Masz **moc!**

Przekaż **1% podatku**
Podaruj dzieciom **lepsze życie**

KRS 0000148747 | www.**przyszloscdladzieci**.org

5120OTBS-Q

WTOREK
|14|04|2020|

DZIENNIK ELBLĄSKI.pl

cena 2,90 zł (w tym 8% VAT)

„Dziennik Elbląski"
11 845
polubień na FB

ISSN 0137-9127 NR INDEKSU 350176 \\\ NAKŁAD 4 386 NR 85 (20 205)

Fot. Alina Laskowska

Nocą odkazili miasto \2

#OCALIĆ GOSPODARKĘ

Wspieramy lokalny biznes
gazetaolsztynska.pl/ocalic-gospodarke

9 770137 191212 5

eprasa.pl 37c19de1b3

W WIELKANOC W POLSCE SPRAWDZONO PONAD 125 TYS. OSÓB NA KWARANTANNIE, A W PRAWIE 300 PRZYPADKACH STWIERDZONO UCHYBIENIA KWALIFIKUJĄCE SIĘ DO WYMIERZENIA GRZYWNY. W ZWIĄZKU Z NARUSZENIEM OBOWIĄZUJĄCYCH OGRANICZEŃ WYSTAWIONO 1004 MANDATY, A W 514 PRZYPADKACH SKIEROWANO WNIOSKI DO SĄDU.

DWA POWIATY W DEZYNFEKCJI

ZDROWIE W powiatach bartoszyckim czy węgorzewskim mieszkańcy czują się w miarę bezpiecznie. Inaczej jest w Iławie czy Nowym Mieście. Niepokojąco w ciągu kilku ostatnich dni wzrosła liczba zachorowań w powiecie iławskim.

W większości naszych powiatów stwierdzono po kilku chorych, w kilku żadnego (ełcki, gołdapski, bartoszycki, lidzbarski, mrągowskiego, węgorzewski). W sumie według stanu w poniedziałek na godzinę 17 mieliśmy w regionie 122 zakażonych. W Polsce było ich 6934, w tym 245 zmarłych.

Przez dłuższy czas centrum zachorowań w naszym regionie było Nowe Miasto i powiat nowomiejski. Źródłem zakażeń, paradoksalnie, było spotkanie dotyczące koronawirusa, w którym wzięli udział osoby odpowiedzialne za bezpieczeństwo w powiecie.

Szczęśliwie dla nowomieszczan, koronawirus zatrzymał się na 26 chorych. W sąsiednim powiecie iławskim za to przyspieszył. W poniedziałek w powiecie iławskim było już 32 chorych. 1 kwietnia było ich tylko 2. Nie ulega wątpliwości że koronawirus przemieścił się do powiatu iławskiego z powiatu nowomiejskiego.

Iława i Nowe Miasto od lat ze sobą rywalizują, choć oba miasta związane są ze sobą więzami ekonomicznymi, a często także rodzinnymi. W Nowym Mieście pracuje wielu mieszkańców Iławy.

Gdy w drugiej połowie marca gruchnęła wiadomość o jednej, drugiej, kolejnej zakażonej osobie z Nowego Miasta w Iławie można było wyczuć, że koronawirus wzmocnił emocje, te dobre i te złe. W sieciach społecznościowych można było znaleźć wyrazy otuchy, ale też żądania: „Postawcie wojsko między powiatami, niech się nie przemieszczają".

Czy Iława się boi? Tak. dezynfekcja miasta, którą tam przeprowadzono w miniony weekend tylko wzmocniła strach. Zdezynfekowano też Nowe Miasto i Lubawę. To w tym ostatnim mieście i na terenie gminy wiejskiej Lubawa znajduje się dzisiaj epicentrum zachorowań.

W ciągu kilku ostatnich dni na terenie powiatu iławskiego stwierdzono 32 zachorowania. Na szczęście w poniedziałek nie zanotowano nowych zakażeń, podobnie jak w całym regionie.

Liczba wykrytych zakażeń ma na pewno związek z akcjami poboru wymazów do testów jakie odbyły się w Lubawie, Iławie i jednej ze wsi w gminie Lubawa. W ciągu trzech dni, żołnierze WOT pobrali tam blisko 150 wymazów. Wcześniej, podobne akcje, trzykrotnie były przeprowadzane na terenie Nowego Miasta Lubawskiego.

Iława, Nowe Miasto i Lubawa są pierwszymi miastami w regionie, gdzie przeprowadzono dezynfekcję miejsc publicznych na dużą skalę. W Nowym Mieście odkażonych zostało blisko 20 kilometrów ulic.

Podczas akcji dezynfekowania nowomiejskich ulic obecny był przedstawiciel Stowarzyszenia Ochrony Zwierząt „Przytul Psisko" z Nowego Miasta, który zadbał, aby w zasięgu opryskiwacza nie było zwierząt. — Z inicjatywą akcji wystąpili radni miejscy, którzy zadeklarowali przekazanie swoich diet na prace związane z odkażaniem miasta — informuje burmistrz Nowego Miasta Józef Blank. Burmistrz jeszcze niedawno przebywał na kwarantannie, bo był jednym z uczestników wspomnianego na początku tekstu spotkania. Okazało się, że jest zdrowy.

Z kolei strażacy z OSP Mroczno i Grodziczno odkazili na terenie gminy Grodziczno m. in. wejścia do banków, sklepów, kościołów oraz ławki, przystanki czy place zabaw.

W Lubawie, w Wielki Piątek, strażacy z tamtejszej OSP zdezynfekowali miejsca użyteczności publicznej na terenie miasta. Druhowie spryskali ławki, wiaty przystankowe, poręcze, wszystkie miejsca przestrzeni miejskiej z którą mieszkańcy mają najczęstszy kontakt.

Podobnie wyglądała akcja odkażania publicznych miejsc w Iławie. W pierwszej kolejności dezynfekcji zostały poddane przystanki. Władze zapewniają, że w kolejnych dniach dezynfekowane zostaną ławki, cmentarne bramy, wejścia do budynków użyteczności publicznej. Prace związane z odkażaniem w Iławie wykonali druhowie jednostki OSP w Iławie we współpracy z Urzędem Miasta w Iławie.

Alina Laskowska, Edyta Kocyła-Pawłowska

Liczba stwierdzonych nowych zakażeń w regionie:

Piątek:
15 osób (9 - powiat iławski, 4-powiat ostródzki, 2 powiat działdowski
Sobota:
1 osoba (powiat iławski)
Niedziela:
11 osób (7 powiat iławski, 4 ostródzki)
Poniedziałek: 0 osób

Powiat iławski,
stan na 12 kwietnia
- Liczba osób zakażonych - **32**
- Liczba osób hospitalizowanych - **13**
- Liczba osób objętych kwarantanną decyzją PPIS w Iławie - **121**, z czego **107** osób to Lubawa i gmina Lubawa.

Zapadalność na COVID-19 na 100 tys. osób w poszczególnych województwach:

MAZOWIECKIE	- **30,7**
DOLNOŚLĄSKIE	- **24**
ŁÓDZKIE	- **21,5**
PODLASKIE	- **18,8**
ŚLĄSKIE	- **18,7**
POLSKA OGÓŁEM	- **17,4**
KUJAWSKO-POMORSKIE	- **16,2**
WIELKOPOLSKIE	- **16,1**
OPOLSKIE	- **15,3**
MAŁOPOLSKIE	- **14,8**
ŚWIĘTOKRZYSKIE	- **11,4**
ZACHODNIOPOMORSKIE	- **11,4**
LUBELSKIE	- **11,1**
PODKARPACKIE	- **10,4**
WARMIŃSKO-MAZURSKIE	- **8,6**
LUBUSKIE	- **7,7**
POMORSKIE	- **7,3**

Gazeta Olsztyńska zawsze pod ręką. Zaprenumeruj e-wydanie: kupgazete.pl

REDAKTORZY WYDANIA
Mirosław Wieczorek 89 539 76 40
Monika Nowakowska 89 539 76 40
Artur Dryhynycz sport@gazetaolsztynska.pl
WYDANIE ONLINE 89 539 74 83 internet@gazetaolsztynska.pl

REDAKTOR NACZELNY Igor Hrywna
ZASTĘPCY REDAKTORA NACZELNEGO Monika Nowakowska, Bartosz Orliński

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 ul. Partyzantów 28, 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

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

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 37c19de1b3

DWIE PRAWDY W DWÓCH OŚWIADCZENIACH

WYGLĄDA NA TO, ŻE KTÓRYŚ Z OLSZTYŃSKICH SĘDZIÓW DOŁĄCZY DO PONAD 300 TYSIĘCY POLAKÓW, KTÓRZY OBEJRZELI NA YOUTUBE FILM Z ZATRZYMANIA PRZEZ POLICJĘ OLSZTYŃSKIEJ ZAWODNICZKI SZTUK WALKI. A WSZYSTKO ZACZĘŁO SIĘ OD JAZDY NA ROWERZE, SIEDZENIA NA MURKU I PYTANIA O IMIĘ I NAZWISKO. A SKOŃCZY SIĘ W SĄDZIE.

22-letnia mieszkanka Olsztyna przyjechała rowerem pod salę treningową przy Sikorskiego. Jak mówi, prowadzi tam treningi on-line. Ponieważ przyjechała przed czasem usiadła sobie na murku. Zainteresował się nią patrol. Zdaniem policjantów kobieta nie chciała pokazać dokumentów. Wtedy wezwano patrol drogówki. Policjanci twierdzą, że 22-latka nie chciała pokazać dokumentów i złapała funkcjonariusza za rękę w momencie, kiedy chciał przeszukać je plecak.

Dalej wszystko potoczyło się jak w filmie akcji. Policjant powalił kobietę na ziemię i przygniótł ją kolanem do ziemi. Olsztynianka na nagraniu prosi, żeby nie naciskał kolanem na kręgosłup, bo był kiedyś złamany. Prosi bezskutecznie.

Jak wynika z nagranej rozmowy między policjantem, a powaloną na ziemię kobietą, po obezwładnieniu policjant znalazł przy niej dokumenty. Zatrudniony w Komendzie Miejskiej Policji w Olsztynie funkcjonariusz tłumaczy też, że ją legitymował, bo dziwnie się zachowuje. Na tym nie koniec.

— Nie wierzgaj, bo złamię ci rękę — te słowa słychać na nagraniu zdarzenia. —Trzeba było się ładnie zachowywać, to byś siedziała, a nie zachowujesz się ładnie, to sobie leżysz — argumentuje policjant.

Na nagraniu słychać, jak policjant przedstawia się z funkcji, stopnia oraz nazwiska i proponuje obezwładnionej kobiecie złożenie skargi do Komendanta Miejskiego Policji w Olsztynie oraz do prokuratury.

— I tak masz szczęście, że nie jesteś facetem. Byś taka ładna nie była — mówi policjant do kobiety. Opowiada też, że tego dnia wylegitymował już 40 osób, ale ona jest pierwszą wobec, której musiał użyć siły. Koleżanka z patrolu głównego bohatera nagrania sprawdza w tym czasie, czy obezwładniona kobieta nie jest poddana kwarantannie. Policjant informuje, że zostanie przewieziona na komendę i tam dostatnie zarzut czynnej napaści na funkcjonariusza. W końcu wypisuje 500 złotowy mandat, którego kobieta nie przyjmuje.

— Za co to — pyta kobieta

— Bo się przemieszczasz bez celu. To nie są najwyższe potrzeby — odpowiada policjant.

Zdaniem policji film, który zaczyna się w momencie obezwładnienia kobiety, zawiera „jedynie subiektywnie wybrany przez autorkę fragment interwencji".

— We wtorek 07.04.2020 policyjny patrol pieszy wykonywał na ul. Sikorskiego w Olsztynie czynności związane z przeciwdziałaniem rozprzestrzenianiu się koronawirusa. Policjanci zauważyli i podjęli interwencję wobec 22-letniej kobiety, która w ocenie policjantów swoim zachowaniem naruszyła ograniczenia dotyczące przemieszczania się. Funkcjonariusze podeszli do 22-latki, wylegitymowali się i po podaniu podstawy prawnej interwencji poprosili ją o okazanie dokumentu tożsamości.

JUŻ OD SAMEGO POCZĄTKU INTERWENCJI 22-LATKA BYŁA AROGANCKA WOBEC POLICJANTÓW I NIE CHCIAŁA WYKONAĆ ICH POLECEŃ. NIE CHCIAŁA OKAZAĆ DOKUMENTU TOŻSAMOŚCI, TWIERDZĄC JEDNOZNACZNIE, ŻE NIE POSIADA GO PRZY SOBIE.

Policjanci poinformowali ją, jakie konsekwencje mogą wiązać się z takim zachowaniem, jednak to nie poskutkowało, więc na miejsce został skierowany patrol zmotoryzowany, by w razie konieczności kobieta mogła zostać przewieziona do komendy — tak zdarzenie

opisuje podkom. Rafał Prokopczyk, oficer prasowy KMP w Olsztynie.

Zdaniem policji 22-latka nie reagowała na polecenia. Gdy policjant poinformował ją, że dokona kontroli należącego do niej plecaka, m.in. po to aby sprawdzić czy są tam jej dokumenty, został chwycony przez nią za nadgarstek. Kobieta próbowała wyrwać mu plecak z rąk, by uniemożliwić mu zajrzenie do środka. Tak brzmi policyjna wersja.

W plecaku, po jego przeszukaniu, policjanci znaleźli dokumenty i woreczek strunowy z zawartością suszu roślinnego. — Badanie narkotestem potwierdziło, że była to marihuana, której posiadanie jest zabronione. Kobieta została zatrzymana, przewieziona do KMP w Olsztynie i osadzona w policyjnym areszcie — informuje policja.

— Wszystkie okoliczności tej interwencji zostaną dokładnie zbadane. Komendant Miejski Policji w sprawdza, czy nie doszło do naruszenia przepisów i procedur — dodaje rzecznik KMP w Olsztynie.

Relacja 22-latki różni się od wersji policyjnej. Kobieta twierdzi, że wbrew twierdzeniu policji nie została poinformowana o podstawie prawnej

— ZGODNIE Z PRAWEM POLICJANT MOŻE UŻYĆ SIŁY FIZYCZNEJ W POSTACI CHWYTÓW OBEZWŁADNIAJĄCYCH W PRZYPADKU STAWIANA BIERNEGO LUB CZYNNEGO OPORU PRZEZ OSOBĘ, WOBEC KTÓREJ INTERWENIUJE. NALEŻY RÓWNIEŻ PAMIĘTAĆ O TYM, ŻE NA OBYWATELU SPOCZYWA USTAWOWY OBOWIĄZEK OKAZANIA INTERWENIUJĄCYM FUNKCJONARIUSZOM DOKUMENTU POTWIERDZAJĄCEGO TOŻSAMOŚĆ — PRZYPOMINA PODKOM. RAFAŁ PROKOPCZYK.

interwencji. Jej zdaniem kiedy siedziała na murku, „podjechali strażnik miejski z policjantką", którym podała swoje dane, a te zostały jej zdaniem przez nich zweryfikowane. Kiedy pojawił się drugi patrol wyjęła telefon i zaczęła nagrywać zdarzenie. Wtedy:

— Policjant przekraczając granice prawa złapał mój plecak, w którym były moje osobiste przedmioty związane z zaplanowanym treningiem. Aby ochronić moje prawa przed nieuzasadnionym i bezkarnym ich naruszeniem odruchowo chwyciłam go za rękę. Po to, by nie dotykał mojego prywatnego mienia. — twierdzi.

W SWOIM OŚWIADCZENIU OLSZTYNIANKA SKOMENTOWAŁA TEŻ ODNALEZIENIE TOREBECZKI Z MARIHUANĄ W JEJ PLECAKU.— OŚWIADCZAM, ŻE NIGDY NIE ZAŻYWAŁAM ŻADNYCH NIELEGALNYCH SUBSTANCJI I TA TOREBKA NIGDY PRZY MNIE NIE BYŁA. JESTEM GOTOWA DO PRZEPROWADZENIA TESTÓW NA WYKRYCIE ŚLADÓW NARKOTYKÓW W ORGANIZMIE, ABY POTWIERDZIĆ SWOJE SŁOWA — PISZE.

— Rozumiem, że policja ma teraz dużo pracy i ciąży na nich duży obowiązek, jednakże mój przypadek nie jest jedyny. Nie miejsce i pora, aby opisywać nierzetelne działania policji, tak wobec obywateli, jak też wewnątrz tej instytucji. Może pora rozpocząć dyskusję nad zmianą wadliwie działającej służby — proponuje 22-latka, która zapowiedziała też, że o naruszeniu swoich spraw będzie chciała porozmawiać „na wokandzie".

SK

redakcja@gazetaolsztynska.pl

Od redakcji

Wierzymy, że zapowiedziane przez policję postępowanie wyjaśni co tak naprawdę wydarzyło się na Sikorskiego. Nie byłoby jednak tego zdarzenia lub miałoby spokojniejszy przebieg, gdyby mieszkanka Olsztyna po prostu pokazała policjantom swoje dokumenty. Z udostępnionego przez nią filmu wynika, że tego nie zrobiła.

W OLSZTYNIE BĘDZIE WIĘCEJ „TEMPA 30"

Razem z planem budowy nowej linii tramwajowej w Olsztynie organizacja ruchu ma oprzeć się na rozszerzonej strefie nazywanej „Tempo 30". Według projektodawców ma to poprawiać bezpieczeństwo pieszych oraz upłynnić ruch samochodów.

„Tempo 30" to wydzielone ulice, na których obowiązuje ograniczenie prędkości do 30 km/h. Takie rozwiązania stosuje wiele polskich miast. Zdaniem rzecznika olsztyńskiego ratusza Marty Bartoszewicz, Strefa „Tempo 30" ma służyć poprawie bezpieczeństwa, ograniczeniu spalin i hałasu oraz upłynnieniu ruchu. Strefa nie tylko ogranicza prędkość, czy wyznacza pasy jezdni dla rowerów. W niewielkich odległościach są tam także przejścia dla pieszych.

Rzeczniczka prasowa Urzędu Miasta w Olsztynie, po szczegóły zmian w organizacji ruchu, które mają towarzyszyć budowie linii tramwajowej odsyła do kierownika Jednostki Realizującej Projekt V. Pod tajemniczą nazwą JRP5 kryje się specjalna jednostka zajmująca się transportem miejskim i jego infrastrukturą.

Tam dowiedzieliśmy się, że strefa „Tempo 30" obejmie prawie całą aleję Piłsudskiego za wyjątkiem odcinka pomiędzy Obiegową i Dworcową oraz fragment ul. Wilczyńskiego (od skrzyżowania z Krasickiego do pętli tramwajowej).

Przypomnijmy, że nowa linia tramwajowa ma biec z Pieczewa ulicami Krasickiego, Synów Pułku, Wyszyńskiego do al. Piłsudskiego. Łącznie to około 6 km dwutorowej linii. Pojadą po nich dwie kolejne linie tramwajowe. Linia nr 4 kursować będzie z osiedla Pieczewo do dworca głównego, z kolei linia nr 5 z Pieczewa pod Wysoką Bramę.

Koszt budowy i zakupu tramwajów zamyka się dzisiaj kwotą 527 milionów złotych, z czego

429 mln zł to wydatki, które zostaną dofinansowane. Nowe linie powinny powstać do 31 marca 2023 roku. SK

eprasa.pl 37c19de1b3

W DAWNEJ WARMII RUSZYŁA PRODUKCJA

KĘTRZYN\\\ To, o czym mówiło się już na początku roku stało się faktem. Kętrzyńska Warmia, wprawdzie pod nowym szyldem, ale znów działa. Powstała nowa firma, która wydzierżawiła halę i maszyny od właściciela. Teraz szyje m.in. kombinezony i maseczki.

Już w styczniu mówiono o pomyśle powołania nowej firmy, która w porozumieniu z właścicielem Warmii S.A. mogłaby prowadzić produkcję. Wielotygodniowe rozmowy przyniosły wreszcie efekty. W hali produkcyjnej praca wre. — Z tym pomysłem nosiliśmy się od stycznia. Jak wiadomo, sam pomysł nie wystarczy. Trzeba jeszcze znaleźć robotę — mówi Andrzej Wołosowski, właściciel spółki czyli Kętrzyńskich Zakładów Odzieżowych „W-A". — W pierwszym założeniu mieliśmy realizować zlecenia dla wojska i policji. Jednak przez kryzys związany z pandemią koronawirusa ruszyliśmy z zupełnie inną produkcją. Zgłosili się do nas zleceniodawcy, którzy szukali możliwości wytwarzania środków ochrony osobistej. Od tego zaczęliśmy. Cały czas jednak rozmawiamy z różnymi firmami o innej produkcji - dodaje.

Do współpracy zgłosiły się również firmy, które kiedyś korzystały z usług Warmii. Dzięki temu rozpoczęto szycie kombinezonów ochronnych z przeznaczeniem na rynek włoski. — To jest zlecenie na ok. 100 tysięcy kombinezonów. Przy naszym obecnym zatrudnieniu i wydajności, jaką planujemy osiągnąć, to jest 100 dni roboty — twierdzi prezes. Firma wykonuje też zlecenia szycia i krojenia materiału na maski ochronne. — Jest na to duże zapotrzebowanie. Oprócz produkcji masek dla firmy, która nam to zleciła, wykonujemy również ich krojenie, a następnie są one szyte przez inne firmy, również z okolic Kętrzyna. Do tej pory wykroiliśmy prawie 800 tysięcy masek do uszycia. Sami uszyliśmy ich ok. 30 tysięcy — informuje Andrzej Wołosowski. Maski są realizowane na zlecenie jednej z kętrzyńskich firm, zajmujących się m.in. opatrunkami i przeznaczone głównie na rynek polski. — Dla naszej służby zdrowia również będziemy szyli odzież ochronną — dodaje szef KZO „W-A".

Powstanie nowej firmy to nowe miejsca pracy. — Chcemy zatrudniać szwaczki, które będą wolne na rynku. W tej chwili bazujemy na byłych pracownicach Warmii, które znamy, które mają doświadczenie i wiedzą na czym ta praca polega. Nie wykluczamy jednak zatrudniania szwaczek z zakładów, które będą redukowały zatrudnienie — mówi Wołosowski. Obecnie zatrudnionych jest 58 osób.

fot. Ewa Brzostek

Kombinezony szyte w zakładzie trafią do Włoch

To się co chwilę zmienia, bo dochodzą nowi pracownicy. Docelowo chcemy zatrudnić przynajmniej 100 osób. Cały czas szukamy pracowników — dodaje właściciel.

Kętrzyńskie Zakłady Odzieżowe „W-A" są spółką jednoosobową, ale zostaną niedługo przekształcone w trzyosobową. — Nazwa to inicjały mojego nazwiska i imienia. Jednak myślnik między literami może budzić skojarzenia z dawną Warmią. Ja przepracowałem w tym zakładzie ponad 30 lat i mam do niego ogromny sentyment. Wszystkie osoby, które obecnie u mnie pracują to są też byli pracownicy Warmii. Chcemy nadal podtrzymywać tradycję tej firmy — opowiada Andrzej Wołosowski.

Hala i maszyny zostały wydzierżawione od właściciela na okres trzech lat. — Wierzę, że nam się uda. Po trzech latach mamy możliwość przedłużenia tej umowy, ale będziemy się też zastanawiać nad możliwością wykupu całego zaplecza od właściciela. Urządzenia wprawdzie mają kilka lat, jednak ich jakość i wydajność jest bardzo wysoka. Wybudowanie takiego zakładu od podstaw wymagałoby olbrzymiej inwestycji finansowej — twierdzi prezes.

WOJCIECH CARUK
w.caruk@gazetaolsztynska.pl

KĘTRZYŃSKA WARMIA BYŁA SWOJEGO CZASU CHLUBĄ REGIONU I JEDNYM Z NAJWIĘKSZYCH FIRM W REGIONIE. W CZASACH ŚWIETNOŚCI PRACOWAŁO TAM NAWET 1000 OSÓB. PRZEDSIĘBIORSTWO POWSTAŁO W 1959 ROKU. W LATACH 70 I 80 SZWACZKI Z KĘTRZYNA SZYŁY ODZIEŻ NA EKSPORT. WARMIA WSPÓŁPRACOWAŁA Z RENOMOWANYMI FIRMAMI M.IN. HUGO BOSS ORAZ BUGATTI. W STROJE SZYTE W WARMII UBIERALI SIĘ M.IN. SPORTOWCY NA ZIMOWE IGRZYSKA OLIMPIJSKIE W ALBERTVILLE I SALT LAKE CITY. W 2013 ROKU ZAKŁAD PRZESZEDŁ W PRYWATNE RĘCE. 31 GRUDNIA 2019 ROKU ZAKŁAD PRZEMYSŁU ODZIEŻOWEGO „WARMIA UNO" ZAKOŃCZYŁ PRODUKCJĘ. PRACĘ STRACIŁO OK. 140 OSÓB. TERAZ PRZYSZEDŁ CZAS NA NOWE „OTWARCIE" — Z NOWYM ZARZĄDEM I POD NOWYM SZYLDEM.

ZROBIĄ ZAKUPY, POMOGĄ W NAUCE

Harcerze z Giżycka pomagają starszym, ale też samotnym rodzicom. Z uśmiechem i bez żadnej zapłaty zrobią zakupy, udzielą korepetycji. Warto się do nich zwrócić.

W świecie pełnym niepewności i niepokoju nasz Ruch błyszczy, jak złoty łańcuch na ciemnym tle...— to słowa naczelnej przewodniczki (skautki) świata, lady Olave Baden-Powell, są dziś aktualne bardziej niż kiedykolwiek. Harcerze w dobie epidemii pokazują jaką są siłą i jak ważne jest dla nich niesienie pomocy. Spieszą z nią bezinteresownie.

Pełnoletni harcerze z Hufca ZHP Giżycko robią zakupy. Sprawunki dostarczą prosto do domu, oczywiście z zachowaniem wszelkich zasad bezpieczeństwa.

Harcerze służą pomocą nie tylko w zrobieniu zakupów osobom starszym, takim, które nie powinny bądź nie mogą wychodzić z domów. Chętnie udzielą też korepetycji uczniom zarówno szkół podstawowych, jak i średnich. I tutaj już zdarzyły się sygnały, że komuś przydałoby się wsparcie przy realizacji zadań szkolnych. Dzwonią rodzice, ale i uczniowie, którym ciężko jest samym uporać się z lekcjami.

Fot. Arch. prywatne/Hufiec ZHP Giżycko

Giżyccy harcerze szyją także maseczki, m.in. dla pracowników hospicjum „Promyk"

— Jesteśmy w stanie udzielić korepetycji niemal z każdego przedmiotu, zarówno jeśli chodzi o szkoły podstawowe, jak i średnie — mówi Małgorzata Romejko z giżyckiego hufca. — Porozdzielaliśmy między sobą poszczególne przedmioty i na pewno sobie poradzimy.

— Instruktorzy i wędrownicy z naszego hufca oferują darmową pomoc online! Jeżeli ktoś ma problem z nauką, zapraszamy do kontaktu! Korepetycje #Razemalezdalnie udzielamy dla uczniów szkół podstawowych oraz szkół średnich na poziomie podstawowym, a w przypadku poszczególnych przedmiotów także na poziomie rozszerzonym — ogłaszają na swoim facebookowym profilu (Hufiec ZHP Giżycko).

Wszelkie formy harcerskiego wsparcia są nieodpłatne. W dobie trwającego kryzysu jest to nieocenione.

Giżycka młodzież szyje również maseczki.

— Może nie są profesjonalne, ale wprawiamy się — mówi Małgorzata Romejko. — Uszyliśmy póki co dwadzieścia sztuk, ale na tym nie poprzestajemy. Wiadomo, jest teraz deficyt niektórych materiałów, które są potrzebne, ale staramy się je pozyskiwać. Gdyby ktoś miał gumki, troczki, chętnie przyjmiemy, resztę i zapał do pracy mamy.

REKLAMA

komunikat

WÓJT GMINY PURDA

informuje, że w siedzibie Urzędu Gminy w Purdzie w dniach od 14 kwietnia 2020 r. do 5 maja 2020 r. został wywieszony wykaz dotyczący nieruchomości przeznaczonych do oddania w najem i dzierżawę. Wykaz znajduje się również na stronach internetowych: www.bip.purda.pl, www.purda.pl. Bliższe informacje można uzyskać w Referacie Gospodarki Przestrzennej i Ochrony Środowiska Urzędu Gminy w Purdzie, w pokoju nr 11a lub pod nr. tel. 89 522 89 62.

52420otbr-A -P

eprasa.pl 37c19de1b3

OPONA KORONAWIRUSEM SIĘ TOCZY

PRZEPISY\\\ Czy można w warsztacie wymienić opony zimowe na letnie? Wygląda na to, że można. Pod warunkiem, że używamy auta do dojazdów do pracy lub do zaspokajania bieżących, codziennych potrzeb. Zawsze jednak ostatnie słowo należy do policjanta.

Walka z koronawirusem uderza też w kierowców, bo nagle tak proste czynności jak umycie auta w myjni, czy wymiana opon w warsztacie, stały się wielkim wyzwaniem. W Polsce nie ma obowiązku wymiany opon w zależności od pory roku i nie można karać kierowców niezmieniających opon. Ale odkąd producenci opon wymyślili opony letnie i zimowe, bo dzięki temu jazda stała się bezpieczniejsza, ale pewnie też dlatego, że dzięki temu podwoili sobie produkcję, to większość kierowców ma dwa komplety opon. I co roku dwa razy zmienia opony. Aże zrobiło się ciepło, to przyszedł też czas na wymianę opon. Tyle że dziś za to można dostać mandat.

W związku z pandemią wprowadzono ograniczenia w przemieszczaniu się i wyjść z domu można tylko, zgodnie z rządowym rozporządzeniem z 31 marca, w czterech przypadkach: do pracy, dla zaspokojenia niezbędnych potrzeb związanych z bieżącymi sprawami życia codziennego, do kościoła i jako wolontariusz, niosąc pomoc innym w związku z pandemią. W innych przypadkach policja może nas ukarać mandatem za nieuzasadnione wyjście z domu.

