59. PLEBISCYT NA 10 NAJPOPULARNIEJSZYCH SPORTOWCÓW WOJEWÓDZTWA WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO

GŁOSUJ NA SPORTOWCÓW I WYGRAJ EKSKLUZYWNY WEEKEND DLA 2 OSÓB!

SPONSORZY NAGRODY

WIĘCEJ STR. 24

68419otbs-K -K

GAZETA OLSZTYŃSKA.pl

BEZgorset

SOBOTA\\\NIEDZIELA 01-02|02|2020

cena 3,00 zł (w tym 8% VAT)

„Gazeta Olsztyńska" 104 561 polubień na FB

ISSN 0137-9127 NR INDEKSU 350176 \\\ NAKŁAD 4 592 NR 26 (20 146) \\\ NA TERENIE POWIATÓW ELBLĄSKIEGO I BRANIEWSKIEGO UKAZUJE SIĘ JAKO DZIENNIK ELBLĄSKI

Fot. archiwum prywatne

Dr Ewa jest superbelfrem \3

ISSN 0137-9127

05

9 770137 912064

eprasa.pl 530b41dc9c

WYŚLIJ SMS, BĘDZIESZ MIEĆ SZANSĘ WYGRAĆ 5000 ZŁ NA ZAKUPY. TRWA PLEBISCYT NA NAJPOPULARNIEJSZEGO SPORTOWCA WOJEWÓDZTWA WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO. SZCZEGÓŁY — SPORT.WM.PL/PLEBISCYT

GENIALNE, ALE WCIĄŻ W CIENIU MĘŻCZYZN

ICH FILMY SĄ ODWAŻNE, BEZKOMPROMISOWE I ŁAMIĄCE TABU. JEDNAK NADAL 93 PROC. FILMÓW W POLSCE REŻYSERUJĄ MĘŻCZYŹNI. PATRIARCHAT JEST WCIĄŻ OBECNY W POLSKIEJ KINEMATOGRAFII. PRZEDSTAWIAMY SZEŚĆ NAJBARDZIEJ DOCENIANYCH POLSKICH REŻYSEREK.

Agnieszka Holland ukończyła wydział reżyserii w czeskiej Pradze, ale karierę rozpoczęła w Polsce. Pierwsze kroki stawiała u boku Krzysztofa Zanussiego jako jego asystentka przy „Iluminacji". Zanim wyreżyserowała własny film pracowała jako scenarzystka przy filmach A. Wajdy, J. Bogajewicza, A. Zajączkowskiego. Jej obrazy zdobywały wiele nagród na prestiżowych festiwalach m.in. w Cannes, Berlinie, czy Montrealu. Wielki talent Agnieszki Holland, jej zdolność obserwacji i trafnej analizy ludzkich charakterów, wejrzenie w ich odczucia i przeżycia, a także ogromna inwencja reżyserska sprawiają, że każdy jej film jest wyjątkowy.

Od 1981 r. artystka mieszka i pracuje na Zachodzie. Jest członkiem Europejskiej Akademii Filmowej przyznającej Felixy. W 1998 r. na ulicy Piotrkowskiej w Łodzi odsłonięto jej gwiazdę w Alei Gwiazd. Oprócz robienia filmów Agnieszka Holland zajmuje się tłumaczeniem literatury czeskiej na język polski. W 2019 roku hitem okazał się jej „Obywatel Jones". Otrzymał Złote Lwy oraz Złotego Kangura. Reżyserka otrzymała Złotego Anioła za „niepokorność twórczą" podczas 17. edycji festiwalu filmowego Tofifest w Toruniu.

„Pokot", „Gorejący krzew", „W ciemności"— nie ma filmu Holland, który by nie został doceniony przez krytykę. Agnieszka Holland pracowała przy najważniejszych serialach ostatnich dekad: „Prawo ulicy", „Dochodzenie", „Treme", „House of Cards"czy „The Affair." W lutym na ekrany kin wejdzie film „Szarlatan", nowe działo wybitnej reżyserki.

