Masz moc!
Fundacja „Przyszłość dla Dzieci”
KRS 0000148747
www.przyszloscdladzieci.org
Przekaż 1% podatku! Podaruj dzieciom lepsze życie!
FUNDACJA PRZYSZŁOŚĆ DLA DZIECI
221otbp-A -P

ISSN 0137-9127 NR INDEKSU 350176 \\\ NAKŁAD 3 584 NR 85 (20506)

ŚRODA |14|04|2021|

GAZETA OLSZTYŃSKA

strefa 3 młodości

cena 2,90 zł (w tym 8% VAT)

SPECJALNE WYDANIE GAZETY OLSZTYŃSKIEJ
PONAD 135 STRON!
Już w piątek 16|04

Kto nie chce miliardów euro? \2

Fot. pixabay.com

ISSN 0137-9127
15
9 770137 912033

eprasa.pl 3f71452e6f

Fundusz Odbudowy rozbije koalicję?

POLITYKA || Na dzisiejszym posiedzeniu Sejm nie zajmie się Funduszem Odbudowy. Punkt ten nie znalazł się w porządku obrad. Zdaniem opozycji, to dowód na to, że PiS nie jest pewny swoich koalicjantów i tym samym wyniku głosowania.

Najbliższe tygodnie mogą zadecydować o koalicji rządzącej. A ta trzeszczy od dawna i dopóty dzban wodę nosił... I tak może być ze Zjednoczoną Prawicą. Teraz kością niezgody między koalicjantami jest tzw. Europejski Fundusz Odbudowy, który ma pomoc dźwignąć się gospodarkom państw UE z kryzysu po pandemii. Na stole leżą ogromne pieniądze, bo 750 mld euro, ale, żeby UE mogła zaciągnąć pożyczki na sfinansowanie Funduszu Odbudowy, Polska — jak wszystkie inne kraje UE — musi ratyfikować rozporządzenie o zasobach własnych. Tu sprzeciw choćby jednego kraju oznacza, że FO nie powstanie, a przynajmniej nie w takim kształcie.

Polska jest jednym z największych beneficjentów tego funduszu. Ma do nas trafić ponad 58 mld euro, w tym sama pula grantów to 23,9 mld euro — piąta najwyższa kwota w UE. Przygotowany już przez nasz rząd Krajowy Plan Odbudowy przewiduje skierowanie na inwestycje 23,9 mld euro w ramach właśnie bezzwrotnych dotacji oraz 34,2 mld euro w formie pożyczek.

Tyle że Solidarna Polska zapowiada, że nie poprze Fundusz Odbudowy. „Ziobryści" już w grudniu mówili, że fundusz jest zły dla Polski. Czego się obawiają? Otóż decyzja o utworzeniu Funduszu wiąże się z uwspólnotowieniem długu. Pożyczki zaciągnięte na poczet grantów będą spłacane przez całą UE.

— Nie zmienię zdania w sprawie Funduszu Odbudowy. Krótko mówiąc: nie zgadzaliśmy się na to, by Polacy w przyszłości byli odpowiedzialni za płacenie długów np. Greków, którzy żyli ponad stan — stwierdził ostatnio Zbigniew Ziobro w Polsat News.

Jeszcze do niedawna Jarosław Kaczyński nie musiał aż tak przejmować się tymi pomrukiwaniami „ziobrystów", bo opozycja mówiła, że poprze Fundusz Odbudowy. Więc lider PiS mógł być spokojny o wynik głosowania nad ratyfikacją rozporządzenia Rady Europejskiej, które przewiduje wspólne zaciągnięcie zobowiązań. Ale sytuacja się zmieniła.

Teraz opozycja stawia warunki. Poprze Fundusz Odbudowy pod warunkiem, że samorządy będą miały wpływ na co pójdą pieniądze, na kształt Narodowego Planu odbudowy, który przygotował rząd bez wcześniej debaty publicznej w tej sprawie.

Co by się stało, gdyby opozycja jednak nie poparła Funduszu Odbudowy? Tu wszystko może się zdarzyć, włącznie z rządem mniejszościowym po wyrzuceniu „ziobrystów" z obecnego rządu, a nawet wcześniejszymi wyborami. Ale wystarczy popatrzeć na sondaże, jak samobójczy dla ZP byłby to krok.

Według najnowszego sondażu dla „Dziennika Gazety Prawnej" i RMF FM, gdyby wybory parlamentarne odbyły się w najbliższą niedzielę, Zjednoczona Prawica mogłaby liczyć na 33,3 proc. głosów. To oznacza utratę władzy. Co więcej, gdyby każdy z koalicjantów (PiS, Porozumienie i Solidarna Polska) poszedł do wyborów samodzielnie, to ani Zbigniew Ziobro, ani Jarosław Gowin nie wprowadziliby do Sejmu ani jednego posła. Toteż to wymachiwanie szabelką przez koalicjantów PiS ma swoje granice.

Nieraz już Jarosław Kaczyński znajdował wyjście z trudnej sytuacji, jak choćby przy wolcie Porozumienia w sprawie majowych wyborów, ale teraz może być to trudne. Choć słychać głosy, że „ziobryści" ustąpią w zamian za zapis w preambule ustawy ratyfikującej rozporządzenie o sprzeciwie wobec bezprawnego blokowania unijnych funduszy przez Komisję Europejską. Z formalnego punktu widzenia to nic nie zmienia, ale pozwoliłoby „ziobrystom" wyjść ze sporu z podniesioną głową. Jednak na wszelki wypadek PiS próbuje ratować większość, szukając nowych szabel, w tym pięciu u Kukiza.

Jeśli fundusz przepadnie, koalicji rządzącej grozi rozpad. To dość jasno wyartykułował zresztą Jarosław Kaczyński w wywiadzie dla „Gazety Polskiej". Zapytany, czy koalicja przetrwa, jeśli Solidarna Polska zagłosuje przeciw unijnemu porozumieniu odparł, że jeśli głosowanie zostanie przerwane, wówczas koalicja nie przetrwa.

— Groźne są sprzeciwy prowadzące do porażki. I z nich trzeba wyciągać wnioski. Akurat to głosowanie jest arcyważne — podkreślił.

O MOŻLIWE SCENARIUSZE ZAPYTALIŚMY POSŁÓW Z NASZEGO REGIONU:

Wojciech Kossakowski, poseł PiS

— Sprawa jest pilna, ale do końca kwietnia zostało jeszcze trochę czasu. Tak więc spokojnie zdążymy. Koalicjanci wysyłają sygnały, że mogą nie poprzeć tego projektu, ale myślę że jak już dojdzie do głosowania, to cały Sejm jednogłośnie poprze tę decyzje. I dostaniemy te ogromne pieniądze, bo któż chciałby stracić tak gigantyczne fundusze? Nie wiem, kto będzie odważny, żeby podnieść rękę przeciw? Przyznam, że sam jestem ciekaw tego głosowania. Nie sądzę, żeby doszło do przedterminowych wyborów, w tej chwili nie ma o tym mowy. Koalicja póki co ma się dobrze.

Janusz Cichoń, poseł KO

— Bardzo chcemy, żeby Fundusz Odbudowy pojawił się w Polsce, ale nie chcemy, żeby był to fundusz wyborczy PiS. Żeby pieniądze te były rozdawane tak, jak to było w przypadku Rządowego Funduszu Inwestycji Lokalnych. Oczekujemy przedstawienia najpierw Krajowego Planu Odbudowy, bo chcemy wiedzieć, jak PiS chce te fundusze zagospodarować. Jeśli chce je zmarnować, nie ma na to naszej zgody. A jeśli to będzie sensowny plan wydania tych środków, a przede wszystkim nastąpi ich zdecentralizowanie, to wtedy zaakceptujemy projekt ratyfikacji rozporządzenia. Tak więc nasze poparcie jest warunkowe, najpierw plan wykorzystania tych pieniędzy, a potem głosowanie nad ratyfikacją umowy.

Marcin Kulasek, poseł Lewicy

— Rząd zwleka z ratyfikacją Funduszu Odbudowy. Ta zwłoka oznacza, że Polacy dotknięci skutkami pandemii będą musieli dłużej czekać na pieniądze z Unii. Po raz

REDAKTORZY WYDANIA
Beata Brokowska wydawca@gazetaolsztynska.pl
Artur Dryhynycz sport@gazetaolsztynska.pl

WYDANIE ONLINE
internet@gazetaolsztynska.pl

REDAKTOR NACZELNY
Igor Hrywna

ZASTĘPCY REDAKTORA NACZELNEGO
Dawid Zmuda
Bartosz Orliński

GAZETAOLSZTYNSKA.PL
redakcja@gazetaolsztynska.pl
tel. 89 539 74 83

PRENUMERATA
89 539 76 65
prenumerata@gazetaolsztynska.pl

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

CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ
tel. 89 539 74 80, 81

REDAKCJA W ELBLĄGU
ul. Rybacka 35
82–300 Elbląg
tel. 55 611 46 00
fax 55 236 17 51

REKLAMA W ELBLĄGU
ul. Rybacka 35
tel./fax 55 236 16 99
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 3f71452e6f

kolejny PiS pokazuje, że ważniejsze dla niego są partyjne gierki niż pomoc ludziom. W sprawie pieniędzy z UE prawica jest zjednoczona tylko z nazwy. Kaczyński pokłócił się z Ziobrą, a ofiarami ich sporu są ludzie czekający na pomoc. Środki z Funduszu Odbudowy to gigantyczna szansa dla polskich przedsiębiorców, pracowników i lokalnych społeczności. Łącznie ok. 250 mld zł dla Polski. Cały czas tych pieniędzy Polaków chce pozbawić jednak Zbigniew Ziobro. Jest konsekwentny. Nie wyobrażam sobie jednak, aby ręka w rękę głosować z Ziobrą za odrzuceniem 250 mld zł dla Polski. Polska już raz w historii odrzuciła Plan Marshalla. Wtedy decyzja przyszła z Moskwy. Dzisiaj nie popełniajmy tego samego błędu dla własnych małych partyjnych gierek.

Zbigniew Ziejewski, poseł PSL

— Widać, że pan Ziobro chce stawiać swoje warunki i dlatego rząd szuka też w opozycji poparcia dla Funduszu Odbudowy. My postawiliśmy jasne warunki. Chcemy, żeby samorządy miały wpływ na podział tych pieniędzy, bo dziś marszałkowie, burmistrzowie, starostowie nie mają na to wpływu. Chodzi o sprawiedliwy podział pieniędzy między regiony, gminy. To są ogromne środki, bo przecież 23,9 mld euro mamy otrzymać w formie bezzwrotnych dotacji. Ale te kolejne miliardy euro to już pożyczki, które mają być spłacane do 2058 roku. A więc już przez nasze dzieci, wnuki. I to też trzeba mieć na uwadze, ale też trzeba widzieć, jak dziś są potrzebne nam te pieniądze, żeby ruszyć gospodarkę.

ANDRZEJ MIELNICKI
A.MIELNICKI@GAZETAOLSZTYNSKA.PL

KONDOLENCJE

Koleżance

Irenie Serowik

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

Taty

składają
wydawca i pracownicy Grupy WM

11421otbs-a-M

Rząd nas zaszczepi do końca sierpnia

SZCZEPIENIA || Czy niedługo staniemy przed problemem braku chętnych na szczepienia przeciw Covid-19? To wcale niewykluczone, tym bardziej że do Polski ma przyjeżdżać coraz więcej szczepionek. Na razie jednak jest zdecydowanie odwrotnie.

Miesięczne dostawy szczepionek mogą nawet dojść do poziomu 10 mln dawek preparatu.

— Samego Pfizera, jeżeli chodzi o dostawy tygodniowe, będziemy mieli ponad 850 tys. — zapowiedział minister zdrowia Adam Niedzielski. To dobra wiadomość dla tych wszystkich, którzy czekają kolejce na szczepienie. Bo do tej pory to właśnie brak szczepionek hamował program szczepień.

Do wczoraj w Polsce zostało wykonanych 5,6 mln szczepień, w tym 2,1 mln drugą dawką. Coraz więcej jest też osób zaszczepionych w naszym regionie, bo do wczoraj było u nas wykonanych 281 tys. szczepień, w tym 74,6 tys. drugą dawką. To oznacza, że co piąty mieszkaniec regionu jest już zaszczepiony przynajmniej pierwszą dawką. Daleko więc do tych 70 proc., które — jak mówią specjaliści — dawałoby nam już odporność zbiorową. Bezsprzecznie jednak szczepienia przyspieszyły i mają jeszcze przyspieszyć, bo mamy mieć więcej punktów szczepień.

Obecnie w kraju jest ich 6,5 tysiąca. Wczoraj na konferencji prasowej Michał Dworczyk, pełnomocnik rządu ds. szczepień zapowiedział, że w najbliższy poniedziałek, czyli 19 kwietnia, uruchomiony zostanie pierwszy punkt szczepień powszechnych oraz 16 podobnych punktów w ramach pilotażu. Kolejne mają ruszyć w następnych tygodniach.

Zdaniem obecnego na konferencji p.o. prezesa Narodowego Funduszu Zdrowia Filipa Nowaka, jeśli w maju ruszą masowe szczepienia przeciw Covid-19 w punktach powszechnych, to w ciągu 19 tygodni – a więc do końca sierpnia – pierwszą dawkę otrzymają wszyscy chcący się zaszczepić Polacy.

Ile będzie dodatkowych punktów szczepień na Warmii i Mazurach, tego jeszcze nie wiadomo.

— Jest to jeszcze w trakcie ustaleń z samorządami — powiedział nam Krzysztof Guzek, rzecznik wojewody. — Jeśli jeszcze nie w tym, to na początku przyszłego tygodnia przedstawimy ich listę. Jednak tu nie jest najważniejsza ich liczba, a wydajność. Chodzi o to, żeby w każdym powiecie wyszczepić wszystkich chętnych do końca sierpnia.

A chcemy się szczepić, co potwierdzają lekarze w przychodnich, gdzie są prowadzone szczepienia.

Fot. BIP Olsztyn

— Chętnych jest dużo, dzwonią, chcą się zapisywać. Teraz mamy zapisy już na maj — mówi **Ewa Zakrzewska**, internista i lekarz rodzinny z Olsztyna. — Choć niektórzy, gdy słyszą, że to ma być szczepionka AstraZeneka, rezygnują, chcą czekać na inną szczepionkę. Inni są zdania, że każda jest bezpieczna, skuteczna i się szczepią. Są też tacy pacjenci, którzy w ogóle nie wierzą w pandemię i nie będą się szczepić.

Podobnie sytuacja wygląda w innych przychodniach.

Fot. BIP Olsztyn

— Tych, którzy nie chcą się szczepić, nie jest dużo, to pojedyncze przypadki — mówi **Joanna Misiewicz**, internista i lekarz rodzinny z Olsztyna. — Jest też trochę osób, które zapisały się na AstraZenekę i pod wpływem tych wszystkich doniesień medialnych, nie przyszły na szczepienie, ale na ich miejsce natychmiast znaleźli się chętni z kolejki. Dlatego powiedziałabym, że ludzie chcą się szczepić, pilnują kolejki, terminów.

Wczoraj ruszyły zapisy na szczepienie przeciw Covid 58-latków. Tak jak w przypadku wcześniejszych roczników rejestrować się można przez internet, w punktach szczepień, przez infolinię 989 lub wysyłając sms pod numer 880-333-333. Zgodnie z przedstawionym przez rząd harmonogramem dziś będą mogły zapisywać się na szczepienie osoby z rocznika 1964, a w kolejnych dniach kolejne roczniki. Na razie kalendarz zapisów kończy się na 24 kwietnia. Osoby, które nie zdążyły się zapisać w wyznaczonym dla ich rocznika dniu, mogą oczywiście zapisać się później.

Dotychczasowe badania wskazują, że w Polsce chce się zaszczepić ok. 50-60 proc. osób. Dziś trzeba czekać, żeby się zaszczepić, ale czy za chwilę nie będzie odwrotnie? Business Insider Polska opublikował badania Uniwersytetu Warszawskiego oraz ośrodka Grape na temat nastawienia Polaków do szczepień przeciwko koronawirusowi. Naukowcy przepytali ponad 6 tys. rodaków. Okazuje się, że chęć zaszczepienia rośnie z wiekiem i jest najwyższa w grupach ryzyka. Patrząc na szczepienia pod kątem preferencji politycznych, to zdecydowanie niechętni szczepieniom są wyborcy Konfederacji. Szczepić chce się natomiast wyraźna większość zwolenników zarówno Zjednoczonej Prawicy, jak i głównych partii opozycyjnych.

Jak wynika z badania rządowi będzie bardzo trudno przekonać niezdecydowanych do szczepień. „Choć na razie głównym wiążącym ograniczeniem dla szybkiej akcji szczepień jest niedostateczna liczba dostępnych dawek, w najbliższym czasie może się nim okazać niechęć do szczepień” – napisali eksperci w swoim raporcie.