— W obecnej sytuacji sezonową wymianę opon lepiej odłożyć na później, na czas kiedy minie już zagrożenie koronawirusem— mówi asp. Rafał Jackowski, z zespołu prasowego KWP w Olsztynie.

CO JEŚLI JEDNAK KIEROWCY POJADĄ ZMIENIĆ OPONY, CZY POLICJANCI UKARZĄ ICH MANDATEM? — KAŻDY TAKI PRZYPADEK JEST ROZPATRYWANY INDYWIDUALNIE, A OCENA NALEŻY DO INTERWENIUJĄCYCH POLICJANTÓW — DODAJE ASP. JACKOWSKI. — INACZEJ SPRAWA MA SIĘ NP. KIEDY KIEROWCA PRZYJEŻDŻA NAPRAWIĆ OPONĘ, CZY ŻEBY ZMIENIĆ OPONY, BO OBECNE SĄ ZNISZCZONE, A JAZDA NA NICH STAJE SIĘ JUŻ NIEBEZPIECZNA.

Jednak rozterki kierowców nie uszły uwadze branży oponiarskiej, która stanęła w ich w obronie. Polski Związek Przemysłu Oponiarskiego wraz z Polskim Związkiem Przemysłu Motoryzacyjnego i Związkiem Dealerów Samochodowych wystosowały apel do premiera Mateusza Morawieckiego i policji, aby nie karali kierowców za zmianę opon w serwisach.

Fot. Grzegorz Czykwin

W liście do premiera zaapelowali, żeby sezonowa wymiana opon była uznana za potrzebę dnia codziennego. — Postawa kierowców, którzy nawet w tym trudnym okresie myślą, jak bezpiecznie dojechać do pracy i nie obciążać systemu ochrony zdrowia skutkami wypadku, zasługuję na szacunek organów państwa, a nie na karę — napisali w swoim liście.

PRZEDSTAWICIELE BRANŻY PODKREŚLAJĄ, ŻE OPONY ZIMOWE, NA KTÓRYCH JEŹDZI JESZCZE ZNACZNA CZĘŚĆ KIEROWCÓW, NIE NADAJĄ SIĘ DO BEZPIECZNEJ JAZDY W TEMPERATURACH POWYŻEJ 10-15 ST. C. ICH BIEŻNIK DOSTOSOWANY JEST DO AURY JESIENNO-ZIMOWEJ, A NIE WIOSENNO-LETNIEJ - BARDZIEJ MIĘKKA MIESZANKA GUMOWA BIEŻNIKA W OPONIE ZIMOWEJ NIE ZAPEWNIA PRZYCZEPNOŚCI NA SUCHYCH DROGACH PRZY TAKICH TEMPERATURACH JAK OBECNIE.

Wskazują przy tym na testy organizacji ADAC, według których droga hamowania samochodu na oponach zimowych latem ze 100 km/h do całkowitego zatrzymania auta może być nawet o 16 m dłuższa niż na oponach letnich.

> NIEDAWNO OLSZTYŃSCY POLICJANCI UKARALI MANDATAMI KIEROWCÓW, KTÓRZY KORZYSTALI Z MYJNI BEZDOTYKOWEJ. PATROL UZNAŁ, ŻE MYCIE SAMOCHODU (ZGODNIE Z WPROWADZONYM NA CZAS KORONAWIRUSA PRAWEM) NIE JEST NIEZBĘDNE DO ŻYCIA. PROBLEM W TYM, ŻE MANDAT MOŻNA TEŻ DOSTAĆ ZA... BRUDNE AUTO, KIEDY NP. BRUD NA SZYBIE OGRANICZA WIDOCZNOŚĆ KIEROWCY.

Interwencja branży oponiarskiej pomogła. Bo Ministerstwo Zdrowia wydało już zgodę na wymianę opon zimowych na letnie przez osoby, które używają samochodów do dojazdów do pracy i zaspokajania bieżących, codziennych potrzeb — informuje Polski Związek Przemysłu Motoryzacyjnego.

Urzędnicy uznali wymianę opon zimowych na letnie jako czynność niezbędną dla zaspokajania codziennych potrzeb. Jednak wizytę w warsztacie muszą odłożyć kierowcy, którzy nie przemieszczają się w okresie pandemii swoim autem.

Oczywiście jazda na „zimówkach" wiosną czy nawet latem nie stanowi zagrożenia dla bezpieczeństwa, o ile przestrzega się przepisów i jest się uważnym. Są kierowcy, którzy jeżdżą na oponach zimowych cały rok, ale po co kusić los. Tym bardziej że każdego dnia na polskich drogach ginie średnio 7-8 osób, a dziesiątki zostają rannych.

ANDRZEJ MIELNICKI
a.mielnicki@gazetaolsztynska.pl

Gazeta Olsztyńska zawsze pod ręką. Zaprenumeruj e-wydanie: kupgazete.pl

DROGA DONIKĄD „PRZEORAŁA" OGRÓD

Z reguły cieszymy się kiedy powstają nowe drogi, ale nie zawsze. Zwłaszcza, gdy drogę prowadzącą „donikąd" zbudowano niszcząc piękny ogród.

Do takiej sytuacji doszło w Kolonii Rybackiej pod Węgorzewem, gdzie jedna z naszych czytelniczek stworzyła ogród na terenie, który znajduje się obok jej posesji. Niestety, został on - dosłownie - przeorany.

— Ekipa budowlana w ramach budowy drogi i chodnika przeorała ogród przed domem — informuje nas czytelniczka. — Nikt z nami o tym nie rozmawiał, nikt nas nie poinformował, a cały trud włożony w stworzenie ogrodu poszedł na marne! — skarży się.

Jej frustracja jest tym większa, że mimo tego, iż teren, na którym przebiega nowo wybudowana droga, należy do gminy, to jednak droga tak naprawdę prowadzi.... donikąd! — Po co zrobili tę końcówkę drogi? Żeby zniszczyć owoce naszej pracy? Dalej przecież nic nie ma, tylko pola. Komu ma służyć te kilka metrów asfaltu? — dziwi się kobieta.

Węgorzewski magistrat twierdzi, że nie mógł zmienić planów projektowych dotyczących przebudowy wspomnianej ulicy. Wedle urzędników chodziło o kwestie związane z otrzymanym dofinansowaniem.

Fot. Arch. prywatne

Tak wyglądało to miejsce przed budową drogi, a tak po...

— W związku z wcześniejszymi, licznymi zgłoszeniami mieszkańców dotyczącymi złego stanu drogi i wieloletnimi oczekiwaniami zmiany istniejącego stanu rzeczy, zostało zlecone wykonanie dokumentacji technicznej przebudowy ul. Klonowej w Kolonii Rybackiej — poinformowano nas w węgorzewskim ratuszu. Projekt drogi wykonano w 2016 roku. Gmina Węgorzewo w 2019 roku złożyła wniosek o dofinansowanie przebudowy z Funduszu Dróg Samorządowych i uzyskała dofinansowanie. Urzędnicy próbowali wtedy wprowadzić zmiany w projekcie. — Niestety, otrzymana odpowiedź brzmiała, że należy się ściśle trzymać zatwierdzonego projektu, a wszelkie zmiany dotyczące realizacji robót budowlanych spowodowałyby utratę pozyskanego dofinansowania— wyjaśnia Lidia Czerniewicz, zastępca burmistrza Węgorzewa.

Jak dodała wiceburmistrz, „trzeba podkreślić, że ogrodzenie i nasadzenia mieszkanki znajdowały się w pasie drogowym ul. Klonowej, który powinien służyć wyłącznie infrastrukturze drogowej". Zatem wszystko odbyło się zgodnie z prawem. Tylko ogrodu żal...

Łukasz Razowski

eprasa.pl 37c19de1b3

CZY TO POMOŻE GOSPODARCE?

GOSPODARKA Rząd przedstawił tarczę antykryzysową dla firm. To 100 miliardów złotych. Czy to wystarczy na uratowanie polskich firm i miejsc pracy? Trudno powiedzieć. Ta propozycja przywróciła jednak przedsiębiorcom nieco wiary w państwo.

Z programu — według wyliczeń rządu — będzie mogło skorzystać około 670 tysięcy polskich przedsiębiorców.

— Tarcza, łącznie z poprzednim programem, sięgnie swoim rozmiarem poziomu ponad 300 mld zł — 320-330. Tarczę konstruujemy we współpracy z rynkiem, z Polskim Funduszem Rozwoju, ale również w bardzo bliskiej współpracy z Narodowym Bankiem Polskim — powiedział na konferencji prasowej premier Mateusz Morawiecki.

Do mikrofirm — przypomnijmy — trafi do 25 miliardów złotych, do małych i średnich firm 50 miliardów złotych, a do dużych firm 25 mld zł, ale pod warunkiem, że płacą podatki w Polsce. Środki będą przyznawane na trzy lata, a pieniądze dostaną firmy, których obroty w ostatnim czasie spadły o 25 proc.

Zakłada się, że średnia wysokość wsparcia finansowego wyniesie około 72-96 tysięcy złotych dla jednej mikrofirmy oraz maksymalnie do 324 tysięcy złotych.

> PRZEDSIĘBIORCY OD DAWNA DOMAGALI SIĘ REALNEJ GOTÓWKI, KTÓRA POZWOLI IM ZAPEWNIĆ PŁYNNOŚĆ FINANSOWĄ FIRMY I UTRZYMAĆ MIEJSCA PRACY.

W przypadku małych i średnich firm szacowana średnia wysokość wsparcia finansowego wyniesie około 1,9 miliona złotych dla jednego przedsiębiorstwa oraz maksymalnie do 3,5 miliona złotych — wskazało PFR. W przypadku dużych przedsiębiorstw wsparcie może wynieść maksymalnie 1 miliard złotych i ma charakter indywidualny.

Co istotne, jak podkreślił premier MOrawiecki, do 75 proc. tej kwoty może zostać umorzone. Łączna wartość takich bezzwrotnych środków dla podmiotów, które skorzystają z programu, ma wynieść 60 miliardów złotych. Premier liczy, że ta tarcza finansowa pozwoli uratować od dwóch do nawet pięciu milionów miejsc pracy.

Przedsiębiorcy od dawna domagali się realnej gotówki, która pozwoli im zapewnić płynność finansową firmy i utrzymać miejsca pracy w tym trudnym dla wszystkich firm czasie pandemii. Jednak wcześniej w tzw. tarczy antykryzysowej nie było o tym mowy, jedynie mikrofirmy mogły liczyć na pożyczki do 5 tys zł, które mogą być umorzone, ale pod warunkiem, że nie będą zwalniać ludzi. Teraz rząd stara się to naprawić i proponuje wszystkim firmom w dużej mierze bezzwrotne finansowanie na wzór niemiecki. Pomocy jest dużo większa, bo o 100 mld zł, czyli około 4,4 proc. naszego PKB.

Pytanie tylko skąd rząd weźmie nagle tyle pieniędzy, skoro w budżecie ich nie ma? Tu z pomocą przyjdzie instytucja państwowa — właśnie Polski Fundusz Rozwoju. Jak ma zostać sfinansowana nowa tarcza?

— Czyli jeśli dobrze rozumiemy, PFR wyemituje obligacje za 100 mld zł, które sprzeda Narodowemu Bankowi Polskiemu. Za te pieniądze przekaże pożyczki firmom. Jednak 60 proc. pożyczek zostanie umorzonych, więc odzyska dla NBP 40 mld. Pozostałe 60 mld wypłaci z gwarancji państwo. Żeby to zrobić, wyemituje obligacje — tak wytłumaczyli mechanizm ratowania gospodarki na Twitterze ekonomiści ING Banku Śląskiego.

Przedsiębiorcy czekają na pieniądze. Kiedy do nich trafią? Pieniądze na utrzymanie działalności i miejsc pracy mają być dostępne dla firm w ciągu 2-3 tygodni.

— Polski Fundusz Rozwoju chce ruszyć z emisjami obligacji na sfinansowanie programu wsparcia dla firm o wartości do 100 mld zł w kwietniu, a całość finansowania chce pozyskać w ciągu 3-4 miesięcy — poinformował Paweł Borysprezes PFR.

Fot. Przemysław Getka

> **MARCIN BURZA:** NA PEWNO JEST TO DUŻO WIĘCEJ NIŻ BYŁO WCZEŚNIEJ. Z TEGO, CO WIDZĘ, WŚRÓD PRZEDSIĘBIORCÓW ZAPANOWAŁ OSTROŻNY OPTYMIZM

Eksperci i przedsiębiorcy dobrze oceniają tę ostatnią propozycje premiera.

— Na pewno jest to dużo więcej niż było wcześniej. Z tego, co widzę, wśród przedsiębiorców zapanował ostrożny optymizm — mówi Marcin Burza, prezes Warmińsko-Mazurskiego Klubu Biznesu. — Z całą pewnością te rozwiązania pomogą zdecydowanie większej liczbie przedsiębiorców. Pytanie, czy tej pomocy starczy dla wszystkich? Pewnie nie. Myślę, że gdzieś za miesiąc będziemy w stanie ocenić, na ile te rozwiązania pomogły całej gospodarce.

Co ważne, żeby skorzystać z tej pomocy, nie trzeba będzie wypełniać sterty dokumentów.

Fot. BCC

> **ZBIGNIEW ŻUREK:** BYĆ MOŻE KAŻDA ZŁOTÓWKA WYŁOŻONA DZIŚ TO OSZCZĘDZENIE 100, A NAWET 1000 ZŁOTYCH JUTRO, KIEDY KAŻDY PIENIĄDZ SIĘ PRZYDA

— Nie ma stosów zaświadczeń, oświadczeń, papierków, papierologii, dokumentów. Jest oświadczenie. Ono post factum będzie weryfikowane po to, żeby uniknąć nieprawidłowości, niewłaściwych zachowań, ale będzie oświadczenie, a nie segregator zaświadczeń. Wszystko będzie się działo online w kanałach bankowości elektronicznej — mówił premier Morawiecki.

#OCALIĆ GOSPODARKĘ

To ważne, bo przedsiębiorcy mówili wcześniej, że pomoc państwa powinna być w jak największym stopniu uproszczona, odbiurokratyzowana. Zresztą z takim apelem wystąpił niedawno do premiera prezes Krajowej Izby Gospodarczej Andrzej Arendarski. W swoim liście zwracał uwagę między innymi na zbyt dużą formalizację procedury wnioskowania o pomoc państwa, co jest znaczącym utrudnieniem w korzystaniu z niej.

> TA POMOC JEST POTRZEBNA JAK NAJSZYBCIEJ, INACZEJ, ZALEJE NAS FALA ZWOLNIEŃ, KTÓRA JUŻ RUSZYŁA, BO W URZĘDACH PRACY REJESTRUJE SIĘ CORAZ WIĘCEJ OSÓB. A BRANŻE NAJBARDZIEJ NARAŻONE NA ZWOLNIENIA TO TURYSTYKA KTÓRA JUŻ OD MIESIĄCA KOMPLETNIE ZAMARŁA (700 TYS. ZATRUDNIONYCH), HOTELE (120 TYS.), GASTRONOMIA I RESTAURACJE (300 TYS. ZATRUDNIONYCH), KULTURA, EDUKACJA, ROZRYWKA (150 TYS.) A TAKŻE TRANSPORT, GŁOWNIE MIĘDZYNARODOWY (700 TYS. ZATRUDNIONYCH).

Według Krajowej Izby Gospodarczej, gdyby ostrożnie założyć, że pracę straci 2 proc. zatrudnionych w tych branżach, mówimy o 400 tys. potencjalnych bezrobotnych (na 16,5 mln zatrudnionych). To optymistyczny scenariusz, bo pesymistyczny to nawet 1,3 mln zwolnionych przy recesji na poziomie około 5 proc. W lutym bez pracy było w Polsce 920 tys. osób.

— Być może każda złotówka wyłożona dziś to oszczędzenie 100, a nawet 1000 złotych jutro, kiedy każdy pieniądz się przyda, nawet jeszcze bardziej niż dziś — mówi Zbigniew Żurek, wiceprezes BCC, proponując kolejne kroki. — Należy uregulować relacje pracownik — pracodawca w związku z pracą zdalną, umożliwić czasowo uelastycznienie czasu pracy, zwolnić na 6 miesięcy pracodawcę oraz pracowników z opłacania składek na ZUS, znieść obowiązek finansowania przez pracodawcę pierwszych 33 dni zwolnienia lekarskiego, przenosząc ten obowiązek na budżet oraz zawiesić wpłaty w ramach Pracowniczych Planów Kapitałowych.

Po okresie przestoju niektóre firmy powoli wracają do pracy. Po świętach fabryka Michelin w Olsztynie stopniowo zaczyna wznawianie produkcji na niektórych liniach. Swoje dalsze kroki uzależnia jednak od rozwoju sytuacji zewnętrznej.

ANDRZEJ MIELNICKI
a.mielnicki@gazetaolsztynska.pl

Premier Mateusz Morawiecki zapowiedział, że po Świętach Wielkanocnych przedstawi „plan powrotu do nowej rzeczywistości gospodarczej". Plan ma być „przedyskutowany z ekspertami".

Do mikrofirm trafi do **25** mld zł,

do małych i średnich firm **50** mld zł,

a do dużych firm **25** mld zł,

Gazeta Olsztyńska zawsze pod ręką. Zaprenumeruj e-wydanie: kupgazete.pl

eprasa.pl 37c19de1b3

WIRUS DROGOWCOM NIESTRASZNY

INWESTYCJE Trwa budowa dwóch mazurskich odcinków ekspresowej trasy Via Baltica. Na trzecim (Ełk Południe-Wysokie) wykonawca czeka jeszcze na wydanie decyzji umożliwiającej rozpoczęcie prac. Niestety w sprawie S16 wciąż czekamy na konkrety.

Budownictwo, przynajmniej na razie, jest jedną z branż, która w miarę normalnie funkcjonuje w czasach obostrzeń związanych z epidemią koronawirusa. Dotyczy to również inwestycji na naszych drogach. Jak sprawdziliśmy, prace przy budowie ekspresówki łączącej Warszawę z krajami nadbałtyckimi i Finlandią idą pełną parą.

Niedawno ruszyły prace przy kolejnym fragmencie międzynarodowej trasy Via Baltica. Drogowcy weszli na teren budowy drogi ekspresowej S61 na odcinku między Szczuczynem a Nową Wsią Ełcką. To odcinek o długości ponad 23 kilometrów, łączący województwo podlaskie z warmińsko-mazurskim.

— Zakończyliśmy wycinkę oraz rozpoznanie saperskie, prowadzimy odhumusowanie i płytkie wymiany gruntów na dwóch frontach od strony Ełku i od strony Szczuczyna. Przygotowujemy się do wzmocnień gruntów i rozpoczęcia prac przy obiektach inżynierskich — relacjonuje wykonawca odcinka.

Przypomnijmy, że na prawie 40-kilometrowym odcinku Szczuczyn – Ełk powstanie 19 obiektów inżynierskich. Zbudowane zostaną dwa duże węzły: pierwszy w Gutach oraz drugi w pobliżu Nowej Wsi Ełckiej, który będzie nazywał się Ełk – Południe. Cały odcinek ma być gotowy w trzecim kwartale 2021 roku.

Fot. GDDKiA

Prace przy Via Baltice trwają. Teraz czekamy na „szesnastkę"

Zaawansowane prace prowadzone są też na odcinku Wysokie – Raczki. — Wykonawca realizuje roboty w zaplanowanym zakresie, bez odczuwalnego spowolnienia. Obecnie prowadzone są prace ziemne i wzmocnienia gruntów. Na obiektach mostowych trwają prace przy wykonywaniu fundamentów, podpór i konstrukcji oporowych — informuje Karol Głębocki, rzecznik olsztyńskiego oddziału Generalnej Dyrekcji Dróg Krajowych i Autostrad.

Z kolei na odcinku Ełk Południe – Wysokie, łączącym dwa poprzednie, trwa procedura uzyskiwania zezwoleniu na realizację inwestycji. Możliwy termin jego uzyskania to czerwiec 2020 r. Wówczas będą mogły rozpocząć się prace budowlane.

Jak informują wykonawcy, mimo obecnej sytuacji nie mają problemów z materiałami, ponieważ dużą część dostarczono przed rozpoczęciem robót, a materiały na wymiany gruntów będą pozyskiwane ze złoży lokalnych.

W związku z obecną sytuacją epidemiczną na wszystkich budowach zostały wprowadzone zasady dotyczące BHP i organizacji pracy polegające na dostosowaniu wykonywanych zadań do zaleceń Ministerstwa Zdrowia oraz Głównego Inspektoratu Sanitarnego. — Na tę chwilę nie odnotowano opóźnień spowodowanych zagrożeniem koronawirusem — dodaje Karol Głębocki.

Niestety to koniec dobrych wiadomości. Nadal bowiem niewiele wiadomo kiedy pojedziemy dobrą drogą z Olsztyna do Ełku. O ile odcinek Borki Wielkie – Mrągowo powinien powstać do 2023 roku, to nadal nie wiadomo kiedy stanie się tak z odcinkiem Mrągowo-Ełk. — Obecnie kończymy prace nad materiałami do wniosku o wydanie decyzji środowiskowej, weryfikujemy raport o oddziaływaniu na środowisko. Po zakończeniu weryfikacji odbędą się posiedzenia zespołu i komisji opiniowania przedsięwzięć inwestycyjnych, na których wskazany zostanie wariant do rekomendacji we wniosku o decyzję środowiskową. Wniosek chcemy złożyć w połowie roku, po debacie, którą wespół z UWM planujemy na początek czerwca oraz po posiedzeniu komisji opiniowania przedsięwzięć inwestycyjnych, którą planujemy zwołać po tejże debacie — wyjaśnia Karol Głębocki.

Przypomnijmy, że obecnie brane są pod uwagę trzy warianty przebiegu S16 od Mrągowa do Ełku. Dwa są zbliżone do obecnej trasy. Trzeci zakłada poprowadzenie drogi od Mrągowa pod Ryn i stamtąd do wsi Woźnice. Ten jest najmniej prawdopodobny.

Przebudowa szesnastki na tym odcinku wzbudziła protesty ekologów i czterech samorządów. Poparło ją z kolei siedemnaście samorządów, także część mieszkańców protestujących gmin jest za nową „szesnastką". O ile samorząd Orzysza jest przeciwny drodze, to w ankiecie mieszańcy gminy Orzysz w przytłaczającej większości, bo w ponad 70 proc. opowiedzieli się za budową „szesnastki".

— Przytłaczająca większość mieszkańców Warmii i Mazur chce budowy S16. Jesteśmy zdeterminowani, żeby tą drogę wybudować. Są trzy warianty i z nich trzeba wybrać jeden — zauważa radny wojewódzki z Ełku Paweł Czemiel, który jest jednocześnie doradcą ministra infrastruktury.

E67 TO EKSPRESOWA DROGA ŁĄCZĄCA EUROPĘ ŚRODKOWĄ Z FINLANDIĄ (PRAGA–HELSINKI). NA ODCINKU HELSINKI – WARSZAWA NAZYWANA JEST VIA BALTICA. PRZEZ NASZE WOJEWÓDZTWO (W OKOLICY EŁKU) PRZEBIEGA 66-KILOMETROWY ODCINEK TEJ DROGI.

PAWEŁ TOMKIEWICZ
p.tomkiewicz@gazetaolsztynska.pl

KOMENTARZ

Mam nadzieję, że wszystkie problemy związane z rozbudową „szesnastki" na odcinku Mrągowo–Ełk rozstrzygną się jeszcze w tym roku. Nasz region potrzebuje tej drogi, a przede wszystkim potrzebują jej wschodnie Mazury. Po tym co robi z naszą gospodarką koronawirus, chyba już nikt nie powinien mieć w tym względzie wątpliwości. **Igor Hrywna**

ZEBRALI ZA MAŁO, ALE I TAK CHCĄ REFERENDUM

Burmistrz Kętrzyna Ryszard Niedziółka może spać raczej spokojnie. Inicjatorom referendum w sprawie odwołania go nie udało zebrać się wystarczającej liczby podpisów.

Przeciwnicy burmistrza o zamiarze „wystąpienia z inicjatywą przeprowadzenia referendum gminnego w sprawie odwołania Burmistrza Miasta Kętrzyn przed upływem kadencji" poinformowali jeszcze w czasach przedkoronawirusowych, bo 29 stycznia. Od tego momentu mieli 60 dni na zebranie podpisów poparcia dla swojej inicjatywy. Warunkiem było zebranie podpisów minimum 10 % osób uprawnionych do głosowania. Według danych Państwowej Komisji Wyborczej w Kętrzynie jest ich 22 114 osób.

Inicjatorzy referendum w ustawowym terminie skierowali do biura Komisarza Wyborczego w Olsztynie wniosek o przeprowadzenie referendum. Dołączyli do niego 176 kart z podpisami mieszkańców. Tych podpisów zebrano łącznie 1544, z czego 1472 uznano za prawidłowe. Zatem jest ich zdecydowanie za mało.

Inicjatorzy referendum nie dali jednak za wygraną. — Ze względu na zaistniałe nadzwyczajne okoliczności: zakażenie mieszkańców Polski koronawirusem, ogłoszenie pandemii przez WHO, ogłoszenie stanu epidemicznego oraz związanych z tym nakazów bezpieczeństwa zdrowotnego i ograniczeń możliwości kontaktów z mieszkańcami miasta, przez osoby zbierające podpisy, wystąpiliśmy do Komisarza Wyborczego z wnioskiem o uznanie, że zebranie pełnej ilości podpisów, wymaganych do postanowienia o przeprowadzeniu referendum było niemożliwe — uzasadnili w wydanym oświadczeniu członkowie grupy referendalnej.

fot. Wojciech Caruk

— Inicjator już w momencie składając wniosek już z podpisami miał taką świadomość, że tych podpisów jest za mało. Tłumaczył sytuację tą epidemią, która teraz panuje, że ludzie boją się podpisywać, wychodzić z domów i pomimo zebrania mniejszej liczby podpisów zwrócił się jednak do pani komisarz z prośbą o przeprowadzenie tego referendum — mówi Piotr Sarnacki, dyrektor Krajowego Biura Wyborczego w Olsztynie.

Teraz postanowienie w tej sprawie musi wydać komisarz wyborczy. **Wojciech Caruk**

eprasa.pl 37c19de1b3

KOŃSKIE ZDROWIE TO ZA MAŁO

LUDZIE Od lat konie z elbląskiej Fundacji Końskie Zdrowie pomagają chorym dzieciom. Dziś to one potrzebują pomocy. W związku z epidemią zajęcia nie są prowadzone, a miesięczny koszt utrzymania stajni wynosi około 10 tysięcy złotych.

Ewa Obrycka-Błaut, prezes zarządu Fundacji, zwróciła się z prośbą o pomoc do elblążan.

— W związku z ogłoszoną pandemią koronawirusa na całym świecie właściwie niespodziewanie ziścił się najczarniejszy scenariusz dla większości społeczeństwa w Polsce, w naszym regionie, w naszym mieście oraz w naszej stajni — mówi pani Ewa.

Od 15 marca Fundacja Końskie Zdrowie nie pracuje.

— Nie prowadzimy żadnych jazd, zdezynfekowaliśmy wszystkie pomieszczenia oraz cały sprzęt jeździecki — opisuje sytuację prezes zarządu. — Pracujemy w bardzo skromnym składzie i ograniczamy do minimum liczbę osób wchodzących na teren Fundacji.

Niestety również wszystkie dotychczasowe zajęcia zostały odwołane.

— Nie mogąc prowadzić zajęć Szkółki Jeździeckiej, Końskiego Przedszkola, jazd komercyjnych i innych projektów, w których bierzemy udział na co dzień, jesteśmy pozbawieni źródła utrzymania obiektu, ludz, a przede wszystkim koni. Nie jesteśmy salą gimnastyczną, którą zamykamy na klucz i czekamy na lepsze, zdrowsze czasy. Musimy zajmować się i pracować z naszymi końmi na bieżąco, na bieżąco też utrzymujemy opiekę weterynaryjną, szczepienia okresowe oraz opiekę kowalską. Nie próżnujemy. W mediach społecznościowych zdradzamy, nad czym pracujemy w obiekcie. Mamy czas na niewielkie remonty i mam nadzieję, że docenicie nasze wysiłki, aby utrzymać kontakt z dziećmi zdalnie — po to udostępniamy codzienne wieści ze stajni — opowiada Ewa Obrycka-Błaut.

Fot. Marek Lewandowski

Ewa Obrycka-Błaut i jej podopieczni

> ZOSTAWIŁAM PRACĘ ZAWODOWĄ DLA TEJ ORGANIZACJI, BO WIERZĘ, ŻE PRZEZ TEN ROK UDAŁO SIĘ ZARAZIĆ NIEJEDNĄ OSOBĘ MIŁOŚCIĄ DO KONI I JEŹDZIECTWA.

Jak zauważa szefowa Fundacji Końskie Zdrowie, zdecydowana większość z rodziców dzieci ze Szkółki Jeździeckiej zapłaciła zgodnie z umową pełną opłatę miesięczną.

— I za to serdecznie dziękuję. Nie ukrywam również, że bez tych środków nie byłoby możliwe utrzymywanie ośrodka. Dziękuję też za wszystkie kontakty i próby pomocy, pytania o przyszłość — podkreśla.

I dodaje: — Koszty miesięczne Fundacji to prawie 10 tysięcy złotych, zatem nie jest to mało w tych czasach. Mamy kwiecień i przed sobą kolejne niepewne miesiące. Niestety zapasów finansowych Fundacja obecnie nie ma. Od prawie 30 lat nie prowadziliśmy żadnej zbiórki pieniędzy, nie pozyskiwaliśmy środków na bieżącą działalność, nie prosiliśmy o pomoc, wierząc, że praca, jaką wykonujemy, sama się obroni. I — jak dotąd — zawsze pozwalała na utrzymanie. W chwili obecnej po prostu nie możemy pracować.

