonano ławy fundamentowe wraz z częścią fundamentową z bloczków betonowych.

Planowany termin realizacji zadania: 14.07.2026 r.

Źródłami finansowania są:

Dofinansowanie z Rządowego Funduszu Polski Ład: Programu Inwestycji Strategicznych: 2 885 750,00 zł

Wkład własny Powiatu Mławskiego: 509 250,00 zł

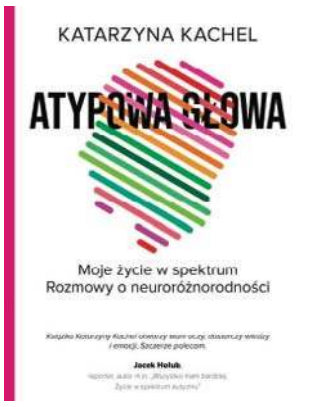
Całkowita wartość zadania: 3 395 000,00 zł.

Źródło: Starostwo Powiatowe w Mławie

eprasa.pl 06da86a24a

TO NIE LENISTWO, A INNE OPROGRAMOWANIE

Gdybyśmy żyli w społeczeństwie naprawdę tolerancyjnym, nie musielibyśmy dziś dyskutować o modzie na ADHD. Po prostu przyjmowalibyśmy ludzi takimi, jakimi są. Rozmawiamy z Katarzyną Kachel, autorką książki „Atypowa głowa. Moje życie w spektrum. Rozmowy o neuroróżnorodności".



— W książce oddajesz głos dorosłym osobom z późną diagnozą ADHD i spektrum autyzmu. Agata ma 40 lat, diagnozę otrzymała w wieku 38. Bartek – 32 lata, diagnoza w wieku 31. Olga – 47 lat, diagnoza ADHD i spektrum w wieku 46 lat. Czy późne diagnozy to wciąż codzienność?

— Zakończenie pracy nad książką było dla mnie też pewnym domknięciem tematu, nie śledzę go na bieżąco. Natomiast z maili, które do mnie docierają, i z rozmów w trakcie spotkań autorskich wynika, że późne diagnozy nadal się zdarzają, ale wciąż za rzadko. Dlatego mam poczucie, że „moda na ADHD" jest akurat dobrą modą. Dzięki niej osoby, które przez lata miały poczucie niewygody, niedopasowania, które latami szukały odpowiedzi na pytanie - „co się dzieje w mojej głowie?", w końcu ją znajdują. Jak mówi Olga w książce – diagnoza przynosi ulgę.

— Tych rozpoznań jest dziś więcej?

— Mówi się dziś o naddiagnozowaniu, ale uważam, że to dobry kierunek: czytać, sprawdzać, rozmawiać, propagować wiedzę. Dzięki temu osoby, które mają grube teczki wypełnione dokumentami od różnych lekarzy dostają wreszcie odpowiedź na to, dlaczego przez tyle lat czuli, że są źli, leniwi, egoistyczni, a nawet kosmitami. To nie lenistwo, jak mówi dr Tomasz Kowalczyk, lekarz psychiatra, tylko inne „oprogramowanie". To neurorozwojowe zaburzenie, z którym się rodzimy.

— W rozmowie z tobą Olga mówi, że w Polsce dominuje termin „zaburzenie", a przecież ADHD czy spektrum to właściwość układu nerwowego. Czy potrzebujemy nowej terminologii?

Fot. Marzena Gala

— Trochę uciekam od budowania tożsamości człowieka poprzez etykiety. Dlatego na okładce mojej książki nie ma ani słowa „autyzm", ani „ADHD", nie ma terminów. Zgadzam się z dr hab. n. med. Jarosławem Jóźwiakiem — psychiatrą, który uważa, że nie potrzebowalibyśmy terminów, gdybyśmy byli tolerancyjni. Opowiadanie o neuroróżnorodności to nic innego jak przypomnienie, że każdy z nas jest inny. Gdybyśmy żyli w społeczeństwie naprawdę wyrozumiałym i otwartym, nie musielibyśmy dziś dyskutować o modzie na ADHD. Po prostu przyjmowalibyśmy ludzi takimi, jakimi są, a nie takimi, jacy, według nas, powinni być. Jak mówi Agata: na krzywej normalnej czyli rozkładzie Gaussa, nawet ci którzy odstają, nadal na tej krzywej się mieszczą. Zawsze ktoś jest poza większością i to dobrze.

— A jednak na końcu książki zamieszczasz słowniczek pojęć. To ma nam pomóc w uporządkowaniu tej wiedzy?

— Tak, bo my ludzie lubimy sobie ułatwiać życie. Mózg działa na skróty. Jeśli czegoś nie nazywamy, nie istnieje w języku, staje się obce. Etykiety pomagają oswoić. Bardzo ważny jest głos Moniki Szubrycht, dziennikarki i neurologopedki, którą denerwuje brak zrozumienia dla faktu, że osoby w spektrum czy z ADHD są różne. Jakbyśmy oczekiwali jednego, identycznego wzorca. A przecież jeśli spotkałeś osobę w spektrum autyzmu, która nie nawiązuje kontaktu wzrokowego, to nie znaczy, że kolejna będzie miała tak samo.

— Monika Szubrycht mówi też, że mentalność zmienia się bardzo wolno. Zgadzasz się?

— Niestety tak. Wciąż zdarza się, że w książkach edukacyjnych autyzm przedstawiany jest jako choroba. Wciąż funkcjonują mity i stereotypy. Często słyszymy: „wszyscy mamy trochę ADHD". Tak, wszyscy żyjemy w szybkim świecie, jesteśmy przebodźcowani. Każdemu zdarzyło się zgubić klucze czy zapomnieć o zakupach. Jednak w ADHD chodzi o częstotliwość. O to, że takie sytuacje zdarzają się kilkanaście razy dziennie.

— To musi być źródłem permanentnego stresu.

— Tomasz Kowalczyk, lekarz psychiatra, porównuje ADHD do zbyt krótkiej kołdry; dopóki w życiu jest mało obowiązków, dużo się udaje, kołderka wystarcza. Zwłaszcza przy wysokiej inteligencji i chęci pracy. I choć czasami trudno się wyrobić i trzeba zostać po godzinach, daje się radę. Jednak kiedy pojawia się rodzina, partner, szef, kolejne obowiązki, dzieci, które trzeba odwieźć z domu do szkoły i z powrotem, kołdry zaczyna brakować.

— O tym m.in. mówią w książce twoi bohaterowie. Co było dla ciebie najtrudniejsze w słuchaniu i zapisywaniu tych historii?

— Słuchałam historii, których wcześniej niektóre z tych osób nikomu nie powiedziały: o byciu nieprzyjętym przez rodziców, o niedopasowaniu w szkole, o życiu w ciągłym rozdarciu między sobą a potrzebą przynależności. Wiele z nich zakładało maski, łamało się wewnętrznie, próbowało siebie naprawić. To są historie depresji, lęków, uzależnień. Wysłuchałam wielu smutnych i raniących opowieści.

— Dziś mówi się o tym, że są zawody, w których ADHD może być zaletą.

— Tak, ale Bartek, bohater jednej z moich rozmów mówi też o tym, że mimo że rozpoczął kilka kierunków studiów, udało mu się jeden skończyć, wypracował sobie destrukcyjne strategie radzenia sobie z rzeczywistością. To nie ułatwia dorosłego i zawodowego życia. Bardzo wiele osób neuroróżnorodnych przez lata próbuje znaleźć odpowiedź na pytanie: „co ze mną jest nie tak?". Skoro nie pasują do tego, co nazywamy normą, zaczynają ratować się taktykami, w których poświęcają i ranią siebie. Często szukają ulgi w substancjach psychoaktywnych, w nadmiernej pracy, w udawanie kogoś „lepszego", bardziej sprawczego. Pogoń za dopaminą bywa męcząca, często kończy się depresją, stanami lękowymi, poczuciem winy i wstydu.

— Która rozmowa zainicjowała powstanie książki?

— Dla mnie przełomowa była historia Ani, która otwiera książkę. Przyszła do mnie i opowiedziała, że dzień diagnozy był dla niej dniem narodzenia, wielkiej ulgi. Przez całe życie była przekonana, że jest złym człowiekiem, że jej sposób postrzegania świata to jej wina, że ostracyzm i niezrozumienie jej zachowania przez otoczenie są efektem jej wyborów. Mówi wprost: diagnoza dała mi drugie życie.

— Patrząc na te historie, można odnieść wrażenie, że wiele cierpienia bierze się nie z samej neuroróżnorodności, ale z reakcji otoczenia. Jak bardzo zmieniłby się świat, gdybyśmy zamiast pytać: „Dlaczego jesteś inny?", zaczęli pytać: „Czego potrzebujesz?"

— Myślę, że zmieniłoby się wszystko. I to nie jest pytanie tylko o ADHD czy spektrum – to jest pytanie o filozofię życia. Nie żyjemy w idealnym społeczeństwie ani w Dolinie Krzemowej, gdzie obowiązuje pełna elastyczność. Żyjemy w świecie, który wciąż jest mocno sformatowany: szkoła, praca, instytucje, działają według jednego wzorca. Tymczasem wystarczy spojrzeć na dzieci z ADHD – biologicznie ich układ nerwowy funkcjonuje inaczej. Rano są nieprzytomne, a ten sam test napisany o ósmej i o czternastej może dać skrajnie różne wyniki. Już na starcie mają nierówne szanse.

— Powstają studia o neuroróżnorodności, to temat, który często pojawia się w mediach. To dużo czy wciąż mało?

— Powstają studia, odbywają się konferencje, programy – i to jest bardzo ważne. Jednak ostatecznie najważniejszy jest człowiek: nauczycielka, która zobaczy różnicę i nie nazwie jej lenistwem; pracodawca, który pozwoli pracować w innym rytmie. Przyzwolenie, elastyczność, tolerancja i zwykła ciekawość drugiego człowieka robią więcej niż najlepsze systemowe rozwiązania.

Katarzyna Janków-Mazurkiewicz

Katarzyna Kachel – filolożka, redaktorka, dziennikarka. Autorka tekstów publikowanych w „Dzienniku Polskim", „Gazecie Krakowskiej", „Taterniku", stała współpracowniczka „Traveler National Geographic", terapeutka i trenerka oddechu metodą transmodalną. Autorka książek, w tym pozycji „Atypowa głowa. Moje życie w spektrum. Rozmowy o neuroróżnorodności" (Wydawnictwo Filia).

eprasa.pl 06da86a24a

MOCNE WEJŚCIE W SEZON HALOWY 2026 KLUBU SPORTOWEGO ZAWKRZE MŁAWA

W hali AWF Warszawa odbyły się halowe zawody lekkoatletyczne, które stanowiły pierwszy start młodzików oraz juniorów młodszych z klubu w sezonie halowym 2026.

Zawodnicy rywalizowali zarówno w Warszawskich Halowych Zawodach Kontrolnych WMOZLA, jak i w Halowych Mistrzostwach Warszawy i Mazowsza Młodzików.

Warszawskie Halowe Zawody Kontrolne WMOZLA

W sobotę i niedzielę (7–8 lutego) w zawodach kontrolnych WMOZLA wystartowała trójka wychowanków trenera Krzysztofa Koziatka. Zawodnicy rywalizowali ze swoimi rówieśnikami w czterech konkurencjach: biegach na 60 i 300 metrów, skoku w dal oraz trójskoku. Padło kilka rekordów życiowych.

Uzyskane wyniki:

60 m K U18
Antonina Karol – 8.40 s (PB) – 13. miejsce
Zofia Piwowarczyk – 8.95 s (PB) – 38. miejsce

300 m K U18
Zofia Piwowarczyk – 49.76 s (PB) – 7. miejsce

Skok w dal M U18
Jakub Adamski – 5.69 / 5.78 / 5.59 / x / 5.81 – 5. miejsce

Trójskok M
Jakub Adamski – 10.62 / 11.76 (PB) / 10.89 / x / x – 6. miejsce

Halowe Mistrzostwa Warszawy i Mazowsza Młodzików

W niedzielę 8 lutego, również w hali AWF Warszawa, rozegrane zostały Halowe Mistrzostwa Warszawy i Mazowsza Młodzików. W zawodach wystartowali wychowankowie trenerów Adama Szymańskiego i Krzysztofa Koziatka, rywalizując z najlepszymi zawodnikami w swoich kategoriach wiekowych w województwie. Najbliżej zdobycia medali był sprinter Kacper Cendrowski, który zarówno w biegu na 60 metrów, jak i 300 metrów zajął czwarte miejsca.