ANDRZEJ MIELNICKI
A.MIELNICKI@GAZETAOLSZTYNSKA.PL

eprasa.pl 3f71452e6f

Szukamy pieniędzy na Uranię. Posłowie mówią: pomożemy

WALCZYMY O URANIĘ || Remont Uranii może kosztować nawet o 20 mln zł więcej niż zakładano. Najtańsza dotychczasowa oferta wykonania prac to ponad 195 mln zł. „Gazeta Olsztyńska" poprosiła posłów o pomoc w znalezieniu rządowych pieniędzy na ten cel.

Od poniedziałku piszemy o dramatycznej sytuacji, w której znalazło się miasto. Mimo wielkiej unijnej dotacji na 131,5 mln zł i 15 mln zł już przyznanej pomocy rządowej, może zabraknąć pieniędzy na zaplanowany remont sypiącej się hali widowiskowo-sportowej Urania w Olsztynie. Miasto i tak jest już obciążone koniecznością znalezienia wkładu własnego w wysokości prawie 30 mln zł. Żeby zebrać pieniądze, sprzedaje ziemię należącą do miasta.

Władze Olsztyna zapowiadają, że poproszą radnych o zgodę na przesunięcia w budżecie i dalszą sprzedaż terenów miejskich. „Gazeta Olsztyńska" rozpoczęła akcję namawiania samorządowców i parlamentarzystów do współdziałania w pozyskaniu brakujących kolejnych 20 mln zł od rządu. Radni opozycji z PiS i największego klubu radnych wspierających prezydenta Piotra Grzymowicza na naszą prośbę już zapowiedzieli wspólne działanie. Jedni mają prosić marszałka województwa o pomoc, inni rozmawiać z posłami, a nawet z ministrem sportu.

Pokazaliśmy też, w jakim stanie jest Urania, która dosłownie się sypie. Wybudowana 40 lat temu nie ma już gwarancji wykonawców. Od budynku odpada tynk. Wejścia do hali muszą być podpierane metalowymi stemplami, bo grożą zawaleniem.

Teraz zwróciliśmy się do parlamentarzystów. „Gazeta Olsztyńska" prosi ich w imieniu mieszkańców, żeby razem, niezależnie od opcji politycznych, poprosili rząd o przyznanie Olsztynowi brakujących na remont Uranii pieniędzy.

IWONA ARENT, POSEŁ PIS

Wspólne działanie posłów z regionu na rzecz Uranii to powinno być oczywiste. To przecież ważna dla wszystkich sprawa. I władze Olsztyna mogą liczyć na moje wsparcie. Będzie też dobrze, jeśli przy tej okazji prezydent miasta będzie działał nie tylko z posłami z opozycji wobec rządu, ale parlamentarzystami z koalicji rządowej. Nie mam w tej chwili informacji, czy ministerstwo sportu dysponuje środkami, którymi mogłoby wesprzeć Olsztyn, ale trzeba o to pytać. Takie wspólne działania na rzecz regionu zawsze są potrzebne, a przecież Urania może znowu być dumą nie tylko Olsztyna, ale całego województwa. Mamy tak wielu fanów sportu, którzy zasługują na możliwość organizacji dużych imprez w Olsztynie.

Fot. Stanisław Kryściński

Urania naprawdę potrzebuje remontu. Jest w ruinie. Miasto musi znaleźć kolejne 20 milionów na jej renowację

JACEK PROTAS, POSEŁ KO

Jeszcze kiedy byłem marszałkiem województwa, mieliśmy przygotowane środki na budowę nowej hali w miejscu Uranii. Teraz sytuacja faktycznie jest trudna. Wiele razy udowodniłem, że na Uranii mi zależy. Również tym razem jestem grotów wesprzeć każde działanie, które pozwoli na przeprowadzenie potrzebnych prac. Urania to nie tylko Olsztyn. Urania jest ważna dla całego regionu i dlatego faktycznie musimy działać razem. Akcja „Gazety Olsztyńskiej" jest bardzo trafiona. I mam nadzieję, że odniesie pożądany skutek. Musimy wszyscy współdziałać z samorządem Olsztyna w tych ważnych dla wszystkich mieszkańców sprawach.

MICHAŁ WYPIJ, POSEŁ POROZUMIENIA

Wiele razy pokazałem, że dla mnie najbardziej liczą się mieszkańcy Warmii i Mazur. Pomysł „Gazety Olsztyńskiej" wpisuje się w mój sposób działania. I na moją pomoc w tej sprawie mieszkańcy Olsztyna mogą liczyć. Nie jest to czcza deklaracja, ale zobowiązanie, które podejmuję. Tym bardziej że sam jestem kibicem wielu sportów halowych. Mam nadzieję, że cała sprawa zakończy się dobrze i znajdą się pieniądze, które pozwolą przeprowadzić renowację Uranii bez dalszego wyprzedawania działek należących do miasta. Olsztyn na to zasługuje.

STANISŁAW KRYŚCIŃSKI
S.KRYSCINSKI@GAZETAOLSZTYNSKA.PL

KONDOLENCJE

Panu

Janowi Bobkowi

Radnemu i Byłemu Przewodniczącemu Sejmiku Województwa Warmińsko-Mazurskiego

Jego Rodzinie i Bliskim

wyrazy najgłębszego współczucia po śmierci

Brata

składają

Gustaw Marek Brzezin
Marszałek Województwa Warmińsko-Mazurskiego

Bernadeta Hordejuk
Przewodnicząca Sejmiku Województwa Warmińsko-Mazurskiego

165121opb1-A -C

KONDOLENCJE

Z wielkim smutkiem i żalem przyjąłem wiadomość o śmierci

śp.

kpt. ż. ś.

Tadeusza Zdanowicza

emerytowanego, wieloletniego dyrektora Urzędu Żeglugi Śródlądowej w Giżycku. Przez wiele lat był członkiem i egzaminatorem komisji egzaminacyjnych na stopnie oficerskie i nieoficerskie w żegludze śródlądowej. Pasjonat żeglarstwa, szczególnie oddany sprawom śródlądzia i bezpieczeństwa nad wodą. Odszedł od nas jeden z najwybitniejszych specjalistów w dziedzinie żeglugi śródlądowej.

Najbliższym i Przyjaciołom

składam wyrazy głębokiego współczucia.

Marek Gróbarczyk, Sekretarz Stanu w Ministerstwie Infrastruktury

165321opb1-a-M

eprasa.pl 3f71452e6f

Twój jeden procent ma wielką moc

WOKÓŁ NAS || Czternastolatek powinien zdobywać świat. Niestety w przypadku Oliwiera nie jest to możliwe. Chłopiec nie mówi i nie chodzi. Codziennie razem z rodzicami walczy o lepsze jutro. Pomóc może tylko regularna rehabilitacja i leczenie.

Oliwier to 14-latek, który od pierwszych dni swojego życia walczy z chorobami. Chłopiec urodził się w ciężkiej zamartwicy urodzeniowej. Z jej powodu cierpi na mózgowe porażenie dziecięce. Jednak to nie jedyne choroby, z którymi przyszło mu się mierzyć. Oliwier ma małogłowie, padaczkę oraz obustronny niedosłuch w stopniu umiarkowanym. Nie chodzi, porusza się na wózku i nie mówi. Reaguje wyłącznie na pewne proste pytanie, w odpowiedzi na nie uśmiecha się lub znacząco pomrukuje. Radość na jego twarzy pojawia się również wtedy, gdy oddaje się ulubionemu zajęciu — słucha muzyki. Najbardziej lubi piosenki olsztyńskiego zespołu Enej oraz Natalii Kukulskiej. Muzyka działa na niego uspokajająco. Rodzice przypadkiem odkryli skuteczną metodę na wyciszenie syna podczas nowych i stresujących dla niego sytuacji. Od tamtej pory nie wychodzą z domu bez odtwarzacza muzyki.

Fot. archiwum prywatne

Oliwier, podopieczny Fundacji „Przyszłość dla Dzieci"

— Zawsze, gdy jedziemy na wizytę do szpitala, zakładamy synowi słuchawki na uszy. Słucha swoich ulubionych bajek i piosenek. Mp3 musi być przypięte do kamizelki czy do kurteczki, w zależności od pogody. Mąż odkrył, że dzięki temu podczas wizyt u lekarzy Oliwier staje się bardziej wyciszony i spokojny — wyjaśnia mama chłopca.

Takich wizyt Oliwier ma niestety bardzo dużo. Nastolatek wymaga nie tylko stałej opieki, ale również rehabilitacji. Obowiązkowe są także częste kontrole u specjalistów, co trzy miesiące zgłaszają się na wizytę w poradni gastrologicznej. Regularnie odbywa też wizyty w Szpitalu Dziecięcym. Dwa razy w tygodniu uczestniczy w zajęciach z rehabilitantką ze szpitala, która przychodzi na rehabilitację domową. Dodatkowo, również dwa razy w tygodniu, w zaciszu domowym chłopiec ćwiczy z rehabilitantem przy pomocy specjalnego urządzenia CPAP (jest to niewielki aparat, stosowany przy niewydolności oddechowej). Wcześniej Oliwier chodził codziennie na zajęcia organizowane w Zespole Placówek Edukacyjnych w Olsztynie. Niestety ze względu na pandemię od października jest pod opieką mamy w domu.

— Jesteśmy przed zabiegiem zaplanowanym na czerwiec. Dlatego wolę, żeby syn był teraz w domu i ograniczył kontakt z innymi — mówi mama chłopca.

Pięć lat temu Oliwier przeszedł zabieg przezskórnej gastrostomii endoskopowej (red. metodą uzyskania dostępu żywieniowego do żołądka). Chłopiec ma podawany pokarm dojelitowo, aby zwiększyć jego wagę. Na czerwiec lekarze zaplanowali wykonanie operacji biodra, bo chłopiec ma dość zaawansowaną skoliozę kręgosłupa. Za jakiś czas czeka go również operacja kolana.

Ćwiczenia w specjalistycznych ośrodkach są stałym elementem w jego życiu, pierwsze rozpoczęły już od trzeciego miesiąca życia. Dzięki rehabilitacji chłopiec jest w stanie utrzymać głowę prosto, co kiedyś nie było możliwe. Niestety to nie koniec jego drogi do zdrowia i lepszego funkcjonowania. Oprócz stałej rehabilitacji Oliwier potrzebuje obecnie specjalistycznego wózka inwalidzkiego. Zakup wiąże się z bardzo dużym nakładem finansowym. Dla rodziców chłopca to ogromny wydatek, wychowują jeszcze dwie córki. Na szczęście wspólnymi siłami możemy pomóc Oliwerowi i innym podopiecznym Fundacji „Przyszłość dla Dzieci", oddając swój jeden procent.

— Wśród naszych znajomych jest dużo osób, które co roku oddają swój 1 procent. Wydaje mi się, że niektórzy mają obawy, bo nie wiedzą, jak się do tego zabrać. Tak naprawdę to zajmuje chwilę. Można komuś pomóc, a dla nas to duże wsparcie. Ostatnio dzięki przekazanym pieniądzom mogliśmy kupić specjalistyczne łóżko — mówi pani Wioletta.

Od momentu objęcia chłopca opieką Fundacji „Przyszłość dla Dzieci" koszty leczenia i rehabilitacji pochłonęły ponad 30 000 zł. Natomiast tylko w 2020 roku to kwota 3 100 zł. Ostatnio dzięki pieniądzom z 1 procenta podatku chłopiec mógł otrzymać dobrej klasy poduszkę ortopedyczną i środki higieniczne, a to wszystko po to, aby Oliwierowi się łatwiej żyło. Dzięki wsparciu fundacji chłopiec otrzymał laptop niezbędny do nauki zdalnej.

— Fundacyjne dzieci tak bardzo kochają żyć, mimo trudności tak wiele je cieszy. Gdy to widzimy, wstępują w nas nowe moce i cel jest jasny! Trzeba zrobić wszystko, albo i więcej niż wszystko, aby je ratować — mówi Iwona Żochowska-Jabłońska, dyrektor zarządzająca Fundacji „Przyszłość dla Dzieci" — Każdy może nam w tym pomóc. Może podarować dzieciom lepsze życie. Może podarować dzieciom 1 procent swojego podatku, dodaje szefowa fundacji.

ALICJA KOWALCZYK

ŻEBY PRZEKAZAĆ 1 PROCENT PODATKU, wystarczy wpisać w rozliczeniu numer KRS 0000148747. A już dziś można dokonać wpłaty na konto Fundacji „Przyszłość dla Dzieci": 58 1240 1590 1111 0000 1453 6887

eprasa.pl 3f71452e6f

Strażacy ochotnicy gotowi nieść pomoc

OSP || To najczęściej oni jako pierwsi docierają na miejsce pożaru. Gdy słyszą dźwięk syreny, bez wahania zostawiają wszystko i niosą pomoc najbardziej potrzebującym. Dziś przedstawiamy wam druhów z OSP Płoskinia i OSP Święty Gaj.

OSP PŁOSKINIA

Jednostka Ochotniczej Straży Pożarnej Płoskinia liczy 31 członków. Choć dla wszystkich najważniejsza jest rodzina, to, gdy słyszą dźwięk syreny, pozostawiają wszystko i biegną na pomoc najbardziej potrzebującym.

— Nasza grupa w większości składa się z mężczyzn, ale możemy pochwalić się również tym, że w naszych szeregach są także kobiety, które dbają i pomagają nam w oprawie zdarzeń kulturowych i imprez organizowanych na terenie naszej gminy — mówi Łukasz Urban, naczelnik OSP Płoskinia. — Nasze koleżanki są zawsze chętne do pomocy i pełne zaangażowania do wykonywania zadań.

Strażak ochotnik prowadzi w swoim środowisku działalność kulturową i oświatową. — Mimo to, naszym podstawowym zadaniem, wynikającym ze statutu i ustawy o ochronie przeciwpożarowej, są szeroko pojęte zadania ratownicze podczas pożarów lub zdarzeń komunikacyjnych czy klęsk żywiołowych — tłumaczy Łukasz Urban. I dodaje: — To właśnie strażacy ochotnicy na dźwięk syreny alarmowej zostawiają swoje rodziny, aby pomóc tym, którzy naszej pomocy potrzebują.

Jednostka z Płoskini działa od 1996 roku. — Od tego właśnie roku jesteśmy w Krajowym Systemie Ratowniczo Gaśniczym. To ten system nakłada na nas pewne standardy w zakresie wyszkolenia ratowników czy liczby pojazdów ratowniczo-gaśniczych, czy też sprzętu, którym musimy realizować swoje statutowe działania — opowiada naczelnik. — Każdy ratownik wyjeżdżający do zdarzeń posiada podstawowy kurs ratowników OSP oraz przeszedł wiele badań lekarskich, które dopuszczają strażaka do udziału w zdarzeniach. Coraz większa liczba wyjazdów do różnorakich zdarzeń wymusza na nas coraz większe podnoszenie kwalifikacji. Szkolenia dla ochotników przeprowadza kadra Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Braniewie. Takie szkolenia kończą się egzaminem, do którego strażak ochotnik przystępuje i po uzyskaniu oceny pozytywnej jest dopuszczony do prowadzenia działań na terenie gminy czy też powiatu, a nawet województwa.

OSP Płoskinia

OSP Święty Gaj

Fot. archiwum OSP

Co jest najważniejsze dla druhów z Płoskini? Łukasz Urban odpowiada bez wahania. — Najważniejsza dla każdego ochotnika jest rodzina. Jednak podczas dźwięku syreny alarmowej większość ratowników zostawia swoje rodziny i rozpoczęte zadania po to, by móc wyjechać do zdarzenia i nieść pomoc tym, którzy naszej pomocy potrzebują.

Jak zaznacza rozmówca, każdy strażak wyjeżdżający do zdarzeń powinien mieć zaufanie do swoich kolegów, z którymi bierze udział w danym zdarzeniu. — Od tego czynnika zależy jakość współpracy i szybkość realizowanego zadania, a także szeroko rozumiane bezpieczeństwo przy prowadzeniu działań. Jest to praca związana z ogromnym ryzykiem. Jadąc do zdarzenia, nie wiemy, jak ono będzie wyglądało. Nie można się dokładnie przygotować co do przebiegu akcji, bo każda jest inna. To za każdym razem jest niesamowita przygoda, a zarazem wielka niewiadoma — opowiada pan Łukasz.

OSP ŚWIĘTY GAJ

Jednostka Ochotniczej Straży Pożarnej Święty Gaj liczy 23 członków. Powstała w 1996 roku, więc w tym roku będzie obchodzić ćwierćwiecze.

Czym zajmują się strażacy z OSP Święty Gaj w codziennym życiu? — Stanowimy przede wszystkim zabezpieczenie lokalne naszej gminy — tłumaczy Marcin Szczepankiewicz, naczelnik OSP. — W sytuacjach wyjątkowych uczestniczymy również w akcjach na terenie powiatu. Najlepszym tego przykładem jest udział w usuwaniu skutków powodzi, która miała miejsce w 2019 roku. Wówczas nasi druhowie pomagali powodzianom w Pasłęku i Elblągu. W innych akcjach bardzo często współpracujemy z druhami z innych jednostek. Muszę przyznać, że każda akcja jest inna. W naszej pamięci nadal pozostaje jedna z naszych pierwszych interwencji z 1998 roku. Był to pożar obory w Mokajnach.

