

ŚRODA
|22|03|2023|

DZIENNIK ELBLĄSKI

22 LATA

cena 3,49 zł (w tym 8% VAT)



BÓJKA CZY POBICIE ZE SKUTKIEM ŚMIERTELNYM?



RUSZYŁ PROCES W SPRAWIE ŚMIERTELNEGO POBICIA NA UL. HETMAŃSKIEJ W ELBLĄGU W SIERPNIU UBIEGŁEGO ROKU. NA ŁAWIE OSKARŻONYCH ZASIADŁO DWÓCH MĘŻCZYZN, KTÓRZY NIE ZNALI WCZEŚNIEJ SVOJEJ OFIARY. ŁUKASZOWI Ż. GROZI DO 10 LAT, A ADAMOWI M. DO 15 LAT POZBAWIENIA WOLNOŚCI. \6

SPORT CODZIENNE

WIKTORIA I ŁUKASZ
MISTRZAMI KRAJU! \21



MISTRZ PEWNIENIE OGRAŁ
WICEMISTRZA \22



LEGENDA NIESIE SIĘ
PO KRAJU \24



GRYPA ZNOWU NAS
ATAKUJE \3



JAK SĄ BOCIANY,
JEST I WIOSNA \4



PORADNIK W PIGUŁCE
DLA ZAGUBIONYCH \8



CZY CUKIER UZALEŻNIA
JAK NARKOTYK? \15



W OBRONIE DOBREGO IMIENIA ŚW. JANA PAWŁA II \5

ISSN 0137-9127



9 770137 912132

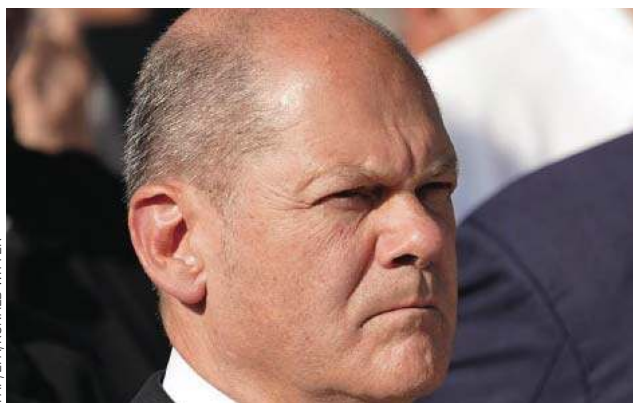
KANCLERZ OLAF SCHOLZ: REGULARNIE ROZMAWIAM Z PUTINEM

Nie spodziewam się szybkiego zakończenia rosyjskiej agresji na Ukrainie – stwierdził kanclerz Niemiec Olaf Scholz w rozmowie z dziennikiem „Rheinische Post”. Przyznał też, że prowadzi „regularne rozmowy z Putinem”, podczas których wciąż „utrzymują się rażące różnice zdań”.

Zdaniem Olafa Scholza jeżeli chodzi o wojnę w Ukrainie to „Musimy być przygotowani na to, że może długo potrwać. Nawet gdy wojna się już skończy, nie od razu wrócimy do normalności. Ale nie powinniśmy też ustawać w wysiłkach zmierzających do zakończenia wojny” – powiedział kanclerz Niemiec, który podkreślił, że „warunkiem sprawiedliwego pokoju jest rozpoczęcie przez Rosję wycofywania wojsk” i powrót do funkcjonowania zasad porządku, pokoju i bezpie-

czeństwa. „Granic nie prze-suwa się siłą” – stwierdził Olaf Scholz.

W jego opinii wszyscy powinni się przygotować na długoterminowe konsekwencje wojny. „Powinniśmy zdać sobie sprawę, że ta straszna wojna na-pastnicza i jej konsekwencje będą nas jeszcze długo dotyczyć i jeszcze przez długi czas będziemy musieli sprzątać gruzy” – powiedział kanclerz, który zaznaczył, że wciąż „zajmuje twarde stanowisko wobec agresora Putina”. „To imperialistyczny atak” – podkreślił. Zapewnił także, że



PAP/EPARONALD WITTEK

Putin jest uprzejmą osobą podczas tych rozmów - powiedział Olaf Scholz odnosząc się do swoich kontaktów z prezydentem Rosji

niemiecki rząd „nie działa zapewnić Ukrainie odzyskanie bezpieczeństwa. „Chcemy

Putin tego nie chce, on chce włączenia terytoriów. I to właśnie mam na myśli, mówiąc, że Ukraina nie może przegrać” – wyjaśnił Olaf Scholz.

„Można to rozumieć jako odmowę dostarczenia Ukrainie zbyt wiele broni. Scholz nie chce powiedzieć, jak inni członkowie jego gabinetu, że Ukraina musi wygrać” – skomentował wypowiedź szefa rządu RP.

Olaf Scholz przyznał także, że regularnie rozmawia z Putinem. „To długie rozmowy, czasem godzina, czasem półtorej. Czasem po niemiecku, czasem

z tłumaczeniem” – wyjaśnił kanclerz, dodając, że „Putin jest uprzejmą osobą podczas tych rozmów”, mimo że „utrzymują się rażące różnice zdań”.

Międzynarodowy Trybunał Karny (MTK) 17 marca wydał nakaz aresztowania prezydenta Rosji Władimira Putina. Sędziowie przychylił się do wniosku prokuratury, uznając, że są realne podstawy, by sądzić, że Putin jest odpowiedzialny za zbrodnie wojenne polegające na bezprawnych deportacjach dzieci z okupowanych terenów Ukrainy do Rosji.

ŹRÓDŁO: PAP

CHINY WCIĄŻ „DYPLOMATYCZNIE OSŁANIAJĄ ROSJĘ”

Wizyta przywódcy ChRL Xi Jinpinga w Moskwie tuż po wydaniu przez Międzynarodowy Trybunał Karny nakazu aresztowania Władimira Putina sugeruje, że Chiny zamiast potępiać zbrodnie wojenne na Ukrainie wolą dyplomatycznie osłaniać Rosję, by mogła je kontynuować - powiedział sekretarz stanu USA Antony Blinken.

Amerkański sekretarz wezwał, by świat „nie dał się nabrać” na próby zamrożenia konfliktu na Ukrainie przez Rosję i Chiny.

„To, że prezydent Xi podróżuje do Rosji zaledwie kilka dni po tym, jak Międzynarodowy Trybunał Karny wydał nakaz aresztowania prezydenta Putina, sugeruje, że Chiny nie czują żadnej odpowiedzialności, by rozliczyć Kreml z okrucieństw dokonanych na Ukrainie. I zamiast po-

tępiać je, wolą raczej dać Rosji osłonę dyplomatyczną do kontynuowania tych samych zbrodni” - powiedział Blinken na konferencji prasowej prezentującej doroczny raport Departamentu Stanu USA na temat przestrzegania praw człowieka we wszystkich krajach świata.

Blinken ocenił, że Chiny będą chcieć wykorzystać wizytę, by promować swój plan pokojowy m.in. wzywający do zawieszenia broni. Jak stwierdził

szef amerykańskiej dyplomacji, takie rozwiązanie - nie zakładające wycofania wojsk Rosji z Ukrainy - „w praktyce oznaczałoby wsparcie dla usankcjonowania rosyjskiego podboju” oraz pozwoliłoby Rosji na kontynuację swoich zbrodni i przygotowanie do kolejnych ofensyw.

„Świat nie powinien dać się nabrać na żaden taktyczny ruch Rosji, wspierany przez Chiny czy inny kraj, by zamrozić tę wojnę

na jej własnych warunkach” - powiedział Blinken.

Mówiąc o tegorocznym raporcie, wśród najważniejszych wydarzeń dotyczących praw człowieka Blinken wymienił - oprócz rosyjskiej agresji - tłumienie protestów w Iranie, represje talibów wobec afgańskich kobiet, dalsze ludobójstwo dokonywane przez Chiny na Ujgurach oraz prześladowania przez Pekin Tybetańczyków i mieszkańców Hongkongu.

Blinken wspomniął także o zakończeniu walk w wojnie domowej w Etiopii. Zaznaczył przy tym, że USA ustaliły, iż członkowie etiopskich i erytrejskich sił zbrojnych dopuścili się zbrodni przeciwko ludzkości, w tym czystek etnicznych wobec Tigrayczyków. Wezwał obie strony do wymierzenia sprawiedliwości sprawcom zbrodni wojennych.

W części raportu poświęconej Polsce, autorzy podkreślają działania naszego

kraju na rzecz uchodźców z Ukrainy, jednak wymienili także „problemy z niezależnością sądownictwa, restrykcje dotyczące wolności słowa, w tym odnoszące się do zniesławienia i obrazy uczuć religijnych” czy też „doniesienia o złym traktowaniu nieregularnych migrantów z krajów trzecich”. W raporcie zamieszczono również wzmianki o użyciu przez polskie służby oprogramowania inwigilacyjnego Pegasus.

ŹRÓDŁO: PAP

SKĄD WZIĄŁ SIĘ KORONAWIRUS? JOE BIDEN ODTAJNIA INFORMACJE

Prezydent USA Joe Biden podpisał ustawę, która zakłada odtajnienie informacji związanych z pochodzeniem koronawirusa. Białe Dobre w komunikacie zaznaczył, że będzie kontynuować przegląd wszystkich informacji niejawnych dotyczących pochodzenia choroby. „Musimy dotrzeć do sedna pochodzenia COVID-19, aby

zapewnić, że będziemy mogli lepiej zapobiegać przyszłym pandemiom. Moja administracja będzie kontynuować przegląd wszystkich informacji niejawnych dotyczących pochodzenia COVID-19, w tym potencjalnych powiązań z Instytutem Wirusologii w Wuhan” - napisano w oświadczeniu Białego Domu.

„Wdrażając to ustawodawstwo, moja administracja odtajni i udostępni tak dużo informacji, jak to możliwe, zgodnie z moim konstytucyjnym mandatem do ochrony przed ujawnieniem informacji, które mogłyby zaszkodzić bezpieczeństwu narodowemu” - dodano w oświadczeniu prezydenta. Ustawa przeszła bez sprzeciwu przez Senat i Izbę

Reprezentantów, zanim została przesłana do Białego Domu. W tekście zawarto sformułowania mówiące, że istnieje powód, by sądzić, że pandemia koronawirusa miała swój początek w laboratorium w Wuhan. Dlatego wywiad USA powinien ujawnić „jak najwięcej informacji” na temat pochodzenia wirusa i udostępnić je opinii publicz-

nej. Jednakże początkowo nie było jasne, jakie informacje zostaną opublikowane i kiedy. Debata dotycząca pochodzenia koronawirusa została ożywiona w zeszłym miesiącu, kiedy Wall Street Journal poinformował, że Departament Energii USA uznał, że pandemia prawdopodobnie miała swój początek w wyniku wycieku z chińskiego

laboratorium, czemu Pekin zaprzecza. Reuters przypomina, że FBI również uznało, że prawdopodobną przyczyną pandemii był wyciek z laboratorium. Cztery inne amerykańskie agencje nadal oceniają, że COVID-19 był prawdopodobnie wynikiem naturalnej transmisji, a dwie są niezdecydowane.

ŹRÓDŁO: PAP

WYDAWCA
GRUPA WM Sp. z o.o.
ul. Tracka 5,
10-364 Olsztyn

REDAKTOR NACZELNY
Maciej Matera
zarzad@gazetaolsztynska.pl

ZASTĘPCA REDAKTORA NACZELNEGO
Igor Hrywna

REDAKTORZY WYDANIA
Barbara Barczuk
Igor Hrywna
Joanna Karzyńska
Mieszko Podolak
Mateusz Partyga
wydawca@gazetaolsztynska.pl

WYDANIE ONLINE
internet@gazetaolsztynska.pl
89 539 74 83

GAZETA OLSZTYŃSKA.PL
redakcja@gazetaolsztynska.pl
tel. 89 539 74 83

PRENUMERATA E-WYDAŃ
prenumerata@gazetaolsztynska.pl
89 539 76 63

REKLAMA W OLSZTYNIE
ul. Tracka 5
tel. 89 539 74 53, 89 539 77 77
reklama@gazetaolsztynska.pl

CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ
tel. 89 539 74 80, 81, 82

REDAKCJA W ELBLĄGU
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 55 611 46 00
gazeta@dziennikelbaski.pl

REKLAMA W ELBLĄGU
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 55 236 18 02, 55 611 46 01
reklamy@dziennikelbaski.pl

DRUK
Drukarnia Prasowa
GRUPY WM Sp. z o.o.
Olsztyn, ul. Tracka 7
tel. 89 539 74 21



GRYPA ZNOWU NAS ATAKUJE

Mamy duży wzrost zachorowań na grypę. Skok jest aż o jedną czwartą i niebezpiecznie zbliża się do poziomu z grudnia i stycznia, kiedy było najwięcej chorych. Eksperci wskazują, że jedną z przyczyn jest niski poziom zaszczepienia na grypę.



ANDRZEJ
MIELNICKI
a.mielnicki@
gazetaolsztynska.pl

Znowu rośnie fala zachorowań na grypę. W ciągu tygodnia liczba zachorowań lub podejrzenia zachorowań na grypę skoczyła aż o jedną czwartą. Jak podał Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego – Państwowy Zakład Higieny, w pierwszym tygodniu marca zarejestrowano ponad 187,8 tys. zachorowań lub podejrzeń zachorowań na grypę. A w drugim tygodniu (8-15 marca) było już 234,6 tys. takich przypadków. Oznacza to wzrost o 25 proc.

Na Warmii i Mazurach ten skok jest nawet nieco wyższy, bo w tygodniu (8-15 marca) mieliśmy 6146 przypadków, podczas gdy tydzień wcześniej – 4413. Dla porównania w ubiegłym roku w okresie od 8 do 15 marca było 1970 zachorowań na grypę.

— Widać gwałtowny wzrost — potwierdza Agnieszka Wabik, zastępcza warmińsko-mazurskiego wojewódzkiego inspekto-

ra sanitarnego. — Szczyt zachorowań mieliśmy w grudniu, kiedy było ponad 30 tys. zachorowań, ale od tego czasu dawno już nie notowaliśmy tyle przypadków, co obecnie. Najwięcej zachorowań występuje w grupie wiekowej 15-64 lata. Na szczęście w grupie wiekowej powyżej 65. roku jest ich mniej. Trudno przewidzieć, co będzie dalej, ale niewykluczone, że może być ich jeszcze więcej.

Wyraźnie widać, że infekcja rozprzestrzeniła się tam, gdzie są duże skupiska ludzi, a więc w przedszkolach, szkołach czy zakładach pracy.

— Wcześniej mieliśmy mniej zachorowań na grypę, dominował COVID-19 — dodaje Janusz Dzisko, warmińsko-mazurski wojewódzki inspektor sanitarny. — Ale to wynikało z tego, że stosowaliśmy maseczki, używaliśmy płynu do dezynfekcji, unikaliśmy skupisk ludzi. Dziś o tym już zapomnieliśmy, a grypa szerzy się taka samo jak COVID-19, czyli drogą kropelkową. Ipo dwóch latach lekkiego zaciśnięcia epidemicznego, jeżeli chodzi o grypę,



Fot. freepik

to ona wróciła, bo ma sprzyjające warunki ku temu.

Grypa i powikłania po niej są groźne. Z tego powodu w sezonie jesienno-zimowym 2022-2023 zmarło już w Polsce 114 osób, w tym dziecko, w naszym województwie. Dla porównania w poprzednim sezonie w kraju zanotowano sześć zgonów, a dwa lata wcześniej — tylko dwa.

A przecież mamy szczepionki — skuteczną broń, która pozwala uniknąć ciężkiego przebiegu zakażenia wirusem grypy, a szczepienia zalecane są przez wiele gremiów eksperckich na całym świecie.

Tymczasem, jak zwracają uwagę eksperci Ogólnopolskiego Programu Zwalczania

Grypy w Polsce, zainteresowanie szczepieniami przeciw grypie, zamiast rosnąć — maleje. Według szacunków w sezonie 2022/2023 w Polsce zostało zrealizowanych około 2,1 mln szczepień, co oznacza 19-proc. spadek. Sezon ten zamknięcie się więc wyszczepialnością na poziomie ok. 5,7 proc. populacji. Dla porównania, w sezonie 2021/2022 poziom ten oszacowano na 7 proc.

Dlaczego nie szczepimy się przeciwko grypie, skoro zapada na nią codziennie dużo więcej osób niż na COVID-19? Na przykład 17 marca stwierdzono w naszym województwie 136 przypadków koronawirusa. Nawet w poniedziałki, kiedy zwykle jest

W pierwszej połowie marca odnotowano w Polsce ponad

422

tys. przypadków grypy i jej podejrzeń

najwięcej potwierdzonych przypadków koronawirusa, liczba ta sięga nieco ponad 200 zachorowań. Nie ufamy szczepieniom?

— Mam wrażenie, że zrobiła się swoista moda — mówi Janusz Dzisko. — Nikt nie patrzy na argumenty medyczne. A jesteśmy takim narodem, że chwytamy często złe wieści, niesprawdzone i traktujemy to jako pewnik. I wielu nie chce się szczepić na grypę, a jeżeli jest to szczepienie zalecane, to nie można nikogo do tego przymusić. Próbuje edukować, mówić, że grypa może być śmiertelna ze względu na powikłania, ale to mało przemawia do ludzi. Agrypa jest szczególnie groźna

dla osób starszych, osłabionych. Gdybyśmy osiągnęli taki poziom wyszczepialności, jak w niektórych krajach Europy Zachodniej, gdzie jest to 40-50 proc., to liczba zachorowań na grypę byłaby dużo niższa.

Według ekspertów po pandemii COVID-19 obserwujemy również wydłużanie się sezonu zachorowań na grypę, co oznacza, że według prognoz ekspertów wirus może być bardzo aktywny aż do kwietnia.

Najszybszą formą uniknięcia samego zachorowania oraz związanych z nim powikłań są szczepienia profilaktyczne. I wciąż możemy to zrobić.

— Przypominamy, że wciąż możemy zaszczepić się przeciw grypie i jej powikłaniom, ponieważ obecnie mamy do czynienia wciąż zarówno z wysoką liczbą zachorowań wywołanych wirusem grypy, jak i współwystępowaniem zachorowań na grypę i inne choroby zakaźne, w tym COVID-19 i RSV — podkreśla prof. Antczak, przewodniczący Rady Naukowej Ogólnopolskiego Programu Zwalczania Grypy.

REKLAMA

Od czerwca do olsztyńskiego starostwa już tylko z kartą



Od 1 czerwca w Starostwie Powiatowym w Olsztynie nie będzie można już dokonać opłat gotówkowych. Płatności tylko kartą lub przelewem.

— Firma, która do tej pory prowadziła w starostwie punkt kasowy, w maju kończy działalność. Postanowiliśmy nie szukać już nowego podmiotu, który mógłby świadczyć tę usługę, bo od prawie roku można dokonywać płatności kartą bezpośrednio przy stanowiskach obsługi interesantów. I ten system się sprawdza — mówi Joanna Michalska-Reda, wicestarosta olsztyński.

Urzędowe opłaty można też regulować, korzystając z bankowości elektronicznej i przychodzić do urzędu z wydrukiem potwierdzającym przelew. Informacje o numerach rachunków i kwotach, jakie należy uiścić z tytułu poszczególnych opłat, dostępne są na stronie internetowej starostwa. Gotówką należności można regulować na pocztę lub w oddziałach banków.

— Płatność kartą to dziś już codzienność, bo jest to bardzo wygodna forma wnoszenia opłat. Nasze urzędowe termi-

nale znajdują się w Wydziale Komunikacji i Transportu oraz w Wydziale Geodezji — dodaje Joanna Michalska-Reda.

Płatności bezgotówkowe to nie jest jedyna forma e-usług świadczonych przez olsztyńskie starostwo.

Od kilku lat z powodzeniem działa geoportal geodezyjny (powiatolsztynski.-geoportal2.pl), który pozwala na dostęp do olbrzymiej bazy informacji dotyczących gruntów, budynków, sieci uzbrojenia terenu i danych topograficznych itp. przez 24 godziny na dobę 7 dni w tygodniu. Bez wychodzenia z biura czy domu można załatwić także część spraw związanych z procesem budowlanym, korzystając ze strony e-budownictwo.gunb.gov.pl.

Z myślą o obywatelach została stworzona też platforma z kilkunastoma usługami elektronicznymi — konsultacje.powiat-olsztynski.pl/pl/e-uslugi. Jest prosta i intuicyjna. Wszystkie e-usługi po to, by



łatwiej je było znaleźć, są pogrupowane w kategorie tematyczne. Mieszkaniec, by móc z nich skorzystać, musi założyć konto na nowej platformie i posiadać cyfrową tożsamość, czyli profil zaufany. Kolejnym udogodnieniem dla interesantów są konsultacje społeczne, dzięki którym będą mogli podzielić się swoją opinią, stanowiskiem, pomysłem.

Od prawie dwóch lat funkcjonuje również elektroniczna kolejka do wydziałów Komunikacji i Transportu oraz Geodezji, gdzie część spraw wymaga jeszcze wizyty w urzędzie.

— Idziemy w stronę jak najszybszego rozwoju usług elektronicznych. Mam nadzieję, że nową jakością będzie tu uruchomienie naszej nowej strony internetowej. Kończymy już prace nad jej architekturą, które idą właśnie w kierunku maksymalnych ułatwień dla naszych interesantów — dodaje pani wicestarosta.

JAK SĄ BOCIANY, TO JEST WIOSNA

Pierwsze bociany są już w Żywkowie, bocianie stolicy Polski, jak się mówi o tej małej wsi leżącej tuż przy granicy z Rosją. Jednak w tym roku boćki są nieco spóźnione, bo część ptaków jest jeszcze w Afryce. Dlaczego nie wracają?

ANDRZEJ MIELNICKI
a.mielnicki@gazetaolsztynska.pl

Teraz we wsi jest już pięć bocianów. — Są ładne, dorodne, widać, że są w dobrej kondycji — ocenia Anna Iwicka z gospodarstwa rolnego Polskiego Towarzystwa Ochrony Ptaków w Żywkowie. — Już klekoczą aż miło. W tym roku bociany przyleciały nieco wcześniej, bo w ubiegłym roku pierwszy ptak pojawił się dopiero 21 marca. Następne po około dwóch tygodniach. Zwykle przyloty bocianów zaczynają się pod koniec marca. A zazwyczaj pierwszy przylatuje samiec i zajmuje gniazdo. Potem przylatuje samica i wybiera sobie gniazdo z samcem.

NA BOCIANY CZEKA W ŻYWKOWIE OKOŁO 40 GNIAZD, CHOĆ PLATFORM, GDZIE PTAKI MOGĄ ZBUDOWAĆ GNIAZDO JEST WIĘCEJ. PTAKI MAJĄ WIĘC W CZYM WYBIERAĆ, ALE TEŻ DZIĘKI PRZYRODNİKOM, KTÓRZY REMONTUJĄ, CZYSZCZĄ GNIAZDA, ZMNIEJSZAJĄC ICH CIĘŻAR. W UBIEGŁYM ROKU W ŻYWKOWIE BYŁO 35 BOCIANICH PAR. PRZYRODNICY LICZĄ, ŻE W TYM ROKU BĘDZIE ICH JESZCZE WIĘCEJ.



fot. Gospodarstwo rolne PTOP w Żywkowie

Pierwsze bociany dotarły już do swojej stolicy

Nie wiadomo, czy bociany, które są już w Żywkowie, tu też się urodziły, choć zwykle bociany wracają w okolice gdzie się urodziły, choć niekoniecznie do tego samego gniazda.

— To tylko można poznać po obrączkach, które zakładane są ptakom — mówi pani Anna.

Bociany z Żywkowa nie mają też nadajników GPS, dzięki którym może śledzić ptaki przez satelity. Pierw-

sze bociany pojawiły się też w innych wsiach koło Żywkowa.

PTAKI ZWIASTUJĄ NADEJŚCIE WIOSNY, ALE CHOĆ ZACZĘŁA SIĘ JUŻ WIOSNA ASTRONOMICZNA I KALENDARZOWA, TO JAK SIĘ OKAZUJE WIĘKSZOŚĆ BOCIANÓW JESZCZE W AFRYCE — NA ŻEROWISKACH W CZADZIE I SUDANIE.

for do Afryki (ptaki z zachodniej Europy wędrują nad Hiszpanią i Gibraltarem.), pokonując podczas wędrówki tysiące kilometrów? Powód jest jeden, bo zimą pod śniegiem, w zmarzniętej ziemi nie byłoby w stanie znaleźć pożywienia, a trzeba pamiętać że bociany są mięsożerne. I nie tyle temperatura im straszna, co właśnie brak jedzenia. To lecą tam, gdzie jest ciepło, gdzie jest pokarm. Dlaczego więc wracają znowu nad Wisłę? Otóż z tego samego powodu, latem w Afryce jest susza, ptaki nie byłoby w stanie wykarmić młodych, to lecą tam, gdzie latem pożywienia jest w bród.

Wracają do Europy, a o tym, kiedy czas się zbierać w drogę mówią im hormony wydzielane przez przysadkę mózgową. Jak bociany z Żywkowa znajdują drogę do naszego regionu? Tu najprościej byłoby powiedzieć, że kierują się głównie instynktem, drogę przelotu mają niejako zakodowaną w genach, choć specjaliści wskazują, że kierują nawet układem gwiazd, czy falami magnetycznymi. Natomiast najnowsze badania naukowe wskazują, że bociany wykorzystują do orientacji również infradźwięki, czyli dźwięki oniskiej częstotliwości, których my nie słyszymy.

Te bocianie wędrówki trwają od dawna, ale nie zawsze bociany żyły bli-

sko ludzi. Przed wiekami te ptaki stroniły od nas, od ludzkich domostw, być może w obawie, żeby nie skończyć jako pieczone.