Uzyskane wyniki:

60 m K U16
Maja Nawotczyńska – 8.66 s (PB) – 23. miejsce
Michalina Krajewska – 8.94 s – 56. miejsce
(w biegu na 60 m wystartowały łącznie 103 zawodniczki)

300 m K U16
Maja Nawotczyńska – 47.95 s (PB) – 13. miejsce

600 m K U18
Michalina Krajewska – 1:56.65 – 7. miejsce

Skok w dal K U18
Julia Goździewska – x / 4.05 / x – 30. miejsce

60 m M U18
Kacper Cendrowski – 7.71 s (PB) – 4. miejsce
Kamil Jędrzejewski – 8.21 s – 13. miejsce

300 m M U18
Kacper Cendrowski – 41.80 s – 4. miejsce

Skok w dal M U18
Kamil Jędrzejewski – 5.02 / 4.94 / x – 7. miejsce

KS Zawkrze Mława

Gratulujemy zawodnikom udanych startów i uzyskanych wyników. Życzymy powodzenia w kolejnych zawodach sezonu halowego.

BEZPŁATNE BADANIA MAMMOGRAFICZNE W MŁAWIE

LUX MED Diagnostyka zaprasza na bezpłatne badania mammograficzne w technologii cyfrowej w ramach Programu Profilaktyki Raka Piersi finansowanego przez NFZ.
W 2026 roku po raz pierwszy w badaniu będą mogły uczestniczyć Panie, które urodziły się w 1981 roku.

Mobilna pracownia mammograficzna LUX MED będzie dostępna w miejscowości:
Mława – 2 marca w godzinach od 10.00 do 16.00 przy markecie Kaufland, Aleja Marszałka Józefa Piłsudskiego 39A
Szreńsk – 3 marca w godzinach od 9.00 do 15.00 przy Ochotniczej Straży Pożarnej, ul. Szreńskiego

Rejestracja:
pod nr tel. 22 880 90 80 (*3), 58 666 24 44
przez formularz elektroniczny: TUTAJ
poprzez Internetowe Konto Pacjenta
przez kod QR

W celu weryfikacji uprawnień do badania przed połączeniem telefonicznym prosimy przygotować dowód osobisty. Na badanie prosimy zabrać ze sobą zdjęcia lub płyty CD z poprzednich mammografii, o ile nie były one wykonane w pracowni LUX MED. Prosimy o stawienie się na badanie w czasie wyznaczonym podczas rejestracji. Godziny badań mogą zostać zmienione wraz ze zwiększoną rejestracją.

Zbadaj się i zyskaj spokój!

NARODOWY DZIEŃ PAMIĘCI ŻOŁNIERZY ARMII KRAJOWEJ PO RAZ DRUGI OBCHODZONY W MŁAWIE

W Mławie odbyły się uroczystości upamiętniające 84. rocznicę powstania Armii Krajowej, obchodzoną w ramach Narodowego Dnia Pamięci Żołnierzy Armii Krajowej – nowego święta państwowego, ustanowionego jednogłośnie przez Sejm Rzeczypospolitej Polskiej w styczniu 2025 roku.
Spotkanie miało miejsce (14 lutego 2026r.) przy tablicy pamiątkowej poświęconej czterem żołnierzom Armii Krajowej, powieszonym przez niemieckich okupantów 17 grudnia 1942 roku. Tablica znajduje się na budynku u zbiegu ulic Bolesława Chrobrego i Stary Rynek.
Uczestnicy oddali hołd poległym poprzez złożenie kwiatów oraz zapalenie zniczy. Miasto Mława reprezentował zastępca burmistrza Miasta Mława Mariusz Szczechowicz. Uroczystość miała charakter refleksyjny i symboliczny, stanowiąc wyraz pamięci o żołnierzach Polskiego Państwa Podziemnego.

Przypomnijmy – 14 lutego 1942 roku Naczelny Wódz gen. Władysław Sikorski powołał Armię Krajową, kontynuując działalność Służby Zwycięstwu Polski oraz Związku Walki Zbrojnej. Armia Krajowa była największą podziemną armią w okupowanej przez Niemcy i ZSRS Europie.
W 1944 r. jej liczebność osiągnęła ponad 350 tys. zaprzysiężonych żołnierzy, w tym około 10 tys. oficerów.
Dziedzictwo Armii Krajowej pozostaje jednym z fundamentów polskiej tożsamości narodowej oraz trwałym symbolem niezłomnej walki o wolność, niepodległość i suwerenność Ojczyzny. Obchody były okazją do wspólnej zadumy nad historią oraz do oddania należnego hołdu tym, którzy z poświęceniem służyli Polsce w najtrudniejszych momentach jej dziejów.

ZD/WP

fot. UM Mława

eprasa.pl 06da86a24a

OBOWIĄZEK KORZYSTANIA Z PASÓW BEZPIECZEŃSTWA

Pasy bezpieczeństwa to jedno z najprostszych, a jednocześnie najskuteczniejszych rozwiązań chroniących życie i zdrowie uczestników ruchu drogowego. Choć ich stosowanie jest obowiązkowe od wielu lat, wciąż zdarzają się sytuacje, w których kierujący lub pasażerowie lekceważą ten wymóg – zwłaszcza jadąc na tylnym siedzeniu pojazdu lub w autobusie.

Co mówią aktualne przepisy?

W polskim prawodawstwie obowiązek korzystania z pasów bezpieczeństwa był sukcesywnie wprowadzany od 1992 r. Obecny kształt tego obowiązku określa art. 39 oraz art. 45 ust. 2 pkt 3-5 ustawy z dnia 20 czerwca 1997 r. – Prawo o ruchu drogowym.

Obowiązek korzystania z pasów bezpieczeństwa odnosi się do kierujących pojazdami samochodowymi oraz pasażerów zajmujących miejsca wyposażone w pasy (z wyjątkami wskazanymi w art. 39 ust. 2 prd*). Dotyczy to zarówno samochodów osobowych lub ciężarowych, jak i autobusów, bądź innych jeszcze pojazdów, np. pojazdów specjalnych, niektórych motocykli (patrz art. 40 ust. 2 prd).

Zasady przewożenia dzieci są sprecyzowane w art. 39 ust. 3 oraz w art. 45 ust. 2 pkt 4 i 5 prd. Również w tym zakresie mają one zastosowanie we wszystkich pojazdach samochodowych wyposażonych w pasy bezpieczeństwa, a więc również w autobusach. Wyjątki zostały wyszczególnione w art. 39 ust. 4 prd*. Zgodnie z komunikatem Ministerstwa Transportu z dnia 8 maja br. od dnia 21 kwietnia 2006 r. Polska stosuje wymagania unijne dotyczące wyposażania w pasy bezpieczeństwa siedzeń w autobusach turystycznych i samochodach ciężarowych. Są to wymagania obowiązujące w procedurze homologacji typu pojazdu, a więc dotyczą wyłącznie producentów i importerów pojazdów. Dopiero od dnia 20 października 2007 r. niedopuszczalne jest zarejestrowanie po raz pierwszy pojazdu z siedzeniami bez pasów bezpieczeństwa. Autobusy turystyczne i samochody ciężarowe zarejestrowane przed tą datą będą mogły być eksploatowane z dotychczasowym wyposażeniem w tym zakresie.

Wszystkie osoby w samochodzie zajmujące miejsca wyposażone w pasy, powinny je zapiąć zanim pojazd ruszy. W interesie tych, którzy siedzą z przodu jest, aby zapięli pasy także siedzący z tyłu. Prawa fizyki są bezwzględne dla uczestników wypadków. W razie czołowego zderzenia nie zapięty pasażer siedzący z tyłu, przełamie oparcie przedniego fotela i zmiażdży osobę na nim siedzącą.

Pasy w autobusach – dlaczego to szczególnie ważne?

Wielu pasażerów autobusów ignoruje pasy, bo „przecież chyba nie jest to obowiązkowe, a autobus jest duży, bezpieczny i nie jedzie szybko". TO MIT!

- W autobusach turystycznych prędkości mogą być znacznie wyższe niż w autobusach miejskich;
- W razie wywrócenia lub zderzenia autobusu, pasażer bez pasów jest wyrzucany z fotela z dużą siłą, co prowadzi do ciężkich obrażeń;
- W autobusach wyposażonych w pasy bezpieczeństwa jest obowiązek prawny aby z nich korzystać.

Zapięte pasy bezpieczeństwa co najmniej dwukrotnie zwiększają szanse przeżycia wypadku w pojeździe.

Zapinanie pasów bezpieczeństwa to nie tylko obowiązek wynikający z ustawy, ale przede wszystkim podstawowy sposób ochrony życia i zdrowia.

kom. Ewelina Stróżka/WRD KWP

zs. w Radomiu

DZIAŁANIA „TRUCK&BUS" FUNKCJONARIUSZY MŁAWSKIEJ DROGÓWKI

Podczas działań „TRUCK&BUS" przeprowadzonych na terenie powiatu mławskiego, funkcjonariusze wydziału ruchu drogowego skupili się na kontroli pojazdów ciężarowych oraz przestrzeganiu przepisów przez kierowców zawodowych. W akcji wzięło udział 10 policjantów drogówki oraz 2 funkcjonariuszy innych służb.

Łącznie skontrolowano 27 pojazdów, z czego 13 stanowiły samochody ciężarowe. Policjanci nie stwierdzili przypadków prowadzenia pod wpływem alkoholu ani narkotyków, co pokazuje rosnącą świadomość kierowców w zakresie bezpieczeństwa.

Nie obyło się jednak bez naruszeń przepisów. Ujawniono m.in. dwa przypadki przekroczenia dozwolonej prędkości oraz jedno naruszenie dotyczące pojazdu o dopuszczalnej masie całkowitej do 12,5 tony. W efekcie funkcjonariusze nałożyli cztery mandaty karne, udzielili jednego pouczenia oraz skierowali jeden wniosek o ukaranie do sądu. Policjanci zatrzymali również dwa dowody rejestracyjne i ujawnili jednego kierującego pomimo orzeczonego zakazu prowadzenia pojazdów.

Działania typu truck & bus mają na celu nie tylko egzekwowanie przepisów, ale przede wszystkim zapobieganie zagrożeniom na drogach. Ich celem było ograniczenie zagrożeń wynikających z nieprawidłowości w transporcie drogowym oraz przypomnienie kierowcom i przewoźnikom o obowiązku przestrzegania przepisów, które bezpośrednio wpływają na bezpieczeństwo na drogach.

mł. asp. Aleksandra Bardońska/ KPP Mława

PROKURATURA CHCE OBSERWACJI PSYCHIATRYCZNEJ PODEJRZANEGO

Prokuratura Okręgowa w Płocku skieruje do sądu wniosek o obserwację psychiatryczną 18-letniego Bartosza G., podejrzanego o zabójstwo 16-letniej Mai K. z Mławy. Takie zalecenie wydali biegli po jednorazowym badaniu. Zastępca prokuratora okręgowego w Płocku, Marcin Bagiński, poinformował, że wnioski zawarte w opinii biegłych obligują śledczych do wystąpienia o obserwację psychiatryczną podejrzanego.

— Prokurator niezwłocznie przystąpił do formułowania takiego wniosku — przekazał w rozmowie z PAP.

Wniosek rozpozna Sąd Okręgowy w Płocku. Obserwacja psychiatryczna może potrwać do ośmiu tygodni. Jak wcześniej podkreślał prokurator Bagiński, opinia z jednorazowego badania była warunkiem niezbędnym, by śledztwo mogło przejść do kolejnego etapu.