Jak zauważa Marcin Szczepankiewicz, w życiu prywatnym strażacy znają się bardzo dobrze. — Dzięki temu zdecydowanie lepiej współpracujemy w sytuacjach zagrożenia. Muszę również powiedzieć, że nasze sołectwo od początku istnienia jednostki zawsze chętnie z nami współpracowało i wzajemnie się uzupełnialiśmy w potrzebach naszej miejscowości.

Naczelnik OSP Święty Gaj nie zapomina o tym, że w czasie pandemii druhowie nie pozostali bierni wobec potrzeb, jakie ze sobą niosła. — W czasie pandemii braliśmy udział w dowożeniu seniorów do punktu szczepień. Jako jednostka zawsze byliśmy nastawieni na chęć niesienia pomocy, czego dowodem są nasze interwencje.

Strażacy wiedzą, jak ważny w każdej akcji jest dobry sprzęt. — Dzięki wsparciu wójta gminy Rychliki oraz Rady Gminy w najbliższym czasie zakupimy nowy samochód — zdradza naczelnik. I dodaje: — Wiążą się z tym też nowe wydatki, dlatego założyliśmy zbiórkę na ten cel.

KAROLINA KRÓL
K.KROL@DZIENNIKELBLASKI.PL

eprasa.pl 3f71452e6f

Wiosna zaczyna się na niebiesko

NATURA || Za zwiastuny wiosny uważamy przylot bocianów, jaskółek, kwitnienie przebiśniegów. Tak naprawdę jednak prawdziwa wiosna zaczyna się, gdy na moczarach niektóre żaby przybierają niebieską barwę.

Żaba moczarowa należy do grupy żab brunatnych. Jedynie wiosną, najczęściej w kwietniu, samce tego gatunku zmieniają barwę na niebieską. Tym bardziej intensywną, im woda jest cieplejsza. Poza przybraniem niebieskiej barwy samce dają głośno znać o sobie i nad płytkimi akwenami słychać intensywne buczenie. To za sprawą powiększonych, na okres godowy, rezonatorów. Samce „zaopatrują się" też w dodatkowe fałdy skóry. Dzięki temu wszystkiemu mają być bardziej atrakcyjne dla samic.

Ta spektakularna zmiana godowa następuje, gdy woda w rozlewiskach ma temperaturę co najmniej 10 stopni Celsjusza. Konieczne do tego są więc ciepłe wiosenne dni.

Do rozlewiska trzeba podchodzić powoli i ostrożnie, bo mimo miłosnych uścisków niebiescy książęta pozostają czujni i gdy zauważą ruch na brzegu, nurkują w zarośla. Jeśli tak się zdarzy, trzeba będzie poczekać 5-10 minut we względnym bezruchu, a znów się pojawią.

Żaba moczarowa jest gatunkiem podlegającym ścisłej ochronie gatunkowej.

ANDRZEJ GRABOWSKI

Fot. Andrzej Grabowski

eprasa.pl 3f71452e6f

Opowiadam w zdjęciach różne historie

ROZMOWA || Początek był banalny. Kiedy urodziłam Lili, tak się w niej zakochałam, że nie mogłam oderwać od niej oczu. Po kilku miesiącach zaczęłam ją fotografować. Stała się moją największą inspiracją – opowiada Monika Gadzała z Nidzicy, która obecnie mieszka w Poznaniu.

– Urodziłaś się i wychowałaś w Nidzicy. Jak wspominasz ten czas?

— Moje dzieciństwo to polska wersja „Dzieci z Bullerbyn". Dziadek miał wielki sad, łąki nad rzeką, szklarnie pełne kwiatów i wszystkie możliwe zwierzęta. Wspólnie z kuzynostwem mieszkaliśmy obok siebie, wiec całe dnie spędzaliśmy razem, biegając po tych łąkach, kąpiąc się w rzece, łażąc po drzewach, bawiąc się w podchody, a zimą budowaliśmy tunele w śniegu pomiędzy naszymi domami. To były cudowne czasy beztroskiej wolności. Nidzica zawsze będzie moim miejscem rodzinnym. Tu mieszkają moi rodzice i brat. Wciąż mam tu przyjaciół, z którymi spotykam się za każdym razem kiedy tu jestem.

Dlatego miło mi będzie zaprezentować swoje fotografie na zamku w miejscu, które darzę wielkim sentymentem. Wystawę dedykuję moim rodzicom. Niestety, mimo że termin był już ustalany kilka razy, nie mogła się odbyć z powodu pandemii. Myślę jednak, że już niebawem życie wróci do normy i będę mogła zaprosić wszystkich na wernisaż.

– W Nidzicy skończyłaś też liceum. Czy już wtedy interesowała cię fotografia?

— Wydaje mi się, że sztuką interesowałam się od zawsze, ale o fotografii wiedziałam niewiele. To moi bracia robili zdjęcia, ja tylko przyglądałam się temu gdzieś z boku. Biegałam za to na wszystkie wydarzenia kulturalne na zamku i w kinie. Koncerty Blizny czy Pukać trzy razy, wieczorki poetyckie, występy tancerzy hip-hopowych prowadzonych przez pana Grażula, wszystkie wystawy w zamkowej galerii. Żałuję tylko, że ominęłam wystawę grafik Tadeusza Pfeiffera, znakomitego nidzickiego artysty. Przyznaję, że dopiero niedawno poznałam jego twórczość i zakochałam się w tych prostych, hipnotyzujących pracach. Mam nadzieję, że kiedyś NOK zorganizuje retrospektywę jego dzieł! Tym razem na pewno nie przegapię!

fot. Archiwum prywatne

Monika Gadzała kocha fotografować

Mimo wszystko, tej sztuki wciąż było mało w Nidzicy, młodym ludziom brakowało miejsca, gdzie mogliby posłuchać fajnej muzyki, spotkać ciekawych ludzi. Dlatego z Jackiem Łaniewskim-Burkiem stworzyliśmy Galerię Cafe Club, która miała być taką platformą kultury i sztuki. Założenia były proste, ale rzeczywistość nas przerosła. Z różnych przyczyn, nie do końca zależnych od nas, miejsce po 3 latach zniknęło z mapy nidzickich klubów. Wierzę jednak, że w pamięci pewnych osób nasza Galeria zapisała się jako fajne miejsce!

– Potem wyjechałaś na studia do Poznania.

— W Poznaniu studiowała moja przyjaciółka Ela, więc wybór miasta nie był przypadkowy. Skończyłam kulturoznawstwo. I już tu zostałam.

– A kiedy pojawiła się fotografia?

— Początek był banalny — kiedy urodziłam Lili, tak się w niej zakochałam, że nie mogłam oderwać od niej oczu. Po kilku miesiącach zaczęłam ją fotografować. Stała się moją największą inspiracją. Dodała mi siły, by otworzyć się na nowe wyzwanie. A jako, że nie miałam pojęcia o fotografii, postanowiłam zapisać się do szkoły. Szkołę skończyłam po 3 latach, ale fotografii uczę się cały czas i jest to najprzyjemniejsza nauka w moim życiu.

– Czego się nauczyłaś w szkole?

— Miałam to szczęście, że moim wykładowcą był Paweł Jaszczuk. Świetny fotograf i niesamowita osobowość. Wymarzony nauczyciel. Zarażał swoim entuzjazmem i miłością do fotografii, nie narzucał swojego punktu widzenia, pozostawiał wiele swobody i zachęcał nas, byśmy nie bali się patrzeć przez obiektyw i robili swoje! Taka wiedza to świetna baza, ale fotografii uczę się cały czas. Każda sesja to kolejna lekcja. Myślę, że dopóki mamy w sobie pasję, mamy szansę na rozwój.

– Co najbardziej kręci cię w fotografii?

— Uchwycenie tego decydującego momentu Zdjęcia zawsze robię przy naturalnym świetle, więc jestem zależna od pogody. Ale wcześniej, bo w moim przypadku to dłuższy proces, przygotowuję sobie zarys sesji. Szukam miejsca, dobieram ciuchy, robię makijaż itp. Tworzę kompozycję z kolorów, różnych faktur materiałów. Lubię łączyć ciężkie z lekkim. Ważne jest też spotkanie z drugim człowiekiem, chodzi o to, aby otworzyć tę osobę, wydobyć emocje, które fajnie zagrają na zdjęciu. Na efekt końcowy składa się wiele czynników.

– Kogo fotografujesz?

— Fotografuję głównie dzieci i kobiety, bo czuję z nimi więź i mam wrażenie, że dzięki temu zdjęcia, mimo odgrywanej sytuacji, są naturalne. Oczywiście inaczej pracuje się z dziećmi, a inaczej z kobietami. Dzieciaki są bardzo spontaniczne, naturalne, trzeba za nimi podążać, często mają świetne pomysły. I łapać chwilę, póki się dobrze bawią, bo po godzinie są już znudzone, wszystko je drażni. Natomiast z kobietami pierwsza godzina, to czas na otwieranie się i budowanie zaufania. Szczególnie przy aktach jest to ważne, aby modelka czuła się komfortowo i zaufała wizji fotografa. Uwielbiam fotografować kobiety, zatrzymywać ich piękno w kadrze. Często słyszę od nich, że czują się brzydkie, stare, grube, nieatrakcyjne, że źle wychodzą na zdjęciach. Na początku wymieniają mi wszystkie swoje wady. A ja widzę czyste piękno, niezależnie od wieku, czy typu sylwetki! Bardzo cieszy mnie fakt, że moda otwiera się na różnorodne typy modelek: dojrzałych kobiet, w większych rozmiarach czy osób niebinarnych. Mam nadzieję, że ten trend nie przeminie!

– Gdzie szukasz inspiracji?

— Inspiracją może być wszystko: film, muzyka, książka, obrazy, ale też kawałki rzeczywistości, które kolekcjonuję w swojej głowie. Czasami świadomie przenoszę jakiś motyw ze świata sztuki, najczęściej jednak robię to nieświadomie i widzę ten wpływ dopiero na zdjęciu.

Wychowałam się w czasach, kiedy wszystko było szare i brzydkie, może dlatego tak istotny jest dla mnie wymiar estetyczny.

Jeśli chodzi o fotografów, to jest ich wielu i wciąż pojawiają się nowi, ze świeżym, innym spojrzeniem na rzeczywistość. Lubię jednak wracać do tych, którzy wywarli na mnie największe wrażenie, kiedy zaczynałam swoją przygodę z fotografią, czyli wspomniany już Paweł Jaszczuk, Ren Hang, Vivian Sassen, czy Sally Mann.

eprasa.pl 3f71452e6f

fot. Monika Gadzała

Córka Lili jest ulubioną modelką Moniki

– Fotografia to pasja czy zawód?

— Staram się to łączyć. Jeśli jakaś firma zleca mi wykonanie sesji fashion kids czy produktowej, zna mój styl i poddaje się całkowicie mojej wizji. Wcześniej dostaję tylko mood board i krótki tekst o tym, co było inspiracją kolekcji. Reszta jest już moją interpretacją. Bardzo cenię sobie taką współpracę i mam nadzieję, że nigdy nie zawiodłam ich oczekiwań. Dla mnie fotografia fashion kids jest kołem napędowym, czuję, że podczas takich sesji mogę się wyżyć artystycznie.

– Co jest najtrudniejsze w zawodzie fotografa?

— Jestem freelancerką, więc najtrudniejsza jest stałość zleceń. Zwłaszcza teraz, w czasach pandemii, firmy wstrzymują działania marketingowe. Ale mam nadzieję, że wkrótce będzie lepiej!

– Gdzie widzisz siebie za kilka lat?

— Lili nadal jest moją ulubioną modelką, więc jeśli pozwoli, to z chęcią udokumentuję jej dorastanie. Mam też kilka innych pomysłów na projekty dokumentalne, których chciałabym się podjąć w najbliższym czasie. Może uda mi się opowiedzieć jakąś ważną historię.

Ale teraz czekam z niecierpliwością na wystawę moich prac w zamkowej Galerii pod Belką. Będzie mi bardzo miło spotkać mieszkańców Nidzicy i podzielić się z nimi swoją twórczością.

HALINA ROZALSKA
H.ROZALSKA@GAZETAOLSZTYNSKA.PL

fot. Monika Gadzała

Monika chętnie fotografuje swoją mamę

fot. Monika Gadzała

Nie zapomina także o swojej teściowej

REKLAMA

BTM biznes starter
PROWADZISZ FIRMĘ LUB MASZ POMYSŁ NA START-UP?
wejdź na:
www.btmstarter.pl
I OTRZYMAJ BEZPŁATNE WSPARCIE

CO ZYSKUJESZ?
- pełen dostęp do pakietu inkubacyjnego przez okres do 1,5 roku
- wsparcie m.in. przy budowie modelu biznesowego, określeniu strategii rynkowej, sprzedażowej, tworzeniu identyfikacji wizualnej czy prowadzeniu działań marketingowych
- przestrzeń biurową i/lub usługę wirtualnego biura w Olsztynie
- obsługę księgową, kadrową, prawną i ICT
- dostęp do sieci kontaktów m.in. kancelarii prawnych, patentowych, ekspertów wyceny IP, uczelni, naukowców i funduszy inwestycyjnych różnych specjalizacji

Fundusze Europejskie Program Regionalny
Rzeczpospolita Polska
Warmia Mazury Zdrowe życie, czysty zysk
Unia Europejska Europejski Fundusz Rozwoju Regionalnego
26321otbr-a-M

SZUKAJ NAS na facebooku
GazetaOlsztynska/
220otbx-a-K

eprasa.pl 3f71452e6f

Moja Mama nauczycielka

WSPOMNIENIE || Zacząć, niestety, muszę od końca. Moja matka Henryka Hofman zmarła 7 kwietnia 2021 r. Miała 86 lat. Zmarła w nocy, we śnie. Mam wrażenie, że jeszcze nie do końca rozumiem te zdania. Ale kto napisze je bardziej poprawnie niż ja – córka? Nie ma większej miłości niż miłość do matki.

fot. Archiwum rodzinne

JUŻ? TYLKO TYLE? CO MAM DOPISAĆ? PODPOWIEDZ!

„Chodźmy na spacer na Krzyż Brunona i popatrzmy na Niegocin z tego wzgórza. Samo się napisze” — tak byś mi poradziła. Poszłam na to wzgórze dzień po twojej śmierci. Widok taki sam jak jeszcze pod koniec lutego, gdy byłaś tam ze mną. I takie samo słońce. Dlaczego więc już cię tu ze mną nie ma miesiąc od tamtego spaceru?

Powinnam dopisać do tego tekstu całe twoje życie. Powstałby taki szeroki pejzaż, jak widok ze wzgórza na jezioro.

Albo widok z naszej giżyckiej wieży ciśnień na całą panoramę miasta, gdy co roku w sierpniu jadłyśmy tam lody z okazji twoich urodzin.

Ludzie mają dość swoich życiorysów i swoich problemów. Chcą czytać o konkretach z ich regionu — tak byś pewnie skomentowała moją próbę napisania wspomnienia o tobie. Wspomnienia o ludziach tworzących to miasto nie są interesujące dla młodych pokoleń? Jednak spróbuję. Bo to ty wychowywałaś przez dekady te młode pokolenia i to ty te pokolenia nosiłaś na rękach jako ich „druga mama” w Przedszkolu Wojskowym nr 5 i Szkole Podstawowej nr 4 w Giżycku. Przez 30 lat.

Czy tekst o tobie pomieści jakaś gazeta? Nawet twoja ulubiona „Giżycka”, którą kupowałaś regularnie w każdy czwartek od pierwszego numeru „nie jest z gumy”. Gazeta obchodziła jubileusz 30-lecia w marcowe dni. Wzięłaś ją do rąk już chora. Prosiłaś, by ci czytać wszystko po kolei. Sama też czasem pisałaś do „Giżyckiej”. Mam wszystkie twoje artykuły. Nawet dobrze radziłaś sobie z piórem.

Jednak wybrałaś inny zawód — misję. Nauczanie i dzieci to była jedyna i największa twoja pasja. Traktowałaś ją bardzo poważnie. Kiedyś powiedziałaś mi tak: „Nauczyciel, lekarz i ksiądz. Pamiętaj, Aniu — te zawody mają wspólny mianownik. Jest nim słowo misja, bezgraniczne oddanie i wielkie serce do wykonywania tej misji. „Twoja nauczycielskość” była taka jakaś „nabożna” i bardzo duchowa.

„Nie ma złych dzieci. Są tylko źli nauczyciele”. Tak broniłaś zawsze tych najmniejszych. Znałaś wszystkie ich imiona. Tyle dzieci przewinęło się przez twoje ręce. Mówiłaś nam tak: „Idę do nich. Jest ich dużo więcej. Was jest tylko dwoje. Wy musicie sobie dać radę. A im ja muszę dać drugą połowę jednego serca”. Rozumieliśmy.

