2821otbp-d-K

PIĄTEK\NIEDZIELA |21-23|01|2022|

GAZETA OLSZTYŃSKA

136 LAT

WEEKEND

GAZETA CODZIENNA WARMII I MAZUR

cena 4,50 zł (w tym 8% VAT)

ISSN 0137-9127 NR INDEKSU 350176 \\\ NAKŁAD 13 637 NR 14 (20715)

Fot. Janusz Pająk

Małgorzata Drężek-Skrzeszewska z Olsztyna jest najlepszą położną w Polsce. Zdobyła tytuł „Położna na medal". Ile przyjęła porodów? Nie jest w stanie policzyć. Jest mamą 10-letniej Stefanii i pięciomiesięcznej Józefiny (na zdjęciu). \3

POŁOŻNA I MAMA NA MEDAL

CZY OMIKRON ZABIERZE NAM FERIE? \2

TAKA BABCIA TO PRAWDZIWY SKARB \4

CZERWONOARMIŚCI BYLI ŻĄDNI ZEMSTY \5

NIEBO JEST CORAZ CIEKAWSZE \10

POD OLSZTYNEM ZGINĄŁ NIE TYLKO GORBACZOW \15

SPORT CODZIENNIE \22-24

ISSN 0137-9127

9 770137 912057 03

eprasa.pl 2e7f5014da

CZY OMIKRON ZABIERZE NAM FERIE?

W PONIEDZIAŁEK W NASZYM WOJEWÓDZTWIE ROZPOCZNĄ SIĘ FERIE ZIMOWE. CZY TO DOBRY CZAS NA BIAŁE SZALEŃSTWO? PRZED NAMI PIĄTA FALA I WARIANT OMIKRON, KTÓRY NIE PATRZY, CZY KTOŚ WYPOCZYWA. JEST SZYBKI, ALE CZY WŚCIEKŁY?

Wszyscy uczniowie czekają na ostatni dzwonek. Gdy wyjdą w piątek ze szkoły, rozpoczną się ferie. Dwa tygodnie laby, 14 dni możliwości. To czas wyjazdów i wspólnych zabaw na śniegu, na stokach, w lokalach. A czy w obliczu białego szaleństwa można myśleć o piątej fali? O Omikronie, który coraz bardziej daje o sobie znać?

Z dnia na dzień w kraju przybywa zakażeń. W ujęciu tydzień do tygodnia wzrost zakażeń wyraźnie osiągnął niemal 90 proc.

— Lekceważymy sytuację, a liczba zakażeń w populacji — i co za tym idzie — kwarantann, może być przytłaczająca — napisał na Twitterze analizujący od początku dane pandemiczne Michał Rogalski. — Ta fala będzie miała zupełnie inną specyfikę i bez jakichkolwiek przygotowań możemy się nieźle przejechać.

— Nie tylko wkroczyliśmy w piątą falę, ale prognozujemy, że będzie ona się bardzo dynamicznie rozwijała — mówił też Adam Niedzielski, minister zdrowia.

W czwartkowych statystykach kornawirusowych publikowanych przez Ministerstwo Zdrowia zauważyć można niewielki spadek zakażeń w regionie. Odnotowano o 118 przypadków mniej niż w środę. Jednak perspektywa ponownego wzrostu zakażeń i to znacznego w naszym regionie jest bardzo prawdopodobna. W szczególności w kontekście zbliżających się ferii. Może to więc tylko cisza przed burzą?

— Mimo wszystko zalecałbym pozostanie w domowym środowisku. Ja wiem, że jest to trudne, bo wiele osób czeka na to, żeby wyjechać na narty w góry bądź też inne atrakcyjne miejsca i takie sytuacje będą miały miejsce — zauważa Janusz Dzisko, wojewódzki inspektor sanitarny i dyrektor Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Olsztynie. — Proszę pamiętać o tym, że jest kilka zasad. Pierwsza zasada jest taka, że gdy u dziecka podejrzewamy jakąkolwiek infekcję, to dziecko nie powinno jechać. Jeżeli podróżujemy środkiem transportu, gdzie jest spora liczba młodych ludzi, to stosujmy zasady bezpieczeństwa. Ogromnie trudno zachować dystans, w związku z tym maseczki powinny być. Należy ograniczyć kontakty z osobami z zewnątrz.

I dodaje: — Rodzice, gdy otrzymają informację od organizatorów, że ich dziecko ma jakiekolwiek objawy, są zobligowani do odebrania dziecka w ciągu 12 godzin.

Szef olsztyńskiego sanepidu przypuszcza, że najbliższe dwa tygodnie będą okresem niebezpiecznym. Ale wtedy, kiedy dzieci będą szusować na stokach, urzędnicy będą musieli zostać w domach. Rząd bowiem wprowadza dla nich pracę zdalną.

— W ciągu najbliższych dni zostanie przygotowane rozporządzenie epidemiczne, które odpowiedni obowiązek tego typu nałoży na wszystkich pracodawców publicznych w administracji, z wyjątkiem tych zadań, które muszą być realizowane na rzecz obywateli i które muszą być realizowane w tradycyjnym modelu — poinformował minister Adam Niedzielski. Zaapelował również do wszystkich pracodawców w Polsce, by w miarę możliwości praca zdalna „znowu stała się standardem".

Katar, kaszel i zmęczenie

W tej chwili w Polsce jest ok. 1000 zakażeń wariantem Omikron. W województwie pomorskim to już co drugie zakażenie. Na Warmii i Mazurach na razie u 20 proc. zakażonych stwierdza się ten wariant. Niedługo jednak będzie dyktował warunki.

Pierwsze objawy występują zdecydowanie szybciej niż w przypadku wcześniejszych wariantów. Mówi się, że nawet po dwóch lub trzech dniach. Dlatego warto się testować — nawet, gdy objawy nie są dokuczliwe. Gdy zakażenie przejdzie ciężej, wtedy zwykle w pięć do siedmiu dni dochodzi do etapu, gdy pacjent może wymagać leczenia szpitalnego. Pacjenci zakażeni Omikronem mogą więc szybciej trafiać do szpitali niż w poprzednich falach. Jednak pojawia się coraz więcej dowodów na to, że Omikron atakuje górne drogi oddechowe, powodując łagodniejsze objawy zakażenia, przypominające przeziębienie. Nie jest jednak bezpieczny dla wszystkich.

Na świecie

Omikron już utrudnia życie. W Stanach Zjednoczonych brakuje szybkich testów do samodzielnego wykonania w domu. Laboratoria analizujące badania PCR w Niemczech i Wielkiej Brytanii wkrótce osiągną kres wydajności. W Szwecji na wynik testu PCR trzeba czekać do czterech dni. Omikron gwałtownie zwiększył zapotrzebowanie na badania. Testy są potrzebne nie tylko do tego, by diagnozować zainfekowanych i kontrolować skalę zakażeń, ale również po to, by zwalniać objętych izolacją czy kwarantanną i pozwolić im na powrót do pracy czy szkoły. Czy taki scenariusz czeka nas też w Polsce?

Z kolei brytyjski premier Boris Johnson ogłosił w środę, że restrykcje wprowadzone w Anglii w związku z pojawieniem się wariantu Omikron przestaną obowiązywać od 27 stycznia. Wycofano już zalecenie pracy z domu. Zostały certyfikaty covidowe oraz rozszerzony nakaz noszenia maseczek w prawie wszystkich zamkniętych przestrzeniach publicznych.

Od kilku dni w Wielkiej Brytanii liczba dziennych zakażeń utrzymuje się poniżej 100 tys. To ogromny spadek. Dwa tygodnie temu zachorowań było 218 tys. Nadal jednak rośnie liczba zgonów z powodu koronawirusa. Ten szczyt mija ok. 14 dni po szczycie zakażeń.

AR, AK

SZPITAL W OSTRÓDZIE „ŁAPIE ODDECH"

Fot. Barbara Chadaj-Lamcho

Do szpitala w Ostródzie kierowani są wyłącznie pacjenci zakażeni koronawirusem. — Na razie jesteśmy na etapie „łapania oddechu" po czwartej fali zakażeń — powiedział w czwartek Jacek Dudzin, prezes Szpitala w Ostródzie S.A. — Obecnie leczy się u nas średnio ponad 40 pacjentów oraz dwie — trzy osoby w cięższym stanie pod respiratorami na oddziale intensywnej terapii. Mamy przygotowanych 140 miejsc i jeszcze kolejnych pięć w rezerwie. Przygotowujemy się na kolejną, piątą falę zachorowań.

Co to oznacza? Sprawdzane są wszystkie instalacje, zabezpieczenie w odpowiedni zasób sił i środków. Na razie nie ma z tym problemów, a sytuacja personalna jest stabilna — nie brakuje ratowników, pielęgniarek i lekarzy. Szpital bardzo angażuje się też w szczepienia. Jest ich tu dziennie około 300, głównie trzecią dawką. Tworzony jest też drugi punkt wymazowy.

— Przygotowujemy się na piątą falę, wzrost zakażeń i znów spodziewamy się pracy na pełnych obrotach — dodaje Jacek Dudzin. — Przewidywania dotyczące Omikrona zakładają, że ten wariant wirusa atakuje przede wszystkim górne drogi oddechowe. Przy łagodniejszym przebiegu choroby nie wszyscy chorzy będą wymagali hospitalizacji. Jednak w województwie przygotowywane są nowe oddziały dla zakażonych, a my również pozostajemy szpitalem jednoimiennym.

BCL

SĄD NAJWYŻSZY ZDECYDUJE, JAKI SĄD ROZPOZNA SPRAWĘ „HELPERA"

Sąd Okręgowy w Olsztynie, na wniosek prokuratora wydał postanowienie, w którym zwrócił się do Sądu Najwyższego o przekazanie sprawy dotyczącej nieprawidłowości w działalności stowarzyszenia „Helper" do rozpoznania innemu sądowi z uwagi na dobro wymiaru sprawiedliwości — informuje rzecznik prasowy Sądu Okręgowego w Olsztynie, sędzia Olgierd Dąbrowski-Żegalski. I przypomina, że pod koniec ub. roku do Sądu Okręgowego w Olsztynie wpłynął akt oskarżenia przeciwko 42 osobom oskarżonym w związku z nieprawidłowościami w działalności stowarzyszenia „Helper", które na przestrzeni lat 2010-2017 uzyskało dotacje celowe przeznaczone na finansowanie zadań publicznych polegających na prowadzeniu środowiskowych domów samopomocy (ŚDS) w gminach: Purda, Reszel, Jedwabno i Olsztyn.

— W uzasadnieniu decyzji Sąd zwrócił uwagę, że wśród osób oskarżonych w tej sprawie są wysocy funkcjonariusze samorządowej władzy wykonawczej (m.in. urzędujący prezydent Olsztyna), która statutowo jest zobowiązana do współpracy na różnych płaszczyznach z organami władzy sądowniczej — informuje rzecznik SO. I nadmienia, że wśród oskarżonych jest również osoba pełniąca funkcję ławnika w Sądzie Okręgowym w Olsztynie, a ławników do olsztyńskich sądów wybiera m.in. Rada Gminy Olsztyn.

— Sąd zwrócił także uwagę, że sprawa dotycząca nieprawidłowości w stowarzyszeniu „Helper" jest aktualnie przedmiotem dyskusji publicznej w lokalnym środowisku, budzi silne emocje i jest postrzegana jako sprawa o politycznych konotacjach. W razie orzekania w sprawie przez sędziego Sądu Okręgowego w Olsztynie mogą pojawić się wątpliwości opinii publicznej co do bezstronności działania organów wymiaru sprawiedliwości. Sąd podkreślił przy tym, że powyższe okoliczności dostrzegł również oskarżyciel publiczny (Prokurator Regionalny w Białymstoku), który z urzędu zwrócił się do tutejszego Sądu z wnioskiem o rozważenie zasadności wystąpienia do Sądu Najwyższego o przekazanie sprawy innemu sądowi równorzędnemu ze względu na dobro wymiaru sprawiedliwości — informuje sędzia Olgierd Dąbrowski-Żegalski.

RED.

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

REDAKTOR NACZELNY
Maciej Matera
zarzad@gazetaolsztynska.pl

ZASTĘPCY REDAKTORA NACZELNEGO
Igor Hrywna
Dawid Żmuda
Bartosz Orliński

REDAKTORZY WYDANIA
Barbara Barczuk wydawca@gazetaolsztynska.pl
Beata Brokowska
Igor Hrywna
Artur Dryhynycz sport@gazetaolsztynska.pl

WYDANIE ONLINE internet@gazetaolsztynska.pl
89 539 74 83

GAZETAOLSZTYNSKA.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@dziennikelblaski.pl

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

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

NAKŁAD KONTROLOWANY
ZWIĄZEK KONTROLI DYSTRYBUCJI PRASY

Redakcja nie zwraca niezamówionych tekstów oraz zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów w publikowanych listach i nadesłanych materiałach. Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń. Wydawca zastrzega sobie prawo odmowy przyjęcia ogłoszenia sprzecznego z zasadami moralnymi lub prawem.

eprasa.pl 2e7f5014da

PRZYJĘŁAM MASĘ PRZECUDNYCH PORODÓW

MAŁGORZATA DRĘŻEK-SKRZESZEWSKA Z OLSZTYNA JEST NAJLEPSZĄ POŁOŻNĄ W POLSCE. ZDOBYŁA TYTUŁ „POŁOŻNA NA MEDAL". ILE PRZYJĘŁA PORODÓW? NIE JEST W STANIE ICH POLICZYĆ. ALE OSTATNIO SKUPIA SIĘ NA PORODACH DOMOWYCH. TWIERDZI, ŻE TO W NICH JEST PRAWDZIWA MAGIA.

ADA ROMANOWSKA
a.romanowska@gazetaolsztynska.pl

Fot. Janusz Pająk

Małgorzata Drężek-Skrzeszewska z Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego w Olsztynie zdobyła tytuł "Położna na medal"

— Otrzymała pani Oscara. Dla najlepszej położnej w Polsce!

— To niesamowite wyróżnienie, ale przede wszystkim informacja zwrotna, że ludzie których spotkałam na swojej zawodowej drodze, dobrze oceniają moją pracę. Głosowały na mnie nie tylko mamy, ale także ich rodziny, osoby mi bliskie prywatnie i zawodowo. To szalenie miłe uczucie.

— Długo pani pracuje jako położna?

— Od 19 lat! A zostałam położną trochę z przypadku. Zahaczyłam o studium medyczne na ul. Mariańskiej w Olsztynie. Moja mama akurat załatwiała tam jakieś sprawy, a ja miałam już złożone dokumenty na administrację na naszym uniwersytecie. I dałam się namówić. Wycofałam papiery i przekierowałam je właśnie na położnictwo. Zawsze miałam ciągotki do medycyny, więc właściwie od pierwszej chwili czułam, że to moje miejsce. Wszystko przychodziło mi dosyć lekko i w sposób naturalny. Ciekawiło mnie, jak wszystko się odbywa — nie tylko poród, ale również leczenie schorzeń ginekologicznych. I zostało mi to do tej pory. W pracy mocno pielęgnuję zarówno ginekologię, jak i położnictwo.

— Ile porodów pani przyjęła?

— Nie jestem w stanie tego powiedzieć. Pierwsze zawodowe lata spędziłam na porodówce, a później przyjmowałam porody dorywczo, choć też z dużym natężeniem. Pracowałam też na bloku operacyjnym w szpitalu wojewódzkim. Asystowałam do operacji ginekologicznych oraz cięć cesarskich. Współpracuję również ze szpitalem doktora Malarkiewicza, głównie w zakresie prowadzenia szkoły rodzenia. Jedyne, co teraz liczę, to porody domowe. Zajmuję się nimi z koleżanką położną Małgosią Kiełczewską, która również pracuje w szpitalu wojewódzkim. Robimy to od trzech lat. Takich porodów na swoim koncie mamy 40.

— To dużo?

— Wydaje mi się, że tak. Wcześniej porody domowe na Warmii i Mazurach odbywały się sporadycznie. Przyjmowały je położne z ościennych województw. W innych regionach Polski takie porody są popularne od kilkunastu lat, a u nas dopiero raczkują. Gdy zaczynałyśmy, kwartalnie były trzy, może cztery. Teraz pacjentki cały czas dzwonią, dopytują się i są zdecydowane rodzić w domu. Ten nurt zdecydowanie podkręcił też czas pandemii. Kobiety po prostu chcą rodzić w domu i czują się w nim bezpieczne.

— Co je przekonuje?

— Poród domowy ma swoją magię. Kobieta jest w swoim środowisku, czyli tam, gdzie czuje się najlepiej. Ma przy sobie najbliższe osoby. W domu zresztą nie stosujemy procedur medycznych, dajemy szanse naturze. Oczywiście ciąża podlega pewnej kwalifikacji, więc w tym zakresie współpracujemy z kilkoma lekarzami. Oni wykonują badania i decydują, czy kobiety mogą zmierzyć się z takim porodem. Bezpieczeństwo jest najważniejsze. Liczy się też to, że kobieta może przy takim porodzie działać intuicyjnie. Często przygotowują się do takich porodów same, korzystając z grup wsparcia w Internecie. Bazują na własnych doświadczeniach. Z taką świadomością kobiety zupełnie inaczej pracują. I wiedzą, czego chcą — często nawet przed zajściem w ciążę. Przygotowują się do tego. Jednego dnia robią test ciążowy, a następnego już wisimy na łączach. Słyszę: fajnie by było, gdybyśmy urodziły razem. To ewenement. Kiedyś tego nie było.

— To taka babska przyjaźń...

— Myślę, że tak. Wiele kobiet rzeczywiście stało się bliskich mojemu sercu i mam nadzieję, że z wzajemnością. Przy okazji konkursu „Położna na medal", mam niesamowitą informację zwrotną. Odzywają się kobiety, z którymi nawet przez dłuższy czas nie miałam kontaktu. Gratulują.

— Pani też jest mamą?

— Jestem mamą dziesięcioletniej Stefanii i pięciomiesięcznej Józefiny.

— Ciekawe imiona.

— Przyznam, że położne zawsze mają problem z imionami. Wszystkie są „pozajmowane" przez rodzinę, pacjentki albo kojarzą się z naszymi noworodkami. Czasem uznajemy, że pewnych imion jest statystycznie za dużo w pewnym środowisku. Trzeba więc znaleźć wyjątkowe imiona. Ja postawiłam na staropolskie.

— W sumie to ma pani piękny zawód. Tyle pięknych chwil i wzruszeń.

— Przecudnych porodów mam całą masę. Ale doświadczenie pierwszego porodu domowego zrobiło na mnie niesamowite, wręcz piorunujące wrażenie. Stwierdziłam, że dla takich chwil warto to robić. Przy takich porodach jesteśmy głównie obserwatorkami. Z przyszłą mamą zapoznaję się na tyle, że wchodząc do jej domu w chwili porodu już wiem, co jest dla niej ważne, a co nieakceptowalne w ewentualnych czynnościach. Szukamy kompromisów dużo wcześniej, żeby w żaden sposób nie zaburzać porodu. Ważne jest nastawienie, zbudowana intymność i bezgraniczne zaufanie. To pozwala nam kończyć takie porody sukcesem.

— Rozmawiamy o kobietach, ale tatusiowie też są ważni.

— Teraz mamy fajne czasy, bo ci tatusiowie, którzy decydują się na uczestnictwo przy porodzie, wykazują się przeogromnym zaangażowaniem. To się bardzo zmieniło. Zauważyłam, że wcześniej panowie, gdy przychodzili do szkoły rodzenia, tłumaczyli się: bo żona ich zapisała. Dziś coraz częściej to panowie dzwonią i chcą zapisać siebie i partnerkę na zajęcia. Chcą wiedzieć, jak pomóc kobiecie rodzącej i jak „obsłużyć" później noworodka. To cieszy, że czują potrzebę przygotowania się w jak najlepszy sposób.

— Chcą być bohaterami w swoim domu.

— Na pewno! Tatusiowe zarówno w porodach szpitalnych, jak i tych w warunkach domowych, tak naprawdę grają pierwsze skrzypce. Położna tylko pomaga. On jest najbliżej kobiety. To jest super.

— Nie tylko odbiera pani porody...

— Pracuję też jako asystent w Katedrze Położnictwa na UWM. Przygotowuję adeptki położnictwa do wykonywania tego zawodu tak, by w przyszłości z wiedzą oraz pełnym zaangażowaniem mogły wykonywać najpiękniejszy zawód na świecie — zawód położnej.

Małgorzata Drężek-Skrzeszewska z Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego w Olsztynie zdobyła tytuł w 8. edycji konkursu "Położna na medal". Drugie miejsce zajęła Urszula Piskorska ze Szczytna. W ogólnopolskim konkursie wzięło udział 610 położnych. Przypomnijmy, że w czwartej edycji najlepsza okazała się Elżbieta Wójtowicz, pracująca w bloku porodowym Szpitala Wojewódzkiego w Olsztynie.
Kampania i konkurs „Położna na medal" prowadzone są nieprzerwanie od 2014 roku. Patronat honorowy nad 8. edycją kampanii i konkursu sprawowała Naczelna Rada Pielęgniarek i Położnych (NRPiP). Patronem było także Polskie Towarzystwo Położnych, a Partnerami Merytorycznymi Niezależna Inicjatywa Rodziców i Położnych „Dobrze Urodzeni" oraz świętująca swoje ćwierćwiecze Fundacja „Rodzić po Ludzku".
Podsumowanie 8. edycji kampanii oraz konkursu, połączone z wręczeniem pamiątkowych medali i nagród, planowane jest na 27 maja w Warszawie.
Konkurs "Położna na medal" to element kampanii społecznej, która zwraca uwagę na jakość opieki okołoporodowej oraz zaangażowanie i rolę położnej w życiu kobiety i jej rodziny.
Do konkursu położne mogą zgłosić się same albo przez swoje pacjentki lub ich rodziny. Zasady wyłaniania zwycięzczyń są restrykcyjne — pacjent albo jego rodzina może oddać tylko jeden głos.

eprasa.pl 2e7f5014da

TAKA BABCIA TO PRAWDZIWY SKARB

CIEPŁA I PEŁNA DOBRYCH UCZUĆ. SERDECZNA I OPIEKUŃCZA. CAŁE ŻYCIE CIĘŻKO PRACOWAŁA, ALE ZAWSZE NAJWAŻNIEJSZA BYŁA DLA NIEJ RODZINA. DZIŚ PANI LEOKADIA MA 93 LATA. URODZIŁA 11 DZIECI, JEST BABCIĄ 30 WNUCZĄT, MA 24 PRAWNUCZĄT I DWIE PRAPRAWNUCZKI. WCIĄŻ JEST PEŁNA ENERGII.

JOANNA KARZYŃSKA
j.karzynska@gazetaolsztynska.pl

Swym ciepłem i dobrocią zjednują ludzi. I choć nie posiadają bogactwa, to ich dobre serce sprawia, że wszystko wokół ma inny wymiar — lepszy. Bycie babcią to piękna rola. To zbieranie plonów życia i oddawanie wnukom miłości, którą pielęgnuje się i rozwija całe życie. Co oznacza bycie kochającą babcią? Czasem wystarczy po prostu być! Bo miarą miłości jest obecność. Taką babcią jest właśnie pani Leokadia Bojarska z Małdańca pod Szczytnem. Niby zwykła, choć dla bliskich i rodziny niezwykła...

— Różne sytuacje życiowe kształtują nasze osobowości i charakter, jednak trzeba pamiętać, że zawsze i wszędzie trzeba być człowiekiem — mówi często do wnuków pani Leokadia. — Życie nie jest usłane różami, zdarzają się upadki i wzloty. Trzeba jednak zawsze pozytywnie myśleć o przyszłości, być dobrym, szanować i kochać innych. I mieć zawsze dużo wiary w Boga i modlić się.

Pani Leokadia urodziła się 16 marca 1929 roku w miejscowości Surowe. Dzieciństwo i młode lata spędziła w Krukowie. Ze swoim mężem Henrykiem poznali się przez wspólnych znajomych. Związek małżeński zawarli w 1950 roku. Całe życie pracowali ciężko na gospodarstwie. Małżonkowie doczekali się licznego potomstwa. Na świat bowiem przyszło jedenaścioro dzieci: Marianna, Jan, Stanisław, Ryszard, Wiesław, Tadeusz, Danuta, Jerzy, Irena, Agnieszka i Piotr.

Byli zgodnym małżeństwem i starali się wychować swoje dzieci na dobrych ludzi. Dawali im ogrom miłości, zrozumienia, przekazali wiele wartości, takich jak: szacunek do ludzi starszych, do pracy, obowiązkowość i wiarę w opatrzność Boską. Wiara była ważnym i nieodłącznym elementem życia tej rodziny. Każdej niedzieli rodzina uczestniczyła w mszy świętej, dzień zaczynał się i kończył modlitwą.

Trudnym momentem w życiu rodziny była choroba pana Henryka. Miażdżyca zaatakowała organizm i w kwietniu 1992 roku mężczyzna zmarł. Wsparciem dla pani Leokadii byli wtedy jej bliscy.

Pani Leokadia doczekała się 30 wnucząt, 24 prawnucząt i dwóch praprawnuczek: Amelki i Oliwii. Mieszka teraz z dwoma synami: Tadeuszem i Piotrem oraz 18-letnią wnuczką Oliwią.

Fot. Arch. prywatne

Pani Leokadia z wnukami

Pani Leokadia z prawnuczką Julią

— ZAWSZE OKRES JESIENNO-ZIMOWY BABCIA SPĘDZAŁA CZYTAJĄC KSIĄŻKI LUB ROBIĄC NA DRUTACH RÓŻNE SZALE, SKARPETY, DEKORACYJNE POSZEWKI NA PODUSZKI.