Maria Sadowska stoi za sukcesem „Sztuki Kochania. Historia Michaliny Wisłockiej", odważnej opowieści o pierwszej polskiej edukatorce seksualnej. Jej „Dzień kobiet" wywołał kontrowersje. Niedawno artystka rozpoczęła pracę nad filmem „Dziewczyny z Dubaju," w którym opowie o kulisach seksbiznesu. W zeszłym roku media obiegła informacja o tym, że Krzysztof Sadowski molestował nieletnie uczestniczki programu „Tęczowy Music Box". Maria Sadowska nie chce komentować tej sprawy.

Joanna Kos-Krauze z nieżyjącym już Krzysztofem Krauze stworzyła jeden z najbardziej twórczych duetów w polskim kinie. Była pomysłodawczynią, współscenarzystką i drugim reżyserem filmu „Mój Nikifor" (2004). W 2006 roku odebrała Złote Lwy na XXXI Festiwalu Polskich Filmów Fabularnych za „Plac Zbawiciela". Pracowała również przy programach telewizyjnych i reklamowych oraz filmach dokumentalnych. Zasłynęła z takich dzieł jak: „Plac Zbawiciela", „Papusza" i „Ptaki śpiewają w Kigali".

Fot. Andrzej Grabowski

Nie ma filmu Agnieszki Holland, który by nie został doceniony przez krytykę

Fot. Wikipedia/Sławek

Maria Sadowska w 2017 r. wyreżyserowała „Sztukę kochania", filmową biografię Michaliny Wisłockiej, najbardziej znanej lekarki-seksuolog z czasów PRL

Fot. Wikipedia/Jacek Poremba

Małgorzata Szumowska to reżyser i scenarzystka filmów fabularnych i dokumentalnych

Małgorzata Szumowska to reżyser i scenarzystka filmów fabularnych i dokumentalnych. Ukończyła Łódzką Szkołę Filmową. Jej dokument „Cisza" został wpisany na listę 14 najlepszych filmów w historii tej szkoły. Zdobył 18 nagród na międzynarodowych festiwalach. W historii polskiego kina zapisały się jej „33 sceny z życia", „Sponsoring" czy „ W imię...". Jej „Twarz" wzbudzała duże kontrowersje.

— Nie chcę robić kina letniego, a takim staje się kino, które chce być zawsze wyważone, pokazać racje po obu stronach, każdego zadowolić — mówiła rozmowie z Agnieszką Wiśniewską z „Krytyki Politycznej".

Krytycy mówią o niej: skandalistka.

Agnieszka Smoczyńska ukończyła historię sztuki na Uniwersytecie im. A. Mickiewicza w Poznaniu (2001), kulturoznawstwo na Uniwersytecie Wrocławskim (2002) oraz kurs dokumentalny Mistrzowskiej Szkoły Reżyserii Filmowej Andrzeja Wajdy. Ma również absolutorium wydziału reżyserii filmowej i telewizyjnej na WRiTv Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach (2005). Jest stypendystką Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego za osiągnięcia artystyczne. Podczas studiów nakręciła dwie etiudy — „Kapelusz" oraz „3 love", które zostały bardzo dobrze przyjęte i zdobyły kilkanaście nagród w Polsce i za granicą.

W 2007 roku, wspólnie z Robertem Bolesto, zaadaptowała opowiadanie Olgi Tokarczuk, na podstawie którego powstał film krótkometrażowy „Aria Diva". On także okazał się sukcesem: zdobył nagrody na wielu festiwalach, m.in. w Krakowie i Nowym Jorku. Jej ostatnim sukcesem okazała się „Fuga". To odważna i bezkompromisowa opowieść o 30-letniej kobiecie cierpiącej na fugę dysocjacyjną, zaburzenie, które powoduje całkowitą lub częściową utratę pamięci. Wcześniejsze „Córki dancingu" były nagradzane na całym świecie.