HISTORIA JEDNEJ PIOSENKI

Obiecała mi, gdy piłyśmy poranną herbatę z okazji moich urodzin 4 lutego, że jeszcze w tym roku nie umrze. Bo za bardzo kocha mnie, brata i polne kwiaty. A do maja jeszcze daleko — dodała. Kochała nie tylko polne kwiaty i majowe bzy, na które czekała. Kochała ludzi. Nigdy nie mówiła źle, nie oceniała, nie próbowała zmieniać. Wolała pomilczeć niż podnieść głos. Nigdy się nie śpieszyła, ani nigdy nie umiała się gniewać.Taka była moja Mama. I czasem brała na deszcz dwie parasolki. A i tak wracała mokra od deszczu. To było dwa lata temu. Wróciłam do domu z koncertu Korteza i już wiedziałam, że jeśli mama nie śpi — zaśpiewam jej cichutko do ucha ten oto utwór. I zaśpiewałam fragment, który Kortez wykonał na koniec koncertu:

Dam Ci za to polne kwiaty
Wyślę list, wezmę na spacer
Sam dla Ciebie prezent zrobię
Do snu bajkę Ci opowiem
Postawię się
Osiągnę cel
Poczuję wstyd
I będę zły
Podniosę głos
Zbuduję dom
A Ty będziesz dumna....

Mama nie spała. Czekała na mnie. Zaśpiewałam a capella cały utwór Korteza. Tekst tej piosenki doskonale pasuje do moich dla niej uczuć i ona oczywiście już po pierwszej zwrotce zaczęła płakać. Dośpiewałam do końca. Ale na finiszu płakałyśmy już obie. Była wtedy u mnie w domu nad morzem. Z okna widziałyśmy Bałtyk. Była szczęśliwa, spokojna, spełniona. Zdrowa.

RODZINA MUSI POCZEKAĆ

Henryka Hofman urodziła się 86 lat temu. W małej wioseczce w Wielkopolsce. Jako dwudziestolatka zamieniła województwo poznańskie na Mazury. Do Giżycka przyjechała przypadkowo. Przywiózł ją tu mój ojciec, młody oficer. Ech, ta miłość! To były lata 50. Dostała pierwszą pracę w Państwowym Domu Dziecka. Tam poznała swoje pierwsze „dzieci”. A one dostały „wielkie serce” młodej nauczycielki. Kiedyś jechała do Staświn 12 km na rowerze po jakiegoś chłopca, który wrócił na noc do rodzinnego domu. Gdy odnalazła go śpiącego w łóżku u rodziców, przytuliła i pocałowała. Żadnych wymówek ani kar. Najważniejsze, że się odnalazł.

Rodziły się pierwsze dzieci. Niestety jej trzy córeczki rok po roku umierały.1956, 1958, 1959. Trzy siostry jak „z Czechowa”. Trzy dramaty, z których wyszła jakąś nadludzką siłą i wiarą w Boga. Pokonała rozpacz i pojawiliśmy się na świecie my — ja i starszy

eprasa.pl 3f71452e6f

mój brat, Józef. Nigdy nasza rodzina nie była ważniejsza od pracy pedagogicznej. Mama skończyła 4-letnie Liceum Pedagogiczne w Krotoszynie. Zawsze chciała pracować z dziećmi. Jako mała dziewczynka uwielbiała bawić się w „szkołę". Na niby sadzała przed sobą stare gałgankowe lalki i mówiła do nich jak „pani nauczycielka". Dostrzegł to jej ojciec, a mój dziadek Stanisław Hofman. Wtedy podjął decyzję, że mała Henia pójdzie „na nauczycielkę".

COVID I KONIEC

7 kwietnia 2021 roku w całej Polsce zmarło 687 osób. Wśród nich w giżyckim szpitalu w nocy we śnie zmarła moja mama Henryka. Zostawiła mi mapę życia w sercu i w głowie.

Dałaś mi całkowitą akceptację, bezwarunkową najcudowniejszą miłość i przyjaźń. Będzie mi brakowało twojego nauczycielskiego tonu, twojej pięknej dykcji i twojej pokory wobec losu. Niełatwego losu, który cię spotkał tu na mazurskiej ziemi. Ale cię nie złamał. Śmiałaś się najcudowniej, ale jeszcze piękniej płakałaś. Uwielbiałaś się wzruszać. Miałaś przy wielu tematach tzw. mokre oczy. Łzy były zawsze pochodną twojej wrażliwości. Nie mogłam i nie chciałam zmieniać twej duszy. Byłaś jedną wielką wrażliwością.

PLUSZOWY MIŚ

Dzień po pogrzebie te twoje dzieci, które wychowałaś, pod twym oknem położyły dużego pluszowego misia. Duży, mięciutki. Maskotka od serca. Lub od wszystkich dziecięcych serduszek, które przytulałaś do swego. Ten prezent od dzieci niech cię ogrzeje. W kwietniowe chłodne noce i dnie...

Dziś na cmentarzu jesteś już wśród swoich nauczycieli. Naprzeciwko ciebie jest grób pana profesora Niedźwiedzkiego, po prawej tuż za ścieżką leżą państwo Minikowicze, jeszcze wyżej pani Kozielska i pan Bartnicki. A nieco dalej lekarz, który 60 lat temu uratował ci życie w szpitalu. Dr Jan Juchniewicz. Mamo, jesteś już bezpieczna. Oni się tobą zaopiekują. Przywitaj się z nimi. O mnie się nie martw. Obiecuję, że dotrę do celu tak jak Ty. Poradzę sobie.

ANNA RĘBAS, CÓRKA

Szydełkowanie to moja pasja i nałóg

HOBBY || Marzena Książak od wielu lat zajmuje się szydełkowaniem. Dla 52-letniej mieszkanki małej miejscowości Wilamowo, która urodziła się jako wcześniak i jest niepełnosprawna, jest to prawdziwa pasja, lek na wszystkie przeciwności życiowe.

Nigdy, ale to nigdy nie przypuszczałabym, że kiedyś będę szydełkować. Wydawało mi się, że to zajęcie nie jest dla mnie, bo wymaga skupienia, cierpliwości, precyzji. Te cechy zdecydowanie nie są moją mocną stroną, a jednak... — mówi pani Marzena Książak. — Uwielbiam zatracać się w wirze szydełkowej pracy. Szydełko, wełna lub kordonek albo inne nitki do plątania potrafią sprawić, że przez kilka ładnych godzin nie ma mnie. Robótki ręczne stały się nie tylko moją pasją, ale wręcz nałogiem.

Pani Marzena Książak urodziła się 17 kwietnia 1969 roku w Szczytnie. Na świecie pojawiła się wraz z siostrą bliźniaczką w 7 miesiącu ciąży. Jak opowiadała jej mama, cudem przeżyła, bo była słabsza od swojej siostry Joanny. Ważyła zaledwie kilogram. Całe życie mieszka w Wilamowie, w gminie Rozogi w powiecie szczycieńskim.

— Ponad 50 lat temu, gdy się urodziłam, nie było inkubatorów, badań usg. Lekarze nie dawali mi szans na przeżycie — opowiada. — A jednak przeżyłam, choć mam porażenie mózgowe i niedowład nóg. Z siostrą jesteśmy do siebie bardzo podobne. Gdy mama nas tak samo uczesała w warkocze i ubrała w fartuszki, nikt w szkole nas nie rozróżniał. Nawet tatuś nas nie potrafił rozróżnić i czasem zwracał się do mnie Asiu. Oczywiście, jak już szłam czy stałam, to różnica była widoczna. Poruszam się do dziś na kulach lub na wózku. Miałam kilka operacji, nauczyłam się jednak z tym żyć i radzić sobie. Potrafię wszystko zrobić sama: ugotować, sprzątnąć, prać, pielić w ogródku, a w szczególności uwielbiam piec ciasta i szydełkować.

Smykałką do robótek zaraził ją dziadek, który był kowalem z zawodu, ale też miał wiele talentów. Potrafił także szydełkować, pierwsze szydełko zrobił z łyżki aluminiowej. Kiedy przyszedł stan wojenny w 1981 roku, pani Marzena z nudów zaczęła szydełkować. Z czasem coraz bardziej się jej to podobało.

Marzena Książak: Nie wyobrażam sobie życia bez szydełka

— Nie należę do osób, które szybko się poddają. Drążę temat, tak długo, aż osiągnę cel. Szydełkowanie wyćwiczyło we mnie cierpliwość — tłumaczy. — Nie ma teraz dnia bez szydełka. Szydełkowanie napędza mnie do działania.

Kiedy rodzice pani Marzeny chorowali, na jakiś czas musiała się rozstać ze swoją pasją, bo pomagała im w wielu codziennych czynnościach, wspierała i opiekowała się nimi. Po ich śmierci kobieta powróciła do swojej pasji.

— Zaczęłam wyszukiwać w internecie filmiki dotyczące szydełkowania — oglądałam je i próbowałam zrobić to samo — opowiada. — Teraz już nie wyobrażam sobie życia bez szydełka. Robię serwety, kurki, obrusy, podkładki pod kubki, aniołki, koszulki na jajka, a w planach mam jeszcze inne rzeczy. Uczę się nowych ściegów, łączeń, itp. Próbuję, dziergam, pruję i zaczynam od nowa. I powiem z dumą, że nawet coś tam mi z tego wychodzi. Zdaję sobie sprawę, że to dopiero początki i do perfekcji jeszcze daleka droga, ale już teraz czuję satysfakcję. — Najbardziej pracochłonne są ozdoby świąteczne i obrusy. Trzeba po zrobieniu nadać im ładny kształt i mocno wykrochmalić, usztywnić.

Szydełkowa twórczyni lubi także szyć. Spod jej igły wychodzą proste rzeczy, robi też przeróbki ubrań, wszyje zamek, skróci nogawki spodni. Potrafi także robić na drutach. Pani Marzena lubi łączyć ze sobą wszystkie techniki, do których ma talent i zapewnia, że każda wymaga czasu oraz uwagi.

– Szydełko jest moim nałogiem – podkreśla. — To lekarstwo na wszelkie przeciwności losu. Jeżeli jeszcze państwo nie spróbowaliście, to zachęcam, by spróbować. I nie przejmujcie się, że na początku wam coś nie wyjdzie lub ścieg będzie krzywy, wprawa przyjdzie z czasem. Jeżeli pokonacie pierwsze frustracje, zapewniam, że dalej pójdzie. Szydełkowanie uspokaja, pozwala się wyciszyć po całym zabieganym lub stresującym dniu. Wyrabia cierpliwość, rozwija kreatywność. Polecam!

JOANNA KARZYŃSKA
J.KARZYNSKA@GAZETAOLSZTYNSKA.PL

eprasa.pl 3f71452e6f

Fotografuję, ale już bez dreszczyku emocji

PASJA || Fotografią interesuje się od ponad pół wieku. Na początku królowała technika czarno-biała, klisze, wywoływacze, utrwalacze i ciemnia z oliwkowym światłem. Marian Piotrowicz z Nowego Miasta Lubawskiego z nostalgią opowiada o swoim hobby.

Już jako bardzo młody człowiek pan Marian połknął fotograficznego bakcyla. Starał się o aparaty fotograficzne na miarę swoich możliwości finansowych, ale zawsze musiał być to sprzęt dobrej jakości. Mówił, że najlepsze są soczewki w obiektywie produkcji niemieckiej, a od tego zależała jakość zdjęcia. Miał kilka takich prostych aparatów, ale dobry sprzęt był wówczas drogi, a ponadto trudny do zdobycia w popularnych wówczas sklepach Fotooptyki.

— Zaglądałem wtedy do znanego nowomiejskiego zakładu fotograficznego pana Henryka Kopiczyńskiego, który był nie tylko rzemieślnikiem robiącym zdjęcia ślubne czy legitymacyjne, ale fotografem przyrody. Kochał miasto, w którym mieszkał i pracował. Uwieczniał miejskie zaułki i dokumentował zmiany, jakie zachodziły w krajobrazie Nowego Miasta Lubawskiego. W wolnych chwilach wpuszczał mnie na zaplecze warsztatu i wtajemniczał w arkana fotografii. Były to niezwykle ciekawe lekcje — opowiada Marian Piotrowicz.

Właśnie mistrz Kopiczyński niejednokrotnie odsprzedawał za niewielkie pieniądze sprzęt fotograficzny lub nawet dawał za darmo wysłużoną aparaturę młodemu adeptowi sztuki fotograficznej. Było to wielką zachętą i dodatkową inspiracją rozwijania hobby pana Mariana.

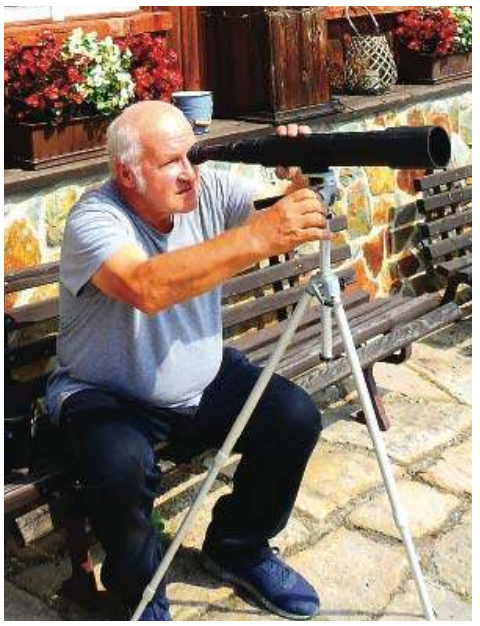
Marian Piotrowicz mieszkał wówczas na ostatnim piętrze wysokiej kamienicy komunalnej, opartej na średniowiecznym murze obronnym. Na strychu domu wygospodarował sobie miejsce na ciemnię, bo jak mówił, jego hobby musiało mieć swój ciąg — od naciśnięcia migawki aparatu, aż do wyjęcia zdjęć z suszarki. Na początku, a były to lata siedemdziesiąte minionego wieku, fotografował rodzinę, swoich kumpli i dokumentował wydarzenia, które działy się w mieście. Radzieckiego Zenita, Fieda albo Zorkę miał zazwyczaj przy sobie. Nie pstrykał setek zdjęć, każdy kadr był przemyślany, nawet z tej racji, że dobrej jakości filmy były towarem deficytowym i kliszę ORWO lub Ilforda, o odpowiedniej czułości, zdobywało się po znajomości, spod lady.

Fot. Stanisław R. Ulatowski

Marian Piotrowicz i jego pierwszy wysłużony Zenit

— Ciemnię miałem na strychu, odgrodzoną zasłoną z grubych koców. Za robotę mogłem się zabierać dopiero po zmierzchu, bo gdzieniegdzie przebijało światło. W domu też panowała dyscyplina i wszyscy siedzieli po ciemku. Kiedyś ktoś bezwiednie zapalił światło i był klops. Cała robota poszła na marne, wszystko się naświetliło. Pamiętam mój wybuch złości... Zawsze najbardziej emocjonującym momentem było wywoływanie filmów. Od tego, jak się nastawiło parametry aparatu, zależała jakość późniejszych zdjęć — mówi mieszkaniec Nowego Miasta Lubawskiego.

Jeden z aparatów, który służył panu Marianowi przez lata



Podczas wypadów w góry, senior z Nowego Miasta korzysta ze sprzętu optycznego

Ze swoim hobby nie zamykał się sam dla siebie. Miał kilku znajomych, którzy wraz z nim wywoływali zdjęcia. Traktował ich trochę jak swoich młodszych uczniów i każdorazowo — przed rozpoczęciem roboty w ciemni — nosili całe wiadra wody, która służyła do płukania zdjęć na trzecie piętro.

Potem, w roku 1977, oddano do użytku Nowomiejski Dom Kultury, a w nim pracownię fotograficzną z prawdziwego zdarzenia. Pan Marian od razu zadeklarował chęć uczestnictwa w kółku, które przybrało nazwę KOŁO FOTO AMI ,77. Stał się bardzo pomocny w organizacji tej zupełnie nowej formy działalności domu kultury, bo miał sporą wiedzę i doświadczenie w dziedzinie fotografii. W nowoczesnej na owe czasy ciemni otworzył się szeroki świat. Do dyspozycji członków kółka był sprzęt najnowszej generacji, aparaty rosyjskie i enerdowskie, obiektywy o różnych długościach ogniskowej. Nie brakowało odczynników do wywoływania, a papier fotograficzny przysyłano z bydgoskich zakładów Foton całymi workami z napisem „odpady technologiczne". Pomimo tak sprzyjającej atmosfery, pan Marian nie opuszczał jednak swojej pracy w domowej ciemni, gdzie w spokoju mógł oddać się pasji.