Podejrzany nie przyznał się do winy

Podczas przesłuchania w Prokuratura Okręgowa w Płocku Bartosz G. nie przyznał się do zarzucanego mu zabójstwa ze szczególnym okrucieństwem i skorzystał z prawa do odmowy składania wyjaśnień.

Z ustaleń śledztwa wynika, że 23 kwietnia 2025 r. 17-letni wówczas Bartosz G. spotkał się z Mają K. w Mława. Tego samego wieczoru doszło do zabójstwa. Zgłoszenie o zaginięciu nastolatki wpłynęło dzień później. Jej ciało odnaleziono 1 maja w zaroślach w pobliżu zakładu produkcyjnego należącego do rodziny podejrzanego. Wstępne wyniki sekcji zwłok wskazały na rozległe obrażenia głowy jako przyczynę zgonu.

Zatrzymanie w Grecji i ENA

Bartosz G. został zatrzymany w Grecji na podstawie europejskiego nakazu aresztowania (ENA). Początkowo nie zgodził się na wydanie do Polski, powołując się na groźby kierowane wobec niego i jego rodziny. Ostatecznie 19 grudnia został przekazany polskim organom ścigania.

Za zabójstwo ze szczególnym okrucieństwem grozi kara od 15 do 30 lat pozbawienia wolności. Z uwagi na wiek podejrzanego w chwili czynu, nie może zostać orzeczona kara dożywotniego pozbawienia wolności.

Decyzja sądu w sprawie obserwacji psychiatrycznej będzie miała istotne znaczenie dla dalszego toku postępowania.

Źródło: onet.pl, PAP

eprasa.pl 06da86a24a

CO TRZECI POLAK BOI SIĘ KRADZIEŻY PIENIĘDZY

2025 r. był momentem przełomowym dla ochrony danych osobowych w Polsce. Liczba incydentów cyberbezpieczeństwa wzrosła o 100 proc. w porównaniu z rokiem poprzednim, a skala działań cyberprzestępców zaczęła realnie przekładać się na bezpieczeństwo finansowe obywateli. Wszystko wskazuje na to, że w 2026 r. cyberoszustwa dołączą do głównych obaw finansowych Polaków – obok inflacji i nagłych, nieprzewidzianych wydatków.

Z danych Ministerstwa Cyfryzacji wynika, że do początku grudnia 2025 r. w Polsce zarejestrowano ponad 222 tys. incydentów cyberbezpieczeństwa – dwukrotnie więcej niż rok wcześniej. Równolegle CERT Polska tylko w okresie od stycznia do listopada zablokowało ponad 1,8 mln podejrzanych wiadomości SMS wykorzystywanych w kampaniach phishingowych. Te liczby pokazują nie tylko wzrost zagrożeń, ale przede wszystkim ich masowy i zautomatyzowany charakter. Cyberoszustwa coraz rzadziej są dziełem pojedynczych sprawców, a częściej stoją za nimi zorganizowane grupy działające według powtarzalnych schematów.

Fot. Pikabay

Bardziej boimy się hakerów niż utraty pracy

Zmiana ta znajduje odzwierciedlenie w nastrojach konsumentów. Jak wynika z badania „Portfele Polaków u progu 2026 roku: oszczędności i obawy", przeprowadzonego na zlecenie serwisu ChronPESEL.pl i Krajowego Rejestru Długów, 28 proc. respondentów wskazuje ryzyko utraty pieniędzy w wyniku cyberoszustw jako jedno z największych zagrożeń dla swoich finansów. To więcej niż obawa przed brakiem oszczędności (25 proc.) czy utratą pracy lub spadkiem dochodów (22 proc.). Wyżej na liście lęków znajdują się jedynie inflacja (57 proc.) oraz niespodziewane duże wydatki, takie jak koszty leczenia czy remontu (47 proc.).

Obawy te nie rozkładają się równomiernie. W grupie osób powyżej 65. roku życia lęk przed cyberoszustwami deklaruje 39 proc. badanych, wobec 21 proc. wśród osób w wieku 18–24 lata. To pokazuje, że choć młodsi czują się swobodniej w świecie cyfrowym, nie oznacza to automatycznie mniejszego ryzyka. Oszuści coraz częściej wykorzystują rutynę, pośpiech i nadmierne zaufanie, niezależnie od wieku ofiary.

Cyberoszustwa wchodzą w fazę masową

Prognozy na 2026 r. wskazują, że cyberprzestępcy będą nadal korzystać z dobrze znanych metod, takich jak fałszywe SMS-y czy e-maile, ale coraz częściej łączyć je z narzędziami opartymi na sztucznej inteligencji. Spoofing numerów telefonów, manipulacja głosem oraz deepfake'i sprawiają, że granica między autentycznym kontaktem a próbą oszustwa staje się coraz trudniejsza do rozpoznania. Koszt przeprowadzenia ataku spada, a jego potencjalny zasięg rośnie.

– Cyberprzestępcy coraz rzadziej atakują systemy, a częściej ludzi. Podszywają się pod banki, urzędy czy nawet bliskich, wykorzystując presję czasu i strach przed utratą pieniędzy. W 2026 r. takich prób będzie więcej, a ich wiarygodność będzie rosła – mówi Bartłomiej Drozd, ekspert serwisu ChronPESEL.pl.

Presja przesuwa się na instytucje

Rosnąca skala wyłudzeń sprawia, że w 2026 r. ochrona danych osobowych stanie się jednym z filarów bezpieczeństwa finansowego gospodarstw domowych. Jednocześnie presja będzie rosnąć także po stronie instytucji – banków, operatorów telekomunikacyjnych, dostawców energii czy administracji publicznej – by nie tylko ostrzegały przed oszustwami, ale ograniczały ich skutki tam, gdzie to możliwe. Nie zmienia to jednak faktu, że nawet najlepsze systemy zabezpieczeń nie są w stanie zastąpić ostrożności użytkownika.

– Dostawcy usług masowych mogą blokować podejrzane transakcje, weryfikować zgłoszenia i poprawiać systemy bezpieczeństwa, ale ostateczna decyzja niemal zawsze należy do użytkownika. Cyberprzestępcy coraz częściej bazują na manipulacji, a nie na lukach technicznych w systemach. Dlatego nawet najlepsze procedury nie zwalniają klientów z zachowania ostrożności i zdrowego rozsądku – podkreśla Bartłomiej Drozd, ekspert serwisu ChronPESEL.pl.

Choć precyzyjne oszacowanie realnych strat finansowych pozostaje trudne, dynamika incydentów i skala prób wyłudzeń wskazują, że problem ma już charakter systemowy. Rok 2026 pokaże, czy za rosnącą świadomością społeczną pójdą równie zdecydowane działania instytucji, czy też ochrona danych osobowych pozostanie w praktyce indywidualnym obowiązkiem każdego użytkownika usług cyfrowych.

Badanie „Portfele Polaków u progu 2026 roku: oszczędności i obawy" zostało przeprowadzone przez IMAS International na zlecenie serwisu ChronPESEL.pl i Krajowego Rejestru Długów w grudniu 2025 r. na reprezentatywnej grupie 1003 konsumentów.

Kamil Sztandera

PRAWIE 80 PROC. DOROSŁYCH POLAKÓW NIE PRZYJĘŁO SZCZEPIEŃ OCHRONNYCH

Fot. PAP

W sezonie jesienno-zimowym 2025/2026 co najmniej jedno szczepienie ochronne przyjęło 22,3 proc. dorosłych Polaków, a 77,7 proc. nie poddało się żadnemu szczepieniu - wynika z raportu „Polska na szczepieniach 2026", przygotowanego przez portal Kliniki.pl.

Najczęściej deklarowanym szczepieniem było szczepienie przeciw grypie (10,4 proc. respondentów), rzadziej przeciw COVID-19 (6,2 proc.), przeciw wirusowi RSV (6,0 proc.) i przeciw krztuścowi (4,9 proc.).

Wyniki raportu korespondują z bieżącą sytuacją epidemiczną w Polsce. Z danych publikowanych przez Główny Inspektorat Sanitarny na portalu ezdrowie.gov.pl wynika, że wyszczepialność przeciw grypie w populacji ogólnej utrzymuje się na poziomie około 6 proc.

Respondenci najczęściej wskazywali na przyczyny rezygnacji ze szczepień o charakterze decyzyjnym i podstawowym, a nie organizacyjnym lub finansowym. W populacji ogólnej najczęściej wymieniano przekonanie, że:
- szczepienie nie było potrzebne (25,2 proc.),
- brak zaufania do szczepionek (14,9 proc.),
- brak zalecenia lekarza (12,0 proc.),
- brak propozycji szczepienia (8,9 proc.)
- obawy przed działaniami niepożądanymi (8,8 proc.).

Znacznie rzadziej wskazywano na czynniki organizacyjne i finansowe: brak czasu deklarowało około 4-5 proc. badanych, wysoki koszt - około 2,5 proc., a problemy z dostępnością szczepień były marginalne.

W analizie wyróżniono także różnice pomiędzy grupami społecznymi. Rodzice dzieci do 18. roku życia częściej niż ogół dorosłych podejmowali działania profilaktyczne, jednocześnie częściej deklarując brak zaufania do szczepionek (19,0 proc. wobec 14,9 proc. w populacji ogólnej). Najczęstszym powodem nieszczepienia w tej grupie pozostawało przekonanie o zbędności szczepienia (23,3 proc.).

Autorzy raportu wskazują, że dominujące bariery związane z postrzeganiem potrzeby i bezpieczeństwa szczepień oznaczają, iż kluczowym wyzwaniem zdrowia publicznego jest odbudowa zaufania do profilaktyki i konsekwentna rekomendacja medyczna.

Pełne wyniki, analizy i komentarze instytucjonalne dostępne są w raporcie „Polska na szczepieniach 2026" na stronie: https://polskanaszczepieniach.pl.

Kliniki.pl to jedna z największych w Polsce platform łączących pacjentów korzystających z prywatnej opieki zdrowotnej z klinikami, gabinetami i szpitalami. Umożliwia wyszukiwanie oraz rezerwację wizyt, zabiegów i operacji w całym kraju. Każdego miesiąca korzysta z niej ponad milion użytkowników, a w sieci partnerów znajduje się ponad 600 prywatnych placówek zabiegowych.

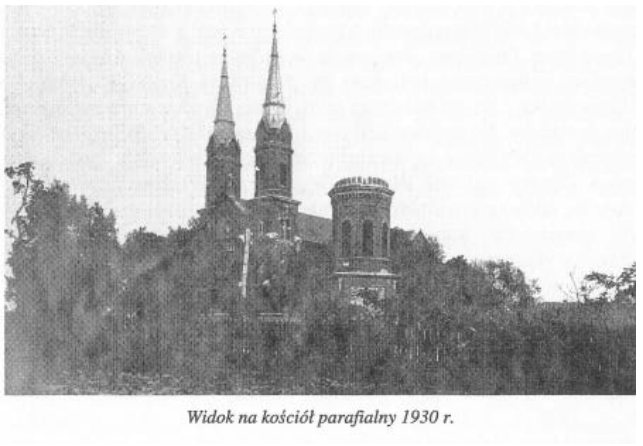
PAP

eprasa.pl 06da86a24a

NOWY KURIER MŁAWSKI
WTOREK || 17.02.2026

WSPOMNIENIA LEONTYNY MICHALSKIEJ Z KULAN

Przedstawiamy naszym Czytelnikom pierwszą część wspomnień pani Leontyny Michalskiej (z domu Karasek) z Kulan, urodzonej 1917 roku.



Kościół w Wieczfni, 1930 r. (Z książki: Wieczfnia Kościelna. Dzieje parafii i gminy. Płock, 2014 r.)