JEDNAK LICZEBNOŚĆ BOCIANÓW W POLSCE ZMNIEJSZA SIĘ Z ROKU NA ROK. POWODEM SĄ OCZYWIŚCIE ZMIANY W ROLNICTWIE, MONOKULTURA UPRAWOWA, A ŻEROWISKA BOCIANÓW TO PRZED WSZYSTKIM TERENY PODMOKŁE, CZYLI WILGOTNE ŁĄKI, PASTWISKA, PŁYTKIE ZBIORNIKI WODNE, OBRZEŻA STAWÓW.

Gdy tych brakuje znikają ryby, płazy, gady, małe ssaki, którymi żywi się bocian, bo te ptaki lubią zjadać nie tylko żaby. Brak różnorodności prowadzi do zaniku obfitości pokarmu dla bocianów.

Co ciekawe, do Polski w tym roku wcześniej przyleciały bociany czarne, które rzadziej spotykane w naszym kraju, zwykle przybywały kilka tygodni po swoich białych kuzynach. Widać w tym roku kolejność się odwróciła. Ale jedne i drugie zdążą na swoje święto, na 31 maja, kiedy obchodzony jest Dzień Bociana ustanowiony przez Polskie Towarzystwo Przyjaciół Przyrody pro Natura w 2003 r.

MIASTO WYSTĄPIŁO O POZWOLENIE NA ROZBIÓRKĘ „SZUBENIC”

Jest już wniosek o pozwolenie budowlane na rozbiórkę Pomnika Wdzięczności Armii Radzieckiej. Jak ustaliła „Gazeta Olsztyńska” wniosek złożyło samo miasto działając przez pełnomocnika. Przy likwidacji pomnika będzie obowiązywała normalna procedura budowlana. — Rozpoczęliśmy procedurę wydania pozwolenia na rozbiórkę — Marta Bartoszewicz, rzeczniczka prasowa olsztyńskiego ratusza potwierdza nasze informacje. — Otrzymałmy kosztorys rozbiórki pomnika — dodaje. Do olsztyńskiego ratusza nie dotarła jeszcze decyzja

ministerstwa kultury związana z odwołaniem władz miasta od natychmiastowego trybu nakazu usunięcia pomnika i samej decyzji wojewody w tej sprawie. Urząd otrzymał jedynie dwa postanowienia ministerstwa. Pierwsze odrzuca wniosek prezydenta Olsztyna o zawieszenie decyzji o usunięciu pomnika, a drugie odrzuca wniosek o zawieszenie natychmiastowej wykonalności tej decyzji. Miasto koszt usunięcia pomnika z przestrzeni publicznej wyceniło na 2 mln zł. Obejmuje on demontaż pomnika przy zachowaniu możliwości jego ponownego ustawienia w in-

nym miejscu oraz transport. Urząd w tej sprawie kontaktował się z Muzeum PRL w Rudzie Śląskiej. Decyzja, na którą czeka urząd miasta może być zaskarżona w przeciwieństwie do postanowień, które kilka dni temu wydało Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego. Pomnik ma być usunięty, bo podlega ustawie o dekomunizacji. Zdaniem przedstawicieli ministerstwa fałszuje też prawdę historyczną o roli ZSRR, gloryfikuje żołnierzy radzieckich, a obecnie służy propagowaniu imperialnych ambicji Rosji.

STANISŁAW KRYŚCIŃSKI

REKLAMA

przetarg

ZARZĄD SPÓŁDZIELNI MIESZKANIOWEJ „JEDNOŚĆ” W OSTRÓDZIE

ogłasza przetarg pisemny nieograniczony (ofertowy) na ustanowienie i przeniesienie prawa odrębnej własności lokalu mieszkalnego w Ostródzie, przy ul. Jagiełły 33/8

na warunkach określonych w Specyfikacji, dostępnej w biurze Spółdzielni, pokój 205, lub na stronie internetowej www.jednosc-ostroda.pl

Lokal mieszkalny nr 8 przy ul. Jagiełły 33 w Ostródzie wymaga przeprowadzenia remontu, usytuowany jest na IV piętrze, powierzchnia użytkowa wynosi 36,03 m², składa się z 2 pokoi, w tym jeden z aneksem kuchennym, przedpokojem i łazienką z WC.

Do lokalu przynależy piwnica, która wchodzi w skład nieruchomości wspólnej.

Cena wywoławcza – 149.000 zł (słownie: sto czterdzieści dziewięć tysięcy złotych).

Wadium – 7.450 zł (słownie: siedem tysięcy czterysta pięćdziesiąt złotych), płatne najpóźniej do dnia 30.03.2023 r. na rachunek Spółdzielni Mieszkaniowej „Jedność” nr 08 1020 3613 0000 6902 0002 5197.

Oferty należy składać wyłącznie na druku przygotowanym przez Spółdzielnię wraz z dowodem wpłaty wadium w zaklejonych kopertach z napisem „Przetarg nieograniczony na lokal przy ul. Jagiełły 33/8” w terminie do dnia 30.03.2023 r. do godz. 15⁰⁰ w sekretariacie Spółdzielni przy ul. Jagiełły 37 w Ostródzie, pokój 206.

Otwarcie ofert nastąpi w dniu 31.03.2023 r. w biurze Sp-ni przy ul. Jagiełły 37, pokój 210 godz. 12⁰⁰. Rozstrzygnięcie przetargu nastąpi dnia 31.03.2023 r. o godz. 12⁰⁰ w biurze Spółdzielni, pokój 210.

Spółdzielnia zastrzega sobie prawo unieważnienia przetargu bez podania przyczyny.

W OBRONIE DOBREGO IMIENIA ŚW. JANA PAWŁA II

Już 2 kwietnia przed Wysoką Bramą w Olsztynie odbędzie się publiczny różaniec w intencji obrony godności św. Jana Pawła II. W tym samym dniu, w 18 rocznicę śmierci Ojca Świętego, w największych miastach Polski odbędzie się Narodowy Marsz Papieski.

Zapraszamy wszystkich, spotkajmy się 2 kwietnia 2023 roku przy Wysokiej Bramie w Olsztynie, aby oddać hołd i czcić w modlitwie różańcowej, w ciszy iskupienia, Wielkiemu Polakowi. Nie niszczy my wspólnego dobra, a do takiego należy niewątpliwie dziedzictwo Jana Pawła II. Polacy winni pamiętać obłogosławieństwo, jakie Opatrzność dała nam za sprawą Papieża, Karola Wojtyły — mówi Bogusław Tomaszewski, organizator wydarzenia. — Mamy bardzo duży odzew. I to różnych środowisk. Zapraszamy także niewierzących, którym bliska jest spuścizna Jana Pawła II — dodaje.

Organizator wydarzenia przypomina, że pod Wysoką Bramą, gdzie wmurowana jest tablica upamiętniająca wizytę Jana Pawła II w Olsztynie w 2005 roku, w chwili śmierci papieża tłumnie zbierali się ludzie i zapalali znicze. W mury Wysokiej Bramy jest wmurowany obraz Matki Bożej Królowej Pokoju. To również miejsce, w którym co miesiąc odbywa się publiczny męski różaniec organizowany przez Bractwo Przedmurza.

— Na pewno będziemy tam obecni 2 kwietnia. Chcemy modlitwą prze-

prosić za ataki na świętego, którym jest Jan Paweł II — mówi „Gazecie Olsztyńskiej” Mariusz Kowalski z Bractwa Przedmurza.

— Zaczniemy modlitwę punktualnie o godzinie 21.37, czyli w dokładną rocznicę śmierci Jana Pawła II — wyjaśnia Bogusław Tomaszewski.

Z kolei w Warszawie, Krakowie i Szczecinie 2 kwietnia odbędzie się Narodowy Marsz Papieski. Według organizatorów tego wydarzenia intencją marszu jest zabranie Jana Pawła II z przestrzeni politycznych rozgrywek. Inicjatorzy marszu zapewniają, że jest on inicjatywą oddolną i apolityczną.

Pomysłodawczyni marszu Małgorzata Żaryn, autorka książek i publikacji historycznych, dziennikarka, podkreśla, że inicjatywa jest „oddolna, inspirowana przez Opatrzność Bożą”. Marsz wspiera m.in. Akcja Katolicka, Różaniec bez Granic, harcerze, Solidarność, Kluby Gazety Polskiej. Marsz w swojej wymowie nawiązuje do Białego Marszu zorganizowanego w Warszawie i w wielu innych miastach po śmierci papieża.

— Odzew na nasze zaproszenia i propozycje był nieprawdopodobny. Po-



Święty Jan Paweł II w Olsztynie (1991)

cząwszy od wielkich środowisk, poprzez zwykłych ludzi. Każdy rozumiał potrzebę takiego wydarzenia, które nawiązuje do Białego Marszu zorganizowanego w Warszawie i w wielu innych miastach po śmierci papieża. Białe Marsze stanowiły dla nas inspirację. U źródeł tego wszystkiego leży chęć restytuowania naszej wspólnoty, przywrócenia naszej wspólnocie tych korzeni i tego wszystkiego, czego nas nauczył Jan Paweł II przyjeżdżając do Polski w roku 1979 i mówiąc: „Niech zstąpi Duch Twój i odnowi oblicze ziemi” — mówi Małgorzata Żaryn. I dodaje: — Chcemy to powtórzyć i wołać, żeby zstąpił Duch Twój i odmienił oblicze tej ziemi. Mamy nadzieję, że ten głos

Jana Pawła II, dla którego idziemy i z którym idziemy, będzie jako święty, postać historyczna, autorytet dla Polaków bez względu na wyznanie, zwornikiem i będzie nas spajał w dążeniu do odzyskania wartości narodowych, patriotycznych, religijnych, które w ostatnim czasie nam się zagubiły.

Jak podkreśliła „marsz został zorganizowany w tym czasie nie przez przypadek”. — My idziemy również i w obronie. Uznaliśmy, że już dosyć tego, że dalej jednak nie pozwolimy na obrażanie naszych wartości. I postanowiliśmy się policzyć — wyjaśniła Małgorzata Żaryn.

Jednym z inicjatorów marszu, który przejdzie największymi polskimi miastami jest Instytut Pi-

leckiego. Przedstawiciele Instytutu zapewniają, że marsz jest niepolityczny. Cytowana także przez PAP Barbara Konarska z Instytutu Pileckiego określiła marsz jako inicjatywę, która jest skierowana na „zabranie Jana Pawła II z tej przestrzeni politycznych rozgrywek”.

— Marsz będzie finansowany ze zbiórki publicznej, którą pokryjemy m.in. koszty nagłośnienia. To wszystko jest teraz podliczane, tworzy się budżet. Uważamy, że Polacy wcale nie potrzebują dużych instytucji, żeby się zwołać i żeby się zebrać — poinformowała.

W obronie dobrego imienia św. Jana Pawła II występują liczne środowiska. Także w Olsztynie. Komunikat w tej sprawie wydała m.in. Akcja Katolicka. Swoje stanowisko w obronie św. Jana Pawła II upubliczniła także Rada Rodziny przy wojewodzie warmińsko-mazurskim.

— Rada Rodziny przy wojewodzie warmińsko-mazurskim pragnie wyrazić poparcie dla wszystkich środowisk, które stają w obronie św. Jana Pawła II. Uderzanie w Jego autorytet, podważenie znaczenia Jego pontyfikatu jest celowym działaniem mają-

cym jeszcze bardziej osłabić Kościół, skłócić Polaków, zdeintegrować rodziny, którym Papież poświęcił znaczną część Swego nauczania — czytamy w oświadczeniu podpisanym przez kilkunastu sygnatariuszy, m.in. przez Krzysztofa Guzka, Urszulę Jędrzychowską i Bożenę Ulewicz.

Głos w sprawie ataków na św. Jana Pawła II zabrał także prezes Fundacji im. Piotra Poleskiego z Olsztyna. — Próba zniszczenia pamięci i dorobku św. Jana Pawła II to zamach na naszą tożsamość, do której Papież Polak wniósł jednoczące nas wartości — stwierdził Jerzy Szmit, prezes Fundacji.

— Wzywamy zatem wszystkich ludzi dobrej woli, by 2 kwietnia 2023 roku spotkać się w Olsztynie przy Wysokiej Bramie, aby oddać hołd i czcić w modlitwie różańcowej bądź w ciszy i skupieniu Wielkiemu Polakowi oraz nie niszczyć wspólnego dobra, a do takiego należy niewątpliwie dziedzictwo Jana Pawła II. Polacy winni pamiętać o błogosławieństwie, jakie Opatrzność dała nam za sprawą Papieża, Karola Wojtyły — apelują organizatorzy różańca.

STANISŁAW KRYŚCIŃSKI

s.krystinski@gazetaolsztynska.pl

MATERIAŁ INFORMACYJNY

Wartość wody to znacznie więcej niż jej cena - woda ma ogromne znaczenie dla naszych gospodarstw domowych, żywności, kultury, zdrowia, edukacji, ekonomii i środowiska naturalnego.

Olsztyńskie wodociągi dostarczają wodę mieszkańcom Olsztyna od 1895 r. Mają do niej dostęp wszyscy mieszkańcy miasta. Olsztyńska woda należy do wód średniotwardych i średniozmineralizowanych; jest ważnym dla naszego organizmu elektrolitem. Zawarte w niej wapń i magnez są makroelementami niezbędnymi do prawidłowego funkcjonowania organizmu człowieka. Często je suplementujemy, a więc nie powinniśmy się obawiać ich obecności w wodzie i nie powinno nas to zniechęcać do jej picia.

Przed wypiciem wody kranowej nie ma potrzeby

jej filtrować ani przegotowywać, a bywa to wręcz niewskazane. Woda z kranu zawiera całą gamę potrzebnych naszemu organizmowi mikroelementów i makroelementów - obok już wspomnianego wapnia i magnezu także magnez i potas - inie powinniśmy ich usuwać.

Jakość wody w olsztyńskich kranach jest codziennie kontrolowana. O przydatności wody przeznaczonej do spożycia przez ludzi decydują wytyczne ministra zdrowia zawarte w rozporządzeniu. Woda musi spełniać szereg norm zarówno pod względem czystości bakteriologicznej, jak i składu chemicznego i właściwości fizycznych. Jeśli jakikolwiek parametr jest przekroczony, służby sanitarne wydają zakaz spożywania wody. Woda jest zdatna do picia lub nie jest. Nie ma innej możliwości.



W DNIU WODY MOŻE WARTO POCHYLIĆ SIĘ NAD TYM DOBREM...

Od maja do października można korzystać z kilkudziesięciu źródeł wodnych w przestrzeni

miejskiej, np. w pobliżu zabytków, atrakcji turystycznych czy ciągów komunikacyjnych, a przez

cały rok z tych zlokalizowanych w placówkach edukacyjnych, urzędach czy szpitalach.

Olsztyńska kranówka otrzymała w 2015 r. od marszałka województwa certyfikat produktu regionalnego z Warmii i Mazur.

• Każdy olsztyńszanin zużywa ok. 100 litrów wody na dobę. 44 litry przeznacza na czynności higieniczne, a tylko 4 litry do przygotowania posiłków.

• 1 m³ wody to 667 plastikowych butelek o pojemności 1,5 litra. Koszt jednego litra to niespełna 1 grosz.

• Przez kąpiący kran może wycieć w ciągu doby 36 litrów wody, a ciekącą spluczkę - ponad 200 litrów.

Światowy Dzień Wody został ustanowiony przez Zgromadzenie Ogólne Organizacji Narodów Zjednoczonych rezolucją z dnia 22 grudnia 1992 r., w ramach agendy 21, podczas Szczytu Ziemi 1992 (UNCED) w Rio de Janeiro w Brazylii.

24923otbr-a

BÓJKA CZY POBICIE ZE SKUTKIEM ŚMIERTELNYM?

W poniedziałek 20 marca ruszył proces w sprawie śmiertelnego pobicia na ul. Hetmańskiej w Elblągu. Do zdarzenia doszło w sierpniu ubiegłego roku. Na ławie oskarżonych zasiadło dwóch mężczyzn, którzy nie znali wcześniej swojej ofiary. Łukaszowi Ż. grozi do 10 lat, a Adamowi M. do 15 lat pozbawienia wolności.

W feralny wieczór 5 sierpnia 2022 roku Patryk Sz. udał się do sąsiada, gdzie mieli spożywać alkohol. Później razem z sąsiadem wybrał się na dyskotekę do jednego z elbląskich klubów. W tym samym lokalu przebywał też Łukasz Ż., Adam M. i trzy kobiety. Jedną z nich była znajomą Patryka Sz. Gdy piątka mieszkańców Elbląga wracała z dyskoteki do domu, miał do nich dołączyć Patryk Sz. Powrót z dyskoteki okazał się tragiczny wskutek. W sobotę 6 sierpnia w godzinach porannych na ulicy Hetmańskiej znaleziono ciało mężczyzny. Był nim Patryk Sz. O udział w jego śmiertelnym pobiciu oskarża się Łukasza Ż. i Adama M., którzy wcześniej go nie znali. W zarzutach skierowanych do oskarżonych przedstawiono szereg obrażeń, których doznał pobity na śmierć mężczyzna. Obrażenia zostały zlokalizowane głównie w obrębie głowy, ale są to obrażenia powodujące rozstrój zdrowia na okres poniżej 7 dni, przy czym razem spowodowały zgon mężczyzny. — Uderzali go pięściami po głowie i całym ciele oraz przewrócili na podłogę, w następstwie czego Patryk Sz. doznał obra-

żeń ciała i poniósł śmierć — można przeczytać w akcie oskarżenia. Adamowi M. i Łukaszowi Ż. zarzuca się czyn z art. 158 § 3 kk, czyli udział w pobiciu ze skutkiem śmiertelnym. Za ten czyn grozi kara pozbawienia wolności od roku do lat 10. Dodatkowo Adam M. będzie odpowiadał w ramach recydywy. Wcześniej był skazany za przestępstwo z użyciem przemocy wobec funkcjonariuszy publicznych. Grozi mu do 15 lat pozbawienia wolności.

Odmówili składania wyjaśnień przed sądem

Podczas pierwszej rozprawy przesłuchano m.in. matkę zmarłego i jego partnerkę życiową. Kobiety są oskarżycielkami posiłkowymi w tej sprawie. — Słyszałam z opowieści, że stara baba kręciła tyłkiem na dyskotecie obok Patryka. Dlatego się z niej wyśmiewała. A oskarżeni postawili go za to pobić — mówiła podczas rozprawy matka ofiary.

Natomiast zdaniem partnerki życiowej Patryka Sz. miał podrywać nieznaną jej kobietę na dyskotecę. Adam M. podczas pierwszej rozprawy nie chciał składać wyjaśnień ani odpowiadać na pytania. Nie przyznał się też do stawia-



Zdaniem Adama M. mężczyzna żył w momencie, gdy bójka została już zakończona. Łukasz Ż., twierdzi, że żałuje tego, co się wydarzyło

nych mu zarzutów. Natomiast Łukasz Ż. przyznał się do udziału w bójce, ale nie do pobicia ze skutkiem śmiertelnym. Nie chciał składać dodatkowych wyjaśnień, ale odpowiadał na pytania obrony. Wyraził też skruchę, przeprosił rodzinę pokrzywdzonego Pawła Sz. i powiedział, że żałuje. Matka trójki dzieci Pawła Sz. nie przyjęła tych przeprosin. Sąd odczytał wyjaśnienia oskarżonego Adama M. złożone w trakcie postępowania przygotowawczego. — Wiem, o co jestem podejrzany. Przyznaję się do tego, że uderzyłem pokrzywdzonego, ale on się podniósł. To było tak, że byłem tego dnia na baletach ze znajomymi. Po wyjściu z lokalu szliśmy ulicą. Pokrzywdzony wyzwał

mnie wulgarnymi słowami i szedł do mnie z rękami. Chciał mnie uderzyć z pięści w twarz. Odsunąłem się i delikatnie uderzyłem go w brodę prawą pięścią. On się podniósł i przeprosił mnie za swoje zachowanie. Gdy się odsunąłem, pokrzywdzony podbiegł do Łukasza i Łukasz mu parę razy przyłożył z pięści w nos. Nikt go nie kopał. Pokrzywdzony się przewrócił i już leżał. Łukasz jeszcze, jak pokrzywdzony leżał, uderzył go dwa razy z pięści w twarz. Wcześniej nie widziałem pokrzywdzonego, widziałem go po raz pierwszy. Powiedziałem do Łukasza: „zostaw go, idziemy”. I poszliśmy stamtąd. Te kobiety, które były z nami, nic nie robiły, tylko stały obok – 100 me-

trów od tego mężczyzny. One nic nie mówiły, potem tylko ja i Łukasz poszliśmy na stację benzynową przy ul. Grunwaldzkiej kupić po piwie. Wypiliśmy po piwie i poszliśmy do domu. Odzież, którą tego dnia miałem na sobie, przekazałem policjantom podczas przeszukania mieszkania. Za pierwszym razem ten mężczyzna upadł na plecy, nie uderzył głową w podłogę. Za drugim razem, gdy upadł, nie widziałem, na jaką część ciała upadł. Tego dnia byłem po dwóch drinkach. Nie byłem pod wpływem narkotyków. Gdy odchodziliśmy z tego miejsca, ten człowiek jeszcze żył — brzmiały wyjaśnienia Adama M. odczytane przez sędziego. Sędzia odczytał też wyjaśnienia drugiego z oskarżonych. — Tego dnia ze znajomymi przebywałem w dyskotecie. Razem ze znajomymi i pokrzywdzonym wracaliśmy z dyskoteki. Wcześniej go nie znałem. On po prostu szedł z nami. Rozmawialiśmy z nim. On zaczął obmacywać Małgorzatę. Ona powiedziała do niego, żeby się odczepił. Ja też to powiedziałem. On powiedział, że zabije mnie jednym ciosem i zaczął rzucać się z łapami. Uciekałem od niego, ale mnie trafił w szyję z pięści. Jak on mnie uderzył, to podszedł do mnie mój sąsiad Adam M., który szedł za nami z dziewczyną. Przewróciłem się, zanim wstałem, pokrzywdzony leżał już we krwi i opluł mi nogę. Dalej się sadził. Potem jak wstałem, to uderzyłem go otwartą dłoń w twarz. Pokrzywdzony leżał na ziemi. Potem wstał na kolana i jeszcze nas wyzywał. My poszliśmy, nie zwracaliśmy na niego uwagi. Wystraszyłem się, gdy zobaczyłem na portalu, że ten mężczyzna nie żyje i wyrzuciłem odzież, w której byłem tego dnia do śmietnika koło domu. Tego dnia byłem pod wpływem alkoholu. Wypiłem kilka piw. Brałem też amfetaminę. Kobiety, które były z nami, nic nie robiły, krzyczały, tylko żebyśmy się uspokoili, a do tego mężczyzny, żeby się odczepił — brzmiała treść wyjaśnień Łukasza Ż. odczytana przez sędziego. Odpowiadając na pytania obrońcy, Łukasz Ż. powiedział: — Do momentu uderzenia mnie w szyję nie wyprowadziłem

żadnych ciosów w kierunku pokrzywdzonego. Nie widziałem, co działo się później, gdy upadłem na ziemię. Pokrzywdzony leżał na chodniku i wyzywał mnie cały czas. Próbowałem wstać z chodnika. Gdy wstałem, podszedłem do niego, machałem mu ręką przy twarzy, żeby go wystraszyć, żeby dał mi spokój, żeby przestał, nie chciał się bić dalej. Uderzyłem go raz zotwartej ręki. Nie zwracaliśmy już na to uwagi i odeszliśmy stamtąd. Gdy odchodziliśmy, leżał, ale był już tak pijany, że nie dałby rady wstać. Gdyby coś wskazywało na to, że pokrzywdzony może nie przeżyć, zostałbym na miejscu i wezwałbym pogotowie. Żałuję udziału w tej bójce. Chciałbym przeprosić całą rodzinę pokrzywdzonego, że w ogóle doszło do takiej sytuacji.

Odpowiedzą za udział w bójce czy pobiciu?

Zdaniem konkubiny Patryka Sz. nie nadużywał alkoholu, spożywał go sporadycznie w weekendy, a po jego wypiciu nie bywał agresywny. Przyznała jednak, że w przeszłości miała miejsce sytuacja, w której po alkoholu doszło do bójki Patryka Sz. ze szwagrem. Sąsiadka zadzwoniła wtedy na policję. Obrona złożyła wnioszek o przesłuchanie biegłego w zakresie medycyny i morfologii. Z uwagi na fakt, że ofiara tego zdarzenia – Patryk Sz. – miał w moczu 3,7 promila alkoholu i leczył się na nadciśnienie tętnicze, prawdopodobną linią obrony będzie dowiedzenie, że samo pobicie nie miało bezpośredniego wpływu na śmierć Patryka Sz. Po dzisiejszej rozprawie można też wnioskować, że obrona będzie dążyła do zmniejszenia kwalifikacji przyjętej w tej sprawie z pobicia ze skutkiem śmiertelnym na udział w bójce. Biorąc pod uwagę, że obrona wystąpiła też z wnioskiem o udostępnienie notatki policyjnej dotyczącej bójki ofiary ze swoim szwagrem, może chcieć dowiedzieć, że ofiara była już wcześniej agresywna, uwiarygodniając tym samym wyjaśnienia oskarżonych. Kolejne terminy rozpraw wyznaczono na 24 marca i 25 kwietnia.

EWELINA GULIŃSKA

e.gulinska@dziennikelblaski.pl

REKLAMA

Kolejny wiosenny kiermasz w olsztyńskim starostwie



Nadeszła długo wyczekiwana wiosna, czas zatem na wiosenny kiermasz pięknego rękodziela wykonanego przez osoby niepełnosprawne.