Chyba każde z dzieci i wnuków dostało taką piękną, ręcznie robioną poduszkę — opowiada Anna Sobolewska, wnuczka pani Leokadii. — Babcia ma do tego ogromny talent, lecz teraz już ze względu na wiek nie może kontynuować swoich pasji. Latem nie może żyć bez pracy. Jeszcze w ubiegłym roku miała w ogródku warzywa, które sama uprawiała. Wciąż doi krowy, gotuje obiady i dba o dom. I oczywiście słucha „Radia Maryja", bo to jej podstawowe źródło wiadomości ze świata, ponieważ telewizji nie ogląda. Mam wiele pięknych wspomnień związanych z babcią. Mieszkaliśmy nieopodal, więc bywaliśmy u niej często. Babcia piekła zawsze po 10-15 drożdżaków, które rozdawała swoim dzieciom. W jej domu zawsze pachniało czystością i ciastem. Zabierała nas na pielgrzymki do Gietrzwałdu, opowiadała o czasach młodości, tuliła nas do snu, ocierała łzy, gdy coś nas bolało. W jej domu zawsze były duże pierzyny, pod którymi grzaliśmy zimne nogi... Babcia to cudowna i bardzo skromna osoba, dla której największym szczęściem jest tak liczna rodzina oraz to, że Bóg dał jej tyle sił, aby mogła patrzeć jak dorastają jej dzieci, wnuki i kolejne pokolenia. Cieszy się, że jej rodzina może żyć w lepszych czasach niż ona sama. Cały czas modli się o to, aby nie miała miejsca już wojna i nie skrzywdziła jej rodziny. Bo w czasie wojny babcia straciła swojego brata i pamięta okropności tego czasu — dodaje pani Anna.

Pani Leokadia z wnuczką

W czasach internetu, tabletów, smartfonów trudno być ciekawą babcią. Czas to coś najcenniejszego, co babcia może podarować wnukom. W domu pani Leokadii tak jest. Wnuki wiedzą, że zawsze i z każdym problemem mogą do niej przyjść, poradzić się, szukać wsparcia. Czasem z rodzicami nie chcą rozmawiać, wstydzą się, czy boją. A do niej mogą przyjść i swobodnie porozmawiać. Ona zawsze ma dla nich czas. Jej dom jest zawsze dla nich otwarty, tak jak i jej ramiona.

— Babcia Leokadia to wyjątkowa kobieta, z ogromnymi pokładami spokoju, cierpliwości oraz z uśmiechem na twarzy — mówią o pani Leokadii jej wnuki. — To ona nauczyła nas cudownej miłości do drugiego człowieka, zrozumienia, uczciwości, zaradności, wiary w Boga i w ludzi. Zawsze wita nas swoim ciepłym uśmiechem i nawet gdy źle się czuje, nigdy nie narzeka. Przytuli, pocieszy, wytrze łzę. To niesamowite szczęście mieć ją. Nasze dzieciństwo kojarzy nam się właśnie z domem u dziadków, ale nie tylko piękne wspomnienia od nich otrzymaliśmy. Nauczyli nas wiele o życiu, pokazali, jak być dobrym człowiekiem, a jednocześnie jak sobie radzić w świecie pełnym okrucieństwa. Dziadek już nie żyje, ale wciąż jest w naszych wspomnieniach i sercu. Mamy nadzieję, że będziemy kiedyś dziadkami równie dobrymi jak oni, że nasze wnuki będą nas kochały równie mocno, jak my kochamy swoich. Nasza babcia to najlepsza osoba na ziemi.

PROMOCJA

6222otbr-a-K

eprasa.pl 2e7f5014da

CZERWONOARMIŚCI BYLI ŻĄDNI ZEMSTY

SOWIECI SPALILI ALLENSTEIN, CZYLI DZISIEJSZY OLSZTYN. MORDOWALI, GWAŁCILI, ZGOTOWALI PIEKŁO MIEJSCOWEJ LUDNOŚCI. O TYM, JAK WYGLĄDAŁO ZAJĘCIE MIASTA W STYCZNIU 1945 ROKU, ROZMAWIAMY Z KRZYSZTOFEM KIERSKIM Z BIURA BADAŃ HISTORYCZNYCH DELEGATURY IPN W OLSZTYNIE.

ANDRZEJ MIELNICKI
a.mielnicki@gazetaolsztynska.pl

— 22 stycznia Armia Czerwona zajęła Allenstein, czyli dzisiejszy Olsztyn. Czy Niemcy oddali miasto bez walki?

— Pomimo że 21 stycznia 1945 roku przez uliczne megafony przemawiał nadburmistrz Allenstein Fritz Schiedat, przekonując o powstrzymaniu ofensywy rosyjskiej na przedpolach miasta i krzycząc, że zwycięska armia niemiecka nie wpuści do Allenstein ani jednego żołnierza Armii Czerwonej, realia były zupełnie inne.

Kiedy wczesnym rankiem 22 stycznia 1945 roku do Olsztyna wkroczył 3. Korpus Kawalerii Gwardii, niemieccy żołnierze w zdecydowanej większości zdążyli już opuścić miasto. Nie licząc niemieckiej grupy pancernej operującej w rejonie dworca i zamku, która spaliła cztery sowieckie czołgi, w Olsztynie do wymiany ognia dochodziło sporadycznie. Jeszcze w południe na obrzeżach miasta walczyły pojedyncze grupy żołnierzy, jednak z punktu strategicznego nic nie znaczyły i bardzo szybko zostały przez Sowietów zlikwidowane. Wieczorem tego dnia w Olsztynie nie było już żadnych wojsk niemieckich.

— Kiedy Rosjanie wkraczali do Olsztyna, miasto nie było zniszczone, ale potem Sowieci spalili większość budynków. Dlaczego? Brali odwet, bo dla nich to wszystko tu było germańskie?

— Treść jednej z ulotek wręczanych żołnierzom Armii Czerwonej na początku stycznia 1945 roku brzmiała: „Jeśli zabiłeś jednego Niemca, zabij jeszcze jednego. Dla nas nie ma lepszego widoku niż niemieckie trupy. Nie licz kilometrów! Licz tylko zabitych przez siebie Niemców!” Czerwonoarmiści byli żądni zemsty za krzywdy wyrządzone im przez armię niemiecką na terenach ZSSR. Ich agresję potęgował fakt, że Prusy Wschodnie były pierwszym obszarem III Rzeszy zajętym przez wojska radzieckie w ich marszu na Berlin.

Teren Warmii i Mazur był traktowany przez Armię Czerwoną nie jako teren Polski, ale jako teren wroga jakim była III Rzesza.

Należy zauważyć, że miasta Prus Wschodnich nie będące raczej areną działań wojskowych II wojny światowej, wychodziły z pożogi wojennej praktycznie niezniszczone. Tymczasem po wkroczeniu Armii Czerwonej tereny te były obracane w ruinę przez żołnierzy sowieckich, którzy mając przyzwolenie swoich zwierzchników dewastowali, grabili, podpalali i demontowali urządzenia fabryczne i maszyny, które były wywożone do ZSRR.

W wyniku bezpośrednich działań wojennych zniszczeniu uległo stosunkowo niewiele zabudowań. Znaczna ich część została spalona przez żołnierzy sowieckich dopiero po ustaniu walk, bez żadnego uzasadnienia względami militarnymi. Wiele olsztyńskich ulic i dzielnic zostało zniszczonych doszczętnie. Same zabudowania olsztyńskiej starówki zostały spalone w niemal 50 procentach. Podobnych zniszczeń dokonano w pobliżu dzisiejszych ulic takich jak: Grunwaldzka, Szrajbera, Warszawska, Limanowskiego, Wojska Polskiego, Niepodległości, Knosały, Kościuszki czy Mickiewicza. Zpierwszych szacunków Wydziału Odbudowy Urzędu Pełnomocnika Rządu Rzeczypospolitej Polskiej na Okręg Mazurski wynikało, że w Olsztynie zostało zniszczonych 1040 budynków, czyli 36 proc. ówczesnej zabudowy miasta. W samym tylko Olsztynie płonęło wszystko: od domów i kamienic mieszkalnych do zakładów przemysłowych. Łuna dymu unosiła się nad miastem do końca stycznia 1945 roku.

— Sowieci mordowali, gwałcili, zgotowali piekło miejscowej ludności. Wiadomo jaka była skala tej przemocy?

— Ciężko precyzyjnie określić skalę przemocy ze strony Sowietów. Wkraczając do Olsztyna zastali oni nie więcej niż 10 000 osób. Najbardziej ucierpiała ludność cywilna, ale także robotnicy przymusowi, jeńcy wojenni oraz Warmiacy i Mazurzy, którzy przez żołnierzy Armii Czerwonej nie byli odróżniani od Niemców i uznani zostali za popierających Adolfa Hitlera.

Noc z 21 na 22 stycznia 1945 roku zapisała się wyjątkowym aktem bestialstwa w rejonie Kortowa, gdzie w budynkach szpitalnych Prowincjonalnego Zakładu Leczniczo-Opiekuńczego dla Obłąkanych i lazaretu wojskowego przebywało wówczas prawie 600 osób, które zostały zabite przez żołnierzy Armii Czerwonej. Do podobnej masakry doszło także na terenie Szpitala Mariackiego, w którym oprócz pacjentów znajdowały się siostry zakonne – zgwałcone, a następnie zabite przez czerwonoarmistów.

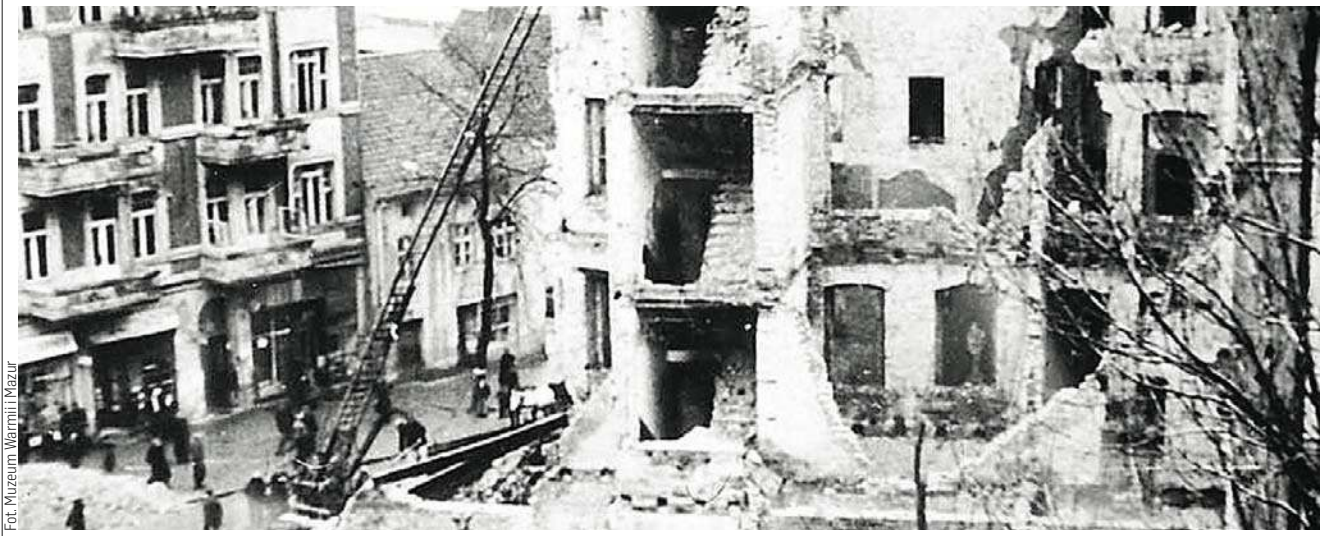
— Dziś już nikt nie mówi o wyzwoleniu Olsztyna, ale pokłosiem wojennego triumfu Armii Czerwonej nad Niemcami są w Olsztynie popularne „szubienice", czyli dawny pomnik Wdzięczności Armii Czerwonej. Czy można upamiętniać okupantów, mroczne czasy gwałtów i zbrodni?

— Upamiętnienia tego dokonali rodzimi komuniści. Propaganda PRL niesłusznie narzuciła Olsztynowi datę 22 stycznia jako radosne święto triumfu bohaterów nad najeźdźcą i okupantem, co było dalekie od prawdy. Polscy komuniści, chcąc przypodobać się swoim mocodawcom na Kremlu, wiosną 1948 roku zdecydowali o wzniesieniu w Olsztynie pomnika będącego wyrazem wdzięczności dla Armii Czerwonej. Nie było to w skali kraju wyjątkowe wydarzenie, gdyż w innych wojewódzkich miastach istniały już różne formy upamiętnienia wkroczenia Armii Czerwonej. Pamiętajmy też, że swoje zaangażowanie w powstanie pomnika okazali w dużej mierze członkowie Towarzystwa Przyjaźni Polsko-Radzieckiej, a zatem stowarzyszenia, które zajmowało się organizacją wydarzeń o charakterze propagandowym. Co ważne, pomnik ten pierwotnie miał stanąć na dzisiejszym Placu Bema. Kolejna być może dla niektórych nowość to fakt, że budowę pomnika zaproponowano rzeźbiarzowi prof. Stanisławowi Horno-Popławskiemu, a nie Xaweremu Dunikowskiemu. Na początku 1949 r. projekt Popławskiego nie spodobał się Komitetowi Budowy Pomnika i spowodował, że zdecydowano się zmienić również jego lokalizację. Ostatecznie przy dźwiękach hymnu polskiego i radzieckiego pomnik odsłonięty został 21 lutego 1954 roku.

— Dlaczego więc pomnik z wyrytym nań sierpem i młotem wciąż stoi w środku miasta? Czy nie powinien zniknąć z obecnej przestrzeni publicznej, w której się znajduje? Co z nim zrobić: zniszczyć, zburzyć, przenieść?

— W 1998 r. w Olsztynie odbyło się referendum zorganizowane przez Radio Olsztyn i miejscowy dodatek do „Gazety Wyborczej” — „Gazetę Warmii i Mazur”. Chętni mogli się wypowiedzieć czy pomnik należy zachować, zburzyć, czy też przenieść na inne miejsce. Co ciekawe, większość biorących udział w ankiecie opowiedziała się za pozostawieniem pomnika na jego dotychczasowym miejscu.

Instytut Pamięci Narodowej wobec niemożności przeniesienia lub likwidacji pomnika, którą warunkuje fakt wpisania go na listę zabytków, przygotował treść tablicy, która wyjaśniałaby kontekst historyczny pomnika i wydarzeń związanych z ideą jego powstania. Pomimo zainteresowania władz samorządowych powstaniem tablicy i opinią IPN, wciąż nie doszło do finalizacji tej inicjatywy. Z uwagi na to, że pomnik nadal dla wielu pozostaje wizytówką miasta, a wszelkie decyzje należą do władz państwowych, w gestii IPN pozostaje edukowanie społeczności Warmii i Mazur w zakresie symboliki historycznej w przestrzeni publicznej. Tym samym prowadzimy akcje ulotkowe, warsztaty dla nauczycieli i uczniów oraz wykłady i odczyty, w których pokazujemy jak wyglądało wkroczenie Armii Czerwonej na tereny byłych Prus Wschodnich, wskazując przy tym, że słowo „wdzięczność” czy też „wyzwolenie” jest co najmniej niestosowne w odniesieniu do omawianych wydarzeń.



Fot. Muzeum Warmii i Mazur

Zrujnowany Olsztyn w 1945 roku

Fot. Archiwum prywatne

Krzysztof Kierski z Delegatury IPN w Olsztynie

Do tej pory w naszym cyklu o wydarzeniach z zimy 1945 roku opublikowaliśmy: „Domyśliliśmy się, że chcą nas rozstrzelać” (18.01), „Dla żołnierzy radzieckich to była „Germania” (19.01). W poniedziałek: „Po przejściu Armii Czerwonej ocalało tylko jezioro”. Wydanie elektroniczne Gazety Olsztyńskiej: http://kupgazete.pl/

KONDOLENCJE

Panu

Marcinowi Galibarczykowi

Dyrektorowi Departamentu Turystyki i Sportu Urzędu Marszałkowskiego

wyrazy szczerego żalu i współczucia po stracie

Taty

składają
członkowie Polskiej Krajowej Sieci Miast Cittaslow oraz Stowarzyszenia „Polskie Miasta Cittaslow”

20122opb1-a-M

eprasa.pl 2e7f5014da

WSZYSTKO ZACZĘŁO SIĘ OD TOMKA

CÓRKI PANI HALINY ODNALAZŁY MAMĘ PO 24 LATACH, PAN KRYSTIAN PONOWNIE SPOTKAŁ SWOICH BLISKICH PO 10-LETNIEJ NIEOBECNOŚCI, A PANI ANNA MOŻE WRESZCIE ZOBACZYĆ CIOCIĘ, KTÓREJ NIGDY NIE MIAŁA NAWET OKAZJI POZNAĆ. WSZYSTKO DZIĘKI JEDNEJ STRONIE INTERNETOWEJ.

Założycielką strony „Zaginieni przed laty" jest Iwona Modliborska, która pewnego dnia, przeszukując internet, natrafiła na informacje dotyczące zaginięcia Tomka Cichowicza, które miało miejsce w 1990 roku. Ponad trzy dekady temu niespełna pięcioletni chłopiec zniknął spod własnego domu w Dobrym Mieście w województwie warmińsko-mazurskim.

– Ta historia tak wstrząsnęła Iwoną, że postanowiła pomóc w jej nagłośnieniu – mówi Lucy Zawrin – administratorka strony i jedna z wolontariuszek, pomagających w jej prowadzeniu.

Fot. archiwum prywatne

LUCY ZAWRIN: NAJWIĘKSZĄ ROLĘ ODGRYWAJĄ NASI CZYTELNICY – TO DZIĘKI ICH INFORMACJOM UDAJE SIĘ ODNAJDYWAĆ ZAGINIONYCH.

Początkowo Iwona poświęcała się tylko sprawie Tomka, ale wkrótce jej strona internetowa zaczęła zdobywać coraz większą popularność, a rodziny kolejnych zaginionych osób zgłaszały się z prośbą o pomoc w ich poszukiwaniu.

– Sprawy dotyczyły zarówno tych, którzy zniknęli lata temu, ale też osób niedających żadnego znaku życiu zaledwie od kilku dni. Nie byliśmy w stanie odmówić ich zatroskanym bliskim – czasami jesteśmy dla nich ostatnią deską ratunku – przyznaje Lucy.

Pomysł na powstanie strony zrodził się, gdy Iwona Modliborska natrafiła w sieci na informacje dotyczące zaginięcia Tomka Cichowicza

Oprócz niej i Iwony Modliborskiej stronę prowadzi kilka wolontariuszek – Marta Sierakiewicz, Weronika Kowalski, Sandra Sobczak i Beata Mietła, która sama od siedmiu lat poszukuje swojego zaginionego brata.

– To pełne empatii dziewczyny o cudownych sercach – podkreśla moja rozmówczyni.

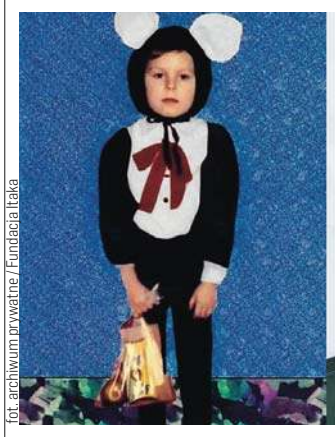
Facebookowa strona „Zaginieni przed laty" funkcjonuje od 2016, a dwa lata temu powstał również blog o tej samej tematyce.

– Cały czas się rozwijamy – nie chcemy ograniczać się tylko do Facebooka. Na naszym blogu publikujemy artykuły opowiadające o zerwanych więziach, czyli historie osób, które zaginęły wiele lat temu – informuje Lucy.

Nie brakuje przypadków, które udało się rozwiązać właśnie dzięki działalności ekipy „Zaginionych przed laty".

– W maju tamtego roku zgłosiła się do nas córka, która nie miała kontaktu ze swoim ojcem od około 10 lat. Pan Krystian wyjechał wiele lat temu do Francji, a po 15 wrócił do Polski – nikt nie wiedział jednak, gdzie dokładnie się udał. Po zebraniu wszystkich potrzebnych informacji zamieściliśmy post na stronie, pod którym było wiele różnych komentarzy, a wśród nich jeden, który dał światełko nadziei na spotkanie córki z ojcem. Skontaktowaliśmy się z osobą, która napisała znaczący komentarz, po czym przekazaliśmy wszystkie informacje córce zaginionego. Już następnego dnia potwierdziła, że informacje, które przekazała nam nasza czytelniczka, są prawdziwe i właśnie jest ze swoim tatą w domu. Niestety, pan Krystian w momencie odnalezienia był już osobą niepełnosprawną, ale liczy się to, że teraz jest z bliskimi mu osobami. Kobieta szukała taty różnymi sposobami, a dzięki naszej czytelniczce i jej czujności udało się odnaleźć pana Krystiana w jeden dzień po dziesięciu latach. Do dziś mamy kontakt zarówno z panem Krystianem, jak i z jego rodziną – opowiada Lucy.

Wolontariuszki prowadzące stronę „Zaginieni przed laty": Beata Mietła, Marta Sierakiewicz, Weronika Kowalski



fot. archiwum prywatne / Fundacja Itaka

Tomasz Cichowicz zaginął 17 marca 1990 roku – miał wówczas niespełna 5 lat. Dzięki Fundacji Itaka udało się stworzyć progresję wiekową chłopca – tak mógłby wyglądać dziś – jako dorosły mężczyzna

I dzieli się ze mną kolejną niezwykłą historią: – Kilka dni temu napisała do nas pani Anna z prośbą o umieszczenie postu dotyczącego jej cioci, której nigdy nie miała okazji poznać. Kobieta wyjechała ponad 20 lat temu do Norwegii i zerwała całkowicie kontakt z rodziną. Koleżanka zamieściła artykuł na blogu i po kilku godzinach od publikacji dostaliśmy na skrzynkę adres wraz z numerem telefonu. Przekazaliśmy informacje pani Annie, która od razu zadzwoniła pod wskazany numer. Okazało się, że należy do jej cioci. Obie panie były bardzo wzruszone. Opowiedziały sobie o wszystkim i nawet mają już plany, aby się spotkać, zobaczyć i mocno uściskać. Nas również ta historia bardzo złapała za serca.

– Kolejnym sukcesem, jaki mamy na swoim koncie to historia odnalezienia zaginionej po 24 latach. Trzy lata temu do naszej redakcji napisały córki pani Haliny. Dorosłe już kobiety powiedziały, że ponad dwie dekady temu ich mama wyjechała do pracy do Niemiec, a one zostały z tatą w Polsce. Po wyjeździe pani Halina przestała kontaktować się z bliskimi – przepadła jak kamień w wodę. Kobiety miały nadzieję, że pomożemy wyjaśnić im, co się stało z ich mamą – relacjonuje moja rozmówczyni.

Na stronie zamieszczona została odpowiednia informacja, która oprócz opisu całej historii zawierała wzruszający list od córek.

„Kochana mamo, kiedy ostatni raz Cię widziałam, miałam zaledwie 8 lat. Pamiętam kolor Twoich włosów i oczu, pamiętam nawet Twój głos... Ale wiesz co? Nie pamiętam zapachu Twojej skóry ani dotyku Twych dłoni. Nawet nie wiem, jak mnie przytulałaś – mocno – żeby nie wypuścić mnie z ramion? Czy delikatnie, by nie zrobić mi krzywdy?" – tak brzmiał fragment wiadomości, którą córki adresowały do swojej zaginionej mamy.

– Post opatrzony ostatnim zdjęciem pani Haliny, jakie posiadała rodzina, stał się bardzo popularny. Natrafiła na niego Polka od lat mieszkająca w Niemczech i napisała, że zna kobietę z fotografii. I tak – po 24 latach – córki odzyskały mamę, a mąż dowiedział się, co stało się z żoną. Okazało się, że pani Halina nie miała na miejscu obiecanej pracy, nie chciała się jednak poddawać i szukała innego zajęcia. Niestety, to nie było takie proste, jak początkowo się wydawało i pani Halina popadła w biedę. Nie chciała martwić bliskich – wstydziła się wrócić, więc postanowiła „zniknąć". Przez te wszystkie lata targały nią okropne wyrzuty sumienia, było jej bardzo trudno spojrzeć w twarze swoich bliskich, jednak gdy się dowiedziała, że córki mimo wszystko jej szukają, postanowiła się do nich odezwać – kończy Lucy.

Podstawą do zamieszczenia postu na stronie „Zaginieni przed laty" jest oficjalne zgłoszenie zaginięcia na policję. Moja rozmówczyni przyznaje, że internet ma ogromną moc.

– Nasze zadanie polega na napisaniu posta i umieszczeniu go na stronie wraz z wizerunkiem osoby zaginionej. Największą rolę odgrywają jednak nasi czytelnicy – za co bardzo im dziękujemy. To oni udostępniają posty i przekazują nam anonimowo informacje, które mają o osobie zaginionej i to dzięki nim udaje nam się taką osobę odnaleźć – przekazuje Lucy Zawrin.

KAMILA KORNACKA
k.kornacka@dziennikelblaski.pl

KONDOLENCJE

Pani

Wioletcie Reszce

pracownikowi Warmińsko-Mazurskiego Urzędu Wojewódzkiego w Olsztynie

wyrazy szczerego współczucia oraz słowa otuchy z powodu śmierci

Syna

składają

Paweł Żukowski
Dyrektor Generalny Urzędu Wojewódzkiego w Olsztynie

współpracownicy

20822opb1-a-M

eprasa.pl 2e7f5014da

MOŻNA „PRZYTULIĆ" DOBRYM SŁOWEM

W ŚRODOWISKU RODZINNYM POWINNIŚMY DBAĆ O TO, BY BYĆ JAK NAJBLIŻEJ SIEBIE. ABY OKAZYWAĆ SOBIE GESTY BLISKOŚCI, TAKŻE POPRZEZ DOTYK — TŁUMACZY SENS PRZYPADAJĄCEGO NA 21 STYCZNIA ŚWIATOWEGO DNIA PRZYTULANIA ERYK KOWALCZYK, FILOZOF, PEDAGOG I FAMILIOLOG.