— Obserwuję i rozmawiam z osobami z branży jeździeckiej, wkrótce czeka nas dramatyczna walka o pozostanie na powierzchni. Zapewne zmniejszy się pogłowie koni w Polskie w ogóle — uważa pani Ewa. — Praca u podstaw, którą od lat zajmuję się osobiście, dziedzicząc ten obowiązek po tacie, założycielu Fundacji, stanie się mniej dostępna, ze względów finansowych, także wśród naszych klientów. Fundacją zajmuję się zaledwie od roku i robię wszystko, żeby trwać w misji #pasjadlapokolen oraz #odnowakonskiegozdorowia. Zostawiłam pracę zawodową dla tej organizacji, bo wierzę, że przez ten rok udało się zarazić niejedną osobę miłością do koni i jeździectwa. Stąd też wprost proszę o pomoc finansową — darowizny w dowolnej i dobrowolnej wysokości wpłacane na konto Końskiego Zdrowia.

Ewa Obrycka-Błaut zwróciła się z apelem do wszystkich, którym los koni nie jest obojętny: „W Naszej Końskiej Rodzinie siła — wspierajcie Fundację, by nie zniknęła z mapy miasta i mapy stajni w regionie. Wpierajcie, by chociaż ułamek moich planów na 2020 rok udało się zrealizować. Wierzę, że się uda". **k**

Dziennik Elbląski zawsze pod ręką. Zaprenumeruj e-wydanie: kupgazete.pl

WSPARLI MEDYKÓW NA SŁODKO

Pomagać można na wiele sposobów. Na wyjątkowo słodki pomysł wpadli wychowankowie „Zakątka" w Zielonce Pasłęckiej i Samodzielnego Mieszkania w Pasłęku. W ten sposób podziękowali pracownikom służby zdrowia.

Wychowankowie Placówek Opiekuńczo-Wychowawczych wyrazili swój wielki podziw, szacunek i wdzięczność pracownikom służby zdrowia w najprostszy możliwy sposób. W ramach akcji #zostańwdomu, dzielnie w nim są, a co więcej wykorzystują ten czas na pieczenie przepysznych słodkości — powiedział Grzegorz Dawidziuk.

W imieniu dzieci kosz pełen własnoręcznie przygotowanych ciasteczek pracownikom Szpitala Powiatowego w Pasłęku przekazał Leszek Czyżewski, dyrektor obu placówek.

Fot. starostwo w Elblągu

Takie gesty udowadniają, że nawet w tym trudnym dla wszystkich okresie jest miejsce na uśmiech. Wychowankom placówek gratulujemy niezwykłego pomysłu i wierzymy, że zainspirują innych do tego, by pamiętali o pracownikach służby zdrowia, którzy każdego dnia ryzykują własnym zdrowiem, by ratować nasze.

WIELKA AKCJA SZYCIA MASECZEK

Burmistrz Fromborka, wspierając mieszkańców, szpital i przychodnię, zainicjował akcję „Uszyj maseczkę do codziennego korzystania". Gmina kupiła materiały, a do ich produkcji społecznie włączyły się Małgorzata Łukasik oraz Jolanta Kamionka. Każda z nich uszyje tyle maseczek, ile zdoła. Są szyte m.in. w Bibliotece i Miejsko-Gminnym Ośrodku Kultury. Do akcji przyłączyły się też pracownice ośrodka pomocy społecznej. Uszyły za własne pieniądze 200 masek i przekazały miejscowemu szpitalowi.

W budżecie gminy Frombork została uruchomiona rezerwa celowa z przeznaczeniem na zakup środków zabezpieczenia osobistego: kombinezonów ochronnych, masek i okularów ochronnych, maseczek chirurgicznych, rękawic jednorazowych oraz środków do dezynfekcji indywidulanej i powierzchni.

eprasa.pl 37c19de1b3

SZCZYT ZACHOROWAŃ: 25 KWIETNIA

ZDROWIE\\\ Jeszcze 23 marca Model ExMetrix prognozował blisko 9 tys. potwierdzonych infekcji w Polsce i szczyt zachorowań w okolicy 20 kwietnia. I na razie się to potwierdza. Niedawno podano kolejne wyliczenia. Jak to się ma do przewidywań rządu?

ExMetrix jest spółką zajmującą się prognozowaniem ekonomicznym i społecznym. Tworzy oprogramowanie wykorzystujące najnowsze modele statystyczne i numeryczne oparte o uczenie maszynowe, sztuczną inteligencję (SI) i sieci neuronowe. Daje dostęp do gotowych modeli statystycznych i predykcyjnych oraz umożliwia tworzenie własnych modeli bazując na 80 milionach strumieni danych dostępnych w systemie lub na dowolnych zbiorach własnych danych.

To idealny przykład na pokazanie, jak bardzo zaawansowana jest już technologia uczenia maszynowego czy SI (choć nadal może się mylić) — sprawdzalność dotychczasowych prognoz dziennych dla epidemii w Polsce to aż 94,4 proc.

> WIRUS NA ŚWIECIE ZWALNIA? NA STANOWCZE STWIERDZENIE JEST JESZCZE ZA WCZEŚNIE, ALE NAJNOWSZE DANE Z WŁOCH, NIEMIEC CZY USA POZWALAJĄ NA OSTROŻNY OPTYMIZM.

Wcześniejsze prognozy potwierdziło ponowne oszacowanie modelu (reestymacja), które zostało wykonane 28 marca. Kolejnemu szacowaniu model został poddany 7 kwietnia.

Jak czytamy na stronie ExMetrix, prognoza po tzw. douczeniu modelu zasadniczo się nie zmieniły. Symulacja nadal wskazuje około 9 tysięcy potwierdzonych testami infekcji, ale szczyt zachorowań przesunął się o kilka dni — z 20 w okolice 25 kwietnia. Wtedy ma być około 9 tysięcy chorych.

Dzienne zachorowania powinny już spadać. W wtorek ma ich być 346.

— Z modelu po reestymacji wynika też możliwość minimalnie łagodniejszego, mniej stromo nachylonego przebiegu liczby wykrywanych zakażeń, co odzwierciedla zachowanie dwóch zmiennych z grupy tworzącej model. Pierwsza, to dokładniejsza prognoza temperatury (nieco wyższa niż zakładana poprzednio), a druga to utrzymująca się na dość wysokim poziomie liczba testów koniecznych do wykrycia jednego pozytywnego przypadku — czytamy na stronie firmy.

— Niezmiennie uważamy, że jednym z kluczowych elementów skutecznej walki z koronawirusem jest ograniczenie migracji, bezpośredniej komunikacji i dyscyplina w przestrzeganiu wprowadzonych ograniczeń. Nasze modele zakładają, że w okresie Wielkanocnym czynniki te znacząco się nie zmienią — stwierdził Ryszard Łukoś, główny analityk ExMetrix.

W budowie modelu przebiegu epidemii wirusa zostały uwzględnione:

- dotychczasowy przebieg pandemii w wielu krajach,
- czynniki meteorologiczne,
- stan opieki zdrowotnej w danym kraju,
- stan kondycji zdrowotnej społeczeństwa, ze szczególnym uwzględnieniem czynników ryzyka takich jak choroby onkologiczne, kardiologiczne, cukrzyca i otyłość,
- struktura demograficzna społeczeństwa (szczególnie odsetek ludzi w podeszłym wieku),
- poziom restrykcji stosowanych przez władze i przestrzeganie ich przez obywateli.

Model został zbudowany przy wykorzystaniu technologii z zakresu sztucznej inteligencji. Technologia ta pozwoliła oszacować wpływ informacji z wymienionych obszarów na takie parametry krzywej zakażeń, jak:

- nachylenie odzwierciedlające przyrost liczby zakażonych w danej chwili
- rozpiętość pozwalająca określić maksymalny pułap liczby zachorowań oraz czas trwania epidemii.

Przy budowie modelu założono też, że statystyki w krajach dotkniętych COVID-19 nie były zatajane ani sztucznie modyfikowane.

Jak to się ma do informacji przekazywanych przez rząd?

Łukasz Szumowski, minister zdrowia, stwierdził niedawno w rozmowie z TVN24, że

Fot. Freepik

Sprawdzalność prognoz dziennych ExMetrix wynosi 94,4 proc.

gdybyśmy nic nie zrobili (obostrzenia), to mielibyśmy dziś o 25 proc. więcej zakażonych, a w szczycie aż 50 tys. Wyraźnie podkreślał też, że: — Jest to świeża epidemia. Nie wiemy, czy pogodowe warunki jakkolwiek to zmienią. Nasz czas, czas, jaki biegnie, to czas do szczepionki. Musimy mieć perspektywę tej szczepionki.

Z kolei w radiowej Trójce mówił: — Mamy dane, że jeżelibyśmy uwolnili naród, państwo, ludzi na święta, to byśmy mieli o 10, 20, 30 proc. więcej, a czasami o 50 proc. więcej zachorowań. Obecne działania ograniczające przemieszczanie się przyniosły widoczny efekt.

W poniedziałek 6 kwietnia premier Mateusz Morawiecki powiedział w Sejmie: — Spodziewamy się, że szczyt zachorowań jest przed nami — w maju, czerwcu. Chcemy do tego czasu ograniczyć liczbę zachorowań, a w szczególności wypłaszczać krzywą zachorowań.

> JAK MÓWIŁ 12 KWIETNIA W TVN24 MATEMATYK PROFESOR TOMASZ LIPNIACKI, ZANIM LICZBA OSÓB ZAKAŻONYCH KORONAWIRUSEM SPADNIE W SKALI TYGODNIA DO POJEDYNCZYCH OSÓB, KTÓRE DA SIĘ WYIZOLOWAĆ, BĘDZIEMY MUSIELI CZEKAĆ TRZY MIESIĄCE.

Swoje dodają środowiska medyczne, które alarmują, że dane dotyczące zgonów mogą być zaniżone. A to dlatego, że do tej pory uwzględniano w nich wyłącznie osoby, u których przed śmiercią wykonano testy potwierdzające zakażenie. Teraz ma być inaczej, bo nowa klasyfikacja zgonów uwzględni też tych, u których wszystkie objawy wskazują na Covid-19.

Zgodnie z Międzynarodową Statystyczną Klasyfikacją Chorób i Problemów Zdrowotnych w Polsce stosowanych jest ok. 3 tys. kodów oznaczających przyczyny zgonów. W przypadku śmierci pacjenta zakażonego koronawirusem lekarze w karcie zgonu umieszczali dotychczas kod — U07.1, ale mogli go zastosować wyłącznie u pacjentów po testach. Od kwietnia, zgodnie z rekomendacją WHO, Państwowy Zakład Higieny zmienił wytyczne dotyczące klasyfikowania zgonów z powodu koronawirusa. Nowy kod to U07.2. Jako przyczynę zgonu można wpisać covid-19, gdy pacjent nie miał testu, ale wywiad epidemiologiczny wskazuje na zakażenie (pacjent miał objawy, był w kwarantannie, miał bezpośredni kontakt z osobami zakażonymi, tomografia płuc wykazuje zmiany charakterystyczne dla tego zakażenia).

Lekarze podkreślają też, że zapominamy na co dzień o innych chorobach — o pacjentach z chorobami przewlekłymi, którzy zostali odcięci od terapii i wizyt kontrolnych. Śmiertelność z powodu chorób przewlekłych w Polsce sięgała przed pandemią do blisko 60 proc. wszystkich zgonów.

oprac. Paweł Jaszczanin

PROGNOZA EXMETRIX /DANE MZDROWIA

2020-04-08	5422	5205
2020-04-09	5746	5575
2020-04-10	6122	5955
2020-04-11	6481	6356
2020-04-12	6818	6674
2020-04-13	7020	6934
2020-04-14	7365	

ANIMEX FOODS NIE ZWALNIA TEMPA

Koronawirus zamyka duże i małe firmy. Jednym z największych pracodawców w regionie jest Animex Foods. Jak wygląda sytuacja w zakładach należących do przedsiębiorstwa.

Wszystkie zakłady Animex Foods w województwie warmińsko-mazurskim, czyli w Ełku, Ostródzie oraz Iławie, funkcjonują i będą funkcjonować normalnie. Tak samo wygląda sytuacja w pozostałych zakładach w Polsce.

W trzech zakładach zlokalizowanych w województwie warmińsko-mazurskim pracują 3404 osoby, oprócz pracowników firm zewnętrznych (np. pracownicy z Ukrainy) oraz poddostawców.

— Nie planujemy wstrzymania odbioru żywca wieprzowego czy drobiowego oraz innych produktów pochodzących od naszych dostawców, a także nie zamierzamy wprowadzać przestojów ani czasowego zamknięcia któregoś z zakładów — informuje Łukasz Dominiak, rzecznik prasowy Animex Foods.

Jak podkreśla, we wszystkich obiektach przedsiębiorstwa wdrożone zostały i stale są aktualizowane zalecenia i wytyczne, oparte na wiedzy naukowców oraz przepisach krajowych dotyczące ograniczeń rozprzestrzeniania się koronawirusa.

— Dbamy o bezpieczeństwo naszych pracowników oraz ich bliskich, a także współpracujących z nami kontrahentów, stosując się m.in. do aktualnych obostrzeń — dodaje Łukasz Dominiak. — Dzięki takiemu podejściu od samego początku ogłoszenia stanu epidemicznego w kraju aż do dzisiaj nie odnotowaliśmy istotnego spadku frekwencji wśród załóg ani poważnych zakłóceń w ciągłości produkcji.

Zdaniem rzecznika Animex Food, firma nie przewiduje także, aby w najbliższej przyszłości ten stan miał się zmienić. Nadrzędnym celem jest zapewnienie dostaw dobrej jakościowo żywności mieszkańcom Warmii i Mazur oraz całej Polski.

W wielu innych firmach w Ostródzie i okolicy są przestoje w produkcji. W firmie Ostróda Yacht wstrzymano produkcję od 1 do 17 kwietnia. Zatrudnia około 1000 osób. Powodem jest brak komponentów potrzebnych do produkcji — dostawcy też wstrzymali pracę.

bcl

eprasa.pl 37c19de1b3

PRZEŻYĆ I NIE ZWARIOWAĆ

KWARANTANNA Brzmi jak wyzwanie. Z jednej strony izolacja, całkowita zmiana codziennych nawyków, z drugiej — przytłaczająca bliskość rodzinki. Pytanie: „Jak żyć?!" — dziś nabiera nowego sensu.

Fot. pixabay.com

JAK W KOSMOSIE

Nic dziwnego, że specjaliści, publicyści, ale i wszyscy ci na kwarantannie, czy to przymusowej, czy profilaktycznej poddani — prędko sięgnęliśmy po sprawdzone wzorce. Z pewnością o długotrwałej izolacji na bardzo ograniczonej powierzchni sporo wie astronauta. Himalaista wie niewiele mniej, choć w jego przypadku z tą powierzchnią jest wręcz odwrotnie i mam wrażenie, że czasem bezmiar tej przestrzeni przytłacza go bardziej niż wąskie limity. Specjalistą od rad na czas kwarantanny może być też pierwszy z brzegu żołnierz marynarki wojennej w czasie długotrwałej służby na łodzi podwodnej, ale i pracownik stacji polarnej — też na długie miesiące izolacji bywa skazywany i też musi sobie jakoś radzić.

— Wypracuj rutynę — bez namysłu poradził Scott Kelly, astronauta. Wie, co mówi, bo w kosmosie sam jeden spędził rok. — Każdy dzień na Międzynarodowej Stacji Kosmicznej rozpoczynałem od 2-godzinnego treningu. Z jednej strony pozwalało mi to utrzymać odpowiednią masę mięśniową, ale i nowej codzienności nadać jakąś strukturę.

— W czasie służby na łodzi podwodnej wraz z wieloma towarzyszami tej służby przetrwaliśmy wiele miesięcy stłoczeni w stalowej rurze, głęboko pod wodą — na swoim Twitterze pisał Jon Bailey, marynarz, sternik łodzi podwodnej, a wcześniej także okrętu podwodnego amerykańskiej marynarki wojennej.

I wskazał na kilka aspektów tego „tłoku": na rutynę, prywatność, nawyki żywieniowe, ćwiczenia, komunikację na odległość, perspektywę.

— Życie na morzu polega na wachtach i rutynie. Dni tygodnia poznajesz po tym, co było na obiad. Wypracujcie więc i teraz rutynę, sprawdźcie, jak działa, zapiszcie i trzymajcie się jej. Podzielcie dzień na część pracy zdalnej, na część odpoczynku, ćwiczeń, posiłków, hobby. Taką samą rutynę stwórzcie swoim dzieciom — radzi Jon Bailey.

Czyli znów ta rutyna.

— Jak wiele innych służb, ta też się skończy. Lepiej tkwić w takiej zamkniętej puszce, niż unikać bombardowania. Nie epatuj sam siebie wiadomościami o zarażeniach, zgonach... Zamknij się trochę bardziej w swoim świecie, skup się na tych drobnostkach, które sprawiają ci radość, i snuj plany na przyszłość. W domu przynajmniej masz okno — pisał Jon Bailey.

Tyle kosmonauta i marynarz z łodzi podwodnej.

DOBRA FILOZOFIA

Jak wiadomo, słowo „filozofia" pochodzi od greckiego zestawienia słów „filos" — miły, ukochany, i „sofia" — czyli mądrość. O pomoc na czas kwarantanny zwróciłam się właśnie do zaprzyjaźnionego filozofa. Jaki jest jego sposób na izolację?

— Odosobnienie stawia nas jakby przed lustrem własnej psychiki — mówi dr hab. Mirosław Piróg, adiunkt w Instytucie Filozofii Uniwersytetu Śląskiego. — Przykładowo, w tradycji buddyzmu tybetańskiego odosobnienie jest potężnym narzędziem transformującym osobowość adepta. Oczywiście, ta transformacja możliwa jest w ramach konceptualnych tej religii. Zwykły człowiek jest pozostawiony sam sobie i może liczyć tylko na zasoby własnej osobowości, które zwykle są — przyznajmy to — dość ograniczone. Dziś kwarantanna stawia większość ludzi przed zadaniem, któremu nie mogą sprostać. Życie przerasta nas niezależnie od sytuacji, ale w sytuacjach granicznych — w obliczu śmierci, choroby, walki, winy — mamy szczególnie trudne zadanie. Teraz przechodzimy przez to w wymiarze zbiorowym, jak w czasie wojny.

Fot. Anna Agata Gierlińska

Mirosław Piróg, filozof

Fot. archiwum prywatne

Zenon Waldemar Dudek, lekarz psychiatra

PSYCHE NIE JEST GORSZA

Psyche to z kolei po grecku dusza. Dodatkowo Psyche pisana dużą literą — jest jedną z bohaterek mitologii greckiej, boginią, która uosabiała duszę ludzką właśnie. A ponieważ ja moją duszę miłuję nie mniej niż mądrość, z pytaniem o sposoby i rady na przetrwanie kwarantanny zwróciłam się też do psychiatry — czyli do lekarza duszy. Jak radzić sobie z izolacją?

— Nigdy nie jesteśmy sami — zapewnia mnie Zenon Waldemar Dudek, lekarz psychiatra, prezes Fundacji Instytut Psychologii i Kultury ERANOS. — Samotność to poczucie dziecięce, kryzysowe, stan typowy dla narcyzmu, w którym myślimy tylko o sobie. Umysł i wyobraźnia potrafią przenikać wszelkie mury, a nawet granicę śmierci. Kto czuje się samotny, powinien coś zrobić dla innych, albo też coś dla siebie, czyli choćby sam ze sobą pogadać, ale poważnie.

A jak to jest tak konkretnie — gorzej jest tym zupełnie samotnym, czy raczej tym na łonie rodziny, która w wielu wypadkach spadła na nas jakoś tak kompletnie znienacka?

— Dobra wspólnota jest zawsze lepsza niż samotność, bo człowiek jest istotą społeczną — tłumaczy dr Dudek. — Już w epoce jaskiniowej tworzył sztukę i uprawiał rytuały przy ogniu. Ale zła wspólnota i wrogie relacje, nienawiść, nieczułość, zakłamanie i przemoc — są gorsze niż własna skromna, ale dobra samotność.

JAK PRZETRWAĆ WIRUSA?

Tak generalnie, globalnie — tak z jedną uniwersalną receptą dla całej ludzkości. Jak dotrwać do końca kwarantanny i w miarę gładko wrócić do tego, co przed wirusem nazywaliśmy „normalnością"?

— Człowiek od tysięcy lat budował życie społeczne i kulturę, tworzył mity i wierzył w bogów, gromadził się razem, gdy ktoś umierał i gdy rodził się nowy człowiek — mówi dr Dudek. — Zbierał się na śpiewach i tańcach, ale też wtedy, gdy dzieci chciały słuchać baśni i opowiadać swoje sny. W ten sposób był zdolny przetrwać trudne czasy. Tylko człowiek jest zdolny zbudować kulturę, która przetrwa setki, tysiące lat. Koronawirus tylko wtedy nas pokona, gdy stracimy rozum odporny na lęk i instynkt budowania zdrowej wspólnoty. Nie zginiemy, choć będą ofiary kataklizmu, gdy będziemy wierzyć w wyższe wartości, a zdrowy rozsądek pomoże nie ulegać demagogom, kłamcom i głosicielom marnych utopi. Naszą ostoją jest wiara w dobro i wspólne działanie w kryzysie.

— A powrót do „normalności", do stanu sprzed wirusa? Normalność przyjdzie sama, gdy my zachowamy się normalnie i przyzwoicie. Pandemia jest tylko inną wersją wojny. Tym razem naprawdę globalnej, przenikającej wszystkie poziomy ludzkiej egzystencji. Normalność odbudujemy, gdy będziemy mieć zakotwiczenie w ponadczasowych wzorcach, takich jak prawda, dobro, miłość, mądrość, sprawiedliwość. Jung nazywa je archetypami. Można w nich zobaczyć życie na najgłębszym, duchowym poziomie. Wartości archetypowe są lustrem dla rozumnego umysłu i oparciem dla uczuć w warunkach kryzysu i bazą dla kultury, która mieszka głęboko w nas i pomoże się nam odrodzić — radzi dr Dudek.

MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA
m.bukowiecka@gazetaolsztynska.pl

Gazeta Olsztyńska zawsze pod ręką. Zaprenumeruj e-wydanie: kupgazete.pl

eprasa.pl 37c19de1b3

WALKA TO ICH CODZIENNOŚĆ

POMAGAMY\\\ Wśród nas są chore i niepełnosprawne maluchy, z osłabioną odpornością, które potrzebują naszej pomocy.

arch. prywatne/Fundacja Przyszłość dla Dzieci

Fundacja „Przyszłość dla Dzieci" ma pod swoją opieką 400 dzieci, którym los nie był łaskawy. Maluchy i ci, troszkę starsi, muszą ciężko pracować, by choć w małym stopniu być tak sprawnym, jak ich zdrowi rówieśnicy. Dzięki waszej pomocy udało im się już wiele zrobić, ale można dużo więcej, jeśli w tym roku wpiszesz ten KRS 0000148747 w swoim zeznaniu podatkowym. Zobaczcie sami, z czym na co dzień borykają się podopieczni Fundacji.

WIKTOR

To dwuletni chłopczyk, który z ciekawością odkrywa świat. Rodzice nie ukrywają, że jest ich oczkiem w głowie. Dumnie mówią o każdym nowym postępie. Nie byłoby w tym nic dziwnego, w końcu każdy rodzic jest dumny ze swojego dziecka. Jedyną różnicą jest fakt, że każdy atak padaczkowy powoduje poważne zmiany w mózgu Wiktora i cofa go w rozwoju, zmuszając do uczenia się na nowo zdobytych już umiejętności. Chłopczyk zmaga się z padaczką lekooporną zwaną zespołem Westa. Lekarze włączyli do leczenia sterydy, które łagodzą napady, jednak zespół Westa to nieobliczalna choroba. W marcu po pobycie w szpitalu wprowadzono chłopcu dietę katogenna, która ma pomóc w walce z padaczką. Wiktor wymaga stałej opieki lekarzy, a także wielogodzinnej kosztownej rehabilitacji. Rodzice chłopca jednak się nie poddają i żyją nadzieją, że ich syn w przyszłości będzie mógł w pełni korzystać z życia.

MAJA

W tym roku skończy 5 lat, jest prawdziwym wulkanem energii i oczkiem w głowie mamy, która samotnie ją wychowuje. Kiedy dziewczynka była mała, wykryto u niej torbiel szyszynki. Jeżeli torbiel będzie rosła, może zacząć uciskać na nerwy, powodując ślepotę, a nawet upośledzenie. W wieku dwóch lat neurolog stwierdził u Mai małogłowie. Dziewczynka musi być pod stałą kontrolą neurologa.

Na domiar wszystkiego Maja ma zaburzeń SI, nadwrażliwość na dotyk i dźwięki, a także wybiórczość pokarmową. Dziewczynka miała być diagnozowana pod kątem zaburzeń ze spektrum autyzmu, jednak wizyta u okulisty wyjaśniła niepokojące zachowanie dziewczynki. Okazało się, że wszystkie dolegliwości, czyli nadwrażliwość na światło, błędny wzrok, a także częste potykanie się spowodowane były poważną wadą wzroku.

— Kiedy Maja pierwszy raz założyła okulary, powiedziała: „Mamusiu, ja widzę!" — relacjonuje pani Małgorzata, mama dziewczynki.

Dziewczynka uczęszcza do przedszkola, w którym ma specjalne zajęcia terapeutyczne. Oprócz tego kilka razy w tygodniu jeździ na rehabilitacje i ćwiczy z mamą w domu. Maja wymaga specjalistycznego obuwia ze względu na wadę postawy i koślawe nóżki. Koszt specjalistycznego obuwia jest bardzo wysoki i wymaga ciągłej wymiany ze względu na to, że dziecko cały czas rośnie, do tego dochodzą koszty leków i rehabilitacji. Obie z mamą potrzebują pomocy, tak wiele spadło na ich barki. Za dużo, by same mogły to udźwignąć.

oprac. Anna Ciborowska

Masz moc! Możesz pomóc Wiktorowi i Mai oraz ich 400 fundacyjnym koleżankom i kolegom. Wystarczy przekazać 1% podatku Fundacji „Przyszłość dla Dzieci", wpisując numer KRS 0000148747 w zeznaniu podatkowym. A już dziś można dokonać wpłaty na konto Fundacji „Przyszłość dla Dzieci": 58 1240 1590 1111 0000 1453 6887.

NIE WYSYŁAJ WNIOSKÓW E-MAILEM!

Wszyscy, którzy chcą złożyć wniosek do ZUS elektronicznie, mogą go przekazać wyłącznie za pośrednictwem portalu Platformy Usług Elektronicznych (PUE) ZUS.

Skany, zdjęcia czy wypełnione pliki word lub pdf przesłane e-mailem nie będą traktowane jak wnioski i nie będą przez ZUS rozpatrywane — mówi Anna Ilukiewicz, regionalny rzecznik prasowy ZUS w województwie warmińsko-mazurskim. — Bardzo prosimy tych klientów, którzy przesłali swoje wnioski na adres cot@zus.pl lub inny adres mailowy o ponowne przekazanie ich we właściwy sposób. Jeśli ktoś chce je złożyć elektronicznie należy to zrobić za pośrednictwem naszej platformy PUE ZUS .

Przypominamy, że aktualnie wnioski można składać do ZUS:

* drogą elektroniczną – przez PUE ZUS,
* w formie papierowej - za pośrednictwem poczty,
* osobiście w placówce ZUS – do skrzynki na dokumenty oznakowanej napisem „Tarcza antykryzysowa" (bez kontaktu z pracownikiem ZUS).

fot. pixabay

— Zachęcamy klientów do założenia profilu PUE. Można to zrobić bez wychodzenia z domu - przez internet - za pomocą profilu zaufanego ePUAP lub bankowości elektronicznej. Jest to bardzo proste i nie zabiera wiele czasu — zapewnia Ilukiewicz.

ZUS

Chcesz być na bieżąco...

...a nie możesz wyjść z domu?

www.kupgazete.pl

E-WYDANIE

CODZIENNA DAWKA WIADOMOŚCI!

196200TBS-K-K

eprasa.pl 37c19de1b3

W DOMOWEJ KUCHNI MI CIASNO

— TRZEBA BYĆ DOBREJ MYŚLI... BO PO CO BYĆ ZŁEJ? — PYTA RETORYCZNIE PIOTR DOMAŃSKI, OSOBOWOŚĆ ROKU W KATEGORII DZIAŁALNOŚĆ SPOŁECZNA I CHARYTATYWNA NA POLSKIM WYBRZEŻU. JEST OD LAT MIESZKAŃCEM GDAŃSKA, A POCHODZI Z WARMII.

Już jako młody chłopak opuścił swoje rodzinne strony — Warmię i Mazury.

— Chciało mi się do dużego miasta, więc podjąłem naukę w Technikum Budowy Okrętów w Gdańsku i w zasadzie już na Warmię nie wróciłem — wspomina. — Ale to nie znaczy, że tak się nie stanie.

Nauka w szkole średniej niewiele wniosła do życia dorosłego pana Piotra, bo nie buduje okrętów, chyba że takie, które można by zjeść. Jest bowiem szefem kuchni w Craft Beer czterogwiazdkowego Central Hotel w Gdańsku.

— Kiedy byłem jeszcze w szkole, postanowiłem odciążyć rodziców finansowo i podjąłem pracę w gastronomii — wspomina Piotr Domański. — Na początku byłem kelnerem, potem barmanem, w końcu kierownikiem sali. Pracowałem w popularnych, znanych w Trójmieście lokalach, takich jak „Rudy kot" czy „Żak. Byłem na sali, ale kusiły mnie zawsze zapachy z kuchni. Ciągnęło do gotowania. I po kilku latach w różnych lokalach w końcu trafiłem i tam.

Pan Piotr szybko się uczył i zawód kucharza okazał się jego przeznaczeniem.

— Przeszedłem wszystkie szczeble zawodowe — opowiada. — Zrobiłem też kursy pedagogiczne, żeby uczyć. Kocham to, co robię i bardzo lubię uczyć, zwłaszcza młodzież i dzieci. Cieszy mnie, kiedy robią to z pasją, zaangażowaniem, jakie rzadko można zobaczyć u dorosłych.

Tytuł Osobowości Roku nie jest przypadkowy. Pan Piotr od lat współpracuje ze szkołami, domami dziecka, gdzie prowadzi warsztaty, także dla trudnej młodzieży.