Jak co roku przed świętami w siedzibie olsztyńskiego starostwa można będzie nabyć ręcznie wykonane ozdoby, kartki, malowane szkło witrażowe, drewno i wiele innych pięknych, emocjami malowanych przedmiotów autorstwa podopiecznych warsztatów terapii zajęciowej w Grzymach i Olsztynku, Specjalnego

Ośrodka Szkolno-Wychowawczego w Żardenikach i PSONI w Biskupcu.

Dochód ze sprzedaży umożliwi ośrodkom zakup materiałów do wykonania kolejnych wspaniałych rzeczy przez ich podopiecznych.

– W ten sposób z jednej strony staramy się pomóc w terapii naszych podopiecznych, z drugiej dajemy gościom starostwa możliwość nabycia bardzo ciekawych ozdób świątecznych i nie tylko. Zapraszamy więc wszystkich chętnych na zakupy – mówi wicestarosta Joanna Michalska-Reda.

Zapraszamy w środę, 22 marca, w godz. 9-14 do sali sesyjnej w Starostwie Powiatowym w Olsztynie przy placu Bema 5.

WYJĄTKOWI LUDZIE,
WYJĄTKOWE RZECZY!

WIOSENNY KIERMASZ

22 marca, godz. 9:00 - 14:00
sala sesyjna Starostwa Powiatowego w Olsztynie

ceramika, witraże, decoupage, drewno
oraz inne dobra

Znajdziecie tu niepowtarzalne rękodzieło uczestników
WTZ Grzymy, WTZ Olsztynek, SOSW Żardeniki
oraz PSONI Biskupiec

Modernizacja Rail Baltica w Polsce:

Kolej w Ełku zmienia się na lepsze

Nowe perony dla podróżnych, wiadukty dla pociągów i aut

PKP Polskie Linie Kolejowe S.A., przy wsparciu finansowym z funduszy unijnych, modernizują kolej w Ełku. Mieszkańcy zyskają lepszy dostęp do kolei dzięki przebudowie trzech peronów na stacji Ełk oraz dwóch na przystanku Ełk Szyba Wschód. Inwestycja obejmuje także budowę i przebudowę obiektów inżynieryjnych, które zapewnią bezpieczeństwo w ruchu kolejowym i drogowym, a także usprawnią komunikację w mieście.

Nowe perony będą wyższe, co ułatwi podróżnym wsiadanie oraz wysiadanie z pociągów. Będą nowe wiaty i ławki. Oświetlenie zapewni bezpieczeństwo po zmroku. Czytelna informacja pasażerska ułatwi podróż. Na stacji Ełk dostępne będą windy, a na przystanku Ełk Szyba Wschód – pochylnie. Na antypoślizgowych nawierzchniach peronów zamontowane zostaną ścieżki naprowadzające dla osób niewidomych i niedowidzących.

Od grudnia 2022 roku podróżni korzystają z pierwszego nowego obiektu na przystanku Ełk Szyba Wschód. Rozpoczęła się budowa drugiego. Na stacji Ełk pierwszy

nowy peron zostanie oddany do użytku w III kwartale 2023 roku. Budowane są dwa nowe wiadukty kolejowe – nad ul. Kolejową oraz w okolicach zbiegu ul. Cmentarnej i Towarowej – które zastąpią przejazdy kolejowo-drogowe. Przebudowywane są wiadukt kolejowy nad ul. Suwalską oraz most nad rzeką Ełk.

Prace prowadzone w Ełku potrwają do 2024 roku. Inwestycja jest częścią modernizacji polskiego fragmentu międzynarodowej linii kolejowej Rail Baltica. Projekt jest dofinansowany przez Unię Europejską w ramach Instrumentu „CEF” Łącząc Europę.



Na stacji Ełk dobiega końca budowa peronu



Przebudowa mostu na rzece Ełk



Na przystanku Ełk Szyba Wschód trwa budowa drugiego peronu



Budowa nowego wiaduktu nad ul. Towarową

Korzyści z modernizacji linii kolejowej Rail Baltica



Wygodne, dostępne przystanki dla osób o ograniczonych możliwościach poruszania się



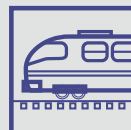
Skrócenie czasu podróży



Zwiększenie bezpieczeństwa ruchu kolejowego i drogowego



Ekologiczna alternatywa dla transportu drogowego



Zwiększenie roli kolei w przewozach regionalnych, dalekobieżnych i międzynarodowych



Rzeczpospolita
Polska



Dofinansowane przez
Unię Europejską

Projekt „Prace na linii E 75 na odcinku Białystok – Suwałki – Trakiszki (granica państwa), etap I odcinek Białystok – Ełk” jest współfinansowany przez Unię Europejską z Instrumentu CEF – „Łącząc Europę”

Wyłączną odpowiedzialność za treść publikacji ponosi jej autor.
Unia Europejska nie odpowiada za ewentualne wykorzystanie informacji zawartych w takiej publikacji.

PORADNIK W PIGUŁCE DLA ZAGUBIONYCH

Im bliżej dorosłego życia, tym trudniej. Im bliżej matury, tym więcej zmartwień o przyszłość. Młodzi ludzie nie zawsze wiedzą, co robić po zakończeniu szkoły. Ale ułatwiają im to dziewczyny z II LO w Olsztynie, które odpowiadają na pytanie: „Co, gdy dorosnę?”.



ADA ROMANOWSKA
a.romanowska@
gazetaolsztynska.pl

Co po szkole średniej? To pytanie zadaje sobie wielu młodych ludzi. Odpowiedź znaleźć tym trudniej, że nie każdy potrafi dokładnie określić, co chce robić w przyszłości. A czas płynie — im bliżej matury, tym bardziej trzeba się określić. Tylko jak?

— Lubię pomagać i organizować projekty. Dlatego, gdy wpadła mi w ręce ulotka „Zwolnionych z teorii”, od razu wiedziałam, że to dobry sposób, aby zacząć

działać. Tylko jakim tematem się zająć? — opowiada Kamila Ciesielska, liderka projektu „Co, gdy dorosnę?”. — Gdy myślałam o problemach, które dotyczą moich rówieśników, zauważyłam, że wiele osób nie wie, co chce robić w życiu. Dużo osób nie wie nawet, czy idzie w dobrym kierunku już w liceum, czy wybrało właściwy profil klasy. Czasem młodzi czują, że są w złym miejscu albo po prostu boją się zmian. I właśnie dlatego powstał projekt „Co, gdy dorosnę?”. Po to, aby dać wskazówkę, co dalej robić w życiu.

Projekt tworzy pięć trzcioklasistek z II Liceum Ogólnokształcącego w Olsztynie. Za sobą mają już ok. 40 spotkań w szkołach średnich w Olsztynie i w Ostródzie.

— Łącznie uczestniczyło w nich osiemset osób! Za każdy razem przedstawialiśmy uczniom możliwości, jakie są przed nimi — podkreśla Kamila. — Mówiliśmy o barometrze zawodów i o tym, jakie zawody są dziś pożądane, a jakie będą potrzebne w przyszłości. Może się też okazać, że marzymy o jakiejś pracy, ale nie mamy dyspozycji i nie mamy w niej



Uczennice II LO w Olsztynie, które przygotowały projekt „Co, gdy dorosnę?”

radę. Ale można podnosić swoje kwalifikacje — biorąc udział w szkoleniach. Dobrze jest też wiedzieć, jak przygotować się na rozmowę kwalifikacyjną. Warto również brać udział w olimpiadach, które pomogą w dostaniu się na wymarzony kierunek studiów. Niezwykle istotne jest też przygotowanie się psychiczne. Wtedy łatwiej jest zacząć studia albo nową pracę. Zależało nam, aby przygotować poradnik w pigułce dla zagubionych, który podany jest dodatkowo w ciekawej formie.

„Co, gdy dorosnę?” to nie tylko spotkania na żywo, ale również dużo treści w social mediach. — Założyliśmy też stronę internetową cogdydorosne.pl, na której bezpłatnie można przeczytać mnóstwo artykułów na temat tego, co dalej. Zależy nam, aby ta wiedza była lekkostrawna. Aby trafiła do młodzieży

— zauważa Kamila. — Projekt robiony przez młodych ludzi dla młodych ludzi na pewno jest bardziej przystępny niż inne tego typu spotkania. Nawet jeśli są merytoryczne, to często mogą być zaprezentowane w nudny sposób. Nasz projekt już dobiegł końca, ale wszystko, co zostało wrzucone do internetu, cały czas jest dostępne. Mam nadzieję, że ta dawka wiedzy będzie ogromnym wsparciem dla młodych ludzi, którzy szukają swojej życiowej drogi.

Kamila Ciesielska już wie, co chce robić w przyszłości. Pomógł jej właśnie projekt „Co, gdy dorosnę?”. — Chcę iść na studia związane z zarządzaniem i ekonomią. Bardzo spodobało mi się prowadzenie „Co, gdy dorosnę”, a zawód, w który celuję, to project manager — zdradza licealistka. — Wcześniej przeczuwałam, że w takich tematach

mogę się realizować, ale gdy zaczęłam działać, miałam już stuprocentową pewność, że to jest to. Ale najważniejsze, że zdobywałam doświadczenie i wiem, że gdy coś wydawało mi się, że jest łatwe, okazało się trudniejsze, a coś, czego się obawiałam, wyszło bez trudu. Mogłam zweryfikować się z rzeczywistością.

„Zwolnieni z Teorii” to inicjatywa, w której młodzież realizuje projekty społeczne. Zdobywają dzięki temu kompetencje potrzebne w pracy i prawdziwym życiu. Własny projekt uczy pracy w zespole, komunikacji, przywództwa, kreatywnego rozwiązywania problemów i innych umiejętności przydatnych na każdej ścieżce kariery w XXI wieku. To także lekcja empatii i obywatelskich postaw. Za zrealizowane w praktyce projekty uczestnicy uzyskują międzynarodowe certyfikaty.

REKLAMA



ZARZĄD WOJEWÓDZTWA WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO

działając na podstawie art. 39 ust. 1, w zw. z art. 54 ust. 2 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz.U. z 2022 r. poz. 1029 z późn. zm.) i zgodnie z art. 91 ust. 9 ustawy z dnia 27 kwietnia 2001 r. Prawo ochrony środowiska (Dz.U. z 2022 r. poz. 2556 z późn. zm.) **podaje do publicznej wiadomości informację o przystąpieniu do opracowywania oraz do strategicznej oceny oddziaływania na środowisko projektu aktualizacji Programu ochrony powietrza dla strefy warmińsko-mazurskiej ze względu na przekroczenie poziomu dopuszczalnego PM₁₀ i poziomu docelowego benzo(a)pirenu zawartego w pyłe PM₁₀ wraz z planem działań krótkoterminowych, przyjętego uchwałą nr XVI/280/20 Sejmiku Województwa Warmińsko-Mazurskiego z dnia 26 maja 2020 r. w sprawie określenia Programu ochrony powietrza dla strefy warmińsko-mazurskiej oraz o możliwości udziału społeczeństwa w postępowaniu, którego przedmiotem jest opracowanie tego projektu.**

Dokumentacja postępowania jest do wglądu w pokoju nr 316 w siedzibie Urzędu Marszałkowskiego Województwa Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie, w Departamencie Ochrony Środowiska, ul. Głowackiego 17, 10-447 Olsztyn, w godzinach pracy urzędu, tj. poniedziałek: 8⁰⁰-16⁰⁰, wtorek-piątek: 7³⁰-15³⁰ oraz w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Marszałkowskiego Województwa Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie pod adresem <https://bip.warmia.mazury.pl/>, w zakładce: **Konsultacje społeczne**.

Każdy ma prawo do zapoznania się z niezbędną dokumentacją postępowania oraz do składania uwag i wniosków w postępowaniu mającym na celu opracowanie ww. dokumentów, a ewentualne uwagi i wnioski do projektów można składać:

- w formie pisemnej na adres: Urząd Marszałkowski Województwa Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie, Departament Ochrony Środowiska, ul. Głowackiego 17, 10-447 Olsztyn;
- ustnie do protokołu w pokoju nr 316 w siedzibie Departamentu Ochrony Środowiska Urzędu Marszałkowskiego Województwa Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie, przy ul. Głowackiego 17 w godzinach pracy urzędu;
- za pomocą środków komunikacji elektronicznej, bez konieczności opatrywania ich bezpiecznym podpisem elektronicznym, na adres e-mail: dos@warmia.mazury.pl

w terminie **do dnia 21 kwietnia 2023 r.**

Na stronie internetowej Urzędu Marszałkowskiego Województwa Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie: <https://bip.warmia.mazury.pl/>, w zakładce: **Konsultacje społeczne**, pod odpowiednim projektem dostępny jest formularz zgłoszenia uwag do ww. projektu dokumentu.

Uwagi i wnioski złożone po upływie wskazanego terminu pozostaną bez rozpatrzenia.

Organem właściwym do rozpatrzenia uwag i wniosków jest Zarząd Województwa Warmińsko-Mazurskiego.

TOMASZ ANDRUKIEWICZ W PIERWSZEJ 10 POLSKICH PREZYDENTÓW!

Jeśli nie ma cię w mediach społecznościowych, to nie istniejesz. To dość znane powiedzenie. Wiedzą to nie tylko celebryci czy influencerzy, ale również samorządowcy. Teraz PortalSamorządowy.pl przygotował zestawienie najpopularniejszych profili prezydentów miast w mediach społecznościowych. Jak powstał ranking? Jego autorzy wyłonili zwycięzców na podstawie stosunku liczby obserwujących w mediach społecznościowych do liczby mieszkańców w 2022 roku według danych Głównego Urzędu Statystycznego. Na pierwszym miejscu w rankingu uplasował się Rafał Trzaskowski, prezydent



Tomasz Andrukiewicz, prezydent Etka

Warszawy, którego oficjalny profil na Facebooku obserwuje 746 tys. użytkowników. Pierwszą dziesiątkę zestawienia zamyka Tomasz Andrukiewicz, prezydent Etka. Na Facebooku obserwuje go ok. 16 tys. użytkowników.

Tomasz Andrukiewicz jest prezydentem Etka od 2006 roku. W ostatnich wyborach samorządowych wygrał już w pierwszej turze z imponującym wynikiem 73.83% głosów.

TOM

MIELONE Z BROMADIOLONEM

Na jednym z elckich osiedli ktoś rozrzucił podejrzanę mięso, którym uraczyły się psy okolicznych mieszkańców. Właścicielka jednego z nich zgłosiła sprawę na policję, zbadała także samo mięso – okazało się, że było napakowane trutką na szczury.

O tym, że być może ktoś chciał otruć zwierzęta mieszkańców z okolic ul. Szyszkowej poinformowała pod koniec lutego (21 II) Joanna Ostrzevska. To właśnie jej pies Yoda był jednym z tych, które zjadły podejrzaną wyglądającą surowiznę.

ZDAŻYŁ CHAPNAĆ KILKA PORCJI

Skontaktowaliśmy się z panią Joanną, która opowiedziała nam w szczególności o powyższym wydarzeniu.

— MÓJ PIES OKOŁO GODZ. 20 ZJADŁ ZE TRZY KAWAŁKI TEGO MIĘSA. PRZYPUSZCZAM, ŻE KTOŚ MÓGŁ ROZRZUCIĆ TO MIĘSO CHWILĘ WCZEŚNIEJ, BO WYDAJE MI SIĘ, ŻE MÓJ PIES BYŁ PIERWSZYM, KTÓRY SIĘ NA NIE NATKNAŁ. TAM O TEJ PORZE PRZYCHODZI ZE SWOIMI PUPILAMI SPORO LUDZI — MÓWI JOANNA OSTRZEWSKA.

Teren, na którym rozrzucono mięso jest ulubionym miejscem spacerów okolicznych mieszkańców oraz ich zwierząt. Jej na spa-



Podejrzanę mięso rozrzucone w okolicy ul. Szyszkowej zwróciło uwagę jednej z mieszkanki Elku

cer wychodzi kilka razy w ciągu dnia, a tamtego wieczoru wyprowadzał go syn. Yoda to spokojny i pocieszny pies, ale z racji masywnego wyglądu – waży ok. 50 kilogramów – dla pewności i spokoju innych jest prowadzany na smyczy. Niestety owego feralnego wieczora, syn pani Joanny nie zdążył zareagować przed czasem – zanim odciągnął Yodę od mięsa, ten zdążył chapnąć kilka porcji.

Pani Joanna postanowiła zareagować natychmiast, ostrzegając sąsiadów z osiedla.

— Mamy takie forum osiedla i jak tylko mój pies wrócił z podwórka od razu napisałam o tym na forum grupy, aby ostrzec właścicieli innych psów. Potem dowiedziałam się od nich, że ich psy prawdopodobnie też chwyciły to mięso. To były dwie osoby, a po zostali zgłaszali się do mnie, mówiąc, że nie są pewni, czy ich zwierzęta też je jadły. Wszystkich z nich poprosiłam, aby jak najszybciej skontaktowali się z weterynarzem i te psy zostały objęte bardzo kosztowną opieką — tłumaczy powody szybkiej reakcji z troską właścicielka Yody.

Jej pupil to 4-letni Dogue de Bordeaux (Dog z Bordeaux; stara francuska rasa, uważana za potomka antycznych rzymskich molosów – przyp. red.). To spore psy, z wytrzymałym układem trawiennym, ale właścicielka postanowiła nie ryzykować i skontaktowała się z weterynarzem.

— To pies po przejściach, bo jak miał pół roku, to okazało się, że nie wyrosły mu panewki stawowe i walczyliśmy o to, aby mógł chodzić. Ma zrobione przeszczepy kości i dużo pracy kosztowało nas to, aby dzisiaj wyglądał tak jak wygląda i mógł się poruszać.



Joanna Ostrzevska / FB

Yoda to 4-letni Dog z Bordeaux. Ta rasa idealnie sprawdza się jako pies rodzinny, czego przykładem był Śliniak z popularnego serialu „Rodzina Zastępcza”

RODOCYDENT

Pani Joanna zabezpieczyła feralne mięso i postanowiła je zbadać. Wysłała je do analizy aż do Państwowego Instytutu Weterynaryjnego w Puławach. Zgłosiła też sprawę na policję. 15 marca pani Joanna otrzymała wyniki analizy mięsa. Okazało się, że jej przypuszczenia – niestety – były trafne. W podejrzanym surowiznie stwierdzono obecność bromadiolonu, związku chemicznego, który jest silnym rodocy-

dentem o działaniu przeciwwzkrzepowym.

— Do dziś wierzyłam, że mógł być to tylko głupi żart dla „postraszenia”. Wszystkich którzy coś wiedzą w tej sprawie i mogliby pomóc w ustaleniu sprawcy proszeni są o niezwłoczne skontaktowanie się Komendą Powiatową Policji w Elku. Bardzo zależy mi aby osoba, która dopuściła się takiego zachowania poniosła konsekwencje. Wyniki badań zostały już przekazane policji — czytamy na FB elczanki.

Elccy mundurowi zajmują się sprawą, ale na pewnym etapie mają związane ręce.

— DO POLICJANTÓW ZGŁOSIŁA SIĘ OSOBA Z INFORMACJĄ, ŻE NA OSIEDLU W ELKU ZNALAZŁA MIĘSO, W KTÓRYM MOGĄ BYĆ SUBSTANCJE SZKODLIWE DLA ZWIERZĄT.

Jednak nie wpłynęła do nas informacja od właścicieli zwierząt o tym, żeby jakieś zwierzę odniosło obrażenia w wyniku zjedzenia tego mięsa. Policjanci przyglądają się tej sprawie, prowadzone są czynności sprawdzające i w zależności od poczynionych ustaleń

będą podejmowane kroki w tej sprawie — powiedziała nam oficer prasowa elckich mundurowych mł. asp. Agata Kulikowska de Nałęcz.

WYBROCYZNY I KRWAWIENIE Z OCZU

Od niefortunnego posiłku Yody (i prawdopodobnie innych psów) minęło już blisko miesiąc i wygląda na to, że zwierzę wyszło z owej „kolacji” wzdrowiu. Jednak według niektórych mieszkańców jeden z psów rzekomo zdechl — właśnie w wyniku zjedzenia podejrzanego mięsa. Są też tacy, którzy sugerują, że okoliczne zwierzęta są regularnie trute, a nawet wskazują, gdzie należy szukać ewentualnych „sprawców”. Sugerują, że chodzi o okolice ul. Szyszkowej i teren przy torowisku (okolice przystanku Elk Szyba Wschód).

Po czym można poznać, że nasze zwierzę zjadło trutkę? Raczej nie od razu, bo pierwsze objawy pojawiają się po kilku – nawet 5 czy 10 – dniach i mogą być to wybroczyny skórne, na dziąsłach, ale też np. krwawienie oczu itd. W skrajnych przypadkach otruty pies lub kot nie mają szans na przeżycie.

MACIEJ CHROŚCIELEWSKI

m.chroscielewski@gazetaolsztynska.pl

ZAPADŁ PRAWOMOCNY WYROK W SPRAWIE WÓJTA GMINY GRUNWALD

Przed Sądem Okręgowym w Elblągu zapadł wyrok w sprawie oskarżenia prywatnego przeciwko wójtowi gminy Grunwald. Wyrok jest prawomocny.

Sprawę wójtowi Adamowi Sz. wytoczyły z oskarżenia prywatnego radne, o których wójt pisał w słynnych listach skierowanych m.in. do premiera i wojewody. Przypomnijmy, wójt określał tam przewodniczącą Rady Gminy Grunwald jako „leczącą się psychiatrycznie” iktora „propaguje postulat środowisk LGBT, matka córki lesbijki” i radną, o której pisał „prywatnie matka lesbijki o poglądach mocno lewicowych”. Treść listu wypłynęła do przestrzeni publicznej, agmina Grunwald była na

ustach całej Polski. Radne, które zostały opisane w listach, wytoczyły wójtowi sprawy sądowe i wygrały. Podobne działania podjął również poprzednik wójta, który w listach został przedstawiony jako osoba dopuszczająca się korupcji. Ta sprawa o naruszenie dóbr osobistych jest wtoku.

— Dwie z nich wójt Adam Sz. przegrał w pierwszej instancji, ale się odwołał, natomiast trzecia toczy się w pierwszej instancji — mówi Henryk Kacprzyk, były wójt gminy Grunwald. — Sąd wyznaczył terminy

apelacji w kwietniu i maju tego roku.

Wracając do wyroku dotyczącego radnych: najpierw Sąd Rejonowy w Ostródzie, a teraz Sąd Okręgowy w Elblągu uznał Adama Sz. winnym. Nakazał mu wypłacić nawiazki na rzecz radnych, pokryć koszty procesu oraz zobowiązał do wywieszenia treści wyroku w urzędzie gminy i internecie.

— W sprawie cywilnej chodziło nam przede wszystkim o przeproszenie nas; gdyby wójt wcześniej to zrobił, to nie spotykaliśmy się w sądzie. My na sprawie

pojednawczej chcieliśmy przeprosin izwrotu kosztów sądowych — mówiła Gaze cie po ogłoszeniu wyroku w pierwszej instancji jedna z radnych. — Nasze sprawy zawodowe to jedna sprawa i nie powinno się mieszać do tego naszych rodzin i dzieci. Ja powiedziałam: „wara od mojej rodziny!”. Moja córka i córka pani Ewy bardzo to przeżyły, my matki również. To nie pozostało w nas bez śladu i ma swoje konsekwencje. A słowo „przepraszam” ze strony wójta nadal nie padło.

Przed sądem toczy się też inne postępowanie w spra-

wie listów, którego wynik może mieć o wiele poważniejsze konsekwencje dla Adama Sz. Wójt został oskarżony o przekroczenie uprawnień i naruszenie danych wrażliwych wynikających z Ustawy o ochronie danych osobowych i bezprawne ich upublicznienie. Tutaj w sprawę zaangażował się prokurator.

W listopadzie ub. r. w Sądzie Rejonowym w Ostródzie wójt został skazany na cztery miesiące pozbawienia wolności w zawieszeniu na rok oraz nawiazki dla osób poszkodowanych – po 2,5 tys. zł.

Poszkodowane są cztery osoby – dwie radne i ich dwie dorosłe córki. Adam Sz. odwołał się od wyroku pierwszej instancji. Sąd Okręgowy w Elblągu wyznaczył rozprawę apelacyjną na 6 kwietnia 2023 r.

Prawomocne skazanie Adama Sz. w tej sprawie byłoby jednoznaczne z wycofaniem jego mandatu na sprawowanie urzędu wójta. Mieszkańcy gminy już próbowali go odwołać, organizując referendum we wrześniu 2021 roku, jednak zostało unieważnione ze względu na zbyt małą frekwencję.

BCL

STUDENCI CHCĄ GRAĆ W „GOLFA”, NAUKOWCY – PARKOWAĆ ROWERY

Takiej inicjatywy wcześniej nie przeprowadziła żadna uczelnia w kraju. Poznaliśmy wyniki głosowania w pierwszej edycji Otwartego Budżetu Akademickiego Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie.

Budżety obywatelskie, które są organizowane w gminach naszego kraju, w pewnym sensie pokazują, czego najbardziej potrzeba mieszkańcom w najbliższej okolicy, w której mieszkają. A czego potrzeba warmińsko-mazurskim studentom i pracownikom naukowym? To można poznać na podstawie jednego do tej pory zorganizowanego w kraju Otwartego Akademickiego Budżetu, w którym społeczność Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego mogła wybrać projekty, które jeszcze w tym roku będą realizowane na terenie Kortowa. Uczelnia przeznaczyła na ten cel prawie 500 tysięcy złotych.

Partycypacyjny model zarządzania uczelnią to coś, o co profesor Jerzy Przyborski, rektor olsztyńskiej Alma Mater, zabiegał od początku swojej kadencji.