PAWEŁ SNOPKOW
p.snopkow@gazetaolsztynska.pl

Nie miałam o tym pojęcia! Ale numer! — śmieje się Ania, jedna z osób spotkanych na olsztyńskich Nagórkach i zapytanych na o sens takiego święta. — Moim zdaniem to bardzo fajna inicjatywa — mówi po chwili zastanowienia. — Stanowi ona rodzaj przeciwwagi do skomercjalizowanych i przereklamowanych Walentynek. Światowy Dzień Przytulania polega bowiem na... przytulaniu! Nie na kupowaniu drogiej biżuterii, czekoladek, czy niepotrzebnych upominków. Przytulanie jest darmowe, proste i wyraża więcej, niż tysiąc słów. Także dajmy sobie spokój z tymi Walentynkami i zacznijmy obchodzić Światowy Dzień Przytulania! — zachęca.

Alienacja społeczna

Nie każdy nasz rozmówca odnosił się do tego święta z entuzjazmem. Zdaniem niektórych przechodniów obchodzenie Światowego Dnia Przytulania jest niepoważne. Z taką tezą nie zgadza się Eryk Kowalczyk, olsztyński filozof, pedagog i familiolog.

— W przytulaniu nie widzę nic niepoważnego. Wręcz przeciwnie, jest to czynność bardzo istotna z wielu względów — przekonuje. — Nie bez powodu to święto ustanowiono właśnie w miesiącu zimowym. Niedobór światła słonecznego, zła pogoda, mróz: wszystkie te czynniki mogą powodować uczucie dyskomfortu, a nawet tym święcie dostrzegam więc ważny aspekt psychologiczny, ale też społeczny. Przez ostatnie dwa lata pandemii, jako społeczeństwo, bardzo się od siebie oddaliliśmy.

Ten rodzaj alienacji obserwujemy zarówno na poziomie lokalnym, jak i globalnym. W takim kontekście Międzynarodowy Dzień Przytulania nabiera szczególnego znaczenia. Pozwala on, przynajmniej w sensie symbolicznym, przełamać powstałe bariery, pomóc w powrocie do normalności, za którą tęsknimy — twierdzi.

Tej normalności potrzebujemy zwłaszcza w relacjach rodzinnych.

— RODZINA TO PODSTAWOWA KOMÓRKA SPOŁECZNA — PODKREŚLA KOWALCZYK. — JEST PIERWSZYM I ZARAZEM NAJWAŻNIEJSZYM MIEJSCEM NASZYCH RELACJI Z INNYMI. W ŚRODOWISKU RODZINNYM POWINNIŚMY DBAĆ O TO, BY BYĆ JAK NAJBLIŻEJ SIEBIE.

Aby okazywać sobie gesty bliskości, także poprzez dotyk. Każda rodzina, nawet ta szczęśliwa, boryka się z problemami. Bywa tak, że choć mieszkamy razem, to jesteśmy od siebie daleko. W niektórych małżeństwach już po paru latach zaczynają się poważne kryzysy. Między małżonkami zanika szczerość, pojawia się emocjonalny chłód. Międzynarodowy Dzień przytulania może stać się okazją do szczerej rozmowy, do wyjaśnienia sobie pewnych spraw.

Fot. pixabay

Nie wierzy

W uzdrawiającą moc Światowego Dnia Przytulania nie wierzy Piotr Krawczyk, student prawa.

— W dzisiejszych czasach takie święto może nam tylko zaszkodzić — ostrzega. — W tym dniu zazwyczaj organizowano akcje typu „darmowe przytulanie". Uczestnicy i uczestniczki pozwalali się przytulać obcym osobom na ulicy. Kilka razy byłem świadkiem takiej akcji w centrum Olsztyna — wspomina.

I dodaje: — Chyba nie muszę nikogo przekonywać, że organizowanie podobnych inicjatyw w dobie szalejącej pandemii byłoby skrajnie nieodpowiedzialne. Ale takie zabawy nie były bezpieczne także w czasach sprzed korony. Wtedy również istniały groźne choroby przenoszone drogą kropelkową. Sam nigdy nie brałem udziału w podobnych działaniach — zapewnia.

I dodaje: Uważam, że Międzynarodowy Dzień Przytulania to święto szkodliwe. Za jego pośrednictwem propaguje się okazywanie cielesnej czułości wobec osób, które znamy słabo, albo w ogóle.

Niedosyt i przesyt

Jedna z podstawowych funkcji świąt nietypowych polega na motywowaniu ludzi do myślenia. Nie inaczej jest i w tym przypadku.

— Wydaje mi się, że „Światowy Dzień Przytulania" to hasło, którego nie należy odczytywać dosłownie — twierdzi psycholog Dmitrij Iwanow. — Przytulanie może mieć formę nie tylko fizyczną, ale i symboliczną. Mogę „przytulić" cię dobrym słowem. Pokazać, że jesteś dla mnie ważny, że zawsze będę o tobie pamiętał, że możesz na mnie liczyć. Światowy Dzień Przytulania to też dobry moment, by zastanowić się nad sobą. Stanąć przed lustrem i zadać sobie pytanie, czym jest dla mnie bliskość? Czy w moim życiu jej brakuje? A może przeciwnie, mam jej za dużo? Może relacja, którą tworzę, jest tak bliska, że moja osobowość rozmywa się w niej? Może zacieram granice pomiędzy moim „ja" i „ja" tej drugiej osoby? Albo też ta osoba rozmywa się we mnie, zatracając własną tożsamość?

Nadmiar jakiegoś czynnika bywa dla nas tak samo szkodliwy, jak jego niedobór.

— ZARÓWNO PRZESYT, JAK I NIEDOSYT ZABURZA NATURALNĄ HARMONIĘ — WYJAŚNIA PSYCHOLOG. — PAMIĘTAJMY JEDNAK, ŻE DLA KAŻDEGO HARMONIA OZNACZA CO INNEGO. JEDNI POTRZEBUJĄ CODZIENNEJ DAWKI MIŁOŚCI. INNYM WYSTARCZY RAZ NA MIESIĄC.

Są też tacy, którzy w ogóle jej nie potrzebują. Stąd tak ważne jest, by wiedzieć, czego się w życiu chce — podsumowuje.

Warto wiedzieć:

- W krajach muzułmańskich, nawet lekkie dotknięcie kobiety na powitanie może być odebrane jako zniewaga
- W 2009 roku Michelle Obama, pierwsza dama USA, przytuliła królową Elżbietę II. W brytyjskich mediach zawrzało. Zgodnie z oficjalnym protokołem dotykanie królowej jest zabronione, o ile monarchini pierwsza nie zainicjuje kontaktu
- Powitalne przytulanie może być odebrane jako wysoce niestosowne w kulturze Dalekiego Wschodu. Szacunek okazuje się tam m.in. poprzez głęboki ukłon
- Przytulanie, kołysanie i całowanie stymuluje rozwój mózgu u dzieci. Dotykowe bodźce przyspieszają tworzenie się połączeń nerwowych. W ten sposób niemowlęta kształtują zmysł równowagi i uczą się czucia położenia swojego ciała w przestrzeni.

eprasa.pl 2e7f5014da

PODRÓŻE NA KAŻDĄ KIESZEŃ

SĄ OSOBY, KTÓRE NIE MOGĄ USIEDZIEĆ W MIEJSCU. ZAMKNIĘTE GRANICE? NIC NIE SZKODZI! MOŻE PORA NA PONOWNE ODKRYCIE SWOJEJ OKOLICY? MÓWI O TYM MAŁŻEŃSTWO Z BARCZEWA, KTÓRE PROWADZI VLOG PODROZNICY.PL – MONIKA I ŁUKASZ WÓJCICCY.

KATARZYNA JANKÓW-MAZURKIEWICZ
k.jankow@gazetaolsztynska.pl

— Ubiegły rok nie był dla was łatwy. Pod koniec roku Łukasz znalazł się w szpitalu. Co wam uświadomiły te trudne doświadczenia?

Monika: — Poprzedni rok uświadomił nam na pewno, jak kruche jest życie, jak w jednym momencie można stracić to, na czym nam najbardziej zależy. W sumie od zawsze najważniejsza była dla nas rodzina i ta wartość liczy się najbardziej, ale zrozumieliśmy też, że trzeba cieszyć się z najmniejszych rzeczy. Że problemy są i będą zawsze, ale większość z nich jest do rozwiązania. Dlatego teraz chcemy czerpać z życia jak najwięcej. Cieszyć się nim, a reszta sama się jakoś ułoży. Rok poprzedni, a tak naprawdę dwa ostatnie lata, nieźle dały nam w kość, ale jak widać dalej jesteśmy i chcemy kontynuować to co robimy. Przed nami nowy rok, nowe wyzwania, a co najlepsze nowe podróże. Tego roku na pewno nie zmarnujemy!

Łukasz: — Liczę, że po zakończeniu rehabilitacji będzie dobrze i uda nam się zorganizować wyjazd, który zaplanowaliśmy na czas ferii. Chcemy pojechać do Zakopanego, w którym nie byliśmy. Przyznajemy jednak, że bardzo brakuje nam wyjazdów zagranicznych. Hiszpania, Grecja. Brakuje nam tego ciepła.

— Ale to jest właśnie wartością waszego bloga. Pokazujecie, że nie trzeba mieć dużych pieniędzy, by wybrać się na wycieczkę pełną pozytywnych wrażeń.

Monika: — Oboje pracujemy na etatach, ja dorabiam sobie jeszcze jako fotograf, przy sesjach okolicznościowych. Wiadomo, że trzeba starannie planować budżet, a w nim muszą znaleźć się jeszcze pieniądze na wyjazdy. Jeśli już takie planujemy, szukamy tanich opcji noclegu, bo przecież hotel w tym wszystkim nie jest najważniejszy. Najważniejsze jest dla nas poznanie miasta, w którym jesteśmy.

Łukasz: — Nasz wyjazd do Grecji, gdzie spędziliśmy tydzień, też zaplanowaliśmy szczegółowo. Dzięki temu za jedną osobę zapłaciliśmy 1,1 tys. złotych. W tej kwocie był przelot, śniadania i pobyt w hotelu. Oczywiście są osoby, dla których ważne jest, by był to wyjazd all inclusive, w hotelu o wysokim standardzie, animacjami dla dzieci i pełnym wyżywieniem. Dla nas ważniejsze jest zwiedzanie.

Monika: — Oczywiście takie opcje wyjazdowe, jak nasze, wymagają wysiłku. Trzeba poszukać różnych rozwiązań, rozejrzeć się za alternatywnymi opcjami. Czasami, aby znaleźć coś sensownego szperamy w necie po kilka godzin.

— Podoba mi się też sposób, w jaki relacjonujecie swoje wyprawy na swoim vlogu na YouTube. Są niezwykle autentyczne. Niektórzy blogerzy czasem przedstawiają nam „cukierkowe wycieczki".

Monika: — Ależ oczywiście, jesteśmy tylko ludźmi. Też popełniamy błędy, często uczymy się czegoś dopiero na miejscu. Czasem niektórzy nie wybierają dalekich wypraw, tych zagranicznych, bo boją się, że się nie dogadają. Rozwiewamy wątpliwości. Zawsze można się dogadać. Na przykład wiele działo się w czasie naszego wyjazdu do Rzymu.

Fot. podroznicy.pl/Monika Wójcicka

Podróżnicy wybierają też kierunki zagraniczne. A czasem, jak w Atenach, można stanąć na podium

Łukasz: — Dużo się działo. Zmokliśmy, nie mogliśmy znaleźć drogi, zabłądziliśmy. Ale poradziliśmy sobie. Dziś, jeśli nawet nie znamy języków, można skorzystać z google translatora. Pomysłów jest naprawdę wiele.

Monika: — Wybierając się w podróż można skorzystać z doświadczeń innych. Jest dziś mnóstwo blogów podróżniczych, które mogą nas zainspirować. My chętnie obserwujemy vlogerów na Youtube m.in. Bez Planu i Przez Świat na Fazie, są autentyczni i czerpiemy od nich nie tylko jak podróżować, ale też w jaki sposób zmontować film, żeby był ciekawy w odbiorze. Jak widać, my również się inspirujemy.

— W waszych podróżach często towarzyszy wam syn- dziś 15-letni Borys.

Monika: — W podróże zaczęliśmy zabierać Borysa odkąd się urodził. Zależało nam, by poznawał świat w rzeczywistości, a nie z ekranu telewizora. Do tej pory zabieramy go tam, gdzie tylko się da, ale wiadomo, że dziś sam wybiera już miejsca, do których chce z nami pojechać. Wielkie podziękowania należą się dziadkom, bo kiedy jeździliśmy sami, chętnie zajmowali się wnukiem.

Łukasz: — Teraz Borys chętniej jeździ z nami za granicę, na nasze wyprawy na pola namiotowe nie jest już taki chętny. No właśnie, bo nie wiem, czy widziałaś nasze filmiki z pól namiotowych?

— Tak, to świetne poradniki dla wszystkich, którzy chcą spróbować takiego wyjazdu. Czyli, co wziąć i jak się przygotować, by był to udany wyjazd. Teraz wasz kanał na YouTube ma ponad 2,5 tys. subskrybentów i ta liczba rośnie. A od czego się zaczęło?

Łukasz: — Nasz kanał istnieje od trzech lat. Zaczęło się całkiem zwyczajnie. Nasze wycieczki dotyczyły bardziej najbliższej okolicy. Mieliśmy ograniczone środki, więc jeździliśmy po naszym województwie i tam szukaliśmy ciekawych miejsc. Ale po drodze zaczęło nam już brakować pomysłów. Uświadomiliśmy sobie, że jest wiele osób takich, jak my. Szukających inspiracji. W pewnym momencie pomyśleliśmy, że jeśli komuś zabraknie pomysłu na wycieczkę w zasięgu każdego portfela, to może my nagramy film, dzięki któremu może kogoś zainspirujemy?

Monika: — Na początku nagrywaliśmy nasze wyjazdy komórką, to była trochę zabawa. Nie spodziewaliśmy się, że coś z tego wyjdzie. Okazało się, że nasze opowieści zaczęły ludzi interesować. Potem kupiliśmy sprzęt i tak nasz blog podróżniczy zapełnia się treściami. Czerpiemy z tego ogromną radość, a na dodatek z chęcią pokazujemy lokalne restauracje, bazy noclegowe, ścieżki rowerowe czy imprezy lokalne i wszystko, co nas tutaj na Warmii otacza. Tu mieszkamy i staramy się pokazywać piękno naszego regionu.

— Mnie bardzo zainspirowały wasze poradniki namiotowe, które są kopalnią wiedzy. No i żeberka przygotowane w kociołku.

Łukasz: — Pomysł na nagranie filmu powstał całkiem spontanicznie. A też szybko okazało się, że ludzie to oglądają. Sami zaczęliśmy naszą przygodę z biwakowaniem dwa lata temu i sukcesyw-

eprasa.pl 2e7f5014da

W pewnym momencie pomyśleliśmy, że jeśli komuś zabraknie pomysłu na wycieczkę w zasięgu każdego portfela, to może my nagramy film, dzięki któremu może kogoś zainspirujemy? — mówi podróżnicze małżeństwo

nie, z wyjazdu na wyjazd, uzupełniamy nasz ekwipunek oraz wiedzę związaną z takim rodzajem wypoczynku. Wiemy, że ktoś też dopiero zaczyna i szuka takich informacji w sieci.

Monika: — Uwielbiamy pola namiotowe i odwiedziliśmy ich naprawdę sporo, szczególnie tych na Warmii i Mazurach. Wiadomo, że zwykle są to wyjazdy dwudniowe, więc nie chcemy odjeżdżać zbyt daleko od domu. A pola namiotowe na Warmii i Mazurach są naprawdę świetnie i korzysta z nich coraz więcej osób z całej Polski.

— Ale pokazujecie też miejsca nieoczywiste. Nagraliście filmik o Łomży na przykład.

Łukasz: — Łomża jest moim rodzinnym miastem i bywamy tam co jakiś czas.

Monika: — Musimy wrócić tam latem, bo nasze filmy nagrywaliśmy zimą i zmarzliśmy okropnie. Ale wyjazd letni musi dojść do skutku. I pojedziemy, bo zaprosił nas prezydent Łomży, więc czemu nie skorzystać?

— O podróżnikach z Barczewa zaczyna więc być głośno w Polsce.

Łukasz: — Cieszy fakt, że coraz więcej osób nas docenia, zaczyna dobrze nas odbierać.

Monika: — Ale na przykład we wrześniu ubiegłego roku byliśmy w Grudziądzu, skąd też nagraliśmy film. Są tam naprawdę ciekawe miejsca, można dobrze zjeść. Pod filmem pojawiło się kilka nieprzychylnych opinii, choć sami naprawdę nie wiemy, dlaczego? Całkowicie rozumiem, że nie wszystkim wszystko się będzie podobać, ale zawsze powtarzam, że opinie powinny być napisane z kulturą, a nie chamstwem. Ale jest też wiele osób, które nas obserwują z życzliwością i kiedy filmy się nie pojawią, dopytują, co się dzieje. To bardzo miłe.

— Wasze marzenia i plany?

Monika: — Naszym marzeniem jest praca zdalna, a więc co za tym idzie praca z każdego miejsca na świecie. Chcielibyśmy też w przyszłości stać się właścicielami kampera. Wiadomo jednak, nie wszystko na raz. Przyjdzie czas i na to.

Łukasz: — Nasze blogowanie jest już pewnego rodzaju uzależnieniem. Człowiek nie może bez tego żyć. Kiedy nie nagrywamy filmów, człowiek zaczyna być smutny. Ale zawsze z tych podróży wracamy do Barczewa. Mieszkamy na jego obrzeżach, blisko lasu. Tu też jest pięknie.

CZASEM MÓWI EMOCJOM STOP

O SOBIE MÓWI: OLSZYNIANKA Z KRWI I KOŚCI. I CHOĆ ŚWIAT STOI PRZED NIĄ OTWOREM, TO WŁAŚNIE W OLSZTYNIE CHCE PRACOWAĆ I DZIAŁAĆ. ADRIANNA SUROWIK JEST STYLISTKĄ I UBIERA ZNANYCH I NIEZNANYCH. JEJ KONTO NA INSTAGRAMIE ŚLEDZI PONAD 20 TYSIĘCY OSÓB.

ALEKSANDRA TCHÓRZEWSKA
a.tchorzewska@gazetaolsztynska.pl

Czekam na ostateczną odpowiedź w sprawie pracy. Wierzę, że mi się uda — takim optymistycznym akcentem Adrianna Surowik, stylistka z Olsztyna zaczyna rozmowę z nami.

Adrianna urodziła się w Olsztynie i do rodzinnego miasta chce wrócić. Chwilowo żyje rozdarta między Warszawą a Olsztynem. Wierzy, że to, co nas otacza, stwarzamy sobie sami. I że wiele zależy od tego, co wykreujemy sobie w głowie. Nawet kwestia ubioru.

Nasza bohaterka jest stylistką. Mówi się, że szewc bez butów chodzi. U Adrianny jednak to stare przysłowie się nie sprawdza. Uwielbia się ubierać. Choć czasem zdarza jej się wskoczyć w wygodny dres. — A na to za duży płaszcz. I wyglądam bardzo dobrze — uśmiecha się. — W podstawówce koleżanki śmiały się ze mnie, że założyłam fioletowy dres. A przecież każdy z nas ma w sobie to coś.

— Bo.... najważniejsza, jest wiara w siebie — mówi Adrianna. — To właśnie przekazuję klientom. A to, że wiem, co z czym łączyć, co do siebie pasuje, a co nie, jest już finalnym efektem. Wiele rzeczy wynika z mo-

Fot. Arch. prywatne

Adrianna Surowik: Nosić możemy wszystko!

jego prywatnego doświadczenia. Wierzę, że możemy w życiu mieć wszystko, tylko musimy wyjść ze swojej strefy komfortu.

Osoby, które stają na drodze życiowej Adrianny mają szczęście: wesprze, pomoże i zmotywuje. — Słyszałam, że zdarzają się stylistki, które nie przyjadą na sesję zdjęciową. U mnie nie ma takiej opcji — podkreśla. — Bardzo ważne jest w moim zawodzie, żeby być obok.

Pytamy naszą rozmówczynię, czy zdarzało jej się zrobić prawdziwą garderobianą rewolucję, łącznie z wyrzucaniem połowy ubrań. — Zdarzało się, że musiałam wyrzucić niektóre rzeczy — przyznaje. — Ale tylko takie, które naprawdę nie nadawały się do użytku. Są analizy kolorystyczne, są analizy sylwetki, na których można pracować. I wiem, że moje klientki z nich korzystają. Jeśli wyrażają chęć tego typu analiz, to oczywiście wykonuję. Nie wyobrażam sobie, że mam klientce powiedzieć, że np. coś jej nie pasuje, bo ma za szerokie biodra. Nie chcę nikogo oceniać. Nigdy nie narzucam swojego zdania, tylko kieruję się potrzebami osób, które się do mnie zgłaszają, bo ich potrzeby są dla mnie priorytetowe. Uważam, że możemy nosić to, co nam się tylko podoba, tylko potrzebujemy do tego poczucia estetyki, czasu i przełamania się. Często jest tak, że widzimy coś na wieszaku, ale nie chcemy tego przymierzać. A to jedyny sposób, żeby dowiedzieć się, czy coś nam pasuje. Chcę sprawiać, żeby klientki były pewne siebie i chciały zmian.

O sobie słyszy: energiczna i pewna siebie. — Tyle już czasu nad sobą pracuję, że wiem, kiedy powiedzieć swoim emocjom STOP — tłumaczy. — Mówię sobie: przecież robisz wszystko dobrze. Najważniejsze jest zarówno w życiu, jak i w dobieraniu garderoby, żeby odrzucić negatywne myślenie. A jeśli coś się nie uda, to znaczy, że napotkaliśmy w życiu przeszkodę. A ona też jest po coś. Na przykład po to, żeby trafić na odpowiednią drogę. Jeśli będziemy się załamywać, to nic tego nie będzie.

Doradza osobom znanym i nieznanym. Nie chce jednak podawać nazwisk celebrytów, którym pomagała skompletować garderobę. Cieszy ją dobra opinia. Mimo swoich 29 lat jest odbierana przez otoczenie jako osoba dojrzała, pewna siebie i otwarta na wiele możliwości.

Adrianna prowadzi profile społecznościowe wielkich marek. Przygotowuje grafiki, wrzuca posty. Profile, które są pod jej opieką, natychmiast zyskują nowe polubienia i szerokie zasięgi. Pieczołowicie analizuje statystyki, pilnuje zasięgów, robi research. Jest doskonale zorganizowana. Kluczem do sukcesu jest regularność i cel.

W wirtualnym świecie czuje się doskonale. Nic dziwnego, że Adriannę na Instagramie (@adrianna/_surowik) obserwuje 21,1 tys. osób. Jak wyglądały jej początki? — Do założenia Instagrama zmotywowała mnie pewna osoba z branży fashion — opowiada. — Zaczęłam prowadzić swój profil regularnie, robić zdjęcia samowyzwalaczem i wstawiać swoje stylizacje. I opisywać je. Na początku obserwowali mnie znajomi, potem dochodzili inni followersi.

Zdaniem naszej bohaterki, szukamy aprobaty w internecie. — Słyszałam, że lepiej i ciekawiej jest poznawać nowe osoby w Internecie, niż na żywo. Sama nawiązałam wiele kontaktów na Instagramie z ludźmi z różnych stron Polski. Często komentują, wchodzą w różne interakcje. Chciałabym, żeby było ich więcej. Bo ja bardzo lubię kontakt z ludźmi! — podkreśla.

Adrianna nie tylko z nimi rozmawia wirtualnie, ale także spotyka się. Czasem zupełnie przypadkowo. — Często zdarza się, że podczas imprezy ktoś zaczepia mnie i mówi, że zna mnie z Instagrama. Dla mnie to jest fajne! — uśmiecha się.

OSTATNIO NA NASZYCH ŁAMACH GOŚCILI:

14 stycznia — Kasia Zarecka, urzędniczka @fit/_biurwa
20 stycznia — Magdalena Maruszczak, makijażystka @magdalenamaruszczak
31 grudnia — Agata Szulc, kosmetolog @fiufiubyagataszulc
24 grudnia — Tomasz Hermann, triathlonista @tomasz/_run/_tri.
17 grudnia — Zuzanna Wilamowska, fotograf @miedzy/_kadrami
10 grudnia — Sylwia Gorączkowska, wizażystka @redmylipsart

Nie zdążyli państwo przeczytać o naszych bohaterach? Nic straconego. Zapraszamy na kupgazete.pl. Tam można pobrać nasze e-wydanie bez wychodzenia z domu.

eprasa.pl 2e7f5014da

NIEBO JEST CORAZ CIEKAWSZE

NIEDAWNO MOGLIŚMY PODZIWIAĆ DWA NIEZWYKŁE ZJAWISKA: ZORZĘ POLARNĄ I NIEZWYKLE WIDOWISKOWE HALO KSIĘŻYCA. O TYM, ALE TEŻ O SKUTECZNYCH BADANIACH NAD POWSTANIEM PLANET UKŁADU SŁONECZNEGO ROZMAWIAMY Z ASTRONOMEM Z LIDZBARKA WARMIŃSKIEGO JACKIEM DRĄŻKOWSKIM.