Dziś nestor wśród nowomiejskich fotografów mieszka już w innym miejscu, a całe wyposażenie ciemni ma pieczołowicie zabezpieczone i spakowane na strychu i w jednym z pokoi. Czy kiedyś wykorzysta jeszcze swój sprzęt?

— Pewnie już nie. Dziś utrudniony jest dostęp do wszelkich odczynników potrzebnych w pracowni fotograficznej, dość trudno dostać filmy, a jak są, to ich ceny trochę odstraszają. Mam całą kolekcję aparatów analogowych, które w każdej chwili są gotowe do użytku. Od czasu do czasu je wykładam i przeglądam. Każdy z nich to historia mojego hobby — zwierza się pan Marian. — Cóż mi teraz pozostało? Biorę w rękę cyfrówkę i nadal fotografuję, ale już bez dreszczyku emocji, jaki kiedyś towarzyszył tej prawdziwej fotografii czarno-białej.

STANISŁAW R. ULATOWSKI
S.ULATOWSKI@GAZETAOLSZTYNSKA.PL

eprasa.pl 3f71452e6f

Duży talent i małe arcydzieła

WOKÓŁ NAS || Czasami wiersz, fotografia lub akwarela na ścianie przypominają nam o naszych pasjach. Mogą być radością życia i nadać mu sens, a już na pewno uczynić je piękniejszym.

Pasja zmienia wszystko. Wiedzą o tym ci, których pochłonęła bez reszty, dając w zamian niesamowitą satysfakcję, bo dostarcza wrażeń estetycznych i ubarwia nasze życie. Komuś może się wydawać, że to mało przydatne hobby już dawno zapomniane – właśnie wiersz, obraz, makatka na ścianie, czy rozciągnięty dres po kolejnym pokonanym półmaratonie. Nie zapominajmy, by pielęgnować swoje pasje! Zwłaszcza teraz, gdy pandemia zamknęła nas w domach i okazało się, jak ważne jest to, co potrafimy. Warto się swoją pasją podzielić.

Fot. Archiwum prywatne

Krystyna Ruczyńska i jej małe arcydzieła oraz fotografie

BYCIE KREATYWNYM

oznacza, że musisz wziąć małe kawałki swojego serca i umieścić je w każdym projekcie, jaki tworzysz (Pat Bravo) — to może być motto dla twórczyni niezwykłych dzieł z gminy Ostróda. Właśnie takie kawałki serca znajdujemy w dziełach tworzonych przez Krystynę Ruczyńską. Próbowanie, eksperymentowanie, wprowadzanie zmian i bycie otwartym na różne doświadczenia i emocje, tak można określić pasje pani Krystyny i ich niezwykłe efekty. Tworzy małe arcydzieła, wykonywane przeróżnymi technikami: od papieroplastyki, scrapbookingu, quillingu, po decoupage i cardmaking. Jej prace zawsze są na podium w konkursach rękodzielniczych organizowanych w gminie Ostróda. Poza tworzeniem przepięknych rękodzieł pokochała również fotografię, bo dzięki zdjęciom można pokazać zwyczajne miejsca w wyjątkowy sposób. By móc to zrobić dobrze, trzeba posiadać wrażliwość i umiejętność fotograficznego patrzenia, bowiem obraz powstaje w naszej głowie, dzięki naszej wyobraźni, wrażliwości i poczuciu estetyki. Dzięki temu właśnie fotografie pani Krystyny wzbudzają zawsze zachwyt i podziw. Celne oko i pewna ręka tak zachwyciły komisję konkursową oceniającą fotografie w konkursie fotograficznym „Gmina Ostróda w obiektywie zimową porą", że przyznała jej pierwsze miejsce.

W PRACACH PANI KRYSTYNY

widać radość tworzenia. A co ona sama mówi o swoich pasjach?

— Nie uważam się za artystkę — mówi Krystyna Ruczyńska. — Przez jedną trzecią swojego życia byłam przekonana, że nie mam żadnych zdolności plastycznych. Do spróbowania zmusiły mnie okoliczności i sama byłam zaskoczona, że coś wyszło... Próbowałam różnych technik. Zaczęło się od szydełka i drutów, było szycie na maszynie, papieroplastyka, scrapbooking, quilling. Na dłużej, bo do dzisiaj, został ze mną decoupage i cardmaking. Wiele moich prac trafiło do córek, do dalszej rodziny i znajomych. Lubię odnawiać techniką decoupage stare drewniane skrzynki czy szkatułki. Technikę decoupage wykorzystuję także przy tworzeniu kartek świątecznych.

W jej domu zawsze były też zdjęcia – te robiło się zawsze. Początkowo czarno-białe, wywoływane w prowizorycznej ciemni na strychu, potem kolorowe, wywoływane w zakładach fotograficznych. Teraz jest łatwo, bo fotografem jest w zasadzie każdy, kto jest posiadaczem smartfona.

— Zdjęcia robię głównie w celu upamiętnienia ważnych, ciekawych chwil w życiu — dodaje pani Krystyna. — Lubię także fotografować krajobrazy, architekturę i kwiaty.

PREZENTACJA „LUDZI Z PASJĄ"

w internecie, której bohaterką była też Krystyna Ruczyńska, to pomysł pracowników Gminnego Centrum Kulturalno-Biblioteczne w Samborowie.

— To cykl o mieszkańcach naszego regionu, naszych sąsiadach, którzy oprócz pracy, obowiązków i zajęć codziennych, mają swoją pasję — mówi Marta Żeberek z Gminnego Centrum Kulturalno-Biblioteczne w Samborowie. — Jedni serce oddali malarstwu, inni muzyce, poezji, piłce nożnej, szydełkowaniu czy fotografii.

BARBARA CHADAJ-LAMCHO
B.CHADAJ@GAZETAOLSZTYNSKA.PL

eprasa.pl 3f71452e6f

Grejpfrutem na zdrowie!

WIEM, CO JEM || O ile sok z czerwonego grejpfruta to jest dla mnie ambrozja w postaci czystej – o tyle za samym owocem, oględnie mówiąc, nie przepadam. Wiem, że jest zdrowy, ale nie, dziękuję. Gdy jem grejpfruta – wykręca mnie na lewą stronę.

Uznałam jednak, że może czasem warto wziąć byka za rogi, a czasem — dokładnie poznać wroga i w ten sposób się z nim oswoić. Może w obliczu lawiny dobroczynnych składników odżywczych do grejpfrutów się przekonam i nawet ich cierpko-kwaśny smak przestanie mi przeszkadzać?

A o korzystnych dla zdrowia właściwościach grejpfrutów przekonuje mnie każdy portal medyczny i każdy w miarę naukowy poradnik zdrowego żywienia. Że są bogatym źródłem witamin C i beta-karotenu, dzięki czemu wzmacniają odporność organizmu. Że obniżają poziom cholesterolu i regulują ciśnienie, dzięki czemu mają zbawienny wpływ na serce. Że mają niewiele kalorii i przyspieszają przemianę materii, dzięki czemu są ważnym składnikiem diet odchudzających. No to właściwie nie powinnam mieć więcej pytań...

BOMBA WITAMINOWA

Ze względu na wielość i różnorodność witamin w swoim składzie grejpfrut bardzo skutecznie wzmacnia odporność naszego organizmu. Miąższ jednego tylko owocu dostarcza więcej witaminy C niż zalecane dzienne zapotrzebowanie, a także jedną trzecią zalecanej dziennej dawki prowitaminy A, czyli beta-karotenu. Sporo w nim także witamin z grupy B oraz potasu.

Choć do wyboru mamy kilka rodzajów grejpfruta, różniących się barwą, smakiem i ilością wartości odżywczych, wiadomo, że, jak zawsze w przyrodzie, najzdrowsza jest jego czerwona i różowa odmiana: to ona zawiera najwięcej witaminy C, likopenu i karotenoidów. To właśnie ta wyróżnia się słodko-kwaśnym smakiem z dobitną nutą goryczy, za którą całkowitą odpowiedzialność ponosi arginina. Mniej popularny żółty i zielony grejpfrut — są wprawdzie łagodniejsze w smaku, ale zawierają też mniej wartości odżywczych. Żółte grejpfruty są kwaśne i nie mają tej odrzucającej mnie goryczy. Najsłodsza wersja grejpfruta ma kolor zielony i niektórzy mówią na nią sweety — z angielska słodziak.

I taka ciekawostka: istnieje coś takiego jak pomelo. Jest to krzyżówka grejpfruta i pomarańczy olbrzymiej. Co jeszcze ciekawsze, pomelo zawiera o 25 proc. więcej antyoksydantów niż czerwona odmiana grejpfruta. Jak nie grejpfrut, to może pomelo?

Fot. pixabay.com

DO WYBORU MAMY KILKA RODZAJÓW GREJPFRUTA, RÓŻNIĄCYCH SIĘ BARWĄ, SMAKIEM I ILOŚCIĄ WARTOŚCI ODŻYWCZYCH, WIADOMO, ŻE, JAK ZAWSZE W PRZYRODZIE, NAJZDROWSZA JEST JEGO CZERWONA I RÓŻOWA ODMIANA.

REKLAMA

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
152520otbr-A -C

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
156020otbr-A-G

CENTRUM REHABILITACJI NIEBIESKI HAMAK
dr n. med. Agnieszka Biernacka
Specjalista rehabilitacji medycznej:
■ konsultacje rehabilitacyjne dzieci i młodzieży
■ diagnostyka neurorozwojowa niemowląt
Informacja i rejestracja codziennie w godzinach 9:00-19:00 pod nr telefonu
665-282-412
Olsztyn, ul. Leśna 2
151120otbr-a-M

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
152820otbr-A -C

SOBOTA
ZDROWO I AKTYWNIE

eprasa.pl 3f71452e6f

NA NOWOTWORY

Prócz witamin i składników mineralnych grejpfrut to także bogate źródło cennych flawonoidów. To one mają właściwości antybakteryjne, przeciwgrzybiczne oraz przeciwnowotworowe. Najwięcej jest ich w białej błonce grejpfruta, tzw. albedo, oraz w skórce i pestkach.

Liczne badania udowodniły, że grejpfruty mogą być skuteczną bronią w walce z nowotworami żołądka, jelit, prostaty, pęcherza moczowego i szyjki macicy. Leczenie wrzodów żołądka wspomaga też wyciąg z pestek grejpfruta.

POGROMCA NADWAGI, PRZYJACIEL URODY

Tak jak wspomniałam, grejpfruty są niskokaloryczne: 100 gram owocu to tylko 50 kalorii. W dodatku mają właściwości przyspieszające przemianę materii, ułatwiają spalanie tłuszczów i oczyszczają organizm. To dzięki tym właściwościom poprawiają nam urodę, jędrność ciała i opóźniają proces starzenia. Pod tym względem bezkonkurencyjne jest znów albedo — ta biała wewnętrzna skórka. Poza tym zawierają błonnik, dzięki czemu zwiększają uczucie sytości. Dodatkowo, zawarta w skórce naryngina lekko przeczyszcza organizm, dlatego nie zachęcam do pedantycznego obierania poszczególnych płatków. A kto akurat przebywa na diecie oczyszczającej i chce, by była skuteczna — lepiej niech się zacznie przyzwyczajać do tego jej lekko gorzkawego posmaku.

Grejpfruty cieszą się też dużym uznaniem w kosmetyce, przede wszystkim za tę swoją wysoką zawartość witaminy C i kwasów owocowych. Preparaty na bazie tego owocu i zabiegi z jego wykorzystaniem polecą się przede wszystkim do leczenia i pielęgnacji skóry tłustej i trądzikowej, głównie dlatego, że bardzo skutecznie regulują nadmiar sebum i zamykają pory. Poza tym grejpfrut świetnie radzi sobie także z przebarwieniami: zwyczajnie rozjaśnia je. Jakby tego było mało, sprawdza się do tego w sytuacjach, gdy pragniemy przyspieszyć gojenie stanów zapalnych, ran i zmian trądzikowych.

> GREJPFRUTY MOGĄ OBNIŻYĆ POZIOM CHOLESTEROLU I CIŚNIENIE TĘTNICZE.

NA CUKRZYCĘ

Grejpfruty mają nie tylko niski indeks glikemiczny (IG=20), ale i pektyny, które obniżają poziom glukozy we krwi. Stąd poleca się je cukrzykom, ale także w profilaktyce tej choroby. Ponadto spowalniają proces rozkładu cukru w organizmie i zwiększają wrażliwość komórek na insulinę. Dlatego także osoby chorujące na insulinooporność mogą grejpfruty jeść na zdrowie.

NA SERCE

Na serce grejpfruty też wpływają bardzo pozytywnie. Wspomniałam już, że obniżają poziom cholesterolu i ciśnienie tętnicze. Przeciwdziałają także miażdżycy. Szczególnie skuteczne w normalizacji poziomu lipidów są znów te czerwone i potwierdziły to liczne badania. Ktokolwiek ma nadwyżkę cholesterolu — polecam jedzenie grejpfrutów z błonkami, bo to w nich jest najwięcej obniżającego go błonnika.

WYBIERAMY ZDROWEGO GREJPFRUTA

W sklepie, wybierając grejpfruty, kierujemy się kolorem i sięgamy po te sztuki, których kolor jest najbardziej intensywny. To one mają najwięcej witamin i innych składników odżywczych. Z kolei im owoc większy i cięższy, tym bardziej będzie soczysty. Końce owocu powinny być natomiast lekko spłaszczone — wydłużona końcówka to oznaka grubej skóry i małej soczystości. Zwróćmy też uwagę, by końcówki nie były miękkie lub zazielenione. A już w domu, przed obraniem grejpfruta trzeba pod bieżącą wodą dokładanie wyszorować jego skórkę szczoteczką do warzyw. Zmyjemy w ten sposób konserwant, którym pokrywane są owoce.

GREJPFRUT A LEKI

Ze wszystkich cytrusów to właśnie sok z grejpfruta ma w składzie najwięcej związków, które lubią wchodzić w interakcje z wieloma lekami. Odbierając receptę, zawsze warto poradzić się w tej sprawie lekarza. Ktokolwiek nie ma takiej możliwości, a w przeciwieństwie do mnie grejpfruty zjada nałogowo — najlepiej zrobi, gdy powstrzyma się z piciem soku i jedzeniem owocu na 4 godziny przed przyjęciem leku i po nim. W trakcie całej kuracji nie powinniśmy też przyjmować preparatów zawierających wyciąg z tych cytrusów. W szczególności powinniśmy uważać na łączenie grejpfrutów z lekami na bezsenność, czyli benzodiazepiny, i na zaburzenia lipidowe (lowastatyna, simwastatyna), bo owoc może zmieniać sposób ich działania. Ktokolwiek cierpi na nadciśnienie tętnicze i niedokrwienną chorobę serca lub choroby alergiczne — też powinien uważać. Poza tym grejpfrut może osłabiać działanie antykoncepcji hormonalnej.

Fot. pixabay.com

Grejpfruty cieszą się też dużym uznaniem w kosmetyce, przede wszystkim za tę swoją wysoką zawartość witaminy C i kwasów owocowych

MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA
M.BUKOWIECKA@GAZETAOLSZTYNSKA.PL

Fot. pixabay.com

Grejpfrut to gatunek wiecznie zielonej rośliny z rodziny rutowatych. Grejpfruty prawdopodobnie są mieszańcem pomarańczy olbrzymiej (Citrus maxima) z Archipelagu Malajskiego, z pomarańczą chińską (Citrus sinensis). Grejpfruty zostały sprowadzone i zadomowione na wyspie Barbados w XVII w. przez kapitana Jamesa Shaddocka. Rejon Morza Karaibskiego stał się głównym obszarem ich uprawy. Obecnie roślina uprawiana jest w wielu krajach strefy podzwrotnikowej (m.in. USA: Floryda, Kalifornia).

REKLAMA

NZOZ S.SZYMAŃSKI
Olsztyn
ul. gen. Hallera 4B
tel. 89 543-09-94

- oddział chirurgii szczękowej – umowa z NFZ
- implantologia stomatologiczna
- stomatologia zachowawcza • protetyka
- kompleksowe bezbolesne leczenie zębów w znieczuleniu ogólnym

152120otbr-A-C

eprasa.pl 3f71452e6f

W pandemii rodziny z dziećmi potrzebują pomocy

ZDROWIE || Przedłużające się restrykcje mogą nasilać objawy depresji wśród Polaków. Jedną z grup najbardziej narażonych są rodzice dzieci w wieku do 18 lat, zmęczeni łączeniem pracy zdalnej i opieki nad dziećmi.

W pierwszych miesiącach pandemii najwyższy poziom objawów depresji i lęku przejawiały osoby w wieku 18-24 lata, z kolei w grudniu 2020 roku depresja najczęściej dotyczyła osób w wieku 35-44 lata – wynika z badań prowadzonych przez naukowców z Uniwersytetu Warszawskiego. Na dalsze nasilanie depresji najbardziej narażone są osoby do 45. roku życia, doświadczające trudności zawodowych oraz konfliktów rodzinnych, ale także rodzice, coraz bardziej zmęczeni łączeniem pracy zdalnej i opieki nad dziećmi.