— Otwarty Budżet Akademicki to jeden ze sposobów na to, by włączyć społeczność naszego uniwersytetu w decydowanie o tym, jak będzie wyglądać przestrzeń, w której pracujemy i studiujemy — podkreśla rektor Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie.

Jak poinformował kanclerz UWM Bogusław Stec, w pierwszej edycji Otwartego Budżetu Akademickiego zgłoszonych zostało 17 projektów — 11 pracowniczych i 6 studenckich. Do dalszego etapu komisja konkursowa zaakceptowała po trzy z nich.

— Wszystkie projekty, które brały udział w głosowaniu, spełniają wymogi formalne wskazane w regulaminie — zaznaczył.

Ostatecznie komisja konkursowa wyłoniła sześć najciekawszych, po trzy w każdej kategorii. Jak

propozycje zgłosili studenci i pracownicy uczelni?

Ze złożonych projektów wynika, że na Kortowie przydałyby się strefy relaksu, zielone wiaty rowerowe, strefy work and chill (wyciszenia, pracy wspólnej i pracy indywidualnej), przestrzeń dla humanistyki (przyjazne patio), MikroMakro — strefa nauki i odpoczynku na Wydziale Nauk Ekonomicznych czy projekt Disc Golf & Grillove Kortowo.

— Autorzy wniosków wykazali się kreatywnością, troską o Kortowo i wspólnotę uniwersytecką — podkreśla prof. Jerzy Przyborski.

1. Jak się okazało po głosowaniu, wśród propozycji zgłoszonych przez studentów najlepszy okazał się projekt Disc Golf & Grillove Kortowo, który zakłada budowę osiemnastodłkowego pola do gry w Disc Golfa

wraz z przygotowaniem miejsca do wypoczynku i nauki ze stołami i ławami oraz miejscem na grilla.

Zdaniem wnioskodawcy Disc Golf jest atrakcyjną formą spędzania czasu wolnego na świeżym powietrzu i świetnym narzędziem do aktywacji społecznej. Ułatwia integrację, poznanie nowych osób i uczy zdrowego współzawodnictwa. Piłkę i kije zastępują w tej grze kolorowe dyski frisbee. Zamiast dołków na polu ustawione są specjalne kosze złańcuchami, do których rzuca się dyskiem z wyznaczonych miejsc. Celem gry jest przejście pola w jak najmniejszej liczbie rzutów.

Szacunkowy koszt tego projektu to około 207 tysięcy złotych.

2. Z kolei pracownicy UWM jako projekt do realizacji wskazywali z kolei najczęściej Zielone wiaty rowerowe. Pomysł jest

ukłonem w stronę fanów jednośladów — zakłada on bowiem budowę w okolicach stadionu lekkoatletycznego drewnianej wiaty na sześć rowerów ze stacją napraw dla rowerów oraz ładowarką. Dach wiaty ma być pokryty roślinnością.

Szacunkowy koszt tego projektu to około 63 tysiące złotych.

Warto dodać, że jeśli projekt, który zgromadzi najwięcej głosów, będzie wymagał mniejszych środków niż 250 tys. złotych, rektor może podjąć decyzję o ewentualnym finansowaniu kolejnego wniosku z listy najlepiej ocenionych przez społeczność.

Co ważne, w głosowaniu wzięło udział ponad dwa tysiące osób. Na projekty pracownicze oddano 400 głosów, a na studenckie — 1800 głosów.

— Mamy nadzieję, że w kolejnej edycji tych gło-

sów będzie znacznie więcej. Mam nadzieję, że uda nam się poprawić system do głosowania — żeby był bardziej przyjazny. To może pozwoli na uzyskanie większej frekwencji — mówi Kanclerz UWM Bogusław Stec. **RAZ**

Wyniki głosowania w I edycji Otwartego Budżetu Akademickiego

Projekty studenckie:

1. Disc Golf & Grillove Kortowo — 52%
2. MikroMakro — strefa nauki i odpoczynku na Wydziale Nauk Ekonomicznych — 28%
3. Przestrzeń dla Humanistyki — 20%

Projekty pracownicze:

1. Zielone wiaty rowerowe — 50%
2. Strefy relaksu — 32%
3. Work and chill — 18%

KOPERNIKANA W MUZEUM ARCHIDIECEZJI WARMIŃSKIEJ

Sesja muzealna „Kopernikana w zbiorach Archidiecezji Warmińskiej” połączona z prezentacją jubileuszowego medalu i katalogu zbiorów była okazją do przypomnienia, że w zasobach archiwów metropolitalnych jest 10 z 30 autentycznych podpisów Mikołaja Kopernika.

Sesja, która odbyła się wczoraj przed południem była nie lada gratką dla każdego wielbiciela Mikołaja Kopernika. W związku z tym, że był przede wszystkim kanonikiem i człowiekiem Kościoła większość z pamiętek po nim znajduje się w rękach instytucji kościelnych.

Kościół katolicki przez wieki miał na Warmii status dominium, a więc osobnego księstwa i stąd ma niezwykle ciekawą historię oraz zasoby muzealne. O tym jak są niezwykle

można było przekonać się właśnie podczas wtorkowej sesji w gmachu Muzeum Archidiecezji Warmińskiej, które mieści się przy ulicy Św. Barbary 2 w Olsztynie.

Podczas sesji ks. prof. Andrzej Kopiczko, dyrektor Archiwum Archidiecezji Warmińskiej, opowiadał o rękopisach i autografach Mikołaja Kopernika pokazanych na wystawie. O woluminach z biblioteki osobistej kanonika Kopernika znajdujących się w Bibliotece WSD Metropolii Warmińskiej „Hosianum”



Ks. dr Zbigniew Czernik, dyrektor muzeum, zaprezentował okolicznościowy medal

mówił ks. dr Tomasz Garwoliński.

— W katalogu zobaczymy dokumenty, zapiski, medale, księgi, znaczki pocztowe, a całość kończy zbiór książek, które mamy w bibliotece „Hosianum” dotyczące Kopernika, które wyszły przed 1945 rokiem — przypomnieli ks. dr Zbigniew Czernik, dyrektor muzeum.

Podczas sesji zaprezentowano nowy katalog „Kopernikana w zbiorach Archidiecezji Warmińskiej” wydany przez Muzeum Ar-

chidiecezji Warmińskiej z okazji Roku Mikołaja Kopernika oraz jubileuszowy medal emitowany przez archidiecezję warmińską. Wybitych zostało tylko 300 sztuk. Z tego 100 to seria numerowana połączona z wydaniem katalogiem.

— To medal odlany w brązie techniką na piasek, dlatego nie ma tak dużo detali. Na awersie przedstawia profil Mikołaja Kopernika, na rewersie wieża Kopernika z Fromborka, mapa historycznej Warmii oraz narzędzia,

którymi się posługiwał — powiedział autor jego projektu Wojciech Kała, rzeźbiarz i medalier.

— Poprzednie jubileusze też zostały w ten sposób upamiętnione, dlatego warto wpisać się w tę tradycję. Medal będzie wręczany tym, którzy będą uczestniczyć w ważnych wydarzeniach odbywających się z okazji Roku Mikołaja Kopernika — zapowiedział ks. abp metropolita warmiński Józef Górczyński.

STANISŁAW KRYŚCIŃSKI

POLICJANCY ZATRZYMALI „ODBIERAKA”

Policjanci z Ostródy zatrzymali 23-latkę podejrzaną o udział w oszustwach dokonanych metodą „na policjanta”. W sumie od dwóch starszych osób oszusti wyłudziła 87 tysięcy złotych. Na jej trop udało się wpaść po próbie oszustwa na szkodę 82-letniej mieszkanki Ostródy. Na telefon stacjonarny seniorki zadzwonił mężczyzna

podający się za wnuka. Twierdził, że spowodował wypadek drogowy i grozi mu osiem lat więzienia. Prosił o 150 tys. zł, co miało mu pozwolić uniknąć konsekwencji prawnych. Seniorka powiadomiła o tym wnuczkę, która poleciła jej wezwać policję. W tym czasie przy drzwiach mieszkania 82-latki pojawiła się młoda

kobieta, która chciała odebrać pieniądze. Jednak uciekła, gdy zorientowała się, że starsza pani rozmawia z kimś przez telefon komórkowy. — 82-latka wybrała na telefonie stacjonarnym numer 112, nie mając świadomości, że na linii cały czas aktywne jest połączenie z oszustem. Mężczyzna podający się za policjanta

powiedział, że ktoś ponownie zgłosił się po odbiór gotówki, którą należy przekazać. Zapewniał, że w tym czasie policjanci organizują obławę i schwytają oszusta — wyjaśniła sierż. Paulina Jastrzębska z ostródzkiej policji. Seniorka domyśliła się, że i tym razem ma do czynienia z oszustem i poprosiła rodzinę

o zawiadomienie prawdziwych funkcjonariuszy. Policjanci wytypowali i zatrzymali 23-letnią kobietę, która usiłowała odebrać pieniądze od mieszkanki Ostródy. Ustalono, że jeszcze w tym samym dniu wspólnie z innymi osobami brała udział w skutecznych oszustwach w powiecie iławskim i olsztyń-

skim. Dwie pokrzywdzone osoby straciły tam łącznie 87 tys. zł. Zatrzymana 23-latka miała uczestniczyć w tych przestępstwach jako tzw. odbierak, czyli kurier przychodzący po gotówkę. Na wniosek prokuratury sąd aresztował podejrzaną na okres trzech miesięcy.

MARCIN BOGUSZEWSKI

ZIELONY ZAKĄTEK PANI TERESY

Teresa Preus należy do osób, które kochają rośliny domowe i oddają im całe serce. Pokój w wiejskim domku, gdzie mieszka, to prawdziwa zielona enklawa, o którą dba i mówi, że nie może być inaczej, bo to jej azyl.



STANISŁAW
R. ULATOWSKI
s.ulatowski@
gazetaolsztynska.pl

Pani Teresa mieszka na wybudowaniu wsi Gwiżdżyny niedaleko Nowego Miasta Lubawskiego. Jest to trochę odludny teren i nawet do sąsiadów od jej zabudowania jest kawałek drogi. — Jak latem gospodarze obsieją swoje pola kukurydzą, to zupełnie świata nie widać — mówi seniorka.

Doniczkowy zawrót głowy

Zamieszkuje skromnie jeden pokój. Przyznaje, że od dawna starała się by w domu było zawsze zielono i podkreślała, że to kolor nadziei. Każde wolne miejsce w pokoiku zastawione jest doniczkami, w których rozrasta się bujna zielen.

Wiele roślin próbuje hodować z odnóżki, którą udaje się zdobyć. Niektórzy twierdzą, że najlepiej po prostu skrycie ukraść, wtedy kwiaty łatwo się przyjmują i bardzo dobrze rosną. Ja nie wierzę w takie przesady. Wiele roślin ku-

puję w sklepach, jak zauważyć coś nowego, za wszelką cenę musi być moje. Panie w kwaciarniach mnie znają, bo jestem stałą klientką. Czasami nawet jakiś rabat dostanę. Jest to z ich strony bardzo miłe — opowiada mieszkanka Gwiżdżin.

Sklep z roślinami przyciąga jak magnes

Po śmierci męża, co stało się trzy lata temu, pani Teresa ma dużo wolnego czasu. Spotyka się z koleżankami, które za każdym razem podziwiają jej zielony pokój i uwieczniają telefonami jego wystrój. Mówią, że kiedy są gdzieś z wizytą pokazują jak w otoczeniu zieleni, nawet zimą, mieszka ich dobra znajoma.

— Mnie osobiście zieleni uspokaja. W moim zielonym pokoju śpię. Wiem z fachowej literatury, że rośliny produkują tlen w nocy. Oznacza to, że istotnie wpływają na jakość naszego snu. Kiedy budzę się rano i otwieram oczy, rodzi się chęć do życia i z werwą człowiek rozpoczyna nowy dzień. Często, nawet w kapryśną pogodę, siadam na rower i jadę do



Fot. Stanisław R. Ulatowski

Pokój pani Teresy to prawdziwy zielony azyl

Nowego Miasta. W jedną stronę mam z górki, więc dziesięć kilometrów przejadę dość szybko, ale z powrotem dojazd do domu zajmuje mi nawet godzinę. W Nowym Mieście mieszka moja mama, Maria Woźniewska, która właśnie obchodziła 94 urodziny. Prawie cały dzień przesiedzę u niej, ale gdy wracam mój ulubiony sklep z roślinami ozdobił mnie jak magnes. Nawet przy

moim rowerze zamocowałam własnoręcznie uszyte dwie torby dopasowane do przewożenia doniczek z kwiatami i często wracam z takim bagażem. Okwiaty staram się dbać. Co pewien czas trzeba liście oczyścić z kurzu, a kiedy się rozrosną przesadzić w większą donicę. Ostatnio zrobiłam remanent moich kwiatów. Naliczyłam prawie osiemdziesiąt doniczek z przeróżną zielenią w moim po-

koju. Cieszę się, że właśnie zakwitły moje storczyki — opowiada pani Teresa.

Kuchenne eksperymenty i kilkanaście zegarów

Nasza miłośniczka kwiatów ma drugie, kuchenne hobby.

— Uwielbiam pitrasić. Nie jest to gotowanie tradycyjnych potraw, jakie na co dzień spotykamy w naszych domach. Eksperymentuję i naprawdę

wychodzą mi smaczne kompozycje. Moje koleżanki, kiedy mnie odwiedzają, śmieją się, że w domu mam więcej lodówek niż mebli. A w moich lodówkach jest zawsze zapas wszystkiego, co potrzeba do przyrządzenia wymyślnych, moich autorskich potraw. W moim mieszkaniu łatwo zauważyć, że na ścianach i półkach jest kilkanaście zegarów. Są różne — stare budziki, ściennie, stojące i trochę nowoczesniejsze z wyświetlaczem. Po co tyle zegarów masz w domu, pytają moje koleżanki? Zawsze powtarzam, że nie muszę się oglądać wokół, by sprawdzić która jest godzina. Zawsze przed oczami mam zegar — zwierza się nasza rozmówczyni.

Powoli zbliża się wiosna i niebawem nadejdzie aura bardziej sprzyjająca relaksowi w przydomowym ogrodzie. — Czekam na ciepłą pogodę i wtedy przeniosę się do ogródka, by tam spędzać czas z moimi koleżankami. Nie zapominam jednak o moim zielonym zakątku w domu, gdzie mam wiosnę przez cały rok — kończy pani Teresa.

ŻYJE PEŁNIĄ ŻYCIA I REALIZUJE NOWE PASJE

— W Środowiskowym Domu Samopomocy naprawdę żyję, odpoczywam i uczę się życia na nowo, realizuję swoje pasje. Tu mam prawdziwych przyjaciół i wszelką pomoc — zapewnia pani Tereska. Marzy o tym, żeby zostać tu na stałe.

Latem mieszka w swoim niewielkim mieszkanku. Zapewnia, że daje sobie sama radę. — Sprzątam, gotuję. Wszystko robię powolutku, bez pośpiechu, bo mam dużo czasu — mówi pani Tereska.

Gdy przychodzi zima lub pani Teresa czuje się gorzej, to mieszka w Środowiskowym Domu Samopomocy, korzystając z całodobowego pobytu. — Czuję się tam bardzo dobrze. Mam bardzo dobre warunki. Zajmuję jednoosobowy pokój. Mogę wjechać windą. Nie muszę chodzić po schodach — zapewnia. Dodaje, że dba o ten pokój, bo jest to jej drugi dom. Wspólnie z innymi przygotowuje śniadania, obiady, kolacje.

— Lubię i umiem gotować. Najlepiej wychodzą mi kotlety mielone i kotlety schabowe. Gorzej jest z pieczeniem ciast. Ale uczę się tego podczas zajęć kulinarnych. I coraz lepsze ciasta mi wychodzą — zapewnia.

Pani Tereska cieszy się, że ten czas zimowy może spędzić w ciepłym, przytulnym pokoju, ponieważ ma bardzo blisko na codzienne zajęcia terapeutyczne w Środowiskowym Domu Samopomocy. — Wystarczy zjechać windą na dół — wyjaśnia. — Tu naprawdę żyję pełnią życia, odpoczywam i uczę się życia na nowo. Tu mam prawdziwych przyjaciół i otrzymuję wszelką pomoc — zapewnia pani Tereska. Najbardziej lubi rozwią-



Fot. Halina Rozalska

zywać krzyżówki, różne łamigłówki. Jak mówi, daje sobie z tym radę. — Nie jest to takie trudne. Wystarczy tylko pomyśleć, popatrzeć i się wie, co trzeba zrobić. Poza tym cieszę się, że mogę to robić sama. Czasami pomoże mi pani terapeutka. Dzięki temu mogę ćwiczyć pamięć, logiczne myślenie, koncentrację, koordynację wzrokowo-ru-

chową. Ćwiczę również pisanie — mówi pani Teresa. Z chęcią uczestniczy także w zajęciach plastycznych, podczas których wykonuje ozdoby z okazji świąt. — Przed Bożym Narodzeniem są to zwykle Mikołaje, a przed Wielkanocą — jajka i palmy.

Kiedyś była gospodynią „pełną gębą”. Mieszkała w Szerokopasiu, pro-

wadziła razem z mężem gospodarstwo rolne. Wychowywała pięcioro dzieci - trzech synów i dwie córki. Jeden syn jest osobą niepełnosprawną i obecnie mieszka w Domu Pomocy Społecznej w Napiwodzie.

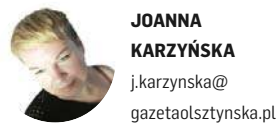
— Byliśmy szczęśliwą rodziną. Wszystko zepsuło się, gdy zachorowałam. Nie mogłam już pracować. Rozstałam się z mężem z różnych powodów. Razem z trójką dzieci przeniosłam się do Nidzicy. Zabrałam ze sobą niepełnosprawnego syna. Trudno mi się funkcjonowałam. Byłam na rencie, ale miałam siły, żeby uprawiać działkę. Siałam i pielęgnowałam warzywa, hodo wałam kury, kaczki, gęsi. Jedzenie woziłam na działkę na rowerze.

Było mi trudno, ale starałam się dbać o wszystko jak najlepiej — wspomina pani Tereska.

Niestety, miała zawał serca. I to ponownie zmieniło jej życie. — Nie mogła pracować, nie mogła wykonywać ciężkich prac. Musiałam zrezygnować z uprawiania działki. Teraz mieszkam sama i nie daję sobie rady ze wszystkim. Dlatego pomocy szukam w Środowiskowym Domu Samopomocy — mówi.

Ma tylko jedno marzenie. — Chciałabym na stałe w takim domu zamieszkać. Domu, w którym jest ciepło, ładnie, nie wieje przez okna i nie trzeba go remontować i ciągle czegoś naprawiać — mówi.

HALINA ROZALSKA



JOANNA
KARZYŃSKA
j.karzyńska@
gazetaolsztynska.pl

Grażyna Saj-Kłoczek ze Szczytna ma 63 lata i ogromny optymizm, którym zaraża wszystkich wokół. Swoim uśmiechem z łatwością zjednuje sobie ludzi. Jest typem perfekcjonistki i wszystko chce zrobić najlepiej, jak potrafi. Dzięki swoim pasjom ma ogromny dystans – do samej siebie, ludzi ją otaczających oraz swoich niepowodzeń. Pasje nie stały się po prostu zwykłym hobby, ale są dla niej czymś więcej – sposobem na zrozumienie świata. Jej mottem życiowym natomiast jest „Szczęśliwym się nie jest. Szczęśliwym się bywa”.

— BYWAM BARDZO CZĘSTO SZCZĘŚLIWA, ALE I MNIE DOPADAJĄ LĘKI, TROSKI... JEDNAK KAŻDEGO DNIA DZIĘKUJĘ ZA TO, ŻE PO PROSTU JESTEM I MOGĘ CIESZYĆ TYM, CO MNIE OTACZA — MÓWI PANI GRAŻYNA. — JESTEM CZŁOWIEKIEM SOLIDNYM, ODPOWIEDZIALNYM I SŁOWNYM. JEDNAK JAKO ZODIAKALNY RAK, CZASEM POTRAFIE USZCZYPNĄĆ, A CZASEM TAK SIĘ PRZESTRASZYĆ I SCHOWAĆ W SWOJEJ SKORUPCE, ŻE AŻ STRACH.

Wszystko widzę i przeżywam inaczej. Mój syn Mariusz zwykł mawiać, że bywam na innej imprezie niż wszyscy, bo z szarości wydobywam kolory, a synowa Irmina dodaje, że i tak ma najwspanialszą teściową pod słońcem, zaś mąż Janusz, który męczy się ze mną już 39 lat, często powtarza: „Mała znów w swoim świecie”. To prawda, potrafię stworzyć swój świat i dobrze mi w nim. Zatracam się, gdy czytam książkę, gdy oglądam film, gdy jestem na koncercie lub gdy po prostu jadę rowerem. Uwielbiam ruch na świeżym powietrzu, a rower to najlepszy środek lokomocji. Często słońce przysiadła do moim bagażnika, a „kwiaty we włosach targa wiatr”. Łaknę ruchu i aktywności, gdyż pracę mam biurową — od 43 lat związana jestem

ze „Społem” Powszechną Spółdzielnią Spożywców. Sumując moje związki: ciągle ten sam mąż - Janusz, ta sama praca i współpraca — czyli stałość uczuć potwierdzona. Ach, jeszcze konsekwencja — jak już się czegoś podejmę, to wykonam, zrealizuję. Moja przyjaciółka Halinka twierdzi, że mogę czegoś nie wiedzieć, ale wiem, gdzie tego szukać. Wszyscy mają ze mną wesoło, bo ze względu na to, że imieniny obchodzę 1 kwietnia lubię żartować, śmiać się i wygłupiać.

Kobieta żywioł

— Dobłą energię kobiecą i pasję mamy w sobie. Wystarczy z niej korzystać — mówi pani Grażyna. — Uczono nas kiedyś, że kobieta to „słaba płeć”, a to niezbyt budujące wiarę w siebie... Przecież w rzeczywistości mamy w sobie bardzo dużo siły, niekoniecznie mierzonej fizycznie. Naszym źródłem siły jest m.in. nasza wrażliwość, uczuciowość, intuicja. Jeśli pozwolimy sobie wsłuchać się w siebie, we własne potrzeby, łatwiej nam będzie rozpoznać, co jest dla nas dobre i co daje poczucie szczęścia.

Pani Grażyna jest jedną z osób, które przyczyniły się do powstania liczącej już 23 lata grupy „Kręcioły”. Pomysłodawcą wycieczek rowerowych jest Artur Trochimowicz.

— Dawno, dawno temu wzięłam udział z synem w wyprawie nauczycieli do Gromu. Jechaliśmy pociągiem, ale wracaliśmy, jak to się mówi, „z buta” — wspomina. — Wówczas Artur powiedział: „szkoda, że nie mamy rowerów”. Długo nie trzeba było czekać i rowery się pojawiły, a jak rowery, to też pasjonaci, m.in. ja i moje koleżanki: Marzena Kucharczyk i Ela Skawińska oraz panowie Klemens Dzierżanowski, Paweł Cieślak, Stanisław Czarkowski. Najpierw były rajdy organizowane przez Artura, potem przez Powiatowe Centrum Sportu. Spodobało się nam i umawialiśmy się o 10. na placu Juranda i tak kręcimy do dziś. Wszystkie wyprawy faktycznie przeżywałam „sercem”, bo każdą opisywałam. Mam kilka opasłych kronik i moc zdjęć. Wielokrotnie organizowałam wystawy, na których prezentowaliśmy nasze zdjęcia lub rysunki



W „Gabinecie wspomnień” stworzonym przez panią Grażynę można cofnąć się w czasie o kilkadziesiąt lat

DZIĘKI PASJOM MOGĘ PIĘKNIE IŚĆ PRZEZ ŻYCIE

PASJA TO COŚ, CO NAS CIESZY, NAPĘDZA, DODAJE SKRZYDEŁ. GDY ROBIMY COŚ, CO KOCHAMY, CZUJEMY SIĘ LEPIEJ SAME ZE SOBĄ. DLA GRAŻYNY SAJ-KŁOCEK ZE SZCZYTNA JEJ HOBBY TO SPOSÓB NA ODERWANIE SIĘ OD OBOWIĄZKÓW, PRESJI CZASU, NA ODSZTRESOWANIE SIĘ. TO KOBIETA - ŻYWIOŁ! SPACERUJE, BIEGA, JEŹDZI ROWEREM, KOCHA NARTY I ŁYŻWY, CZYTA KSIĄŻKI, UWIELBIA CHODZIĆ NA WERNISAŻE I KONCERTY, UWIELBIA RUCH NA ŚWIEŻYM POWIETRZU, A ROWER TO JEJ NAJLEPSZY ŚRODEK LOKOMOCJI. NA DODATEK W JEDNEJ FIRMIE PRZEPRACOWAŁA 43 LATA!

rodzimy artystów. Ze względu na to, że często odwiedzaliśmy kościoły oraz mijaliśmy święte, przydrożne figurki wystawy nosiły nazwy np. „Kręcioły fotografują kościoły” lub „Kapliczki przydrożne, krzyże pobożne”.

— Kocham jeździć na rowerze — mówi. — Mój rower i wszystko to, co

z nim związane to sól mojego życia, bez tego nic nie smakowałoby tak jak teraz. Pasja rowerowa otacza mnie jak powietrze, jest wszędzie. Jeżdżąc na rowerze podziwiam piękno przyrody, na rowerze przekraczam granice własnych słabości, na rowerze poznaję nowych, ciekawych ludzi, na rowerze się

uśmiecham i wiem, że jest to coś, co daje mi energię by każdego dnia optymistycznie patrzeć w przyszłość. Na rowerze po prostu kocham życie! A kiedy zimą rower odpoczywa, codziennie spaceruję i kiedy tylko mogę jeżdżę na nartach lub łyżwach.