EWA LUBIŃSKA
e.lubińska@
gazetaolsztynska.pl

— Niedawno mieliśmy okazję zobaczyć w Polsce zorzę polarną. Pojawiło się też widowiskowe halo Księżyca. To zjawiska bardzo rzadkie u nas, czy mają regularną częstotliwość?

— Mniej więcej co 11 lat (to może być czasami 9 lub kilkanaście) Słońce jest bardziej aktywne, wtedy też częściej i więcej zachodzi na nim zjawisk wybuchowych, rozbłysków. Wyrzucanych jest wtedy w przestrzeń wiele naładowanych elektrycznie cząstek. Jeżeli strumień takich cząstek uderzy w magnetosferę, czyli tę magnetyczną osłonę Ziemi, to atmosfera zostaje mocno pobudzona i wtedy mamy to świecenie zorzowe. Zorze są tak naprawdę prawie zawsze widoczne, ale blisko biegunów, tam gdzie linie pola magnetycznego wchodzą w Ziemię. Tam te cząstki ze Słońca nawijają się jakby dookoła linii pola magnetycznego i dochodzą do niskich warstw atmosfery. Zorze polarne, na przykład w Norwegii czy Islandii, można oglądać bardzo często. Są nawet organizowane wyprawy na ich obserwacje, także z Polski. Jak się tam pojedzie na tydzień, to trzeba mieć sporego pecha, żeby nie zobaczyć zorzy polarnej.

Natomiast w naszym przypadku potrzeba jakiegoś wybuchu na Słońcu, który tak mocno pobudzi do świecenia atmosferę ziemską, że owal zorzowy, czyli ten obszar, gdzie zorza jest widoczna, schodzi na niższe szerokości geograficzne i wtedy również od nas można to zobaczyć gołym okiem. Na przykład w 2015 roku można było nawet parę razy wiedzieć zorze polarne z terenu Polski. Natomiast ta zorza, która teraz była widoczna, to jest dość dziwna sytuacja, bo nie było żadnego takiego zjawiska na Słońcu, tak silnego rozbłysku, który by wygenerował wyrzut plazmy, która mogłaby dolecieć do Ziemi i wywołać burzę magnetyczną powodującą rozległą zorzę.

Fot. Mariola Adela Karpowicz

Jacek Drążkowski: — Od wielu lat obserwuje się anomalie, różne zaburzenia ziemskiego pola magnetycznego i uczeni przyjmują, że prawdopodobnie zbliżamy się do momentu, w którym nastąpi przebiegunowanie, czyli, północny biegun magnetyczny ziemski zamieni się z południowym

— To co się stało, że jednak zorza się pojawiła?

— To, że tak jasna i rozległa zorza polarna była widoczna teraz, jest wynikiem tego, że zrobiła się dziura w magnetosferze ziemskiej, jakby częściowo zanikło pole magnetyczne Ziemi. Wiatr słoneczny mógł wtargnąć głęboko do atmosfery ziemskiej. Przeniknąć pole magnetyczne, które normalnie nas chroni przed takimi naładowanymi cząstkami ze Słońca.

— To trochę niepokojące.

— Rzeczywiście to trochę niepokojące. Ale też zostało to przewidziane wiele lat temu, że takie zjawiska będą się coraz częściej zdarzały. Od wielu lat obserwuje się anomalie, różne zaburzenia ziemskiego pola magnetycznego i uczeni przyjmują, że prawdopodobnie zbliżamy się do momentu, w którym nastąpi przebiegunowanie, czyli, północny biegun magnetyczny ziemski zamieni się z południowym. Takie zjawiska się zdarzały w historii nie raz. Tylko, że odstępy czasowe między nimi są rzędu setek tysięcy lat. Ostatnie takie zjawisko przebiegunowania miało ponoć miejsce jakieś 780 tysięcy lat temu. Ludzi raczej wtedy nie było. Istoty człekokształtne być może, ale homo sapiens nie było wtedy na ziemi.

— To przebiegunowanie jest blisko?

— Może się zdarzyć nawet za naszego życia.

— Niemożliwe!

— To zależy jak długo będziemy żyli, ale następne pokolenia zapewne tego doświadczą.

— Jakie mogą być tego skutki?

— Skutki mogą być z jednej strony widowiskowe, bo będziemy częściej oglądali piękne, efektowne zjawisko zorzy polarnej, a z drugiej strony będzie to niebezpieczne wysokoenergetyczne promieniowanie od Słońca, ale nie tylko, bo potężniejsze promieniowanie pochodzi od innych źródeł kosmicznego pochodzenia. To promieniowanie zaburza pracę różnych urządzeń elektronicznych, a my w tej chwili jesteśmy wręcz uzależnieni od elektroniki. W pierwszej kolejności na takie uderzenia narażone będą satelity, a cała telekomunikacja i nawigacja bazuje na satelitach. Jeżeli satelity ulegną zniszczeniu to np. nie skorzystamy z GPS. I nagle będziemy uczyli się na nowo korzystać z map, bo nawigacja nie będzie działała. Mamy w tej chwili mnóstwo urządzeń bazujących na geolokalizacji. W wielu dziedzinach życia będziemy mieli wtedy poważny problem. Kiedy układy scalone, np. w komputerach zostaną przeszyte wiązką promieniowania, mogą ulec uszkodzeniu.

— Jaki może mieć wpływ to promieniowanie na ludzi?

— Wiadomo, że może doprowadzić do zmian genetycznych, uszkodzeń komórek i efektem mogą być częstsze przypadki nowotworów albo narodzin dzieci z deformacjami. Tak jak w chorobach popromiennych.

— Wróćmy na chwilę do niedawnego zjawiskowego halo Księżyca.

— Było bardzo długo widoczne, bardzo wysoko na niebie, na bardzo rozległym obszarze. Jeżeli tylko ktoś zadarł głowę, to mógł napawać się tym widokiem, ale nie jest to jakieś nietypowe zjawisko.

— Widziałam, to było ogromne, typowe jest mniejsze.

— Typowe halo Księżyca, to taka świetlista otoczka. To zwykłe rozproszenie na kropelkach wody, które na pewnej wysokości są w atmosferze. Halo, które jest w postaci pierścienia oddalonego mniej więcej o 22 stopnie od Księżyca, zawdzięczamy załamaniu promieni światła w kryształkach lodu. Więc to efektowne halo, które tak wszystkich zachwycało, to było właśnie to 22-stopniowe i nie może być większe, czy mniejsze, bo to wynika z fizyki, z optyki geometrycznej. Kryształki lodu mają określony kształt i światło przechodząc przez nie, ulega załamaniu pod określonym kątem.

— O co najczęściej ludzie pytają, kiedy przychodzą na spotkanie z astronomem?

— Wszystko zależy do tego na jakich słuchaczy się trafi. Jeśli to są ludzie, którzy się interesują astronomią, a zdarza się to wcale nie tak rzadko, to mają sporo szczegółowych konkretnych pytań. Natomiast jeśli chodzi o pytania od osób, które się specjalnie astronomią nie interesują, to typowym pytaniem jest, co ja myślę na temat życia poza Ziemią, czy wierzę w kosmitów, czy widziałem UFO.

Gdy nie ma pogody na obserwacje, żeby uatrakcyjnić spotkanie przynoszę ze sobą w torbie trochę „gości

REKLAMA

2922otbr-B-P

eprasa.pl 2e7f5014da

Fot. Jacek Drążkowski

15 stycznia mogliśmy podziwiać zjawiskowe halo Księżyca

z kosmosu", czyli meteoryty. Wtedy jest okazja do różnych nawiązań np. do starożytnego Egiptu. Zawsze się znajdą jacyś ludzie, którzy się interesują tym tematem. Często mówimy o żelaznych przedmiotach, które były znajdowane w grobowcach, między innymi w słynnym grobowcu Tutenchamona. Były tam narzędzia z żelaza, a wiadomo, że w tamtych czasach Egipcjanie nie umieli go wytapiać, co jednoznacznie wskazywało na to, że narzędzia te musiały być wykonywane z żelaza meteorytowego. Problem polegał na tym, że egiptolodzy nie pozwalali ruszać tych narzędzi, pobierać próbek w celu zbadania, czy to jest rzeczywiście żelazo pochodzenia kosmicznego. I dopiero kilka lat temu zgodzono się na to, by uczeni pobrali próbkę i zbadali żelazo z jakiego są zrobione np. noże z grobowca wspomnianego Tutenchamona. Badania potwierdziły, że są one zrobione z żelaza meteorytowego. O tyle to ciekawe, że w zapisie hieroglificznym żelazo jest zapisywane jako metal z nieba. Czyli Egipcjanie mieli świadomość, skąd to żelazo mają, a te noże miały specjalne przeznaczenie. Mianowicie używano ich do rytualnego otwierania zwłok przed mumifikacją, w celu uwolnienia duszy. Narzędziem z nieba otwierano ciało, żeby uwolnić to, co wędrowało do nieba.

Przy okazji starożytnego Egiptu lubię też pokazywać, zwłaszcza zimą, kiedy pięknie na niebie świeci bardzo charakterystyczny gwiazdozbiór Oriona, jego pas i nakładać zdjęcie lotnicze wielkich trzech piramid egipskich na mapę nieba, żeby pokazać, że są one dokładnie tak ułożone, jak trzy gwiazdy w pasie Oriona.

Egiptologów kiedyś bardzo intrygowało, dlaczego te trzy piramidy nie są dokładnie na jednej linii i w jednakowych odległościach, chociaż na pierwszy rzut oka sprawiają takie wrażenie. Wiedzieli, że w tamtych czasach budowniczowie piramid, gdyby chcieli, zrobiliby to dokładniej. Ktoś kiedyś wpadł na pomysł, aby przyłożyć plan piramid do mapy nieba i się okazało, że idealnie pasują. Myślę, że to nie jest przypadek. Tym bardziej, że starożytny Egipt przywiązywał wielką wagę do Oriona. Nawet w ich mitach pojawia się legenda, że przodkowie Egipcjan przybyli z Oriona, a sam gwiazdozbiór chyba nazywano bramą nieba. To właśnie przez nią mogły przechodzić dusze zmarłych.

— Masz swoją kolekcję meteorytów?

— Ja to nazywam kolekcją dydaktyczną. Mam okazy, które ukazują typowe struktury w meteorytach, po to, by prezentować je ludziom na spotkaniach. Pokazuję jak wyglądają typowi przedstawiciele „kosmitów", którzy „wylądowali" na Ziemi. A trzeba powiedzieć, że Marsjanie rzeczywiście wylądowali na Ziemi i do tej pory jeszcze przylatują (śmiech). Mamy bowiem meteoryty, które przyleciały do nas z Marsa. Skały wybite z jego powierzchni mają możliwość fizyczną dolecieć do Ziemi i takie przypadki się zdarzają. W internecie jest strona, gdzie katalogowane są wszystkie przypadki meteorytów marsjańskich. Sto kilkadziesiąt, jak nie dwieście już takich „Marsjan" znamy.

— Jest taki w twojej kolekcji?

— Kiedyś miałem okazję wejść w posiadanie takiego meteorytu i czasami na spotkaniach przedstawiam: „oto Marsjanin". Oczywiście wtedy często padają pytania: „a skąd wiem, że to na pewno z Marsa?". I muszę tłumaczyć, że dzięki łazikom, które jeżdżą po powierzchni Marsa od kilkudziesięciu lat, dość dobrze znamy strukturę i skład chemiczny marsjańskich skał, znamy gazy uwięzione w tych skałach. Okazuje się, że niektóre meteoryty znajdowane na Ziemi do niczego innego nie pasują.

— Przy okazji tej rozmowy chciałabym wspomnieć o twojej córce Joannie Drążkowskiej, która zawodowo poszła w twoje ślady. Powiedzmy o jej sukcesie, bo jest spektakularny.

— No tak, poszła w moje ślady, ale zaszła o wiele dalej. Studia astronomiczne skończyła na Uniwersytecie Mikołaja Kopernika w Toruniu, tam gdzie także ja i żona studiowaliśmy. Potem dostała propozycję zrobienia doktoratu w Heidelbergu (najstarszy uniwersytet w Niemczech), tam zrobiła doktorat, później pracowała w Zurychu w Szwajcarii i kiedy skończył jej się tam kontrakt, zdecydowała się wrócić do Niemiec. W tej chwili pracuje w Monachium. Specjalizuje się w symulacjach komputerowych wczesnego Układu Słonecznego, inaczej mówiąc, zajmuje się problemem powstawania planet.

— Dokonała odkrycia...

— W dzisiejszych czasach uczeni nie pracują samodzielnie, raczej w zespołach. Zespół, w którym pracowała Joanna stworzył nową teorię powstania planet w Układzie Słonecznym. Właśnie dzięki tym badaniom, które ona prowadziła wyszło na to, że nasz Układ Słoneczny tworzył się w dwóch etapach. I to tłumaczy dlaczego mamy dwa różne rodzaje planet – skaliste, typu ziemskiego i gazowe jak Jowisz i Saturn. A tak na dobrą sprawę, to nawet trzy rodzaje planet, bo Urana i Neptuna traktuje się jako planety lodowe. Joanna w swoich symulacjach wykazała, że decydującym obszarem w tworzeniu się Układu Słonecznego była tzw. linia śniegu, czyli granica do której woda nie jest w stanie się utrzymać, a za nią woda mogła spokojnie istnieć i wiązać się ze skałami czy też funkcjonować w postaci brył lodu. Poza tą granicą mamy planety lodowe, planetoidy o składzie podobnym do meteorytów węglistych, które zawierają sporo wody, a od Słońca do tej granicy dominują skały pozbawione wody. To co ona wykryła w swoich badaniach, to to, że decydującym czynnikiem mógł być rozpad promieniotwórczy glinu 26. To spowodowało też podzielenie powstawania Układu Słonecznego na dwa etapy czasowe. Wtedy, kiedy intensywnie ten promieniotwórczy glin się rozpadał, to podgrzewając protoplanety sprawiał, że woda odparowywała z nich. Co więcej, topienie się skał sprzyjało oddzielaniu się żelaza. To stąd te żelazne meteoryty zbierane przez Egipcjan. Kiedy ten proces się zakończył, woda mogła pozostać w tworzących się planetach. To jest oczywiście bardziej złożony temat. Po prostu nowa teoria pozwoliła wyjaśnić wiele zagadek, których wcześniejsze teorie nie wyjaśniały.

— Pozwólmy sobie trochę żartem, trochę serio zakończyć tę rozmowę zdaniem, że Kopernik – lidzbarczanin w pewnym sensie (mieszkał tu prawie 10 lat) wyjaśnił jak zbudowany jest Układ Słoneczny, a współczesny „Kopernik w spódnicy", też lidzbarczanka, Joanna Drążkowska wyjaśniła, jak Układ Słoneczny powstał.

REKLAMA

komunikat

Zarząd Województwa Warmińsko-Mazurskiego

ogłasza

otwarty konkurs ofert na wykonywanie w 2022 r. prac konserwatorskich, restauratorskich lub robót budowlanych przy zabytkach wpisanych do rejestru, usytuowanych na terenie województwa warmińsko-mazurskiego

§ 1

Konkurs ofert ma na celu wyłonienie podmiotów, którym udzielone zostaną dotacje celowe z budżetu Samorządu Województwa Warmińsko-Mazurskiego na prace konserwatorskie, restauratorskie lub roboty budowlane przy zabytkach wpisanych do rejestru, usytuowanych na terenie województwa warmińsko-mazurskiego.

§ 2

Osoba fizyczna, jednostka samorządu terytorialnego lub inna jednostka organizacyjna będąca właścicielem lub posiadaczem zabytku wpisanego do rejestru albo posiadająca taki zabytek w trwałym zarządzie może ubiegać się o udzielenie dotacji celowej z budżetu samorządu województwa warmińsko-mazurskiego na dofinansowanie prac konserwatorskich, restauratorskich lub robót budowlanych przy zabytku wpisanym do rejestru.

§ 3

Zasady udzielania dotacji określa Uchwała nr XLIV/847/10 Sejmiku Województwa Warmińsko-Mazurskiego z dnia 26 października 2010 r. *w sprawie zasad udzielania dotacji z budżetu samorządu województwa na prace konserwatorskie, restauratorskie lub roboty budowlane przy zabytku wpisanym do rejestru* (Dz. Urz. Woj. Warm.-Maz. z 2010 r. nr 197, poz. 2545). **Treść uchwały wraz z załącznikami dostępna** jest w Biuletynie Informacji Publicznej oraz na stronie internetowej Urzędu Marszałkowskiego www.warmia.mazury.pl, w zakładce: **KULTURA/KULTURA I EDUKACJA/ PROGRAMY/WNIOSKI I FORMULARZE.**

§ 4

1. Oferty należy składać **od dnia 20 stycznia 2022 r. do dnia 21 lutego 2022 r.**
   listownie na adres: **Urząd Marszałkowski Województwa Warmińsko-Mazurskiego, Departament Kultury i Edukacji, ul. E. Plater 1, 10-562 Olsztyn**
   lub osobiście **w sekretariacie Departamentu Kultury i Edukacji, ul. Partyzantów 87, Olsztyn.**
   O zachowaniu terminu decyduje data złożenia (doręczenia) oferty do Urzędu Marszałkowskiego Województwa Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie (również w przypadku przesłania oferty pocztą).
2. Warunkiem przystąpienia do konkursu jest złożenie, w terminie wskazanym w pkt 1 **oferty zgodnej ze wzorem określonym w *załączniku nr 1 do Uchwały* nr XLIV/847/10 *Sejmiku Województwa Warmińsko-Mazurskiego z dnia 26 października 2010 r. w sprawie zasad udzielania dotacji z budżetu samorządu województwa na prace konserwatorskie, restauratorskie lub roboty budowlane przy zabytku wpisanym do rejestru (Dz. Urz. Woj. Warm.-Maz. z 2010 r. nr 197, poz. 2545)* wraz z załącznikami**.
3. **Rozpatrywane będą wyłącznie oferty złożone w terminie określonym w pkt 1 i w miejscu określonym w ogłoszeniu, na obowiązujących drukach, kompletne i prawidłowo wypełnione. Oferty złożone po terminie nie będą rozpatrywane.**
4. W ramach przyznanej przez Sejmik Województwa Warmińsko-Mazurskiego dotacji, rozliczane będą wydatki związane z realizacją zadania ponoszone **od dnia podpisania umowy do maksymalnie 31 grudnia 2022 r**.
5. Złożenie oferty nie jest równoznaczne z przyznaniem dotacji ani z przyznaniem dotacji we wnioskowanej wysokości.
6. Departament Kultury i Edukacji Urzędu Marszałkowskiego Województwa Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie, do którego składane są oferty, ma prawo żądać innych dokumentów i wyjaśnień od podmiotu składającego ofertę.
7. Kwota łączna na dotacje z zakresu ochrony zabytków i opieki nad zabytkami w otwartym konkursie ofert na wykonywanie w 2022 r. prac konserwatorskich, restauratorskich lub robót budowlanych oraz dokumentacji przy zabytkach wpisanych do rejestru, usytuowanych na terenie województwa warmińsko-mazurskiego, wynosi **1 000 000 zł.**
8. Klauzula informacyjna stanowi załącznik do ogłoszenia konkursowego.

1522otbs-A -P

eprasa.pl 2e7f5014da

Masz moc!

Przekaż 1% podatku

Fundacji „Przyszłość dla Dzieci”

Daj dzieciom siłę do walki z chorobą!

KRS 0000148747
www.przyszloscdladzieci.org

122otbp-E -P

MOŻESZ ZROBIĆ COŚ DOBREGO

PAŃSTWA 1 PROCENT MOŻE ZDZIAŁAĆ WIELE DOBREGO. WARTO PRZEKAZAĆ GO FUNDACJI „PRZYSZŁOŚĆ DLA DZIECI” I POMÓC W LECZENIU CHORYCH I NIEPEŁNO-SPRAWNYCH MALUCHÓW. KAŻDA ZŁOTÓWKA MOŻE ZDZIAŁAĆ WIELE DOBREGO.

Fot. Arch. prywatne

Kaja jest bardzo dzielną dziewczynką

JOANNA KARZYŃSKA
j.karzynska@gazetaolsztynska.pl

Kaja urodziła się jako zdrowa i piękna dziewczynka. Ważyła prawie 4 kilogramy i miała 56 centymetrów. Swoim przyjściem na świat sprawiła ogromną radość rodzicom i starszemu o 9 lat bratu. Rozwijała się dobrze, była radosną i szczęśliwą dziewczynką.

— PIERWSZE SYMPTOMY CHOROBY POJAWIŁY SIĘ GDY MIAŁA 3 LATA — MÓWI PANI MAŁGORZATA, MAMA KAI.

— Z tyłu jej głowy pojawiły się dwa łyse placki. Początkowo myśleliśmy, że może wytarły się jej włoski. Udaliśmy się do lekarzy, którzy zaczęli podejrzewać u dziewczynki łysienie plackowate. Niedługo potem Kaja zachorowała na anginę. Po chorobie wypadły jej wszystkie włosy, brwi i rzęsy. Byliśmy przerażani i bardzo baliśmy się tej nieznanej nam choroby. Dużo czytaliśmy, rozmawialiśmy ze specjalistami i lekarzami. Po kolejnych badaniach okazało się że dziecko przeszło mononukleozę.

Rodzice otrzymali kolejną diagnozę — łysienie całkowite (złośliwe). To był trudny czas, bywały chwile załamania, ale rodzice postanowili walczyć. Kaja cały czas pozostaje pod opieką wielu specjalistów, w tym dermatologa.

— Początkowo wszędzie prywatnie jeździliśmy, bo chcieliśmy jak najszybciej pomóc córce — opowiada pani Małgorzata. — Wydaliśmy wszystkie oszczędności, bo koszty wizyt, zabiegów i leczenia były duże. Do tego dochodziły dojazdy. Chcieliśmy poznać przyczynę choroby, by móc odpowiednio ją leczyć. Wykonaliśmy wiele badań, które pokazywały, że wszystko jest w porządku, a dziecku nadal wychodziły włosy.

Pojawiło się jednak światełko w tunelu. Po upływie trzech miesięcy od podawania suplementacji włosy zaczęły Kai odrastać. W ciągu roku włosy dziewczynka miała piękne, długie i grube włosy. Radość rodziców z powodu powrotu dziecka do zdrowia nie trwała jednak długo.

W wieku 5 lat Kaja zachorowała na ospę, po której w ciągu dwóch miesięcy znów wypadły jej wszystkie włosy. Dziewczynka trafiła na kolejne badania. Ich wyniki potwierdziły, że Kaja ma upośledzony układ odpornościowy. Mimo nieprawidłowych wyników, dziecko nie otrzymało żadnych leków. Starania rodziców nie przynoszą oczekiwanych rezultatów. Włosy odrastają wolno, ale dziewczynka traci je przy najdrobniejszych infekcjach.

Obecnie Kaja ma 7 lat. Chodzi do pierwszej klasy Szkoły Podstawowej w Mrągowie, a jej starszy brat Maciek uczy się w LO w Giżycku. Jest lubiana przez rówieśników.

— W SZKOLE SOBIE DOBRZE RADZI — MÓWI PANI MAŁGORZATA. — NAJWAŻNIEJSZE, ŻE AKCEPTUJE SIEBIE I GRUPA AKCEPTUJE JĄ.

Lubi rysować, śpiewać ale to bardziej umysł ścisły. Uwielbia pływać, trudno ją zachęcić do wyjścia z wody a całe lato najchętniej spędzałaby nad jeziorem.

To kochana dziewczynka, która uśmiechem wynagradza swoim rodzicom wszystkie trudy.

— Walczymy o zdrowie i normalne życie Kai. Trudno nam się pogodzić z jej chorobą. Walczymy i wciąż szukamy dla niej skutecznego sposobu leczenia — mówi pani Małgorzata. — Tłumaczymy sobie i jej, że są jeszcze gorsze choroby, ale chcemy dać jej szansę na normalność. Kaja jest uśmiechnięta, radosna. Kiedy jednak widzę jak zakłada chustkę na głowę, czy też porusza głową jakby chciała poprawić włosy, to żal ściska mnie za serce. Jak każda matka chciałabym żeby była szczęśliwa... Czasem dzieci pytają ją, czy ma raka, bo jest łysa. Nauczyła się odpowiadać na takie pytania. Czasem mówi mi, że już się nie przejmuje, że nie ma włosów, ale wiem, że jej największym marzeniem jest mieć gruby warkocz. Bardzo chciałabym, żeby to marzenie się spełniło. Każda złotówka się liczy, bo konsultacje, wizyty i zabiegi są dość drogie. Już nie są ważne nasze potrzeby. Liczy się nasza córka. Patrząc w oczy Kai, widząc jej ufność i radość, człowiek jest w stanie zrobić wszystko. Marzę o tym, by moja córka w przyszłości mogła cieszyć się życiem. Dziękuję za przekazanie jednego procenta na leczenie Kai — mówi jej mama.

Rodzice postanowili zgłosić się do naszej fundacji, ponieważ wydatki związane z leczeniem Kai wykraczają poza możliwości finansowe rodziny. Rozliczając pit roczny pamiętajcie Państwo, że możecie przekazać 1 proc. podatku na Fundację „Przyszłość dla Dzieci”, która opiekuje się chorymi i niepełnosprawnymi dziećmi z terenu naszego województwa.