— To daje ogromną satysfakcję — mówi szef kuchni. — Kiedy na przykład przychodziłem do ośrodka integracyjnego, dzieciaki na mój widok bardzo się cieszyły. „Pan kucharz przyszedł! Co będziemy gotowali?!" — krzyczały radośnie.

Co ciekawe, nie wybrzydzały. Jadły to, co im się zaproponowało, a w czasie warsztatów przerobiliśmy niemal wszystkie kuchnie świata, także te egzotyczne. Próbowali więc ślimaków, owoców morza. Mówiłem im: „najpierw spróbuj, a później oceniaj, czy ci to smakuje, czy nie" i słuchali. Próbowali, nawet kiedy mieli wcześniej opory.

Pan Piotr cieszy się, że jego warsztaty i kursy zostają w pamięci dzieciaków.

— Pamiętam taką sytuację, że po jakimś czasie od warsztatów spotkałem jednego z uczestników, który przypomniał mi, że to u mnie po raz pierwszy jadł nieszpułkę — uśmiecha się na to wspomnienie szef kuchni. — Inny został kucharzem. Bardzo mnie to cieszy.

Praca z młodymi ludźmi zaczęła się od projektu, do którego pan Piotr został zaproszony. Potem postanowił organizować warsztaty charytatywnie i nadal chętnie to robi. Regularnie współpracuje ze Szkołą Podstawową nr 58 w Gdańsku.

— Robiliśmy nawet takiego małego MasterChef'a. Były nagrody, bo znalazłem sponsorów. Dzieci bardzo lubią uczestniczyć w takich kulinarnych zabawach — opowiada szef kuchni. — Mnie to też daje dużo radości.

Piotr Domański jest członkiem Polskiej Akademii Sztuki Kulinarnej, którą tworzą najlepsi szefowie kuchni, znawcy i propagatorzy sztuki kulinarnej. Dzielą się swoją wiedzą i ogromnym doświadczeniem. Organizują kursy, szkolenia, warsztaty. Ale to nie wszystko. Pan Piotr i jego koledzy, także ci, którzy do akademii nie należą, organizują różnego rodzaju akcje charytatywne. Zdarzyło im się na przykład, w liczbie stu kucharzy, wdrapać na Rysy i tam zgrillować steki. Pan Piotr musiał wtedy zostać na dole, bo był współorganizatorem, ale mocno wspierał kolegów. To była zbiórka na rzecz jednego z kucharzy. Mężczyzna stracił rękę i potrzebował protezy.

Fot. Andrzej Kuziak

Piotr Domański należy do Polskiej Akademii Sztuki Kulinarnej

Życie polskich szefów kuchni nie kończy się w ich miejscach pracy. Jedną z ciekawszych imprez jest spotkanie pod hasłem Wielka Kolacja Szefów, kiedy w jednej kuchni spotyka się kilkunastu z nich, z całej Polski. Powstają wówczas niezwykłe autorskie dania. Pan Piotr na przykład zrobił ostatnio ze swoją ekipą tatara ze śledzia z burakami.

— Śledzie uwielbiam i jeść i robić. To wspaniała ryba i mam wrażenie, że to jeden z symptomów mojego zasiedzenia na wybrzeżu, zbliżenia duchowego do Kaszub — zwierza się Piotr Domański. — Mam wrażenie, że ze śledzia można zrobić wszystko. Poza tym przyznaję — jestem mięsożerny.

Lidzbarczanin z pochodzenia lubi i promuje także kuchnię warmińską i ogólnie jest wielbicielem potraw polskich. Tylko, że lubi je odświeżyć, unowocześnić.

— Czasami wystarczy prosty zabieg — mówi. — Chociażby nasza tradycyjna mizeria. Można ogórki pociąć w paski i już wygląda to inaczej, ciekawiej. Takie proste triki sprawiają, że potrawy wyglądają piękniej, a je się przecież także oczami.

Pan Piotr w swojej kuchni wykorzystuje stare polskie przepisy.

— Mam książkę kucharską z 1898 roku i przepisy w zeszycie, które spisywała moja babcia, a później mama. Wracam do tych starych potraw, ale w nowoczesnym wydaniu. W swojej kuchni wykorzystuję takie warzywa jak skorzonera, czy brukiew. Przyznam, że gotowania uczyłem się też od mojej babci. Ona często robiła kopytka, kluski śląskie, no i oczywiście pierogi i proziaki. Przyrządzała też znakomite zupy. Najlepszy pod słońcem krupnik, grochówkę, czy rosół, który powstawał z trzech rodzajów mięsa. Jej kuchnia mnie inspirowała. Bardzo dobrze gotuje też moja mama, dlatego lubię polską tradycyjną kuchnię. O tym, że przyrządzanie potraw to dla pana Piotra nie tylko zawód, ale i pasja, świadczy także to, że gotuje również w domu.

— Trochę mi w tej kuchni domowej ciasno — śmieje się. — W pracy mam o wiele więcej miejsca, no i warsztat lepiej wyposażony, więc czasami łapię się na tym, że czegoś mi brakuje, na przykład jakiegoś narzędzia. Poza tym, jak robię zupę to zapominam, że jest nas w domu tylko dwoje (dzieci są dorosłe) i gotuję 10 litrów. Zdarza mi się dzielić później z naszymi przemiłymi sąsiadami. Oni zresztą też przynoszą mi do spróbowania swoje potrawy. To bardzo sympatyczne.

Pan Piotr nie lubi marnować jedzenia.

— Jestem zwolennikiem wykorzystywania wszystkiego co nadaje się do jedzenia. Skoro jemy szczypior z cebuli, to powinniśmy też jeść listki rzodkiewki, Z drobiu też nic się nie marnuje w mojej kuchni. Podroby trafiają do garnków. Pamiętam, że moja babcia robiła znakomite cynaderki, żołądki, serca. Zachęcam też innych do tego by nie marnować żywności, bo pamiętam o tym, że nie każdy na tym świecie ma szczęście żyć dostatnio. W Polsce jedzenia nie brakuje. Jeśli ktoś myśli inaczej, niech obejrzy zdjęcia z Afryki umierających z głodu dzieci. Jestem na tym punkcie wrażliwy, dlatego uczę jak wykorzystać wszystko, co da się zjeść, a można z tego zrobić smaczne i zdrowe dania. W każdym razie w mojej kuchni nic się nie marnuje i polecam to innym.

Drugim dowodem na to, że dla pana Piotra gotowanie to także pasja jest to, że często zdarza mu się w innych restauracjach fotografować dania.

— Żona się denerwuje, że idziemy na romantyczną kolację, a ja wyciągam telefon i robię zdjęcie potrawy — śmieje się kucharz. — W wielu lokalach już się do tego przyzwyczaili. Personel mnie zna, rozpoznaje, wiedzą, że jestem szefem kuchni i rozumieją moje zachowanie.

Fot. Piotr Domański

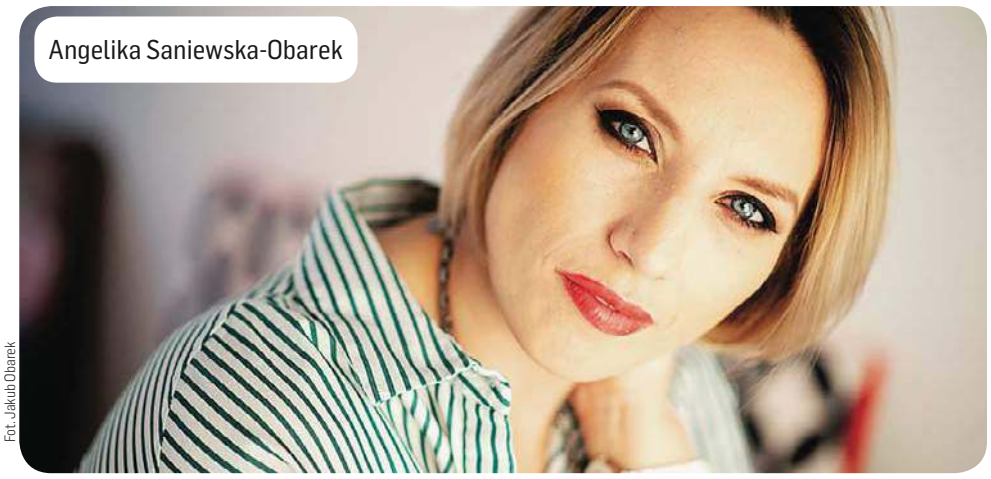
Ze śledzi można zrobić wszystko — twierdzi pan Piotr

EWA LUBIŃSKA
e.lubinska@gazetaolsztynska.pl

eprasa.pl 37c19de1b3

WNĘTRZE DO KOCHANIA

ANGELIKA SANIEWSKA-OBAREK TO ARTYSTKA, PROJEKTANTKA WNĘTRZ, MIŁOŚNICZKA KOLORU I NIEBANALNYCH ROZWIĄZAŃ. OTACZA JĄ SZTUKA. W DOMU CZĘSTO ZMIENIA OBRAZY, KTÓRE SĄ ODZWIERCIEDLENIEM JEJ AKTUALNEGO NASTROJU.


Angelika Saniewska-Obarek

Fot. Jakub Obarek

— Ukończyłaś grafikę warsztatową na Wydział Sztuki UWM. To typowo artystyczny kierunek, więc tę dziedzinę masz wypracowaną. Ale projektowanie wnętrz to również umiejętności techniczne, które trzeba nabyć...

— Projektowanie było w moim sercu od dziecka. Lubiłam zbierać na ten temat książki. Gdy miałam 10 lat, dostałam od cioci ze Stanów Zjednoczonych dziesiątki katalogów „Home". Przeglądałam je z pasją i już wtedy w głowie pojawił mi się pomysł, że chcę zostać artystką. Dopiero w czwartej klasie liceum plastycznego pomyślałam o tym, by zdawać na architekturę wnętrz. W między czasie w moim życiu zaszły duże perturbacje i zamiast tego zaczęłam studiować w Olsztynie na Wydziale Sztuki. Ukończyłam grafikę i malarstwo, ale dopiero po urodzeniu pierwszego dziecka, podczas urządzania swojego mieszkania, wróciłam do pomysłu o projektowaniu wnętrz. Stwierdziłam, że to jest właśnie to, co chcę robić w życiu!

— Wybrałaś się na specjalistyczny kurs czy jesteś raczej typem samouka?

— Samej nie zawsze wszystko dobrze wychodzi. Po studiach artystycznych brałam udział w wielu szkoleniach z dziedziny projektowania, uczyłam się obsługiwać programy komputerowe. Na początku pomagałam znajomym w urządzaniu ich mieszkań. Aż w końcu ruszyło! Projekt za projektem.

— Czy potrzebujemy porad eksperta przy urządzaniu domu czy mieszkania?

— Coraz częściej Polacy zwracają się o taką pomoc do projektantów. Kupują mieszkanie i chcą, by wnętrze było piękne i funkcjonalne. Uważnie słucham inwestorów, zadaje im wiele pytań. Zależy mi na tym, aby klienci odczuli swój udział w finalnej realizacji. Dom to miejsce, w którym odpoczywamy. Dlatego każdy powinien się w nim czuć jak najlepiej.

— Czy to są takie wnętrza, jakie widzimy w katalogach?

— Nie zawsze. Jeżeli ktoś kocha swoje stare przedmioty, które nie wyglądają jak z katalogu, ale mają duszę, to moim zadaniem jest zaaranżowanie tak wnętrza, by w pierwszej kolejności było do mieszkania, do kochania, a dopiero potem do oglądania.

— Jaki ty preferujesz styl, jeżeli chodzi o wnętrza? Jak zaprojektowałaś swoje mieszkanie?

— Śmieję się zawsze, że to taki styl bez stylu. Każdy kto przychodzi do naszego domu czuje się dobrze, przyjemnie i swobodnie. W tym naszym wnętrzu da się wyczuć to ciepło rodzinne. To chyba jest nasz styl.

— Twój mąż też jest artystą? Czy mocno ingerował w wystrój waszego mieszkania, czy zostawił ci wolną rękę?

— Pod tym względem świetnie się dogadujemy. Gdy pierwszy raz weszliśmy do naszego mieszkania i miałam plan, co jak będzie wyglądać, to Kuba mówił: „Tak! Zróbmy to". Mamy dużo sztuki w domu, rodzice męża też są artystami. W domu często zmieniam obrazy, ich rozmieszczenie. Są trochę takim odzwierciedleniem mojego nastroju. Kuba się tutaj trochę buntuje, ale wszystko w granicach rozsądku (śmiech).

— Jako artystka musiałaś zdobyć umiejętności techniczne. Architektura to dziedzina inżynierii oparta na cyfrach, matematyce i pomiarach.

— To prawda. Pierwszy kurs, w którym uczestniczyłam, zaczął się od tego, że wykładowca zapytał nas: „Czego chcemy się nauczyć?". Każdy z uczestników przyszedł z innym bagażem umiejętności. Było dużo rozmów, ćwiczeń praktycznych i lektur. Wycisnęłam z tego tyle, ile się dało. Na własną rękę czytałam specjalistyczną literaturę, co absolutnie uwielbiam. Dodatkowo uczyłam się programów do projektowania i dużo oglądałam. Świat dziś szybko się zmienia. Coraz więcej jest nowych rozwiązań, możliwości. Wykonanie dobrej wizualizacji to proces, który wymaga umiejętności.

— W projektowaniu zatem bardzo ważny jest sprzęt, na którym pracujesz?

— To prawda, narzędzia pomagają i ułatwiają, ale to myślenie i jakość stanowią o wartości naszej pracy.

— Jesteś raczej typem pedantki czy preferujesz artystyczny nieład?

— Zdecydowanie artystyczny nieład (śmiech). Oczywiście jak każdy lubię, gdy jest porządek. Natomiast nie jestem terrorystą i zdarza nam się bałaganić. Dom to miejsce, gdzie czujemy się swobodnie. Każdy bałagan mieści się w granicach poczucia naszej estetyki.

KAROLINA ROGÓZ-NAMIOTKO
k.namiotko@gazetaolsztynska.pl

196200TBS-L-K

eprasa.pl 37c19de1b3

AUTO BEZ KORONAWIRUSA

JAK WSZYSTKO — TO WSZYSTKO. TAKŻE SAMOCHÓD MOŻE BYĆ MIEJSCEM, GDZIE KORONAWIRUSA MOŻNA ZŁAPAĆ. DO WSZYSTKICH POWIERZCHNI, O KTÓRYCH HIGIENĘ MUSIMY DZIŚ DBAĆ ZE SZCZEGÓLNĄ PIECZOŁOWITOŚCIĄ — DOCHODZI ZATEM I WNĘTRZE NASZEGO AUTA. JAK DEZYNFEKOWAĆ JE SZYBKO I SKUTECZNIE?

W czasach pandemii raptem zaczynamy zwracać uwagę na dotychczas kompletnie lekceważone czynności, sprawy i rzeczy. Ot, choćby czystość w samochodzie i liczba ewentualnych mikrobów na kierownicy. Fakt, własny samochód to dziś najbezpieczniejszy środek transportu, ale pod jednym warunkiem: musimy pamiętać o codziennej jego dezynfekcji. A samochód z brudnym wnętrzem i zaniedbaną klimatyzacją — nawet bez koronawirusa jest siedliskiem grzybów, bakterii i szkodliwych drobnoustrojów. Mało kto wie, że to właśnie tu dzieci masowo łapią alergie. Ale w czasach zarazy pojawia się jeszcze jedno zagrożenie: koronawirus. Dotyczy to zwłaszcza aut współdzielonych w firmie, wypożyczanych albo tych, które na minuty bierze się wprost z ulicy. Tymi ostatnimi w ciągu jednego dnia może kierować nawet kilkadziesiąt osób...

Fot. AdobeStock

KLAMKI I KOKPIT

Wszelkie wirusy i bakterie czają się na tych elementach samochodu, których po prostu musimy dotknąć. Choćby klamki — bo o samochodzie z przesuwnymi, automatycznie otwierającymi się drzwiami jeszcze nie słyszałam... A zatem od dziś płyn do odkażania dłoni właśnie stał się stałym elementem wyposażenia pojazdu. I polecam go nie tylko w czasie zagrożenia koronawirusem — co jakiś czas warto przecierać nim kluczowe miejsca w kokpicie: kierownicę, drążek skrzyni biegów, wajchy kierunkowskazów i wycieraczek, przyciski do sterowania radiem, regulatory siedzeń, drzwiczki schowka... Także tapicerkę. Elementów samochodu, których zwykle dotykamy podczas jazdy z dużą częstotliwością, jest sporo. Siądźmy więc za kierownicą auta i bez uruchomiania go pomyślmy, czego dotykamy, jakie za kierownicą mamy nawyki i wytypujmy te kluczowe obszary.

Higiena wnętrza każdego samochodu jest bardzo ważna, ale pamiętajmy jednak, że niektóre odkażalniki niszczą materiały wykończeniowe samochodu, niektóre karoserię. Warto więc sprawdzić na jakimś niewidocznym fragmencie tapicerki, deski czy maski — jak wybrany preparat traktuje poszczególne powierzchnie.

TANKOWANIE

Stacje paliw to miejsca, przez które każdego dnia przejeżdżają setki innych zmotoryzowanych — o koronawirusa zatem bardzo tam łatwo. Na dobry początek musimy więc przyzwyczaić się do korzystania z jednorazowych rękawiczek przy dystrybutorach. Do dziś służyły nam, by nie pobrudzić rąk przy otwieraniu baku i obsłudze pistoletu dystrybutora. Czasem przemywaliśmy w międzyczasie szyby, tablice — rękawiczki też się przydawały. Jeśli jednak dziś pomyślę, ile osób dziennie może dotknąć pistoletu lub myjki — te niepozorne dotychczas rękawiczki nabierają absolutnie kluczowego znaczenia... Dziś one chronią nie tylko przed kurzem, brudem, ale przede wszystkim przed wszechobecnymi zarazkami...!

Fot. Zbigniew Woźniak

Osobną czynnością jest płatność za paliwo: wtedy najlepiej użyć karty kredytowej i to w dodatku zbliżeniowo. Dzięki temu nie będziemy mieli kontaktu z przechodzącą przez tysiące rąk gotówką.

A jeśli płacimy kartą na stacji — tak samo możemy uiścić opłatę za przejazd autostradą. Tym bardziej, że dziś, w obliczu zagrożenia i walki koronawirusem, część administratorów autostrad zdecydowała o czasowym wyłączeniu na bramkach przycisków „pobierz bilet". To samo dotyczy opłat parkingowych — dziś najkorzystniejszym rozwiązaniem są systemy, dzięki którym w punktach poboru opłat kierowcy w ogóle nie muszą otwierać okna. Zaplanujmy więc naszą podróż i zawczasu opłaćmy przejazd autostradą elektronicznie albo zainstalujmy aplikację, która też umożliwi przejazd specjalnymi bramkami przeznaczonymi dla korzystających z takich rozwiązań — a za to bez konieczności płacenia na miejscu. System sam rozpozna naszą rejestrację i podniesie szlaban, umożliwiając przejazd bez bezpośredniego kontaktu z kasjerem.

JESTEŚMY TYM, CZYM ODDYCHAMY

Klimatyzacja...! A do niej jeszcze filtr kabinowy... Niestety, kierowcy bardzo często czyszczenie tych instalacji bagatelizują lub po prostu zaniedbują. Mechanicy wręcz twierdzą, że nawet 50 proc. polskich samochodów jeździ z usterkami tego układu. I mało który z kierowców przejmuje się faktem, że zabrudzony filtr czy od dawna nieczyszczona klimatyzacja mogą nieść ze sobą daleko idące konsekwencje. Przypominam więc: głównym zadaniem filtra kabinowego jest wyłapywanie zanieczyszczeń z powietrza i filtrowanie go, zanim trafi do płuc kierowcy i jego pasażerów. Jeśli filtr jest zapchany i zaniedbany, zaczyna gromadzić zanieczyszczenia, które następnie kierowca wdycha w większej ilości niż zwykle. Nie jest

eprasa.pl 37c19de1b3

pewne, czy w ten sposób zarazimy się koronawirusem — ale na mur-beton możemy wystawić się choćby na działanie szkodliwych dla płuc grzybów. A przecież każde dodatkowe zagrożenie dla układu oddechowego to dziś jego osłabienie i mniejsza odporność na wszystkie inne wirusy, drobnoustroje i bakterie.

Dodatkowo, od czasu do czasu warto w naszym samochodzie zastosować też prozaiczną czynność wietrzenia. Odświeżymy w ten sposób i oczyścimy powietrze, a efekty poczujemy natychmiast. Wiem, co mówię, bo ze względu na astmę — klimatyzacji w moim samochodzie nie posiadam, a za to po wstawieniu go do garażu mam nawyk uchylania okien. Tak, by następnego ranka nie wsiadać do zaklajstrowanej na amen puszki, w której wciąż wisi wczorajsze powietrze. I zapewniam uroczyście: ani przed koronawirusem, ani przed innymi mikrobami na pewno nie uchroni nas przeciwieństwo wietrzenia, czyli zalecana na niektórych forach ciągła jazda na wewnętrznym obiegu powietrza. Bardzo dobrym i skutecznym sposobem, by wirusy zwalczać, jest też odkażenie układu wentylacji i wnętrza metodą ozonowania lub ultradźwiękami. Ale to już powierzamy specjalistom...

Fot. Pixabay.com

W WARSZTACIE

Nawet najlepsze auto co jakiś czas wymaga choćby i drobnej naprawy albo zwyczajnego przeglądu. Dlatego także warsztaty samochodowe zmuszone zostały ostatnio, by przystosować się do nowej rzeczywistości w prędkim tempie. Procedury bezpieczeństwa związane z unikaniem bezpośredniego kontaktu, higieną miejsc pracy, myciem i dezynfekcją — to już standard. Dystrybutorzy sugerują ponadto, by mechanicy dokonywali zamówień części i akcesoriów za pośrednictwem ich autoryzowanych, internetowych katalogów. Ale też my, kierowcy, na bezpieczeństwo swoje oraz mechaników wpływ mieć możemy. O samą wstępną wycenę naprawy możemy poprosić online. Kiedy już trafimy do warsztatu, zapytajmy mechanika o procedury i kwestię dezynfekcji pojazdu po naprawie. Płatności też polecam dokonywać kartą, zbliżeniowo. A jeśli nie jest to niezbędne — po usłudze nie nalegajmy na jazdę próbną. Nie w tej sytuacji...

JAK ODKAZIĆ AUTO SZYBKO?

Odkażalnik spirytusowy, nie dość, że obecnie prawie nie do dostania — może ponadto zniszczyć niektóre tworzywa wewnątrz auta. Idealne będą zatem jednorazowe chusteczki zwilżone płynem czyszczącym – mogą być takie do szyb, do tapicerki, do skóry. I zaczynamy. Pierwsza idzie zewnętrzna klamka — i chusteczka trafia do kosza. Nową, wcześniej przygotowaną chusteczką przecieramy kierownicę, lewarek zmiany biegów, tzw. tunel środkowy i panele dotykowe stacji multimedialnej. To właśnie na nich gromadzi się mnóstwo drobnoustrojów, nie mniej niż na ekranach naszych smartfonów!

Teraz przecieramy boki drzwiczek, klamki wewnętrzne i przyciski do sterowania otwieraniem okien. Do chusteczek powinnyśmy używać jednorazowych rękawiczek, których razem z chusteczkami pozbywamy się jeszcze przed jazdą.

MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA
m.bukowiecka@gazetaolsztynska.pl

Fot. Pixabay.com

REKLAMA

OLSZTYN
UL. ŻOŁNIERSKA 41B
(naprzeciw Szpitala Dziecięcego)
WZROKER
tel. 89 533 29 32
OPTOMETRYSTA
mgr Jacek Dąbrowski
SPECJALISTA DIAGNOSTYKI I KOREKCJI WAD UKŁADU WZROKOWEGO
KONTAKTOLOG
204519otbr-a -0

Anita Jabłonowska-Kosek
Dermatologia estetyczna i laserowa
szeroki zakres zabiegów
www.abmedical.pl
Olsztyn, ul. Grunwaldzka 4/2
tel. 502-110-212, 89 527-32-32
203319otbr-a-G

Lecznica Chirurgiczno-Ortopedyczna
„ESKULAP"
10-177 Olsztyn, ul. Brzozowa 14
tel. 89 523 91 31, tel./fax 89 523 52 44
Lekarze specjaliści:
Witold Kołtun
Robert Surus
Andrzej Wencław
Danuta Orłowska-Kołtun
Damian Deresiewicz
Krystian Kaźmierczak
Artur Makowski
Poradnie:
• urazowo-ortopedyczna
• preluksacyjna z USG
• zabiegi artroskopowe
Zabiegi operacyjne w ramach „chirurgii jednego dnia"
Rejestracja telefoniczna pn.-czw. 10.00-16.00
Umowa z NFZ
202519otbr-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
2059190TBR-A -0

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
203419otbr-a-G

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
204419otbr-a -0

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
2047190TBR-A-0

MILLER DENTAL
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
204119otbr-a-G

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
207119otbr-a -0

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
190019otbr-A-P

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
204219otbr-a-G

Lek. med.
Artur ZALEWSKI
specjalista chirurg
Chirurgia Ogólna
LANCET, Olsztyn
ul. Wojska Polskiego 39
środa 17⁰⁰-19⁰⁰
tel. rej. 89 535-72-80
po 13⁰⁰ codziennie
204619otbr-a -0

eprasa.pl 37c19de1b3

PROFILAKTYKA — NIE BOLI, A DZIAŁA

STATYSTYKI ZACHOROWAŃ NA RAKA SZYJKI MACICY PRZERAŻAJĄ — CODZIENNIE UMIERA NA NIEGO 5 POLEK, CO ROKU — 3 TYSIĄCE. SKUTEK JEST TAKI, ŻE SAMA OD KILKU MIESIĘCY INTENSYWNIE PLANUJĘ WIZYTĘ U SWOJEGO GINEKOLOGA. ALE TO MOŻE JAK BĘDZIE TROCHĘ CHŁODNIEJ. NO WŁAŚNIE...

Rak szyjki macicy w początkowym, tzw. przedinwazyjnym stadium jest prawie całkowicie uleczalny... Czemu więc te polskie statystyki wołają o pomstę do nieba? Czy akurat my, Polki, jesteśmy bardziej na raka podatne, uczulone, obciążone genetycznie? I co z tą profilaktyką? Nie ma jej w ogóle czy zwyczajnie źle działa...?

O CO CHODZI...?

— Przede wszystkim pamiętajmy, że zapobiegać jest lepiej niż leczyć. Zawsze — przekonuje Małgorzata Kiełczewska, położna z Olsztyna. — Nasze spotkania organizujemy w całym województwie warmińsko-mazurskim i właśnie na jednym z nich u kobiety, od której pobraliśmy cytologię, wynik wskazał na konieczność wykonania dalszych badań. Dlatego zaangażowałam się w ten projekt. Dlatego zachęcamy i namawiamy wszystkie kobiety z naszego regionu, by przychodziły i przebadały się. Nawet jeśli ostatecznie nie zdecydują się na pobranie wymazu do cytologii — niech chociaż posłuchają. Mówimy choćby o objawach, które jeśli wystąpią — mogą wskazywać na stan zapalny lub inne nieprawidłowości. Bo naprawdę profilaktyka jest i skuteczniejsza, i tańsza niż leczenie. Stąd nasze spotkania, ale mamy przecież także punkt mobilny — karetkę, z którą jedziemy do naprawdę najmniejszych wiosek i osad. I zachęcamy, by kobiety poddały się badaniu i wykonały cytologię. Pocieszający jest fakt, że większość wyników jest dobra, ale na 100 dobrych zdarza się jeden nieprawidłowy wynik, choćby infekcja. Zajmujemy się wtedy taką pacjentką, skontaktujemy z lekarzem ginekologiem i tak ją prowadzimy, by i ten nieprawidłowy wynik, i inne badania, i — jeśli się okaże konieczne — samo leczenie przeszła jak najbardziej bezboleśnie... I żeby szybko wróciła do zdrowia! Ale ten jeden zły wynik, to też najlepszy dowód na to, że nasz program działa. Bo ta kobieta może być zdrowa — to rak szyjki macicy wykryty w jego terminalnym stadium jest nieuleczalny.

CZEMU KOBIETY SIĘ NIE BADAJĄ?

— Bo może coś wyjdzie. Bo coś znajdziemy i rozpoznamy. A inny powód jest taki, że kobiety na wszystko mają czas — z wyjątkiem siebie. Szczególnie ciężko jest z kobietami w już starszym wieku, choć przyznaję, że przychodzą też takie powyżej wieku wskazanego w programie — i też je badamy. Natomiast dostrzegam, że bardzo chętnie na nasze spotkania przychodzą te panie, które już kiedyś miały jakieś problemy ze zdrowiem. Wtedy rzeczywiście, przekonawszy się o te profilaktyce na własnej skórze, chcą się badać i na bieżąco monitorować stan swojego zdrowia. Ale spotykam też takie kobiety, do których jedziemy z naszym punktem mobilnym, zapraszamy do badania, a one mi mówią, że u lekarza nie były od 15-20 lat...! Bo się wstydzą. A do nas jednak przyszły, bo jakoś wstydzą się mniej. I to też sens naszego programu dobitnie potwierdza.

Dlatego szczerze zapraszam wszystkie kobiety na nasze spotkania — program trwa do końca 2020 r. Miło spędzą czas, a przy tym potwierdzą, że są zdrowe. Nie trzeba się bać, że coś wyjdzie. Bać się trzeba, że wyjdzie — ale jak już będzie za późno.

CO WYWOŁUJE RAKA?

Rak szyjki macicy to pierwotny nowotwór złośliwy szyjki macicy. Powstaje najczęściej jako skutek zakażenia wirusem brodawczaka ludzkiego HPV i należy do nowotworów złośliwych. Inwazyjne stadium raka szyjki macicy poprzedza śródnabłonkowa neoplazja szyjki macicy (CIN), która nie ma charakterystycznych objawów i jeszcze nie stanowi zagrożenia dla zdrowia kobiety. Jednak niewykryta i nieleczona może przeobrazić się w raka inwazyjnego. Ten przednowotworowy stan może trwać od 3 do 10 lat. I to dlatego tak ważne są profilaktyczne badania cytologiczne.