63-latką potwierdza, że pasja i sport nie znają gra-

nicy wieku. Pani Grażyna jest osobą bardzo ambitną, pozytywnie nastawioną do życia, wciąż stawiającą sobie kolejne sportowe wyzwania. Realizacja jej aktywnych planów wymaga sporo pracy i zaangażowania.

— ROWER POMAGA MI W TRUDNYCH SYTUACJACH... KIEDY JEST SMUTNO I ŻŁE, SIADAM NA ROWER — OPOWIADA PANI GRAŻYNA. — PO KILKUKILOMETROWYM DYSTANSIE JESTEM JUŻ TYLKO JA, ROWER, PRZYŚPIESZONY ODDECH I KOLEJNE KILOMETRY DO POKONANIA. PROBLEMY STAJĄ SIĘ WTEDY DUŻO MNIEJSZE, A CZASEM CHOĆ NA CHWILĘ NIEWIDOCZNE.

Rower daje mi poczucie wolności. Uwielbiam jazdę w teren, czuję się wtedy wolna i szczęśliwa. Błota, pola, lasy, szukanie ciekawych dróg, znajdowanie nowych magicznych miejsc. Ile to razy na drodze, której nie znam, po pokonaniu zakrętu myślę sobie: ależ tu pięknie! Ile razy po pokonaniu podjazdu, już na górze w ulamku sekundy zapominam o bólu w nogach, o tym, że brakło tchu, bo te piękne widoki wynagradzają mi wszystko. Przejazd nową trasą, zdobycie kolejnego wzniesienia....czuję się wtedy wspaniale. To jest właśnie prawdziwa radość. Radość z pasji. Radość z jazdy rowerem!

Pani Grażyna uwielbia podróżować i zwiedzać. Spaceruje, biega, jeździ rowerem, kocha narty i łyżwy, czyta książki, uwielbia chodzić na wernisaże i koncerty, uwielbia ruch na świeżym powietrzu, a rower to jej najlepszy środek lokomocji. To osoba, dla której doba trwa zbyt krótko.

— Pasje dodają mi pewności siebie i sprawiają, że kocham siebie i swoje życie — mówi. — Kształtują i sprawiają, że życie jest ciekawe i pełne nowych wyzwań. Najważniejsze dla mnie to żyć chwilą i wykorzystywać każdą minutę swojego życia. Najważniejsze jest dla mnie szczęście moje i mojej rodziny. Miłość i spokój. Bo to dzięki nim chcę pięknie iść przez to moje życie.



— Rower to najlepszy środek lokomocji. Mąż też towarzyszy mi podczas wypraw — śmieje się pani Grażyna.

Jezioro wspomnień

W 2021 roku 10 stycznia miała miejsce premiera książki „Jezioro wspomnień” pani Grażyny i jej synowej Irminy. Książka to nietypowy projekt literacki stworzony z miłości, w hołdzie marzeniom. Powieść opowiada o dwóch kobietach, które połączyła miłość do jednego mężczyzny. Panie wyruszają w sentymentalną podróż po dawnym

i współczesnym Szczytnie, gdzie w pełen życzliwości sposób próbują napisać wspólną historię.

— Kiedy ukończyłam szkołę średnią, koleżanki rozjechały się do domów a ja zostałam sama. Nikt wtedy nie znał słowa „depresja”, więc żeby zagospodarować wolny czas wpadłam na pomysł napisania powieści — opowiada pani Grażyna. — Był rok 1979. Powieść powstała w zeszy-

cie, gdzie ręcznie pisałam. Zeszyt ten mam do dziś. Potem treść przepisałam na maszynie do pisania. Po wielu latach mój syn przepisał go komputerowo. Marzyłam, że kiedyś wydam książkę i kiedy moja synowa Irmina o tym usłyszała postanowiła coś z tym zrobić. To był czas pandemii, synowa rozbudowała treść, konsultowałyśmy się cały czas mailowo i telefonicznie. Tak powsta-

ła książka. Syn z synową skontaktowali się z wydawnictwem. I udało się! Wydaliśmy naszą książkę!

43 lata w jednej pracy

W szkole średniej pani Grażyna odbywała praktyki zawodowe w sekretariacie szczyteńskiego „Społem”. Obsługiwała centralę telefoniczną. Potem wkażde wakacje przez miesiąc tam pracowała. Kiedy nie dostała się na wymarzone studia dziennikarskie otrzymała ofertę pracy — oczywiście ze „Społem”. I tak 1 marca 1980 roku została zatrudniona na umowę o pracę.

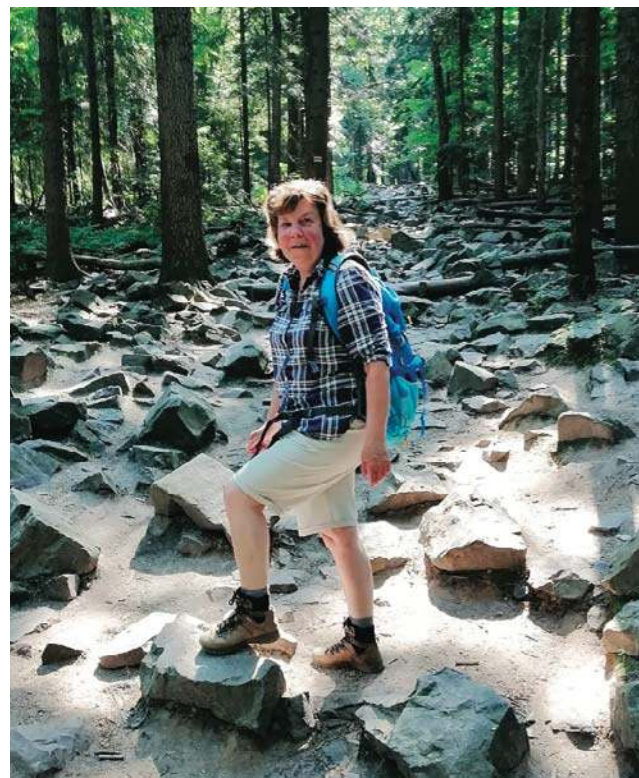
— Aż wierzyć się nie chce, że tak szybko minął ten czas — mówi wzruszona pani Grażyna. — Wiele pięknych wspomnień, wielu ludzi tu poznałam, wiele się nauczyłam. Muszę się przyznać, że jeśli czegoś nie umiałam, to musiałam się nauczyć. Jestem osobą konkretną i zorganizowaną, nie boję się wyzwań i ryzyka. Jak już się czemuś poświęcam, to całą sobą. Uparcie dążę do wyznaczonego celu.

W jednym z pomieszczeń „Społem” pani Grażyna utworzyła Gabinet Wspomnień. Czego tam nie ma! Można powrócić do czasów sprzed kilkadziesiąt lat. Są stare wagi, porcelana „Społem”, książki, kalendarze, różne bibeloty i dokumenty. Warto odwiedzić to miejsce i powrócić na chwilę do czasów kiedy na półkach królował... ocet.

Czas na zastężoną emeryturę!

Za trzy miesiące czeka na panią Grażynę zasłużona emerytura. Kobieta nie martwi się jednak, co będzie na niej robić. Już ma wiele pomysłów i planów jak zagospodarować swój wolny czas.

— Szykuję się już do emerytury, więc będę miała więcej czasu na rozwijanie swoich pasji — zapewnia pani Grażyna. — Nie mam pojęcia, co będę robiła konkretnie na emeryturze, jak zdrowie pozwoli, to wszystko. Już teraz muszę dbać o kondycję, by zapocentowała na wycieczki rowerowe, wyprawy na narty i wędrowki wokół jeziora, i zdobywanie szczytów, na czytanie, wyjścia na koncerty, wystawy...



Pani Grażyna uwielbia wędrowki po górach

Chciałabym długo być aktywna i bez końca uczestniczyć w życiu kulturalnym miasta. Na pewno zapiszę się do Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Uważam, że w życiu należy robić to, do czego ma się zamiłowanie, nie na siłę, a poza tym należy umiejętnie rozwijać posiadane talenty, spełniać marzenia. Ludzie, którzy nie odnaleźli swojej drogi życiowej, bez pasji, zainteresowań, przyjaciół są nudni i zawsze pesymistycznie nastawieni do innych. Myślę, że emerytura to dobry czas na spełnianie swoich marzeń! — podkreśla.

Marzenia na wyciągnięcie ręki

Pani Grażyna śmieje się, że wszystkiego się boi, ale umie przezwycięzać lęki, a upór i często determinacja są jej sprzymierzeńcami. Aktywność ma wpisana

w życiorys i lubi być tam, gdzie coś się dzieje.

— Niedawno spełniło się moje marzenie — byłam z synem na urlopie w Białce Tatrzańskiej — mówi pani Grażyna. — Tak jakoś w moim życiu się dzieje, że co sobie pomyślę a się samo realizuje. czasem sobie pomyślę tylko a to do mnie przychodzi... Chciałabym być zdrowa i żeby moi bliscy też byli zdrowi. Amarzenia? No cóż teraz marzę o tym, by zobaczyć jak w górach, na łąkach i szczytach kwitną krokusy. Widziałam to tylko raz, kilka lat temu i jestem zauroczona... Ot takie to moje marzenie. I żeby mi się udało po raz piąty już przejść szczyteńską Ekstremalną Drogę Krzyżową. 33 kilometry w ciemnościach, ciszy i skupieniu. Kiedy idę unosi mnie coś duchowego — to dla mnie niesamowite przeżycie...



Pani Grażyna w biurze „Społem” pracuje 43 lata



Podczas promocji książki „Jezioro wspomnień”

TELEOPIEKA JEST U NAS BEZPŁATNA

Teleopieka domowa działa w Giżycku już 7 rok. Do tej pory z „przycisku życia” skorzystało ponad 150 osób. — To jest dobry wynik, ale mógłby być jeszcze lepszy — uważa dr Katarzyna Karolska, główna specjalistka w Biurze Promocji i Polityki Społecznej UM w Giżycku.

Warmińsko-Mazurski Samorządowy System Teleopieki Domowej w Giżycku ruszył w naszym województwie jako pierwszy. W Polsce wówczas teleopieka jeszcze „raczkowała”, a mimo to burmistrz Giżycka podjął decyzję o zorganizowaniu naszym seniorom dodatkowego wsparcia z pozycji miejsca zamieszkania. To był odważny krok i z pewnością innowacyjny — uważa dr Katarzyna Karolska, koordynatorka programu teleopieki w Giżycku.

— Za naszym przykładem marszałek województwa warmińsko-mazurskiego postanowił pilotażowo wdrożyć w kilku wybranych gminach system teleopieki, mając nadzieję, na przyjęcie wśród seniorów nowego rozwiązania, służącego poprawie ich poczucia bezpieczeństwa w domu. Tak też się stało. Giżycko przez długi czas było podawane za przykład rozwoju usług z myślą o jego najstarszych i schorowanych mieszkańcach.

Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej, widząc popyt wśród seniorów na dobrze działającą

usługę teleopieki, postanowiło wdrożyć w 2022 r. oraz 2023 r. program wspierający samorządy pod nazwą „Korpus Wsparcia Seniorów”, z którego oczywiście skorzystało również Giżycko.

— Będąc organizatorem i koordynatorem systemu w Giżycku od 2017 r. starałam się, aby nikomu nie zabrakło „przycisku życia”, a nawet prosiłam seniorów i ich rodziny o pomoc w promowaniu takiego rozwiązania w naszym mieście. Do 2021 roku działanie systemu było oparte wyłącznie na budżecie miejskim, z którego to burmistrz zabezpieczał środki na coroczne funkcjonowanie i rozwijanie systemu. Ministerstwo poprzez swój program „Korus Wsparcia Seniorów” dało jeszcze większe możliwości rozwoju teleopieki, dlatego możemy pochwalić się, że nasze wnioski zostały przyjęte i dofinansowane, z czego bardzo się cieszymy. To również bardzo duża pomoc na rzecz naszych mieszkańców — podkreśla dr Karolska.

Promując od siedmiu lat funkcjonowanie teleopieki w Giżycku, czyli BEZPŁATNEGO „przycisku życia”, odczuwa spory



Fot. Arch. Katarzyny Karolskiej

Dr Katarzyna Karolska od siedmiu lat promuje funkcjonowanie teleopieki w Giżycku, czyli bezpłatnego „przycisku życia”

niedosyt. Wykorzystała do tej pory wszystkie możliwe narzędzia, aby dotrzeć z informacją o teleopiece w Giżycku do jak najbardziej szerokiego grona odbiorców. Jak się okazuje, nadal występuje niewiedza na ten temat.

— Mimo to nie poddaje się, bo wierzę, że małymi krokami dotrę do naszych samotnie mieszkających

seniorów — dodaje dr Katarzyna Karolska i zwraca się z prośbą o zainteresowanie się, czy jakaś osoba w naszym otoczeniu nie potrzebuje wsparcia w postaci „przycisku życia”.

— TO WAS NIC NIE KOSZTUJE OPRÓCZ WYKONANIA JEDNEGO TELEFONU (NUMER 798 112 125) DO MNIE Z PYTANIEM, CZY MOGLABYM OBJĄĆ OSOBĘ TELEOPIEKĄ. RESZTA DZIAŁAŃ JEST PO MOJEJ STRONIE.

Pamiętajmy, że my również będziemy kiedyś seniorami. Nie bądźmy obojętni, zatrzymajmy się na chwilę i zapytajmy sąsiada/sasiadkę, jak się czuje? Czy może chciałaby się poczuć bezpieczniej we własnym domu, dzięki „przyciskowi życia”?

Objęte teleopieką mogą być osoby mieszkające w Giżycku, po 65 roku życia, mieszkające samotnie, schorowane. Senior w przypadku zagrożenia zdrowia lub życia może sam wezwać pomoc poprzez naciśnięcie jednego przycisku SOS znajdującego się na dedykowanym urządzeniu. Są to urządzenia II generacji z GPS

oraz czujnikiem upadku, gdzie nie ma potrzeby posiadania swojego telefonu komórkowego czy stacjonarnego. „Przycisk życia” jest urządzeniem samowystarczającym i prostym w obsłudze. Po naciśnięciu czeka na zwrotne połączenie dyspozytora (do ok. 2 minut) z Polskiego Centrum Opieki z Gdyni, skąd świadczona jest usługa dla naszego miasta. Dyspozytorzy ustalają, jaka pomoc jest potrzebna seniorowi. Większość połączeń od naszych seniorów nie wymaga interwencji karetki a doraźnej pomocy psychologicznej, czy po prostu poinformowania najbliższych osób podanych w systemie do kontaktu, że senior prosi o wizytę w domu. To są często napady lękowe, czy pochodne, nie wymagające interwencji zespołu ratowniczego. W przypadku braku kontaktu głosowego z podopiecznym dyspozytor podejmuje odpowiednie kroki i uruchamia jednostki ratownicze, a także informuje najbliższe osoby seniora o zaistniałej sytuacji. Dyspozytor służy pomocą 24 h/dobę. Senior zawsze może się połączyć o każdej porze dnia czy nocy.

KT



OBJĘTE TELEOPIEKĄ MOGĄ BYĆ OSOBY MIESZKAJĄCE W GIŻYCKU, PO 65 ROKU ŻYCIA, MIESZKAJĄCE SAMOTNIE, SCHOROWANE. SENIOR W PRZYPADKU ZAGROŻENIA ZDROWIA LUB ŻYCIA MOŻE SAM WEZWAĆ POMOC POPRZECZ NACIŚNIĘCIEM JEDNEGO PRZYCISKU SOS ZNAJDUJĄCEGO SIĘ NA DEDYKOWANYM URZĄDZENIU.

SENIORZY POZNAJĄ RÓŻNE ZAKĄTKI NASZEGO KRAJU

Ciepłe kapcie i serial w telewizji? Taki wizerunek seniora odchodzi do lamusa. Choć błogie lenistwo ma swoje uroki - seniorzy swój wolny czas traktują jako szansę na aktywność. Chcą miło spędzać czas, bawić się i zapomnieć o samotności.

Ludziom starszym, którym należy się szacunek i uznanie za bezinteresowną miłość i mądrość oraz tradycje, jakimi obdarowują młodsze pokolenia. To oni są w naszych domach piewcami tradycji. Niosą ciepło i zrozumienie. Kultuwują stare obrzędy i zwyczaje, przez co wzbogacają i przekazują unikalną kulturę i obyczaje naszego regionu.

Polacy po pięćdziesiątce czują się młodo i wierzą, iż czeka ich jeszcze wiele wspaniałych chwil. Choć w emitowanych w telewizji reklamach ci ludzie

to uwięzieni w domach staruszkowie, których życiowym celem jest dbanie o rodzinę i walka z bólem. A jeśli czasem robią coś nietypowego, to wiele osób patrzy na to ze zdziwieniem. A jak mówią seniorzy emerytura to czas aby spełniać swoje marzenia!

Grupa seniorów z Gminy Świątajno wyjechała na wycieczkę do Torunia. Historia tego pięknego miasta sięga niemal ośmiuset lat. Toruń jest jednym z kilku miast, które jako pierwsze na obecnych ziemiach polskich uzyskały prawa miejskie, a na Pomorzu



Fot. Arch. Organizatorów

Seniorzy wszystkie troski zostawiają w domach i aktywnie spędzają czas

był pierwszym lokowanym grodem. Miasto słynie z niezwykłych zabytków

uznanych przez UNESCO za kulturowe dziedzictwo ludzkości, a także burzliwej

ijakże bogatej historii oraz - a może przede wszystkim - znane z powodu Mikołaja Kopernika i pierników. Oprócz zwiedzania miasta i spaceru, podczas którego seniorzy natknęli się na toruńskiego osiołka była też wizyta w teatrze.

— Jesteśmy na emeryturach, jednak nie mamy czasu na nudę — mówią seniorzy. — Chcemy korzystać z życia. Jak byliśmy młodzi, nie było czasu na podróżowanie, odpoczynek, zabawę czy realizowanie swoich pasji. Teraz, kiedy nasze dzieci się usamodzielnili mamy czas dla

siebie i zamierzamy korzystać z uroków życia. Dopóki nogi jeszcze pozwalają trzeba być aktywnym, a takie wspólne spotkania i wyjazdy pozwalają nam na miłe spędzanie czasu wolnego. Podróż kształcą, rozwijają, dostarczają wrażeń i wspomnień. Z podróży przywozimy pamiątki, zdjęcia ale również wspaniałe, niezapomniane i niepowtarzalne wspomnienia - zapewniają.

Zmęczeni, ale pełni wrażeń uczestnicy Klubu Senior + ze Świątajna i Spychowa wrócili do domu.

JOANNA KARZYŃSKA

CZY CUKIER UZALEŻNIA JAK NARKOTYK?

Nie ma jednoznacznej odpowiedzi na pytanie, dlaczego mimo wszystko cukier nie uzależnia tak silnie jak narkotyki. Czy istnieją jakieś mechanizmy w mózgu, które odpowiadają za tę różnicę? Skąd tak łatwe uzależnienie od kokainy?

Większość struktur mózgowych aktywowanych przez spożywanie cukru i przyjmowanie narkotyków pokrywa się. Jednak podczas gdy pierwszy kontakt z cukrem wywołuje ogromne pobudzenie praktycznie w całym mózgu, nawet poza układem nagrody, to pierwszy kontakt z narkotykiem wcale nie jest tak intensywny — zauważyli polscy neurobiolodzy.

To pokazuje, jak ważnym bodźcem dla organizmu jest informacja o dostępie do słodkiego — a więc kalorycznego — pożywienia. Jeszcze więcej różnic pojawia się, kiedy na każdą z tych dwóch substancji organizm jest wystawiony przez dłuższy czas.

Badacze z Centrum Badań nad Plastycznością Neuronową i Chorobami Mózgu BRAINCITY, działającego w ramach Instytutu Biologii Doświadczalnej im. Marcelego Nenckiego PAN, ustalili i opisali na łamach „Translational Psychiatry”, które ośrodki mózgowo odpowiadają za przetwarzanie bodźców związanych z ekspozycją na nagrody naturalne (jak słodkie jedzenie) oraz uzależniające (jak narkotyki).

Badania prowadzono na myszach laboratoryjnych. — Zależało nam, żeby pokazać, w jaki sposób mózg przetwarza informacje o nagrodach — mówi w rozmowie z PAP dr Anna Beroun, autorka publikacji i kierowniczka Pracowni Plastyczności Neuronowej. — W tym celu wybraliśmy dwa różne pozytywne bodźce: słodką wodę oraz kokainę. Wykorzystaliśmy technikę obrazowania arkuszem światła (ang. light-sheet imaging), dzięki której mogliśmy spojrzeć na całą półkulę mózgu i obserwować wszystkie struktury jednocześnie.

Aby móc zajrzeć tak głęboko, a zarazem zachować strukturę mózgu i wszystkie połączenia, jakie w nim istnieją, dr Beroun i jej współpracownicy musieli poddać mysie mózgi procedurze tzw. oczyszczania optycznego. Jest to tech-



Naukowcy prowadzą badania, żeby w przyszłości móc lepiej pomagać osobom z problemem uzależnienia

nika polegająca na wypłukaniu z tkanki lipidów, dzięki czemu mózgi stają się przezroczyste i światło może przechodzić przez całą ich grubość nie rozpraszając się. — W naszym doświadczeniu udało nam się zobrazować niemal 400 struktur aktywowanych cukrem bądź kokainą — relacjonuje badaczka.

Myszy, podobnie jak ludzie, bardzo lubią słodki smak. Naukowcy zapewnili im więc stały dostęp do słodkiej wody lub zwykłej wody pitnej. Kolejnej grupie gryzoni podawali zaś zastrzyki z kokainą. — Myszy, gdy mają możliwość samopodawania sobie kokainy, uzależniają się od niej tak jak ludzie. W naszym doświadczeniu, podając im kokainę w zastrzykach, wywołaliśmy efekt tzw. sensytyzacji lokomotorycznej, a więc użytkiwaliśmy coraz silniejszy efekt (widziany jako większa aktywność ruchowa) po każdej kolejnej dawce narkotyku — tłumaczy dr Beroun.

Zmiany w mózgach naukowcy obserwowali w dwóch etapach: tuż po pierwszym kontakcie z nagrodą oraz po 7 dniach codziennej ekspozycji. Wpływ obu substancji także mierzyli na dwa sposoby: wspomnianym wyżej obrazowaniem, które pozwoliło analizować wszystkie struktury jednocześnie,

oraz za pomocą elektrofizjologii, aby zbadać siłę połączeń żywych komórek w jednej wybranej strukturze, a konkretnie jądrze półleżącym.

Rozmówczyni wyjaśnia, że za procesowanie pozytywnych bodźców, które docierają do zarówno mysiego, jak i ludzkiego organizmu, odpowiada układ nagrody. Składa się on z wielu różnych struktur, m.in. pola brzuszno nakrywki, kory przedczołowej, hipokampu. Do układu tego należy także prążkowie wraz ze swoją częścią — jądrem półleżącym, które odpowiada za motywację do poszukiwania i pozyskania nagrody.

W PRZYPADKU KONTAKTU Z NOWYM, NIEZNANYM DOTĄD BODŹCEM, UKŁAD NAGRODY W POŁĄCZENIU Z INNYMI STRUKTURAMI POMAGA ZDECYDOWAĆ, CZY BYŁ ON POZYTYWNY CZY NEGATYWNY ORAZ ZAPAMIĘTUJE GO, BY W PRZYSZŁOŚCI ZNÓW GO POZYSKAĆ I DOŚWIADCZYĆ.

— Nasze doświadczenie pokazało, iż pierwszy kontakt z cukrem wywołał ogromne pobudzenie praktycznie w całym mózgu, a więc nie tylko w układzie nagrody — opowiada dr Beroun. — To pokazuje, jak ważnym dla organizmu

bodźcem jest informacja o dostępie do słodkiego (a więc kalorycznego) pożywienia. Ale już u myszy, które miały dostęp do słodkiej wody przez siedem dni, takiej globalnej aktywacji nie zaobserwowaliśmy. Po takim czasie cukier nie był już dla nich nowym bodźcem, informacja o dostępie do nagrody zostały zapamiętane.

Inaczej sytuacja przedstawiała się w przypadku kokainy. Pierwszy kontakt z nią nie wywołał co prawda tak dużych zmian, jak to było z cukrem, za to dłuższy dostęp do narkotyku (jedna dawka codziennie przez siedem dni) spowodował globalne pobudzenie mózgu, znacznie większe niż w przypadku słodkiej wody. Oprócz większej liczby struktur aktywowanych wielorazowym podaniem kokainy naukowcy zauważyli też różnice w tzw. modułowości mózgu. Moduły to grupy struktur, które współdziałają ze sobą w procesowaniu danego bodźca lub zachowania. Istnieje hipoteza, że im więcej jest modułów, tym lepsza plastyczność synaptyczna, a więc także sprawniejsze przesyłanie i analizowanie informacji. — W naszym doświadczeniu zaobserwowaliśmy, że pojedyncze podanie nagrody, zarówno cukru jak i kokainy, zwiększało modułowość

mózgu. Natomiast przy wielokrotnym podawaniu tylko narkotyku utrzymywał zwiększoną modułowość struktur, a cukier już nie — zaznacza specjalistka.