To już 90. lat temu, 16 II 1936 r. (o godz. 15.00) w czasie naszego ślubu w Wieczfni była zamieć. I tak zresztą było później w naszym życiu. Świadkami na ślubie byli: Józef Fabisiak - sołtys i Aleksander Brzeziński, obydwaj rolnicy z Kuklina. Małżeństwo pomiędzy p. Leontyną Karasek lat 19., a Michałem Michalskim lat 21. zawarte zostało na podstawie zezwolenia rodziców panny młodej i przy zestawieniu aktu od trzeciego stopnia pokrewieństwa wystawione przez Płocką Kurie Biskupią, która dała dyspensę na ten związek. Dyspensa została wystawiona 28 I 1936 r. z nr 239. Obrzędu religijnego dopełnił ks. Ludomir Lissowski, proboszcz Wieczfni.

Jednakże znacznie wcześniej, zanim do tego doszło, tak opowiadała o dzieciństwie i młodości swej p. Leontyna Michalska z Nidzicy, 29 X 2001r. (zbiory autora). Ojciec Władysława Michalskiego (kowala z Kulan), Wincenty (zm. 1928 r. w Kulanach) był nie duży, miał dłuższe wąsy i chodził w barankowej czapce. Nasza rodzina Pasymowskich jeszcze przed wojną przyjaźniła się z rodziną Władysława Michalskiego, w tym z (jego) siostrą Zofią (z d. Michalską) Borowską, siostrą Bronisławą (z d. Michalską) Frankowską oraz z jej córką Stanisławą (z d. Frankowską) Pokropską, która była druhną na moim ślubie (w II 1936 r.), a jej matka pomagała w czasie wesela. Przyjęcie odbyło się w naszym domu (wynajmowanym) w Kuklinie, a zabawa u sąsiadów.

Ślub rodziców w Wieczfni Stanisław Karaska i Aleksandry Pasymowskiej. Mława, V 1916 r. (Zbiory autora)

Leontyna Karasek z mamą Aleksandrą (P.) Karasek. Mława, ok. 1931 r. (Zbiory autora)

Narzeczeństwo Leontyny Karasek z Michałem Michalskim. Mława, II 1936 r. (Zbiory autora)

Ślub w Wieczfni Leontyny Karasek z Michałem Michalskim. Mława, 16 II 1936 r. (Zbiory autora)

Córka Władysława i Apolonii, Zofia (z d. Michalska) z mężem Aleksandrem Chmielewskim. Mława, lata 30. XX w. (Zbiory autora)

Od lewej: Tadeusz Michalski z kolegą w gimnazjum. Sandomierz, lata 30. XX w. (Zbiory autora)

Władysław Michalski (mój teść) mieszkał w domu swojej żony, który został przez jej matkę Teklę (z d. Wójcicką) Fabisiak przepisany na córkę Apolonię Fabisiak i jej zięcia. Dom był drewniany, gdzie były dwa pokoje i pokój - kuchnia, a okna były nisko. Sam dom był nieco przysiadły przy ziemi, kryty słomą. Władek prowadził kuźnię nad rzeczką, a (później za domem swojej żony). Bardzo dobrze robił metalowe kraty do kopania ręcznego ziemniaków. Kraty zrobił m.in. w oknach kościoła w Wieczfni. Niejednokrotnie pracował na kredyt. Kiedy umarł, to w jego zeszycie zostali sami dłużnicy. Był towarzyski i żartobliwy. Został samotny po śmierci swojej żony Apolonii (z d. Fabisiak) Michalskiej. Umarła (w 1925r.) w pierwszym pokoju-kuchni, (do którego wchodziło się bezpośrednio z podwórka). Po śmierci Apolonii Michalskiej dom prowadziła najstarsza córka Zofia Michalska, późniejsza Chmielewska. Razem z nimi mieszkało w tym czasie całe rodzeństwo, w tym: Marianna, Leon, Michał oraz Eugeniusz. Oczywiście do momentu, kiedy większość z nich założyła własne rodziny. (I tak Zosia w 1930 r., Leon w 1932 r., Marianna w 1933 r., Michał w 1936 r. Zaś Tadeusz był od 1938 r. w seminarium duchownym w Sandomierzu. Najmłodszy Eugeniusz nie zdążył się ożenić). Władysław zawsze mówił, że:„ (...) śni mu się, że żona przychodzi do domu i do swojego najmłodszego zmarłego dziecka - Helenki (zm. w 1925 r.). Dziecko po połogu mogło żyć jeszcze dwa lub trzy miesiące. Apolonia umarła w nie długim czasie po urodzeniu się dziecka. Dziecko to zostało pochowane przed nagrobkiem rodziny Wójcickich (na początku cmentarza, po lewej stronie jak się wchodzi na cmentarz) w Wieczfni. Było to obok grobu mojego zmarłego brata Stasia Karaska (zm. ok. 1918 lub 1919 r.). (Dziś oczywiście tych grobów ziemnych już nie ma). Apolonia w 1925r. leżała w szpitalu w Mławie, a więc dziecko mogło urodzić się w szpitalu (?), a nie w domu. Lekarz powiedział, aby ją zabrać ze szpitala, bo niedługo umrze. (Miała wtedy zaledwie 37.lat).

W domu Michalskich bywałam jako mała dziewczynka. Kiedy Apolonia umarła również tam byłam. Czekaliśmy w domu na jej przyjazd ze szpitala. Była moją stryjenką. Widziałam Ją jak leżała na tapczanie w tzw. pokoju-kuchni. Mówiła wtedy do wszystkich dzieci, aby siostra (jej Stefania z d. Fabisiak Kurowska) wzięła do siebie Tadeusza (ur. 1916r.) i Genie (ur. 1906r.). Umarła za dnia (9 VI 1925 r., o godz. 16,00). Za życia ładnie się ubierała, gdyż umiała szyć.

Kiedy byłam jeszcze dzieckiem, to szliśmy razem z mamą (Aleksandrą Karasek) pod rękę na zabawę. Również szedł pod rękę ze swoją mamą Apolonią (Michalską), Tadeusz. Bardzo ją lubił i bardzo płakał po mamie, kiedy umarła. Tadeusz często stawał na sankach w stodole i głosił tam kazania. Stryjenka Apolonia raz pytała mnie czemu nie chcę od niej chleba. Odpowiedziałam, że mama nie pozwoliła mi od nikogo brać jedzenia. Do szkoły często rano wołałam z domu stryjenki Tadeusza i szliśmy razem do Wieczfni. Tadeusz przystawał na górce, obok krzyża i modlił się. Czasem modliłam się razem z nim.

Władek był bardzo dobry dla swoich dzieci. Bardzo lubił najmłodsze dzieci: Tadeusza i Genka. Geniek był podobny do ojca, też był wysoki. Władek często przychodził do rodziny Pasymowskich. Znacznie wcześniej, zanim nawet jeszcze wyszłam za mąż za jego syna Michała (Michalskiego). Michał często handlował z Adamem Pasymowskim. Handlował m.in. tabaką przez granicę do Prus Wschodnich, m.in. do Neidenburga (Nidzicy). Lubił pracować w polu z końmi i jeździć nimi do miasta. Kiedyś kiedy Michał przehandlował z kimś konia ojca i Janka Pasymowskiego w Neidenburgu, zdenerwowali się na niego i przez jakiś czas nie rozmawiali ze sobą. Michał powiedział, że Niemcy nie wypłacili mu pieniędzy. Władek będąc kawalerem dobrze zarabiał, więc zawsze miał swoje pieniądze.

Jako dziecko mając ok. 13.lat, (czyli w 1930 r.) chodziłam w Kulanach nad rzeczkę prać ubrania i lubi-

eprasa.pl 06da86a24a

Ojciec Stanisław Karasek we Francji, ok. 1929 r. (Zbiory autora)

Teściowie Władysław i Apolonia (z d. Fabisiak) Michalscy. Mława, lata 20. XX w. (Zbiory autora)

Barat Aleksandry (P.) Karasek, Adam Pasymowski z żoną Marianną (z d. Michalską). Mława, lata 30. XX w. (Zbiory autora)

Skrzyżowanie przy dawnej szkole we wsi Kuklin, lata 30. XX w. (Domena publiczna)

Ks. Ludomir Lissowski (w meloniku). Wieczfnia, 1929 r. (Zbiory OSP w Wieczfni)

łam wtedy łapać ryby oraz raki. Spotykałam się tam też z Michałem. Czasem idąc do szkoły wchodziłam do kuźni przy rzece do Władka i poruszałam miechem kowalskim dla rozniecenia ognia w palenisku. Trwało to zazwyczaj kilka minut. Dostawałam wtedy od niego pieniądze na cukierki. Z Michałem towarzyszyłam się jak mieszkaliśmy jeszcze w Kulanach (do ok. 1931 r.), a potem mieszkając już w Kuklinie (od ok. 1931 do wiosny 1937 r.), to miałam inne towarzystwo. Mama moja nie chciała, aby do nas przychodził Michał. Byłam za młoda jeszcze. Ksiądz (Ludomir Lissowski) z Wieczfni mówił, że mam przecież innych kolegów, bo Michał to jest dla mnie kuzyn. (Babcie Michała i Leontyny, to były siostry Aleksandra i Tekla z familii Wójcickich). Mimo to spotykaliśmy się również przed kościołem w Wieczfni. Bo w młodości i narzeczeństwie grałam m.in. w teatrzyku kościelnym np. w „Fircyku w zalotach". Michał nie chciał też, abym występowała w przedstawieniach teatralnych, gdyż był zazdrosny. W II 1936 r. w czasie naszego ślubu w Wieczfni była zamieć. I tak zresztą było później w naszym życiu.

WSPOMNIENIA P. L. MICHALSKIEJ Z NIDZICY, 6 III 2002 ROKU

- Jak poznała pani swojego przyszłego męża Michała?

- Michał był bardzo przystojny. Na zabawie w Kulanach, bawiłam się z nim nie raz, bo przychodziłam często tam do dziadków Pasymowskich. Bo ja u dziadków się wychowałam. A później ojciec (Stanisław Karasek) z nami przeprowadził się do wsi parę kilometrów dalej, do Kuklina. Dziadek (Jan Pasymowski) zawsze mnie odprowadzał do granicy (wsi). Dziatkom przykrzyło się beze mnie. Zawsze im śpiewałam.

Rano wstałam, a teraz już pusto i smutno bez tych dziadków. Teraz już pusto bez męża i rodziców. Tylko już sama zostałam, jak patyk. Żyć mi się już nie chce. Nie wiadomo, czy żyć, czy umierać. Tylko zostały mi te wnuki i dzieci.

- Tęskno pani do dziadków i rodziców?

- No tak, uch, w sercu (matka) zawsze żyje. Mama mnie lubiła, bo ja byłam jedynaczką. Mamie nigdy nie pyskowałam, tylko śpiewałam ładnie.

- A jaka była pani mama?

- Pracowita, bardziej pracowała w domu. A my z ojcem, tak w tych tanach chodziliśmy. Tak, ojciec był tańcownik. Chłopaki go do góry rzucali, jak poszliśmy na jakąś zabawę. A mama ? Krowy, świnie były w Kuklinie, to musiała pracować. A jak, ja wyszłam za mąż za Michała (w II 1936r.), no tak i dzieciak się urodził (Urszula) 29 XI 1936 r. I później Michał najpierw pojechał do Gdyni. No więc, kto miał robić w tym polu, w tej ziemi, przy wszystkim. A później ojca mojego zabrał, a jeszcze później my wszyscy pojechaliśmy do tej Gdyni (wiosną 1937 r.). Ziemie rzuciliśmy, bo nie miał, kto na niej robić. Myślałam, że jak się Michał ożenił, to (będziemy na ziemi siedzieć). A on jak się ożenił, to nie siedział w Kuklinie, tylko w Kulanach. U ojca robił (Władysława Michalskiego), pomagał mu w kuźni. Robił, a pieniędzy nie przynosił i tak wygrałam z nim. A później żałowałam, że za niego wyszłam. Ale co ... ?

- A jak było w Gdyni?