PROFILAKTYKA

Wykryty w początkowym stadium rak szyjki macicy jest prawie całkowicie wyleczalny. Sedno sprawy stanowią jednak systematyczne wizyty kontrolne u lekarza ginekologa i profilaktyczne badania cytologiczne, które pozwalają wykryć wspomnianą neoplazję. Gdy nowotwór jest już w II stadium, leczenie daje tylko 50 proc. szansy na powodzenie terapii. I im wyższe jest stadium, na którym nowotwór został wykryty — tym bardziej te szanse maleją.

A cytologia trwa zaledwie kilka minut i polega na pobraniu wymazu cytologicznego. Może ją wykonać lekarz, ale także położna. Jest bezpieczna, bezbolesna i — co najważniejsze — bardzo skuteczna w walce z rakiem szyjki macicy.

— Profilaktyka jest podstawą — twierdzi Dorota Dobrenko. — Są kraje, w których ludzie po prostu wiedzą i czują tę obowiązkowość regularnego badania się. My Polacy tego nie robimy. Nie lubimy się badać, bo wstyd, bo nie potrzeba, bo po co nam to. Może jakimś pomysłem jest powiązanie systemu badań profilaktycznych z ubezpieczeniem na życie? Nie badasz się — twoja składka automatycznie rośnie. Bo sami sobie zwiększamy ryzyko...

Może to zatem kwestia jakiejś kultury i schematów działania naszego społeczeństwa, w którym profilaktyka po prostu nie jest nam wpajana. A my, Polacy, nawet gdy grożą nam za niestawiennictwo jakieś sankcje — to raczej będziemy robić uniki i kombinować, jak nie ponieść konsekwencji — niż myśleć o własnym zdrowiu i zwyczajnie z jakiegoś programu profilaktyki skorzystać.

W profilaktykę raka szyjki macicy jakiś czas temu włączyły się także samorządy wojewódzkie, które przy pomocy środków unijnych i pod nadzorem Ministerstwa Zdrowia walczą o zwiększenie wykrywalności raka szyjki macicy u aktywnych zawodowo kobiet. Program profilaktyczny skierowany jest do kobiet w wieku od 25 do 59 lat. W Olsztynie realizacją takiego programu profilaktycznego zajmuje się Instytut Badań i Edukacji Społecznej. Pod numerem telefonu 89 539 76 01 lub 692 436 903 można dopytać się o jego szczegóły, dowiedzieć, które z placówek w Olsztynie i województwie zajmują się profilaktyką, a nawet zapisać na badanie.

Warto skorzystać z tego programu, bo lepiej jest zapobiegać niż leczyć. Zabierzcie ze sobą siostrę, córkę, mamę, ciocię, przyjaciółkę czy sąsiadkę — razem będzie wam raźniej!

MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA
m.bukowiecka@gazetaolsztynska.pl

Fundusze Europejskie Program Regionalny | Rzeczpospolita Polska | Warmia Mazury Zdrowe życie, czysty zysk | Unia Europejska Europejski Fundusz Społeczny

Jakie mogą być objawy raka szyjki macicy?
- Nieregularne miesiączki
- Krwawienia międzymiesiączkowe
- Upławy o nieprzyjemnym zapachu
- Dyskomfort w dole brzucha
- Bóle okolicy krzyżowo-lędźwiowej
- Krwawienia w trakcie i po stosunku seksualnym

Co mam zrobić, by nie zachorować?
- Wykonywać regularnie badania kontrolne u ginekologa
- Minimum raz na 3 lata wykonywać cytologię
- Zaszczepić się przeciwko wirusowi HPV (dla kobiet przed rozpoczęciem życia seksualnego)

Czy powinnam się badać?
- Każda kobieta w wieku 25-59 lat powinna wykonywać cytologię minimum raz na 3 lata

Jak przygotować się do badania?
- Badanie najlepiej wykonać 4 dni po miesiączce i nie później niż 4 dni przed miesiączką
- Na 4 dni przed badaniem nie należy stosować preparatów dopochwowych
- 24 godziny przed badaniem cytologicznym nie powinno wykonywać się jakichkolwiek badań ginekologicznych
- Przed wizytą należy znać swój cykl ostatniego krwawienia

Czy badanie boli?
- Badanie jest bezpieczne i bezbolesne. Pozwala na zdiagnozowanie wczesnych postaci raka szyjki macicy. We wczesnym stadium rak jest prawie całkowicie uleczalny

Jakie są czynniki ryzyka rozwoju RSM?
- Zakażenie onkogennym wirusem HPV
- Wczesne rozpoczęcie współżycia seksualnego
- Duża liczba partnerów seksualnych
- Duża liczba porodów
- Palenie papierosów

Jak wygląda badanie?
- Lekarz lub położna za pomocą specjalnej szczoteczki pobiera wymaz z pochwy

Gdzie mogę wykonać badanie?

Gabinety w powiecie olsztyńskim
- NZOZ SPECJALISTYCZNE ŚWIADCZENIA MEDYCZNE „JAMA!" SP. Z O.O. al. Sybiraków 36, 10-236 Olsztyn | Telefon do rejestracji: 89 539 27 90
- WOJEWÓDZKI SZPITAL SPECJALISTYCZNY W OLSZTYNIE | PORADNIA GINEKOLOGICZNO-POŁOŻNICZA I GINEKOLOGII ONKOLOGICZNEJ | ul. Żołnierska 18, 10-561 Olsztyn | Telefon do rejestracji: 89 544 42 00 | www.wss.olsztyn.pl
- SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ MINISTERSTWA SPRAW WEWNĘTRZNYCH I ADMINISTRACJI Z WARMIŃSKO-MAZURSKIM CENTRUM ONKOLOGII W OLSZTYNIE | PORADNIA GINEKOLOGICZNO-POŁOŻNICZA | ul. Wojska Polskiego 37, 10-228 Olsztyn | Telefon do rejestracji: 89 539 85 20

Gabinety w powiecie lidzbarskim
- LIDZBARSKIE CENTRUM MEDYCZNE ESKULAP EWA STECKIEWICZ | PORADNIA GINEKOLOGICZNO-POŁOŻNICZA | ul. ALEKSANDRA ŚWIĘTOCHOWSKIEGO 78, 11-100 Lidzbark Warmiński | Telefon do rejestracji: 89 7670205 Telefon: 89 7670205
- ZESPÓŁ OPIEKI ZDROWOTNEJ W LIDZBARKU WARMIŃSKIM | PORADNIA POŁOŻNICZO-GINEKOLOGICZNA | ul. 11-GO LISTOPADA 15, 11-100 Lidzbark Warmiński | Telefon do rejestracji: 89 767 32 78 | Telefon: 89 767 32 78

Gabinety w powiecie mrągowski
- SZPITAL MRĄGOWSKI IM. MICHAŁA KAJKI SPÓŁKA Z OGRANICZONĄ ODPOWIEDZIALNOŚCIĄ | SZPITAL - PORADNIA GINEKOLOGICZNO-POŁOŻNICZA | ul. Wolności 12, 11-700 Mrągowo | Telefon do rejestracji: 89 741 94 54 | Telefon: 89 741 94 89 | www.szpital-mragowo.pl

Gabinety w powiecie szczycieńskim
- ZESPÓŁ OPIEKI ZDROWOTNEJ W SZCZYTNIE | PORADNIA POŁOŻNICZO-GINEKOLOGICZNA | ul. M.C. SKŁODOWSKIEJ 12, 12-100 Szczytno Telefon do rejestracji: 896232159 | Telefon: 896232159

Gabinety w powiecie kętrzyńskim
- USŁUGI MEDYCZNE I INNE MARZENA SUSZKO I PAWEŁ ZAJĄC- PORADNIA DLA KOBIET SPÓŁKA JAWNA | PORADNIA DLA KOBIET RESZEL ul. KOLEJOWA 2, 11-440 Reszel Telefon do rejestracji: 897553740 | Telefon: 897553740
- INDYWIDUALNA SPECJALISTYCZNA PRAKTYKA LEKARSKA ELŻBIETA KOSIŃSKA-WROŃSKA | PORADNIA GINEKOLOGICZNO-POŁOŻNICZA ul. KRÓTKA 4, 11-400 Kętrzyn Telefon do rejestracji: 089 752 25 45 | Telefon: 089 752 25 45

Gabinety w powiecie nidzickim
- ZESPÓŁ OPIEKI ZDROWOTNEJ W NIDZICY | PORADNIA GINEKOLOGICZNO-POŁOŻNICZA | ul. Mickiewicza 25, 13-100 Nidzica | Telefon do rejestracji: 89 625 05 10 | www.zoz.nidzica.pl

Gabinety w powiecie bartoszyckim
- SZPITAL POWIATOWY IM. JANA PAWŁA II W BARTOSZYCACH | PORADNIA POŁOŻNICZO-GINEKOLOGICZNA | ul. Wyszyńskiego 11, 11-200 Bartoszyce Telefon do rejestracji: 89 764 30 17 | www.szpital-bartoszyce.pl

Fundacja Instytut Badań i Edukacji Społecznej w Olsztynie w partnerstwie z Samodzielnym Publicznym Zakładem Opieki Zdrowotnej Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji z Warmińsko-Mazurskim Centrum Onkologii w Olsztynie oraz w partnerstwie z NZOZ Pieczewo Med Anna Doliwa-Adamus Aldona, Pawłowska realizuje projekt pod nazwą:

Wdrażanie działań edukacyjnych i informacyjnych zwiększających zgłaszalność na badania profilaktyczne raka szyjki macicy – subregion olsztyński.

RPWM.10.07.00-28-0005/16

Lider projektu: FUNDACJA INSTYTUT BADAŃ I EDUKACJI SPOŁECZNEJ

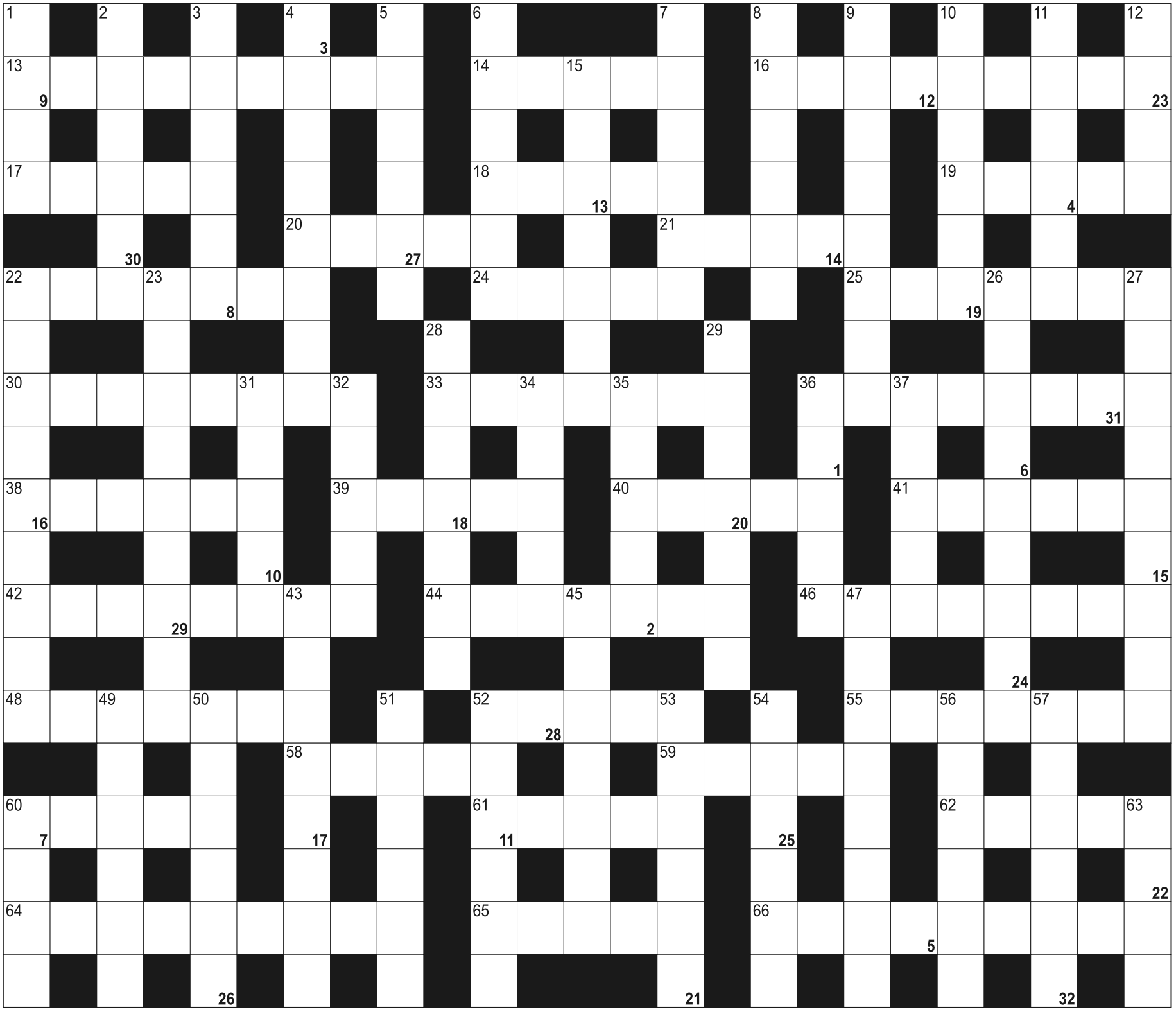
Partner nr 1: Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji z Warmińsko-Mazurskim Centrum Onkologii w Olsztynie

Partner nr 2: NZOZ Pieczewo Med Anna Doliwa-Adamus Aldona Pawłowska

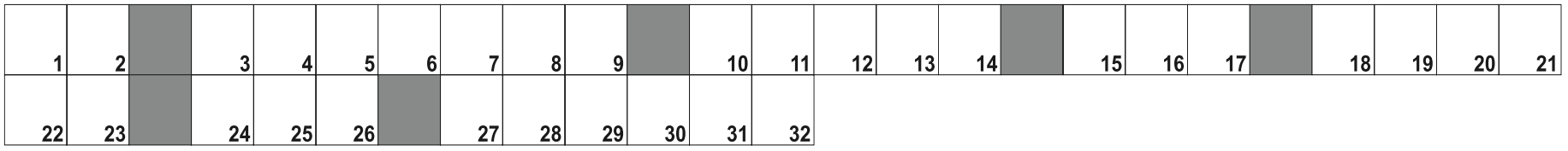
19519 OTBS-AL

eprasa.pl 37c19de1b3

Krzyżówka klasyczna z hasłem



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 32, utworzą rozwiązanie - przysłowie:



POZIOMO: 13) przekupny urzędnik; 14) stała opłata pobierana za usługi; 16) rodzaj papierów wartościowych; 17) samochód wyścigowy Kubicy; 18) groźny wirus afrykański; 19) kamienia łupanego lub lodowcowa; 20) węgierskie wino; 21) broń pszczoły; 22) wyborcze na płotach; 24) krzyżują się w mieście; 25) zamiast wanny; 30) zajmuje się wiedzą tajemną; 33) kilkanaście samolotów wojskowych; 36) guziec pustynny; 38) letnie podłoże skoczni narciarskiej; 39) w ołówku; 40) rozpędza chmury; 41) łopata helikoptera; 42) maszyna do osuszania terenu; 44) zatyczka do długopisu; 46) Ibn Sina, lekarz i filozof; 48) Azja z Europą; 52) Czerwone, Martwe i Marmara; 55) popularny hiszpański odpowiednik lecza i bigosu; 58) rządzona przez biskupa; 59) np. marszałkowska; 60) Wolin lub Bornholm; 61) jedna z klęsk żywiołowych; 62) Dymsza, słynny aktor; 64) Jack Strong; 65) polskie góry; 66) mięso z dzikich zwierząt.

PIONOWO: 1) łodyga kapusty; 2) włoski region z Bari; 3) faza Księżyca; 4) gruczoły przyuszne płazów; 5) wykwintna wędlina; 6) wojownik z baśni "Niekończąca się opowieść"; 7) podziemne lub blaszane; 8) prawna lub lekarska; 9) chorwacki region z Osijekiem; 10) kolczasty krzew owocowy; 11) pomiędzy piętrami; 12) natchnienie, zapał twórczy; 15) prowadzona przez Galla Anonima; 22) na karcie lub w portfelu; 23) region Hiszpanii z Barceloną; 26) światowa stolica jogi; 27) czarny diament; 28) ... non grata; 29) Herbert von ..., austriacki dyrygent; 31) krasomówca, orator; 32) pokarm dla zwierząt; pasza; 34) owoc dostarczający kopry; 35) Podsiadło, piosenkarz; 36) budowana na zawody; 37) tworzą szkielet; 43) kruche, słonawe ciastka; 45) odbiorca paczki; 47) pomoc materialna; 49) rudzik, ptak wędrowny; 50) plamka lub wypukłość na skórze; 51) kraina z której pochodził Ezop; 52) na nich żagle; 53) właściciel czarodziejskiej lampy; 54) duszpasterz; 56) część spadochronu; 57) samolubstwo, sobkostwo; 60) słoje na przetwory; 63) włoski samochód.

eprasa.pl 37c19de1b3

NIERUCHOMOŚCI DOM.WM.PL

SPRZEDAM

mieszkania

JEZIORANY, Centrum, Kopernika, 19,8 m2, 43000 zł, 1 pok., Kawalerka na niskim parterze- w piwnicy. Do remontu. Ogrzewanie i ciepła woda miejska. Wspólnota - niski czynsz 163 zł.Mieszkanie wymaga remontu, zapraszam tel. 602 313 371, *MS-1633/**KOM***

OLSZTYN, Centrum, Mickiewicza 14, 139,49 m2, 694260 zł, 3 pok., Mieszkanie na I piętrze, w Centralnym, ruchliwym miejscu Olsztyna róg ul. Kościuszki a Mickiewicza. Wymaga remontu, ale ma biznesowy potencjał. Cena 4.977zł/m.kw. Puste, wolne od zaraz tel.602 313 371, *MS-1643/**KOM***

OLSZTYN, Centrum, Daszyńskiego 1, 150 m2, 790000 zł, 4 pok., 1936 rok, Mieszkanie II poziomowe w domku szeregowym skrajnym. Po kapitalnym remoncie. Działka 303 m.kw. Szczegóły na stronie: www.komes.olsztyn. pl Zapraszam zainteresowanych 602 313 371, *KOM/**KOM***

OLSZTYN, Osiedle Kętrzyńskiego, Plac Konstytucji, 28 m2, 165000 zł, 1 pok., Kawalerka na 6p/8 duży pokój , kuchnia z oknem , łazienka , piwnica . Czynsz 268 zł - pełna własność . Więcej www.as.olsztyn.pl 603 584 180, *50/**AS.***

OLSZTYN, Centrum, Pstrowskiego 14, 31,94 m2, 223790 zł, 1 pok., 2006 rok, Kawalerka 31,94 m kw. wysoki parter + taras 25 m.kw. Powierzchnia całkowita 56,94 m.kw. Umeblowana, wolna od zaraz - po zapłacie całej ceny. Klucze w biurze, zapraszam. Andrzej Woźniak tel. 602313371, *MS-750/**KOM***

OLSZTYN, Nagórki, Dywizjonu 303, 35,04 m2, 215000 zł, 2 pok., 2-pokojowe mieszkanie rozkładowe , parter z dużym balkonem . Więcej www.as.olsztyn.pl 603 584 180, *50/**AS.***

OLSZTYN, Pieczewo, Pieczewo, 55,40 m2, 285000 zł, 3 pok., 2000 rok, 3-pokoje 55m po podłodze 87 m. 5p. mieszkanie 2-poziomowe . Więcej www.as.olsztyn.pl 603 584 180, *22/**AS.***

OLSZTYN, Podgrodzie, Warszawska, 58,80 m2, 289000 zł, 3 pok., 3-pokojowe mieszkanie położone na 1p w niskim bloku , rozkładowe , środkowe , zadbane więcej www.as.olsztyn.pl , 603 584 180 Małgorzata Dyrda lic.3079, *69/**AS.***

OLSZTYN, Jaroty, Boenigka, 60,4 m2, 349000 zł, 3 pok., 1983 rok, Mieszkanie 3-pokojowe, łazienka z oknem, balkon - po kapitalnym remoncie, do wprowadzenia. Każdy pokój osobny, kuchnia otwarta. IV p. w IV p. Zapraszam zainteresowanych tel. 602 313 371, *KOM/**KOM***

OLSZTYN-SŁUPY, 37,51 m2, 327600 zł, 2 pok., 2019 rok, Mieszkanie 2-pokojowe w nowym bloku wykończone pod klucz zabudowa kuchni i sprzęt AGD. W cenie garaż podziemny i parking. Położone 10 minut do centrum, 2 linie autobusowe, okolice lasu i jeziora., *10/**RYN***

OLSZTYN-SŁUPY, 42,22 m2, 350900 zł, 2 pok., 2010 rok, Mieszkanie 2-pokojowe w nowym bloku z zabudową kuchni i agd, wykończone pod klucz z garaże podziemnym i miejscem postojowym, dobra komunikacja z miastem 2 linie autobusowe, okolice lasu i jeziora, *24/**RYN***

OLSZTYN-SŁUPY, 52,39 m2, 402000 zł, 3 pok., 2019 rok, nowe mieszkanie dwupoziomowe w nowym bloku z zabudową kuchni i sprzętem agd,garażem podziemnym i miejscem parkingowym, dogodny dojazd 2 autobusami 10 min do centrum miasta, w okolicy las i jezioro, *16/**RYN***

OLSZTYN-SŁUPY, 64,93 m2, 465000 zł, 3 pok., 2019 rok, mieszkanie 3-pokojowe dwupoziomowe wykończone pod klucz z zabudową kuchni i sprzętem agd garażem podziemnym i parkingiem. dogodny dojazd 2 linie autobusowe,położone okolice lasu i jeziora, *58/**RYN***

domy | siedliska

CERKIEWNIK, Kolonia, Cerkiewnik Kolonia Gm. Dobre M, 4659 m2, 56000 zł, Istnieje możliwość uzyskania warunków zabudowy na działkę 4659 m.kw. Obok jezioro Limajno i dużo lasów. Własna studnia na działce. Cena 56 000 zł plus vat 23%, zapraszam tel. 602-313371., *KOM/**KOM***

JEDZBARK GM. BARCZEWO, Jedzbark, 90 m2, 165000 zł, 4 pok., 1990 rok, Dom letni z lat 90-tych ładnie położony do jeziora ok. 100 m działka 471m dom 90 m. Dom zadbany na ładnej działce więcej www.as.olsztyn.pl 603-584-180 Małgorzata Dyrda lic. 3079, *38/**AS.***

KONRADOWO, Wieś, Konradowo, 560 m2, 298000 zł, 5 pok., Siedlisko : Dom 185 m2 z dwoma niezależnymi wejściami po remoncie oraz murowano-drewniana stodoła , chlewik , budynek garażowy , całość ogrodzona i zadbana. Nieruchomość bez obciążeń .Polecamy, *3352S/2017/**PER***

MARCINKOWO, Gm. Purda, Marcinkowo, 222 m2, 750000 zł, 5 pok., 2003 rok, Posiadłość pięknie położona w spokojnym zielonym miejscu . Na pięknej zadbanej działce ZAPRASZAM więcej na www.as.olsztyn.pl 603 584 180, *123/**AS.***

MIĘDZYLESIE, Blisko Miasta, Gm. Dobre Miasto, 122 m2, 199000 zł, 5 pok., Dom w budowie na działce 1238 m.kw. W domu woda, przy działce prąd. Stan surowy otwarty z dachem. Obok budujące się nowe domy, zapraszam tel. 602 313 371, *DS-1619/**KOM***

MOSTKOWO, Mostkowo Gm. Łukta, 153 m2, 299 zł, 5 pok., Połowa domu z działką 4400 m . stodołą , oborą sprzedaż lub zamiana na mieszkanie 2-pokojowe . Więcej www.as.olsztyn.pl 603 584 180, *42/**AS.***

OLSZTYN, Dajtki, Strąkowa, 142 m2, 650000 zł, 7 pok., 1975 rok, Dom wolnostojący na działce 516m.kw. Woda, kanalizacja, gaz, prąd, tel. dobry dojazd. Garaż na 2 samochody, cały podpiwniczony. Dom zadbany, ale wymaga zmian Zapraszam zainteresowanych tel.602 313 371, *DS-1638/**KOM***

OLSZTYN, Centrum, Daszyńskiego 1, 150 m2, 790000 zł, 4 pok., 1936 rok, Dom szeregowy skrajny w Centrum Olsztyna (naprzeciw Planetarium)po kapitalnym remoncie, działka 303 m.kw. Szczegóły na stronie: www.komes.olsztyn.pl Zapraszam 602-313371, *KOM/**KOM***

OLSZTYN, Oś. Mazurskie, Osiedle Mazurskie, 220 m2, 640000 zł, 4 pok., Szeregowiec środkowy na spokojnej ulicy blisko do autobusu , szkoły , przedszkola dom nie wymaga nakładów finansowych 603 584 180 www.as.olsztyn.pl, *47/**AS.***

OLSZTYN, Gutkowo, Ul. Wilgi, 354,5 m2, 830000 zł, 9 pok., 2003 rok, Polecamy Dom wolnostojący na działce 657 m2 + 183 m2 dzierżawy. Dom o bardzo dobrym standardzie o 3 niezależnych mieszkaniach w bardzo dobrym miejscu w osiedlu z pełną infrastrukturą . Polecamy, *S3587/2018/**PER***

OLSZTYNEK, budynek 100m2 oraz dwie działki 605m2 i 942m2, pełne uzbrojenie, cena 350tyś zł polecam, *53/**RYN***

OLSZTYN-GUTKOWO, Gutkowo, 147 m2, 6 pok., dom bliźniak 147m2, działka 490m2, nowy, stan deweloperski , odebrany do użytku, 6 pokoi, ładne osiedle domków jednorodzinnych , ulica z kostki cena 590.000,00 zł, *23/**RYN***

OLSZTYN-KIEŹLINY, Kieźliny, 151 m2, 6 pok., dom bliźniak 151m2, działka 441m2, osiedle leśne, odebrany do użytku, ładnie położony z widokiem na staw, stan deweloperski cena 590.000,00 zł, *22/**RYN***

OLSZTYN-SŁUPY, 3330 m2, Dom nowy mieszkalny wielorodzinny w Słupach, powierzchnia użytkowa 3330m2, *55/**RYN***

OLSZTYN-WADĄG, Wadąg, 134 m2, dom bliźniak, 6 pokoi, nowy, stan deweloperski, odebrany do użytku,cicha spokojna okolica w osłonie lasu cena 590.000,00 zł, *26/**RYN***

OLSZTYN-WADĄG, Wadąg, 138 m2, 630000 zł, 5 pok., dom bliźniak 5 pokoi,138m2, działka 369m2, 590.000,00 zł, nowy, stan deweloperski odebrany do użytku,osiedle domków jednorodzinnych, *21/**RYN***

STAWIGUDA, Stawiguda, Stawiguda, 220,9 m2, 899000 zł, 5 pok., 2009 rok, Nieruchomość zabudowana domem wolnostojącym parterowym o wysokim standardzie w miejscu otoczonym lasem Dom nowy z 2009 r parterowy wybudowany na działce 2765 m2 mieszkalno-letniskowej. Polecamy!!!!, *3635S/2018/**PER***

TOMASZKOWO, 270 m2, 990000 zł, 4 pok., Dom nowy z 2017 z widokiem na jezioro więcej na www.as.olsztyn.pl 603 584 180, *23/**AS.***

TUŁAWKI, Tuławki, 90 m2, 280000 zł, 4 pok., 1935 rok, Siedlisko dom typu „Prusak „ z czerwonej cegły zadbany , budynki gospodarcze , ładna działka 1390m. Media kanalizacja , woda , prąd więcej www.as.olsztyn.pl 603 584 180, *85/**AS.***

ZALESIE, Koło Barczewa, 220 m2, 750000 zł, 6 pok., dwa domy na posesji 220 m2 i 100m2, garaż 50m2, działka 2571m2, stan idealny nie wymaga żadnych remontów, 100m od jeziora i pięknej plaży.cena 750tyś.zł atrakcyjna cena, gorąco polecam, *17/**RYN***

działki | grunty

BARCZEWKO, Gm.Barczewo, 1377 m2, 50000 zł, Działka budowlana, położona na kolonii wsi Barczewko. Dojazd drogą asfaltową. W sąsiedztwie tereny zabudowane. Atrakcyjna lokalizacja., *33/**WW.***

BARCZEWKO, Gm.Barczewo, 1506 m2, 55000 zł, Działka budowlana, położona na kolonii wsi Barczewko. W sąsiedztwie tereny zabudowane. Dojazd drogą asfaltową. Atrakcyjna lokalizacja., *35/**WW.***

BARCZEWKO, Gm.Barczewo, 1512 m2, 55000 zł, Działka budowlana, położona na kolonii wsi Barczewko. Dojazd drogą asfaltową. W sąsiedztwie tereny zabudowane. Atrakcyjna lokalizacja., *34/**WW.***

BARCZEWKO, Gm.Barczewo, 1642 m2, 60000 zł, Działka budowlana, położona na kolonii wsi Barczewko. W sąsiedztwie tereny zabudowane. Dojazd drogą asfaltową. Atrakcyjna lokalizacja., *32/**WW.***

BARCZEWKO, Gm.Barczewo, 6037 m2, 220000 zł, Działki budowlane (dec. o war. zabudowy), pow.: 0,1642ha, 0,1377ha, 0,1512ha, 0,1506ha. Położone na kolonii wsi Barczewko. Dojazd drogą asfaltową. W sąsiedztwie tereny zabudowane., *37/**WW.***

BARCZEWKO, Gm.Barczewo, 833 m2, 100000 zł, Działka we wsi Barczewko zabudowana budynkiem do rozbiórki. Uzbrojenie - prąd, woda, kanalizacja. Atrakcyjna lokalizacja - 10km do Olsztyna i 7km do Barczewka., *31/**WW.***