Jeśli chodzi o struktury aktywowane cukrem i kokainą, to w większość przypadków pokrywały się one, choć badacze zlokalizowali także kilka takich, które były specyficzne dla jednej bądź drugiej nagrody. Do bardziej szczegółowej analizy wybrali jądro półleżące, które wykazywało dużą aktywność zarówno przy nagrodzie naturalnej jak i farmakologicznej. „Przyjrzelismy się, jakim adaptacjom uległy synapsy zlokalizowanych w nim neuronów. Z literatury wiemy, iż kokaina tworzy w tym regionie niedojrzałe połączenia, zwane milczącymi synapsami. Takie synapsy, gdy dojrzeją, są odpowiedzialne za poszukiwanie narkotyku. Odkryliśmy, że cukier, podobnie jak narkotyk, tworzył takie milczące synapsy, wciąż nie wiemy jednak, jaki jest los ich dalszy los — czy z czasem dojrzejewają i wzmacniają połączenia między komórkami czy też zanikają. Nie wiemy też jeszcze, czy inne struktury w mózgu aktywowane cukrem i kokainą (np. te spoza układu nagrody) tworzą podobne połączenia” — mówi autorka omawianej publikacji.

BADACZKA PODKREŚLA, ŻE POMIMO WIELU LAT BADAŃ NIE MAMY JESZCZE JEDNOZNACZNEJ ODPOWIEDZI NA PYTANIE O TO, DLACZEGO MIMO WSZYSTKO CUKIER NIE UZALEŻNIA TAK SILNIE JAK NARKOTYK.

Czy istnieją inne mechanizmy w mózgu, niezwiązane z układem nagrody, które odpowiadają za tę różnicę? Co ma największy wpływ na tak wielką siłę uzależnienia od kokainy?

— Rozwikłanie tej zagadki nurtuje neurobiologów na całym świecie — mówi dr Beroun. — Uważa się, że nagrody naturalne (np.



PIERWSZĄ CUKROWNIĘ W KRÓLESTWIE POLSKIM URUCHOMIONO W 1826 ROKU

słodkie jedzenie) przy pierwszym kontakcie powodują wyrzut dopaminy — neuroprzekaźnika modulującego pobudliwość elektryczną neuronów i ułatwiającego procesy plastyczności synaptycznej, czyli zmianę siły lub liczby synaps w odpowiedzi na bodźce z zewnątrz. Plastyczność synaptyczna często utożsamiana jest z zapamiętywaniem informacji i tworzeniem wspomnień. Normalne jest, iż kolejny kontakt z tym samym bodźcem nie powoduje już tak silnej aktywacji neuronów dopaminowych. Za to narkotyki takie jak kokaina w sposób sztuczny zwiększają dostępność dopaminy z uwagi na ich działanie farmakologiczne. Niezależnie czy jest to pierwszy, czy kolejny kontakt z substancją, nadal będzie ona wywoływać w mózgu zmiany ułatwiające tworzenie wspomnień o narkotyku.

Ciekawostką jest to, że istnieją różnice między tym, czy kokainę podaje nam ktoś inny, czy sięgamy po nią sami. Badania sugerują, że możliwość samopodawania wywołuje silniejsze skojarzenia.

Dr Beroun zaznacza, że badanie jej zespołu ma na celu poznanie mechanizmów rozwoju uzależnienia. — Wiedząc, iż naturalne i uzależniające substancje aktywują mózg w podobny sposób, chcemy znaleźć odpowiedź, dlaczego w niektórych przypadkach rozwija się uzależnienie, a w innych nie — mówi. — Wszystko po to, by w przyszłości móc lepiej pomagać osobom, które dotknął ten problem.

KATARZYNA CZECHOWICZ/PAP

JASKRA: CHOROBA CYWILIZACYJNA

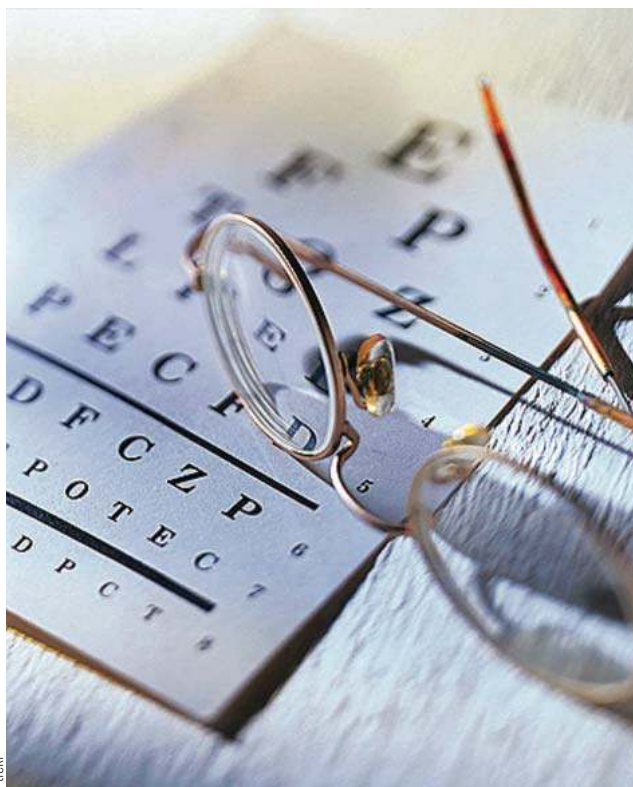
Jaskra jest w krajach rozwiniętych główną przyczyną ślepoty. W Polsce cierpi na nią 800 tys. osób, a połowa z nich o tym nie wie – alarmują eksperci.

Jaskra to cała grupa schorzeń charakteryzujących się postępującym uszkodzeniem nerwu wzrokowego. (...) To się przekłada na powstanie ubytków w polu widzenia, które mogą ostatecznie kończyć się ślepotą – wyjaśniła prezes Polskiego Towarzystwa Okulistycznego prof. Bożena Romanowska-Dixon.

Jedną z przyczyn jaskry może podwyższone ciśnienie wewnątrz gałki ocznej, które powoduje niedokrwienie tarczy nerwu wzrokowego i zaburzenie jego odżywiania. Ale u części pacjentów jaskrą ciśnienie wewnątrzgałkowe jest w normie lub wręcz niskie. Do innych czynników mogących mieć wpływ na rozwój jaskry

prof. Romanowska-Dixon zaliczyła: krótkowzroczność, wiek po 35. roku życia, cienkie rogówki oka, niskie ciśnienie ogólne krwi, zbyt intensywnie leczone nadciśnienie tętnicze, zaburzenia gospodarki tłuszczowej w organizmie, zaburzenia naczyniowe, stres.

Z danych Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) wynika, że na świecie na jaskrę cierpi ok. 68 mln ludzi, a 7 mln jest niewidomych z jej powodu. Dlatego WHO uznała jaskrę za chorobę cywilizacyjną. — Z szacunków epidemiologicznych wynika, że w Polsce najprawdopodobniej ok. 800 tys. osób ma jaskrę, a liczba ta może być większa. Jedynie połowa z nich jest zdiagnozowana. Wiemy z danych GUS, że



zdiagnozowanych jest 420 tys. przypadków jaskry u osób powyżej 15 roku życia, a musimy pamiętać, że przypadki tej choroby mogą występować i w młodszych wieku – powiedziała prof. Romanowska-Dixon. Dodała, że zgodnie z przewidywaniami do 2035 r. liczba osób z jaskrą w Polsce może wzrosnąć do 1,2 mln.

OKOŁO 60 PROC. PRZYPADKÓW JASKRY JEST WYKRYWANYCH PRZYPADKOWO, PODCZAS RUTYNOWEJ KONTROLI U OKULISTY.

Okolo 70 proc. przypadków choroby jest wykrywanych zbyt późno, by uratować widzenie, nawet przy intensywnym leczeniu.

W KIERUNKU JASKRY POWINNY SIĘ REGULARNIE RAZ W ROKU BADAĆ M.IN. OSOBY, KTÓRE MAJĄ CZŁONKA RODZINY Z TYM SCHORZENIEM.

— Występowanie jaskry wśród najbliższych członków rodziny zwiększa ryzyko choroby nawet 8-krotnie – powiedziała specjalistka. Badać powinny się też osoby z chorobami kardiologicznymi, po 40. roku życia, żyjące w ciągłym stresie, borykające się z bólami głowy. Zachorować może jednak każdy, dlatego raz na dwa lata każdy powinien przejść pełne badania okulistyczne.

JOANNA MORGA/PAP

JOGA A POPRAWA KONDYCJI SENIORÓW

Praktyka jogi może zapobiegać tzw. zespołowi słabości u osób starszych. Jej regularne ćwiczenie wyraźnie poprawia szybkość kończyn dolnych.

Na łamach „Annals of Internal Medicine” naukowcy z Brigham and Women's Hospital w Bostonie i Harvard Medical School poinformowali o wynikach badań obejmujących łącznie 2384 osób powyżej 65. roku życia, aby ocenić wpływ jogi na tzw. markery słabości, czyli m.in. szybkość chodu, siłę chwytu, równowagę, siłę i wytrzymałość kończyn dolnych oraz wieloskładnikową sprawność fizyczną.

— Osoby starsze są zdecydowanie bardziej obciążone chorobami przewlekłymi, niepełnosprawnością i słabością – piszą autorzy publikacji. — Zespół słabości dotyka nawet 50 proc. dorosłych w wieku 80 lat i starszych, a jej profilaktyka i leczenie to priorytetowe obszary zdrowia publicznego i praktyki klinicznej. Joga może być skuteczną strategią zapobiegania temu zjawisku, gdyż, co potwierdzają badania, poprawia równowagę i mobilność osób starszych.

Przeprowadzona przez lekarzy i naukowców z Bostonu analiza wykazała, że w porównaniu z grupami kontrolnymi, czyli starszymi ludźmi, którzy byli jedynie edukowani co do zdrowego trybu życia albo byli w ogóle nieaktywni, grupy ćwiczące jogę miały poprawioną prędkość chodu, większą siłę kończyn dolnych oraz większą wytrzymałość całego ciała. Jeśli chodzi o równowagę i siłę chwytu, to wyniki były mniej spektakularne.

Badacze podkreślają kli-



niczne znaczenie tego odkrycia.

Chociaż badanie nie dotyczyło porównania między poszczególnymi stylami jogi, to autorzy sugerują, że starszym pacjentom

najlepiej proponować ćwiczenia oparte na jodze Iyengara, praktykowanej w warunkach domowych, odpowiednio dostosowanej do ich możliwości oraz potrzeb.

Wskazują, aby były to 2-3 jednogodzinne sesje tygodniowo.

Odkrycia te poszerzają obszerną bazę publikacji dowodzących, że joga odgrywa ważną rolę w zdrowym starzeniu się i zapobieganiu starczemu osłabieniu.

— Nigdy nie jest za późno, aby rozpocząć uprawianie jogi lub nawet dowolnych innych ćwiczeń fizycznych, aby poprawić swój ogólny stan zdrowia w jesieni życia – podsumowują autorzy.

KATARZYNA CZECHOWICZ/PAP

BADACZE NA TROPIE SZANSY NA DŁUŻSZE ŻYCIE

Seria eksperymentów przeprowadzonych na University of Virginia (USA) wskazuje, że usuwanie ze starzejącego się ciała dwóch związków - glicerolu i aldehydu glicerolowego mogłoby przedłużyć życie. Związki te stanowią szkodliwe produkty działania tłuszczu, którego u starszych osób jest zwykle więcej. — Odkrycie było nieoczekiwane. Badaliśmy dobrze znaną

hipotezę, że sekret długowieczności tkwi w uruchomieniu odmładzającego procesu zwanego autofagią. Natrafiliśmy jednak na nieznany dotąd mechanizm wspierający zdrowie i wydłużający życie — opowiada prof. Eyleen Jorgelina O'Rourke, autorka publikacji, która ukazała się w periodyku „Current Biology”. Kluczem okazało się uruchomienie dwóch usuwających

wspomniane związki enzymów, które są dobrze poznane ze względu na ich zdolność do usuwania także alkoholu. — Ta istniejąca już wiedza znacząco może przyspieszyć poszukiwanie leków, które będą specyficznie aktywowały ten hamujący starzenie proces — twierdzi badaczka. Jej zespół w pierwszej kolejności przeprowadził ekspery-

menty na małym robaku - C. elegans, który dzieli z ludźmi aż 70 proc. genów i jest jednym z głównych modelowych organizmów badawczych. Naukowcy wydłużyli jego życie o 50 proc. Dokonali tego przez podniesienie aktywności genu odpowiedzialnego za jeden z enzymów - dehydrogenazę alkoholową. W dalszych badaniach zauważyli, że

podobnie można działać na komórki drożdży. Później przeanalizowali dane na temat aktywności genów różnych organizmów żyjących w różnych warunkach. U różnych ssaków, także u ludzi odkryli, że stosowanie wspierającej długowieczność ograniczenia liczby przyjmowanych kalorii powoduje właśnie zwiększenie aktywności wspomnianych enzymów.

— Związane z wiekiem choroby stanowią obecnie największe obciążenie pacjentów, ich rodzin i systemu opieki zdrowotnej. Celując w proces starzenia można by najskuteczniej ograniczyć ten problem i u nas wszystkich zwiększyć liczbę lat przeżytych niezależnie i zdrowiu — twierdzi specjalistka.

MAREK MATA CZ/PAP



**MAGDALENA MARIA
BUKOWIECKA**
m.bukowiecka@
gazetaolsztynska.pl

Każdego roku nowalijki wzbudzają wiele kontrowersji, wątpliwości, a wręcz ogólnonarodową debatę. Wiele osób zastanawia się bowiem, czy to możliwe, by hodowane w sztucznych warunkach warzywa mogły mieć jakąkolwiek wartość odżywczą? A zatem — inwestować czy jednak nie?

Co to jest?

Zacznijmy od jakiejś takiej definicji: Nowalijki to młode, pierwsze wiosenne warzywa, zwiastun nowego sezonu warzywno-owocowego na naszych stołach. Entuzjazm budzą w nas głównie z powodu zimy, w czasie której cierpimy na brak witamin i minerałów, ale i na brak świeżych warzyw po prostu. Zgromadzone zapasy ziemniaków, marchwi, jabłek czy kapusty w wyniku długiego przechowywania straciły w międzyczasie wiele cennych substancji. Dlatego z taką spontaniczną radością reagujemy na te pierwsze szklarniowe warzywa: sałatę, rzodkiewkę, pomidory, ogórki, szczypiorek, cebulkę dymkę, rzeżuchę, nać pietruszki i młoda marchewkę.

W wielkich oszklonych halach panuje wieczne lato. Zadbano tam o odpowiednią temperaturę, oświetlenie i wilgotność powietrza, by rośliny miały jak najlepsze warunki. Zazwyczaj nie uprawia się nowalijek na klasycznym podłożu — raczej na mieszaninie torfu, ziemi liściowej, nawozów i mikroelementów. Hodowcy stosują też tzw. uprawy hydroponiczne: korzenie zanurzone są nie w ziemi, tylko w płynnym roztworze składników mineralnych. Skład podłoża zmienia się zależnie od potrzeb danego gatunku roślin. W szklarni nowalijki nie muszą też walczyć ze szkodnikami i takimi czynnikami atmosferycznymi jak grad czy przymrozek. Dzięki optymalnym warunkom rosną szybko i są dorodne.

Wartości odżywcze nowalijek

Zawartością witamin i minerałów warzywa szklarniowe bliskie są tym uprawianym na polu.



NOWALIJKI: DROGIE, ALE CZY ZDROWE?

KWIECIEŃ ZA PASEM. MIMO SZYBUJĄCYCH CEN WARZYW, NOWALIJKI JAK CO ROKU ZNÓW ZROBIĄ ZAWROTNĄ KARIERĘ — TO PEWNE. CO SIĘ JEDNAK KRYJE ZA TYM MAGICZNYM TERMINEM I CZY ABY NA PEWNO WARTO W NIE INWESTOWAĆ? CZY NOWALIJKI — WARTÉ SĄ KAŻDYCH PIENIĘDZY I RZECZYWIŚCIE ZNACZĄ SAMO ZDROWIE?

Jedno co, to nowalijki, ze względu na brak światła słonecznego, mogą mieć tylko nieco mniej witaminy C i bioflawonoidów. Po prostu — dzień jest krótki, a szyba szklarni stanowi filtr dla promieni. Ale ta różnica nie jest znacząca.

O wiele większą różnicę możemy poczuć w smaku, bo z powodu znikomej ilości słońca w nowalijkach nie wytwarza się dostatecznie dużo cukrów i substancji zapachowych. Choćby pomidory, które zerwano zanim dojrzały, a potem umieszczono w komorze wypełnionej etylenem — gazem przyspieszającym dojrzewanie — bywają mniej smaczne. Ale spokojnie: ta metoda nie pozbawia jednak żadnego z warzyw składników odżywczych. W wyrosniętym, ale zielonym pomidorze znajdują się już wszystkie witaminy i składniki mineralne. Zaczernienie przy użyciu etylenu może być najwyżej mniej słodki.

Co z tym zdrowiem?

Rzodkiewka, dzięki związkowi siarki, chroni przed nowotworami. Ma sporo

blonniku pokarmowego, który przyspiesza przemianę materii. Tylko osoby cierpiące na choroby pęcherzyka żółciowego powinny rzodkiewkę unikać, bo te działają żółciopędnie i mogą prowokować ataki bólu. Rzodkiewka stanowi też dość dobre źródło kwasu foliowego: substancji potrzebnej kobietom planującym potomstwo. Ponadto jest niskokaloryczna i dlatego poleca się ją osobom na diecie odchudzającej — oczywiście pod takim warunkiem, że nie oblejemy jej tłustym sosem śmietanowym...!

Z kolei ogórek może i nie jest za bogaty ani w witaminy, ani w minerały — zawiera nieco jodu i witaminy A. Za to kalorii ma tyle, co kot na płasku — 13 kcal w 100 g. Ponadto delikatnie pomaga usuwać nadmiar wody z organizmu, a obecne w ogórkach enzymy rozkładają witaminę C. Lepiej więc nie łączyć ich w jednym daniu, np. z pomidorami.

Salata swój kolor zawdzięcza chlorofilowi, który ma działanie bakteriobójcze, przyspiesza gojenie, chroni przed za-

razkami, pomaga pokonać infekcje. Zawiera też luteinę i zeaksantynę — silne przeciwutleniające, które chronią przed zwyrodnieniem plamki żółtej.



**NOWALIEK NIE
WOLNO TRZYMAĆ
W LODÓWCE
W FOLIOWYCH
TOREBKACH, BO
WYTWARZAJĄCĄ SIĘ
W TAKIM OPAKOWANIU
WILGOĆ PRZYSPIESZA
PRZEMIANĘ
AZOTYNÓW
W RAKOTWÓRCZE
NITROZOAMINY.
LEPIEJ SZUFLADĘ
W LODÓWCE WYŁOŻYĆ
JAKIMŚ MATERIAŁEM
PRZEPUSZCZAJĄCYM
POWIETRZE,
NP. PERGAMINEM
CZY PŁÓTNEM.**

Pomidory mają mnóstwo witaminy C. Zawierają też sporo witaminy E, beta-karotenu, witaminy z grupy B, a także witaminy K. Pomidory to też bogactwo pierwiastków mineralnych. Jednym z najważniejszych jest potas, który dzięki swojemu działaniu moczopędnemu obniża ciśnienie krwi. Kolejny cenny składnik pomidorów to antynowotworowy likopen — naturalny barwnik, dzięki któremu pomidory mają intensywnie czerwony kolor.

Dalej — szczypiorek, to bardzo bogate źródło kwercetyny: silnej substancji przeciwutleniającej, która zapobiega zakrzepom, miażdżycy i zakażeniom. Ma też witaminy C, A, E, B i PP oraz sporo jodu. Na szczypiorek uważać muszą jedynie osoby cierpiące na zgagę.

Rzeżucha ma bardzo dużo wzmacniającej odporność witaminy C. Działa moczopędnie, dlatego zaleca się ją w zaburzeniach pracy nerek. Jest ważna w diecie palaczy, bo neutralizuje rakotwór-

cze związki znajdujące się w dymie tytoniowym.

Nać pietruszki doskonale wzmacnia: w 100 g jest 5 mg żelaza i 177 mg witaminy C — czyli więcej niż w cytrusach. Świetnie wpływa na wzrok i cerę, bo ma aż 5510 µg beta-karotenu i 3,1 mg witaminy E.

Cebula dymka jest warzywem niskokalorycznym: ma 30 kcal na 100 g. Bogata jest za to w mnóstwo witamin: A, C, PP, B1, B2 oraz beta-karoten i kwas foliowy.

Już nawet nie mówię, że te trzy ostatnie nowalijki możemy wyhodować samodzielnie. Zasadzona w doniczce cebula lub pietruszka oraz wysypana na wilgotną ligninę rzeżucha zazielenią się na kuchennym oknie w ciągu kilku dni.

Kiedy szkodzą?

Niestety, do nawożenia nowalijek używa się dużo nawozów sztucznych ze związkami azotu. A co gorsze, warzywa przyswajają je nieselektywnie: pobierają ich tyle, ile im dostarczymy, a nie tyle, ile im potrzeba. A ponieważ najczęściej dostarczamy ich za dużo — kontrole nader często wykazują przekroczenie dozwolonych norm. Nadmiar związków azotu może być u człowieka przyczyną zatrucia, a na dłuższą metę również zwiększać ryzyko nowotworów. Azotany upraszczają się w organizmie do azotynów, które przekształcają się później w rakotwórcze nitrozoaminy.

Dużo azotanów gromadzi się zwłaszcza w korzeniach i zewnętrznych liściach warzyw. A zatem najwięcej może ich być w rzodkiewkach, marchewce czy sałacie. Najgorsze ze wszystkiego: nie jesteśmy w stanie rozpoznać, czy nowalijki, które zamierzamy kupić, są przenawożone, czy nie, bo nie świadczy o tym ani wielkość, ani kolor warzywa. Pozostaje więc jedynie zaopatrywać się u znanych i zaufanych rolników. Bo jeśli warzywa zostały wyhodowane zgodnie z wszelkimi wymaganiami normami, to nie powinny zaszkodzić nawet najmłodszemu. Na młode, surowe warzywa muszą bardzo uważać jedynie alergicy, wrzodowcy i osoby z zespołem jelita nadwrażliwego.

Dobrosława „Aljas” Król: Akademia Pana Flexa

Olsztyn
MOK serdecznie zaprasza na wystawę Dobrosławy „Aljas” Król „Akademia Pana Flexa”. „Akademia Pana Flexa” to połączenie wystawy oraz koncertu. Aljas prezentuje w przestrzeni Galerii Dobro prace, w których otwarcie krytykuje instytucje sztuki. Autorka przedstawia swoje działania od rozpoczęcia edukacji na ASP do stania się dyplomowaną i niezależną artystką.
Prace, które powstawały od pierwszego roku studiów do kilku miesięcy po uzyskaniu magistra, skupiają się na wyrażeniu rozczarowania systemem. Jest to zbiór jawnych sprzeciwów wobec szkolnictwa oraz hierarchii artystycznego świata. Dobrosława Król uwzględnia na nich nie tylko krytykę instytucji, ale także samej siebie - jako uczestnika tej struktury. Aljas w intermedialny sposób przedstawia swoje postulaty: poprzez video, dźwięk, performance, instalację oraz w końcu występ muzyczny.
Wydarzeniem uzupełniającym „Akademię Pana Flexa” będzie koncert „Pisze się przez J”, który odbędzie się w sobotę 25 marca o godz. 21, również w Galerii Dobro.
Dobrosława „Aljas” Król: absolwentka ASP w Warszawie na Wydziale Sztuki Mediów. Zajmuje się przede wszystkim video artem, grafiką oraz sztuką intermedialną. Ponadto rapperka otwarcie reprezentująca społeczność LGBT. W swojej twórczości porusza głównie tematykę queer, zagadnienia społeczno-kulturowe oraz wątki feministyczne.
Galeria Dobro, godz. 18:00. Wstęp wolny

Obchody 60-lecia Instytutu Północnego w Olsztynie

Olsztyn
26 marca 1963 r. oficjalnie zainaugurował swoją działalność Ośrodek Badań Naukowych im. Wojciecha Kętrzyńskiego w Olsztynie. W nawiązaniu do tej daty Instytut Północny zaprasza do udziału w spotkaniu pt. „Instytut Północny im. Wojciecha Kętrzyńskiego - Tradycja i współczesność - 60-lecie działalności”. W programie spotkania wystąpienia profesorów Wojciecha Polaka i Stanisława Achremczyka.
Godz. 12.30, Dom Polski, ul. Partyzantów 87.

Spotkanie z Wojciechem Szalkiewiczem

Olsztyn
Spotkanie z Wojciechem Szalkiewiczem, autorem książki „Zajęcia przeróżne wielebnego kanonika Mikołaja Kopernika”.
Prowadzenie: Ireneusz Iwański.
Godz. 17.00, Wojewódzka Biblioteka Publiczna, ul. 1 Maja 5.

Koncert symfoniczny – Mendelssohn, Haydn, Beethoven



Olsztyn
Wojciech Rodek – dyrygent, Małgorzata Grzegorzewicz-Rodek – sopran, Orkiestra Symfoniczna Filharmonii Warmińsko-Mazurskiej, Piotr Matwiejczuk – prowadzenie koncertu | Program m.in.: Feliks Mendelssohn-Bartholdy – Uwertura koncertowa Cisza morska i szczęśliwa podróż D-dur op. 27, Joseph Haydn – Scena di Berenice, Hob. XXIVa:10, Ludwig van Beethoven – Aria Ah! Perfido na sopran i orkiestrę op. 65, VII Symfonia A-dur op. 92.
Godz. 19:00, sala koncertowa Filharmonii.

Koncert zespołu Big Cyc

Olsztyn
Wspólnie świętujemy 35-lecie istnienia i tworzenia tej nieprzeciętnej kapeli.
Godz. 20:00 w Auli im. Anny Wasilewskiej przy ul. Kościńskiego 11.