Kinga Dębska w jednym z wywiadów wyznała: „Robię filmy, żeby było mi trochę lepiej na świecie". Na pewno jest też lepiej jej widzom, którzy mogą podziwiać takie produkcje jak: „Moje córki krowy", „Plan B" czy „Zabawa zabawa". Kinga Dębska jest wielokrotnie nagradzaną reżyserką. Jej kino wzrusza i bawi, a także przełamuje tabu.

To tylko kilka z najbardziej znanych polskich reżyserek. Jest ich o wiele więcej, ale w porównaniu z mężczyznami, nadal niewiele. Tak samo jak kierowniczek produkcji (47 proc.) kompozytorek (4 proc.), scenarzystek (25 proc.), operatorek (5 proc.), montażystek (27 proc.).

Liczby przeważające na korzyść kobiet pojawiają się, gdy mowa o udziale kostiumografek (93 proc.), charakteryzatorek (87 proc.) i scenografek (60 proc.). Te zawody są od lat zdominowane przez kobiety.

W latach 2006-2017 kobiety wyreżyserowały 28 proc. filmów. Tak wynika z badań przeprowadzonych przez Monikę Talarczyk-Gubałę.

Na szczęście reżyserki otrzymują takie samo wsparcie finansowe jak mężczyźni. Jednak jest ich zaledwie 14 proc.

oprac. Aleksandra Tchórzewska, filmweb.pl

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

REDAKTORZY WYDANIA
Beata Brokowska 89 539 75 90
Daria Bruszewska-Przytuła 89 539 7483
Ewa Lubińska
Artur Dryhynycz sport@gazetaolsztynska.pl

WYDANIE ONLINE 89 539 74 83
internet@gazetaolsztynska.pl

REDAKTOR NACZELNY
Igor Hrywna

ZASTĘPCY REDAKTORA NACZELNEGO
Monika Nowakowska
Bartosz Orliński

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

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

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

CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ
ul. Partyzantów 28,
89 537 74 80, 82, fax 89 539 74 88

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

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 530b41dc9c

WCIĄGA JĄ NAUKA I... BOTOKS

GDY WESZŁAM NA SALĘ, STO OSÓB STANĘŁO I ZACZĘŁO BIĆ MI BRAWO. PRZEZ CAŁY DZIEŃ STUDENCI PRZYNOSILI MI TEŻ KWIATY. DOSTAŁAM SZEŚĆ WIELKICH BUKIETÓW! Z DR N. MED. EWĄ LEPIARCZYK, KTÓRA ZDOBYŁA TYTUŁ BELFER UWM 2019, ROZMAWIA ADA ROMANOWSKA.

Fot. archiwum prywatne

Dr n. med. Ewa Lepiarczyk: Na uczelni ciągle coś się dzieje, ciągle coś się zmienia

— Belfer 2019... To dobrze brzmi, prawda?

— Muszę przyznać, że to bardzo przyjemne uczucie. Nie tylko dlatego, że zdobyłam pierwsze miejsce, ale także dlatego, że nasz Wydział Lekarski nigdy nie znalazł się nawet w pierwszej trójce.

— A pani jest absolwentką medycyny weterynaryjnej...

— Na studiach należałam do koła naukowego fizjologów i prowadziłam badania naukowe pod kierunkiem pana profesora Mariusza Majewskiego, który w chwili obecnej jest kierownikiem Katedry Fizjologii Człowieka, w której pracuję. Badania, które prowadziliśmy, dotyczyły chorób człowieka, ale przeprowadzaliśmy je na modelu zwierzęcym. Naszym modelem była świnia domowa, która wbrew pozorom pod względem budowy anatomicznej i procesów fizjologicznych jest bardzo podobna do człowieka. Kiedy pan profesor objął kierownictwo w tworzącej się Katedrze Fizjologii Człowieka na ówczesnym Wydziale Nauk Medycznych, akurat kończyłam studia i od razu zaproponował mi pracę.