— Szczególnie ważne jest objęcie wsparciem psychologicznym dzieci, młodzieży i całych rodzin – mówi dr hab. Małgorzata Gambin z UW, koordynatorka grupy badawczej „Psychologiczne aspekty pandemii".

Badanie wykazało, że rodzice są jedną z grup badanych, które wykazywały większą podatność na nasilenie depresyjności. W grudniu 2020 roku rodzice dzieci w wieku do 18 lat zmagali się z wyższym poziomem takich objawów niż osoby, które nie miały dzieci w tym wieku. Z badania UW wynika, że podwyższony poziom objawów depresji i lęku uogólnionego przejawiały także osoby przebywające na kwarantannie lub w izolacji domowej, które utraciły ciągłość wynagrodzenia lub podejrzewały, że przeszły zakażenie COVID-19, ale nie robiły testu.

Jej zdaniem problem może się nasilać podczas kolejnych lockdownów, szczególnie wśród grup bardzo narażonych na depresję, czyli osób doświadczających trudności w pracy, kłopotów finansowych i rodzinnych.

– Wymienionym grupom osób z wyższym nasileniem objawów depresji i lęku powinno się poświęcić uwagę i wsparcie – w szczególności ważne jest wspieranie rodzin z dziećmi w czasie epidemii, gdyż objawy depresji u rodzica utrzymujące się przez dłuższy czas mają negatywne skutki dla funkcjonowania emocjonalnego dzieci i całej rodziny – podkreślili autorzy badania.

Osobną grupą narażoną na negatywne psychologiczne skutki pandemii są przedstawiciele zawodów medycznych. Najwyższy poziom zarówno obaw, poczucia zagrożenia, jak i depresyjności i lęku uogólnionego przejawiali pielęgniarze i pielęgniarki. Był on istotnie wyższy niż w przypadku lekarzy.

Jak podkreśla ekspertka, z badań prowadzonych na UW pod kierunkiem dr. hab. Pawła Holasa wynika, że skuteczną metodą na radzenie sobie ze stresem są treningi uważności (MBCT), szczególnie dla osób, które doświadczają bardzo dużego nasilenia problemów emocjonalnych.

ŹRÓDŁO: NEWSERIA.PL

KAMPANIA INFORMACYJNA

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

Bezpieczeństwo w punkcie szczepień

Trwają szczepienia przeciw COVID-19. Punkty szczepień robią wiele, aby czekanie na przyjęcie preparatu było maksymalnie bezpieczne. Sporo zależy również od nas samych. Trzymajmy dystans, nośmy maseczki i przychodźmy na umówioną godzinę szczepienia. Warmińsko-Mazurski Oddział Wojewódzki NFZ przypomina kilka prostych zasad, dzięki którym czekanie na przyjęcie szczepionki będzie bezpieczne dla nas samych, innych pacjentów oraz personelu punktu szczepień.

ZADBAJ O PUNKTUALNOŚĆ
Znasz termin i godzinę szczepienia? Przyjdź do punktu szczepień 15 minut przed wyznaczonym czasem. Każdy pacjent zna dokładny dzień i godzinę szczepienia. Wszystko po to, aby w punkcie szczepień nie gromadziło się więcej osób, niż jest to konieczne. Nie musisz czekać na szczepienie już na godzinę lub dwie przed swoim terminem. Niepotrzebnie narażasz się na większy stres i stanie w kolejce.

TRZYMAJ DYSTANS
Zachowuj bezpieczną odległość od innych osób. Przynajmniej 1,5 metra.

NOŚ MASECZKĘ
Traktuj maseczkę jak obowiązkowy element ubioru, bez którego nie wychodzisz z domu. Pamiętaj, aby maseczka była założona prawidłowo, czyli zakrywała usta i nos. Tylko w ten sposób zapewnia Ci właściwą ochronę i ogranicza ryzyko zakażenia koronawirusem. Gdy chcesz poprawić ułożenie maseczki, nie dotykaj jej od przodu. Chwyć za nauszniki i dopasuj maseczkę do twarzy.

MYJ I DEZYNFEKUJ RĘCE
Przed wejściem do punktu szczepień zdezynfekuj ręce. Pamiętaj o tym także po szczepieniu i po powrocie do domu. Myj ręce dokładnie, mydłem i wodą. Przynajmniej przez pół minuty.

Słuchaj poleceń personelu punktu szczepień. Zachowaj się odpowiedzialnie i zawsze stosuj się do poleceń personelu punktu szczepień.

- Jeśli pada prośba o zwiększenie dystansu między osobami czekającymi na szczepienie – zrób to.
- Jeśli personel prosi o zakrywanie ust i nosa maseczką – zrób to.
- Jeśli przed wejściem do punktu szczepień lub gabinetu należy zdezynfekować ręce – zrób to.

Personel przypomina o tych regułach dla Twojego i własnego dobra.

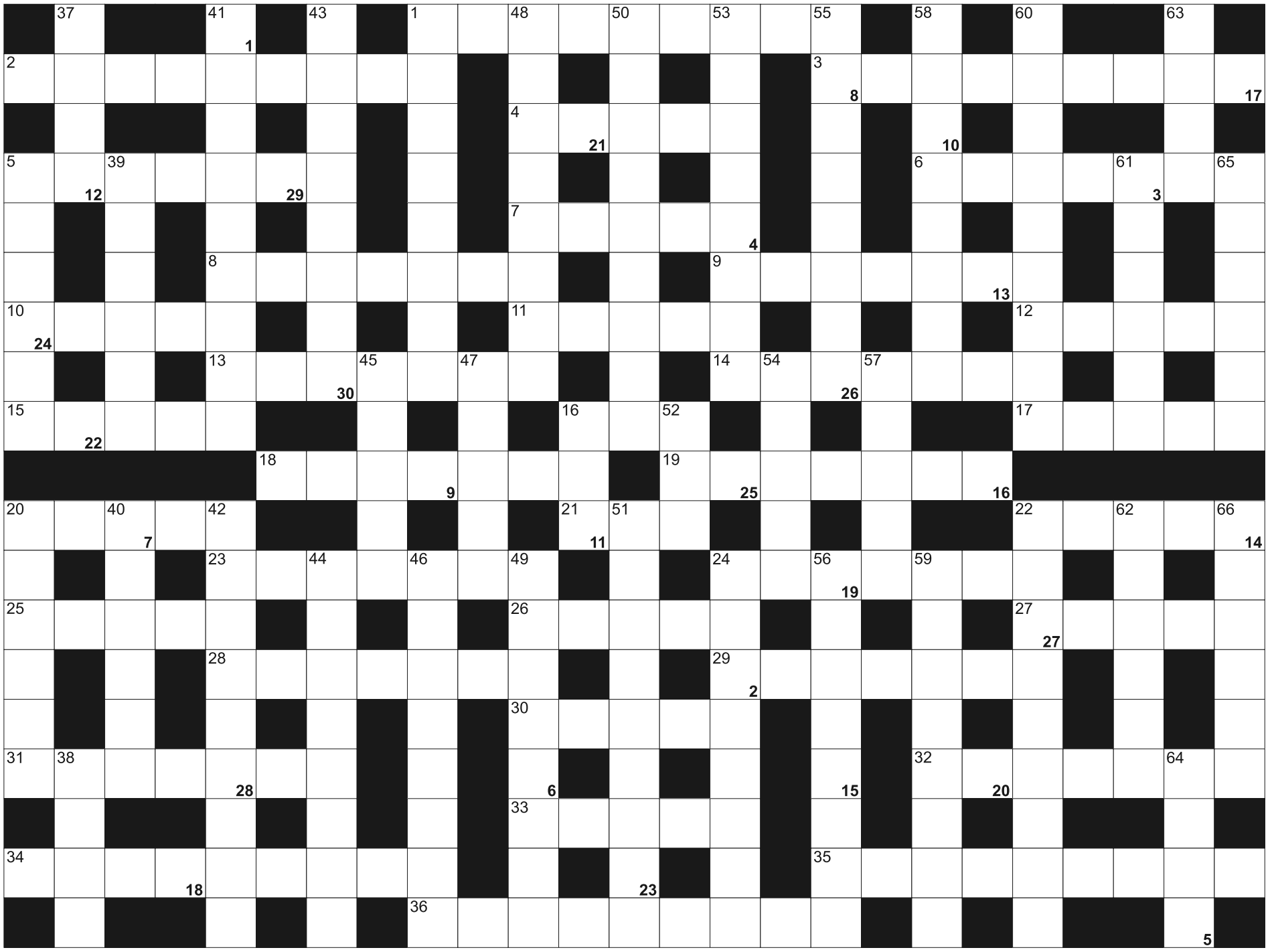
Stosowanie zasad reżimu sanitarnego zwiększa Twoje bezpieczeństwo i zmniejsza transmisję wirusa.

Nie bagatelizuj zagrożenia, bądź odpowiedzialny za siebie i innych.

621otbr-N-G

eprasa.pl 3f71452e6f

Krzyżówka klasyczna z hasłem



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

1	2	3	4	5	6		7	8	9	10		11	12	13	14	15		16	17	18		19	20	21
22	23		24	25	26	27	28	29	30															

POZIOMO: 1) miejsce śmierci generała W. Sikorskiego; 2) urzędnicy biurokracji w cesarskich Chinach; 3) na frytki; 4) austriacki producent ciągników rolniczych; 5) spece od wyrobu wędlin; 6) naklejka; 7) William Butler irlandzki poeta; 8) ateńskie wzgórze z Partenonem; 9) zespół barw i odcieni obrazu; 10) pieje o świcie; 11) ptak od Święta Dziękczynienia; 12) moda w stylu prababki; 13) pokój dla letników lub żołnierzy; 14) obszar z Alaską i Grenlandią; 15) peszy na scenie; 16) poker, bilard i szachy; 17) boczna ściana statku; 18) sezonowy spadek cen; 19) na strzały; 20) centralna część atomu; 21) wąwóz, rodzaj doliny rzecznej; 22) Antoni dla kolegów; 23) inaczej o kaloszach; 24) funkcjonariusz tajnej policji; 25) porowata myjka; 26) befsztyk z żółtkiem na surowo; 27) główna szata liturgiczna kapłana do mszy; 28) rzeka na granicy Indii Północnych i Południowych; 29) współzałożyciel Eastman Kodak; 30) staropolska, długa męska szata wierzchnia; 31) mała Teresa; 32) krem orzechowo-czekoladowy; 33) łoskot, hałas, łomot; 34) klasa dużych, silnie uzbrojonych okrętów; 35) Nadrenia dla Niemców; 36) mieszkańcy Iranu

PIONOWO: 1) Garibaldi i Verdi; 5) tropikalny komar; 16) ogród oliwny; 20) kwaskowaty napój mleczny; 22) silna trucizna roślinna z Tojadu; 24) trenują zawodników; 37) durowa lub molowa w muzyce; 38) Irlandia dla irlandczyka; 39) panny i kawalerowie; 40) zastępuje aktora w filmie; 41) zdobywczyni nagrody; 42) niewystępujący naturalnie pierwiastek Og; 43) identyczność dwóch części przedmiotu lub obrazu; 44) nieoficjalny symbol narodowy Republiki Francuskiej; 45) argentyński taniec; 46) dawne budowle ze skrzydłami; 47) Teofil z "Nad Niemnem" krewny Kiriłłów; 48) zburzona w Paryżu w czasie rewolucji francuskiej; 49) stojący otwarty mebel z kilkoma półkami; 50) imię Bella, wynalazcy telefonu; 51) pomoc drogowa inaczej; 52) mniej niż hektar; 53) pani na górskim szlaku; 54) Marian, aktor z Lublina; 55) przedstawiciel do kontaktów z mediami; 56) z ich ikry czarny kawior; 57) 12 sztuk; 58) pracownik leśnictwa; 59) imię Kanta, niemieckiego filozofa; 60) koń ze skrzyżowania angielskiego z arabskim; 61) między piwnicą a piętrem; 62) Ta na tablicy Mendelejewa; 63) ze skoczni; 64) siedziba kraju związkowego Górna Austria; 65) budowla myśliwska pod lasem; 66) szabla samuraja, miecz

eprasa.pl 3f71452e6f

ZWIERZĘTA

kupię

!!! SKUP BYDŁA, GOTÓWKA, SZYBKI ODBIÓR, 512-235-693

sprzedam

NARYBEK- zarybienia tel.600-460-777

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

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam

SPRZEDAM. Działka 2700 m2 z pozwoleniem na budowę budynku wielorodzinnego w Olsztynie. Tel: 601-538-010

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL, 503-103-703

do wynajęcia

WYNAJMĘ pokój TEL: (89)526-78-12

PRACA

dam pracę

KIEROWCA CE lub B, 503-103-703

KIEROWCA kat.B. Hurtownia wędkarsko zoologiczna (89)527-88-21

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

MURARZA, malarza, pomocnika, 501-481-210

MURARZY, 667-947-124

PRACA w gospodarstwie rolnym, okolice Przasnysza, 668-720-794

SZPACHLARZA, kafelkarza, 572-320-330

W gospodarstwie mlecznym, 510-135-912

ZATRUDNIĘ w Gospodarstwie Rolnym, 601-772-124

USŁUGI

budowa | remont

CYKLINOWANIE podłogi + schody, 507-306-262

ELEKTRYK, uprawnienia, 506-050-880

GLAZURA, hydrauliczne, 795-820-780

HYDRAULIK, 501-209-794

MALOWANIE, szpachlowanie, remonty, 504-720-494

NAPRAWA okien, rolet, 504-720-494,

REMONTY - wykończenia, 602-864-002

inne

MYCIE okien, sprzątanie, porządki, 793-164-163

POMOGĘ korzystnie rozblokować książeczkę mieszkaniowąPKO, 665-160-287

ROLNICTWO

produkty rolne

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

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

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

inne

PSZENICA jara oścista, 695-731-421.

ZIEMNIAKI Vineta, 695-731-421.

Pani **Joannie Kałędek**
wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci
Mamy
składa Dyrektor Centrum Integracji Społecznej
w Olsztynie wraz z pracownikami

165021opb1-A -C

Panu **Ryszardowi Markowskiemu**
Głównemu Księgowemu
Okręgowego Inspektoratu Służby Więziennej w Olsztynie,
głębokie wyrazy żalu i współczucia z powodu śmierci
Siostry
składają Dyrektor Okręgowy Służby Więziennej w Olsztynie
wraz z pracownikami Inspektoratu

166121opb1-a-M

Panu Prorektorowi ds. Rozwoju i Polityki Finansowej
UWM w Olsztynie
dr. hab. **Mirosławowi Gornowiczowi**, prof. UWM
i **Jego Rodzinie**
wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci
Mamy
składają Dziekan i społeczność akademicka Wydziału Sztuki
Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie

166321opb1-a-M

Panu Profesorowi
Mirosławowi Gornowiczowi
serdeczne wyrazy współczucia z powodu śmierci
Mamy
składa Zarząd Klubu Sportowego AZS
Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie

165521opb1-A-G

Prorektorowi ds. rozwoju i polityki finansowej
Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie,
Radnemu Rady Miasta Olsztyna
Dr. hab. **Mirosławowi Gornowiczowi**, prof. UWM
wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci
Mamy
składają Zarząd oraz pracownicy
olsztyńskich wodociągów

165621opb1-B -C

Pani
Irenie Serowik
serdeczne słowa otuchy
i wyrazy szczerego współczucia
z powodu śmierci
Taty
składa
Wójt Gminy Dywity Daniel Zadworny

165821opb1-A -C

Z wielkim smutkiem i żalem
przyjęliśmy wiadomość o śmierci
Pani **Anny Wasilewskiej**
wieloletniego członka
Związku Nauczycielstwa Polskiego.

Wyrażamy wdzięczność za wieloletnią
współpracę, zaangażowanie w sprawy oświaty,
życzliwość i otwartość na drugiego człowieka.

Łączymy się w bólu z Rodziną.

Tomasz Branicki, Prezes Oddziału ZNP w Olsztynie,
wraz z członkami
Związku Nauczycielstwa Polskiego

165721opb1-A -C

Pani
Danucie Tkacz
Pielęgniarce Koordynującej Przychodnię,
płynące z głębi serca
wyrazy szczerego współczucia
z powodu śmierci
Taty
składają
Rejestratorki i Sekretarki Medyczne
Przychodni Onkologicznej,
Ogólnej ZDO
szpitala MSWiA z WMCO w Olsztynie

166421opb1-A -P

Koleżance
Danucie Tkacz
wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci
Taty
składa
personel pielęgniarski
Przychodni Onkologicznej AOS, POZ
i Pracowni Endoskopowej Onkologicznej
szpitala MSWiA z WMCO w Olsztynie

166421opb1-B-G

Panu
Władysławowi Chamera
wyrazy współczucia i żalu z powodu śmierci
Żony
składa Zarząd Wspólnoty Mieszkaniowej
przy ul. Jagiellońskiej 55ABCD

167121opb1-a-M

Wyrazy głębokiego żalu i współczucia
Panu **Władysławowi Chamera**
z powodu śmierci
Żony
składa Zarząd Wspólnoty Mieszkaniowej
ul. Wyszyńskiego 18

166721opb1-A -C

Z głębokim żalem przyjęliśmy wiadomość
o śmierci naszego serdecznego Kolegi i Przyjaciela
Krzysztofa Sawickiego
byłego dyrektora Szpitala Powiatowego w Ostródzie.