- W Gdyni? Dobrze. Byłam sama, bo on był w wojsku (w Wołkowysku w 3 Pułku Strzelców Konnych). A ja pracowałam w ogródkach działkowych, wydawałam kwiaty. Później pracowałam u kuśnierza. A na urlop (do Kulan w VIII 1939 r.), to przyjechałam z tych ogródków. Pan Zdrojewski, u którego pracowałam pytał mnie, czy ja jeszcze wrócę ? Zawsze przyjeżdżałam na rowerze do pracy. A ja odpowiadam, że wrócę ! Ale ja już nie wróciłam, bo jak przyjechałam 15 VIII 1939 r. (do granicy pod Mławą) do Kuklina i Uniszek, to w Uniszkach już mnie wojsko zatrzymało i papiery zobaczyli. (Żołnierz na granicy mówi), że pani do domu już nie wróci. I tak się zrobiło, że wszystko zostało i do domu nie wróciłam. I rodzice zostali tam. Później ojciec przyjechał raz, a matka przyjechała drugi raz. Wszystko im pokradli w drodze, wszystkie pęczki, że nawet bez pościeli przyjechali. I tak 6.lat mordowaliśmy się pod cudzą pościelą.

- W Kulanach, gdzie mieszkaliście?

- Tak, mieszkałam. Najpierw u Rychłowskich, potem u ciotki Rutkowskiej, a na ostatku u Sińskich. Wszędzie było po jednym pokoju. I tak siedziałam i swetry robiłam, dziewczyny uczyłam. I taka, to była robota. I też chora byłam i u doktora byłam i różnie. Myślałam, że się wykończę. I egzemy później dostałam po tej wojnie, jak przyjechaliśmy z tej ucieczki. Pojechaliśmy, aż pod Legionowo. A dziadek konie zaprząg i mówi: „ (...) o już krzyczą, że Niemcy są już na górce w (Kulanach)". Pojechaliśmy, aż za Modlin. Wyjechaliśmy tędy przez Grzybowo, drogi nie znaliśmy. Dopiero wojsko mówi: „ (...) a skąd, tu cywile się wzięli". Później dali nam owiec dla wojska i musieliśmy go zawieść, tam nad brzeg lasu. Zdejmując to wszystko, bo tam na Zegrzu ogień się już pokazuje.

No tak, już się paliło na Zegrzu. No i tam na Węgierskich Kątach. A kazali nam skręcić na lewo. I na tych Węgierskich Kątach się zatrzymaliśmy, aż weszli Niemcy. Straszyli nas, że Niemcy to, czy tamto. A Niemcy byli dobrzy. Rzucali chleb dzieciom na wozy.

Polacy jak odchodzili, to most zerwali. Znowu nie mieliśmy wyjazdu do domu. Bo trzeba było jechać na Legionowo, a w tę stronę na Legionowo, to most popsuli i na Modlin. Poczekaliśmy, aż był otwarty most na Zegrze, dopiero pojechaliśmy tędy. Cud Boski, że mając dzieciaka pod płaszczem nie zmógł mi. Jednak przeziębiła się i miała krosty na buzi.

C.d.n.

Piotr Rafalski, członek Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Mławskiej

Wieś Kuklin, 3 VIII 2005 r. (Zbiory autora)

Córka Leontyny Michalskiej, Urszula. Gdynia, ok. 1938/39 r. (Zbiory autora)

eprasa.pl 06da86a24a

PROSTOTA PRAWDY

„Niech wasza mowa będzie: Tak, tak; nie, nie. A co nadto jest, od Złego pochodzi" – padają słowa w Kazaniu na Górze, w krótkim fragmencie o przysięgach i o tym, jak uczniowie Jezusa mają budować swoją wiarygodność jako uczniów Chrystusa. Te słowa z Ewangelii Mateusza (Mt 5, 37), czytane w bieżącą, szóstą niedzielę zwykłą, są niemal identyczne z nakazem w Liście św. Jakuba: „Niech wasze »tak« będzie »tak«, a »nie« niech będzie »nie«, abyście nie byli sądzeni".

Fot. Wikipedia

Walter Seymour Allward, „Veritas", 1920

Tradycja patrystyczna czyta podwójne „tak, tak; nie, nie" jako wezwanie do zgrania słów z życiem. W ujęciu przypisywanym przez św. Tomasza z Akwinu Rabanusowi Maurusowi, mnichowi benedyktyńskiemu i bibliście, powtórzenie podkreśla, że „to, co człowiek potwierdza ustami, powinno być potwierdzone w czynie, a to, co odrzuca w słowie, ma się nie pojawiać w postępowaniu", ponieważ chrześcijanin powinien być spójny jako osoba, gdyż właśnie w przestrzeni wiary, którą w końcu manifestuje się publicznie: w języku, w zachowaniach, w decyzjach, w sposobie traktowania ludzi, w stylu pracy, w uczciwości wobec cudzej własności, w relacji do słabszych, w kulturze dialogu widać najszybciej, czy robimy to, co deklarujemy. Kto mówi „jestem katolikiem", nie tylko określa istotę swojej tożsamość, ale również deklaruje przynależność do Chrystusa, do określonej drogi życia, do Ewangelii, do sakramentów, do działania zgodnego z prawym sumieniem.

Nie można lekceważyć własnego sumienia

Co to w praktyce i konkretnie oznacza? Jeśli jestem katolikiem, to zgodnie z Jezusową logiką nie mogę być zarazem po stronie ideologii sprzecznych z moją wiarą, nie mogę być zwolennikiem partii i wyborcą polityków, którzy głosują za aborcją, eutanazją, in vitro. Nie mogę akceptować przemocy jako metody rozwiązywania konfliktów, być agresywnym i pogardliwym wobec innych ludzi, ras, narodów, religii, osób, które nie podzielają moich poglądów. Nie mogę uczestniczyć w korupcji, w unikaniu sprawiedliwych zobowiązań. Nie mogę szerzyć kłamstwa, oczerniać innych, niszczyć czyjąś reputację. Nie mogę traktować seksualności w oderwaniu od odpowiedzialności i godności osoby. Nie mogę lekceważyć własnego sumienia i żyć tak, jakby Bóg mnie nie widział. Nie mogę pogardzać biednymi, chorymi, starszymi, osobami społecznie słabszymi. Lista, owszem, jest długa, ale kto powiedział, że bycie chrześcijaninem nie jest wymagające? Dlatego właśnie zdanie o „tak" i „nie" jest papierkiem lakmusowym wiarygodności. Domaga się ono, żeby mowa i życie były zintegrowane, harmonijne, logiczne i konsekwentne. Lecz z taką postawą, niestety, współcześnie mamy kłopot, ponieważ nierzadko do tego „tak" lub „nie" dołączamy słowo „ale", które zmienia ogromnie dużo. Bo co do zasady zgadzamy się z tym „tak, tak; nie, nie", jednak gdy chodzi o nasze sprawy i nas samych, bronimy się, mówiąc, że „jednak w tej sytuacji, w tych okolicznościach..." i tu padają samousprawiedliwienia i łagodzące nasze postępowanie argumenty. Tymczasem ewangeliczne „tak" oraz „nie" są jasne, porządkujące, odrzucające każdą formę relatywizmu moralnego czy sytuacjonizmu etycznego, który wyznają coraz częściej także katolicy.

Higiena prawdy

Jezus oczekuje od nas przejrzystości, życia w prawdzie i prostocie, życia bez gry pozorów, zdejmowania masek, mówienia w taki sposób, by nie trzeba było tworzyć wizerunku sprzecznego z rzeczywistością. Dziś wszyscy potrzebujemy wiarygodności w życiu społecznym, rodzinnym, akademickim, ale i prywatnym, ponieważ na każdym kroku dotyka nas niespójność moralna, hipokryzja, brak odpowiedzialności. Jednoznaczność, o którą chodzi Jezusowi, jest nam niezbędna do życia i jest formą miłości bliźniego. Człowiek jednoznaczny daje innym czytelność, przewidywalność, bezpieczeństwo, pewność, spokój. W relacji z takim człowiekiem łatwiej jest ufać, współpracować, tworzyć szczere przyjaźnie.

Społeczna cena, którą płacimy za niejednoznaczność, jest wysoka. Zobaczmy, jak rośnie w nas podejrzliwość, nawet w prywatnych relacjach. Mnożą się zabezpieczenia, wzrasta kontrola, biurokracja, umowy i dokumenty pęcznieją od paragrafów. Prowadzący firmę niejednokrotnie mówią, że są traktowani przez urzędy kontroli państwa jak złodzieje i oszuści. Nie lepiej jest i w innych środowiskach. Jakby tego było za mało, wprowadzono ustawę o sygnalistach, których praca polega na donoszeniu na innych. W tym sensie ewangeliczne „tak" oraz „nie", gdybyśmy traktowali te słowa poważnie, mogłoby być skutecznym programem odbudowy kapitału międzyludzkiego zaufania.

Czy można nauczyć się tej postawy? Owszem. Mi pomaga, bo dobrze działa, zasada małych zobowiązań: obiecywać tylko to, co ma realne miejsce w moim kalendarzu, to, co wynika z moich kompetencji, możliwości, zasobów emocjonalnych i zdrowotnych. Dobrze też sprawdza się nazywanie rzeczy po imieniu: „zrobię to" albo „nie zrobię", „przyjdę" albo „nie przyjdę", „oddzwonię dziś" albo „oddzwonię jutro o 10", „napiszę" albo „nie napiszę, bo nie mam czasu". Praktyczny jest też codzienny rachunek sumienia, robiony na koniec dnia, gdy bada się, czy słowa z ostatnich 24 godzin znalazły pokrycie w działaniu, a jeśli pojawiła się niespójność, to czy została naprawiona przez przeprosiny, wyjaśnienie, korektę decyzji. Tego wymaga od chrześcijan to, co nazywam higieną prawdy.

Trzeba nam bowiem pamiętać, że w życiu wiary nasza chrześcijańska tożsamość ma zawsze formę świadectwa i przykładu, bo „słowa pouczają, a przykłady pociągają". Człowiek, który mówi „wierzę", „jestem katolikiem", w naturalny sposób staje się czytelny dla innych jako ktoś, komu można zaufać, ponieważ swoją postawę buduje na Ewangelii. „Tak, tak; nie, nie" ma oznaczać odważne mówienie wprost, jasne i solidne działanie bez dwuznaczności, ale też mężne wyznawanie wiary, nawet gdy inni jej nie akceptują. Tak, tego można się nauczyć, praktykując prawdomówność, odwagę, prostolinijność, odpowiedzialność. Ten zestaw cnót zapewnia wytrwanie w postawie „tak, tak; nie, nie", którą charakteryzuje wolność.