— Szczęściara...

— Tak, jestem szczęściarą, bo bardzo lubię swoją pracę. Na uczelni ciągle coś się dzieje, ciągle coś się zmienia. Uczę studentów, co roku jest to około dwustu osób, ale prowadzę także bardzo ciekawe badania naukowe. Dotyczą one przede wszystkim plastyczności układu nerwowego. Innymi słowy układ nerwowy potrafi się dostosować albo zmieniać pod wpływem różnych czynników fizjologicznych i patologicznych. Mój doktorat dotyczył wpływu neurotoksyn na unerwienie pęcherza moczowego. Jedną z badanych przeze mnie toksyn znamy z medycyny estetycznej. Jest to toksyna botulinowa, która jest stosowana nie tylko po to, aby redukować zmarszczki. Wykorzystuje się ją również w urologii. Podawana jest do pęcherza moczowego, aby ograniczyć jego nadmierną kurczliwość.

— Nigdy bym nie przypuszczała, że botoks jest toksyną...

— Toksyna botulinowa wykorzystywana jest bardzo szeroko w medycynie. To toksyna, która leczy, jeśli jest stosowana w odpowiednich dawkach.

— Jak pani myśli, dlaczego akurat pani zdobyła tytuł Belfra 2019?

— To bardzo trudne pytanie. Ale wiem, że studenci mnie lubią, co podkreślali wielokrotnie w ankietach akademickich. Po każdym semestrze oceniają swoich nauczycieli. Od paru lat, gdy czytałam swoje ankiety, było mi niezmiernie ciepło na sercu. Ja także dobrze czuję się ze studentami. Nasze zajęcia są bardzo ciekawe. Uczę fizjologii człowieka, a to bardzo interesujący przedmiot. Studenci pracują w parach i wykonują badania na koleżankach i kolegach z grupy. Myślę, że to im się podoba. Na niektórych ćwiczeniach na przykład mogą jeść chipsy albo jeść czekoladki z likierem.

— Legalnie?

— Oczywiście nie na każdych zajęciach! Ale mamy takie ćwiczenia, na których omawiamy wchłanianie i metabolizm alkoholu, a po zjedzeniu czekoladki sprawdzamy alkomatem jego poziom w wydychanym powietrzu. A gdy jemy chipsy, kontrolujemy poziom glukozy we krwi i wchłanianie cukrów z przewodu pokarmowego. Oprócz tego prowadzimy dużo ćwiczeń laboratoryjnych, ćwiczenia z programami komputerowymi, w trakcie których studenci wykonują samodzielnie badania — na przykład EKG czy EEG. To są pierwsze ćwiczenia, podczas których studenci drugiego roku mogą już poczuć się jak prawdziwi lekarze. Wcześniej, na pierwszym roku, uczyli się bardzo ciekawych przedmiotów — anatomii i histologii, ale fizjologia dotyczy funkcjonowania organizmu, a na zajęciach wprowadzamy już elementy kliniki. To wciąga.