Wyrazy głębokiego współczucia

Rodzinie Zmarłego
składają koleżanki i koledzy
ze Związku Pracodawców Szpitali Warmii i Mazur

167521opb1-a-M

eprasa.pl 3f71452e6f

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

Zawiadamiamy, że 10 kwietnia 2021 r. w wieku 92 lat zasnęła w Chrystusie z wiarą i nadzieją życia wiecznego nasza najdroższa Mama, Babunia i Prababcia

ś. † p.

Michalina Skubiszewska

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się 15 kwietnia 2021 r. o godz. 10.00 Mszą Świętą w kościele pw. św. Józefa przy ul. Jagiellońskiej 41, po której nastąpi wyprowadzenie na cmentarz parafialny w Dywitach.

Pogrążona w żałobie rodzina

166621opb1-A-G

Nie płaczcie nad moją nieobecnością, czujcie się blisko mnie i mówcie do mnie jeszcze, będę Was kochał z Nieba, jak kochałem na Ziemi.
Jan Paweł II

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że 12 kwietnia 2021 r. odszedł od nas na zawsze Nasz Kochany Mąż, Tata, Teść, Dziadek, Pradziadek i Brat

ś. † p.

Leszek Podlewski

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się 15 kwietnia 2021 r. (czwartek) o godz. 10.00 mszą św. żałobną w kościele (górnym) pw. Chrystusa Odkupiciela Człowieka przy ul. Wyszyńskiego. Ceremonia pochowania odbędzie się na cmentarzu komunalnym w Dywitach.

Pogrążona w bólu i żałobie rodzina

165421opb1-A -C

Aniu

wyrazy głębokiego współczucia i żalu z powodu śmierci

Mamy

składają Zarząd, Rada Nadzorcza i pracownicy „Społem" PSS w Goleniowie

164821opb1-A -C

Koleżance

Elżbiecie Rzeszotarskiej

wyrazy szczerego współczucia z powodu śmierci

Mamy

składają koleżanki i koledzy z Warmińsko-Mazurskiej Rady Wojewódzkiej Federacji ZZPOZiPS

165921opb1-a-M

Nigdy nie jesteśmy gotowi na odejście Naszych rodziców, a oni odchodzą...

Pani Sekretarz Gminy Gietrzwałd

Krystynie Dzikowskiej

wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

Mamy

składają Wójt Gminy Gietrzwałd Jan Kasprowicz wraz z pracownikami Urzędu Gminy w Gietrzwałdzie

166821opb1-B -C

Pani

Krystynie Dzikowskiej

Sekretarz Gminy Gietrzwałd

wyrazy współczucia i słowa otuchy z powodu śmierci

Mamy

składa Przewodniczący Rady Gminy Gietrzwałd Janusz Tkaczyk wraz z Radnymi Gminy Gietrzwałd

166821opb1-A -C

Jerzemu Litwińskiemu

Dyrektorowi Ośrodka Sportu i Rekreacji w Olsztynie

wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

Mamy

składają Zarząd oraz pracownicy olsztyńskich wodociągów

165621opb1-A -C

Wyrazy szczerego współczucia, żalu i słowa otuchy

Panu Michałowi Bodaszewskiemu

z powodu śmierci

Mamy

oraz

Panu Grzegorzowi Bodaszewskiemu

z powodu śmierci

Żony

składają Dyrektor wraz z pracownikami Zespołu Placówek Edukacyjnych w Olsztynie

164721opb1-A -F

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

Warmiński 1987 ZAKŁAD POGRZEBOWY
dawniej market
OLSZTYN ul. Lengowskiego 18-20 895 355 300 602 327 277
BISKUPIEC ul. Armii Krajowej 4 897 152 093 608 680 642
POGOTOWIE POGRZEBOWE 89 527-09-09
Pomożemy Ci godnie pożegnać
614219opb1-E-G

SACRUM
KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE
ANDRZEJ DĄBROWSKI
Olsztyn, ul. Limanowskiego 18/2
89 67 77 100, kom 530 308 308
GODNIE – SOLIDNIE – Z SZACUNKIEM
Całodobowy przewóz zmarłych
320520opb1-a-M

ARKADIA
Olsztyn, ul. Jagiellońska 52/85
tel. 89 526 67 53, 665 175 125
całodobowe przewozy zmarłych
Zbigniew Jarmużewski kom. 602 514 880
Joanna Kamińska kom. 691 410 360
Andrzej Domasiewicz kom. 602 514 888
Gwarantujemy godną i kulturalną posługę
614419opb1-a -K

eprasa.pl 3f71452e6f

Pani Zenia: pierwsza dama i matka Orląt

PIŁKA NOŻNA || Zuzanna Bartosiak, czyli słynna pani Zenia, jest prawdziwą ikoną w futbolowym środowisku Reszla. Pani Zenia prała i prasowała stroje Orląt, dbała o boisko, karmiła sędziów, a w jej domu była nawet szatnia dla piłkarzy.

Miejscowym nie trzeba jej przedstawiać. Z klubem związała się niemal od samego początku jego istnienia. Ofiarowała mu niesłychanie wiele, między innymi... własny dom.

W czasach, gdy Orlęta nie miały jeszcze własnego budynku (a po „murawie" biegały krowy), to właśnie u niej na piętrze zlokalizowana była szatnia. Nie złościła się, gdy młodzież wciąż biegała w górę i w dół. Nawet gdy od korków ucierpiała mocno powierzchnia schodów. W całej historii praktycznie tylko raz udało się wyprowadzić ją z równowagi, ale ślady korków na ścianach wydają się być jednak w pełni wystarczającym uzasadnieniem. W innych przypadkach, gdy np. zespół wyjadł jej wszystkie zebrane przez nią wcześniej jabłka, kwitowała wszystko szczerym uśmiechem.

Fot. Orlęta Reszel – Ocalić od zapomnienia

Pani Zenia ofiarowała klubowi wiele. Między innymi... własny dom

— LEDWIE SIĘ OBEJRZAŁAM, A JUŻ ICH NIE BYŁO. NIE BYŁAM JEDNAK ZŁA. MŁODYM POTRZEBA BYŁO DUŻO WITAMIN, WIĘC CIESZYŁAM SIĘ, ŻE PÓJDZIE IM TO NA ZDROWIE — WSPOMINA ZUZANNA BARTOSIAK.

Nie tylko piętro, ale i parter jej domu był zdominowany przez piłkarską brać. Swoje tradycyjne lokum mieli tam np. przyjeżdżający do Reszla sędziowie. Zawsze mogli liczyć na gorącą herbatę, a o walorach smakowych przyrządzanego przez panią Zenię kurczaka do dziś krążą legendy nie tylko w klubie, ale i w Warmińsko-Mazurskim Związku Piłki Nożnej.

Nie wszystko jednak pachniało tak pięknie jak obiadki. Przez przeszło 10 lat osobiście prała wszelkie getry i koszulki, w których występowały Orlęta.

— Chłopcy długo grali w białych koszulkach. I to zrobionych nie z takich materiałów jak obecnie. Dziś właściwie wystarczyłoby je dobrze złożyć po praniu i byłyby gotowe. Wtedy trzeba było je gotować i prasować — wylicza pani Zenia.

Wraz z mężem przez długi czas odpowiadała także m.in. za odpowiednie oznaczenie boiska wapnem. Gdy zabrakło małżonka, robiła to sama. A nie było wówczas w Reszlu do tego specjalnych maszyn. Sprawę rozwiązywać trzeba było albo szuflą, albo — bezpośrednio — rękami. Sama kosiła trawę, a gdy już nie była w stanie, wówczas wynajmowała odpowiednią osobę z traktorem. Dopiero później władze klubu zdecydowały się odciążyć panią Zuzannę w kwestii opieki nad murawą.

Skąd w niej tyle zapału do wieloletniej pomocy i pracy na rzecz klubu?

— Realia i warunki były takie, jakie były. Wszyscy robili tyle, ile mogli — przyznaje skromnie.

Tę skromność, jak i wielkie serce pani Zeni, wciąż doskonale pamięta się w Reszlu. Przez klub przetoczyły się dziesiątki, może i setki zawodników. Do dziś — zwłaszcza starsze roczniki — kłaniają jej się w pas na ulicy. Gdy nadarza się okazja, odwdzięczają się jej na przykład jakąś podwózką. Wielu nazywało ją wręcz... swoją matką.

I JEŚLI KTÓRAKOLWIEK Z PAŃ W RESZLU MIAŁABY ZOSTAĆ UZNANA ZA PIERWSZĄ DAMĘ MIEJSCOWEGO FUTBOLU, TO BARDZIEJ GODNEJ KANDYDATKI DO TEGO TYTUŁU SIĘ NIE ZNAJDZIE. ANI W PRZESZŁOŚCI, ANI TERAZ, ANI — NAJPRAWDOPODOBNIEJ — W PRZYSZŁOŚCI.

Podczas obchodów 40-lecia klubu, a później i 50-lecia, władze uhonorowały ją pamiątkowymi medalami. Wówczas rąk organizatorów nie wiązały jeszcze obostrzenia, na imprezach stawiały się tłumy. Wśród wszystkich zasłużonych dla RKS osób — a było ich wiele — to pani Zenia za każdym razem otrzymywała najgorętsze owacje.

Dziś — z przyczyn oczywistych — nie może już tak czynnie uczestniczyć w życiu klubu. Losami Orląt jednak wciąż się interesuje, dopytuje o sytuację i wyniki. Gdy trybuny nie były jeszcze zamknięte dla kibiców, zawsze była na nich ciepło witana przez sympatyków RKS. Kiedykolwiek zostaną znów otwarte, miejsce dla pani Zeni jest już zarezerwowane.

— Robimy wszystko, by wypadające w tym roku 60-lecie klubu odbyło się z rozmachem. Takim, na jakie pozwolą nam obecne, wirusowe realia. Nie wyobrażamy sobie jednak, by na tak ważnej imprezie zabrakło osoby tak zasłużonej i kochanej w Orlętach jak pani Zuzanna — słyszymy w szeregach RKS.

KAMIL KIERZKOWSKI
K.KIERZKOWSKI@GAZETAOLSZTYNSKA.PL

Materiał filmowy z panią Zuzanną Bartosiak był 3. odcinkiem z cyklu „Orlęta Reszel - Ocalić od zapomnienia". Cykl prowadzi trzyosobowa „sekcja historyczna" RKS — Rafał Romańczuk, Andrzej Adamiak i Kamil Jankiewicz.

eprasa.pl 3f71452e6f

Na boiska wyszli już prawie wszyscy

PIŁKA NOŻNA || W weekend jako ostatnie w klasie A wznowiły ligowe rozgrywki zespoły występujące w grupie pierwszej. I już na otwarcie wiosny doszło do meczu na szczycie, w którym wicelider UKS Rona 03 zremisował w Ełku z liderującym Pojezierzem.

W pierwszej kolejce Pojezierze wygrało z Roną 4:1, ale tamto spotkanie rozegrano w cieniu tragedii Sebastiana Ocimka, 16-letniego pomocnika drużyny z Prostek, który w 23. min gry – w swoim ligowym debiucie w seniorach! – tak zderzył się z własnym bramkarzem, że doznał urazu rdzenia kręgowego i paraliżu wszystkich kończyn. Dzisiaj Sebastian już sam oddycha, umie umyć ręce i nadal toczy walkę o odzyskanie sprawności, w czym pomagają mu ludzie dobrej woli (m.in. poprzez licytacje na facebookowym profilu „Mecz o wszystko")...

W rewanżu wicelider Rona zremisował u siebie z prowadzącym w tabeli Pojezierzem 1:1 (Sylwisty 15 - Iżbicki 45 karny), z czego na pewno ucieszył się i lider, i Mazur Wydminy, który rozgromił Start Kruklanki 6:0 (Romanowicz 12, Roman 15, 71, Dawidziuk 27, Gałązka 83, Duda 84 sam.), wskakując na drugą pozycję.

W grupie 2 piłkarze powinni mieć za sobą już trzy kolejki rundy wiosennej, tyle że przez pandemię zdołano rozegrać tylko siedem z 18 meczów, przy czym Pama Powodowo, Piast Wilczęta, Zagłada Lisów i Zalew Frombork jeszcze ani razu nie wyszły na boisko. W minionej kolejce punkty zgubił lider: rezerwy Zatoki niespodziewanie przegrały w Młynarach 0:1 (Firlej 77).

Formą strzelecką imponuje Leśnik Nowe Ramuki, który trzech wiosennych spotkaniach zdobył 15 goli, tracąc tylko cztery. W 16. kolejce lider grupy 3 wygrał we Wrzesinie 6:1 (Zacheja 10, 22, Czorniej 14, Bartkowski 33, Czokało 44, 89 - Próchiński 15) i umocnił się na szczycie tabeli. Ale to i tak nic w zestawieniu z wyczynami Ossy Biskupiec Pomorski z grupy 4, która w ostatnich dwóch meczach zanotowała bilans bramkowy... 18:0! Aż siedem z tych goli zdobył Michał Piceluk, a pięć trafień dołożył Rafał Wiśniewski.

• **Klasa A, grupa 1 (12. kol.):** Fala Warpuny – GKS Szczytno 1:3, Pogoń Banie

Fot. facebook.com/GroundhoppingWarmiaiMazury

Ossa ostatnio puszcza swoich rywali z pokaźnym bagażem bramek...

Mazurskie – Olimpia Miłki 1:1, Mazur Wydminy – Start Kruklanki 6:0, Mazur Pisz – MKS Ruciane-Nida 0:0, Rona 03 Ełk – Pojezierze Prostki 1:1; mecz Wałpusza 07 Jesionowiec – GKS Dźwierzuty przełożono na 2 czerwca.

>>> Grupa 2, 14. kol.: Iskra Smykówko – Wałsza Pieniężno 3:3; mecze Pomowiec Gronowo Elbląskie – Zagłada Lisów, Piast Wilczęta – MKS Miłakowo, Polonia Markusy – Agat Jegłownik, Syrena Spomlek Młynary – Zalew Frombork oraz Zatoka II Braniewo – KS Tyrowo przełożono na 2 czerwca; pauzowała Pama Powodowo.

>> 15. kol.: Tyrowo – Syrena 2:1, Miłakowo – Pomowiec 0:2; mecze Zalew – Polonia, Agat – Piast, Zagłada – Iskra i Wałsza – Pama przeł. na 19 maja; pauza Zatoka II.

>> 16. kol.: Iskra – Miłakowo 2:2, Pomowiec – Agat 1:1, Polonia – Tyrowo 1:4, Syrena – Zatoka II 1:0; pauza Wałsza; odwołano mecze Pama – Zagłada i Piast – Zalew.

>>> Grupa 3, 14. kol.: GLKS Jonkowo – FC Dajtki Olsztyn 3:2, Granica Bezledy – Naki Olsztyn 0:3, GKS Gietrzwałd Unieszewo – Reduta Bisztynek 1:4, KS 2010 Wrzesina – KS Wojciechy 0:3, Jastrząb Głędy – Tempo Ramsowo Wipsowo 1:1, Burza Słupy – Leśnik Nowe Ramuki 1:6, pauza Orzeł Czerwonka. **>> 15. kol.:** Leśnik – Jastrząb 3:2, Tempo – Wrzesina 2:3, Wojciechy – Gietrzwałd Unieszewo 5:2, Reduta – Granica 3:1, Naki – Jonkowo 2:2, Dajtki – Orzeł 3:3, pauza Burza. **>> 16. kol.:** Orzeł – Naki 1:0, Jonkowo – Reduta 4:2, Granica – Wojciechy 1:1, Gietrzwałd Unieszewo – Tempo 2:3, Wrzesina – Leśnik 1:6, Jastrząb – Burza 4:1, pauza Dajtki.

>>> Grupa 4, 14. kol.: MKS Działdowo – Orzeł Ulnowo 2:0, Gmina Kozłowo – Wicher Gwiździny 4:1, Iskra Narzym – Avista Łążyn 3:1, LZS OHI Frednowy – Jordan Kazanice 1:3, Zamek Kurzętnik – Czarni Rudzienice 1:6, Wel Lidzbark Welski – Constract Lubawa (wcześniej Lider Złotowo) 3:1; pauza Ossa Biskupiec Pomor.

>> 15. kol.: Wel – Działdowo 4:1, Constract – Zamek 3:0, Czarni – Frednowy 1:2, Jordan – Iskra 0:1, Avista – Kozłowo 4:5, Wicher – Ossa 0:10; pauza Orzeł. **>> 16. kol.:** Orzeł – Wicher 4:1, Ossa – Avista 8:0, Kozłowo – Jordan 5:2, Iskra – Czarni 0:1, Frednowy – Constract 2:2, Zamek – Wel 0:3; pauza Działdowo.