Dolce Vita

Olsztyn
Otwarte spotkanie z językiem i kultura włoską – pokaz filmu produkcji włoskiej.
Planeta 11, godz. 19. Wstęp wolny

Koncert: Vibracje

Olsztyn
Koncert zespołu, którego twórczość jest zakorzeniona w muzyce rockowej, choć można w niej odnaleźć także elementy jazzu, hip-hopu, muzyki etnicznej, a nawet współczesnej muzyki klasycznej.
Sala pod Amfiteatrem, godz. 19:00.
Bilety: 30 zł (przedsprzedaż) / 40 zł (w dniu koncertu).

213. rajd dla Wytrwałych

Olsztyn
W sobotę 25 marca wyruszymy na pierwszy wiosenny (w 2023 roku) rajd dla Wytrwałych. Zbiórka na dworcu PKP Olsztyn Główny o godzinie 9.10. Przejazd z Olsztyna do Korsza pociągiem PolRegio (relacja Elk) w godzinach 9.18 - 10.21. Bilety kupowane we własnym zakresie. Zbiórka na stacji PKP w Korszach o godzinie 10.25. Trasa: Korsze PKP - Podlechy - Kraskowo - Tolkin - Linkowo PKP o długości 15 km (może być skrócona o 3 km, do Tolkin PKP). W trakcie rajdu zobaczymy zabytkowe wieże ciśnień, kościoły i cmentarze oraz pozostałości po zespołach pałacowo-parkowych. Powrót pociągiem PolRegio z Linkowa o godzinie 14.17 (lub z Tolkin o godzinie 14.21). Bilety kupowane we własnym zakresie. Rajd poprowadzi przodownik PTTK Andrzej Jurczyński.
Wstęp wolny

JAZZ w Filharmonii – Piotr Schmidt Quintet feat. Kęstutis Vaiginis - Komeda Nieznany 1967



Olsztyn
Po ponad pół wieku, publiczność może podziwiać drugą, nieznaną, część legendarnego projektu Krzysztofa Komedy „Moja słodka europejska ojczyzna”. Piotr Schmidt podjął się opracowania odnalezionych rękopisów Krzysztofa Komedy i zaaranżowania muzyki. Powstały dzieła wybitne. Wszyscy muzycy wręcz niewiarygodnie wyczuli ducha muzyki Komedy.
Godz. 18:00, sala koncertowa Filharmonii.

Koncert zespołu Hunter

Olsztyn
HUNTER wraca do Olsztyna z niesamowicie ważnym przesłaniem - Fuck The War! Tego wieczoru zabrzmi masa protest-songów w najlepszym, Hunterowym wykonaniu.
Godz. 19.00, ul. Nowowiejskiego 15.

Musical „Kosmos” Teatru Młodych z Gdańska

Olsztyn
Wydarzenie ma na celu przedstawić widzom prawdziwy musical na najwyższym poziomie, przekazywać dobre wartości, pobudzić wachlarz emocji oraz zachęcić widzów do aktywności kulturalnej. „Kosmos” jest musicaliem familijnym, edukacyjnym. Przedsięwzięcie kierowane jest do dzieci, młodzieży oraz dorosłych.
Godz. 19.00, Aula Widowiskowo-Konferencyjna im. Anny Wasilewskiej, ul. Kościńskiego 11.

Metallica & Symphony by Scream Inc.



Olsztyn
Scream Inc. to zespół, którego nie trzeba przedstawiać polskiej publiczności. Grupa, która zyskała międzynarodowe uznanie jako najlepszy Tribute Band zespołu Metallica, powraca z koncertami ze specjalnym udziałem orkiestry symfonicznej z Odessy pod batutą Vitalija Kovalchuka.
Godz. 19:00, sala koncertowa filharmonii.

Daniel Midas - „Pokaz Magi”

Olsztyn
Daniel Midas - odkrycie Internetu roku 2022. Komik, którego „Szopkę dla reportera” oglądają już wszyscy. Prywatnie - bardzo pozytywny i zawsze uśmiechnięty chłopak.
Godz. 19.00, Aula im. Anny Wasilewskiej przy ul. Kościńskiego 11.

Teatr Przebudzeni: Na pohybel!

Olsztyn
MOK Olsztyn zaprasza na poruszający spektakl „Na pohybel!” w wykonaniu Teatru Przebudzeni, działającego przy PSONI Koło w Ostródzie. Jego zespół mówi w imieniu napotkanych grup i środowisk osób niepełno- i pełnosprawnych – domagając się poprawy jakości ich życia, godnego traktowania, dostępu do miejsc pracy, do środków materialnych, do dóbr kultury i sztuki.
Godz. 19:00, Sala pod Amfiteatrem. Wstęp wolny

Koncert „10 Tenorów”

Olsztyn
To trzeba zobaczyć i usłyszeć: 10 różnych indywidualności twórczych, 10 temperamentów, 10 odcieni tego jednego, najwspanialszego męskiego głosu, jakim jest tenor. W zupełnie nowym repertuarze, pozwalającym jeszcze szerzej ujawnić ich talenty, nasza tenorowa dziesiątka przypomni wszystkim, że najważniejsze są te dni, których jeszcze nie znamy, oraz że nie liczą godzin i lat. Napotkanej dziewczynie potrafią rzucić bukiet nut z okrzykiem „Bella ciao” albo „Sex bomb”. Nie ma dla nich granic stylów i gatunków muzycznych, ani nawet granic państwowych: śpiewają o Walencji, Ukrainie, a jedna z piosenek nazywa się po prostu „Świat” - ale nie trzeba krzyczeć ze zdziwienia „Nie może być!”, bowiem ...to tytuł innego z ich utworów. Nic dziwnego, że na koniec śpiewają osobie „We Are The Champions!”.
Filharmonia Warmińsko-Mazurska, ul. Głowackiego 1, godz. 19. Wstęp płatny

HELIOS REPERTUAR
Centrum Handlowe Aura,
Olsztyn, al. Piłsudskiego 16


tel. 89 535 20 30
108422otbr-a-m

napisy: 15:00, 20:20; KRZYK VI / napisy: 12:40, 19:15; WRÓŻKA ZĘBUSZKA / familijny / od 6 lat / dubbing: 12:10, 14:15, 16:15; ZADRA: 12:50; KOKAINOWY MIŚ / napisy: 18:15; ANT-MAN i OSA: Kwantomania / dubbing: 15:40; ASTERIKS I OBELIKS: Imperium smoka / familijny / od 7 lat / dubbing: 12:00; CREED III / napisy: 17:45; FILIP: 20:40; KOT W BUTACH. Ostatnie życzenie / familijny / od 6 lat / dubbing: 13:15; POKO-LENIE ikea: 15:00; WIELORYB / napisy: 17:15; WSZYSTKO WSZĘDZIE NARAZ – wersja rozszerzona / napisy: 19:50

Krzyżówka klasyczna z hasłem

[illegible]

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 25, utworzą rozwiązanie

1	2	3		4	5	6	7		8	9	10	11		12	13	14		15	16	17	18	19	20	
21	22	23	24	25																				

POZIOMO: 1) broń awida w walce z Goliatem; 2) samosad; 3) wiszący kawałek lodu; 4) główny składnik bigosu; 5) gazowy podgrzewacz wody; 6) figura akrobacji lotniczej; 7) opera Moniuszki z Jontkiem; 8) model Fiata; 9) mała, kolorowana chustka na głowę, opaska; 10) osoba z długimi; 11) resoraki; 12) jednostka walutowa Maretański; 13) rzeka na granicy Czech i Węgier; 14) część stadionu; 15) buraki z chrzanem i octem; 16) zatoki typowe dla Norwegii; 17) kod do karty; 18) japońska mata do ćwiczeń; 19) pobożność do przesyady; 20) słynne wzgórze w Atenach; 21) zespół Lewandowskiego z Monachium; 22) w zębie zmię; 23) zapach dodawany do ciast; 24) groźny wirus afrykański; 25) spirytusyczny lub filmowy; 26) nimfy morskie; 27) miasto w Gruzji, na wąskim półwyspie Morza Czarnego; 28) żółty dla angiłka; 29) ma go każdy artykuł w gazecie; 30) poziomy występ ściany; 31) brazylijska wytwórnia lotnicza; 32) francuskie "zegnal"; 33) wyrabiana mąkę; 34) turecka wyspa na M. Egejskim; 35) największy park narodowy Malawii; 36)

przyprawa do pizzy; 37) marka betonu komórkowego; 38) uznana literatura; 39) płynie przez Benin, Togo i Ghanę; 40) ptak z pięknym ogonem; 41) zna się na horoskopach; 42) nalewka z różnych owoców; 43) rodzaj pikantnego duńskiego sera; 44) międzystępem a kłusem; 45) światowa marka aparatów fotograficznych; 46) antylopa krętoroga z Sahary; 47) nici owady

PIONOWO: 1) pólpylna masa; 2) stolica pakistańskiego Pendżabu; 3) opranowaty Ziemię po dinozaurach; 14) australijskie miasto olimpijskie; 17) duża kromka chleba; 26) wychowanek domu dziecka; 27) duże kamienie; 29) zespół trzech muzyków; 39) krótki u pudła; 40) narzędzie tynkarska; 48) rzadkości w zbiorach; 49) żółty z dziurami; 50) osmiu muzyków; 51) rosyjskie "ziłotwóci"; 52) jedenastki po dogrywce; 53) potocznie ciepło, upał; 54) miasto i port w Jordani; 55) jezioro w Malawi; 56) warstewka kurzu; 57) nocny odpoczynkowy; 58) drugie po

Włowie na Litwie; 59) awiercznia szosy; 60) autor powieści, pisarz; 61) kuzynka brzozy; 62) z Bagdadem; 63) metal Ti; 64) pasmo górskie w południowych Indiach; 65) włoskie imię męskie; 66) przeciwny zenitowi; 67) produkt z rafinerii; 68) żywić się, spożywać, pożerać; 69) czynny wulkan na wyspie Bali w Indonezji; 70) sprawca grypy; 71) przetrzaskałe Hindusi; 72) paliwo samochodowe; 73) wysepka traw, stokrotek; 74) część zwrotni; 75) płynię z wieży mariackiej; 76) doskonały u kiper; 77) zbiory map w formie książek; 78) półwysep w Walii, wysunięty w M. Irlandzkiej; 79) nauka o moralności; 80) dziedziniec wewnątrz domu; 81) gąbczasta tkanka wewnątrz kości; 82) Neruda lub Picasso; 83) podzwrotnikowe pnącza; 84) silny bół w okolicy łędźwiowej; 85) najdłuższa rzeka Chile; 86) płynię przez Nantes; 87) odpowiada za wózek kamerowy podczas kręcenia filmu

SUDOKU

3	2	7					8	
6		1	5					
				4				
	1			2	9		3	
2		8		6	7		9	4
					4	8	1	
	9	6		8				
	7				2	9		
4		2				1		8

782

2				3	1			
1		4	9			3		2
	9	3	5			8		
			1		9		5	
		6	7		4			9
	7		8					4
8		9					7	
		2		7				
7	1							

783

	5						4	
		6		1		7		2
2	4					8		5
4		8					3	
			7		3	6	1	
			6			9		
	8		2			5		1
1		4			6			
					8		2	6

784

ZWIERZĘTA

sprzedam

OWCZARKI niemieckie 7-miesięczne, z papierami, 506-10-90-11.

PRACA

dam pracę

POSZUKUJEMY lekarza z uprawnieniami do pracy w NZOZ Helios SC J. Czebeniak A. Dudynec, 537-508-572

USŁUGI

budowa | remont

MALOWANIE, szpachlowanie, 886-935-349

POLBRUK, 602-401-309

REMONTY, 502-811-658

inne

SZYCIE kołder, 665-434-450

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL, 503-103-703

ZDROWIE I URODA

WCZASY dla Seniora-Krynica Morska, kwiecień od 1149zł/os., maj 8 dni od 1149 zł/os., czerwiec 8 dni od 1399 zł/os. Stegna, maj 8 dni od 1049 zł/os., czerwiec 8 dni od 1199 zł/os. www.wczasy-senior.pl, 534-244-044.

ROLNICTWO

produkty rolne

KUPIĘ: zboże paszowe, konsumpcyjne. FHU ANIMAR. Tel. 606-505-511

GAZETA OLSZTYŃSKA.pl

(89) 539-74-46, reklama@wm.pl

I w drzwi ostatnie (...) wchodzisz wolny jak świat.
Leopold Staff

Składamy naszemu Koledze

prof. dr. hab.

Zbigniewowi Chojnowskiemu

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

Taty

Koleżanki i koledzy
z Katedry Języka Polskiego i Logopedii
oraz Katedry Literatury Polskiej
Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie

Pani
Teresie Szymańskiej

wyrazy współczucia z powodu śmierci

Taty

składają Zarząd i współpracownicy z Zakładu
Urządzeń Technicznych UNIMASZ Sp. z o.o.

Koleżance

Edycie Jankowskiej

wyrazy współczucia z powodu śmierci

Taty

składają koleżanki i koledzy z ELF TAXI

Z głębokim żalem i smutkiem
przyjęliśmy wiadomość o śmierci

dr Ewy Wojnarowskiej-Kustos

wieloletniego ordynatora Oddziału Reumatologii
w Olsztynie, Osoby o wielkim sercu,
oddanej Pacjentom, Wspaniałej Koleżanki.

Koleżanki i Koledzy
z Kliniki Reumatologii
i Polskiego Towarzystwa Reumatologicznego

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że 19 marca 2023 r. odszedł w wieku 85 lat

ś. † p.
Roman Marian Bortnowski

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się
24 marca 2023 r. o godz. 13.00
Mszą Świętą w kościele pw. św. Jakuba (katedra)
przy ul. Staszica,
po której nastąpi wyprowadzenie
na cmentarz parafialny w Gutkowie.

Rodzina

Mieczysławowi Siemińskiemu

szczerze wyrazy
najgłębszego współczucia
z powodu śmierci

Brata

składa
grono przyjaciół

AR KA USŁUGI
POGRZEBOWE

AR KA

Elżbieta Michałowska Anna Michałowska

OLSZTYN (Zatorze), ul. M. Zientary-Malewskiej 2A

☎ 89 534 72 42, 605 635 908

OLSZTYN (Jaroty), ul. Herberta 16/24

(wejście od Wilczyńskiego, naprzeciw „Medyka”)

☎ 89 526 66 01, 605 665 909

www.arkaolsztyn.pl

Całodobowy przewóz zmarłych

Warmiński
ZAKŁAD POGRZEBOWY

dawniej **↓market**

OLSZTYN 895 355 300
ul. Lengowskiego 18-20 602 327 277

BISKUPIEC 897 152 093
ul. Armii Krajowej 4 608 680 642

POGOTOWIE POGRZEBOWE 89 527-09-09

Pomożemy Ci godnie pożegnać

**TU ZLECISZ ZAMIESZCZENIE
NEKROLOGU LUB KONDOLENCJI
W „GAZECIE OLSZTYŃSKIEJ” I „DZIENNIKU ELBLĄSKIM”**

NEKROLOGI (wymagany akt zgonu). Terminy przyjęć*:
• na poniedziałek – do piątku do godz. 15.00
• na wtorek, środę, czwartek, piątek
– dnia poprzedniego w godz. 7.00-15.00
* Dotyczy Biura Ogłoszeń w Olsztynie, plac Józefa Bema 5

KONDOLENCJE

(wymagany dowód osobisty osoby nadającej) ukazują się w ciągu trzech dni od chwili nadania

Biuro Ogłoszeń, **OLSZTYN**, plac Józefa Bema 5
czynne w godz. 7.00-15.00, soboty – nieczynne
tel. 89-539-74-80, b.ogloszen@gazetaolsztynska.pl

www.pozegnania.net

Biuro Ogłoszeń, **ELBLĄG**, ul. Rybacka 35
tel. 55-236-18-02
pon.-pt. godz. 8.00-16.00

WIKTORIA I ŁUKASZ MISTRZAMI KRAJU!

MMA \\ Znakomity start zaliczyli reprezentanci Arrachiona Iława. Pochodząca z Morąga Wiktoria Andruch oraz Łukasz Makowski ze Złotowa zdobyli tytuły amatorskich mistrzów Polski seniorów w swoich kategoriach wagowych!



MATEUSZ PARTYGA
m.partyga@
gazetaolsztynska.pl

Wiktoria, która jest z Morąga, przez kilka lat mieszkała także w Ostródzie, a obecnie jest iławianką, potwierdziła, że praca wykonana ostatnio na treningach i nabyte umiejętności pozwalają jej na coraz więcej w oktagonie. A Łukasz? Łukasz rozbił bank, jak zauważa zresztą trener iławian Dawid Tarasiewicz. Młody zawodnik iławskiej filii Arrachiona Olsztyn powinien jeszcze startować w juniorach, ale Makowski nie sobie z tych ram wiekowych nie robi i już — jak widzimy — odnosi sukcesy w kategorii seniorskiej.

>> Organizowane przez federację MMA Polska mistrzostwa kraju amatorów odbyły się w Warszawie, w hali OSiR Bemowo.

— MMA Polska przeprowadza turnieje rangi mistrzowskiej, których celem samym w sobie nie jest tylko rywalizacja zawodników z całego kraju o medale w wielu kategoriach wiekowych i wagowych. Przede wszystkim bowiem ma być to przetarcie przed wejściem w świat zawodowego MMA — tłumaczy trener Tarasiewicz.

— Dlatego też zawody odbywają się w atmosferze przypominającej już

gale zawodowe. Oktagon, mnóstwo kibiców na trybunach, relacja live na portalach związanych m.in. z mieszankami sztukami walki itd. — cała ta otoczka ma sprawić, że zawodniczki i zawodnicy zaczynają poznawać i uczyć się atmosfery prawdziwego święta MMA, aby później lepiej samemu się odnaleźć w zawodowej rywalizacji — dodaje szkoleniowiec, który założył i prowadzi sekcję sportów walki w Iławie. — W trakcie mistrzostw Polski amatorów w kategorii seniorów obowiązują takie same przepisy jak w pełnym MMA, a ochraniacze są tylko na piszczelach — tłumaczy Tarasiewicz.

Przejdźmy do naszej złotej dwójki. Wiktoria Andruch (22 lata) w walce finałowej w kat. senior -47,5 kg pokonała, po stoczeniu 3-rundowej walki (po 3 minuty każda) Kingę Szyłak z Fight Club Łomża. — To bardzo mocna przeciwniczka, jednak Wiktoria świetnie sobie poradziła. O wyniku końcowym decydowali sędziowie, bo walka odbyła się w pełnym wymiarze czasowym. I to właśnie pod koniec trzeciej rundy nasza reprezentantka przeprowadziła dwie akcje, które przechyliły szalę zwycięstwa na jej korzyść; najpierw prawie co poddała rywalkę przez



Wiktoria Andruch i Łukasz Makowski (oboje Arrachion Iława) sprawdzają, czy zdobyte przez nich złote medale amatorskich mistrzostw Polski naprawdę są złote

duśnienie, a następnie „zasypała” ją ciosami z góry. Dzięki temu sędziowie nie mieli wątpliwości przy podejmowaniu werdyktu — relacjonuje trener.

— CIESZY FAKT, ŻE WIKTORIA W OSTATNIM CZASIE BARDZO MOCNO ROZWINĘŁA SIĘ W MMA, CORAZ WIĘCEJ SŁUCHA, CORAZ WIĘCEJ ROZUMIE, A POTEM PRZEKŁADA TO NA WALKĘ, CO JUŻ DAJE EFEKTY — OCENIA TARASIEWICZ.

Łukasz Makowski to kolejny z rodziny pochodzącej ze Złotowa w gm. Lubawa (powiat iławski) fighter reprezentujący Arrachion. Jego starsi bracia też trenowali w Iławie, i to z powodzeniem, ale to chyba Łukasz ma największy talent do sportów walki. — Ludzie patrzyli na Łukasza i dziwili się, dlaczego w Warszawie nie startuje w kategorii juniorów, przecież taki ma jeszcze wiek. My jednak mamy świadomość tego, że to zawodnik prezentujący już wyższy

poziom, spokojnie uprawniający tego 18-latkę do startów w seniorach — zauważa trener Arrachiona.

W drodze do finału kategorii senior -93 kg Makowski pokonał dwóch rywali, a w walce o złoto wygrał z Pawłem Strusiem (Inżbud Rybnik - Octagon Żory), który na koncie ma już wygrane turnieje organizowane przez MMA Polska.

— Pierwsza runda walki finałowej należała do Pawła Strusia, jednak już od początku drugiej nastąpiła

dominacja Łukasza, który nawet bliski był pokonania rywala przed czasem. Na początku drugiej rundy „wpiął się” za plecy przeciwnika i był bliski poddania go. Ostatecznie finał trwał pełne trzy rundy po trzy minuty każda i zakończył się zdobyciem złotego medalu przez naszego zawodnika — relacjonuje Tarasiewicz.

MMA Polska tworzy (amatorską) kadrę narodową. Łukasz Makowski po zdobyciu złotego medalu, a przede wszystkim po tym, co pokazał na Bemowie, jest bardzo bliski powołania do tej reprezentacji.

>> Wiktoria i Łukasz jeszcze nie zadebiutowali w zawodowym oktagonie, a tego im właśnie życzymy. Ostatnio zapewne zasiedli przed telewizorami, aby oglądać galę FEN 45, która odbyła się w Ząbkach pod Warszawą. Jedną z najważniejszych walk w karcie głównej był pojedynek Patryka Duńskiego. Zawodnik Arrachiona Iława, który ostatnio tylko wygrywa (poprzednio cztery zwycięstwa z rzędu w zawodowstwie) stoczył pojedynek z Magomedem Tsitsaevem w kat. -72 kg. Zawodnik Arrachiona znowu zwyciężył. Iławianin wygraną zapewnił sobie już w 1. rundzie, po serii ciosów z góry. To czwarte zwycięstwo Duńskiego w FEN przed czasem!

WOJEWÓDZKI PUCHAR POLSKI MA SWOJEGO (NOWEGO) SPONSORA

PIŁKA NOŻNA \\ W olsztyńskim oddziale Banku Spółdzielczego w Szczytnie podpisano umowę pomiędzy WMZPN, a bankiem, który został sponsorem tytularnym Wojewódzkiego Pucharu Polski.

W pierwszym odcinku Magazynu Wojewódzkiego Pucharu Polski pojawiło się logo banku. Nie było to przypadkowe, ponieważ byliśmy w trakcie rozmów o sponsoringu całych rozgrywek. Podpisaliśmy umowę, na mocy której Bank Spółdzielczy w Szczytnie został sponsorem tytularnym Wojewódzkiego Pucharu Polski — powiedział Marek Łu-

kiewski, prezes Warmińsko-Mazurskiego Związku Piłki Nożnej.

Zmienione zostało logo Wojewódzkiego Pucharu Polski, a logotyp banku pojawiał się będzie na wszystkich materiałach promujących pucharowe rozgrywki w naszym regionie. Przeprowadzone zostaną także transmisje live z poszczególnych spotkań pucharowych. Pierwsza z nich będzie

miała miejsce już dzisiaj (22 marca) o godzinie 17:00, ze starcia 1/8 finału obecnych rozgrywek pomiędzy Granicą Kętrzyn a Concordią Elbląg.

Na podpisaniu tej umowy skorzystają przede wszystkim kluby. — Podniesiemy nagrody dla najlepszych klubów w Wojewódzkim Pucharze Polski. Do tej pory nagrody finansowe otrzymywali finaliści, a zespoły, które odpad-

ły w półfinale dostawały sprzęt sportowy o wartości 2 500 zł. Teraz ta nagroda zostanie prawdopodobnie powiększona do 4 000 złotych. Nagrodzone zostaną również kluby, które odpadną w 1/4 finału. One prawdopodobnie otrzymają kwotę 2 000 zł, do wykorzystania na sprzęt sportowy — dodaje Marek Łukiewski.

— Podpisanie umowy zwieńcza już rozpoczętą

współpracę i określa jej ramy. Myślę, że to będzie ciekawe przedsięwzięcie zarówno dla Banku, jak i dla Warmińsko-Mazurskiego Związku Piłki Nożnej. Współpraca ta daje szansę rozwoju piłki nożnej w województwie. Dzięki niej, nie tylko stajemy się sponsorem pucharowych rozgrywek, ale również promujemy „Konto Kibica”, dzięki któremu kibic każdego

zespołu w województwie warmińsko-mazurskim, przy współpracy z bankiem, może stać się dodatkowym sponsorem tego klubu — powiedział Krzysztof Karwowski, prezes Banku Spółdzielczego w Szczytnie.

Umowa z bankiem została podpisana do czerwca 2024 roku, czyli do końca sezonu 2023/24.

RAFAŁ HERMAN,
PAWEŁ PIEKUTOWSKI (WMZPN)

MISTRZ PEWNIENIE OGRAŁ WICEMISTRZA

III LIGA KOSZYKÓWKI \\ Zaległe spotkanie Wilki Ełk — Basketball Elbląg zakończyło rywalizację o mistrzostwo województwa. Elblążanie, którzy już wcześniej zapewnili sobie końcowy triumf, wygrali w hali wicemistrza aż 93:57.

• **Wilki Ełk — Basketball Elbląg 57:93 (22:20, 11:18, 14:29, 10:26)**

WILKI: Walak 26, Podgórski 11, Wardziński 8, Stapiński 4, Pilecki 3 oraz Jach 3, Gentek 1, Mocarski 1, Kopko, Długolski, Dunalski, Parafiniuk, **ELBLĄG:** Prokurat 32, Pawlak 24, Jastrzębski 16, Klonowski 6, Gliński 2 oraz Nisztuk 4, Chrzanowski 3, Jakimowicz 2, Pikulik 2, Krakowski 2, Domaszewicz,

Bezpośredni mecz lidera z wiceliderem na zakończenie rozgrywek mógł być prawdziwym finałem sezonu III ligi, ale najważniejsze rozstrzygnięcia zapadły już wcześniej i wynik zaległego spotkania nie miał wpływu na klasyfikację końcową sezonu. Wilki Ełk grały jednak o zachowanie miana niepokonanych we własnej hali, a elbląski Basketball o przedłużenie efektownej serii zwycięstw. Mistrz dzięki wygranej zakończył rozgrywki z bilansem 13-1 i udowodnił, że był zdecydowanie najlepszym zespołem w stawce, którą tworzyło pięć drużyn z naszego województwa oraz z Gdańska, Chojnicy i Kwidzyna.