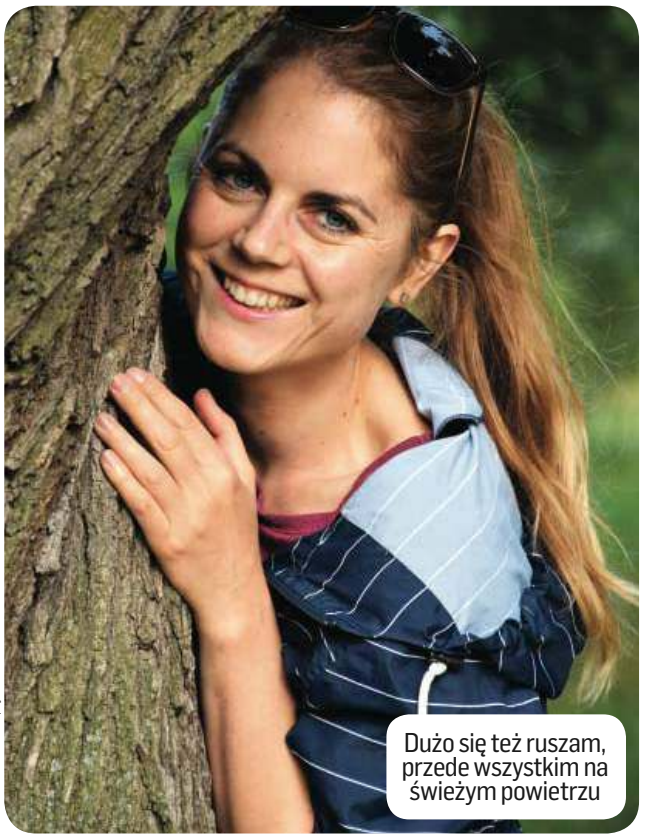
— A co panią wciąga?

— Ludzie. Lubię kontakt z drugim człowiekiem i mam szczęście prowadzić zajęcia ze studentami pochodzącymi z wielu krajów świata. Każdy anglojęzyczny student jest inny. Widać, że studenci byli inaczej wychowywani, w innej kulturze, ale i chodzili do różnych szkół. Polacy są trochę bardziej zachowawczy wobec nauczyciela. Muszą go wyczuć, żeby się otworzyć. Z kolei studenci ze Szwecji od razu są bezpośredni. Niemcy są natomiast bardzo systematyczni, a studenci z Krajów Arabskich są weseli i głośni. To dla mnie bardzo interesujące.

— Pani musi być też elastyczna i plastyczna, jak układ nerwowy...

— Nie mam na szczęście z tym problemu.

— A co robi pani po godzinach?



Fot. archiwum prywatne

Dużo się też ruszam, przede wszystkim na świeżym powietrzu

— Moją największą pasją jest muzyka. Nie potrafię ani śpiewać, ani grać na żadnym instrumencie, ale za to dobrze wychodzi mi słuchanie. Mam ogromną kolekcję płyt i uwielbiam z mężem jeździć na koncerty. Co najmniej trzy razy w roku to nam się udaje. W zeszłym roku byłam na przykład na koncercie Voo Voo, SBB oraz na pięknym występie Steva Hacketta w Poznaniu. A co przede mną? Sama jestem ciekawa. Muszę przyznać, że muzyka ciągle gra mi w głowie. Ale lubię też czytać. Głównie literaturę faktu. Interesują mnie książki podróżnicze, szczególnie o Skandynawii czy Grenlandii. Dużo się też ruszam, przede wszystkim na świeżym powietrzu. Nie uprawiam absolutnie sportu wyczynowego, ale w spacerach i w stretchingu, czyli rozciąganiu mięśni, dobrze się czuję. Po godzinach uwielbiam też... gotować. Lubię kuchnię tradycyjną, ale również azjatycką czy wegetariańską i wegańską. Oczywiście z tego najbardziej cieszy się mąż.

— A studentom pozwala pani jeść chipsy... Ale nie tylko to przesądziło o wyniku głosowania. Musi mieć pani „to coś".

— Jestem energiczna i jak wracam do domu po całym dniu zajęć, nie mam na nic siły. Bardzo angażuję się w swoją pracę. Prowadzę zajęcia na wesoło. Dużo się śmiejemy i dużo żartujemy.

— Czyżby nauka przez zabawę?