BUKWAŁD, 3000 m2, 17 zł/m2, Kompleks 15 działek o powierzchni od 3000m2 Działki rolne atrakcyjnie położone okolice lasu, jeziora.Atrakcyjan cena! Polecam 0895338900, *14/**RYN***

CERKIEWNIK, Gm. Dobre Miasto, Cerkiewnik Nr 365, 14700 m2, 2,00 zł/m2, Działka nr 365; z linią rzeki Łyny, dookoła las, dla rybaków, myśliwych, itp. 1500 m do wsi Cerkiewnik. tel. 602-313371, *KOM/**KOM***

CERKIEWNIK, Gm. Dobre Miasto, Cerkiewnik Kolonia, 3024 m2, 36280 zł, Działka urokliwa nr379/2:jeziora Limajno i wokół lasów.Do ceny doliczam vat 23%.Działka sąsiednia działka ma warunki zabudowy na dom.Zapraszam zainteresowanych, tel. 602-313371, *KOM/**KOM***

CERKIEWNIK, Cerkiewnik Kolonia, Gm. Dobre Miasto, 3086 m2, 37032 zł, Działka nr 379/11 przy drodze powiatowej Cerkiewnik - Różynka. Obok działka ma warunki zabudowy,cena12złm.kw netto. Udział 1/15 drogi. Urokliwe miejsce,blisko jezioro Limajno,wokół lasy lasy 602313371, *KOM/**KOM***

CERKIEWNIK, Kolonia, Gm. Dobre Miasto, 3132 m2, 12 zł/m2, Działka nr 379/13 na górce; przy drodze powiatowej nr 1428N; obok działki z warunkami zabudowy, blisko lasy i jezioro Limajno. do ceny doliczam vat 23%, urokliwe miejsce, zapraszam 602 313 371, *KOM/**KOM***

CERKIEWNIK, Kolonia, Gm. Dobre Miasto, 3255 m2, 12 zł/m2, Działka nr 379/12;przy drodze powiatowej nr 1428N;obok działki z warunkami zabudowy, blisko lasy i jezioro Limajno. Do ceny doliczam vat 23%, zapraszam tel 602 313 371, *KOM/**KOM***

CERKIEWNIK, Kolonia, Gm. Dobre Miasto, 3565 m2, 12 zł/m2, Działka nr 379/1;na górce; obok drogi powiatowej nr 1428N;obok działki z warunkami zabudowy, blisko lasy i jezioro Limajno. Do ceny doliczam vat23%, zapraszam 602 313 371, *KOM/**KOM***

CERKIEWNIK, Kolonia, Gm. Dobre Miasto, 3760 m2, 12 zł/m2, Działka nr 379/15na górce;przy drodze powiatowej nr 1428N; obok działki z warunkami zabudowy,blisko lasy i jezioro Limajno. Do ceny doliczam vat 23%, tel. 602 313 371, *KOM/**KOM***

CERKIEWNIK, Cerkiewnik Kolonia, Gm. Dobre Miasto, 4659 m2, 12 zł/m2, Działka nr379/4 w otulinie lasów państwowych,obok działki z warunkami zabudowy.Obok jezioro Limajno i lasy, cena 12zł m.kw. plus vat 23% oraz udział 1/15 w drodze nr 379/16, zapraszam tel 602313371, *KOM/**KOM***

DĘBÓWKO, 5 ha, działka rolna o pow.5ha Dębówko koło Szczytna z dobrym dojazdem cena 20 zł/m2.gorąco polecam, *3/**RYN***

DOROTOWO, Dorotowo, 1625 m2, 150000 zł, Działka budowlana w planie zagospodarowania , media woda , prąd sąsiednie działki zabudowane więcej www.as.olsztyn.pl 603 584 180, *50/**AS.***

DOROTOWO, Zielone Ustronie, 1625 m2, 150000 zł, Działka w planie MU sucha , blisko Olsztyna więcej www.as.olsztyn.pl 603-584-180, *53/**AS.***

DYBOWO, Gm. Pasym, Dybowo 96/7, 10005 m2, 490000 zł, Urokliwa działka przy drodze asfaltowej z warunkami zabudowy na 3 domy jednorodzinne. Media w ulicy, zapraszam 602-313371, *GS-1494/**KOM***

DYWITY, Dywity, Dywity, 3012 m2, 60240 zł, Działka gruntu o pow. 3012 m2 w terenie zabudowanym ok. 200 m od nowy budynków. Dojazd droga gminna . Atrakcyjna cena , możliwość podziału działki. Polecam, *3485S/2018/**PER***

FRĄCZKI, 17895 m2, 12 zł/m2, Malownicza działka z warunkami zabudowy. Otoczenie domków jednorodzinnych. Media: woda i prąd. Dojazd droga asfaltową. Polecam!!! (89)5338900, *34/**RYN***

GADY, 35 zł, Gady działki budowlane wiel kości:3055m2,3944m2,5151m2,7100m2, 1,72HA media prąd, woda, możliwość zabudowy, atrakcyjne położenie 35,00 zł/m2 895338900, *28/**RYN***

GAMERKI WIELKIE, 3347 m2, 20 zł/m2, Malownicza działka z możliwością zabudowy. Media: woda i prąd. Położona około 150m od jeziora. Polecam!! Okazja! (89)5338900, *36/**RYN***

GIEDAJTY, 3188 m2, 150000 zł, Malownicza działka z ważnymi warunkami zabudowy na dwa domy jednorodzinne, budynek gospodarczy oraz garaż. Media: woda, prąd i kanalizacja. Gorąco polecam!! (89)5338900, *37/**RYN***

GIETRZWAŁD, Centrum, Gietrzwałd, 2246 m2, 249000 zł, OFERTA INWESTYCYJNA !!!! Działka w centrum uzbrojona , z decyzją i pozwoleniem na budynek mieszkalno-usługowego z przyłączeniami. Parter 348,4m2 handlowo-usługowy , poddasze 323,70 m2 na 2 mieszkania, *2998S/2016/**PER***

GMINA KOLNO, Żegoty, 760 m2, 45000 zł, Działka planie zagospodarowania , media woda , prąd przy granicy działek . Zapraszam 603 584 180, *102/**AS.***

KIERSZTANOWO, gm. Mrągowo, 0,34ha-0,6ha, 15 zł/m2 + Vat, malowniczo położone działki rekreacyjne- las, jezioro; działki bez uzbrojenia, różne powierzchnie, *20/**WW.***

KLEWKI, Gm. Purda, Klewki 6/178, 967 m2, 130000 zł, Działka budowlana nr 6/178 na dom wolnostojący. Warunki zabudowy. Media wszystkie przy drodze. Blisko do Olsztyna - dojazd autobusem miejskim MPK. Zapraszam 602-313371 na wizję lokalną., *GS-816/**KOM***

KOLONIA CERKIEWNIK, Cerkiewnik Kolonia, Gm. Dobre Miasto, 3255 m2, 39060 zł, Działka nr 379/12 w Cerkiewniku. Obok działka ma warunki zabudowy na budowę domu. Udział w drodze 1/15. Do ceny należy doliczyć vat 23%.Blisko do jeziora Limano ok. 500 m, wokół lasy, tel 602-313371, *KOM/**KOM***

KOTKOWO, Kotkowo, Wieś Nad Jeziorem Gil, 1315 m2, 82000 zł, Atrakcyjna działka z widokiem na jezioro Gil , ok. 100 m od jeziora na wzgórzu. Tereny zabudowy całorocznej i rekreacji indywidualnej.Polecam, *3477S/2018/**PER***

KRONOWO-LAMKOWO, Kronowo-Lamkowo, 10 ha, 400000 zł, 10 ha w jednym kawałku ziemia rolna dostęp do drogi gminnej od asfaltu 200 m. przy działce prąd i woda . ZAPRASZAM 603-584-180, *53/**AS.***

KRÓLIKOWO, Obrzeże Miasta, Gm. Olsztynek, 3056 m2, 70 zł/m2, Działka nr 67/3 z wydanymi warunkami na budowę domu jednorodzinnego. Na działce prąd i tel. Dookoła domy w budowie. Udział w drodze 1/7. Obok droga asfaltowa do Olsztynka 2 km. Zapraszam 602 313 371, *KOM/**KOM***

KRÓLIKOWO, Obrzeże Mista, Gm. Olsztynek, 4014 m2, 70 zł/m2, Działka nr 67/4 z możliwością wydania warunków zabudowy na dom. Na działce prąd i tel. Dookoła domy w budowie. Udział w drodze 1/7. Obok droga asfaltowa do Olsztynka 2 km. Zapraszam tel. 602 313 371, *KOM/**KOM***

KRÓLIKOWO, Obrzeże Miasta, Gm. Olsztynek, 4747 m2, 70 zł/m2, Działka nr 67/5 z możliwością wydania warunków zabudowy na dom. Na działce prąd i tel. Dookoła domy w budowie. Udział w drodze 1/7. Obok droga asfaltowa do Olsztynka 2 km. Zapraszam tel. 602 313 371, *KOM/**KOM***

LAMKOWO, Lamkowo, 2,84 ha, 68000 zł, Działka rolna we wsi Lamkowo ,klasa gruntów IV , V więcej as.olsztyn.pl 603 584 180, *47/**AS.***

LINOWO, 3564 m2, działka budowlana z pozwoleniem na budowę Linowo gm. Dźwierzuty w bliskiej odległości od jeziora doprowadzony prąd, woda , kanalizacja, cena 150000,00 zł gorąco polecam, *6/**RYN***

ŁAJS, Wieś, Gm. Purda, 4919 m2, 444000 zł, Działka obok 2 jezior Kośno i Łajskie. Urokliwe miejsce, lasy, cisza, dużo natury. Działka na budowę pensjonatu lub domu. Zapraszam do kupna aby długo żyć zgodnie z naturą i otoczeniem.Tel.602 313 371, *GS-1589/**KOM***

ŁĘGAJNY, Łęgajny, Łęgajny, 46 ha, 1500000 zł, Działka 46 ha rolna z lasem z linią brzegową jeziora Linowskiego . Las 70-letni ZAPRASZAM 603 584 180 AS Małgorzata Dyrda, *125/**AS.***

MARCINKOWO, Gmina Purda, Marcinkowo 79/6, 1085 m2, 57000 zł, Działka budowlana przy drodze asfaltowej w Centrum Marcinkowa. Uzbrojenie przy działce: prąd, woda i kanalizacja. Obok wybudowane domy mieszkalne. Zapraszam zainteresowanych 602 313 371, *GS-1635/**KOM***

OLSZTYNEK, dwie działki budowlane 605m2; 942m2, uzbrojone, bardzo ładnie położone, cena 350000,00 zł,polecam, *30/**RYN***

PASYM, Miasto, Ul. Kosciuszki, 1689 m2, 80 zł/m2, Działka budowlana, ogrodzona z widokiem na jezioro. Prąd, woda, teren zadbany pod budowę domu w dobrym sąsiedztwie. Zapraszam zainteresowanych 602 313 371, *KOM/**KOM***

PASYM, Miasto, Ul. Kościuszki, 1822 m2, 80 zł/m2, Działka budowlana z widokiem na jezioro. Prąd, woda, teren zadbany pod budowę domu w dobrym sąsiedztwie. Zapraszam zainteresowanych 602 313 371, *KOM/**KOM***

RAPATY, Ok. Jeziora, Rapaty, 1898 m2, 66430 zł, Działki położona w niezwykle pięknym przyrodniczo terenie , wśród lasów , jezior i rzek . Uzbrojenie ; prąd i wodociąg. W sąsiedztwie nowa zabudowa. Warunki zabudowy wydane na działkę. Polecamy, *2965S/2016/**PER***

RÓŻNOWO, 1000 m2, 100 zł, Różnowo pięć działek budowlanych, malownicza okolica, oddzielny plan zagospodarowania przestrzennego, wszystkie media, cena 100 zł/m2 . Wielkości dzałek od 1000m2 do 1400m2. tel.89 533-89-00 RYN/31, *31/**RYN***

RÓŻNOWO, Gm. Dywity, 1221 m2, 75000 zł, Działka w Różnowie 1221 m w planie zagospodarowania pod zabudowę mieszkaniową . Media w pobliżu woda , prąd , kanalizacja , gaz w drodze . Cena do uzgodnienia ZAPRASZAM Małgorzata Dyrda 603-584-180, *96/**AS.***

RUŚ, 100 zł, Ruś działki budowlane: 917m2, 995m2, 1027m2, 1054m2, 1091m2, 1401m1 cena 100zł/m2, media;

eprasa.pl 37c19de1b3

Włodzimierz Wiśniewski licencja 1496
WW
WŁODZIMIERZ WIŚNIEWSKI
BIURO GEODEZJI I OBSŁUGI NIERUCHOMOŚCI
10-059 Olsztyn, ul. Polna 1A lok. 12
tel./fax 89/535-02-61, kom. 608-519-960
e-mail: wisniewski.w@wp.pl
uprawnienia geodezyjne nr 1157
uprawnienia rzeczoznawcy majątkowego nr 1966
WW.
1119obb1-A -P

Ryszard Nowoszyński licencja 4186
Licencja 4186
RYNO
NIERUCHOMOŚCI OLSZTYN
ul. Leonharda 5B
tel. (0-89) 5-33-89-00
e-mail: nieruchomosci@ryno.pl www.ryno.pl
RYN
1419obb1-A -N

Małgorzata Dyrda licencja 3079
AS NIERUCHOMOŚCI
mieszkania-domy-działki-kredyty
Małgorzata Dyrda
10-503 Olsztyn
pl. Konstytucji 3 Maja 3
(vis a vis dworca)
tel. 89 539 02 00, 603 584 180
www.as.olsztyn.pl as@as.olsztyn.pl
AS
619obb1-A -M

Andrzej Woźniak licencja 1959
NIERUCHOMOŚCI
KOMES
Andrzej Woźniak
10-117 Olsztyn, ul. 1 Maja 13/101
tel. (0-89) 527-30-07
kom. 0-602-313-371
www.komes.olsztyn.pl
e-mail: komes@komes.olsztyn.pl
KOM
819obb1-A -N

Ewa Andrzejczuk licencja 3075
PERFEKT NIERUCHOMOŚCI
s.c. Ewa Andrzejczuk Elżbieta Rink
10-106 Olsztyn, ul. Wyzwolenia 7
tel./fax (089) 535-48-88, 535-48-08
603 592 141; 606 393 885
e-mail: biuro@perfekt.olsztyn.pl, www.perfekt.olsztyn.pl
PER
919obb1-A -P

Jak znaleźć nadawcę ogłoszenia? To proste!
Przy każdym ogłoszeniu znajduje się skrót nazwy biura nieruchomości, którego reklama z telefonem i adresem umieszczona jest na górze każdej strony.
Biuro nieruchomości
Olsztyn
ulica.....
tel. .....
BO
1219obb1-B -N

woda, kanalizacja,prąd, telefon,aktualny plan zagospodarowania przestrzennego, nowy teren budowlany 895338900, *7/**RYN***

SPRĘCOWO, 1772 m2, 90 zł/m2, Atkacyjna działak budowlana z warunkami zabudowy, położona na nowym terenie budowlanym. W pobliżu staw Media: prąd,wodaPolecam 0895338900, *25/**RYN***

SPRĘCOWO, Gm. Dywity, Pow. Olsztyn, 82122 m2, 20 zł/m2, Działka inwestycyjna - teren zabudowy produkcyjnej, składów i magazynów. Przy drodze nr 51 Olsztyn-Bezledy. Mozliwośc zakupu drugirej działki rolnej 4 7706 m.kw. po 10 zł m.kw. zapraszam 602 313 371, *GS-1601/**KOM***

STAWIGUDA, Centrum, Warszawska, 3111 m2, 1550000 zł, Działka 3.111m.kw zabudowana 3 budynkami pow. 648 m.kw. na działalność. Media wszystkie, przy drodze, plac manewrowy. Wolne od zaraz, zapraszam zainteresowanych tel. 602 313371, *GS-1625/**KOM***

STAWIGUDA, Stawiguda, Ul. Warmińska, 6125 m2, 60 zł/m2, Działka budowlana na obrzeżu Stawigudy przy ul. Warmińskiej. Media wszystkie. Zapraszam na wizje lokalną, tel. 602 313 371, *GS 1603/**KOM***

SWOBODNA, Gm. Dobre Miasto, 12095 m2, 145000 zł, Działka 1,2 ha z warunkami zabudowy na 2-domy . Media przy działce prąd , gaz , kanalizacja . Od jez. Limajno ok 300 m od jez Komin ok 150 m . Więcej www.as.olsztyn.pl 603 584 180, *89/**AS.***

TRELKOWO, Gm. Szczytno, Trelkowo Nr 350-357, 8143 m2, 450000 zł, Bardzo urokliwe miejsce 7 działek w kompleksie 8143m.kw. Dookoła jeziora i lasy, 60 m. do asfaltu a 300m do jeziora Sasek. Zapraszam na wizję lokalną tel 602313371, *GS-1493/**KOM***

TUŁAWKI, Tuławki, 3284 m2, 75000 zł, Działka we wsi Tuławki , siedliskowa przy drodze prąd , woda . Powierzchnia równa , sucha . Zapraszam Małgorzata Dyrda lic. 3079 603 584 180, *60/**AS.***

WORLINY, Gm. Łukta, Worliny Z Linią Jeziora Łoby, 5694 m2, 100000 zł, Działka rolna z linią brzegową ok. 75 m jeziora Łoby. Dookoła lasy państwowe, dojazd drogą leśną. Działka nie ma prawa do zabudowy. Mozna postawić na kołach domek wypoczynkowy. Zapraszam 602 313 371, *GS-767/**KOM***

WÓJTOWO, Bławatna, 1379 m2, 124000 zł, Działka budowlana wszystkie media - woda , prąd , gaz , kanalizacja , telekomunikacja . Możliwość wyboru lub zakupu 2-działek obok siebie . www.as.olsztyn.pl 603 584 180, *60/**AS.***

WÓJTOWO, 1721 m2, 120000 zł, Dobrze usytuowana działka w cichej i spokojnej okolicy. Dobry dojazd. Aktualny plan zagospodarowania przestrzennego. Atrakcyjna cena zapraszam!!! (89)5338900, *12/**RYN***

WÓJTOWO, K. Olsztyna, Gm. Barczewo, 1752 m2, 158000 zł, Działka budowlana - media wszystkie. Projekt „Dom w Kameliach 2" - gratis. Osiedle nowych domów - spokojne miejsce, blisko do Olsztyna. Zapraszam Andrzej 602 313 371, *GS-1628/**KOM***

ZGNILOCHA, Gm. Purda, Zgniłocha, 2500 m2, 47000 zł, Działka w urokliwym miejscu: jeziora, lasy, zwierzęta, grzyby, jagody inne runa leśne. W okolicy jezioro Gim. Bardzo dobra cena. Zapraszam 602-313371, *GS-1232/**KOM***

lokale użytkowe

BARCZEWO, Centrum, Kopernika, 1232 m2, 1499000 zł, 15 pok., Nieruchomość komercyjna ! Kompleksem 4 budynków na działce o łącznej powierzchni 1252 m2. 2 domy mieszkalne, garaż wolnostojący z ogrodem i spichlerz , 15 pokoi i 2 lokale użytkowe., *2520S/2015/**PER***

OLSZTYN, 15077 m2, Nieruchomość handlowo-usługowa o pow. 15077m2, pow. użytkowa 6000m2 pozwolenie na działalność wielo-powierzchniowa obiektu handlowego.przy głównej drodze w pobliżu Komfortu, OBI, LIDL .TEL.515-247-987, *43/**RYN***

OLSZTYN, Centrum, Sklodowskiej, 25,76 m2, 133000 zł, 2 pok., Dwa pomieszczenia na parterze blisko ratusza w Olsztynie. Idealne na kancelarie, biuro, gabinet, zapraszam na wizje lokalną, tel. 602 313 371, *KOM/**KOM***

OLSZTYNEK, Budynek 100m2, dwie działki 605m2, 942m2, pełne uzbrojenie,dobra lokalizacjia cena 350 tyś zł polecam, *42/**RYN***

STAWIGUDA, Centrum, Warszawska, 648,56 m2, 1550000 zł, Działka 3.111m.kw zabudowana 3 budynkami na działalność. Media wszystkie, przy drodze, plac manewrowy. Wolne od zaraz, zapraszam zainteresowanych tel. 602 313371, *LS-1624/**KOM***

KUPIĘ

mieszkania

OLSZTYN, Dowolna, Olsztyn, Poszukuje mieszkań dla klientów do kupna z zamiarem wynajmu, najchętniej blisko UWM, Centrum Olsztyna 602 313 371, *KOM/**KOM***

OLSZTYN, Jaroty, Poszukuję dla moich klientów 3-pokojowe mieszkanie na Jarotach lub Nagórkach 603 584 180, *63/**AS.***

OLSZTYN, Centrum, Centrum, Szukam mieszkania 1 lub 2-pokojowego dla klienta, tel. 602 313 371, *KOM/**KOM***

OLSZTYN, Przyjmę do sprzedaży , zamiany dom , mieszkanie , działkę . Zapraszam na rozmowę na temat nieruchomości . 603 584 180 , 89 539 02 00, *84/**AS.***

OLSZTYN, Poszukuję kawalerki w Olsztynie 603-584-180 , 89 539-02-00, *70/**AS.***

OLSZTYN, Poszukuje pilnie mieszkania 3-pokojowego w nowej tech. 2,3p. z windą garażem lub miejscem parkingowym lokalizacja Centrum , Nagórki , Jaroty ZAPRASZAM DO WSPÓŁPRACY również biura 603-584-180, *900/**AS.***

OLSZTYN, „AS" Poszukuję dla klientów mieszkania 2-pokojowego na oś. Pojezierze , Centrum możliwość zamiany itp. 603-584-180 , 89 539-02-00, *66/**AS.***

OLSZTYN, 3 pok., Poszukuję mieszkania 3-pokojowego lub 4-pokojowego na Jarotach, Pieczewie, Nagórkach; do III pietra. 603-584-180 lub 89 539-02-00, *55/**AS.***

OLSZTYN, Poszukuję pilnie mieszkania 32-40m2 603-584-180 , 89/539-02-00, *80/**AS.***

OLSZTYN, Poszukuję domu na terenie Olsztyna lub do 15 km od Olsztyna do 770.000 lub na zamianę przyjmę każdy dom 603 584 180 zamiany.olsztyn.pl Małgorzata Dyrda, *50/**AS.***

OLSZTYN, Centrum, Olsztyn, 30 m2, Szukam do sprzedaży w Centrum Olsztyna kawalerki dla klientów 602 313 371, *KOM/**KOM***

OLSZTYN, 30 m2, 1 pok., 2009 rok, Zamienię kawalerkę na Jarotach własność , nowa technologia na 1p. duży balkon na mieszkanie 2-pokojowe 603 584 180, *27/**AS.***

OLSZTYN, Jaroty, Nagórki, 42 m2, 250000 zł, 2 pok., Poszukuję dla klientki mieszkania na Jarotach , Nagórkach - okolicy , 2-pokojowego do kwoty 250.000 Małgorzata Dyrda 603 584 180, *27/**AS.***

OLSZTYN, Osiedle Mleczne, Gałczyńskiego, 50 m2, Szukam dla klienta mieszkania 2 -pokojowego na os. Mleczna, Podgrodzie na parterze lub na I pietrze, blisko UWM, tel. 602 313 371, *KOM/**KOM***

OLSZTYN, Pojezierze I Inne Osiedla, Olsztyn, 50 m2, 220000 zł, 3 pok., Poszukujemy dla Klientów 2-3 pokojowego mieszkania na osiedlach Pojezierze , Kormoran, Podgrodzie, Jaroty inne do 220 tys zł, *1/2017/**PER***

OLSZTYN, 72 m2, 250000 zł, 4 pok., Poszukuję dla klientów 4-pokojowego mieszkania na parterze lub 1p. chętnie Pojezierze , Nagórki , Jaroty lub zamiana Zapraszam 603 584 180, *47/**AS.***

domy | siedliska

" AS" OLSZTYN, POSZUKUJĘ DLA KLIENTA DZIAŁKI REKREACYJNEJ, ŁADNIE POŁOZONEJ LAS, WODA Z DOMKIEM ALE TO NIE WARUNEK DO 20 KM. OD OLSZTYNA. 603-584-180 lub 89 539-02-00, *93/**AS.***

GMINA PURDA, Poszukuję domu do 30 km od Olsztyna do kupna lub na zamianę na mieszkanie 2-pokojowe 603 584 180, *53/**AS.***

OLSZTYN, Poszukuję dla klientów domu w Olsztynie na oś. Mazurskim , Mlecznym , Likusach , Dajtkach 603-584-180 , 89 539-02-00, *05/**AS.***

OLSZTYN, Olsztyn - Okolica, Poszukuję domu do 650.000 w Olsztynie lub okolicy kupno lub zamiana z dopłatą 603-584-180, *100/**AS.***

OLSZTYN, Zielona Górka, Zatorze, Poszukuję dla moich klientów domu wolno stojącego na Zielonej Górce lub Zatorzu ZAPRASZAM AS. Nieruchomości Małgorzata Dyrda 603 584 180, *100/**AS.***

OLSZTYN, Likusy, Likusy, 130 m2, 400000 zł, 4 pok., Poszukujemy do zakupu dla zdecydowanego klienta domu 4-5 pokojowego na Os. Likusy w Olsztynie w przedziale 350-400 tys zł ., *1/2016/**PER***

POW. OLSZTYN, Blisko Olsztyna, Okolice Olsztyna, 100 m2, 350000 zł, 4 pok., Kupię domek blisko Olsztyna lub zamiana na mieszkanie w Olsztynie ul. Mroza 60 m.kw - 3 pokojowe cena 319000 zł. Oferty na tel. 602 313 371, *KOM/**KOM***

działki | grunty

" AS „ WARMIA I MAZURY, POSZUKUJĘ ZIEMI WIEKSZEGO AREAŁU 603-584-180, *80/**AS.***

" AS" OLSZTYN, POSZUKUJĘ ZIEMI NAJLEPIEJ OKOLICE NIDZICA ,MŁAWY , DĄBRÓWNO , SZCZYTNO 603-584-180, *70/**AS.***

" AS" OLSZTYN, POSZUKUJĘ SIEDLISKA , DOMU NA WSI 603-584-180 , 89 539-02-00, *79/**AS.***

"AS" OLSZTYN, Olsztyn I Okolice, DZIAŁKĘ BUDOWLANĄ REJON OLSZTYN I OKOLICE. 89 539-02-00 LUB 603-584-180 POSIADAM KONKRETNYCH KUPUJĄCYCH. as@as.olsztyn.pl, *500/**AS.***

OLSZTYN, Poszukuję działki blisko jeziora nie musi być z dostępem do wody ale w bliskiej okolicy odległość od Olsztyna do 30 km -40 km 603-584-180, *17/**AS.***

WARMIA I MAZURY, Warmia, Poszukuję działki rekreacyjnej z domkiem w atrakcyjnym wypoczynkowym miejscu . Zapraszam do składania ofert to nic nie kosztuje 603 584 180, *85/**AS.***

DO WYNAJĘCIA

mieszkania

OLSZTYN, Nagórki, Orlowicza, 60 m2, 550 zł, 1 pok., 3 osobne pokoje, kuchnia, łazienka, balkon. Do wynajmu 2 pokoje: jeden 12 m.kw za 550 zł i drugi 18 m.kw za 850 zł dla 1 osoby lub dla 2 osób 2x po 450 zl. Kaucja 1-miesięczna tel. 602 313 371, *KOM/**KOM***

OLSZTYN-SŁUPY, Słupy, 37 m2, 2 pok., Mieszkania do wynajęcia w bloku wielorodzinnym od 37 do 70 m2z podziemnymi garażami 3km od granic Olsztyna, bardzo dobry dojazd, szkoła, sklep, przedszkole.W mieszkaniu wykonana zabudowa kuchni z AGD, *2/**RYN***

lokale użytkowe

OLSZTYN, Jaroty, Kanta, 15,5 m2, 500 zł, 1 pok., Dwa gabinety 15,5 m.kw. za 500 zł/ 8 godz. 1x w tygodniu i 14,5m.kw za 300 zł/4 godz. 1 x w tygodniu lub opcja 600 zł za 4 godz 2x w tygodniu, Zapraszam na usługi medyczne 602 313 371, *KOM/**KOM***

OLSZTYN, Leonharda 5B, 2100 m2, Powierzchnia usługowo-handlowa 2100 m2,niezależnie plac 3000 m2,biura 25-300m2, bardzo dobra lokalizacja przy głównej ulicy,atrakcyjna cena Polecam!!!, *1/**RYN***

OLSZTYN, Leonharda 5 B, 336 m2, Lokal handlowo-usługowy przy głównej ulicy na działalność gospodarczą atrakcyjnie położony w atrakcyjnej cenie gorąco polecam/ RYN, *50/**RYN***

OLSZTYN, Leonharda 5B, 60 m2, Lokal handlowo-usługowy 60 m2 przy głównej ulicy na działalność gospodarczą ,atrakcyjne położenie, atrakcyjna cena gorąco polecam!, *5/**RYN***

ZAMIANA

mieszkania

BISKUPIEC, Oś. Koszary, 51 m2, 3 pok., 2-pokojowe mieszkanie na oś Koszary 51m\3p ładne zadbane mieszkanie własność oczekiwana zamiana na Olsztyn na parterze lub blok z windą . Więcej www. zamiany.olsztyn.pl 603 584 180, *74/**AS.***

CERKIEWNIK, Gm. Dobre Miasto, Cerkiewnik Kolonia, 3200 m2, 38400 zł, Zamienię działki na mieszkania. Działki ponad 3000 m.kw. 12 zł m/kw.+ vat 23% w Cerkiewniku gm. Dobre Miasto. Działki obok urokliwego jeziora Limajno, blisko Olsztyna tel. 602-313371, *KOM-006/**KOM***

MOSTKOWO, Mostkowo Gm. Łukta, Połowa domu z działką 4400 m . stodołą , oborą sprzedaż lub zamiana na mieszkanie 2-pokojowe .w Olsztynie , Łukcie , Morągu , Jonkowie Więcej www.as.olsztyn.pl 603 584 180, *90/**AS.***