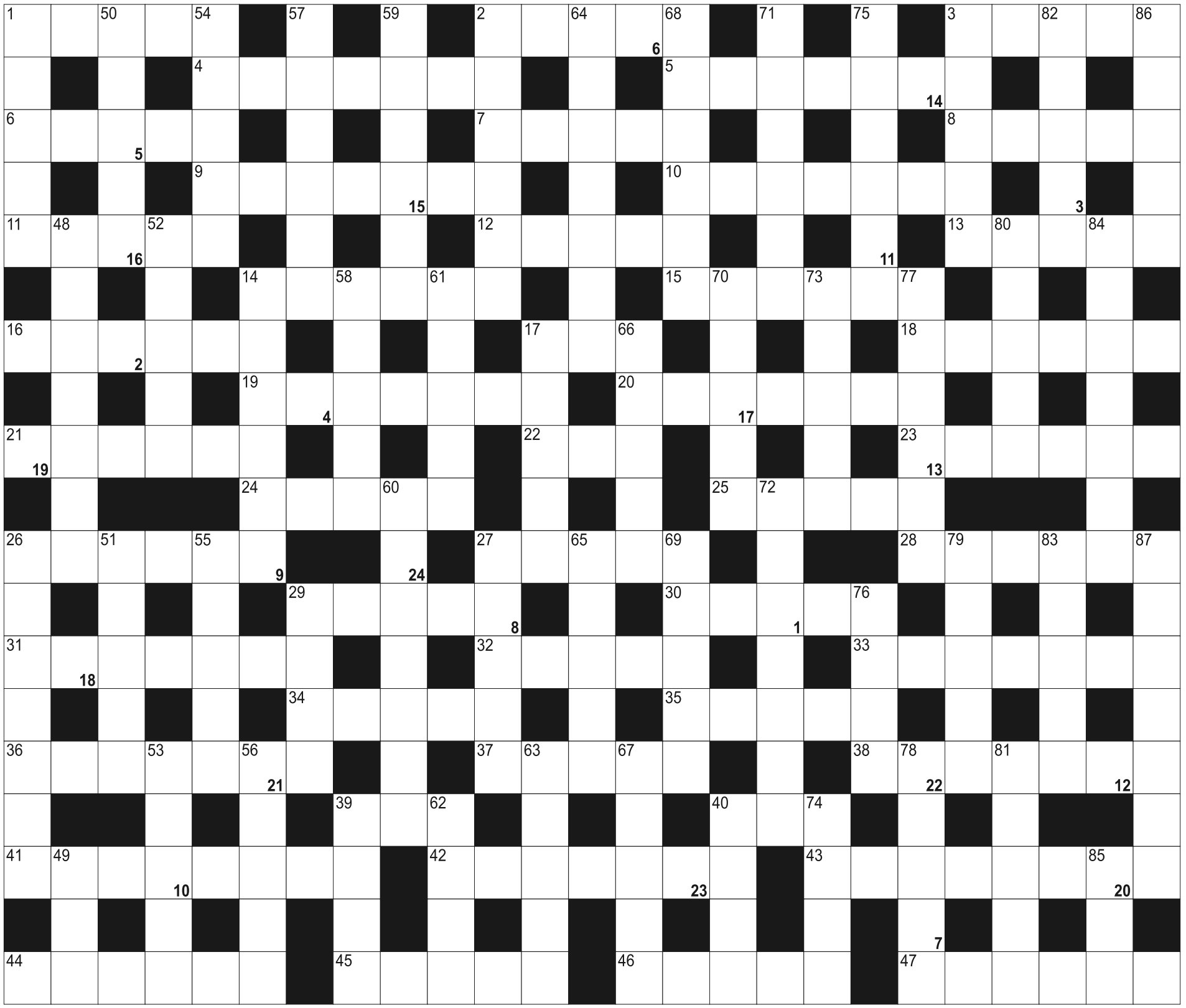
„Co nadto jest, od Złego pochodzi"

Jezus jednak do tej promowanej postawy jednoznaczności dodaje krótką przestrogę: „Co nadto jest, od Złego pochodzi". Ten Zły jest tu rozumiany personalnie jako osobowe zło, czyli szatan – ojciec kłamstwa, który stoi za pozorami, pół- i ćwierćprawdami, słowami rzucanymi na wiatr, manipulacjami, udawaniem, nieufnością, kreacją fałszywego wizerunku, wartkim wodolejstwem, kamuflującym słowotokiem. Nadmiar słów, wieloznaczność, dwulicowość zawsze niestety coś chcą ukryć, zmanipulować, zwieść. To typowe zachowanie Złego, który odwodzi chrześcijan od prawdy. Trzeba się jednak temu umieć przeciwstawić właśnie poprzez proste „tak" lub „nie", bowiem prostota jest zawsze oznaką czystego sumienia.

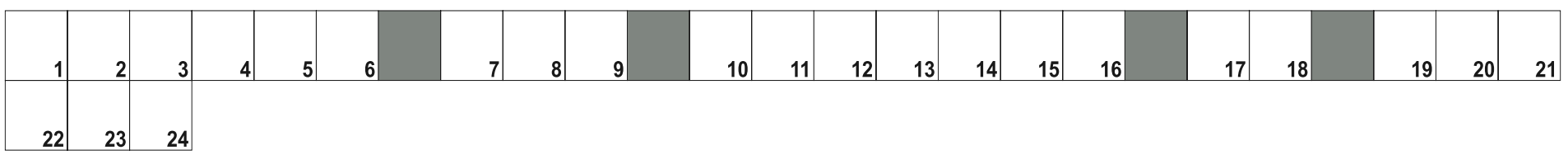
Zdzisława Kobylińska

eprasa.pl 06da86a24a

Krzyżówka klasyczna z hasłem



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 24, utworzą rozwiązanie



POZIOMO:
1) potocznie motocykl; 2) koń siwej maści; 3) Indianin z dawnego Meksyku; 4) wiśnia z Barbados; 5) autor powieści, pisarz; 6) stolica Arabii Saudyjskiej; 7) piękna chińska ćma; 8) grupa wysp na Morzu Śródziemnym; 9) kupowane w cukierni; 10) ptak nielot we fraku; 11) pseudonim, przezwisko; 12) perkusista Rolling Stonesów; 13) choroba z dusznościami; 14) łąka leśna; 15) gazeta na zakupy, dla kobiet; 16) uchwyt ślusarski ze szczękami; 17) płyn z owoców; 18) błękitna planeta; 19) był nim Wilhelm Tell; 20) chłodziarka, szafa chłodnicza; 21) opalony, o ciemnej karnacji; 22) ropucha olbrzymia; 23) państwo na Półwyspie Jukatan; 24) czeskie auto; 25) mała Zofia; 26) Waldemar dla kolegów; 27) przerwa; 28) nocna przy łóżku; 29) wśród margaryn; 30) miasto z Operą Leśną; 31) maszyna z łyżką; 32) cichy głos; 33) wada, uszkodzenie; 34) łkanie; 35) wyspa grecka z Kolosem; 36) jarzyna, odmiana dyni; 37) kolczasta jaszczurka; 38) przebieg pracy zawodowej; 39) Międzynarodowa Stacja Kosmiczna; 40) kolor w kartach; 41) wyjechał z ojczyzny na stałe; 42) polska Susan; 43) święto, jubileusz; 44) w nią zeszyt; 45) ogier; 46) indiańskie godło; 47) Dantes z powieści Dumasa

PIONOWO:
1) ścianka z cegieł; 2) sprząta w szpitalu; 3) grecka bogini mądrości; 14) odblask, lśnienie; 17) magmowa lub osadowa; 26) uczniowski urlop; 27) karma dla trzody; 29) narzuta na tapczan; 39) ...-Tass, agencja informacyjna; 40) umowa międzynarodowa; 48) do malowania ust; 49) magister; 50) jezioro, nad którym leży Giżycko; 51) do klejenia papy; 52) piaszczysta górka nad morzem; 53) sztaba metalu, złota lub srebra; 54) prawnik w firmie; 55) panoramiczny w kinie; 56) wyspa Odyseusza; 57) kute na gorąco; 58) węgierska potrawa z papryką; 59) znajduje się nad stopą; 60) odległość do przebycia; 61) japoński wojownik; 62) odgłos morza; 63) bywa z pętelką; 64) do wiercenia otworów; 65) rzęsisty deszcz; 66) samica konia; 67) pisemne ponaglenie; 68) gatunek gruszki; 69) model Opla; 70) stolica Liechtensteinu; 71) szkodnik ziemniaczany; 72) przeznaczone do utylizacji; 73) wisząca masa śniegu; 74) preparat kosmetyczny; 75) ozdoba męskiej koszuli; 76) Donald, były premier Polski;77) jezioro w Gwatemali; 78) papiery wartościowe; 79) Rubinstein, polski pianista; 80) Danielle - pisze dla pań; 81) słodki ziemniak; 82) mowa z kielichem; 83) miazga z ziemniaków; 84) astrowaty lekarski; 85) ciąg dalszy nastąpi, skrót; 86) sztywny kołnierz; 87) chilijska pustynia

eprasa.pl 06da86a24a

Szukasz Klientów?

e-mail: redakcja@kuriermlawski.pl

PRACA

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie rolnym tel 691-671-723

SPRZEDAM

DREWNO opałowe sprzedam, różny gatunek, suche, tel.504-250-135.

DREWNO opałowe w tylko w powiecie Nowomiejskim i Iławskim sprzedaję- brzoza, buk, sosna oraz rozpałka sosnowa i brykiet olchowo- bukowy oraz buk z kloca pocięty i PELLET, zapewniam transport tel.697-768-908.

NIERUCHOMOŚCI

DZIAKĘ budowlaną w miejscowości Otręba, 89,6 ara z 30 letnim lasem 74ary, decyzja o warunkach zabudowy, cena do negocjacji, OKAZYJNIE SPRZEDAM tel.602-136-815.

SPRZEDAM mieszkanie-kawalerka 53m2, ul. Kolejowa, 502-341-366

WWW.DOMKIHOLENDERSKIE.EU, 503-103-703

AUTO-MOTO

NYSĘ, ŻUKA i inne z epoki w całości lub częściKUPIĘ, tel.698-082-959.

SKUP samochodów stan obojętny, ciągniki, maszyny rolnicze, KASACJA, tel.605-070-911.

USŁUGI

NAPRAWA lodówek, pralek -drobna elektryka-klimatyzacja , 600-147-652

SZYCIE kołder, kołdry puchowe, 665-434-450.

ZWIERZĘTA

sprzedam

SPRZEDAŻ kur, kurcząt -dostawa gratis, 503-508-148

ROLNICTWO

zwierzęta hodowlane

KLACZ 2-letnią.Tel.89-766-22-61

KURY nioski z jajem, 600500710.

produkty rolne

SŁOMĘ w belach 125cm suchą- sprzedam tel.519-356-781.

wski.pl • kuriermlawski.pl • **kuriermlawski.pl** • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl wski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl •kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • **kuriermlawski.pl** • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • **kuriermlawski.pl** • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl wski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl •kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl •

NIEODPŁATNA POMOC PRAWNA W POWIECIE MŁAWSKIM

Już 10 lat w Punktach Nieodpłatnej Pomocy Prawnej zlokalizowanych na terenie powiatu mławskiego pomaga osobom, których sytuacja życiowa uniemożliwia pokrycie kosztów odpłatnej pomocy prawnej. W tym czasie z pomocy skorzystało ponad 9400 osób.

W 2026 roku punkty nadal działają w Starostwie Powiatowym w Mławie, Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Szydłowie, Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Dzierzgowie, Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej w Stupsku oraz Urzędzie Gminy Wiśniewo i Urzędzie Gminy Strzegowo.

Fot. Pixabay

Aby skorzystać z porady, trzeba umówić się:

- telefonicznie – 23 655 29 03;
- elektronicznie – e-mailem: nieodplatnapomoc@powiatmlawski.pl lub poprzez formularz na https://np.ms.gov.pl/mazowieckie/mławski
- osobiście – siedzibie Starostwa Powiatowym w Mławie pok. nr 15, od poniedziałku do piątku w godz. 800-1600.

Co znajdziecie w punktach?

- stały dostęp zdalny: porady przez telefon, e-mail lub wideorozmowę dostępne przez cały rok,
- wybór formy przy zgłoszeniu: osoby wskazują preferowaną metodę – stacjonarną lub zdalną, w szczególnych sytuacjach podają dostępne środki zdalne i uzasadniają wizytę poza punktem,
- ustne oświadczenie: wystarczy ustna deklaracja o niemożności pokrycia kosztów odpłatnej pomocy (dla porad udzielanych zdalnie); stacjonarne porady nadal wymagają oświadczenia w formie pisemnej;
- przekierowanie: jeśli zdalna porada wymaga analizy dokumentów, beneficjent będzie kierowany (zapisywany) na dyżur w punkcie stacjonarnym lub do starosty właściwego dla miejsca zamieszkania, rekomendując wizytę w najbliższym punkcie.

Nieodpłatna pomoc prawna obejmuje:

1. poinformowanie o obowiązującym stanie prawnym oraz o przysługujących prawach i obowiązkach, w tym w związku z toczącym się postępowaniem przygotowawczym, administracyjnym, sądowym lub sądowoadministracyjnym,
2. wskazanie sposobu rozwiązania problemu prawnego,
3. przygotowanie projektu pisma w tych sprawach, z wyłączeniem pism procesowych w toczącym się postępowaniu przygotowawczym lub sądowym i pism w toczącym się postępowaniu sądowoadministracyjnym,
4. sporządzenie projektu pisma o zwolnienie od kosztów sądowych lub ustanowienie pełnomocnika z urzędu w różnych rodzajach postępowań,
5. nieodpłatną mediację – szansę na polubowne rozwiązanie sporu.