— Rozumiemy walkę rodziców o zdrowie i normalne życie dla swoich dzieci. Dlatego zawsze wspieramy rodziców i opiekunów naszych fundacyjnych małych bohaterów — mówi Iwona Żochowska – Jabłońska, dyrektor zarządzająca Fundacji „Przyszłość dla Dzieci”. — Każdy może nam w tym pomóc. Możecie Państwo podarować 1 procent swojego podatku Fundacji „Przyszłość dla Dzieci” i pomóc Kai oraz prawie 500 podopiecznym Fundacji „Przyszłość dla Dzieci” w walce o lepsze życie. Wasz 1% może zdziałać wiele dobrego dla chorych i niepełnosprawnych dzieci. Żeby przekazać 1 procent podatku, wystarczy wpisać w rozliczeniu numer KRS 0000148747. A już teraz można dokonać wpłaty na konto Fundacji „Przyszłość dla Dzieci”: 58 1240 1590 1111 0000 1453 6887

eprasa.pl 2e7f5014da

CIERPLIWIE ODDYCHAJ IMIENIEM

JUŻ W STAROŻYTNOŚCI MNISI PRAKTYKOWALI MODLITWĘ, KTÓRA POLEGAŁA NA WIELOKROTNYM POWTARZANIU IMIENIA JEZUS. PO WIELU WIEKACH MODLITWA TA ZYSKUJE NA POPULARNOŚCI NIE TYLKO WŚRÓD MNICHÓW, ALE I ŚWIECKICH.

Kult imienia Boga miał miejsce już w judaizmie przed tysiącami lat. Jednak przez szacunek imienia Jahwe nie wymawiano. Mógł to zrobić tylko arcykapłan w Świątyni Jerozolimskiej i to zaledwie raz w roku. Zastępowano więc imię Boga innymi, np. Adonai. Mojżesz usłyszał tajemnicze imię JAHWE (JHWH), które oznacza: „Ja Jestem, Który Jestem". Ciekawe, bo Bóg odpowiadając, niejako uchyla się od odpowiedzi, bo nieskończenie przekracza to wszystko, co możemy zrozumieć. Imię Boże jest tajemnicze, tak jak Bóg jest tajemnicą. Jak czytamy w Katechizmie Kościoła Katolickiego: Bóg, który objawia swoje imię jako „Ja Jestem", objawia się jako Bóg, który jest zawsze przy swoim ludzie, aby go zbawić. Dlaczego Izraelowi Bóg objawił swoje imię? Bo nie jest jakąś anonimową siłą. Dzięki temu można Go poznawać, wchodzić z Nim w relacje i wzywać po imieniu.

W Nowym Testamencie szczególnie wiele razy wybrzmiewa imię „Jezus", bo aż ponad 900!

— Jest ono pochodzenia hebrajskiego i w oryginale jego pełna forma to Jehoszua — pisze Marcin Majewski w książce „Tajemnice biblijnych imion". — Jest to zatem imię teoforyczne (odnoszące się do bóstwa, przyp. red.), zawierające cząstkę Jeho, cząstkę imienia Bożego JHWH, oraz czasownik jasza (wybawiać, uratować, zbawić). Imię oznacza zatem: JHWH zbawia lub JHWH jest zbawieniem — i obwieszcza zasadniczą misję, z którą Jezus przyszedł na ziemię.

Autor książki pisze, że w praktyce częściej używano formy skróconej tego imienia: Jeszua, tak jak dziś częściej mówimy Magda niż Magdalena. Forma skrócona spokrewniona jest z rzeczownikiem jeszua „ocalenie, wybawienie, ratunek". Podkreśla, że przyzywając imię Jezusa, niejako wołamy od razu o jego ratunek.

Fot. pixabay.com

„Opowieść pielgrzyma" pomaga człowiekowi dostrzegać Bożą obecność we wszystkim, co go otacza

Punkt kulminacyjny modlitwy

Właściwie już w IV wieku mnisi na Wschodzie, modląc się, przyzywali imię Jezus w mniej lub bardziej rozbudowanej formie. Ostatecznie ukształtowała się w późnym średniowieczu w klasztorach bizantyjskich.

JUŻ OJCOWIE PUSTYNI ROZWINĘLI TZW. WEWNĘTRZNĄ MEDYTACJĘ POLEGAJĄCĄ NA BEZUSTANNYM ROZWAŻANIU WYBRANEGO WEZWANIA DO JEZUSA. W FORMIE ROZBUDOWANEJ POWTARZANO ZDANIE: JEZUSIE, SYNU DAWIDA, ULITUJ SIĘ NADE MNĄ, GRZESZNYM! POCHODZENIE TEJ SENTENCJI JEST BIBLIJNE...

Powstała z dwóch ewangelicznych cytatów, które można znaleźć w Ewangelii według św. Łukasza. Pierwszy dotyczy niewidomego Bartymeusza, który wołał: Jezusie, Synu Dawida, ulituj się nade mną!, a drugi, to słowa pokornego celnika, który wołał: Boże, miej litość dla mnie, grzesznika!

Jak sugerują benedyktyńscy mnisi — za pomocą których modlitwa ta w Polsce zyskuje coraz szerszy krąg zainteresowanych, również wśród świeckich — o ile, z początku może ona wydawać się mało atrakcyjna i spektakularna, to jednak przez setki lat stanowiła niewyczerpalne źródło wewnętrznej siły dla ludzi, którzy cierpliwie i z gorliwością poświęcają się tej wyjątkowej praktyce. Nieustanna kontemplacja imienia Chrystusa pozwalała zagłębiać się w Jego miłość oraz wchodzić z Nim w osobistą relację. Najważniejsza w praktyce modlitewnej jest nie sama formuła, ale zaangażowanie, które kieruje na Boga.

Fot. arch. Opactwo Tyniec

Czotka na pierwszy rzut oka przypomina różaniec. Jednak nim nie jest

W ten sposób modlono się na górze Synaj oraz Athos. To właśnie na greckiej Górze Athos, stanowiącej cypel Półwyspu Chalcydyckiego mnisi prawosławni wspomniane wezwanie: „Panie Jezu Chryste, Synu Boży, zmiłuj się nade mną grzesznikiem".

Kościół Zachodni też nie jest dłużny, bo imię Jezus również tu znajduje się w centrum modlitwy chrześcijańskiej. Wszystkie modlitwy liturgiczne kończą się formułą: „Przez naszego Pana Jezusa Chrystusa". Punktem kulminacyjnym modlitwy „Zdrowaś Maryjo" są słowa: „i błogosławiony owoc żywota Twojego, Jezus". Wielu chrześcijan umierało wymawiając imię „Jezus". Tak było ze św. Joanną d´Arc, czy jezuitą Alfonsem Rodriguez'em, XVII-wiecznym mistykiem.

Przesuwając węzełki czotki

Odpowiedź na to, jak praktykować modlitwę Jezusową można znaleźć m.in. w „Opowieściach pielgrzyma". Książka zdobyła popularność w XIX wieku w Rosji, a jej narratorem jest rosyjski chłop o nieznanym imieniu, który przemierza bezkresne Imperium Carów. Podczas jednej z wędrówek zaprasza go do celi pewien starzec, po czym zachęca go do modlitwy: „Siądź w milczeniu i odosobnieniu, pochyl głowę, zamknij oczy; oddychaj spokojnie, wyobraźnią spójrz wewnątrz serca, uwolnij umysł, to znaczy przenieś myśli z głowy do serca. Przy oddychaniu powtarzaj: „Panie Jezu Chryste, zmiłuj się nade mną", cicho ustami lub tylko w myśli. Staraj się odpędzać inne myśli, bądź cierpliwy i często powtarzaj to ćwiczenie".

Modlitwę Jezusową odmawia się przesuwając paciorki... czotki, która na pierwszy rzut oka przypomina różaniec. Jednak nim nie jest. Pomaga modlącemu w odliczaniu kolejnych dziesiątek, a nawet setek wezwań imienia Jezus, również w sentencjach: Panie Jezu Chryste, Synu Boga Żywego, zmiłuj się nade mną, grzesznikiem! lub: Boże, wejrzyj ku wspomożeniu memu; Panie, pośpiesz ku ratunkowi memu!

O czotkach można dowiedzieć się więcej, zaglądając chociażby na stronę internetową opactwa benedyktynów w Tyńcu. Najczęściej robione są ręcznie przez mnichów lub mniszki, co jest bezpośrednim nawiązaniem do szacunku wobec pracy ręcznej, która nie tylko przynosi korzyści materialne, ale co ważniejsze, wprowadza „wyplatającego" czotki w stan skupienia i wyciszenia. Przeważnie zakończone są Krzyżem z tzw. kitką, przywołując na myśl Golgotę. Frędzelki tworzą coś w rodzaju wzniesienia, na którym wznosi się krzyż, symbolizujący cel ostateczny – śmierć, a potem zmartwychwstanie.

Z czotkami związane są również różne liczby węzełków. Najczęściej można spotkać 30, 33 oraz 100. Trzydzieści, to lata życia Jezusa w „ukryciu". Trzydzieści trzy to całe jego życie i działalność na ziemi, a 100 to nawiązanie do zwielokrotnionego Dekalogu (10 razy 10).

WOJCIECH KOSIEWICZ

Jan Paweł II o modlitwie Jezusowej

„Wysoko ceniona jest tzw. modlitwa Jezusowa, rozpowszechniona także na Zachodzie dzięki dziełu rosyjskiego autora, znanemu jako „Opowieści pielgrzyma". Ma ona formę inwokacji: Panie Jezu Chryste, Synu Boży, bądź miłościw mnie grzesznemu. Gorące wezwanie wyrażone tymi lub podobnymi słowami i powtarzane wielokrotnie staje się jakby oddechem duszy. Pomaga człowiekowi dostrzegać Bożą obecność we wszystkim, co go otacza, i czuć się kochanym przez Boga mimo własnych słabości. Choć jest odmawiana w duszy, w tajemniczy sposób promieniuje na wspólnotę. Według Ojców, ta mała modlitwa jest wielkim skarbem i jednoczy wszystkich modlących się przed obliczem Chrystusa" (przemówienie na audiencji generalnej 3 listopada 1996 roku).

eprasa.pl 2e7f5014da

CZY MOŻNA SCHUDNĄĆ BEZ GŁODÓWKI?

OCZYWIŚCIE, ŻE TAK! I WŁAŚNIE MAM ZAMIAR NAPISAĆ JAK TO SIĘ KONKRETNIE ROBI. A PRZY OKAZJI UDOWODNIĘ, ŻE DIETA, KTÓRA, BYŚMY MOGLI ZREDUKOWAĆ NADMIAR KILOGRAMÓW, SKAZUJE NAS NA GŁODÓWKĘ — TO JEST WIELKA BUJDA NA RESORACH!

MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA
m.bukowiecka@gazetaolsztynska.pl

Wedle statystyk jedna na trzy kobiety i jeden na pięciu mężczyzn — marzą o szczupłej i powabnej sylwetce. I tyleż osób co jakiś czas dopada irzewna melancholia — bo ta sukienka, która tak pięknie leżała na nas w liceum — dziś leży już tylko w szafie, bo na nas w ogóle nie wchodzi; i pełne goryczy zniechęcenie — bo patrząc w dół, najpierw widzimy krągły brzuch, a dopiero potem stopy, przy czym niektórzy do tych stóp to są nawet zmuszeni się wychylić...!

Może i kula to jest w geometrii kształt idealny, ale akurat bliski mu coraz bardziej nasz brzuch wywołuje emocje wszystkie — prócz zachwytu. Kiedy jednak jeden z drugim wielbiciel szczupłej sylwetki i marzycielka o licealnej figurze — pomyślą o odchudzaniu i natychmiast pokojarzą je z przymusem głodzenia się... Kiedy wspomną sobie, że ten towarzysz-głód będzie z nimi bezustannie — zaczynają swoje krągłe kształty wielbić albo zwyczajnie godzą się z losem i sami sobie wytykają liczne przymioty ducha oraz intelektu...!

Co silniejsi i odporniejsi — zaczynają jednak szukać porad: jak schudnąć szybko, jak przy tym nie podupaść na zdrowiu i... jak stracić zbędne kilogramy bez konieczności głodzenia się. A rzeczywiście — są na takie odchudzanie sposoby. Powiem więcej: przymusowa, wielotygodniowa głodówka wcale nie jest kluczem do sukcesu...! Pewnie, że małe porcje, minimalna liczba kalorii w połączeniu z nadludzkim wysiłkiem fizycznym, który ma zapewnić deficyt energetyczny i kaloryczny — i kilogramy rzeczywiście zaczniemy tracić. Bo im mniej jemy, a im więcej spalamy — tym lepiej. A jednak odchudzanie jest nieco bardziej złożonym procesem i nie o samo głodowanie w nim chodzi.

Siła wyobraźni i samodyscyplina

Zapewniam uroczyście: każdy z nas posiada w wyobraźni i umyśle pewne siły — i jeden z tych kluczy do sukcesu to kwestia ich skutecznego uruchomienia i wykorzystywania na co dzień. Chodzi o to, że niczego nie da się w życiu zacząć bez ustaleń z własnym umysłem, a już zwłaszcza odchudzania zacząć się nie da. Skoro z taką łatwością umiemy wmawiać sobie, że jesteśmy śmiertelnie chorzy — czemu by nie spróbować i nie przekonać siebie samego, że zasadniczo świat jest cudownie piękny, my jesteśmy zdrowi, a w dodatku wcale nie czujemy się głodni...?!

Samodyscyplina to kolejne słowo — wytrych do szczęścia. Wiem, wiem. Powstaje to długo, a jeszcze dłużej się wdraża. Ale jeśli już nam się uda — odchudzanie pójdzie, a wręcz pobiegnie z górki...!

Regularne posiłki i dobra dieta

Czyli przechodzimy do konkretów i od psychologii — do fizyki. A regularne posiłki to jest w odchudzaniu absolutna podstawa. Na dzień ma wypadać cztery-pięć posiłków, z czego ostatni trzy godziny przed snem, a odstępy czasu między nimi mają być tak równe, jak to tylko możliwe. Szkopuł tkwi w trzustce: to organ, który odpowiada za wyrzut insuliny, która z kolei reguluje stężenie glukozy we krwi. Jeśli zamiast obciążać ją jednorazową, czasami wręcz zabójczą dawką pokarmu — szczęśliwy posiadacz trzustki będzie ją obciążał lżej, ale za to regularnie, nie powodując obciążeń — ta zyska stałe połączenie z ośrodkiem głodu i sytości w przysadce mózgowej. A właśnie kompatybilna, regularna praca tych dwóch — to klucz do zwycięstwa nad męczącym uczuciem głodu. Od razu lojalnie uprzedzam, że całkowicie się go nie pozbędziemy, bo

Fot. Pixabay

to i a-wykonalne, i niezdrowe. Ale da się uczynić głód mniej dokuczliwym. I o to by nam chodziło.

Kolejna sprawa to właściwa dieta, bo od doboru posiłków w codziennym menu naprawdę wiele zależy. A zatem w diecie nie może zabraknąć produktów zbożowych z pełnego przemiału — to źródło węglowodanów złożonych, które w wolnym tempie podnoszą poziom glukozy, a który potem tak samo wolno spada, dzięki czemu sytość odczuwamy dłużej. Najlepsze będzie więc pieczywo z mąki razowej, z dużą ilością nasion i ziaren, makaron razowy, orkiszowy lub brązowy, dziki ryż, nieczyszczony owies i grube kasze, choćby gryczana. Do tego cała fura warzyw, które również zawierają wiele dobrych węglowodanów: papryka, bakłażan, jarmuż, brokuł i kalafior.

Kolejnym sprzymierzeńcem w nierównej walce z głodem będzie błonnik pokarmowy, również w największych ilościach dostępny w produktach zbożowych i warzywach. Kiedy trafia do żołądka, pęcznieje i daje uczucie sytości. Przy czym trzeba wziąć jeszcze pod uwagę ilość wypijanych płynów, których nie może być mniej niż 2,5 litra dziennie. Tego błonnika są dwie frakcje, a każda spełnia nieco odmienne funkcje. Pierwsza jest nierozpuszczalna i wymaga odpowiedniego środowiska działania, ma korzystny wpływ na chłonięcie wody, dzięki czemu zwiększa objętość stolca, co korzystnie wpływa na perystaltykę jelit i warunkuje prawidłowe wypróżnianie. Dzięki zwiększeniu masy pokarmowej w jelitach pochłania toksyny i ogranicza wchłanianie cholesterolu z pożywienia, hamuje hydrolizę skrobi oraz zmniejsza ryzyko zaparć. Z kolei frakcja błonnika rozpuszczalnego w wodzie wpływa na spowolnienie pasażu treści pokarmowej w jelitach.

Kolejny bardzo ważny element w odchudzaniu to białko, a przede wszystkim nabiał niskotłuszczowy: ser twarogowy, jogurty naturalne, maślanki i kefiry. Do tego chude ryby, białe mięso i jaja — stanowią niezbędny dla tkanek budulec, ale i pomagają w kontroli wahań stężenia glukozy we krwi i napadów głodu.

Pamiętajmy też, że uciążliwe uczucie głodu dokucza nam o wiele bardziej na samym początku odchudzania. Jednak z czasem mięśniówka żołądka ulega obkurczeniu i uczucie ssania staje się coraz rzadsze. Kiedy naprawdę nas ssie i czujemy, że jeśli nie wrzucimy czegoś na ruszt, to z pewnością umrzemy — wystarczy spora szklanka gazowanej wody mineralnej.

Dobre pary na talerzu

Odchudzanie stanie się niewinną fraszką-igraszką, gdy dodatkowo nauczymy się dobrze i zdrowo łączyć ze sobą poszczególne produkty. Warto też poznać już na wstępie, co i w jakich ilościach możemy jeść, by dieta była jednocześnie zdrowa, ale i zróżnicowana. Warto przy tym zwrócić uwagę na to, jak nasz organizm reaguje na poszczególne produkty i ich połączenia. Chcemy wprawdzie schudnąć, ale problemów z trawieniem też nie wyczekujemy...!

Jakich produktów nie należy zatem łączyć ze sobą i na co uważać? Unikamy spotkań różnych rodzajów białka w jednym i tym samym posiłku. W jednym daniu przebijać powinno źródło białka: mięso, ryby, jaja lub rośliny strączkowe. Roślinne i zwierzęce źródła białka staramy się spożywać wymiennie. Generalnie, nabiał najlepiej jeść osobno, bez łączenia go z innymi produktami. Z reguły białka roślinne lepsze są od zwierzęcych. Taki zatem przykładowy hamburger to nie tylko bomba kaloryczna — ale i niebezpieczna mieszanka białka i węglowodanów.

W naszych codziennych posiłkach nigdy nie może też brakować warzyw: ich spora porcja powinna znaleźć się na talerzu jako dodatek do każdego głównego dania. Za to uwaga na owoce! W nadmiarze niektóre z nich mogą zaburzać trawienie i powodować, że na wadze przybieramy dokładnie tak, jak po słodyczach...! Wystarczy jeszcze tylko zadbać o zdrowy sen i wystrzegać się stresów — i proszę. Mówiłam, że odchudzanie jest proste...!

REKLAMA

dr n. med. MACIEJ BIERNACKI
SPECJALISTA CHIRURGII OGÓLNEJ I ONKOLOGICZNEJ
•chirurgia ogólna •chirurgia onkologiczna •żylaki •przepukliny •usuwanie drobnych zmian skórnych •leczenie chorób piersi •leczenie nowotworów przewodu pokarmowego
Olsztyn, al. Wojska Polskiego 39 (Lancet)
89 535 72 80 od godz. 13⁰⁰, 508 36 26 52
1322otbr-a-M

NZOZ „ARTERIA" PRYWATNE SPECJALISTYCZNE CENTRUM CHORÓB NACZYŃ
Olsztyn, ul. Kopernika 30 (parter, lok. 14, 15) pn.-pt., rej. w godz. 10⁰⁰-18⁰⁰, tel. 89 534-55-65
CHOROBY ŻYŁ I TĘTNIC
• diagnostyka
• leczenie zachowawcze
• skleroterapia żylaków
• laserowe leczenie żylaków!!!
• leczenie operacyjne żylaków
Specjaliści chirurgii naczyniowej i ogólnej:
Mariusz Błoniecki | Rafał Dryzner
Piotr Malinowski
Maciej Sadowski tel. 89 509 344 667
www.arteria.olsztyn.pl
1422otbr-a-M

Dr n.med. Piotr Malinowski Specjalista chirurgii ogólnej i naczyniowej
Dr n.med. Dariusz Michalik Specjalista chirurgii ogólnej i onkologicznej
Dr n.med. Jacek Nowak Specjalista chirurgii ogólnej i naczyniowej
Prywatna poradnia Chirurgii Ogólnej i Onkologicznej oraz Chorób Naczyń
pn.-pt. 16.30-18.30
Rejestracja telefoniczna: 89-534 23 33 w godz. 10.00-18.00
Adres: Olsztyn, ul. Pana Tadeusza 6 „PANTAMED"
2722otbr-a-M

CENTRUM REHABILITACJI NIEBIESKI HAMAK
dr n. med. Agnieszka Biernacka
Specjalista rehabilitacji medycznej:
■ konsultacje rehabilitacyjne dzieci i młodzieży
■ diagnostyka neurorozwojowa niemowląt
Informacja i rejestracja codziennie w godzinach 9:00-19:00 pod nr telefonu
665-282-412
Olsztyn, ul. Leśna 2
2822otbr-a-M

OLSZTYŃSCY LEKARZE SPECJALIŚCI
rej. codziennie w godz. 8⁰⁰-18⁰⁰
89 535 25 48
502 323 935
NEUROCHIRURG
dr n. med. Mirosław Smółka
Olsztyn, ul. Kopernika 1
poniedziałki 15.00-18.00
1122otbr-a-M

Gabinet Urologiczny
USG układu moczowego
(pełny zakres badań urologicznych)
lek. med.
RYSZARD MAREK
Olsztyn, ul. Żytnia 74
pon. 16.00-18.00
tel. 89 527-81-48
tel. 604 552 518
1222otbr-a-M

Roman Łesiów
UROLOG
• leczenie zachowawcze i operacyjne
• USG układu moczowego
• cystoskopia, zabiegi operacyjne
• uroflometria
rejestracja Olsztyn, od godz. 13⁰⁰
Lancet 89 535 72 80
al. Wojska Polskiego 39
1622otbr-A-P

Lech Mickiewicz
GINEKOLOG
• sonda pochwowa
• cytologia
• antykoncepcja
Olsztyn
ul. Barcza 48/1
poniedziałki, czwartki od godz. 15.00
rej. tel. kom. 601-952-165
2022otbr-a-M

STOMATOLOG
LEK. EWA MICKIEWICZ
specjalista protetyki stomatologicznej
Olsztyn, ul. Barcza 48/1
tel. 89 542 67 40
tel. 512 506 756
• pełny zakres stomatologii zachowawczej • protetyka • RTG zębów • laseroterapia • wybielanie zębów
• licówki porcelanowe
1922otbr-A-P

MILLERDENTAL
PRZYCHODNIA STOMATOLOGICZNA
lek. stom. Katarzyna Miller
specjalista periodontolog
lek. stom. Adam Miller
lek. stom. Anna Miller
• leczenie w ramach NFZ i prywatnie • pełen zakres usług stomatologicznych • RTG
Olsztyn, ul. Piotrowskiego 16 lok. C
tel. 502-071-870, 89 539 96 38
1822otbr-A-P

eprasa.pl 2e7f5014da

POD OLSZTYNEM ZGINĄŁ NIE TYLKO GORBACZOW

NIEKTÓRZY PRZECIERALI OCZY ZE ZDUMIENIA I NIE MOGLI UWIERZYĆ, ŻE POD OLSZTYNEM ZASTRZELONO MICHAIŁA GORBACZOWA. TO JEDNAK NIE BYŁ, JAK BYŚMY TO DZISIAJ POWIEDZIELI FAKE NEWS. TO BYŁA PRAWDA. I GORBACZOW BYŁ PRAWDZIWY, CHOĆ NIE TEN, KTÓREGO WSZYSCY ZNAMY. TAN MA SIĘ DOBRZE I 2 MARCA BĘDZIE OBCHODZIŁ SWOJE 91 URODZINY.

W 1998 roku tą historią żyło pół Polski. Nawet jak na ogólnopolskie standardy mafijne 4 trupy to było jednak coś. Tym bardziej, że w podolsztyńskim Kabornie zginęło nie tylko trzech mafiosów zza wschodniej granicy (a precyzyjniej północno-wschodniej), ale też piękna żona jednego z nich. Dwóch z nich zastrzelił z dubeltówki Waldemar B., który pod Olsztyn zjechał z USA. Ci wcześniej zabili Gorbaczowa i jego żonę.

— Jestem wesoły, otwarty, charyzmatyczny, nieugięty i nie do zajechania — tak przedstawia się Waldemar B. w filmie dokumentalnym, który powstał na temat zbrodni w Kabornie, który odsiaduje wyrok 25 lat więzienia na jaki Sąd Okręgowy w Olsztynie skazał go za zabójstwo Tomasa Kopelmana i Denisa Kozłowa, którzy właśnie 4 października 1998 przyjechali na jego farmę. Do dziś Waldemar B. twierdzi, że działał w obronie własnej.