OLSZTYN, „AS" Zamiany Mieszkań , Domów Własnościowych , Lokatorskich , Gminnych Również Zadłużonych Inne Oferty ZAPRASZAM 89-539-02-00 , 0-603-584-180 www.zamiany.olsztyn.pl, *44/**AS.***

OLSZTYN, Gutkowo, 25 m2, 1 pok., Kawalerka Kwaterunkowa położona w Gutkowie , nowa tech 1p . Zamiana na większe w Olsztynie wszystkie propozycje zostaną rozpatrzone . AS Małgorzata Dyrda 603 584 180 www.zamiany.olsztyn.pl, *48/**AS.***

OLSZTYN, Zatorze, Puszkina, 31,30 m2, 10 zł, 1 pok., Kawalerka kwaterunkowa 1p/4 duży ładny pokój z wnęką z loggią , kuchnia z oknem ustawna ,łazienka , przedpokój , piwnica . Spokojne miejsce kulturalni - mili sąsiedz.zamiany.olsztyn.pl 603 584 180, *56/**AS.***

OLSZTYN, Pojezierze, Dworcowa, 32 m2, 158000 zł, 2 pok., Spółdzielcze Własnościowe mieszkanie na 4p\11 winda na większe ok 48/70 m , więcej www.zamiany. olsztyn.pl 603 584 180, *65/**AS.***

OLSZTYN, Jaroty, Mroza, 32 m2, 219000 zł, 1 pok., 2000 rok, Kawalerka z wnęką na sypialnię , dużym balkonem na 1p. ZAMIANA na mieszkanie większe w Olsztynie więcej na www.zamiany.olsztyn.pl 603 584 180, *23/**AS.***

OLSZTYN, Zatorze, 35 m2, 1 zł, 2 pok., 2-pokoje , kwaterunkowe 1p , ogrzewanie teraz piecowe ale można zmienić , czynsz na 1-osobę 270 zł ZAMIANA na mniejsze Olsztyn lub Barczewo 603 584 180, *27/**AS.***

OLSZTYN, Zatorze, Sienkiewicza, 35,60 m2, 1 pok., Kawalerka z możliwością wykupu na 1p ogrzewanie miejskie . Mieszkanie wyremontowane zamiana na większe więcej www.zamiany.olsztyn.pl 603 584 180, *54/**AS.***

OLSZTYN, Stare Miasto, 38 m2, 10 zł, 2 pok., Mieszkanie kwaterunkowe na parterze , nie wymaga nakładów finansowych ZAMIANA na większe więcej www.zamiany.olsztyn.pl czynsz na 2 osoby 344 zł 603 584 180 Małgorzata Dyrda, *79/**AS.***

OLSZTYN, Dworcowa, 39 m2, 204000 zł, 2 pok., 2-pokojowe parter\4 w spokojnym miejscu , mieszkanie odnowione ładne zabudowy wszystko nowe ZAMIANA na większe na 1p w spokojnym zielonym miejscu www.zamiany.olsztyn.pl 603 584 180 możliwa sprzedaż, *53/**AS.***

OLSZTYN, Zatorze, Kasprowicza, 44,40 m2, 10 zł, 2 pok., 2-pokojowe mieszkanie kwaterunkowe na 1p. zamiana na większe zainteresowani rozpatrzą wszystkie oferty 603-584-180 , 89 539-02-00, *53/**AS.***

OLSZTYN, Pojezierze, Dworcowa, 48 m2, 299000 zł, 3 pok., 3-pokojowe mieszkanie 2p\4 . położone w spokojnym zielonym miejscu . Mieszkanie nie wymaga nakładów finansowych . ZAMIANA NA dom Olsztyn lub okolica więcej www.zamiany.olsztyn.pl 603 584 180, *50/**AS.***

OLSZTYN, Zatorze, Okrzei, 52,00 m2, 3 pok., 3-pokojowe pełna własność na 2p. zamienię na mieszkanie w Warszawie , Gdańsku , Bydgoszczy , Poznaniu więcej www. zamiany.olsztyn.pl 603-584-180, *85/**AS.***

OLSZTYN, Jaroty, 59,50 m2, 3 pok., 1990 rok, Mieszkanie 3-pokojowe , spółdzielczo-lokatorskie na 2p . Zamiana na kawalerkę z dopłatą , wiadomości w biurze 603 584 180 www.zamiany.olsztyn.pl, *61/**AS.***

OLSZTYN, Jaroty, Mroza, 60,2 m2, 319000 zł, 3 pok., 1992 rok, Na III p. 3 pokoje, łazienka, wc, kuchnia, duży balkon 5m, piwnica. Mieszkanie po kap. remoncie,zadbane. Możliwość zamiany na mały domek blisko Olsztyna. Zapraszam zainteresowanych tel. 602 313 371, *KOM/**KOM***

OLSZTYN, Kormoran, Dworcowa, 61 m2, 1 zł, 3 pok., 3-pokoje , 61m/4 , parter mieszkanie kwaterunkowe , ogrzewanie miejskie . ZAMIANA NA MNIEJSZE w Olsztynie . Więcej zamiany.olsztyn.pl 603 584 180, *47/**AS.***

OLSZTYN, Zatorze, 85 m2, 3 pok., 85m. w kamienicy , parter , 3-pokoje z możliwością wykupu , ogrzewanie gazowe . Zamienię na mniejsze 2-pokoje ogrzewanie miejskie 603-584-180, *76/**AS.***

OLSZTYN, Osiedle Kętrzyńskiego, 99 m2, 10 zł, 4 pok., 4-pokoje , 99 m /2p zamienię na 2-pokojowe ok 40-45 m. Więcej informacji www.zamiany.olsztyn.pl 603 584 180, *23/**AS.***

TUŁAWKI, Tuławki, 90 m2, 280000 zł, 4 pok., Siedlisko we wsi Tuławki działka 1390 m , budynki gospodarcze na mieszkanie małe w Olsztynie lub sprzedaż więcej www. zamiany.olsztyn.pl 603-584-180, *74/**AS.***

działki | grunty

CERKIEWNIK, Gm. Dobre Miasto, Cerkiewnik Kolonia, 3200 m2, 14,76 zł/m2, Zamienię działki w Cerkiewniku, blisko Olsztyna, obok urokliwego jeziora Limajno na mieszkania, lokale, tel. 602-313371., *KOM-005/**KOM***

lokale użytkowe

OLSZTYN, Dowolna, Olsztyn, Zamienię działki na mieszkania, lokal. Działki po ok. 3000 m.kw. 12 zł m/kw. (30 działek) w Cerkiewniku gm. Dobre Miasto. Działki obok jeziora Limajno, blisko Olsztyna tel 602-313371, *KOM-005/**KOM***

eprasa.pl 37c19de1b3

NIERUCHOMOŚCI ABRYS
Bożena Marcinkowska, licencja 11976
DOMY, MIESZKANIA, DZIAŁKI
KREDYTY
Olsztyn, 11 listopada 7/3
(w pobliżu ratusza, vis-a-vis C.H.Jakub)
tel. 89 523-71-61
664-174-484, 533-023-134
WWW.ABRYS.NIERUCHOMOSCI.PL
ABR
119obb1-A -P

LEGIShouse NIERUCHOMOŚCI
Emil Kucharski – licencja 16178
Olsztyn, al. Piłsudskiego 2/8 lok.113
tel./fax (89) 650-17-18
tel. kom. 660 590 596
e-mail: nieruchomosci@legishouse.pl
www.legishouse.pl
ALH
219obb1-A -M

KOMPLEKSON
Nieruchomości, ubezpieczenia
mgr Krystyna Sulejewska
10-512 Olsztyn
ul. Kopernika 29, pok. 215
tel./fax (0-89) 533-56-86
komplekson1@wp.pl
KO.
319obb1-A -P

KOSYL - NIERUCHOMOŚCI
Stanisław Witold Kosyl licencja 7139
Olsztyn, ul. Westerplatte 1, lok. 107,
(budynek LOK), 601-82-96-22
tel./fax 089-523-78-78
www.kosyl-nieruchomosci.pl
e-mail: biuro@kosyl-nieruchomosci.pl
KOS
419obb1-A -P

Jak znaleźć nadawcę ogłoszenia? To proste!
Przy każdym ogłoszeniu znajduje się skrót nazwy biura nieruchomości, którego reklama z telefonem i adresem umieszczona jest na górze każdej strony.
Biuro nieruchomości
Olsztyn
ulica.....
tel. .....
BO
1319obb1-a-O

SPRZEDAM

mieszkania

KONDRATOWO GM. ŚWIATKI, Kondratowo, Kondratowo, 250 m2, 250000 zł, 5 pok., 1910 rok, Dom pow 250 m 2, mogą zamieszkać dwie nie zależne rodziny, po remoncie, duża działka 0,4839 ha + pomieszczenie gospodarcze , stodoła , kurnik, dobry dojazd, blisko las, jezioro. Polecam!, *4/2019/**KO.***

OLSZTYN, Redykajny, Hozjusza, 42,30 m2, 246000 zł, 2 pok., 1989 rok, Mieszkanie o pow.42,60 na Redykajnach.Dwa pokoje (jeden z aneksem kuchennym), na pierwszym piętrze,do wykończenia. Cena 246 000 złotych.Tel.533023134, *ABR 10850/**ABR***

OLSZTYN, Pieczewo, Ludwiki Stramkowskiej, 47,9 m2, 252000 zł, 2 pok., 1985 rok, Komfortowe M-3, rozkładowe, łazienka z oknem, balkon z markiza , po remoncie,otwarta kuchnia, świetna lokalizacja , widok na las, Pilnie! Sprzedam, *1/2019/**KO.***

OLSZTYN, Zatorze, Szymanowskiego, 48 m2, 259000 zł, 2 pok., 1960 rok, Mieszkanie z ogródkiem na Zatorzu. Pow.48 m 2 , po kapitalnym remoncie, pierwsze piętro.Parking, piwnica, strych.Cena 259000 zł.tel.533023134, *ABR10941/**ABR***

OLSZTYN, Pojezierze, Pstrowskiego 19, 48,30 m2, 269000 zł, 2 pok., 1980 rok, IIIp./IV, atrakcyjny budynek po termomodernizacji, dwustronnie rozkładowe, ODDZIELNA kuchnia 5,85m2, łazienka z oknem 4,10m2 i WC 0,88m2, salon 17,81m2, sypialnia 12m2 tel.660 590 596, legishouse.pl, *LEG-MS-437/**ALH***

OLSZTYN, Kościuszki, Jasna, 48,6 m2, 258000 zł, 3 pok., 1970 rok, Mieszkanie przy ulicy Jasnej 5 .Powierzchnia 48,6 m 2, trzy pokoje,kuchnia. Trzecie piętro. Cena 258 ooo złotych. Kontakt Anna 533023134, *ABR 10975/**ABR***

OLSZTYN, Redykajny, Hozjusza, 50,6 m2, 289000 zł, 2 pok., 1989 rok, Mieszkanie pow.50,6 m 2 na Redykajnach , dwa pokoje, kuchnia, 1 piętro, do wykończenia.Cena 289 000 złotych. Tel.533023134, *ABR 10854/**ABR***

OLSZTYN, Jaroty, Kutrzeby, 51,30 m2, 299000 zł, 2 pok., 1992 rok, I PIĘTRO/IV, ATRAKCYJNE beznakładowe, gotowe do wprowadzenia, DUŻY balkon, dwustronnie rozkładowe, ODDZIELNA kuchnia 7 m2,duży salon 21,19 m2,sypialnia 11,44 m2, łazienka z WC 3,46m2, tel. 660 590 596, *LEG-MS-440/**ALH***

OLSZTYN, Jaroty, Piotrowskiego, 54 m2, 333000 zł, 2 pok., 1997 rok, Do sprzedaży mieszkanie o pow.54 m 2, usytuowane na wysokim parterze.Dwa pokoje, łazienka, balkon, duża piwnica. Nie wymaga natychmiastowych nakładów finansowych. Telefon 533023134, *ABR 10891/**ABR***

OLSZTYN, Podgrodzie, Gałczyńskiego, 58,94 m2, 350000 zł, 3 pok., 1985 rok, Komfortowe, I piętro, rozkładowe, kameralne w budynku mieszkają tylko 2 rodziny,balkon loggia,Pilnie sprzedam, *2/2019/**KO.***

OLSZTYN, Pieczewo, Turkowskiego, 60,40 m2, 328000 zł, 3 pok., 1996 rok, IIIp./IV, atrakcyjny budynek,duży balkon, dwustronnie rozkładowe,salon 24,12 m2,dwie sypialnie 9,39 m2 i 8 m2, ODDZIELNA kuchnia 8,36 m2, łazienka 3,14 m2 i wc 0,85 m2, p.pokój 8,14 m2.tel.660 590 596, *LEG-MS-436/**ALH***

OLSZTYN, Jaroty, Krasickiego, 69 m2, 3000 zł, Do wynajmu lokal użytkowy przy ulicy Krasickiego, w ciągu pieszych, z dużą witryną, dwa wejścia,parking. Cena wynajmu 3000 zł. Kontakt 533023134, *ABR 10918/**ABR***

OLSZTYN, Centrum, Curie-Skłodowskiej, 86 m2, 359000 zł, 4 pok., CENTRUM MIASTA 4-pokoje na 1-szym piętrze w kamienicy. Po remoncie. Piece w 3 pokojach. Nietypowy rozkład pomieszczeń. www.kosyl-nieruchomosci.pl/ Kontakt-664-71-31-20., *17/**KOS***

domy | siedliska

GIEDAJTY, 128 m2, 499000 zł, 4 pok., 2019 rok, Giedajty- Nowy domek. 3 pokoje z garderobą, duża łazienka +wc osobno. Aneks kuchenny. Działka 500 m2 /www.kosyl-nieruchomosci.pl / KONTAKT - 535-33-62-51, *12/**KOS***

GRONITY, 8 Km Od Olsztyna, Dojazd Do Olsztyna W 10 Min, 162 m2, 740000 zł, 7 pok., 2008 rok, NIEZWYKLE atrakcyjna i NOWOCZESNA bryła budynku, wnętrze wykończone w wysokim standardzie; wszystkie zabudowy stałe wraz z AGD w cenie. PIĘKNIE zagospodarowana działka o pow. 1504 m2 tel. 660 590 596, *LEG-DS-82/**ALH***

GROSZKOWO, 66 m2, 251000 zł, 3 pok., Groszkowo, gm. Purda. Siedlisko. dom po remoncie. budynki gospodarcze w dobrym stanie. Działka 1024 m2 + dzierżawione od lasów 2552 m2./KONTAKT- www.kosyl-nieruchomosci.pl / Tel. 664-71-31-20, *6/**KOS***

JAŚKOWO, 1709 m2, 3300000 zł, Zabytkowy PAŁAC w Jaśkowie, gmina Zalewo, powiat iławski, przy jeziorze Jaśkowskim. Rok budowy-1721/Działka-3,96 ha. Możliwa ZAMIANA./www.kosyl-nieruchomosci.pl/ Kontakt: 664-71-31-20/ 535-33-62-51, *10/**KOS***

JELENIOWO, 433 zł, 3 pok., 1995 rok, Jeleniowo, gm. Dźwierzuty..Powiat - Szczytno. Dom w okolicy lasów i jezior. Rok budowy 1995. Konstrukcja drewniana, góra do wykończenia..Działka 1800 m2../www.kosyl-nieruchomosci.pl /Tel.-664-71-31-20, *3/**KOS***

LAMKOWO, Lamkowo, 170 m2, 299000 zł, 5 pok., 1938 rok, Nieruchomość w Lamkowie. Dom o pow.170 m2, działka 1000 m 2.Do Olsztyna 25 km, do Barczewa 8 km.Cena 299 000 złotych.Kontakt 533023134, *ABR 10862/**ABR***

MĄTKI, 120 m2, 699 zł, 4 pok., 1991 rok, Siedlisko tuż za miastem. Dom gotowy do zamieszkania + budynki gospodarcze. Działka ok. 12 ha. Możliwość zakupienia wydzielonej części./ www.kosyl-nieruchomosci.pl/ KONTAKT- 664-71-31-20/ 535-33-62-51, *4/**KOS***

NOWA WIEŚ, 190 m2, 330000 zł, 6 pok., 2015 rok, Nowa Wieś, gm.Purda. Dom-środkowy szereg, cały czas w trakcie wykańczania. Piwnica na całości. Działka-600 m2./ www.kosyl-nieruchomosci.pl / Kontakt: , 664-71-31-20, *4/**KOS***

OLSZTYN, Brzeziny, 225,01 m2, 869000 zł, 8 pok., 1982 rok, DUŻA działka 987m2, przyległe tereny zielone. Budynek ciepły, ściany dwuwarstwowe z pustką powietrzną, ocieplone styropianem - mur 40 cm! Dwufunkcyjny piec oraz kolektory słoneczne. tel 660 590 596, *LEG-DS-433/**ALH***

OLSZTYN, Grunwaldzkie, Pierwszej Dywizji, 82 m2, 550000 zł, 1950 rok, Mały domek przy ulicy Pierwszej Dywizji Wojska Polskiego w Olsztynie . Powierzchnia 82 m 2, działka 797 m 2 bardzo ładnie zagospodorowana. Cena 550000 zł. Tel.664174484, *ABRDS4166/**ABR***

OLSZTYNEK, Świerkocin, Świerkocin, 40000 m2, 450000 zł, Piękne siedlisko nad jeziorem, pow działki 4 ha, budynki gospodarcze do remontu(stodoła , obora) nowy projekt domu, posesja ogrodzona, można kupić działki 30 zł/m 2(od 1500-do 2000 m 2), *4/**KO.***

PREJŁOWO, Prejłowo, 245 m2, 1290000 zł, 6 pok., Nowy dom w Prejłowie, w gminie Purda.Oddalony od Olsztyna 18 km, od Barczewa 10 km.Duża działka 7,5 ha, własne stawy. Cena 1290 000 zł. Kontakt 533023134, *ABR 10860/**ABR***

SWOBODNO, Swobodno, 96 m2, 550000 zł, 5 pok., 1989 rok, Domek letniskowy w Swobodnie o pow.96 m 2 z własnym pomostem na jezioro Limajno, 5 km od Dobrego Miasta.Działka 755 m 2. telefon 533023134, *ABR-10857/**ABR***

WILCZKOWO, 262000 zł, 5 pok., SIEDLISKOWilczkowo, gm.Lubomino, pow. lidzbarski.11km od Dobrego Miasta, DOM +budynki gospodarcze, Działka 2,75 ha. Wszystkie MEDIA.Do Olsztyna ok. 35 km. /www.kosyl-nieruchomosci.pl /Tel.-664-71-31-20, *11/**KOS***

ZALESIE, 750000 zł, 6 pok., 2008 rok, Zalesie k/Barczewa. Doskonałe miejsce dla rodziny dwupokoleniowej. Dwa oddzielne domy. Mozna również wynajmować. Do jeziora ok. 100m./ www.kosyl-nieruchomosci.pl /Tel. 664-71-31-20, *5/**KOS***

działki | grunty

BARCZEWKO, Osiedle Domów Jednorodzinnych, 1660 m2, 98000 zł, Działka budowlana z projektem, pozwoleniem na budowę i wybudowanym stanem „zero"; wylane ławy fundamentowe, wykonana izolacja itd., działka uzbrojona-woda, prąd w granicy działki tel. 660 590 596, *LEG-GS-412/**ALH***

BARCZEWKO, 3017 m2, 259000 zł, Działka bardzo blisko Jeziora Wadąg (150m), przy ścianie lasu, 6km od granicy miasta, przeznaczona pod budowę budynku mieszkalnego jednorodzinnego. Prąd przy działce. tel 660 590 596, *LEG-GS-269/**ALH***

BARTĄG, 23300 m2, 800000 zł, Do sprzedaży działka budowlana o pow. 2,30 ha w Bartągu. MPZP - zabudowa mieszkaniowa jednorodzinna. Możliwość podziału. Cena 34.33 zł za m 2. Media tuz przy działce.Telefon 533023134., *ABR 10905/**ABR***

GADY, 5003 m2, 119000 zł, niecałe 9 km od granicy adm. miasta, wygodny dojazd, zlokalizowana na delikatnym zboczu, ma kształt prostokąta, w sąsiedztwie domki jednorodzinne. Działka uzbrojona w wodę i prąd. tel. 660 590 596, *LEG-GS-7/**ALH***

KABORNO, 1580 m2, 40 zł/m2, 20 działek z wydanymi warunkami zabudowy..na kolonii wsi. 1-sza dzialka 40 zł.m2/ 2-ga- 30 zł/m2/ 3-cia 20 zł/m2/ 4-ta- 10 zł/m2.../KONTAKT- www.kosyl-nieruchomosci.pl / Tel. 664-71-31-20, *6/**KOS***

KIEŻLINY, Www.Legishouse.Pl, 5992 m2, 239000 zł, Działka inwestycyjno-mieszkaniowa w kształcie prostokąta położona bezpośrednio przy drodze na Myki, aktualne WARUNKI ZABUDOWY. tel. 660 590 596, *LEG-GS-125/**ALH***

KRETOWINY, Kretowiny, Kretowiny, 700 m2, 40000 zł, Działka przepięknie położona z widokiem na jezioro. Położona w malowniczym miejscu. Cudowny widok. Działka rolna z przeznaczeniem rekreacyjnym., *11145dz/**KO.***

ŁUGWAŁD, 1000 m2, 95000 zł, Działka budowlana na oś. domów, pięknie zagospodarowana, w kształcie prostokąta, teren płaski - lekko nachylony, w pełni uzbrojona (woda, prąd, kanalizacja+projektowana sieć gazowa). tel.660 590 596, *LEG-GS-413/**ALH***

ŁUGWAŁD, Ługwałd, Ługwałd, 1750 m2, 90 zł/m2, Działka z aktualnym pozwoleniem na budowę. Atrakcyjnie położona . dobry dojazd. W sąsiedztwie zabudowa domów jednorodzinnych. POLECAM, *1295/op/**KO.***

ŁUGWAŁD, 2000 m2, 180000 zł, Atrakcyjna działka z możliwością podziału na dwie. Przy działce wszystkie media. W bezpośrednim sąsiedztwie zabudowa jednorodzinna. 100m od drogi asfaltowej. Cena do negocjacji! Tel. 660 590 596, *LEG-GS-93/**ALH***

ŁUPSTYCH, Łupstych, Łupstych, 8000 m2, 312000 zł, Przepiękna działka w Łupstychu o pow.8000 m2. Z dwóch stron graniczy z lasem , pagórkowata.Na działce stary dom do rozbiórki. Cena 39 zł/m2. Telefon 533023134, *ABR5366/**ABR***

OLSZTYN, 2,5Km Od Olsztyna Wilimowo, Okazja-Pilne, 10686 m2, 95000 zł, 1,1 ha Olsztyn-Wilimowo . Działka rolno -budowlana .Uzbrojona.Dojazd drogą utwardzoną. Bardzo atrakcyjna cena., *dział 4666/**KO.***

RÓŻNOWO, Dywity, 26046 ha, 286000 zł, Działka o powierzchni 2,6046 składająca się z 7(siedem) wyodrębnionych ewidencyjnie działek położona w Różnowo, uzbrojona w sieć wodociągową oraz energię elektryczną tel. 660 590 596, *LEG-GS-383/**ALH***

SĘTAL, Www.Legishouse.Pl, 2328 m2, 69000 zł, Prąd i wodociąg przy działce. Wydane warunki zabudowy na budynek mieszkalny jednorodzinnej. Dojazd drogą asfaltową. Tel. 660 590 596, *LEG-GS-89/**ALH***

SĘTAL, 2328 m2, 69000 zł, Działka w kształcie trapezu. Prąd i woda przy działce. Wydana Decyzja o warunkach zabudowy na budynek mieszkalny jednorodzinny. 15km od Olsztyna. Tel 660 590 596, *LEG-GS-89/**ALH***

SKOLITY, 97248 m2, 486240 zł, Skolity - 3 działki rolne. Gospodarstwo w sąsiedztwie. Ciekawe miejsce na siedlisko, agroturystykę. Do jeziora Skolity-ok.500m/CENA- 5 zł/m2.. /KONTAKT-www.kosyl-nieruchomosci.pl / Tel. 664-71-31-20, *11/**KOS***

SZĄBRUK, Szą̨bruk, Szą̨bruk, 1200 m2, 84000 zł, Działka budowlana objęta MPZP , malowniczy krajobraz, w pobliżu zabudowa jednorodzinna, w niedalekiej odległości wszystkie media (woda, prąd, gaz, kanalizacja). tel. 660 590 596, *LEG-GS-420/**ALH***

SZĄBRUK, Szą̨bruk, Szą̨bruk, 1246,70 m2, 685000 zł, Obiekt produkcyjno-magazynowy składający się z hali produkcyjnej wraz z zapleczem socjalno-biurowym o łącznej powierzchni 1246,70 m2, zabudowany na działce 3112.Cena 685 000 zł+VAT 23% tel.660 590 596, *LEG-HS-197/**ALH***

WÓJTOWO, 1000 m2, 97000 zł, Działka budowlana. Regularny kształt. Wodociąg, kanalizacja, gaz, prąd. W pobliżu zabudowa jednorodzinna. Więcej szczegółów pod nr telefonu: 660 590 596, *LEG-GS-50 /**ALH***

lokale użytkowe

GUTKOWO, 697 m2, 1295000 zł, 2002 rok, Nieruchomość komercyjna składająca się z części biurowo-mieszkalnej 210m2+hali prod. 264m2. Sala konferencyjna, sekretariat, garaż 42m2, magazyn 75m2, pom. sanitarne i socjalne. tel.660-590-596, *LEG-MS-823/**ALH***

LIDZBARK WARMIŃSKI, Kościuszki, Wybickiego, 521 m2, 699000 zł, 9 pok., Dwukondygnacyjny obiekt gastronomiczno-hotelowy o pow. 521 m2--sala bankietowa 220 m2, zaplecza kuchenno--socjalne 119 m2, apartament 6 pok.122 m2 + trzy pokoje z łazienkami, dwa garaże tel. 660 590 596, *LEG-LS-422/**ALH***

ŁĘGAJNY, Łęgajny, 49,30 m2, 195000 zł, NOWY LOKAL z 2018 r. położony przy głównym ciągu pieszo--jezdnym w Łęgajnach, 200 m od drogi krajowej Nr 16 (Olsztyn - Mrągowo). Sala 36,50 m2, zaplecze 6,40 m2, łazienka z wc 6,40 m2. tel. 660 590 596, *LEG-LS-43/**ALH***

OLSZTYN, Śródmieście, Wyzwolenia, 149,30 m2, 523000 zł, 6 pok., Dwa przyległe do siebie (połączone) lokale biurowe o pow. 85,90 m2 oraz 63,40 m2 o łącznej powierzchni 149,30 m2 składające się ze wspólnego korytarza, łazienki i SZEŚCIU POKOI. tel. 660 590 596, *LEG-LS-415/**ALH***

SZĄBRUK, Szą̨bruk, Szą̨bruk, 1246,70 m2, 685000 zł, Obiekt produkcyjno-magazynowy składający się z hali produkcyjnej wraz z zapleczem socjalno--biurowym o łącznej powierzchni 1246,70 m2, zabudowany na działce 3112.Cena 685 000 zł+VAT 23% tel.660 590 596, *LEG-HS-197/**ALH***

KUPIĘ

mieszkania

OLSZTYN, Centrum, POSZUKUJEMY do kupna Mieszkań, Domów Działek dla naszych klientów w Olsztynie i okolicach Tel.608108174,pilnie, zadłużone też, *2/**KO.***

OLSZTYN, Zatorze, 3 pok., KUPIĘ 2 - 3 pokoje na ZATORZU !!! -- Kupię 2-3 pokoje na Zatorzu !!! -- Kupię 2-3 pokoje na Zatorzu !!! --Może być do remontu !!.--- www.kosyl-nieruchomosci.pl/ tel. 664-71-31-20, *8/**KOS***

OLSZTYN, 40 m2, 2 pok., Poszukujemy mieszkań 1-2 i 3 -pokojowych dla naszych klientów, w różnej lokalizacji... MOGĄ BYĆ DO REMONTU... www.kosyl-nieruchomosci.pl / Kontakt - 664-71-31-20; 603-38-78-78, biuro- 89-523-78-78, *18/**KOS***

OLSZTYN, 50 m2, 2 pok., Poszukujemy jako biuro nieruchomości mieszkania dwupokojowego w Olsztynie do 50 m2. Tel.533023134, *ABR-LS-463/**ABR***

domy | siedliska

OKOLICE OLSZTYNA, siedliska tanio, /***KO.***

OKOLICE OLSZTYNA, 150 m2, Poszukujemy dla naszych klientów, DOMY, SIEDLISKA w różnej lokalizacji... MOGĄ BYĆ DO REMONTU... www.kosyl-nieruchomosci.pl / Kontakt - 664-71-31-20; 603-38-78-78, biuro- 89-523-78-78, 9/***KOS***

DO WYNAJĘCIA

domy | siedliska

OLSZTYN, Oś. Mazurskie, Www.Legishouse.Pl, 170 m2, 4900 zł, 6 pok., 1997 rok, DOM w pełni umeblowany i wyposażony (AGD,RTV); WYSOKI standard; Działka 270 m2; piękny ogród; BLISKO centrum; garaż na dwa pojazdy. Cena najmu 4900 zł + opłaty eksploatacyjne tel. 660 590 596, *151766/**ALH***

RÓŻNOWO, Gmina Dywity, Www.Legishouse.Pl, 230 m2, 4900 zł, 5 pok., Piękny przestronny dom,duża działka,2 garderoby,2 łazienki,garaż na 2 auta.Woda,kanalizacja i sieć gazowa miejska,dojazd drogą asfaltową, w pobliżu posesji przystanek autobusowy. tel.660 590 596, *95679/**ALH***

lokale użytkowe

OLSZTYN, Centrum, Kołobrzeska, 56 m2, 1800 zł, Do wynajmu lokal usługowo - handlowy przy ulicy Kołobrzeskiej. Pow.56 m 2, dwa wejścia. Usytuowany w ciągu pieszych.Anna tel.533023134, *ABRLW10728/**ABR***

OLSZTYN, Śródmiescie, Plac Bema, 60 m2, 50 zł, Do wynajmu pomieszczenia usługowe w ekskluzywnej kamienicy przy Rondzie Bema w Olsztynie. Metraże od 16 m2 do 470 m2 w cenie od 40 zł do 70 złotych za m2 netto. Polecam Anna tel.533023134, *ABR-5439/**ABR***

OLSZTYN, Centrum, Dąbrowszczaków, 753 m2, 45 zł/m2, DO WYNAJĘCIA-całe 3-cie piętro w biurowcu, do własnej aranżacji. 45 złm2 +Vat/ 10 stanowisk garażowych/2 windy/Wentylacja/Klimatyzacja/Monitoring.Kontakt 664-71-31-20/ www.kosyl-nieruchomosci.pl, 9/***KOS***

OLSZTYN - BUTRYNY, Zatorze, Borowa, 35,51 m2, 1775,50 zł, 1 pok., 2017 rok, NOWO ODDANY DO UŻYTKU! Parter, witryna bezp. przy ciągu pieszo--komunikacyjnym od ul. Jagiellońskej,parking przed budynkiem.Wejście od ulicy i środka osiedla.Czynsz 1775,50+VAT 23%+opł.,tel 660 590 596, *LEG--LW-384/**ALH***

ZAMIANA

mieszkania

OLSZTYN, Kormoran, Wyszyńskiego, 77 m2, 379000 zł, 4 pok., 1998 rok, I PIĘTRO, SALON z aneksem 33m2, pokoje 10,9,7 m2, odzielne WC. Duża loggia 8 m2, piwnica 9m2. Można dokupić GARAŻ w pobliżu bloku. ZAMIANA na 39-48m2, parter lub I piętro tel. 660 590 596, *194472/**ALH***

eprasa.pl 37c19de1b3

BIURO OGŁOSZEŃ
przy ul. Partyzantów 28
w Olsztynie
pracuje zdalnie.