Źródło: Starostwo Powiatowe w Mławie

BAL KARNAWAŁOWY W PRZEDSZKOLU SP NR 2 W MŁAWIE

fot. SP nr 2 w Mławie

Bal karnawałowy w przedszkolu Szkoły Podstawowej nr 2 w Mławie był pełen radości, kolorów i słodkiej atmosfery. Dzieci z niecierpliwością czekały na ten dzień!
Tegoroczny temat przewodni nawiązywał do Tłustego Czwartku, dlatego wśród pastelowych dekoracji nie brakowało cukierkowych akcentów, które stworzyły wyjątkowy, bajkowy klimat.
Uroczystego otwarcia balu dokonał pan dyrektor, witając wszystkie dzieci i zapraszając je do wspólnej zabawy. Ogromną atrakcją była również obecność wyjątkowych gości, maskotek: Serduszka, Misia Pandy oraz Sticha, które wywołały na twarzach przedszkolaków mnóstwo uśmiechów.
Dzieci zachwycały pięknymi, kolorowymi i bardzo pomysłowymi strojami. Na parkiecie nie brakowało tańców, wesołych zabaw oraz głośnego śmiechu.

KOLEJNA EDYCJA KONKURSU „MŁAWSKA PALMA WIELKANOCNA"

Stowarzyszenie „Wspólnota Mariacka" oraz Parafia Matki Bożej Królowej Polski w Mławie zapraszają do udziału w kolejnej edycji konkursu „Mławska Palma Wielkanocna".
Konkurs ma charakter otwarty. Uczestnicy konkursu mają za zadanie wykonać tradycyjne palmy wielkanocne .TECHNIKA WYKONANIA: materiały naturalne: żarnowiec, bukszpan, bazie, suche kwiaty, krepa, wstążka, wydmuszki, bibuła itd.
Najciekawsze palmy oceniane będą w 4 kategoriach: rodzinnej, indywidualnej: oryginalna i niepowtarzalna, szkolna oraz grupy.
Patroni konkursu: Burmistrz Miasta Mława, Starosta Mławski.
Miejsce i termin składanie prac: Parafia Matki Bożej Królowej Polski w Mławie w terminie do 20 marca 2026r. do godz. 18.00 (kaplica).

fot. UM Mława

Rozstrzygnięcie konkursu nastąpi 29 marca 2026 r. po Mszy św. o godz. 12.00.

eprasa.pl 06da86a24a

ŻUREK — NA ZDROWIE!

Niech pęknę! — bez żurku w ogóle nie ma u mnie świąt Wielkiej Nocy! Do tego stopnia uwielbiam tę zupę, że smakuje mi ona także w zupełnie niewielkanocnych porach roku i pożywna jest właściwie przy każdej okazji. I to chyba dobrze, bo żurek jest jedną z najstarszych potraw w naszej kuchni; wywodzi się jeszcze ze średniowiecznej kuchni słowiańskiej.

Żurek to jedna z najstarszych polskich zup, wywodząca się ze średniowiecznej kuchni słowiańskiej. Nazwa pochodzi od niemieckiego słowa „sauer" („kwaśny"), co odnosi się do zakwasu z mąki żytniej. W Czechach żurek na bazie zakwasu żytniego jest znany pod nazwą „kyselo" — czeskie słowo „kyselý" oznacza „kwaśny". W Polsce również najpierw nazywana była kisielem — była to rzadka papka powstała z zakwasu i spożywana na gorąco. Zakwas robiono z potłuczonego ziarna, otrąb lub mąki owsianej. Nazwa „żur" przyjęła się na ziemiach polskich dopiero w XV wieku.

Żur tradycyjnie był postnym, tanim posiłkiem chłopskim. Ze względu na fakt, że dawniej nie było mięsa w składzie, stanowił idealną potrawę na Wielki Post. Na wielkanocnym stole żurek zaczął symbolizować zakończenie okresu postu i celebrację.

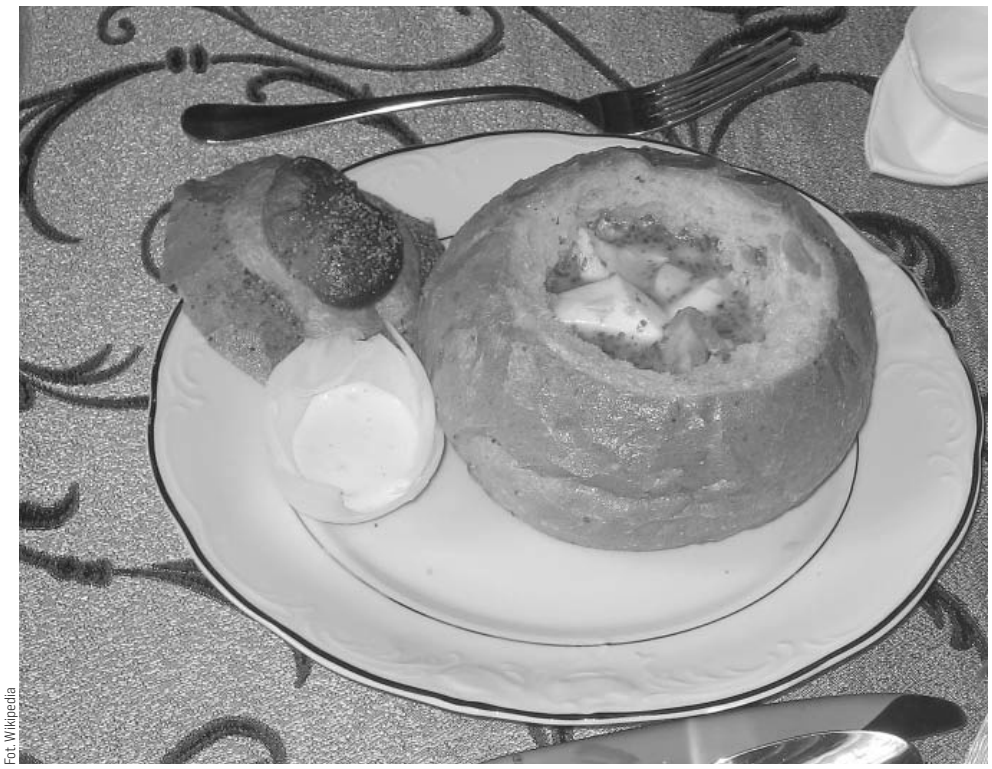
A z czasem zyskał bogatą formę z kiełbasą i jajkiem, uznawaną za sute danie na wielkanocnym stole — po ponad pięciu tygodniach postu i wyrzeczeń. Jest to zupa obecna również w kuchni białoruskiej (жур, кісяліца), czeskiej i słowackiej oraz u innych Słowian północnych.

Historia jak z horroru

Jedni za powstanie żurku „winią" wrednego karczmarza spod Poznania, inni — biedną żonę. A zatem, jak to drzewiej bywało, w pewnej małej polskiej wioseczce, o której nawet Bóg zapomniał, żył sobie pewien wredny karczmarz. Skąpiradło to było okropne! A jak karczmarz jest skąpy, to wiadomo: w piwie więcej było wody niż piwa, porcje serwowanego jedzenia nie dość, że były nader liche, to jeszcze składniki nabywał na najgorszym okolicznym targu, a zatem były one bardzo kiepskiej jakości. Jedzenie było podłe, ale za to ceny...! Jak dla magnata! Skutek był taki, że mało kto chciał do jego karczy zaglądać, a zła sława podłego karczmarza rozeszła się po okolicy tak skutecznie, że nie tylko karczmę, ale i całą wieś omijał, kto mógł.

Ale... Jak wiadomo, podłość nie popłaca. Skąpstwo też. Toteż mieszkańcy zarówno samej wsi, jak i okolicy postanowili dać wrednemu karczmarzowi nauczkę. Najsampierw znaleźli największego żarłoka — takiego, co to potrafi zjeść prawie wszystko, czasem nawet razem z talerzem i sztućcami. Przybrali żarłoka w wytworne i bardzo drogie szaty, włożyli mu w ręce skrzynię pełną złota i tak wysłali na biesiadę do wrednego karczmarza.

Ten oczywiście natychmiast zoczył (staropolskie „zobaczył", „dostrzegł") i szaty, i skrzynię — i jął w pokłonach obsługiwać tego wytwornego gościa. Na te ukłony żarłok zdradził mu, iż o kiepskiej reputacji karczmy wiele słyszał i tak sobie umyślił zaproponować właścicielowi zakład: karczmarz przygotuje najgorszą zupę, jaką potrafi.



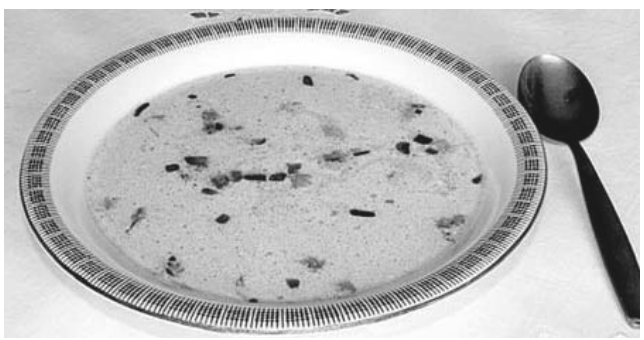
Fot. Wikipedia

Żurek podany w chlebku

Jeśli żarłok ją zje, karczma stanie się jego własnością. Jeśli zupa rzeczywiście samym zapachem już będzie odpychać, karczmarz otrzyma skrzynię złota.

Skąpiradło, ufne w dodatku w swoje kulinarne antytalenty, zgodził się bez wahania. I jął gotować najgorszą zupę świata. Na początek wrzucił do garnka trochę zakwasu, który mu został po upieczeniu chleba. Dolał do tej „buzy" trochę wody (nie za dużo, bo przecież był skąpy!) i postawił na ogniu. Kiedy wywar już trochę zaczął bulgotać, oko jego padło na starą kiełbasę, suszone grzyby i wędzony boczek — oczywiście resztki ze śniadania to były. Wrzucił je wszystkie do garnka. Ani kolor, ani zapach nie zachęcał — i niby o to chodziło, ale karczmarz się szarpnął i dorzucił do tej brei kilka zwiędłych warzyw i kilka ząbków czosnku dla zabicia nader przykrej woni. Taką to oto najgorszą zupę z resztek zaserwował swojemu gościowi.

Jakież było wrednego karczmarza zdziwienie, gdy żarłok nie tylko zjadł całą miskę, ale nawet poprosił o następną. Co gorsza, inni goście karczmy też poprosili o porcje. I tak z tego podłego skąpstwa wyszła karczmarzowi najsmaczniejsza zupa w okolicy! Uniósł się honorem i nie tylko oddał karczmę, ale nawet wieś opuścił na zawsze...!



Jeżowski żur z ziemniaczkami wpisany na polską listę produktów tradycyjnych

A może kobieta...

Inna wersja historii powstania pysznego żurku mówi, że za wszystkim stoi biedna żona, która nie miała prawie nic do jedzenia, a musiała przygotować obiad dla swojego ciężko pracującego męża. Zostało jej jedynie trochę zakwasu, więc nalała wody do miski, odstawiła ją na bok, a sama poszła do lasu po coś do jedzenia. W lesie nic nie znalazła, na polu trafiły jej się tylko dwa małe ziemniaki, z którymi — bardzo zrezygnowana — wróciła do domu.