Waldemar B., przedstawiający się czasem także jako Waldy Barton, ma i polskie, i amerykańskie obywatelstwo. Rosjanina Michaiła Gorbaczowa i jego towarzystwo poznał w połowie lat 90. w Tajlandii, która po chwytaniu różnych okazji w Stanach wydawała się wtedy dobrym miejscem do robienia interesów. B., który w tym czasie miał nawet żonę Tajkę, prowadził w jakiejś miejscowości turystycznej wypożyczalnię łódek. Rosjanie wypoczywali tam i ćwiczyli na siłowni. Dziś wiadomo, że Gorbaczow (ur. 1964) był ważną figurą w rosyjskiej mafii z Krasnodaru, skąd pochodził (co ciekawe Michaił Gorbaczow urodził się w sąsiednim Kraju (województwie) Stawropolskim. W tamtym zaś czasie trząsł przestępczym światkiem w estońskim Tallinie. Ojciec gangstera, weteran wojenny, był kustoszem muzeum morskiego. Przestępcy podobno kryli się w stojącej w porcie starej łodzi podwodnej jeśli robiło się gorąco. Gorbaczow trzymał swoich ludzi krótko. Jak prawdziwego ojca chrzestnego całowali go w pierścień, w cerkwi przysięgali wierność na złotego orła. Stracił jednak mocną pozycję i musiał uciekać, podobno śmiertelnie się naraził, gdy na 300 tysięcy dolarów wykiwał jakiegoś ważnego Czeczena. Schronienia szukał w Olsztynie.

Waldemar B., który zawsze mówił, że z Gorbaczowem tylko handlował tajskim dżinsem i nic krasnodarskiej mafii nie wie, załatwił mu daczę u swoich znajomych w Gutkowie. W sumie przyjechało tam kilkanaście osób: Michaił Gorbaczow z żoną Saszą, (byłą sportsmenką, córką policjanta) i inni „sportowcy" tacy jak Tomas Kopelman i Denis Kozłow, niektórzy ze swoimi przyjaciółkami. Zachowywali się jak na obozie kondycyjnym. Z Gutkowa, jesienią 1995 przenieśli się do Kaborna, gdzie Waldemar B. (śledczy uważają, że za rosyjskie pieniądze) kupił 40-hektarowe gospodarstwo pod lasem.

fot. Igor Hrywna

Przydrożny krzyż koło Kaborna

Chyba jednak brakowało im pieniędzy, dlatego zaczął się bunt, który dla Gorbaczowa i jego „królowej" oznaczał śmierć. Okoliczności ich śmierci przestawił, kilka lat potem, Waldemar B. Wyjaśniał, że oni mieszkali wówczas jeszcze w domku w Gutkowie, a reszta „kamandy" już w Kabornie.

— JEŚLI NIE WRÓCĘ, KTOŚ ODWIEZIE CIĘ DO ROSJI – MIAŁ MÓWIĆ DO ŻONY GORBACZOW, KTÓRY WIDAĆ CZUŁ ZAGROŻENIE, LECZ ŻONA KONIECZNIE CHCIAŁA KONIECZNIE BYĆ PRZY NIM.

W Gutkowie zostawili ciepły makaron na kuchence i wszystkie rzeczy, same markowe, także futro z norek pięknej Saszy. Waldemar B. mówi, że gdy zaniepokojony pojechał w końcu do Kaborna, z daleka widział jeszcze jak Kopelman i Kozłow zmywają krew z podłogi. Dalej iść się nie odważył. Choć mógł przypuszczać co się stało, wytrzymał z tym przez 3 lata. Ale rzeczy Gorbaczowów sprzątnął, a złotego orła spieniężył.

Wszystko się wydało 4 października 1998, kiedy wizytę złożyli mu wspomniani, zbuntowani „żołnierze" Gorbaczowa, Kopelman i Kozłow. Waldemar B. w tym czasie budował nowy dom, kopał baseny pod stawy rybne, nad jego farmą dumnie powiewały polska i amerykańska flaga. Policja przypuszcza, że gangsterzy przyjechali do niego po pieniądze, które dostał na kupno nieruchomości. On mówi, że niby zainteresowani byli nabyciem od niego samochodu, a tak naprawdę to chcieli go zabić.

Kiedy zobaczył, że nadjeżdżają, wyszedł przed dom. Rozmowa zaczęła się od tematu samochodu, ale goście prędko przeszli do konkretów.

— Mamy poważniejszą sprawę. Będziesz wykopywał zwłoki, Mike'a (tak z angielska mówili czasem na Miszę Gorbaczowa) i „karaliewny", a gdy Waldemar B. im odmówił, usłyszał: „To leżysz razem z nimi".

O tym, co zaszło potem, opowiadał potem wielokrotnie, także w sądzie. Jego sprzeciw miał spowodować, że jeden z przybyszów zarzucił mu na głowę swoją kurtkę i próbował dusić. On jakoś się jednak wyrwał i pobiegł do domu po dubeltówkę brata. Intruzów w progu zatrzymały psy, zaś Waldemar B. wciągnął z szafki strzelbę, zgarnął garść naboi i przeładowując w biegu wyskoczył przed dom. Do jednego z Rosjan, który szedł na niego ze zwiniętą kurtką strzelił z biodra. Do drugiego, który po coś sięgał do samochodu wypalił trzymając dubeltówkę wysoko nad głową.

— To co, przyjechałeś mnie zabić? — spytał go obiegając auto.

— Nie udało się — miał odpowiedzieć Rosjanin, kiedy ranny osuwał się na ziemię obok przedniego błotnika.

Filmowa scena, trzeba wszakże pamiętać, że znamy ją tylko z przekazu Waldemara B. A trzeba podkreślić, że ani przy zabitych, ani w samochodzie Rosjan nie odkryto żadnej broni. „To przecież były chłopaki po jakieś 110 kilo, nie jakieś tam świerszcze, kurde, szczypiorki od zielonej cebuli... — Gdyby się jeden mnie posłuchał i drugi posłuchał, nie lazł w pokrzywy jak świnia, to by wszyscy normalnie żyli i nic by się nie stało — jeszcze 15 lat później opowiadając reporterom o wydarzeniach w Kabornie przekonywał, że Kopelman i Kozłow byli w stanie zamordować go gołymi rękami.

Charakterystyczne jednak, że po wszystkim Waldemar B. zadzwonił nie tylko na policję, lecz także do brata do USA i do... Krasnodaru. A gdy już na farmie pojawiła się policja, zaszokował wszystkich oświadczając, że są jeszcze dwa inne trupy, Gorbaczowa i jego żony. Usłużnie nawet wsiadł na koparkę i dość szybko dogrzebał się do, znajdujących się już w stanie daleko posuniętego rozkładu, zwłok mężczyzny i kobiety. Zastrzelono ich z małokalibrowego kbks-u. Saszę Seliwanową tylko jednym strzałem. Być może jeszcze żyła, gdy ją zakopywano. Na jej szyi ciągle miała złoty krzyżyk.

— Po tym co zrobiłem, w Ameryce miałbym zdjęcie z senatorem, a szeryf urządziłby barbecue na moją cześć — mówił, stając przed olsztyńskim sądem, Waldemar B.

I właśnie dlatego zasłużył sobie na miano „szeryfa z Kaborna". W czasie śledztwa długo szukano prawdziwych powodów jego kontaktów z Gorbaczowem. Prokuratura podejrzewała też, że Waldemar B. mógł mieć związek z narkotykami (okazało się na przykład, że jego ówczesna konkubina wykonała w tym czasie kilkadziesiąt lotów do Holandii) drobiazgowo przeszukano nawet całą farmę. Nic jednak nie znaleziono, więc „szeryf z Kaborna" szedł w sądzie na całość. — Ten, który się nie broni, staje się ofiarą, albo jest uważany za ofiarę przez innych — przekonywał w iście amerykańskim stylu. Za pierwszym razem skutecznie. Sąd Okręgowy w Olsztynie uznał, że mimo „błędnego przekonania" o zagrożeniu, rzeczywiście działał w obronie koniecznej. Waldemar B. został skazany jedynie za nielegalne korzystanie z dubeltówki brata i przy oklaskach na sądowej sali wyszedł z podniesioną głową na wolność.

Niedługo z niej jednak korzystał. Gdy po skutecznej apelacji prokuratury sprawa ponownie trafiła na wokandę olsztyńskiego sądu, wydarzyła się rzecz niezwykła. W czasie przerw podczas jednej z rozpraw, odpowiadający wtedy z wolnej stopy Waldemar B., został na sądowym korytarzu zatrzymany przez CBŚ i zabrany do Katowic. W tamtejszej prokuraturze usłyszał zarzut organizacji przemytu narkotyków z Ameryki Południowej statkiem przez Świnoujście. To radykalnie zmieniło jego sytuację procesową. Ostatecznie w Olsztynie, za zabójstwo Kopelmana i Kozłowa dostał 25 lat więzienia, zaś za narkotyki na lat 9 skazał go Sąd Okręgowy w Łodzi. **BS**

To drugi odcinek naszego cyklu „Kiedy rządziły nami gangi". W poniedziałek: Seria z pistoletu maszynowego na ul. Kanta. Wczorajszy odcinek: „Lenin" wyleciał w powietrze można znaleźć tutaj: http://kupgazete.pl/

eprasa.pl 2e7f5014da

szynakameble
zawsze blisko ludzi

STYlove RABATY -15%

Promocja obowiązuje do 21.02.2022 r.
lub do wyczerpania stanów magazynowych.

uczucia wyrażamy rabatami

SALONY FIRMOWE

LUBAWA
ul. 19 Stycznia 25 | **tel. 693 540 096**
pn - pt: 09:30 - 17:00 | sobota: 09:30 - 12:00

IŁAWA | BUDYNEK EUROPA CENTER
ul. Ostródzka 54 | **tel. 609 089 247**
pn-pt: 10:00- 18:00 | sobota: 10:00-14:00

1722otbs-A -P

eprasa.pl 2e7f5014da

21 STYCZNIA

Wystawa „Kolor i zmysły”

Fot. organizator BWA

Hanna Shumska, Portret zbiorowy

Olsztyn

W piątek 21 stycznia odbędzie się online o godz. 18 (na Facebooku BWA i na YT) wernisaż wystawy „Kolor i zmysły” w BWA Galeria Sztuki w Olsztynie, ekspozycja przygotowana we współpracy z ASP w Gdańsku, Wydział Malarstwa. Wystawa będzie czynna dla zwiedzających od soboty 22 stycznia w godzinach otwarcia galerii 11:00-19:00 (poza poniedziałkiem) do 27 lutego w sali głównej.

Ekspozycja skupia się na najistotniejszych z punktu widzenia malarstwa elementach: kolorze i zmysłach. Myślenie barwą i światłem, które tworzą kolor, jest aspektem wyróżniającym dla każdego z malarzy. Artyści określa się wobec niego na wiele różnych sposobów, nawet ograniczając się do bieli i czerni. Równie ważnym żywiołem dla sztuki są zmysły, zarówno w procesie tworzenia, jak i w odbiorze dzieła.

21 STYCZNIA

Koncert „Tribute to Stan Getz”

Olsztyn

W piątek, 21 stycznia, w Filharmonii Warmińsko-Mazurskiej w Olsztynie, koncert „Tribute to Stan Getz” – projekt z pogranicza dwóch mocarstw. Marek Wroniszewski – dyrygent, Piotr Baron – saksofon tenorowy, Łukasz Żyta – jazzowy zestaw perkusyjny, orkiestra smyczkowa, harfa.

W programie: Krzysztof Herdzin „Tribute to Stan Getz” (2021), suita na saksofon tenorowy, kwintet smyczkowy, harfę i jazzowy zestaw perkusyjny, napisana dla Piotra Barona. Eddie Sauter „Focus” (1961), suita na saksofon tenorowy, kwintet smyczkowy, harfę i jazzowy zestaw perkusyjny, napisana dla Stana Getza. Getz to jeden z największych saksofonistów w historii jazzu. Bilety w kasie lub na stronie internetowej.

21 stycznia, g. 19:00, sala koncertowa

21 STYCZNIA

Prawda granicy, granice prawdy

Olsztyn

MOK Olsztyn zaprasza na dyskusję poświęconą dramatycznej sytuacji na pograniczu polsko-białoruskim. „Prawda granicy, granice prawdy” odbędzie się w piątek 21 stycznia o godz. 18:00 w sali pod Amfiteatrem.

Do udziału w dyskusji MOK zaprosił osoby, które na własne oczy obserwują sytuację na granicy polsko-białoruskiej, wolontariuszy i aktywistów, którzy od lat angażują się w pomoc uchodźcom.

W spotkaniu udział wezmą:

Aleksandra Chrzanowska – absolwentka kulturoznawstwa na Uniwersytecie Warszawskim; Natalia Gebert – kulturoznawczyni, tłumaczka, mól książkowy. Współzałożycielka warszawskiej inicjatywy nieformalnej Dom Otwarty; Jakub Sypiański – doktorant historii regionu śródziemnomorskiego i Bliskiego Wschodu na Sorbonie, Wojtek Radwański – fotoreporter wolny strzelec.

21 stycznia, godz. 18:00, sala kameralna - Amfiteatr im. Czesława Niemena, ul. Okopowa. Wstęp wolny.

22 STYCZNIA

Baby Filharmonia

Olsztyn

W Filharmonii Warmińsko-Mazurskiej w Olsztynie — Baby Filharmonia – dla dzieci w wieku 1-3 lat (dwie grupy). Fily Diakite-Mikulska – prowadzenie, altówka. Są to zajęcia umuzykalniające dla dzieci są inspirowane koncepcją Edwina Gordona. Przy swobodnej atmosferze zabawy uczymy się muzyki poprzez jej aktywne słuchanie. Nie potrzeba słów kiedy muzykę możemy poczuć całym ciałem.

22 stycznia, g. 10:30, 11:30

22 STYCZNIA

Warsztaty genealogiczne dla dzieci

Olsztyn

Miejski Ośrodek Kultury zaprasza na warsztaty tworzenia drzew genealogicznych rodzinne zespoły – dzieci (w wieku co najmniej 6 lat) wraz z dorosłym opiekunem (lub opiekunami). MOK zapewnia materiały i czeka na rodzinne historie. Na warsztaty obowiązują zapisy: imprezy@mok.olsztyn.pl. W zgłoszeniu podajcie: liczbę osób, która przyjdzie z podziałem na dzieci i dorosłych. Liczba miejsc ograniczona. Kiedy i gdzie: sobota 22.01 godz. 11:00 Kamienica Naujacka, ul. Dąbrowszczaków 3 w Olsztynie.

Zapisy: imprezy@mok.olsztyn.pl

23 STYCZNIA

Koncert rodzinny w filharmonii

Fot. organizator

W Filharmonii Warmińsko-Mazurskiej w Olsztynie — koncert rodzinny ze Smokiem Kwintusiem i Fermatką – Let It Snow.

Mikołaj Ostrowski, Patrycja Rogalska – wokal, Warmia Brass Quintet w składzie: Szymon Kamrowski, Miłosz Kaczmar – trąbka

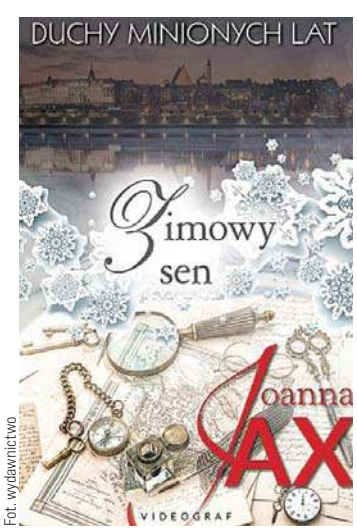
Paweł Szulc – waltornia, Aleksander Miśnikiewicz – puzon, Grzegorz Dybała – tuba, Aleksander Ostrowski, Wojtek Natkaniec – instrumenty perkusyjne. Prowadzenie koncertu: Katarzyna Kropidłowska – Fermatka, Marcin Młynarczyk – smok Kwintuś.

W programie m.in.: Czajkowski „Dziadek do Orzechów” (fragmenty) i piosenki świąteczne (Jingle Bells, White Christmas, Santa Claus is coming to town, Let it snow i wiele innych).

23 stycznia, g. 11:00.

STYCZEŃ

Nowa książka Joanny Jax — „Zimowy sen”



Fot. wydawnictwo

Olsztyn

Znana olsztyńska pisarka wydała nową książkę „Zimowy sen”. Po euforii związanej z podpisaniem porozumień sierpniowych i powstaniem Solidarności nadchodzi ponura i trudna rzeczywistość. Polski rząd wprowadza reglamentację towarów, sklepy świecą pustkami, a premierem zostaje generał Wojciech Jaruzelski. Atmosfera roku 1981 sprawia, że niektórzy poważnie rozważają ucieczkę z Polski, zanim dojdzie do najgorszego. W grudniu zostaje ogłoszony stan wojenny, który wiele zmienia w życiu bohaterów. Dochodzi do aresztowań, a kraj pogrąża się w coraz większym chaosie, zaś marzenia o wolnej Polsce pękają jak bańka mydlana. Bez względu na poglądy i orientacje polityczne wszyscy żyją w niepewności i strachu. Bohaterowie zmagają się także z dramatami i problemami osobistymi, których rozwiązanie muszą odłożyć na później, a jedyne, czego pragną, to spokój, stabilizacja i względna normalność. Do tej ostatniej jest jednak jeszcze bardzo daleko.

STYCZEŃ

Wystawa nabytków w Muzeum Warmii i Mazur

Fot. MWiM

Dar mieszkańca: konik na biegunach

Olsztyn

W Muzeum Warmii i Mazur na olsztyńskim zamku do 27 lutego można oglądać wystawę czasową „Pokaz nabytków 2021”. W ubiegłym roku Muzeum Warmii i Mazur pozyskało 432 eksponaty, z czego połowa to dary, przekazy, zakupy i pozyskania własne, a reszta to depozyty. Jak podkreślają pracownicy, mimo pandemii przyjaciele muzeum nie zawiedli, obdarzając placówkę nowymi zabytkami – 196 nowych pamiątek to dary i przekazy. Z powodu ograniczonej przestrzeni pokazane są tylko niektóre obiekty.

Wystawa jest czynna w godz. 9-16 (poza poniedziałkiem). Kasa biletowa: do 15.30.

STYCZEŃ

Wystawa w Bakałarzu

Fot. organizator

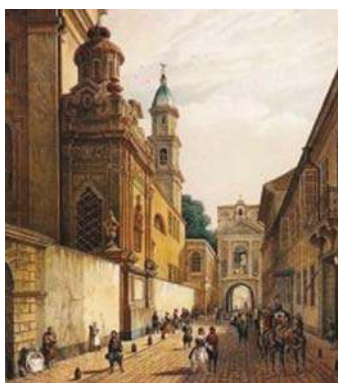
Praca Alicji Król

Olsztyn

W Galerii Bakałarz w Warmińsko-Mazurskiej Bibliotece Pedagogicznej w Olsztynie przy ul. Natalii Żarskiej 2 można oglądać wystawę prac Grażyny Komorskiej, Alicji Król i Haliny Różewicz-Książkiewicz „Żuławy”. Wystawę czynna do 16 lutego pn.-pt. 12.00-18.00, sob. 9.00-15.00.

27 STYCZNIA

Czwartki Wileńskie



Olsztyn

Miejski Ośrodek Kultury w Olsztynie oraz Towarzystwo Przyjaciół Wilna i Ziemi Wileńskiej zapraszają na spotkanie z cyklu „Czwartki Wileńskie”. O upodobaniach kulinarnych wśród najuboższych mieszkańców XIX wiecznego Wilna opowie dr hab. Maria Korybut-Marciniak z UWM. Temat spotkania: „Chleb ubogich. Co jadali ubodzy wilnianie w I połowie XIX wieku”

Kiedy i gdzie: 27 stycznia (czwartek), godz. 17:00; Kamienica Naujacka, ul. Dąbrowszczaków 3, Olsztyn. Wstęp wolny.

eprasa.pl 2e7f5014da

26 STYCZNIA

Promocja zeszytu poetyckiego — online

Fot. Ewa Mazgal

Rozmowę poprowadzi Marek Barański

Olsztyn

Tym razem w tej serii poetyckiej biblioteka „Trilinguis" prezentuje wiersz Andrzeja Zubkowicza. Autor wybrał do publikacji utwór „Lubił czytać", który został przetłumaczony na języki angielski i niemiecki. Ze względu na panującą obecnie sytuację epidemiologiczną spotkanie odbędzie się online. Rozmowę poprowadzi Marek Barański, który opublikował swój wiersz w serii „Trilinguis" jako pierwszy w 2013 roku. Gościem specjalnym będzie drukarz Marek Gardzielewski.

Publikacja jest drukowana techniką wypukłodruku. Całość dopełnia subtelne tłoczenie na okładce charakteryzujące serię. To bibliofilski rarytas wydany w nakładzie 150 ręcznie numerowanych egzemplarzy.

Spotkanie odbędzie się 26 stycznia w godz. 17-18 na Facebooku: https://www.facebook.com/WBPOlsztyn

30 STYCZNIA

Koncert zespołu Moderato

Olsztyn

MOK zaprasza na wieczór kolęd i pastorałek. Będzie to koncert w nastrojowym repertuarze świątecznym w wykonaniu zespołu wokalnego Moderato.

Niedziela: 30 stycznia, godz. 17:00, Kamienica Naujacka, ul. Dąbrowszczaków 3. Wstęp wolny.

DO 30 STYCZNIA

Wystawa Tomasza Wendlanda w BWA

Olsztyn

W sali kameralnej w olsztyńskim Biurze Wystaw Artystycznych przy al. Piłsudskiego 38 w Olsztynie do 30 stycznia można oglądać prace Tomasza Wendlanda.

Jego działalność dotyczy dialogu sztuki, nauki i technologii. Podczas wystawy „Black Light" możn oglądać negatywy, które powstały na podstawie nie tylko własnych zdjęć autora. Celem takiego zabiegu jest wydobycie z nich takich zjawisk świetlnych, które nie są widoczne ludzkim okiem na pierwotnej fotografii. Nie zabraknie też multimediów.

Tomasz Wendland jest profesorem Akademii Sztuki w Szczecinie. Studiował w Poznaniu, Bonn i Plymouth. Realizuje swoje prace w obszarze multimediów, rysunku, instalacji, fotografii i obiektu. Jest kuratorem około 200 wystaw: w Chinach, Indonezji, Japonii, Korei, USA, Kanadzie, Izraelu, Moskwie.

28 STYCZNIA

Rajd dla wytrwałych

Olsztyn

Oddział Warmińsko-Mazurski PTTK zaprasza w piątek 28 stycznia na kolejny rajd dla wytrwałych. Tym razem będzie to już VI rajd stacjonarny (tradycyjnie pierwszy w roku). Zbiórka o godzinie 17.30 w Klubie Turysty PTTK (siedziba Oddziału Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie) ul. Staromiejska 1. Uczestnicy spotkania przynoszą potrawy (porcje degustacyjne dla ok. 15 osób) na konkurs kulinarny z nagrodami.

Tegoroczne hasło przewodnie „Nie wszystko złoto, co się świeci". Nazwy jedzenia mogą być mylące i uczestnicy przygotowują takie potrawy, których nazwy nie wskazują, z jakich składników zostały wykonane, np.: sernik bez sera, pasztet bez podrobów, ciasto bez mąki, kotlet bez mięsa.

Uwaga! Ze względów obostrzeń epidemicznych udział mogą wziąć wyłącznie osoby zaszczepione.

DO 7 LUTEGO

Lew się leni, słoń się słania

Olsztyn

W Galerii Amfilada w Olsztynie można oglądać fantastyczny świat ilustracji Magdaleny Wosik. Na wystawie „Lew się leni, słoń się słania" można wspólnie poszukiwać zaginionych przedmiotów, nie brakuje również kolorowanek, układanek i rymowanek. Magdalena Wosik pochodzi z Wrocławia. Jest autorką rysunków satyrycznych, plakatów i ilustracji dla dzieci. Jest również profesorką wrocławskiej Akademii Sztuk Pięknych.

Wystawa w Galerii Amfilada w Kamienicy Naujacka przy Dąbrowszczaków 3 w Olsztynie czynna do 7 lutego. MOK zaprasza również grupy przedszkolne.

DO 15 LUTEGO

Pierwszy Regionalny Konkurs Niesmutnej Piosenki online

Warmia i Mazury

Konkurs „Wesoła Nuta" skierowany jest do młodzieży w regionie Warmii i Mazur. Ma charakter otwartego przeglądu, w którym mogą wystąpić indywidualni wykonawcy w wieku 11-17 lat z regionu w formie on-line. Łączny czas wykonania nie może przekraczać 5 minut. Uczestnicy wykonują wybrany przez siebie utwór w języku polskim lub angielskim. Warunkiem jest pozytywne, radosne przesłanie utworu, który powinien swoją tematyką podnosić na duchu lub wprawiać w dobry nastrój. Warunkiem jest wysłanie nagrania audio/video w formacie mp4 (np. telefonem komórkowym) ze swoim wykonaniem piosenki i z opisem uczestnika na adres start/_off@onet. pl. Organizator konkursu: Studio Piosenki Start-Off w Olsztynie. Szczegóły pod nr 697 217 456. Zgłoszenia — do 15 lutego.

23 LUTEGO

Grand Orkiestra z Odessy — Pod dachami Paryża

Olsztyn

Paryż... Od stu lat oczy (i uszy) świata są zwrócone na piosenkę francuską, która urodziła się pod dachami Paryża, na Polach Elizejskich, pod Wieżą Eiffla, w Lasku Bulońskim i przy szklanej piramidzie przed Luwrem. To muzyka znaczona takimi nazwiskami jak Edith Piaf, Joe Dassin, Dalida, Mireille Mathieu. To kankan, kabarety (na czele z Moulin Rouge!), a nawet upiór — bo przecież to właśnie w gmachu opery paryskiej straszył bohater powieści i musicalu. Olsztyńska filharmonia zaprasza na dwugodzinne spotkanie z muzyką francuską, dające okazję do wzruszeń i uśmiechu.