— Trochę tak. Ale studenci doceniają też konsekwentnych nauczycieli. Takich, którzy przestrzegają regulaminu. Jeśli ustalamy, że spóźnialscy nie wchodzą już na zajęcia, to... nie wchodzą. Studenci cenią też, gdy kolokwia są sprawdzane na czas, a pytania na zaliczeniach są zgodne z tematyką zajęć, a nie wzięte „z sufitu". Zdarza się, że stawiam dwójki, ale nie ma wtedy smutku. Studenci nie mają z tym problemu. Przychodzą i poprawiają.

— Lubiła pani takich nauczycieli, gdy sama studiowała?

— Też szanowałam zasady. Uwielbiałam nauczycieli, którzy mieli wiedzę. Dlatego dzisiaj i ja bardzo dużo czasu poświęcam na przygotowanie się do zajęć. Uczę już jedenaście lat, ale za każdym razem dużo czytam i szukam ciekawostek. Jeśli nauczyciel nie jest przygotowany, od razu to czuć. Wiedza jest ulotna i niektóre informacje po prostu znikają z głowy. A fizjologia jest nauką, w której ciągle następują zmiany. Nauczyciel nie może więc pozostawać w tyle.

— Dziś jest pani numerem jeden...

— I za to chcę bardzo podziękować moim studentom. Robiłam to już chyba z siedemnaście razy, ale zrobię raz jeszcze. Kiedy odbierałam statuetkę, nie wzruszyłam się tak bardzo, jak następnego dnia. Miałam akurat zajęcia ze swoimi studentami. Jestem opiekunką drugiego roku kierunku lekarskiego. Gdy weszłam na salę, sto osób stanęło i zaczęło bić mi przez pięć minut brawo. Przez cały dzień studenci przynosili mi też kwiaty. Dostałam sześć wielkich bukietów! Nie musieli tego robić, a jednak wpadli na taki pomysł. Jak mnie tylko widzieli, machali i gratulowali. To naprawdę ogromna energia, którą teraz będę mogła dobrze spożytkować.

ADA ROMANOWSKA
a.romanowska@gazetaolsztynska.pl

Po raz pierwszy w historii plebiscytu na najlepszego nauczyciela akademickiego na Uniwersytecie Warmińsko-Mazurskim wszystkie miejsca na podium zajęły kobiety. Pierwsze miejsce i statuetka Belfra UWM przypadły dr n. med. Ewie Lepiarczyk, przedstawicielce katedry Fizjologii Człowieka Wydziału Lekarskiego. Drugie miejsce zajęła dr wet. Katarzyna Żarczyńska z Wydziału Medycyny Weterynaryjnej. Trzecie miejsce należy do dr hab. Marioli Grzybowskiej-Brzezińskiej, prof. UWM, z Wydziału Nauk Ekonomicznych.

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

eprasa.pl 530b41dc9c

LOVE STORY Z KIEPSKIM KOŃCEM

Z FILMÓW I SERIALI OPOWIADAJĄCYCH O ROZSTANIACH I ROZWODACH MOŻNA BYŁOBY STWORZYĆ ODDZIELNY GATUNEK. I CHOCIAŻ MOŻE SIĘ WYDAWAĆ, ŻE W TEJ SPRAWIE POWIEDZIANO JUŻ W KINIE I TELEWIZJI WSZYSTKO, TWÓRCY WCIĄŻ ZASKAKUJĄ. JAK ŻYCIE.

NA KRAWĘDZI

„Historia małżeńska" w reżyserii Noaha Baumbacha (i według jego scenariusza) to opowieść o końcu związku Nicole i Charliego, ale i o tym, jak wygląda rozwód ludzi, którzy toczą walkę o to, by ocalić siebie i nie skrzywdzić drugiej osoby.