#ZOSTAŃ WDOMU

89 539-74-80
89 539-74-81
89 539-74-82
b.ogloszen@gazetaolsztynska.pl

NADAJ OGŁOSZENIE, KONDOLENCJE, NEKROLOG
NIE WYCHODZĄC Z DOMU!

41820otbr-c-K

ZWIERZĘTA

sprzedam

NARYBEK- zarybienia tel.600-460-777.

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam

DZIAŁKI budowlane 9 i 10arów, Obręb Piątki, Gmina Nidzica, 602-481-250

WIERCINY.SPRZEDAM tanio wyposażone mieszkanie pow. 64m2, 2-pok tel.791-923-872

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL, 503-103-703

SZUKAJ na
dom wm.pl
mp-otbr-7090-A

PRACA

dam pracę

MĘŻCZYZNĘ lub małżeństwo do pracy w gospodarstwie, 502-712-884

ZATRUDNIĘ od zaraz kobiety i mężczyzn w ogrodnictwie.Bezpieczna praca na powietrzu, z dala od wirusów., 603899013

ZATRUDNIĘ opiekunkę medyczną do Domu Opieki w Stawigudzie. Cv proszę przesłać na:kontakt@domopiekirazem.pl lub zadzwonić, 531-076-572

ZATRUDNIĘ salową do Domu Opieki w Stawigudzie. Cv proszę przesłać na:kontakt@domopiekirazem.pl lub zadzwonić, 531-076-572

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie, 601-772-124

AUTO-MOTO

kupię

SAMOCHODY. 502-180-869

USŁUGI

budowa | remont

HYDRAULICY, 501-209-794

POLBRUK, 602-401-309

BIZNES

LOMBARD 601-61-48-96

RÓŻNE

sprzedam

DREWNO opałowe, kominkowe tel. 605-048-075, 89-513-15-60

GARAŻE blaszane, kojce, www.partnerstal.pl., 698-230-205

MASZYNY stolarskie, 602-459-611.

kupię

MASZYNY stolarskie, 602-459-611.

ZŁOM 502-512-454

ROLNICTWO

zwierzęta hodowlane

! F.H.U. skup i transport knurów, macior, bydła-waga, faktura, tel.721-040-072.

produkty rolne

MIESZANKI traw, trawy konwencjonalne oraz ekologiczne. tel.506-437-924

inne

ZIEMNIAKI Vineta, 695-731-421.

Koleżance
Joannie Łukasiak
wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci
Taty
składają koleżanki i koledzy
z Biura Obsługi Klienta Urzędu Miasta Olsztyna

135920opb1-A -P

Koleżance
Hannie Niemira
szczere wyrazy współczucia, wsparcia i otuchy
w trudnych chwilach po śmierci
Mamy
składają koleżanki i koledzy emeryci z Zespołu Szkół
Mechaniczno-Energetycznych im. T. Kościuszki w Olsztynie

136320opb1-A -P

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

Emily Dickinson

mp-otbr-6787

Koleżance
Magdalenie Barze-Stanilewicz
i Rodzinie
wyrazy głębokiego, szczerego współczucia ze słowami wsparcia
w trudnych chwilach po stracie
Taty
składają: Zarząd, Rada Nadzorcza i pracownicy
Spółdzielni Pracy Lekarzy Specjalistów „ZDROWIE" NZOZ w Olsztynie

136120opb1-A -P

Naszej koleżance
dr Beacie Romaszko
wyrazy głębokiego współczucia oraz szczere słowa wsparcia
z powodu śmierci **Ojca**
dr. n. med. Tadeusza Ciesielskiego
składają lekarze ginekolodzy z lecznictwa otwartego

136420opb1-A -P

Życie to czas, w którym szukamy Boga.
Śmierć to czas, w którym Go znajdujemy.
Wieczność to czas, w którym Go posiadamy...

Św. Franciszek Salezy

mp-otbr-6786a-M

Pani
Teresie Poniatowskiej
wyrazy żalu i głębokiego współczucia
z powodu śmierci
Męża
składa
Firma Gastronomiczna „Krys-Stan"

137120opb1-A -P

eprasa.pl 37c19de1b3

GAZETA OLSZTYŃSKA
pozegnania.net
Wyraź swój żal i zapal wirtualną świeczkę
31419opb1-a -C

Można odejść na zawsze,
by stale być blisko...

Ks. J. Twardowski

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że 10 kwietnia 2020 r. zmarła

ś. † p.

Elżbieta Wadecka

Pożegnanie i Msza Święta odbędą się
14 kwietnia 2020 r. o godz. 10.30
w kościele bł. Doroty
przy ul. Rawskiej w Elblągu.
Pogrzeb odbędzie się po Mszy Świętej
na cmentarzu Elbląg-Dębica,
przy nowej kaplicy.

O czym zawiadamia
pogrążona w smutku rodzina

21220see1-A -P

7 kwietnia 2020 r. odszedł od nas
Ukochany Mąż, Tata, Dziadek i Brat

ś. † p. Jerzy Toczko

Ceremonia pochowania odbyła się 9 kwietnia 2020 r.
na cmentarzu komunalnym w Dywitach,
o czym informuje pogrążona w żałobie rodzina

136920opb1-A -P

Śpieszmy się kochać ludzi... Tak szybko odchodzą.
Ks. Jan Twardowski

Pani

Bożenie Banaszek

wyrazy głębokiego współczucia i słowa otuchy
w trudnych chwilach po śmierci

Męża

składają
Prezes, Dyrektor oraz wszyscy współpracownicy
z Sądu Rejonowego w Olsztynie

136720opb1-A -P

Koleżance

Bożenie Banaszek

wyrazy szczerego współczucia, otuchy i wsparcia duchowego
w trudnym czasie po śmierci

Męża

składają kuratorzy i pracownicy sekretariatu
II i III Zespołu Kuratorskiej Służby Sądowej

136820opb1-A -P

Pani Irenie Rogozińskiej

oraz Najbliższym

wyrazy szczerego współczucia po stracie

Mamy

składają Dyrektor i pracownicy
Przychodni Specjalistycznej w Olsztynie

137020opb1-A -P

3 kwietnia 2020 r. opuścił nas, tak jak żył,
cicho i niepostrzeżenie

Jan Witkowski

aktywny samorządowiec w latach 1998-2010,
działacz spółdzielczości mieszkaniowej,
oddany kurator społeczny ds. nieletnich.
Odszedł człowiek o wielkiej kulturze osobistej,
taktowny i uczynny.
Żegnamy przyjaciela ludzi, obdarzonego
dyskretnym poczuciem humoru i wyrozumiałego.

Rodzinie i bliskim

składamy
szczere kondolencje i wyrazy współczucia.
Marek Guld, Jerzy Chrabąszcz

21120see1-A -P

ARKA
Elżbieta Michałowska Anna Michałowska
OLSZTYN, Zatorze
ul. M. Zientary-Malewskiej 2A
tel. 89 534 72 42, kom. 605 635 908
OLSZTYN, Jaroty, ul. Herberta 16/24
(wejście od Wilczyńskiego, naprzeciw „Medyka")
tel. 89 526 66 01, kom. 605 665 909
www.arkaolsztyn.pl Całodobowe przewozy zmarłych
614619opb1-a -K

Warmiński 1987 ZAKŁAD POGRZEBOWY
Pomożemy Ci godnie pożegnać
dawniej market
OLSZTYN
ul. Lengowskiego 18-20, tel. 89 535-53-00
BISKUPIEC
ul. Armii Krajowej 4, tel. 89 715-20-93
POGOTOWIE POGRZEBOWE 89 527-09-09
614219opb1-a-K

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-a -K

TU ZLECISZ ZAMIESZCZENIE NEKROLOGU LUB KONDOLENCJI
W „GAZECIE OLSZTYŃSKIEJ" I „DZIENNIKU ELBLĄSKIM"
NEKROLOGI
(wymagany akt zgonu).
Terminy przyjęć:
• na poniedziałek – do piątku do godz. 16.00
• na wtorek, środę, czwartek, piątek – dnia poprzedniego do godz. 16.00
• na sobotę – do czwartku do godz. 16.00
KONDOLENCJE
(wymagany dowód osobisty osoby nadającej) ukazują się w ciągu trzech dni od chwili nadania
BIURO OGŁOSZEŃ OLSZTYN PRACUJE ZDALNIE
od poniedziałku do piątku w godz. 8.00 do 16.00.
Kontakty:
89 539 74 80, 89 539 74 81, 89 539 74 82
b.ogloszen@gazetaolsztynska.pl
www.pozegnania.net
BIURO OGŁOSZEŃ ELBLĄG PRACUJE ZDALNIE
od poniedziałku do piątku w godz. 08.00 do 16.00.
Kontakty: 55 236 18 02, 604 408 305
28919opb1-C-K

Śmierć nie jest kresem naszego istnienia.
Żyjemy w naszych dzieciach
i następnych pokoleniach.
Albowiem to dalej my,
a nasze ciała to tylko zwiędłe liście
na drzewie życia.

Albert Einstein

mp-otbr-6786

eprasa.pl 37c19de1b3

ZAWODOWCY OTWORZYLI PORTFELE

PIŁKA NOŻNA\\\ Pandemia COVID-19 spowodowała zawirowania także w świecie futbolu, który musiał zawiesić rozgrywki, a tym samym pogodzić się z poważnymi stratami finansowymi. Piłkarze godzą się na obniżki zarobków, a niektórzy idą krok dalej.

Jak poinformował brytyjski „The Telegraph": w razie niedokończenia przerwanego sezonu w Premier League, kluby angielskiej ekstraklasy poniosą łączne straty na poziomie... 1,137 miliarda funtów, czyli ok. 5,9 mld złotych! I tak: wpływy od telewizyjnych nadawców uległyby redukcji o ok. 762 miliony funtów, dalej kluby straciłyby też ok. 200 mln funtów z tytułu „zamrożenia" sprzedaży biletów, a kolejne 175 mln funtów przypadłyby na utracone środki na umowach sponsorskich. Mówi się, że niektóre kluby zwyczajnie mogą nie przetrwać takiego kryzysu...

NA JESZCZE WIĘKSZE UZNANIE ZASŁUGUJE WIĘC INICJATYWA KAPITANÓW KLUBÓW PREMIER LEAGUE, KTÓRZY UTWORZYLI FUNDUSZ NA RZECZ WALKI Z KORONAWIRUSEM. JORDAN HENDERSON Z LIVERPOOLU (GŁÓWNY POMYSŁODAWCA) I JEGO KOLEDZY MAJĄ PRZEKAZAĆ NA BRYTYJSKĄ SŁUŻBĘ ZDROWIA 4 MILIONY FUNTÓW.

„Po szeroko zakrojonych rozmowach między ogromną liczbą piłkarzy ze wszystkich klubów Premier League, stworzyliśmy własną inicjatywę o nazwie #GraczeRazem (ang. #PlayersTogether – red.). Współpracujemy z brytyjskim systemem opieki zdrowotnej, aby pomóc mu w szybkim i wydajnym generowaniu oraz dystrybucji funduszy" – napisano w oficjalnym komunikacie akcji, cytowanym przez brytyjską prasę.

Kapitanowie 20 zespołów Premier League, po szeregu wspólnych wideokonferencji, opracowali zbiorowy plan działania, w którym trzeba było m.in. rozwiązać kwestię zróżnicowania zasobności poszczególnych klubów. Ostatecznie stanęło na tym, że kwoty przekazywane przez piłkarzy na fundusz są anonimowe, co wynika z faktu, że każda z wpłat jest inna, bo zależy od wysokości wynagrodzenia. Funduszem będą zarządzać wspomniany już Jordan Henderson, Harry Maguire z Manchesteru United, Troy Deeney z Watfordu oraz Mark Noble, klubowy kolega Łukasza Fabiańskiego z West Ham United.

Słowa uznania dla gestu piłkarzy wyraził sekretarz zdrowia Matt Hancock, który wcześniej apelował do nich, aby zaangażowali się w pomoc, a inicjatywę powołania funduszu „Gracze Razem" pochwalił też m.in. były gwiazdor światowego futbolu Gary Lineker. „Absolutnie genialne. Ci młodzi mężczyźni dają dobry przykład, jestem dumny z naszych piłkarzy" – napisał na jednej ze stron społecznościowych znakomity niegdyś napastnik reprezentacji Anglii. „Zawodnicy przemówili. Brawo wszystkim" – dodał Gary Neville, selekcjoner angielskiej kadry, który pewnie z ulgą przywitał fakt, że może zabrać głos w przyjemniejszej sprawie niż ta sprzed kilku dni. Chodzi o wyrzucenie z reprezentacji Kyle'a Walkera, który – mimo społecznej izolacji ze względu na epidemię koronawirusa – został przyłapany przez media na hucznej imprezie z udziałem pań lekkiego prowadzenia...

Fot. Mateusz Partyga

Także West Ham Łukasza Fabiańskiego (który jest przyjacielem Jezioraka Iława) włączył się do akcji „Gracze Razem"

O motywach przystąpienia do „Graczy Razem" ciekawie wypowiedział się na przykład kapitan Burnley FC (cytowany przez brytyjski „The Guardian"). – Chcieliśmy po prostu zrobić coś pozytywnego – powiedział Ben Mee. – Jesteśmy piłkarzami, ale mamy zaszczyt robić to, co robimy, właśnie w tym kraju. I nigdy o tym nie zapominamy.

WIĘKSZOŚĆ SPOŚRÓD NAS, ZAWODOWYCH PIŁKARZY, WYWODZI SIĘ PRZECIEŻ Z KLASY ROBOTNICZEJ I – BEZ WZGLĘDU NA SUKCESY NA BOISKACH – NADAL JESTEŚMY „ZAKOTWICZENI" W SWOIM ŚRODOWISKU. KORZYSTAMY WIĘC ZE ŚRODKÓW, KTÓRE MAMY SZCZĘŚCIE ZARABIAĆ, ABY POMÓC TYM, KTÓRZY NAPRAWDĘ TEGO POTRZEBUJĄ: LUDZIOM SŁUŻBY ZDROWIA, KTÓRZY WALCZĄ Z TYM STRASZNYM WIRUSEM NA PIERWSZEJ LINII „FRONTU".

– To oni starają się utrzymać ten kraj na nogach, kiedy najbardziej tego potrzebuje. Po prostu staramy się ich wspierać... – podkreślił zawodnik Burnley. – Jordan Henderson może być kapitanem zwycięzców Ligi Mistrzów, ale jest też chłopakiem z klasy robotniczej z Sunderlandu, który zasługuje na wielkie uznanie za zbliżenie nas wszystkich. Jordan pokazał to, co robi z niego prawdziwego lidera. Jako grupa chcieliśmy po prostu zrobić coś pozytywnego i czujemy, że zrobiliśmy krok w dobrym kierunku.

Nasze przesłanie jest pozytywne, a jeśli nasza fundacja pomoże innym bogatym ludziom zrobić przegląd sumienia społecznego i dokonywać darowizn, to tylko tym lepiej. Ale pieniądze to nie jedyny sposób, aby pomóc w tym ciężkim czasie. Wszyscy możemy zrobić co w naszej mocy: czy to pozostając w domu, czy pomagając starszemu krewnemu lub sąsiadowi. Jesteśmy w tym razem... **pes**

Gazeta Olsztyńska zawsze pod ręką. Zaprenumeruj e-wydanie: kupgazete.pl

O PIŁCE

Zarząd Stomilu Olsztyn doszedł do porozumienia z zawodnikami pierwszego i drugiego zespołu oraz trenerami w sprawie czasowego obniżenia wynagrodzenia w związku z epidemią koronawirusa i zawieszeniem rozgrywek ligowych. W kwietniu pensje zmaleją o 25, a w maju i czerwcu o 30 procent. Oto skala obniżek w innych pierwszoligowych klubach: Chrobry Głogów - 40 procent; Olimpia Grudziądz - 33; Zagłębia Sosnowiec - od 15 do 45. Po obniżkach minimalne wynagrodzenie w I lidze ma wynosić 4000 złotych brutto.

* Polski Związek Piłki Nożnej oraz Telewizja Polsat zawarły nową umowę dotyczącą praw telewizyjnych do rozgrywek Totolotek Pucharu Polski oraz Fortuna I ligi. Na ich mocy Polsat stanie się nadawcą spotkań Totolotek Pucharu Polski oraz Fortuna I ligi w trzech kolejnych sezonach: 2021/22, 2022/23, 2023/24.

* Warmińsko-Mazurski Związek Piłki Nożnej planuje wydać kronikę jubileuszową z okazji swego 75-lecia. Kronika będzie upamiętniać zasłużonych działaczy, którzy w tym okresie tworzyli piłkę nożną na terenie obecnego województwa warmińsko-mazurskiego. Napisania Kroniki podjął się zespół redakcyjny w składzie: Szymon Czyżewski, Wojciech Linow i Janusz Porycki.

W związku z tym, że jeszcze nie wszystkie kluby przesłały biografie swoich najbardziej zasłużonych działaczy, zespół redakcyjny zwraca się z prośbą o ich przesłanie.

Zespół redakcyjny zwraca się również do byłych i obecnych działaczy WMZPN o przesłanie swoich biografii.Należy to zrobić do 30 kwietnia w formie elektronicznej na adres: sekretariat@wmzpn.pl lub w formie papierowej na adres: Warmińsko-Mazurski Związek Piłki Nożnej, al. Piłsudskiego 69a, 10-449 Olsztyn. Wszelkich informacji udziela Szymon Czyżewski (603 173 005).

Fot. archiwum klubu

Zmniejszy się też pensja prezesa Stomilu Wojciecha Kowalewskiego

* Jak już informowaliśmy, od nowego roku szkolnego w kętrzyńskim III LO powstanie piłkarska klasa sportowa. Oferta jest skierowana głównie do chłopców z powiatu kętrzyńskiego, ale zarazem jest otwarta dla uczniów z innych regionów województwa. Trenerem-koordynatorem będzie Adam Fedoruk. Więcej informacji: www.pceketrzyn.pl, szkola@pceketrzyn.pl, tel. 887 512 005, 89 751 20 01, 508 330 962 (Adam Fedoruk).

* Reprezentacja Polski zajmuje 19. miejsce w najnowszym rankingu Międzynarodowej Federacji Piłki Nożnej. Następny ranking ukaże się 11 czerwca. Czołówka: 1. Belgia 1765; 2. Francja 1733; 3. Brazylia 1712; 4. Anglia 1661; 5. Urugwaj 1645; 6. Chorwacja 1642; 7. Portugalia 1639; 8. Hiszpania 1636; 9. Argentyna 1623; 10. Kolumbia 1622 (...) 19. Polska 1559. **Artur Dryhynycz**

eprasa.pl 37c19de1b3

REPREZENTACJA POLSKI ZAJMUJE 19. MIEJSCE W NAJNOWSZYM RANKINGU MIĘDZYNARODOWEJ FEDERACJI PIŁKI NOŻNEJ

TRENING W CZASIE PANDEMII

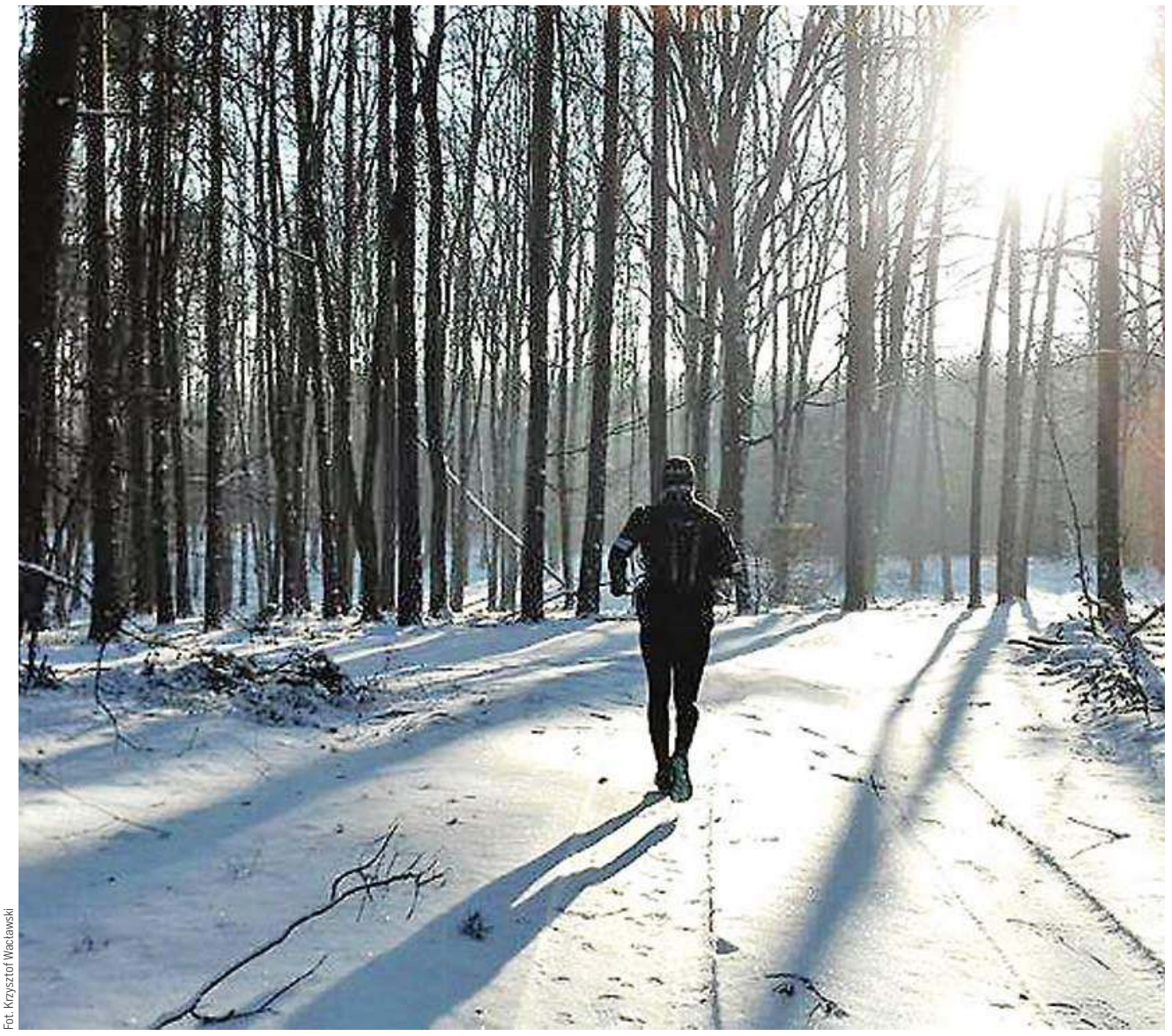
PORADNIK TRENERA W czasach szalejącego koronawirusa odpowiedzialni biegacze respektują narzucone rygory epidemiologiczne, zapraszając do towarzystwa jedynie... zmęczenie. Oto kolejny felieton trenera lekkiej atletyki Pawła Hofmana.

Doświadczeni biegacze zawsze kilometrów poszukiwali w odosobnieniu. Unikali ciągów spacerowych, bo w treningu szukali przestrzeni. Teraz są w zdecydowanie lepszej sytuacji. Ich wewnętrzny kompas czucia, nawet bez GPS-u, wyprowadzi ich z lasu do domowej kwarantanny. Mają przyzwyczajenia z samotności, która zawsze dawała im bezpieczeństwo.

Natomiast amatorscy pasjonaci joggingu - przyzwyczajeni do miast - powinni bardziej zadbać o swoje bezpieczeństwo, a maseczka stała się symbolem wzajemnego dbania o zdrowie innych.

Bo człowiek to biologiczna fabryka, pocąca się, smarcząca nie tylko w chusteczki i okraszająca splunięciem swój biegowo-spacerowy szlak. Potem inni zabierają te „niespodzianki" na podeszwach butów do domu. Zwróćmy uwagę na ten niezauważony problem, dezynfekując również biegowe obuwie. Dlatego obecnie ograniczyłem swoje wyjścia w teren do absolutnego minimum, lecz organizm - niezadowolony z braku kilometrów - podnosi bunt, domagając się tlenu. Musimy sobie z tym radzić, nie narażając innych, dlatego trening musimy zrobić w domu. Nie mamy wyjścia.

Sprawność w postaci skipów A można bezproblemowo zrobić w pokoju. W miejscu, z przetrzymaniem kolana w kącie prostym, lub w minimalnym truchcie. Stopa równolegle do podłoża. Nie powinno być problemem wykonanie nawet po 50-100 powtórzeń. Kilka serii. Każda trwa minimum minutę, a potem dwuminutowa przerwa w spokojniejszej aktywności. Dziesięć serii to 30 minut i trening zaliczony. Wystarczy się tylko porozciągać na koniec.



Fot. Krzysztof Wacławski

Doświadczeni biegacze zawsze kilometry zaliczali w odosobnieniu. Unikali ciągów spacerowych, bo w treningu szukali przestrzeni

Szybkie rytmy zastąpmy półskipem w szybkim swobodnym rytmie. Najlepiej boso na podkładce łagodzącej kontakt z podłogą przez 20 lub więcej sekund. Krótka przerwa w marszu i truchcie w miejscu musi nam zastąpić przestrzeń. I zastąpi, zwróćmy tylko uwagę na technikę. Dążmy do tej oglądanej w internecie. Korzystajmy z tego. Mamy tam mnóstwo podpowiedzi od tych, którzy robią to idealnie. Nie dążmy do naśladownictwa w szybkości, tylko w jakości. Mniej, ale dokładnie.

Siłę biegową w postaci podbiegów uzupełnią naprzemienne wypady i wejścia na stopień schodów z aktywnym akcentem rąk. I znowu w przerwie trucht i marsz w miejscu lub z lekkim przemieszczaniem. Dokładając do tego przysiady w kilku seriach po dziesięć, wypełnimy potrzeby jednostki treningowej. Włączając dodatkowo hantle, pilatesowe sprawności, gumy i skakanki, rolowanie, możemy bardzo zaskoczyć siebie w odczuwaniu zwiększenia czucia całego ciała.

W ten sposób zachowamy to, co mieliśmy przed ograniczeniami wynikającymi z bezwzględnych potrzeb kwarantanny. Uzupełnimy też braki w ogólnej sprawności zaniedbanej wcześniej z braku czasu.

Starajmy się nie mieszać akcentów, raczej akcentujmy liczbę powtórzeń. Nie zachęcam do bicia biegowych rekordów w mieszkaniu. Liczba zakrętów w pokoju na pewno skończy się poważną kontuzją wyłączając nas z treningu. Fajnie to wygląda na facebooku, gorzej w praktyce.

PRZYZWYCZAJONY DO WYSIŁKU ORGANIZM BARDZO SZYBKO ZŁAPIE NADWAGĘ, JAK TYLKO WYLUZUJEMY. A POTEM - BY ZLIKWIDOWAĆ KILOGRAMOWĄ NADWYŻKĘ TŁUSZCZOWEJ KOŁDERKI - TRZEBA BĘDZIE PRZEBIEC... 200 KILOMETRÓW.

Z jednym kilogramem możemy sobie jeszcze poradzić, gdy będziemy konsekwentni, ale z dziesięcioma to już mała wojna. „Dyscyplina talerzowa" i kilka razy w tygodniu minimum półgodzinny trening to sposób na utrzymanie wagi i sprawności funkcjonalnej.

Wagowe plusy i odczucie zaniku formy są doskonałą miarą tego, co tracimy. To niezawodna waluta. W doświadczeniu, wspartym wiedzą moich przyjaciół, mam pewność, że to wystarczy na ten czas. Aktywność fizyczna związana z procesami tlenowymi i beztlenowymi decyduje o ilości i jakości hormonów na optymalnym poziomie. Ich niedostatki mogą popsuć domową atmosferę.

Zatem dbajmy o komfort, szukając innych sposobów w tlenowym poszukiwaniu zmęczenia. Stacjonarny rower, ćwiczebne fitnessowe stepy lub imitacyjny trucht na gąbczastym podłożu muszą na ten czas wystarczyć. Po prostu muszą. **PAWEŁ HOFMAN**

Gazeta Olsztyńska zawsze pod ręką. Zaprenumeruj e-wydanie: kupgazete.pl

eprasa.pl 37c19de1b3