>>> Dzisiejszy mecz 27. kolejki eWinner II ligi GKS Katowice - Olimpia Elbląg odwołano z powodu zakażeń wirusem SARS-CoV-2 w katowickiej drużynie.

• **Ekstraklasa, 24. kol.:** Piast - Górnik 2:0 (1:0). **Czołówka:** 1. Legia 52; 2. Pogoń 44; 3. Raków 40 (mecz mniej); 4. Piast, 5. Lechia - po 37.

>>> SPORT W TV\\\ Futsal. Elimin. ME: Polska - Czechy (16:05, TVP Sport). **Piłka nożna.** Puchar Polski, półfinał: Cracovia - Raków (17:20, Polsat Sport, Super Polsat); Liga Mistrzów, ćwierćfinały: Dortmund - Manchester C. (20:15, Polsat Sport Premium 2), Liverpool - Real (20:50, PS Premium 1; 20:55, TVP 1). **Siatkówka.** PlusLiga, o 3. m.: Skra - Verva; finał: ZAKSA - Jastrzębie (17:30, 20:30, Polsat Sport). PES

GRUPA 1

1. Pojezierze	31	42:9
2. Mazur W.	28	44:21
3. Rona 03	28	36:16
4. Mazur P.	25	38:25
5. Ruciane N.	19	29:21
6. Szczytno	19	32:24
7. Dźwierzuty*	16	22:20
8. Olimpia	13	23:34
9. Pogoń	12	25:24
10. Fala	8	17:42
11. Start	7	11:41
12. Wałpusza*	0	8:50

* mecz mniej

GRUPA 2

1. Zatoka II*	26	38:16
2. Tyrowo	24	29:22
3. Pomowiec	23	36:18
4. Miłakowo	23	42:23
5. Agat*	18	26:24
6. Syrena	18	35:43
7. Wałsza*	18	35:32
8. Pama**	17	25:21
9. Zalew**	16	20:21
10. Zagłada**	13	22:27
11. Piast**	13	20:33
12. Polonia*	12	18:34
13. Iskra	11	25:57

* mecz mniej, ** 2 mecze mniej

GRUPA 3

1. Leśnik	39	54:26
2. Wojciechy	32	39:28
3. Naki	31	37:15
4. Granica	27	30:20
5. Gietrzwałd Un.	20	29:36
6. Jonkowo	20	32:41
7. Reduta	19	36:38
8. Jastrząb	18	33:35
9. Burza*	18	25:31
10. Wrzesina	16	39:46
11. Tempo	14	33:34
12. Dajtki*	10	23:40
13. Orzeł*	7	14:34

* mecz mniej

GRUPA 4

1. Czarni	37	55:12
2. Ossa*	33	67:25
3. Wel	27	38:31
4. Iskra	27	31:22
5. Działdowo*	27	30:23
6. Kozłowo	23	35:36
7. Jordan	21	34:28
8. Frednowy	21	32:32
9. Constract	16	33:43
10. Zamek	14	24:39
11. Avista	12	41:55
12. Orzeł*	9	20:45
13. Wicher	6	15:64

* mecz mniej

eprasa.pl 3f71452e6f

Każdy etap w życiu musi się kiedyś skończyć

PIŁKA NOŻNA || Jak już informowaliśmy, Wojciech Tarnowski przestał być szkoleniowcem trzecioligowego GKS Wikielec. Jak to zwykle w takich sytuacjach bywa, zadecydowały o tym kiepskie wyniki Gieksy w tym roku. Nowym trenerem został Łukasz Suchocki.

O rozstaniu trenera Tarnowskiego z Gminnym Klubem Sportowym w środowisku piłkarskim mówiło się już od jakiegoś czasu, no i w poniedziałek stało się - z dotychczasowym szkoleniowcem rozwiązano umowę, natomiast jego następcą - jak nam przekazał prezes klubu Krzysztof Bączek - został Łukasz Suchocki, aktualny zawodnik GKS-u, dla którego będzie to debiut na trenerskiej ławce w zespole seniorów. - Nie jest tajemnicą, że przyczyną rozwiązania umowy z Wojciechem Tarnowskim są niesatysfakcjonujące wyniki naszej drużyny uzyskiwane w tym roku - wyjaśnia prezes Bączek, który w poniedziałek spotkał się z trenerem Tarnowskim i omówił warunki przerwania współpracy.

Jak się nieoficjalnie dowiedzieliśmy, zarząd Gieksy niedawno postawił ultimatum przed dotychczasowym szkoleniowcem: w trzech meczach drugiej części sezonu, czyli już po podziale na grupę mistrzowską i spadkową (w niej jest obecnie zespół z Wikielca), Wikielec miał zdobyć siedem punktów. Tymczasem z Bronią drużyna ugrała tylko remis (co prawda potem zweryfikowany jako walkower na korzyść GKS-u, jednak radomianie odwołali się od tej decyzji), a z Elbląga, gdzie grała z Concordią, wróciła z niczym po porażce 3:4. Zatem nawet ewentualne wyjazdowe zwycięstwo w sobotnim meczu z Ursusem Warszawa nic by w sytuacji Tarnowskiego nie zmieniło, bo w najlepszym wypadku zespół zdobyłby tylko sześć, a nie siedem punktów. A tych punktów może być przecież mniej, bo Ursus też ma o co walczyć (ma tylko o trzy oczka mniej od GKS).

Fot. Mateusz Partyka

Wojciech Tarnowski w poniedziałek przestał być trenerem GKS Wikielec

Warunki postawione przez zarząd nie zostały spełnione, więc zgodnie z przewidywaniami klub rozstał się z Tarnowskim. Jednak niemałym zaskoczeniem jest fakt, że nowym szkoleniowcem został Łukasz Suchocki, a więc piłkarski wychowanek Tarnowskiego jeszcze z czasów wspólnej przygody w Jezioraku Iława. Suchocki to aktualny piłkarz klubu z Wikielca, do którego sprowadził go właśnie Tarnowski.

- Przy wyborze Łukasza na stanowisko trenera naszej pierwszej drużyny kierowaliśmy się tym, że posiada on licencję trenerską UEFA A oraz że zna dobrze zespół i ma odpowiednią charyzmę, aby poprowadzić seniorów - tłumaczy Bączek.

Prezes klubu z gminy Iława przyznaje, że na biurku miał już oferty innych szkoleniowców. - Nie chcieliśmy jednak brać człowieka z zewnątrz, bo nie ma zbytnio czasu na naukę naszej rzeczywistości. Na ten moment i wobec sytuacji GKS w tabeli musi być trener dobrze znający nasze realia - dodaje Krzysztof Bączek.

Zarząd podjął także decyzję co do sztabu szkoleniowego - kierownik drużyny Bogdan Nerowski oraz trener bramkarzy Kamil Jędrzejewski mają pozostać w GKS-ie, natomiast o tym, czy w klubie będzie jeszcze pracował analityk Szymon Tarnowski, zdecyduje już nowy trener. Jak się nieoficjalnie dowiedzieliśmy, do roli asystenta Łukasza Suchockiego przymierzany jest Remigiusz Sobociński (pełnił tę funkcję także w sztabie Tarnowskiego).

Wojciech Tarnowski pracował w Wikielcu od 25 czerwca 2019 roku. W tym czasie w znakomitym stylu wywalczył z drużyną awans do III ligi — warto przypomnieć, że w skróconym przez pandemię sezonie GKS wygrał wszystkie (17) rozegrane mecze!

- Taki jest los trenera. Każdy etap w życiu musi się kiedyś skończyć - stwierdza krótko Wojciech Tarnowski. - Nie chcę na razie odnosić się do tej sytuacji, tym bardziej że to wydarzyło się niedawno. Dajcie mi czas na przemyślenie całej sprawy i odezwijcie się wkrótce. Mogę tylko powiedzieć tyle, że w najbliższym czasie nie planuje powrotu na trenerską ławkę — powiedział Tarnowski, a nam się przypomina stara piłkarska maksyma, że na świecie jest wielu wspaniałych trenerów, ale chyba ani jednego, który kiedyś by nie stracił pracy. ZICO

GALERIA PANA ZBYSZKA

Rys. Zbigniew Piszczako

eprasa.pl 3f71452e6f

Półmaratony, turnieje, zawody

PLEBISCYT || Jeszcze tylko do końca miesiąca możemy wybierać Sportowe Wydarzenie 2020 Roku – o ten zaszczytny tytuł rywalizują 34 kandydatury.

Przypominamy, że głosujemy tylko za pomocą sms-ów (2,46 zł brutto), które wysyłamy na numer 7248, a wich treść wpisujemy jedynie kod (zaznaczony na czerwono).

- X Iławski Półmaraton La Rive im. Antoniego Gierszewskiego **go.swr.1**
- Zasuwaj! vol. 2: bieg przełajowy Iława — Susz **go.swr.2**
- Regaty Pomarańczowe w Iławie **go.swr.3**
- Ogólnopolski kobiecy turniej piłkarski Hanza Cup w Elblągu **go.swr.4**
- XI Olsztyński Charytatywny Turniej Sędziów Piłkarskich **go.swr.5**
- Maraton pieszy „Ełcka Zmarzlina" **go.swr.6**
- Zimowy Snajper - zawody sportowego strzelectwa długodystansowego w Marcinkowie **go.swr.7**
- XXIII Brydżowy Żuławski Międzynarodowy Kongres im. Mirosława Wołka w Elblągu **go.swr.8**
- 37. Zimowy Turniej Piłkarski o Puchar Burmistrza Sępopola **go.swr.9**
- Turniej Nortis FIFA Cup 2020 Bartoszyce **go.swr.10**
- Trzecie Ogólnopolskie Zawody Dzieci w łyżwiarstwie szybkim w Elblągu **go.swr.11**
- Otwarte mistrzostwa Bałtyku w pływaniu w płetwach w olsztyńskiej Aquasferze **go.swr.12**

Fot. Kacper Kirklewski

Sportowym Wydarzeniem Roku m.in. może zostać cykl biegowy City Trail Olsztyn

- Cykl biegowy City Trail Olsztyn **go.swr.13**
- Piłkarski turniej w Lubawie „Sercem z Motorem" **go.swr.14**
- Otwarty Puchar Polski Północnej Taekwondo ZSPUT w Barczewie **go.swr.15**
- Dziecięcy halowy turniej piłkarski Livingroom Żuri Coppa Talenti w Olsztynie **go.swr.16**
- IV Charytatywny Bieg o Złotą Monetę w Olsztynie **go.swr.17**
- 25. edycja turnieju piłkarskiego o puchar burmistrza Pasymia **go.swr.18**
- Turniej eliminacyjny mistrzostw Polski w plażowej piłce ręcznej w Starych Jabłonkach **go.swr.19**
- Kolarski cykl Milko Mazury MTB **go.swr.20**
- III Adrenaline Triathlon Szczytno **go.swr.21**
- Gala Rocky Warriors Cartel „Bez przebaczenia" w Mrągowie **go.swr.22**
- II Ukiel Beach Kids Korfball Cup w Olsztynie **go.swr.23**
- Kolarskie mistrzostwa Polski MTB XCO/XCR w Mrągowie **go.swr.24**
- Triathlonowy Puchar Europy na dystansie sprinterskim w Olsztynie **go.swr.25**
- Mistrzostwa Polski w w pływaniu długodystansowym na jeziorze Ukiel w Olsztynie **go.swr.26**
- Tenisowy turniej WAMA Ladies Open w Olsztynie **go.swr.27**
- LOTTO Triathlon Energy w Mrągowie **go.swr.28**
- Festiwal biegowy w Spychowie **go.swr.29**
- Zawody jeździeckie Gałkowo Perlage Masters **go.swr.30**
- Łukosz MTB Miłakowo Race 2020 w kolarstwie górskim **go.swr.31**
- Otwarte Mistrzostwa Polski XXII Elbląg Cup 2020 **go.swr.32**
- Turniej piłkarski Puchar Tysiąca Jezior z okazji 75-lecia Stomilu Olsztyn **go.swr.33**
- VII Memoriał Piotra Karpiniaka w Dobrym Mieście **go.swr.34**

60 PLEBISCYT NA 10 NAJPOPULARNIEJSZYCH SPORTOWCÓW WOJ. WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO

ORGANIZATOR: GRUPA WM

PATRONI HONOROWI: Wojewoda Warmińsko-Mazurski Artur Chojecki; Marszałek Województwa Warmińsko-Mazurskiego Gustaw Marek Brzezin; Starosta Olsztyński Andrzej Abako; Prezydent Olsztyna Piotr Grzymowicz; Prezydent Elbląga Witold Wróblewski; Prezydent Miasta Ełku Tomasz Andrukiewicz; Polski Komitet Paralimpijski; PZSN Start

PARTNERZY STRATEGICZNI: citi handlowy

PARTNER PLATYNOWY: SYNERGIA

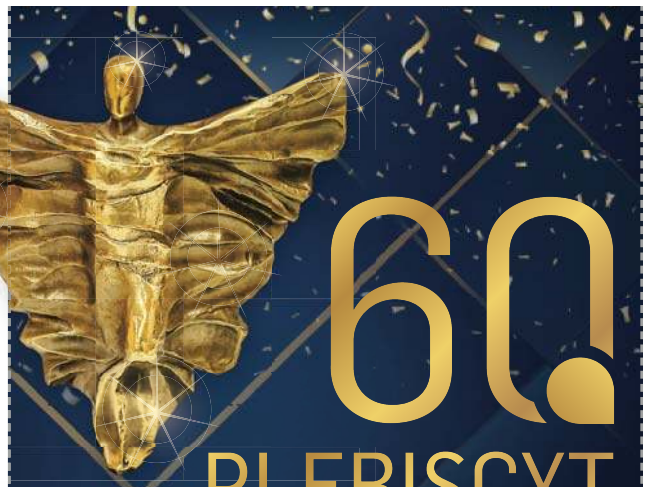
PARTNERZY SREBRNI: WARMIŃSKO-MAZURSKI ZWIĄZEK PRACODAWCÓW PRYWATNYCH; BBI; REZYDENCJE WARMIŃSKIE; PROJEKT RYBAKI ŁAŃSK; DBK GROUP; PRZEMYSŁÓWKA HOLDING; ZIEMAR; UNIWERSYTET WARMIŃSKO-MAZURSKI W OLSZTYNIE; ASZ; HOTEL MARINA OLD; STOMIL

SPONSOR NAGRODY: bodyperfect fitness wellness & spa

PARTNERZY BRĄZOWI: OSiR OLSZTYN; OLSZTYN; POWIAT OLSZTYŃSKI

PATRONI MEDIALNI: GAZETA OLSZTYŃSKA; DZIENNIK ELBLĄSKI; nasz olsztyniak.pl; GOTV; wm.pl; KONGRES PRZYSZŁOŚCI; BEZgorsetu; FUNDACJA PRZYSZŁOŚĆ DLA DZIECI

121otbp-C -K



60 PLEBISCYT NA 10 NAJPOPULARNIEJSZYCH SPORTOWCÓW WOJ. WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO

GŁOSUJĘ NA:

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

Pełna lista kandydatów dostępna na **www.gazetaolsztynska.pl**
Kupon należy dostarczyć do **31 marca 2021 r.** na adres: **Grupa WM Sp. z o.o., 10- 364 Olsztyn, ul. Tracka 5, z dopiskiem „Plebiscyt".**

Imię i nazwisko .....

Adres .....

Tel. ..... E-mail: .....

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

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

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

Data i czytelny podpis .....

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

121otbp-B -K

eprasa.pl 3f71452e6f

Prenumerata za zdjęcie

Fot. Grażyna Obuchowska

Fot. Marek Kozłowski

Fot. Grażyna Obuchowska

Fot. Bartek Oliwa

Drodzy Państwo, mam dla Was propozycję. Dzisiaj każdy z nas jest fotoreporterem, bo każdy z nas ma w kieszeni telefon. Wykorzystajcie to, aby zdobyć bezpłatny dostęp do e-wydań „Gazety Olsztyńskiej". Co trzeba zrobić? Wystarczy wysłać zdjęcie ciekawego budynku, przyrody, rzeki, jeziora czy po prostu siebie na spacerze. Autorzy zdjęć zamieszczonych w Gazecie lub w jednym z naszych tygodników otrzymają od nas trzymiesięczny bezpłatny dostęp do elektronicznego wydania „Gazety Olsztyńskiej". Swoje zdjęcie wysyłajcie tutaj: i.hrywna@gazetaolsztynska.pl. Prosimy o zaznaczenie jak mamy je podpisać: imieniem i nazwiskiem czy w inny sposób oraz o krótkie info opisujące co na nim jest.

IGOR HRYWNA

Fot. Grażyna Obuchowska

Fot. Grażyna Obuchowska

eprasa.pl 3f71452e6f