Kiedy poznajemy parę, dość szybko orientujemy się, że jako małżeństwo stoją na krawędzi. Zaledwie krok dzieli ich od rzucenia się w przepaść, a właściwie w tryby machiny rozwodowej. Bo chociaż wydaje się, że oboje chcą pozostać w przyjacielskich relacjach, szybko okazuje się, że bezduszność systemu (a może świadomość jego działania?) zaczyna rzutować także na ich stosunek do spraw formalnych. Pozbawieni poczucia bezpieczeństwa, zaczynają obawiać się siebie nawzajem. Stają się nieufni, podatni na sugestie, z coraz większą łatwością przychodzi im brak wiary w dobre intencje byłego partnera. Wynajęci prawnicy przyczyniają się do powstania muru między kochającymi się kiedyś ludźmi, bo zmuszają ich do konfrontacji z przeszłością, do wracania wspomnieniami do każdego grzechu, który może zaważyć na decyzji sądu. Cegłami dla tego muru stają się skrywane żale, zadawnione i nieprzegadane pretensje.

Z punktu widzenia odbiorcy najciekawsze wydaje się jednak nie to, w jaki sposób Nicole i Charlie się rozwodzą, ale: dlaczego? Odpowiedź na to pytanie jest niełatwa. Dość powiedzieć, że sam Charlie (Adam Driver) nie rozumie decyzji żony. Z jego perspektywy ich związek jest udany. Są parą współpracujących ze sobą zawodowo artystów (on – reżyser, ona – aktorka), wspólnie wychowują syna, który jest dla nich całym światem, wydają się ludźmi pozbawionymi wielkich problemów. Ale problemy są, czają się we wspomnianych już nieprzepracowanych rozczarowaniach i niedopowiedzeniach. Nicole (Scarlett Johansson) czuje się stłamszona i, w pewien sposób, oszukana. Choć jej mąż osiąga sukcesy, a i ona świetnie radzi sobie na scenie, kobieta ma poczucie, że przegapiła swoją szansę. To świetna droga do frustracji, z którą Nicole usiłuje walczyć. Punktem przełomowym dla jej decyzji o rozstaniu z mężem, jest wyjazd do rodzinnego miasta. To symboliczne porzucenie Nowego Jorku, kojarzonego ze środowiskami artystycznymi, na rzecz Los Angeles, które bywa utożsamiane z komercją, to także przyznanie sobie samej szansy na to, by kierować swoją karierą według własnych potrzeb i zasad.

Kino mainstreamowe przyzwyczaiło nas do dostarczania prostych odpowiedzi dotyczących tego, kto jest odpowiedzialny za rozwód. Nawet jeśli z uporem powtarza się na ekranie, że za rozstanie odpowiadają oboje partnerzy, to jednak nietrudno jest wskazać punkt zapalny, a jeszcze łatwiej opowiedzieć się po którejś ze stron. W przypadku filmu Baumbacha widz otrzymuje narrację, która nie faworyzuje. Być może wynika to z faktu, że reżyser, jak przyznał w jednym z wywiadów, zrealizował film osobisty. Nie ukrywał przecież, że sam ma za sobą doświadczenia nie tylko własnego rozwodu (z aktorką Jennifer Jason Leigh), ale także rozstanie rodziców. I pewnie dlatego film pochyla się nie tylko nad dwojgiem byłych partnerów, ale i nad ich dzieckiem. Bo rozstanie zmienia wiele także w jego życiu, a miłość, którą oboje rodziców czuje do syna, zamienia ich samych w parę drapieżników. Bo kto wie, czy gdyby nie syn, nie rozstaliby się przyjaznym machnięciem ręki? Prawo do opieki nad dzieckiem to w każdym systemie prawnym jedna z najdelikatniejszych kwestii towarzyszących rozwodowi. Widać to doskonale także w „Historii małżeńskiej". Mimo chęci zapewnienia dziecku jak najlepszych warunków, Nicole i Charlie, wbrew swoim zasadom i przekonaniom, są na świetnej drodze do tego, by stać się rodzicami toksycznymi. To dowód na to, że idąc najlepszą z tras, bardzo łatwo jest postawić krok w nieodpowiednim kierunku.