Styczeń w Muzeum Budownictwa Ludowego

Olsztynek

W Muzeum Budownictwa Ludowego — Parku Etnograficznym w Olsztynku można obejrzeć wyjątkowe aranżacje nawiązujące do ludowych tradycji świątecznych z Mazur, Warmii i Powiśla. W chałupie mazurskiej oddano klimat okresu oczekiwania na narodziny Jezusa z tradycyjnym wieńcem adwentowym i „kątem dla wędrujących dusz". W powiślańskiej zagrodzie zobaczyć można stół z tradycyjnym nakryciem i świątecznymi potrawami. Świątecznej atmosfery sprzed ponad stu lat dopełnia choinka i postać przynoszącego dzieciom prezenty Pikolusa. Wystawa tradycji warmińskiej odwołuje się do ostatniego dnia grudnia, który nazywano wówczas zilijo. W nawiązaniu do tamtych lat zaaranżowano tutaj m.in. stół noworoczny z tradycyjną breją i nowolatkowym ciastem. W rogu izby, jak dawniej stoi symboliczny snopek zboża, są tutaj rogale, czyli świąteczni przebierańcy z szemlem — „warmińskim lajkonikiem", który rozdawał dzieciom prezenty. Wystawy te można oglądać do końca stycznia.

Muzeum Budownictwa Ludowego — Park Etnograficzny w Olsztynku, w sezonie zimowym czynne jest od wtorku do niedzieli w godz. 10-15. W tym roku obiekty dużej i małej architektury wiejskiej z Warmii, Mazur, Powiśla i Małej Litwy zobaczyć można i z zewnątrz, i wśrodku. Muzeum udostępnia 31 stałych ekspozycji.

DO 29 KWIETNIA

Konkurs Poetycki im. Michała Kajki

Muzeum Michała Kajki w Ogródku i Centrum Biblioteczno-Kulturalne w Orzyszu ogłaszają XVIII Ogólnopolski Konkurs Poetycki im. Michała Kajki. Mogą wziąć w nim udział wszyscy, niezależnie od przynależności do związków twórczych i stowarzyszeń, którzy na adres organizatora prześlą zestaw trzech niepublikowanych oraz nieocenianych w innych konkursach wierszy, opatrzonych godłem (pseudonimem). Zestawy wierszy należy nadsyłać w czterech kopiach. W konkursie nie mogą brać udziału osoby, wyróżnione lub nagrodzone w poprzednich edycjach.

Personalia, adres autora, numer telefonu, ewentualnie adres mailowy, należy dołączyć w zaklejonej kopercie opatrzonej tym samym godłem. Wiersze nadesłane na konkurs nie podlegają zwrotowi. O wynikach organizator powiadamia tylko laureatów. Zestawy będzie rozpatrywać jury w składzie: dr hab. Krzysztof Korotkich – literaturoznawca, Uniwersytet w Białymstoku, Teresa Radziewicz - poetka, laureatka Nagrody K.I. Gałczyńskiego Orfeusz Mazurski i Bartłomiej Siwiec - poeta, prozaik, krytyk literacki.

Zostaną przyznane trzy nagrody pieniężne – 2 000 zł, 1 000 zł, 500 zł. Jury zastrzega sobie możliwość innego podziału nagród. Wszyscy laureaci zobowiązani są do osobistego odbioru nagrody, podczas gali (w innym przypadku przechodzi ona do następnej edycji konkursu).

Terminy:

1. Nadsyłanie prac – 29 kwietnia 2022 r.;
2. Rozstrzygnięcia konkursu – 4 czerwca 2022 r.;
3. Gala przyznania nagród – przełom lipca i sierpnia 2022 r.

Wiersze należy nadsyłać na adres: Polana Kultury w Orzyszu, ul. Wojska Polskiego 9D, 12-250 Orzysz, z dopiskiem „Konkurs Michała Kajki". Dodatkowe informacje od godz. 8:00 do 16:00 pod numerem tel. 87 423 70 10 oraz na stronie michalkajka.pl

W roku 2021 organizatorzy otrzymali prawie 291 zestawów wierszy, nie tylko z Polski, ale również z zagranicy. Konkurs odbywa się pod patronatem m.in. „Gazety Olsztyńskiej".

REKLAMA

komunikat

INFORMACJA DLA ODBIORCÓW WODY

W związku ze wzrostem zachorowań i zgodnie z zaleceniem Ministra Zdrowia z dnia 19.01 br.

Olsztyńskie Wodociągi z dniem 24.01 br. przechodzą na zdalną pracę.

Przypominamy i zachęcamy do załatwiania spraw za pośrednictwem poczty e-mail: **bok@pwik.olsztyn.pl** lub telefonicznie: **89 613 14 32** i **89 532 79 27.**

W przypadku konieczności osobistego spotkania z pracownikami poszczególnych działów (np. Technicznego, Sprzedaży, Inwestycji i Remontów) należy umawiać się telefonicznie na wybrany termin (telefony do działów znajdują się na stronie internetowej **https://pwik.olsztyn.pl/kontakt**).

Kasa jest czynna od poniedziałku do piątku w godz. 8.00-14.30.

Przypominamy, że Pogotowie Wodociągowo-Kanalizacyjne przyjmuje zgłoszenia pod **nr. 994** przez całą dobę.

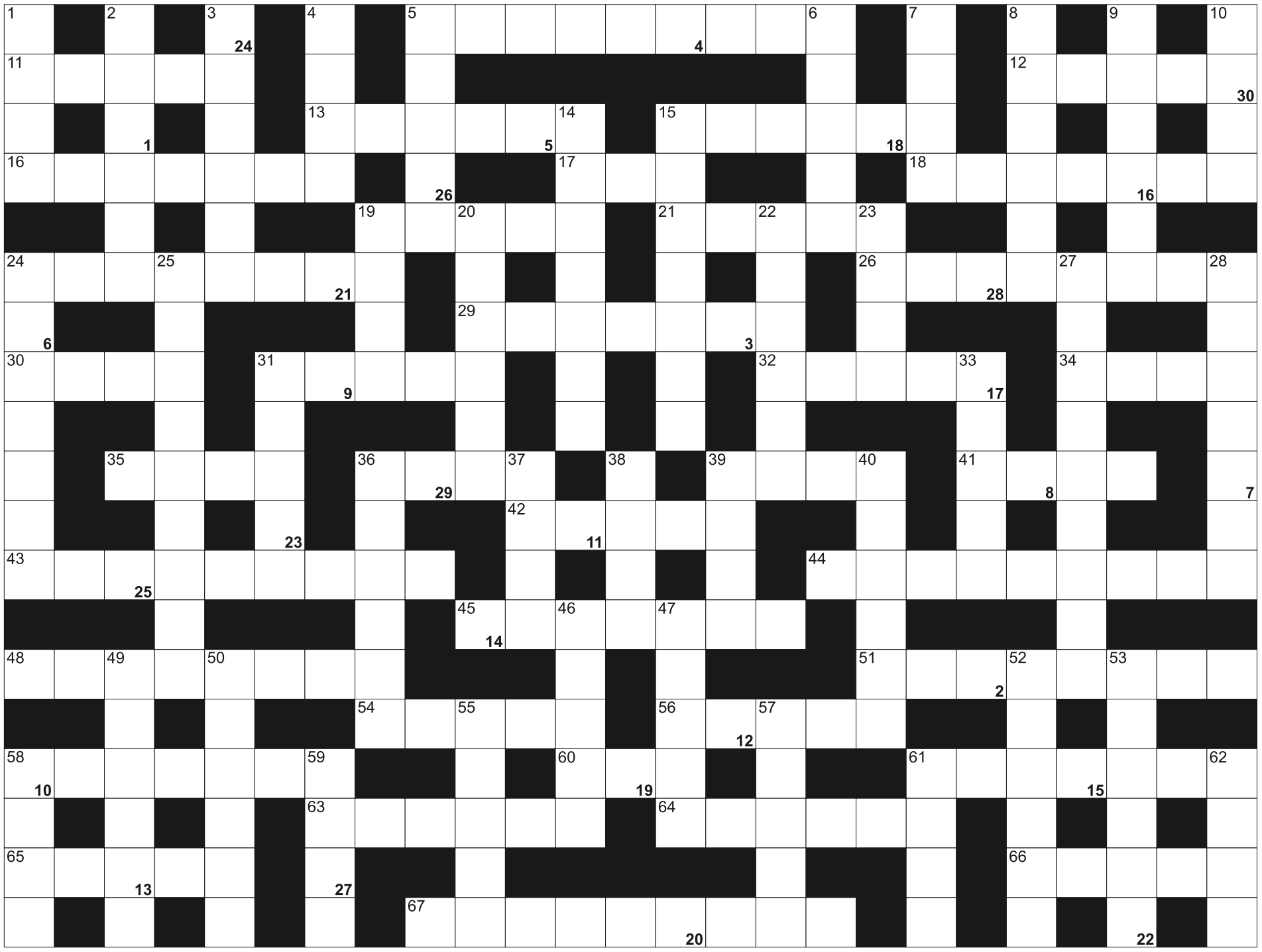
Pragniemy poinformować, że powyższa sytuacja nie wpłynie na zapewnienie ciągłości dostaw wody, a także odbioru ścieków.

Zarząd Przedsiębiorstwa

20922opb1-A -P

eprasa.pl 2e7f5014da

Krzyżówka klasyczna z hasłem



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 30, utworzą rozwiązanie - przysłowie:

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		26	27	28	29	30															

POZIOMO: 5) w parze z całką; 11) Larsson, autor "Millenium"; 12) jedna z dziesięciu nieszczęść egipskich; 13) zbrojna napaść, inwazja; 15) najwyższy szczyt Bułgarii; 16) pomieszczenie z piekarnikiem; 17) ischialgia; 18) żarty, kawały; 19) kierdel owiec; 21) finn w żeglarstwie; 24) uchwyt cepa; 26) parlament Norwegii; 29) zgrubienia naskórka, nagniotki; 30) gramocząsteczki inaczej; 31) wydzielina mątwy; 32) fotel plażowy; 34) inaczej mleczaj; 35) składnik gazu ziemnego; 36) askorbinowy lub solny; 39) Salvador, hiszpański surrealista; 41) Nb dla chemika; 42) hol teatru, kuluary; 43) negocjacje, pertraktacje pokojowe; 44) inaczej dewocja; 45) kwestionariusz do sondażu; 48) stolica stanu Wyoming w USA; 51) rudogłówka i gąsiorek, ptaki; 54) szachowy pat; 56) wyspa Odyseusza; 58) chronią oczy; 60) tył konia lub osła; 61) Philip Seymour, aktor amerykański; 63) część Trójmiasta; 64) Wyspy Aleuckie; 65) buty piłkarza; 66) załącznik do umowy; 67) deszczomierz inaczej.

PIONOWO: 1) i delfin, i człowiek; 2) koreańska fermentowana kapusta; 3) syn Posejdona, brat Belosa; 4) Sforza, królowa Polski; 5) serial w reżyserii Jana Holoubka; 6) przejście na wyższe stanowisko; 7) tlenek węgla krócej; 8) ciepły worek do spania; 9) jeleń kanadyjski inaczej; 10) w atlasie; 14) rośnie na nich ciasto; 15) model osiedla lub lotniska; 19) interwencyjny jabłek i zboża; 20) stolica Erytrei; 22) żona wojewody w "Mazepie" Słowackiego; 23) miasto św. Franciszka; 24) grecka bogini urodzaju i płodności; 25) negatony; 27) miernik temperatury; 28) tost; 31) druga co do wielkości wyspa Norwegii; 33) japońska szermierka na kije; 36) szybki żaglowiec z lizelami; 37) tytanit, minerał; 38) zdarzają się w dyktandzie; 39) kolczasty lub oporowy; 40) obok "Odysei" Homera; 46) manna lub gryczana; 47) tarcza Zeusa; 49) Smith, kapitan Titanica; 50) inaczej tren, utwór; 52) rzeka w dawnym Babilonie; 53) zawieja śnieżna; 55) rzeka w Bangkoku; 57) impresario, menedżer; 58) sojusz wojskowy, NATO; 59) w parze ze strzykawką; 61) pieśń państwowa; 62) Kłodzka lub Szalona, rzeki.

SUDOKU

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

034

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

035

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

036

eprasa.pl 2e7f5014da

GO SERWIS

#rzetelnaGO

GAZETY OLSZTYŃSKIEJ

ZMIENIAMY SIĘ WRAZ Z CZYTELNIKAMI!

136 LAT 1886 2022

SUBSKRYBUJ!

gazetaolsztynska.pl

Konstal PRODUCENT

GARAŻE Blaszane
BRAMY Garażowe
KOJCE dla Psów

Najniższe CENY
Różne wymiary
Transport cały kraj
Montaż GRATIS
Dogodne RATY

89-650-30-43 85-733-60-26
29-642-34-61 55-621-23-38
512-853-323
www.konstal-garaze.pl

4722otbr-a-M

ZWIERZĘTA

sprzedam

SPRZEDAŻ kur, kaczek, brojlerów, kokoszek, dowóz gratis, tel.728-104-188.

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam

CERKIEWNIK działki, 602-313-371

DZIAŁKI 1500m2 każda, pod zabudowę jednorodzinną, wielorodzinną. Węgorzewo. 606-496-659

DZIAŁKI budowlane na granicy miasta Ełk, Bartosze, 608-452-972

M-5 , 517-620-160

MAGAZYN zbożowy z działką 2ha w terenie zabudowanym Drygały koło Białej Piskiej, 608-452-97

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL, 503-103-703

ZIEMIĘ rolną 80ha w jednym kawałku Skomack Wielki, okolice Ełku, 608-452-972

kupię

DOM Olsztyn okolica, 518-116-826

KUPIĘ ZA GOTÓWKĘ- mieszkanie, nieruchomość, działkę. Może być do remontu lub zadłużona, POMOGĘ w spłacie długu. ZAPŁACĘ 4000zł za informację o takiej nieruchomości. 661-435-785

zamienię

WWW.ZAMIANY.OLSZTYN.PL mieszkań, domów, działek - zadzwoń zapytaj, 603-584-180

do wynajęcia

DO WYNAJĘCIA LOKAL UŻYTKOWY w nowym parku handlowym przy ul. Zwycięstwa w Dobrym Mieście. Powierzchnia: ok. 37,91 m2. Czynsz najmu: 18,50 euro/m2 + opłaty eksploatacyjne i media. RWS Investment Group, tel. 532-152-217

KAWALERKA umeblowana ul. Jarocka , 697-367-331

LOKALE, 602-313-371

MIESZKANIE tanio, 600-018-121

PRACA

dam pracę

CIEŚLA, dekarz, pomocnik, 601-680-820

FERMA indyków, 668-047-381

GOSPOSIĘ do prowadzenia domu w Konstancinie koło Warszawy, 608-452-972

KUCHARZ i pomoc kuchenna, 606-643-429 krys-stan@wp.pl

KUCHARZ od zaraz, 606-643-429 krys-stan@wp.pl

MURARZY- zbrojarzy , 667-947-124

MURARZY, płytkarzy, G/K i innych. Praca w UE. 503-603-320

POMOCNIKA budowlanego, tel. 789-123-630

PRACOWNIKA do hodowli bydła, okolice Ełku, 608-452-972

PRACOWNIKA do prac budowlanych z doświadczeniem, tel. 789-123-630

PRACOWNIKA koparkoładowarki Cat w okolicach Ełku, dowolne godziny pracy, wynagrodzenie do uzgodnienia, 608-452-972

TRAKTORZYSTĘ, okolice Ełku, 608-452-972

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie rolnym, 601-772-124

ZOOTECHNIKA; okolice Ełku, 608-452-972

AUTO-MOTO

sprzedam

SPRZEDAM Suzuki Grand Vitara XL7, 2.0 TDI, 2004, 4x4, 512-284-273

TOYOTA Yaris, 513-236-178; 89 677-92-72

TURYSTYKA

WCZASY DLA SENIORA- Krynica Morska - 8 dni od 949 zł/os., Stegna - 8 dni od 849 zł/os. tel:534244044 , 534244044

USŁUGI

budowa | remont

GLAZURA, terakota, malowanie, hydrauliczne, panele, 50-20-60-413

HYDRAULIK, 501-209-794

KOPARKA Long Reach 16m, 889-321-899

MALOWANIE, szpachlowanie, 798-796-747

MALOWANIE, szpachlowanie, glazura, 782-241-921

SZALÓWKA, podłoga, boazeria, sztacheta, taras; Tartak Żarnowo k. Augustowa, 693-491-205.

WYCINKA drzew niebezpiecznych, 889-321-899

księgowe

KSIĘGOWOŚĆ poprowadzę, 668-029-586

RÓŻNE

sprzedam

!GARAŻE BLASZANE, NOWOCZESNE WIATY, 798-710-329, 698-230-205.

ROLNICTWO

zwierzęta hodowlane

BYK Limousine 100% na rozpłodnika, 608-452-972

KURY Młode Nioski, Od Hodowcy, Szczepione, Dowóz, TANIO, 502-031-298

maszyny rolnicze

SPRZEDAM: MASZYNY ROLNICZE UŻYWANE 200SZT. Kiwity tel.605-429-486, Ostróda tel.601-612-068, Węgorzewo , tel.539-448-102.

produkty rolne

KUPIĘ: zboża paszowe, konsumpcyjne.FHU ANIMAR.Tel.694-508-207

KUPIĘ: ŻYTO, OWIES. MIRPOL ORNETA. TEL.600-050-034, 600-050-031

SKUP ZBOŻ KUPI: zboża paszowe,konsumpcyjne.Tel.606-505-511

SPRZEDAM: ZBOŻA paszowe. Tel.606-505-511

ZIEMNIAKI jadalne irga, 896458164

inne

SPRZEDAM koła 18.4-30 stan bardzo dobry, 530-525-691

Szukasz klientów?

Wybierz nas!

Wybierz profesjonalistów

docieramy do 1400000 odbiorców

wykorzystujemy zaawansowane sposoby emisji i targetowania reklam

dostarczymy Twoją ofertę do potencjalnych klientów na najpopularniejszych nośnikach

zapewniamy pełne raportowanie efektów przeprowadzonych działań

GAZETA OLSZTYŃSKA.pl

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

mp-xxpo-7491-2x8a-M

eprasa.pl 2e7f5014da

4522opb1-A -P

Z wiarą i nadzieją życia wiecznego
zawiadamiamy, że 19 stycznia 2022 r.
odszedł do Boga
ukochany Syn, Mąż, Tata i Dziadek

ś. † p.

Piotr Rychcik

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się
22 stycznia 2022 r. o godz. 12.00
w kaplicy przy ul. Mariańskiej,
skąd o godz. 12.30 nastąpi wyprowadzenie
do kościoła pw. Świętego Franciszka z Asyżu
przy ul. Dybowskiego 2 (Kortowo),
a następnie na cmentarz komunalny
przy ul. Poprzecznej.

Pogrążona w żałobie rodzina

21522opb1-A -P

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że 20 stycznia 2022 r. odeszła od nas
Nasza Kochana Mama, Babcia,
Prababcia, Siostra i Ciocia

ś. † p.

Janina Konieczna

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się
24 stycznia 2022 r. (poniedziałek) o godz. 11.00
mszą świętą pogrzebową
w parafii Świętego Józefa przy ul. Jagiellońskiej.
Ceremonia pochowania odbędzie się
na cmentarzu komunalnym przy ul. Poprzecznej.

Pogrążona w smutku
rodzina

21222opb1-A -P

Koleżance

Reginie Rychcik

wyrazy szczerego współczucia z powodu śmierci

Męża

składa zespół Oddziału Klinicznego
Chirurgii Naczyniowej WSS w Olsztynie

20522opb1-a-M

Z głębokim żalem i smutkiem zawiadamiamy, że 19 stycznia 2022 r.
odszedł Nasz Kochany Tata, Dziadek i Brat

ś. † p. **Czesław Sobecki**

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się
22 stycznia 2022 r. o godz. 13.30 Mszą Świętą w kościele
pw. Najświętszego Serca Pana Jezusa przy ul. Kopernika.
Ceremonia pochowania odbędzie się
na cmentarzu komunalnym w Dywitach.

Pogrążona w żałobie rodzina

21422opb1-A -P

Panu

Marcinowi Galibarczykowi

Dyrektorowi Departamentu Turystyki i Sportu
Urzędu Marszałkowskiego

wyrazy głębokiego współczucia
oraz słowa wsparcia i otuchy po śmierci

Taty

składają pracownicy departamentu

20022opb1-a-M

Z głębokim żalem przyjęliśmy wiadomość
o tragicznej śmierci studenta

Michała Karasiewicza

z Instytutu Pedagogiczno-Językowego
PWSZ w Elblągu

Rodzinie i Bliskim
oraz Znajomym

składamy
najszczersze wyrazy współczucia.

Rektor i cała społeczność akademicka
Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej
w Elblągu

2222see1-A -P

Wyrazy głębokiego żalu i współczucia

Pani **Bożenie Staszewskiej**

z powodu śmierci

Mamy

składają Koleżanki i Koledzy z Zakładu Opon
Ciężarowych Michelin Polska Sp. z o.o. w Olsztynie

19922opb1-a-M

Ci, których kochamy, nie umierają nigdy, bo miłość to nieśmiertelność.
Emily Dickinson

Pani **Irenie Romańczuk**

wyrazy głębokiego współczucia i słowa wsparcia
z powodu śmierci

Taty

składają Dyrektor, Grono Pedagogiczne oraz Pracownicy
Administracji i Obsługi Uniwersyteckiego XII Liceum
Ogólnokształcącego im. Marii i Georga Dietrichów w Olsztynie

20422opb1-a-M

Można odejść na zawsze, by stale być blisko...
Ks. J. Twardowski

Wyrazy szczerego żalu i współczucia

Beacie i Wojciechowi Karpińskim

z powodu śmierci

Taty i Teścia

składają: Wiceprezydent Elbląga
i radni Klubu Koalicji Obywatelskiej w Elblągu

2022see1-a-M

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

WWW.POZEGNANIA.NET

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

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

28919opb1-C-380-M

ARKA
USŁUGI POGRZEBOWE
ARKA
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

614619opb1-i-M

Warmiński 1987 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

614219opb1-g-M

ARKADIA
Olsztyn, ul. Jagiellońska 52/85
tel. 89 526 67 53, 665 175 125
całodobowe przewozy zmarłych
Zbigniew Jarmużewski **kom. 602 514 880**
Joanna Kamińska **kom. 691 410 360**
Andrzej Domasiewicz **kom. 602 514 888**
Gwarantujemy godną
i kulturalną posługę

614419opb1-f-M

SACRUM
SACRUM
KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE
ANDRZEJ DĄBROWSKI
Olsztyn, ul. Limanowskiego 18/2
89 67 77 100, kom 530 308 308
GODNIE – SOLIDNIE – Z SZACUNKIEM
Całodobowy przewóz zmarłych

320520opb1-d-M

eprasa.pl 2e7f5014da

NIEOCZEKIWANA ZMIANA TRENERA

PIŁKA NOŻNA\\\ Drugoligowy Sokół Ostróda ma już trzeciego trenera w obecnym sezonie. We wtorek po południu niespodziewanie rozwiązano kontrakt z Hubertem Błaszczakiem - zastąpił go Wojciech Figurski, do niedawna szkoleniowiec Jezioraka.

Błaszczak do Ostródy trafił latem zeszłego roku jako asystent trenera Jarosława Kotasa. Razem budowali zespół, który - mimo znacznie zmniejszonego budżetu - miał powalczyć o pozostanie w II lidze. Niestety, Sokół miał fatalny początek sezonu - przegrał dziesięć razy z rzędu, a przez dłuższy czas nie potrafił nawet strzelić żadnego gola. To właśnie wtedy działacze Sokoła postanowili po raz pierwszy zmienić szkoleniowca.

Jednak następcy daleko nie szukali, bo zdecydowali się postawić na Huberta Błaszczaka, dając mu także zielone światło na poszukiwanie osób, które mogą wzmocnić sztab szkoleniowy. W efekcie do drużyny dołączyli Maciej Czerkawski i Szymon Dujko-Domański.

SOKÓŁ POD ICH KIERUNKIEM ZACZĄŁ GRAĆ ZDECYDOWANIE LEPIEJ I ŁĄCZNIE ZEBRAŁ 12 PUNKTÓW. CO PRAWDA NIE ZMIENIŁO TO ZBYTNIO SYTUACJI, BO OSTRÓDZKA DRUŻYNA NADAL ZAJMUJE OSTATNIE MIEJSCE W TABELI, ALE CHOCIAŻ PRZESTAŁA BYĆ OBIEKTEM DRWIN.

Dlatego nic nie wskazywało na to, że w rundzie wiosennej drużynę poprowadzi nowy szkoleniowiec. Tymczasem we wtorkowy wieczór władze drugoligowca poinformowały o rozwiązaniu za porozumieniem stron umowy z Hubertem Błaszczakiem.

Dlaczego tak się stało? Powodem były różnice poglądów między zarządem klubu i dotychczasowym szkoleniowcem co do budowy zespołu na rundę wiosenną. - Trzeba zrozumieć działaczy, którzy myślą o przyszłości klubu, ale ja miałem na to inne spojrzenie - przyznaje Hubert Błaszczak. - Gorąco wierzyłem, że przy odpowiednich wzmocnieniach uda się nam uratować II ligę dla Ostródy. Ostatecznie jednak przystałem na propozycję działaczy, a teraz odchodzę z zespołu. Najbardziej szkoda mi zawodników, którzy zostali zaskoczeni taką sytuacją, bo oni także chcieli uczestniczyć w projekcie walki do końca o II ligę. Odchodzę z Sokoła, ale bardzo dobrze będę pamiętał czas spędzony w tym klubie. Poznałem mnóstwo wspaniałych ludzi, dobrze się tutaj czułem, miałem fajny kontakt z kibicami - dodaje Błaszczak.