Jeszcze przed chałupką poczuła, że z jej paleniska unosi się bardzo przyjemny zapach. Szybko ustaliła, że pochodzi on z owej misy z zakwasem i wodą. Postanowiła w tej zawiesinie ugotować te dwa znalezione ziemniaki. Następnie rozejrzała się po kuchni i znalazła trochę wędzonego boczku i starych grzybów — też dodała je do garnka. Mąż, wróciwszy z roboty, zupę zjadł i skomplementował żonę, że dawno nie jadł niczego smaczniejszego! To on pochwalił się sąsiadom, jaką to pyszną zupę przygotowała mu żona, a oni wzięli przepis i przekazali go z tą historią innym.

Samo zdrowie!

Jakie by nie były okoliczności powstania pierwszego żurku, dziś wszyscy są zgodni: to nie tylko najstarsza, ale i jedna z najzdrowszych zup w polskiej kuchni. Zakwas, z którego na bazie wywaru mięsnego lub mięsno-warzywnego przygotowuje się żur, powstaje w wyniku fermentacji mąki żytniej czy pszennej pod wpływem własnej mikroflory.

Zakwas można przygotować w domu tradycyjną metodą, ale można kupić też gotowy, przygotowany przemysłowo. Domowy sposób wymaga zmieszania w odpowiednich proporcjach mąki z przegotowaną schłodzoną wodą i dodania kromki chleba razowego jako uwalniacza. Miksturę trzeba pozostawić w ciepłym miejscu na przynajmniej trzy dni.

W tym czasie dochodzi do fermentacji. Tak powstały zakwas zawiera znaczną ilość kwasu mlekowego i bakterii, które go wytworzyły. Ów kwas mlekowy i bakterie fermentacji mlekowej mają nader pozytywne działanie na przewód pokarmowy człowieka. Kwas mlekowy obniża pH treści jelitowej, optymalizując proces trawienia i zapobiegając zaparciom. Utrudnia wzrost niepożądanym bakteriom chorobotwórczym, zaś sprzyja rozwojowi probiotyków. Z kolei bakterie probiotyczne syntezują witaminy i produkują enzy-

eprasa.pl 06da86a24a

Żurek podany w chlebku z charakterystyczną wypustką u góry

my pozwalające na lepsze wykorzystanie składników odżywczych z pokarmu.

Konsystencja żuru, rzadsza lub gęstsza, podobnie jak jego kwasowość, zależy od proporcji wody i zakwasu użytych do jego ugotowania.

Żytni zakwas nadaje potrawie oprócz kwasowości także lekko chlebowy aromat. Z kolei owsiany żur ma zwykle nieco łagodniejszy smak w porównaniu do żytniego. Zakwas z mąki pszennej zaś sprawia, że zupa jest łagodniejsza w smaku i ma kremową konsystencję. Zależnie od receptury czasem przed użyciem zakwasu należy pozbyć się z niego nadmiaru mąki. Bywa też, że dodatkowo odcedza się wywar połączony z zakwasem.

Ponadto żurki różnią się nieco zależnie od regionu Polski. I tak na Śląsku często serwuje się go bez śmietany, za to z dodatkiem gęsiny. W Małopolsce wzbogacany jest intensywniej ziołami i kiełbasą. A na Jurze Krakowsko-Częstochowskiej przyrządza się żur na bazie bulionu grzybowego, dlatego jest ciemniejszy.

Żur — żurek — biały barszcz

Zasadniczo — choć wszystkie te nazwy używane są często zamiennie — tradycyjny żurek bazuje na żytnim zakwasie, podczas gdy biały barszcz może być przygotowany na bazie mąki pszennej lub zakwasu z ogórków/kapusty. Dawniej barszcz był postną zupą, przygotowywaną z kiszonych liści barszczu zwyczajnego, a za to żur, gdy zabielono go mlekiem lub śmietaną, stawał się białym barszczem. W przedwojennych książkach kucharskich słowo „barszcz" odnosiło się już wyłącznie do zupy na buraczanym lub żytnim zakwasie, ewentualnie owsianym.

Tak czy siak, w kulinarnym środowisku kwestia podobieństw i różnic między żurkiem a białym barszczem do dziś jest źródłem sporów. Wedle współczesnego słownika języka polskiego PWN w znaczeniu zupy (na zakwasie z chleba lub mąki) nazwami „żur", „żurek" i „biały barszcz" można posługiwać się wymiennie. Znajdziemy tam jednak dopisek, że „występują różnice regionalne w zakresie zastosowania jednostek »biały barszcz«, »żur« i »żurek«, zależnie od składników, z jakich taka zupa została przygotowana".

Żur, żurek czy biały barszcz — smacznego i na zdrowie!

Magdalena Maria Bukowiecka

Korzystałam z materiałów na stronach onet.pl, smakistyl.pl oraz strefaagro.pl.

KACPER DO SREBRA DOŁOŻYŁ BRĄZ

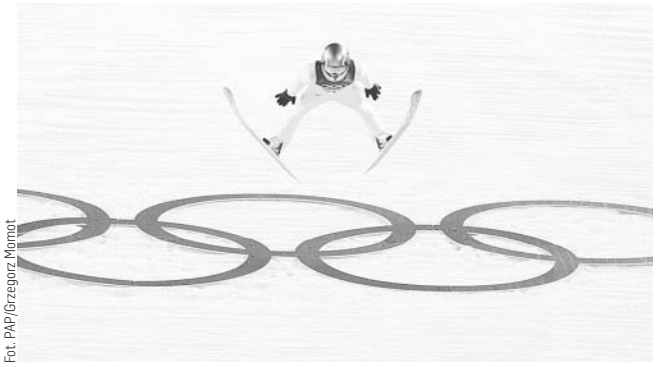
19-letni Kacper Tomasiak po raz kolejny sprawił sensację na igrzyskach we Włoszech i zdobył drugi medal w Predazzo, tym razem brązowy na dużej skoczni. Jest najmłodszym polskim skoczkiem, który stanął dwa razy na podium zawodów tej rangi.

Skoczek z Bielska-Białej, który w tym sezonie debiutuje w Pucharze Świata, zapowiadał po konkursie na normalnym obiekcie, na którym zdobył srebrny medal: - Czekam na więcej. Będę szukał sposobu, żeby na dużej skoczni było przynajmniej tak samo dobrze.

I słowa dotrzymał, bo w sobotę zawodnika LKS Klimczok Bystra wyprzedzili tylko fenomenalny w tym sezonie Słoweniec Domen Prevc i znakomity Japończyk Ren Nikaido, który cieszył się z trzeciego olimpijskiego krążka. 14. miejsce zajął Paweł Wąsek, a kończący karierę Kamil Stoch był 21.

- To jest kosmos. Myślałem, że drugi raz nie przeżyjemy takich emocji, a były jeszcze większe. To, czego dokonał Kacper jest niesamowite. Nie da się tego wytrenować. Wielkie ukłony - powiedział trener polskiej kadry Maciej Maciusiak po olimpijskim konkursie na dużej skoczni w Predazzo

Przed igrzyskami nic nie zapowiadało tego, że polscy skoczkowie będą walczyć o medale, gdyż w tym sezonie spisywali się przeciętnie. Najlepszy z biało-czerwonych Tomasiak zajmuje 14. miejsce w klasyfikacji generalnej Pucharu Świata. - Cała drużyna wykonała wielką pracę. Zapowiedzieliśmy, że będziemy dobrze przygotowani i tak się stało. Dziękuję wszystkim, szczególnie tym, których nie widać w telewizji - dodał szkoleniowiec. - Kacper rozwala system. Na treningach były błędy. W pierwszej serii też nie było idealnie. Spóźnił ten skok. Wiedzieliśmy, że są rezerwy. Tego drugiego skoku jeszcze nie analizowaliśmy, ale po samej odległości widać, że był bardzo dobry - ocenił Maciusiak.



Fot. PAP/Grzegorz Momot

Kacper Tomasiak podczas serii finałowej konkursu na dużej skoczni w Predazzo

Kazimierz Długopolski olimpijczyk z Sapporo (1972) i Lake Placid (1980), który zna Tomasiaka od dziecka, uważa, że nastolatek od początku znakomicie rokował i był „skazany na sukces". - Mogę powiedzieć, że znam przebieg jego kariery od momentu, kiedy po raz pierwszy stanął na rozbiegu, gdy był uczestnikiem akcji „Szukamy następców mistrza".

Kiedy oddawał skoki widać było, że góruje nad swoimi rówieśnikami i kolegami. Był prawie najlepszy. Wyróżniał się wśród innych zawodników, także tym, że dawał gwarancję sukcesu - podkreślił Długopolski.

Tomasiak w lipcu 2019 roku w Ruhpolding indywidualnie zdobył złoty medal oraz brązowy w drużynie na nieoficjalnych mistrzostwach świata dzieci. - Przypominam sobie zawody w Ruhpolding, kiedy 12-letni Kacper, pokonując całą plejadę rówieśników z Austrii i Niemiec, wyróżniał się na ich tle i wybijał ponad przeciętność. To była jakby pierwsza jaskółka jego przyszłych sukcesów - zaznaczył Długopolski.

Trzy lata później zadebiutował w zawodach rangi FIS Cup. W 2023 roku wywalczył srebrny medal w drużynowym konkursie podczas mistrzostw świata juniorów w Whistler. Zadebiutował też w Pucharze Kontynentalnym.

Przełom w jego karierze nastąpił w 2025 roku. Wygrał klasyfikację generalną Letniego Pucharu Kontynentalnego, dlatego trener kadry A Maciej Maciusiak powołał go na kończące sezon zawody Letniej Grand Prix. W debiucie w Klingenthal zajął ósme miejsce.

Tomasiak w sezonie 2025/26 jest najmłodszym i najlepszym zawodnikiem w reprezentacji Polski. W zawodach Pucharu Świata czterokrotnie uplasował się w czołowej dziesiątce. Zajął piąte miejsce w Wiśle i Engelbergu, a przed igrzyskami olimpijskimi był 14. w klasyfikacji generalnej.

19-latek jest piątym polskim skoczkiem narciarskim, który indywidualnie zdobył medal olimpijski. Dokonał tego trzy tygodnie po swoich 19. urodzinach. W 1972 roku w Sapporo złoto wywalczył Wojciech Fortuna. Adam Małysz w latach 2002-10 sięgnął po cztery krążki: trzy srebrne i brązowy. Kamil Stoch zwyciężył dwukrotnie w Soczi (2014), a cztery lata później triumfował na dużej skoczni w Pjongczangu. W 2022 roku brąz na normalnym obiekcie w chińskim Zhangjiakou zdobył Dawid Kubacki.

Zdaniem prezesa Śląsko-Beskidzkiego Związku Narciarskiego Andrzeja Wąsowicza sukces Tomasiaka świadczy o tym, że dokonuje się kolejna symboliczna zmiany warty w polskich skokach. Przypomniał, że gdy kończył karierę Małysz, to z całą mocą rozkwitł talent Stocha. Z kolei dla tego drugiego trwający sezon ma być ostatnim w karierze.

Wąsowicz uważa, że nie ma zagrożenia, że po sukcesach we Włoszech zawodnikowi pochodzącemu z Bielska-Białej uderzy woda sodowa do głowy. - Proszę przysłuchać się jego wypowiedziom. Jest zrównoważony – powiedział szef Śląsko-Beskidzkiego Związku Narciarskiego. - Przed rozpoczęciem igrzysk olimpijskich wielu twierdziło, że Polacy mogą nie wywalczyć ani jednego medalu. Tymczasem mamy już trzy, w tym dwa zdobyte przez skoczka narciarskiego. To na pewno jest dobra informacja z punktu widzenia rozwoju dla tej dyscypliny sportu, dla Polskiego Związku Narciarskiego – powiedział Wąsowicz.

>>> Dzisiaj na dużej skoczni w Predazzo odbędzie się konkurs duetów (g. 19). Reprezentacja Polski wystąpi w składzie Tomasiak i Wąsek. W sobotę po zsumowaniu ich wyników lepsi byli jedynie Japończycy (Nikaido i Kobayashi), Austriacy (Hoerl i Embacher) i Norwegowie (Sundal i Forfang).

eprasa.pl 06da86a24a

3325otbp-v -K

eprasa.pl 06da86a24a