Choć Basketball zameldował się w niedzielne popołudnie w Ełku m.in. bez Przemysława Zamoj-



Paweł Walak (z piłką) był najsukuteczniejszym zawodnikiem Wilków w meczu z Elblągiem na zakończenie zmagania w III lidze

skiego, reprezentanta Polski w koszykówce 3x3, to podopieczni trenera Arkadiusza Majewskiego triumfowali bardzo pewnie. Gospodarze toczyli wyrównaną walkę tylko w pierwszej kwarcie, którą wygrali 22:20. W kolejnych przewaga przyjezdnych nie ulegała dyskusji. Do prze-

rwę Basketball prowadził pięcioma punktami, a drugą część gry wygrał aż 55:24. Elczanie ulegli ostatecznie 57:93, po raz pierwszy przegrywając w lidze we własnej hali.

— Możemy pogratulować rywalowi, bo pokazał kawał dobrej koszykówki — mówi Bartosz Lewan-

dowski, trener Wilków. — My zagraliśmy słaby mecz i musimy uznać wyższość Elbląga, który jest dobrym zespołem. Szkoda, że nie pokazaliśmy akcji, które przygotowaliśmy na treningach na ten mecz. Zabrakło nam jeszcze zgrania. Naszą dyspozycję mogę chyba też nieco

wytłumaczyć zmęczeniem zawodników, choć sezon był tak samo długi dla obu zespołów — dodaje szkoleniowiec.

Spotkanie było prawdziwym pojedynkiem najbardziej ofensywnie usposobionych graczy obu ekip. Grę Wilków ciągnął Paweł Walak, który zdobył łącznie 26 punktów. Z kolei elcką defensywę nękał najbardziej Piotr Prokurat. Nie dość, że doświadczone rozgrywający sam zdobył aż 32 „oczka”, to w dodatku miał wsparcie w osobach Dominika Pawlaka i Kacpra Jastrzębskiego, którzy dorzucili do puli odpowiednio 24 i 16 punktów.

Mimo porażki na zakończenie zmagania, cały sezon ligowy Wilki mogą uznać za naprawdę udany. Elczanie zakończyli rozgrywki z bilansem 10-4, a w walce o tytuł wicemistrzowski wyprzedzili zespoły z Gdańska i Olsztyna, których notowania stały wyżej. Podopieczni trenera Bartosza Lewandowskiego zapewnili

sobie drugą lokatę cennymi wyjazdowymi wygranymi nad reprezentantami Szkoły Gortata Politechnika Gdańska oraz z Trójeczką Olsztyn. Wilki po raz kolejny będą reprezentować województwo w barażach o awans do II ligi.

— Wiemy, na co się przygotować — tłumaczy Bartosz Lewandowski. — To nasze trzecie baraż, więc mamy doświadczenie w tych rozgrywkach i znamy ich poziom. Właściwie, to już trochę jesteśmy tam myślami. W meczu z ekipą z Elbląga dostaliśmy dobrą lekcję i mamy z czego wyciągać wnioski — ocenia trener.

W barażach o II ligę wystąpi kilkadziesiąt zespołów z całej Polski, które będą rywalizowały w kilkietapowych zmaganiach. Drużyny z Elbląga i Ełku poznają rywali w najbliższych dniach. Pierwszą rundę barażów - turnieje w czterozespołowych grupach - zaplanowano na przełom marca i kwietnia.

ŁUKASZ SZYMAŃSKI

TABELA KOŃCOWA III LIGI

1. Basketball Elbląg	27	1312:849
2. Wilki Ełk	24	1064:1086
3. Szkoła Gortata Gdańsk	23	1091:1047
4. AZS UWM Olsztyn	22	1100:1057
5. Trójeczka Olsztyn	20	1048:1034
6. Basket Kwidzyn	20	957:963
7. Orka Iława	18	934:1050
8. Kolejarz Chojnice	14	892:1312

„TO NIE BYŁ ZESPÓŁ, KTÓRY WIDZIAŁAM PRZEZ CAŁĄ LIGĘ”

FUTSAL \\ W weekend o półfinał Pucharu Polski kobiet walczone w czterech miejscowościach. Jedną z nich był Olsztyn.

• **AZS UWM High Heels Olsztyn — AZS Uniwersytet Warszawski 3:5 (0:2)**

0:1 — Bińczyk (14), **0:2, 0:3** — Gołębiowska (15, 22), **0:4** — Bartosiewicz (27), **1:4** — Siwicka (32), **1:5** — Jarzyna (35), **2:5** — Siwicka (37), **3:5** — Ścistowska (40),

AZS UWM: Aleksandra Koja-dyńska - Anna Siwicka, Julia Klonowska, Oliwia Cwalińska, Natalia Łapińska, **Zagrały także:** Aneta Wasilewska - Karolina Depka, Weronika Dąbrowska, Paulina Mazurkiewicz, Aleksandra Rojek, Julia Mattoz, Joanna Ścistowska,

Wniedzielę doszło do małych derbów AZS-ów, gdyż rywalkami olsztynianek był Uniwersytet Warszawski. Spotkanie rozegrano w hali Liceum Ogólnokształcącego nr 5 w Olsztynie. W Kortowie w tym czasie odbywała się inna impreza sportowa, więc olsztyńskie akademickie zmuszone były grać w LO nr 5.

Pierwotnie pierwszy gwizdek miał zabrzmieć o godzinie 14:00, lecz futsalistki rozpoczęły mecz

godzinę później. Powodem była... zamknięta hala.

— Nie ma co tłumaczyć tej słabszej dyspozycji sytuacją z halą, bo drużyna z Warszawy również czekała na to, aby ją otworzono. Nie weszliśmy w mecz tak, jak powinniśmy. To nie podlega dyskusji. Jest mi bardzo przykro, bo starałam się dać impuls z bramki. AZS UW zasłużył na wygranej — to opinia bramkarki AZS UWM High Heels Olsztyn, Aleksandry Kojadyńskiej.

Gra olsztynianek była momentami niedokładna, co wykorzystały rywalki.

— GDYBY NIE ZDARZAŁY SIĘ PODSTAWOWE BŁĘDY, TO NA PEWNO WYNIK NIE KSZTAŁTOWAŁBY SIĘ TAK, JAK SIĘ KSZTAŁTOWAŁ.

Przeciwniczki wykorzystały nasze proste potknięcia. Trzeba to wziąć „na klatę” i przetrwać, bo na tym poziomie nie powinno dochodzić do takich sytuacji. Przyzwyczajaliśmy kibiców do dobrej gry w tym sezonie.

Jest mi bardzo przykro, bo to nie był zespół, który widziałam przez całą ligę — dodała Kojadyńska.

Mimo negatywów można znaleźć pozytywy, bo starcie z ekstrakligowym warszawskim zespołem to dobry sprawdzian przed debiutanckim sezonem akademickich z Olsztyna w ekstraklidzie futsalu. — Staramy się wynosić wnioski z Akademickich Mistrzostw Polski, które różnie się

układają. Zawsze ekstrakligowe drużyny są mocne i dobrze, że się z nimi mierzymy. To daje obraz na przyszłość — zauważa bramkarka AZS UWM High Heels.

PAWEŁ PIEKUTOWSKI

Pozostałe mecze ćwierćfinałowe:

• Nowy Świt Górzno — AZS UAM Poznań 1:7
• UKS Trójka Weronica Stasz-kówka Jelna — BTS Rekord Bielsko-Biała 2:4
• Wanda Kraków — TS ROW Rybnik 1:4

„BYŁO TO DZIWNE SPOTKANIE...”

PLUSLIGA SIATKARZY\\ Indykpol AZS odniósł trzecie zwycięstwo z rzędu. Zawodnicy prowadzeni przez Javiera Webera pokonali w poniedziałek na wyjeździe Cuprum Lubin 3:2. Statuetkę MVP otrzymał Karol Butryn. Ekipa z Olsztyna utrzymała 7. miejsce w tabeli.

• **Cuprum Lubin — Indykpol AZS Olsztyn 2:3 (-23, 21, 27, -21, -11)**

INDYKPOL AZS: Pająk (1), Butryn (29), Andringa (14), Karlitzek (12), Jakubiszak (8), Averill (8), Hawryluk (libero) oraz Lipiński (4), Jankiewicz, Poreba, Król, Siwczyk, **MVP:** Karol Butryn

Na trzy kolejki przed zakończeniem fazy zasadniczej siatkarze Indykpolu AZS są już pewni gry w fazie play-off. Akademicy z Kortowa przed rozpoczęciem 27. serii gier zajmowali 7. miejsce z trzypunktową przewagą nad PSG Stalą Nysa, która nie jest już w stanie wyprzedzić w ligowej tabeli ekipę z Olsztyna. Jaki cel zatem mieli siatkarze Indykpolu AZS na ostatnie trzy spotkania pierwszej części sezonu?

– CZAS DO ROZPOCZĘCIA FAZY PLAY-OFF CHCEMY WYKORZYSTAĆ NA POPRAWĘ I UDOSKONALENIE NASZEJ GRY. TE SPOTKANIA TO ŚWIETNY SPRAWDZIAN, ABY ZOBACZYĆ, CZY NASZA PRACA IDZIE W DOBRYM KIERUNKU — MÓWI GRZEGORZ PAJĄK, ROZGRYWAJĄCY INDYKPOLU AZS.

Poniedziałkowy mecz z Lubinie akademicy rozpoczęli w takim samym składzie, jak ostatnio:



Fot. Mateusz Partyga

Statuetkę MVP poniedziałkowego meczu w Lubinie otrzymał Karol Butryn (Indykpol AZS Olsztyn), tu akurat w trakcie ataku w meczu PlusLigi w Iławie z Resovią

Pająk na rozegraniu, Karlitzek z Andringą na przyjęciu, Averill i Jakubiszak na środku, Butryn w ataku i Hawryluk jako libero. Olsztynianie pewnie grali w pierwszej partii, zwyciężając 25:23. Takie same cechy w drugim secie można było przypisać gospodarzom, którzy odrobili cztery punkty straty i w końcówce przeważyli

szalę na swoją korzyść, wygrywając 25:21.

W trzeciej odsłonie ekipa ze stolicy Warmii i Mazur nie wykorzystowała dwóch piłek setowych, z czego skorzystali gospodarze, wychodząc na prowadzenie w całym meczu 2:1 (29:27 w 3. secie). Czwarty i piąty set zakończył się już zwycięstwem gości – 25:18 i 15:11. Sta-

tuetkę MVP otrzymał Karol Butryn.

Patrząc na pomeczowe statystyki, akademicy z Kortowa byli lepsi w każdym elemencie siatkarskiego rzemiosła. Olsztynianie lepiej sprawowali się na siatce (49% skuteczności w ataku przy 47% skuteczności w ataku rywali), dokładniej przyjmowali (44% pozytywnego przyję-

cia – lubinianie zanotowali 41%) oraz zdobyli więcej punktów blokiem (11:6). Obie drużyny zanotowały po 9 asów serwisowych.

Najwięcej punktów wekipie gości zdobył Karol Butryn (29), a u gospodarzy – Adam Loren i Ilia Kovalov (po 22 pkt.).

— Było to dziwne spotkanie. W pierwszym secie graliśmy bardzo dobrze,

a w drugim zespół z Lubina zaczął lepiej zagrywać. My mieliśmy problemy w przyjęciu. Gospodarze kontynuowali dobrą grę w trzeciej partii. W czwartej odsłonie trener zrobił kilka zmian. Zawodnicy, którzy weszli z ławki, dali trochę świeżej krwi i energii. W takich meczach, jak nie idzie sportowo, to warto pobudzić chłopaków i zrobić atmosferę. Karol Jankiewicz robi to znakomicie i cieszę się, że udało nam się wygrać to spotkanie — powiedział po meczu Bartłomiej Lipiński.

Siatkarze Indykpolu AZS Olsztyn w następnym spotkaniu zmierzą się na wyjeździe z PGE Skrą Belchatów. Do tego pojedynku dojdzie w poniedziałek (27 marca) o godz. 20:30. **RED**

• **Inny wynik:** BBTS Bielsko-Biała — Projekt Warszawa 1:3 (15, -13, -21, -17)

PO 28 KOLEJKACH

1. Resovia*	65	70:26
2. Warta	63	71:34
3. Jastrzębski*	62	70:29
4. Projekt*	57	65:37
5. ZAKSA*	55	64:39
6. Trefl	55	62:39
7. Indykpol AZS	48	59:47
8. Stal**	43	52:51

9. Skra	39	55:61
10. Ślepski*	38	49:53
11. LUK	37	50:61
12. Katowice	32	41:60
13. Barkom**	27	39:69
14. Cuprum	26	39:69
15. Czarni	14	26:77
16. BBTS	8	21:81

* mecz mniej

** mecz więcej

SPRINTEM

HOKEJ\\ W Giżycku odbyły się mistrzostwa Polski amatorów. W rywalizacji wzięły udział zespoły z dywizji II, czyli drugiego poziomu rozgrywkowego, a stawką był awans do elity amatorskich drużyn hokejowych w kraju. Kwalifikacje wywalczyły dwa najlepsze zespoły — z awansu cieszyli się zawodnicy Dzikich Kojotów Nowy Targ, którzy w decydującym meczu pokonali 5:0 Sielec Sosno-

wiec, oraz Husarii Białystok, dzięki zwycięstwu 5:3 nad Góralami Nowy Targ. MVP rozgrywek został Grzegorz Pajerski (Dzikie Kojoty), a królem strzelców Paweł Sikorski (Sielec). Dodatkowo wybrano najlepszego bramkarza, obrońcę i napastnika. Gospodarze z Hockeyteam Masters Giżycko nie mieli swojego przedstawiciela w stawce, ale giżycczanie stanęli na wysokości zadania, goszcząc zespoły z całej

Polski. W trzydniowych zmaganiach uczestniczyło jedenaście ekip. Najliczniej reprezentowane były miasta z południa kraju, gdzie funkcjonują profesjonalne kluby hokejowe.

SPORT SZKOLNY\\ Trwa akcja „Biegaj ćwicz z gwiazdą”, która tym razem zagości w SP nr 22 w Olsztynie. — Po zajęciach w pięknej ornekiej hali w ramach akcji „Biegaj ćwicz z gwiazdą”, już dzisiaj

o godz. 11.00, spotykamy się w Olsztynie. Tym razem na spotkanie z młodzieżą szkolną zapraszają: dyrektor Szkoły Podstawowej nr 22, Krzysztof Smoliński oraz pedagog szkolna, Magdalena Czapla-Rubczewska — mówi Leszek Dublaszewski, prezes Fundacji Olsztyński Laur Sportowy. — Gwiazdą prowadzącą trening będzie Mateusz Kamiński, nasz znakomity kajakarz, dwukrotny medalista mistrzostw świata

i Europy, jedenastokrotny mistrz Polski, uczestnik igrzysk olimpijskich — czytamy w zaproszeniu.

SIATKÓWKA\\ W Ostródzie ruszyły wczoraj mistrzostwa Wojska Polskiego. Jeszcze przez trzy najbliższe dni drużyny wojskowe rywalizować będą w hali Ostródzkiego Centrum Sportu i Rekreacji przy ul. Kościuszki 22a. Przy okazji, Wojskowe Centrum Rekrutacji zainteresowanych służbą

zaprasza do swojego punktu, a pozostałych gości do obejrzenia sportowych zmagania i ekspozycji sprzętu wojskowego na parkingu przed halą (dostępna będzie w czwartek i piątek, a do obejrzenia będą: Leopard 2PL, WR-40 Langusta, KTO Rosomak, 122mm MS Rak, SPZR Poprad, PDR Żmija). — W ostatnim dniu imprezy zapraszamy również na koncert orkiestry wojskowej — zaprasza WCR Ostróda.

ŁSZ, ZICO



SPORT.wm.pl

ŚRODA 22.03.2023

LEGENDA NIESIE SIĘ PO KRAJU

ŻEGLARSTWO Podczas Iławskiej Gali Sportu przedstawiciele Polskiego Związku Żeglarskiego wręczyli nagrodę Błękitnego Spinakera organizatorom Błękitnej Wstęgi Jezioraka. Była to już 50. edycja tych regat, a wystartowały w nich aż 123 jednostki.

Błękitny Spinaker to nagroda Polskiego Związku Żeglarskiego, której celem jest popularyzacja żeglarstwa turystycznego i rekreacyjnego, tworzenie pozytywnego wizerunku turystyki żeglarskiej, odkrywanie dla żeglarstwa nowych szlaków i akwenów, wspieranie lokalnych środowisk żeglarskich, promowanie etyki i etykiety żeglarskiej, wartości i tradycji żeglarskich oraz propagowanie przedsięwzięć żeglarskich, w tym imprez, rejsów i regat, w szczególności wśród dzieci i młodzieży.

W ostatniej edycji nagroda trafiła do Iławskiego Centrum Sportu, Turystyki i Rekreacji za organizację 50. edycji regat „Błękitna Wstęga Jezioraka”. Podczas Iławskiej Gali Sportu nagrodę odebrali Dawid Kopaczewski, burmistrz Iławy i Wojciech Żmudziński, dyrektor ICSTiR, a wręczał ją Tomasz Chamera, prezes PZZ, Jarosław Bazyłko, wiceprezes PZZ oraz Wojciech Skóra, szef komisji ds. żeglarstwa amatorskiego PZZ.

— Bardzo się cieszę, że mogłem wręczyć nagrodę osobom, którzy przyczynili się do tego, że tak fantastyczna impreza już od tak wielu lat cieszy żeglarską społeczność z każdego zakątka Polski.

Legenda Błękitnej Wstęgi Jezioraka niesie się po naszym kraju i każdy, kto choć raz wziął udział w tych regatach, z pewnością zabrał z nich cały bagaż pięknych wspomnień.

W tym miejscu bardzo dziękuję burmistrzowi Iławy, panu Dawidowi Kopaczewskiemu za przychylność dla żeglarstwa i owocną współpracę z lokalnym środowiskiem żeglarskim i oczywiście deklaruję dalsze wsparcie ze strony Polskiego Związku Żeglar-



Podczas Iławskiej Gali Sportu nagrodę odebrali Dawid Kopaczewski (w środku), burmistrz Iławy i Wojciech Żmudziński (z lewej), dyrektor ICSTiR, a wręczał ją m.in. Tomasz Chamera, prezes Polskiego Związku Żeglarskiego

skiego — mówi Tomasz Chamera, prezes PZZ.

Ponadto, specjalne podziękowania od Polskiego Związku Żeglarskiego trafiły na ręce Stanisława Kasprzaka, współorganizatora regat i gospodarza portu Pod Omegą, który jest bazą Błękitnej Wstęgi. Regaty Turystyczne „O Błękitną Wstęgę Jezioraka” to kultura, ogólnopolska impreza żeglarska, rozgrywana od 50 lat na jeziorze Jeziorak. Jedną z najstarszych imprez żeglarskich na Warmii i Mazurach.

— To kawał pięknej żeglarskiej historii oraz zmagania na wodach najdłuższego jeziora w Polsce. To także znajomości i przyjaźnie na całe życie. Oprócz aspektów promocyjnych miasta, Błękitna Wstęga to też rozwój gospodarstwa naszego regionu oraz wsparcie przemysłu jachtowego i branży żeglarskiej. Uczestnicy regat to w bardzo dużej części przedstawiciele biznesu żeglarskiego, którzy podczas takich imprez poznają się,

wymieniają się doświadczeniami i rozpoczynają swoją współpracę. Błękitna Wstęga to wizytówka naszego miasta, wydarzenie, na które przyjeżdżają żeglarze z całej Polski. Śmiało możemy powiedzieć, że jest to festiwal białych żagli na Jezioraku — mówi Dawid Kopaczewski, burmistrz Iławy.

W ubiegłorocznej edycji wystartowały aż 123 jednostki, od najnowocześniejszych jachtów regatowych po piękne oldtimery. Jest to impreza o najdłuższym stażu w Iławie i jedna z najstarszych imprez sportowych na Warmii i Mazurach.

— Impreza przechodziła różne koleje losu, ewoluowała. Na przestrzeni lat zmieniali się organizatorzy. Od kilkunastu lat Błękitną Wstęgę organizuje Iławskie Centrum Sportu, Turystyki i Rekreacji. Impreza ma swoich wiernych fanów, mamy wielu partnerów, którzy nam pomagają. Mogę powiedzieć, że impreza ma swój niepowtarzalny klimat. To są

regaty turystyczne, pływają typowi amatorzy, niedzielni wodniacy, ale też sportowcy. Nie ma tu rywalizacji za wszelką cenę, jest za to prawdziwa żeglarska atmosfera pełna życzliwości i radości. Trasa wiedzie z Iławy do Siemian, a widok tyłu żagli na Jezioraku jest spektakularny. To stały punkt programu nie tylko dla żeglarzy z Iławy i okolic, ale też z całej Polski. Wielu żeglarzy, którzy na Jezioraku mają swoje łódki, tymi regatami kończy też sezon — mówi Wojciech Żmudziński, dyrektor ICSTiR.

— Najpiękniejsze w tej imprezie jest to, że jest to zarówno sportowa rywalizacja, jak i rekreacja i dobra zabawa między startami. W tym miejscu pragnę podziękować Polskiemu Związkowi Żeglarskiemu za przyznanie tej tak prestiżowej nagrody Błękitnego Spinakera właśnie naszej „Błękitnej”. Jest to piękne uhonorowanie 50 lat współpracy wielu osób przy organizacji tych regat, a także jest to piękna nagroda dla uczestników,

bo to właśnie oni tworzą niepowtarzalny klimat tych regat. Już dziś w swoim imieniu zapraszam we wrześniu do Iławy na Jeziorak na 51. edycję Błękitnej Wstęgi Jezioraka — dodaje burmistrz Dawid Kopaczewski.

Mówiąc o współpracy wielu osób nie sposób nie wspomnieć o Stanisławie Kasprzaku, gospodarzu przystani Pod Omegą, który od wielu lat jest prawdziwym spirytus movens iławskiego żeglarstwa, a sama przystań - bazą Błękitnej Wstęgi.

— Sama przystań pod rządami Stanisława Kasprzaka, jak i regaty przy jego organizacyjnym wkładzie wspaniale się rozwinęły. Tutaj organizowana jest nie tylko Błękitna Wstęga, ale też szereg innych regat amatorskich z Pucharem Polski Jachtów Kabinowych na czele. Zasluga Stanisława Kasprzaka dla rozwoju żeglarstwa są niebagatelne i właśnie dlatego chcieliśmy mu osobiste, w imieniu Polskiego Związku Żeglarskiego, podziękować — mówi Wojciech Skóra, przewodniczący Komisji ds. Żeglarstwa Amatorskiego PZZ.

>> Podczas Iławskiej Gali Sportu podsumowano sportowy rok 2022 w mieście. Były nagrody, stypendia i statuetki. Wśród wyróżnionych nie brakowało przedstawicieli żeglarstwa. Nagrodzono zarówno doświadczonych żeglarzy, jak Agatę Barwińską, czy Wiktorię Gołębiowską, ale też młode talenty, takie jak: Zuzanna Romanowska, Piotr Szkamelski, Katarzyna Liedtke, Zuzanna Liedtke, Agata Kowalska, Aleksander Nadolski, Natalia Chojnowska, czy Julian Podwański.

— Jestem pozytywnie zaskoczony i zbudowany ilością sportowych aktywności i przedsięwzięć w Iła-

wie, nie tylko żeglarskich. Iława wyraźnie postawiła na sport i cieszę się, że żeglarstwo zajmuje ważne miejsce na sportowej mapie tego miasta. Od lat Iława regatami stoi, zarówno sportowymi, jak i amatorskimi. Żeglarski klimat jest w tym mieście mocno odczuwalny, a Błękitna Wstęga Jezioraka jest tego najlepszym przykładem, bo regaty odbywają się nie tylko na wodzie, ale też na brzegu podczas imprez towarzyszących wypełnionych żeglarską atmosferą, dźwiękami szant i spotkań z ciekawymi ludźmi — dodaje Jarosław Bazyłko, wiceprezes PZZ ds. żeglarstwa amatorskiego.

— Iława inspirowała do wielu aktywności sportowych. Możemy pochwalić się licznymi sportowymi sukcesami w różnych dyscyplinach, zarówno indywidualnych, jak i tych drużynowych. Jako, że Iława jest zdecydowanie przyjaznym brzegiem Jezioraka, najdłuższego jeziora w Polsce, żeglarstwo zajmuje w sportowej odsłonie naszego miasta bardzo ważne miejsce. W zarażaniu pasją do tego tak pięknego sportu miasto współpracuje ze Stowarzyszeniem Sportów Wodnych. Realizujemy zarówno wspólne projekty rekreacyjno-turystyczne, jak i wspieramy żeglarstwo regatowe. Z dumą patrzymy na sukcesy wychowanków SSW Iława: Piotra Malinowskiego, Iga Wielczyka żeglującego w duecie z Pauliną Rutkowską w klasie 420, Wiktorii i Jakubem Gołębiowskimi, no i nasza mistrzyni Agata Barwińska, która jest wzorem dla wielu młodych żeglarzy z Iławy, naszą dumą i naszą nadzieją na medal olimpijski, czego jej, jak i wszystkim iławskim sportowcom życzę — reasumuje burmistrz Dawid Kopaczewski.

JAKUB JAKUBOWSKI (PZZ)