Fot. sokolostroda.com

Wojciech Figurski oraz prezes ostródzkiego Sokoła Jerzy Sarnecki

Jaki kierunek obrał w takim razie Sokół? Priorytetem jest wygranie klasyfikacji Pro Junior System, czyli zdobycie jak największej nagrody finansowej za promowanie młodzieżowców w podstawowej jedenastce.

Zwycięzca dostanie 1,1 miliona złotych (brutto), ale w przypadku spadku do niższej ligi nagroda zostanie zmniejszona o połowę. Jednak 550 tysięcy to też spora kwota, która dla Sokoła byłaby finansową poduszką, dzięki której łatwiej byłoby w Ostródzie zbudować zespół na kolejny sezon.

Działacze Sokoła chcą oprzeć drużynę o uzdolnioną młodzież z regionu warmińsko-mazurskiego, lecz skład na rundę wiosenną ma być budowany raczej nie z myślą o obronie drugoligowego statusu, lecz pod kątem wielce prawdopodobnych występów w III lidze.

Od strony szkoleniowej będzie za to odpowiadał Wojciech Figurski, który przez ostatnie lata prowadził z powodzeniem Jezioraka Iława. Zatrudnienie tego trenera będzie także gwarancją, że zespół nie odpuści walki o ligowy byt, ale jednocześnie będzie bardziej stawiał na piłkarzy z regionu. W sztabie szkoleniowym Sokoła pozostają Czerkawski oraz Dujko-Domański, a poza tym dołączył do nich trener bramkarzy Sylwester Wyłupski, który przez ostatnie 10 lat pracował w Stomilu Olsztyn.

W sobotę Figurski poprowadzi zespół w sparingu z I-ligowym Stomilem, natomiast w środę Sokół wygrał 6:0 z Olimpią Olsztynek. **EM**

W SOBOTĘ W BISKUPCU WARMIA SPRÓBUJE ZŁAMAĆ STAL

LIGA CENTRALNA PIŁKARZY RĘCZNYCH\\\ W sobotę o godz. 17 w Biskupcu - na zakończenie pierwszej rundy rozgrywek - Warmia Energa Olsztyn podejmie Stal Gorzów.

Poprzedni rok olsztynianie zakończyli w kiepskich humorach, bo zaledwie trzy zwycięstwa w 12 meczach i przedostatnie miejsce w tabeli są wynikami znacznie poniżej przedsezonowych oczekiwań. Na dodatek ten rok trudno będzie rozpocząć o zwycięstwa, bo sobotnim rywalem Warmii Energi jest Stal, która zajmuje trzecie miejsce w tabeli. Oba zespoły znają się znakomicie, bowiem przez trzy sezony grały na poziomie I ligi. Spotkania zawsze były zacięte, jednak ostateczny bilans jest niekorzystny dla warmiaków – 1 wygrana, 1 remis i 4 porażki.

Zespół z Gorzowa - w przeciwieństwie do olsztynian - dobrze odnalazł się w nowej lidze. Stal w pierwszej części sezonu odnotowała 8 zwycięstw (jedno po rzutach karnych) oraz 4 porażki. Nie obyło się jednak bez słabszych występów, jak chociażby przeciwko Śląskowi Wrocław w grudniu, gdy na własnym parkiecie gorzowianie niespodziewanie ulegli 28:30. Podporą zespołu w ataku jest duet skrzydłowych: Mateusz Stupiński (70 bramek/12 meczów) i ex-warmiak Aleksander Kryszeń (50/12). W składzie gorzowian występuje także Dominik Droździk, były kołowy olsztyńskiego klubu.

Fot. Anna Kajat

Jeśli w sobotę Warmia przegra, wtedy może spaść na ostatnie miejsce w tabeli

Na początku stycznia Warmia Energa rozpoczęła przygotowania do drugiej rundy. Trener Igor Stankiewicz starał się odbudować motorycznie zawodników, aby w końcowych minutach kart na boisku nie rozdawało zmęczenie. Poza tym w grze zespołu pojawiło się kilka nowych rozwiązań, które można było już obserwować w meczu sparingowym przeciwko Szczypiorniakowi (25:25) i spotkaniu 1/16 finału Pucharu Polski z superligową Pogonią Szczecin (20:30). Sobotnia potyczka ligowa będzie więc okazją do sprawdzenia, co przez dwa miesiące udało się zmienić trenerowi Stankiewiczowi. Do dyspozycji szkoleniowca dostępna jest znakomita większość składu. Na boisku nie zobaczymy jedynie Adriana Chełmińskiego, który narzeka na ból pleców.

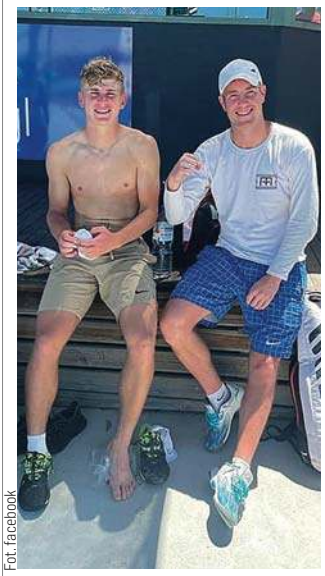
• **Inne mecze 13. kolejki:** MKS Grudziądz - Zagłębie ZSO 14 Sosnowiec, KPR Legionowo - Siódemka-Miedź-Huras Legnica, Nielba Wągrowiec - ORLEN Upstream SRS Przemyśl, MKS Wieluń - Autoinwest Żukowo, Śląsk Wrocław - Padwa Zamość. **ŁSZ**

PO 12 KOLEJKACH

1. Ostrovia	35	360:290
2. Biała Podlaska	31	375:315
3. Stal	23	316:319
4. Przemyśl	22	350:335
5. Legionowo	21	354:335
6. Nielba	18	363:375
7. Śląsk	18	343:368
8. Żukowo	14	337:351
9. Padwa	14	316:340
10. Zagłębie	13	362:386
11. Legnica	12	320:332
12. Wieluń	11	340:352
13. Warmia	10	325:333
14. Grudziądz	10	348:378

eprasa.pl 2e7f5014da

SPRINTEM



Fot. facebook

Olaf Pieczkowski (z lewej) i jego trener Mikołaj Borkowski

TENIS\\\ W drugiej rundzie Australian Open Iga Świątek (WTA 9.) rozbiła Szwedkę Rebeccę Peterson (WTA 82.) 6:2, 6:2. Kolejną rywalką najlepszej polskiej tenisistki mogła być Magda Linette,niestety, Polka przegrała 2:6, 3:6 z Rosjanką Darią Kasatkiną. Z turniejem pożegnał się także Kamil Majchrzak po porażce 4:6, 4:6 z Australijczykiem Aleksem De Minaur.

• Olsztyński junior Olaf Pieczkowski dotarł do ćwierćfinału turnieju pierwszej kategorii w australijskim Traralgon. Udało mu się to zarówno w grze pojedynczej, jak i w deblu!
„Po raz kolejny udowodniłem sobie, że należę do światowej czołówki tenisa juniorskiego" - w mediach społecznościowych napisał Olaf, dla którego turniej ten był próbą generalną przed zaczynającym się w sobotę juniorskim Australian Open.

FUTSAL\\\ Dzisiejszym meczem z Chorwacją Polacy rozpoczną udział w turnieju finałowym mistrzostw Europy. Warto przypomnieć, że w reprezentacji znalazło się aż trzech zawodników Constractu Lubawa: Tomasz Kriezel, Sebastian Grubalski i Mateusz Madziąg.
O medale ME walczy 16 drużyn podzielonych na cztery grupy. Kolejne mecze grupowe Polacy zagrają ze Słowacją (25 stycznia, g. 20.30) i Rosją (29 stycznia, g. 14.30).

PIŁKA NOŻNA\\\ Arkadiusz Tymiński, dotychczasowy wiceprezes Stomilu, zgodnie z przewidywaniami został prezesem olsztyńskiego pierwszoligowca. Nominacja Tymińskiego oznacza, że zakończyło się bezkrólewie po rezygnacji Łukasza Puciłowskiego. Dlaczego wybór padł na Tymińskiego? Rada Nadzorcza uznała go za najlepszego kandydata ze względu na to, że znakomicie zna sytuację finansową i organizacyjną klubu. Arkadiusz Tymiński jest absolwentem Uniwersytetu Gdańskiego o specjalizacji finanse przedsiębiorstw i controlling oraz studiów podyplomowych z rachunkowości i podatków na Uniwersytecie Ekonomicznym w Poznaniu.
W olsztyńskim klubie pracuje, z krótką kilkumiesięczną przerwą, od końca 2017 roku. Dotychczas odpowiadał za dział finansowy Stomilu. Tymiński jest też członkiem komisji finansowej w Polskim Związku Piłki Nożnej. W zarządzaniu Stomilem nowego prezesa będzie wspomagał inny wieloletni pracownik klubu oraz prokurent spółki – Michał Czerkawski.
Celami nadrzędnymi nowych władz jest utrzymanie zespołu w I lidze oraz wysoka pozycja w rankingu Pro Junior System.

KOSZYKÓWKA\\\ W 18. kolejce I ligi KKS Agapit Olsztyn podejmie w Jezioranach Mon-Pol Płock (godz. 13).
W pierwszej rundzie w Płocku olsztynianki wygrały 74:72, chociaż półtorej minuty przed końcem przegrywały 67:70.
• **Wyniki 17. kolejki:** Mon-Pol Płock - AZS Uniwersytet Warszawski 70:66, SMS PZKosz Łomianki - Grot F&F Automatyka Pabianice 59:82, GTK II Gdynia - AZS UMCS II Lublin 87:51, Iodica TopMarket MKS Pruszków - AZS Politechnika Gdańsk 75:36, Huragan Wołomin - KKS Agapit Olsztyn (29.01), Basket SMS Aleksandrów - AZS Uniwersytet Gdański (13.03).
• **18. kolejka:** KKS Agapit - Mon-Pol (sobota, g. 13, Jeziorany), AZS UMCS II - AZS UG, Pabianice - Pruszków, Politechnika - Huragan, AZS UW - GTK II, Sokołów - Łomianki.

I LIGA

1. Pruszków	29	1160:727
2. AZS UG	27	1061:851
3. Pabianice	26	999:862
4. KKS Agapit	25	1163:1040
5. AZS UW*	25	1065:1079
6. Mon-Pol*	24	1062:1076
7. Sokołów	23	962:906
8. AZS UMCS II*	22	948:966
9. Politechnika	22	1013:1069
10. Basket	20	931:1096
11. Gdynia*	20	877:1100
12. Huragan	19	879:1057
13. Łomianki**	15	700:991

* mecz więcej ** mecz mniej

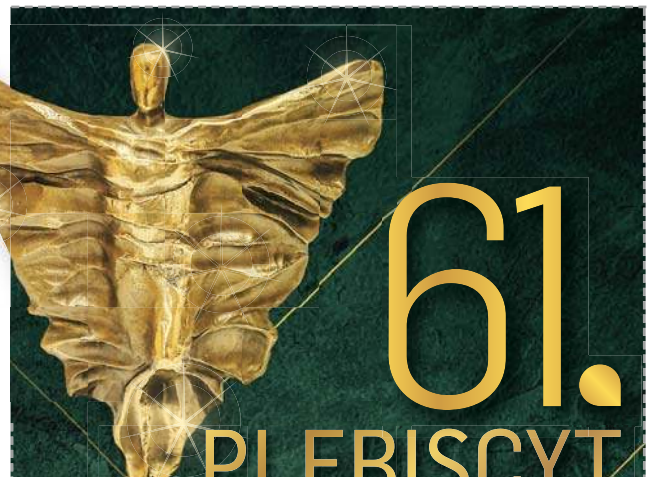
SZERMIERKA\\\ W Koninie odbył się III Puchar Polski juniorów młodszych. Wśród 144 szablistów byli zawodnicy olsztyńskiego Hajduczka: Aniela Kozłowska, Elżbieta Mejłun, Antonina Dobies, Marta Rozmus, Krzysztof Dowgierd i Paweł Zastawny.
Najlepiej spisali się Kozłowska i Dowgierd, zajmując trzecie miejsca, ponadto do czołowej szesnastki awansowali: Mejłun, Dobies i Zastawny. - Był to kolejny dobry start naszych szablistów, nic więc dziwnego, że coraz więcej dzieci przychodzi do nas, by poznać szermierkę - uśmiecha się trener i prezes klubu Adam Sobczyk.
Krzysztof Dowgierd w drodze do półfinału pokonał kolejno: 15:2 Tomasza Rataja (Pałac Młodzieży Katowice), 15:4 Damiana Palkowskiego (Grodziski Klub Szermierczy), 15:4 Bartłomieja Obniskiego (UKS Riposta), a w ćwierćfinale 15:9 Benedykta Denkiewicza (Szabla Ząbki). W walce o finał musiał uznać wyższość Michała Pardeli (TMS Zagłębie Sosnowiec), przegrywając 13:15.
Do półfinału dotarła także Aniela Kozłowska, która pokonała: 15:5 Inez Graupen (KKSZ Konin), 15:9 Maję Konecką (AZS Poznań) i 15:10 Lidię Tabędzką (Grodziski Klub Szermierczy). W półfinale olsztynianka uległa 4:15 Soni Kozaneckiej (Dragon Łódź). - Po dłuższej przerwie powoli wracam na plansze, ale do optymalnej formy jest jeszcze daleko - przyznała Aniela.
W najbliższych tygodniach olsztyńskich szablistów czekają dwa ważne starty w wyższej kategorii wiekowej - Puchar Polski oraz mistrzostwa Polski juniorów (U20).
UKS Hajduczek Olsztyn wspierają: Fundacja Orlen, Fundacja Lotto i Fundacja Agencji Rozwoju Przemysłu.

• **Miejsca szablistów Hajduczka:** 3. Krzysztof Dowgierd (...) 16. Paweł Zastawny; 3. Aniela Kozłowska (...) 11. Elżbieta Mejłun (...) 13. Antonina Dobies (...) 28. Marta Rozmus.

KONKURS\\\ Po blisko dwuletniej przerwie rusza XIII edycja konkursu „Moje sportowe pamiątki", którego organizatorami są: V LO oraz Ośrodek Sportu i Rekreacji w Olsztynie.
W poprzednich edycjach konkursu wzięły udział 124 osoby, a Muzeum Sportu dzięki nim wzbogaciło się o 1190 eksponatów o tematyce sportowej. Większość pamiątek można obejrzeć w obecnej siedzibie muzeum, które mieści się w V LO w Olsztynie przy ul. Kraszewskiego 2.
Celem konkursu jest zainspirowanie mieszkańców Olsztyna i regionu do twórczej aktywności oraz poszukiwania pamiątek sportowych, które wzbogacą zbiory muzeum. W konkursie „Moje sportowe pamiątki" może wziąć udział każdy, kto dobrowolnie przekaże pamiątkę związaną ze sportem. Może to być niegdyś używany sprzęt sportowy, fotografie, dokumenty, trofea lub inne przedmioty świadczące o dokonaniach sportowców, klubów czy stowarzyszeń. Eksponaty należy dostarczyć osobiście lub przesłać pocztą do Muzeum Sportu do 31 marca. Dla najlepszych organizatorzy przygotowali nagrody-niespodzianki oraz książki i albumy o tematyce sportowej.
Dodatkowe informacje: tel: 519 566 062. **DAD, ZICO**

SPORT W TV

• **Futsal.** Mistrzostwa Europy: Rosja - Słowacja, Polska - Chorwacja (17.25, 20.25 TVP Sport)
• **Piłka nożna.** Liga angielska: Watford - Norwich (20.55 Canal+ Sport); liga francuska: Olympique Lyon - Saint-Etienne (20.55 Canal+ Sport 2, nSport+); liga włoska: Hellas Werona - Bologna (20.40 Eleven Sports 1); liga hiszpańska: Espanyol - Real Betis (20.55 Eleven Sports 2)
• **Piłka ręczna.** Mistrzostwa Europy: Polska - Szwecja (18 Eurosport 1)
• **Skoki narciarskie.** Puchar Świata w Titisee-Neustadt: kwalifikacje (16 Eurosport 1).



61. PLEBISCYT
NA 10 NAJPOPULARNIEJSZYCH SPORTOWCÓW WOJ. WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO

GŁOSUJĘ NA:

1.....
2.....
3.....
4.....
5.....
6.....
7.....
8.....
9.....
10.....

Pełna lista kandydatów dostępna na **www.gazetaolsztynska.pl**
Kupon należy dostarczyć do **14 lutego 2022 r.** na adres: **Grupa WM Sp. z o.o., 10- 364 Olsztyn, ul. Tracka 5, z dopiskiem „Plebiscyt".**

Imię i nazwisko .....

Adres .....

Tel. .....

E-mail: .....

1. TAK / NIE* Oświadczam, że zapoznałem się i akceptuję regulamin Plebiscytu, który jest dostępny w siedzibie spółki i na stronie internetowej www.gazetaolsztynska.pl, oraz że zapoznałem się z informacją o przetwarzaniu danych osobowych, którą zamieszczono w § 8 regulaminu.

2. TAK / NIE* Oświadczam, iż wyrażam dobrowolną zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych na potrzeby przeprowadzenia plebiscytu i wyłonienia zwycięzcy nagrody na podstawie regulaminu Plebiscytu.

3. TAK / NIE* Oświadczam, iż wyrażam dobrowolną zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych w celach marketingowych, w tym otrzymywania informacji handlowych drogą elektroniczną na podany wyżej adres poczty e-mail i numer telefonu, realizowanych przez Grupę WM Sp. z o.o. w Olsztynie.

Data i czytelny podpis .....

* Właściwą odpowiedź należy zakreślić. W przypadku niewyrażenia zgody w pkt 2 oświadczenia uczestnik Plebiscytu nie będzie brał udziału w losowaniu nagród.

PARTNER STRATEGICZNY

citi citi handlowy

PATRONI HONOROWI — PARTNER BRĄZOWY

Wojewoda Warmińsko-Mazurski Artur Chojecki
Marszałek Województwa Warmińsko-Mazurskiego Gustaw Marek Brzezin
Starosta Olsztyński Andrzej Abako
Prezydent Elbląga Witold Wróblewski
OLSZTYN
OGRÓD Z NATURY

2821otbp-B -K

eprasa.pl 2e7f5014da

W PONIEDZIAŁKOWEJ GAZECIE OBSZERNY WYWIAD Z ARKADIUSZEM TYMIŃSKIM, NOWYM PREZESEM STOMILU OLSZTYN

DALEKA PODRÓŻ. OBY PO PUNKTY

SIATKÓWKA\\\ Sensacji nie było - Indykpol AZS przegrał Z ZAKSĄ i odpadł z rozgrywek Pucharu Polski. Warto zauważyć, że oba zespoły wystąpiły w dość nietypowych składach. Z kolei w niedzielę olsztynianie o ligowe punkty powalczą w Zawierciu.

• ZAKSA Kędzierzyn-Koźle - Indykpol AZS Olsztyn 3:1 (20, 15, -23, 18)

INDYKPOL AZS: Jankiewicz, Siwczyk (4), Jakubiszak (7), DeFalco (21), Janiszewski (4), Butryn (18), Gruszczyński (libero) oraz Andringa, Król i Ciunajtis

Fot. Mateusz Lewandowski

W meczu z ZAKSĄ Amerykanin Torey DeFalco zdobył 21 punktów dla olsztyńskiego Indykpolu AZS

Olsztynianie zagrali bez Poręby, Averilla i Firleja, natomiast w ekipie gospodarzy zabrakło Kozłowskiego, Klutha, Semeniuka, Hubera oraz Janusza i Toniuttiego, czyli dwóch podstawowych rozgrywających! W efekcie wicemistrzom Polski pomógł Grzegorz Jacznik, na co dzień rozgrywający... pierwszoligowego zespołu ze Strzelec Opolskich. Skąd tak duża absencja w obu ekipach? Jednych siatkarzy wyeliminował koronawirus, innych jelitówka, a jeszcze innych kontuzje.

Mimo znacznego osłabienia gospodarze i tak byli zdecydowanym faworytem, bo zaczęli mecz w składzie: Kaczmarek, Żaliński, Śliwka, Rejno, Smith, libero Shoji oraz wspomniany już Jacznik na rozegraniu.

Co prawda dwa pierwsze punkty zdobyli olsztynianie, ale dla gospodarzy były to jedynie „pierwsze śliwki robaczywki", bo szybko objęli prowadzenie 6:3.

Co prawda goście nie odpuścili i po asie Janiszewskiego przegrywali tylko 8:9, jednak po chwili ZAKSA odskoczyła na 17:11 i spokojnie zmierzała do mety, chociaż Indykpol AZS miał Butryna i nie wahał się go użyć. Olsztyński atakujący popisał się dwoma asami z rzędu (18:15), lecz był to ostatni zryw zespołu z Olsztyna, który ostatecznie przegrał do 20.

Początek drugiej partii był wyrównany do stanu 9:9, niestety, od tego momentu w grze gości pojawiło się sporo błędów i niedokładności, co bezlitośnie wykorzystali gospodarze, wygrywając do 15.

I gdy wydawało się, że trzecia partia będzie jedynie formalnością, olsztynianie rozpoczęli od prowadzenia 6:1! A gdy Jankiewicz niespodziewanie podbił atak Kaczmarka, przewaga wzrosła nawet do sześciu punktów (9:3). Co prawda gospodarze szybko zmniejszyli straty do jednego oczka, ale na więcej goście im, o dziwo, już nie pozwolili! Kropkę nad i postawił Butryn.

Był to jednak łabędzi śpiew Indykpolu AZS, który w czwartym secie całkowicie nie poradził sobie z rozsierdzonymi obrońcami Pucharu Polski.

Puchar Polski jest już więc dla olsztyńskiej ekipy historią, więc teraz musi skupić się na rozgrywkach PlusLigi. A jest nad czym, bo w niedzielę zagra w Zawierciu z żądnymi rewanżu gospodarzami. Przypomnijmy, że w 4. kolejce pierwszej rundy Aluron niespodziewanie oraz gładko przegrał w Iławie. I była to pierwsza porażka tego zespołu!

Z kolei dla olsztynian było to chyba najcenniejsze zwycięstwo, bo generalnie z zespołami z czołówki wiedzie im się słabo lub nawet... bardzo słabo: 0:3 z Resovią, 2:3 ze Skrą, 0:3 z Jastrzębiem, 0:3 z ZAKSĄ, 2:3 z Projektem.

Niestety, z powodu kłopotów kadrowych powtórzenie wyniku z pierwszej rundy będzie bardzo trudne lub wręcz niemożliwe, chociaż z drugiej strony pięć dni temu w Katowicach siatkarze z Zawiercia nie wygrali nawet seta...

Motorem napędowym Aluronu jest Uros Kovacevic. 29-letni Serb to obecnie najlepiej atakujący siatkarz PlusLigi (243 punkty) oraz wicelider klasyfikacji najlepszych punktujących (271). Ale Olsztyn ma Karola Butryna (czwarty w rankingu punktujących - 262, drugi wśród zagrywających - 30 asów, oraz piąty atakujący ligi - 212). Prawdopodobnie na boisku pojawi się także Robbert Andringa, który - jeśli tylko dojdzie do siebie po chorobie - na pewno będzie sporym wzmocnieniem Indykpolu AZS. Mimo wszystko faworytem niedzielnego meczu są gospodarze...

• Inne wyniki 1/8 finału PP: Trefl Gdańsk - Cuprum Lubin 3:1 (21, -22, 22, 22), Mickiewicz Kluczbork - GKS Katowice 0:3 (-18, -19, -21), Polski Cukier Avia Świdnik - Aluron CMC Warta Zawiercie 0:3 (-13, -22, -18), Projekt Warszawa - LUK Lublin 3:1 (18, 13, -25, 21), Legia Warszawa - Jastrzębski Węgiel 0:3 (-18, -18, -26), Cerrad Enea Czarni Radom - Stal Nysa (zakończył się po oddaniu gazety do druku), Skra Bełchatów - Asseco Resovia Rzeszów (26 stycznia).

• 17. kolejka PlusLigi (wszystkie mecze w Polsacie Sport), sobota: Skra Bełchatów - Jastrzębski Węgiel (14.45), Projekt Warszawa - ZAKSA Kędzierzyn-Koźle (17.30), Asseco Resovia Rzeszów - Stal Nysa (20.30); **niedziela:** Aluron Warta Zawiercie - Indykpol AZS Olsztyn (14.45), Ślepsk Suwałki - Cuprum Lubin (17.30); **poniedziałek:** GKS Katowice - LUK Lublin (17.30), Trefl Gdańsk - Cerrad Czarni Radom (20.30). **DAD**

PLUS LIGA

1. ZAKSA	15*	43	45:7
2. Jastrzębski	16	41	43:12
3. Skra	16	36	43:23
4. Warta	16	33	37:23
5. Projekt	14	29	34:23
6. Resovia	16	25	30:27
7. Indykpol AZS	15	23	29:27
8. GKS	15	17	24:33
9. Lublin	16	17	24:37
10. Cuprum	15	15	23:36
11. Czarni	14	13	17:34
12. Trefl	15	13	19:33
13. Suwałki	15	10	15:38
14. Stal	16	6	15:45

* liczba rozegranych meczów

GAZETA OLSZTYŃSKA.
Oficjalny partner prasowy drużyny Indykpol AZS Olsztyn zaprasza na mecz
Drużynę Indykpol AZS Olsztyn wspierają:
INDYKPOL
OLSZTYN
O!GRÓD Z NATURY
WARMIA MAZURY
IŁAWA
livingroom
POLMLEK
INTER PARTS
szynakameble
PRZEMYSŁÓWKA HOLDING
AdiFeed
PROteinBIOTIC
PZU
Mercedes-Benz Auto Idea
DAMIX
eyesportwear.com
DBK GROUP
www.indykpolazs.pl/bilety

eprasa.pl 2e7f5014da