„Historia małżeńska" to także przypomnienie, że rozpad związku dokonuje się małymi krokami, niepostrzeżenie. Łatwo przegapić sygnały wysyłane przez partnera, łatwo swoje własne adresować niewystarczająco skutecznie.

NA ROZSTAJU

„Rozwód"

Fot. HBO/ Mat. prasowe

Skandowane w czasie wesel zachęty do pocałunku, powróciły do mnie, gdy oglądałam serial „Rozwód". Bo gdyby „gorzko, gorzko!" pozbawić wesołego wykrzyknika, a postawić za nimi trzy kropki, to hasło to stanowiłoby doskonałe podsumowanie tego, jak wygląda życie pary, która uświadamia sobie, że nie może być razem. Tak właśnie jest w przypadku Frances (Sarah Jessica Parker) i Roberta (Thomas Haden Church). I znów nie mamy tu do czynienia z wielkim dramatem (choć w tle jest zdrada), kłótniami i bójkami, ale powolnym wypalaniem się tego, co miało być na zawsze, do śmierci, a wystarczyło tylko do końca... miłości.

Bohaterce brakuje czegoś, czego nie znajduje u boku partnera, ojca swoich dzieci. Bo o ile bohaterowie filmu Baumbacha mogli wydawać się widzowi, przynajmniej na pierwszy rzut oka, dobrze dobraną parą, to Frances i Robert już wizualnie sprawiają wrażenie niedopasowanych. Ją oglądamy w szpilkach i świetnie skrojonych płaszczach, on wygląda jak retroseksualny robotnik, czego symbolem mogą być charakterystyczne wąsy (zgolone zresztą już po rozstaniu z żoną). Łączą ich dzieci, wspólne przeżycia, ale dzielić zaczyna ich więcej: podejście do świata, zainteresowania, pomysł na życie i priorytety.

Serial HBO to gorzka pigułka w słodkiej posypce. Wątki komediowe pozwalają na zachowanie dystansu i proporcji. I osładzają chwile, kiedy wspólnie z bohaterami zastanawiamy się, jakie konsekwencje będą miały ich decyzje.

NA ZAKRĘCIE

„Status związku"

Fot. HBO/ Mat. prasowe

„Status związku" to niezbyt chyba popularny, ale warty uwagi serial o parze, która postanawia rozpocząć terapię małżeńską. Jako widzowie towarzyszymy im zaledwie przez dziesięć minut. To czas, który Louise (Rosamund Pike) i Tom (Chris O'Dowd) spędzają w barze przed kolejnymi wizytami u terapeutki. Takich spotkań jest dziesięć. I każde z nich stanowi coś, co w rzeczywistości jest ich własną terapią.

Dzięki rozmowom przy drinku przypominają sobie dobre i złe chwile, starając się na własną rękę dociec, co doprowadziło ich do sytuacji, w której ich związek stanął pod znakiem zapytania. Znów mamy zdradę, znów są zawiedzione nadzieje, znów są niespełnione obietnice. I chociaż serial jest bardzo oszczędny w środkach wyrazu, ściska za gardło. Dramat, który rozgrywa się na naszych oczach, chociaż jest okraszony zabawnymi utarczkami słownymi i uśmiechami, które mają tuszować brak pewności siebie i rozpacz, porusza i daje do myślenia.

Popkultura uczy, że receptura nieudanego związku jest w zasadzie zawsze bardzo podobna, a jej zasadnicze elementy stanowią brak komunikacji i zawód. Różne są tylko dodatki i okoliczności.

DARIA BRUSZEWSKA-PRZYTUŁA
d.bruszewska@gazetaolsztynska.pl

„Historia małżeńska" jest nominowana do Oscara w kategorii „Najlepszy film". O statuetkę powalczą także odtwórcy głównych ról. Ceremonia wręczenia nagród odbędzie się 9 lutego

Fot. Netflix/ Mat. prasowe

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

eprasa.pl 530b41dc9c

SIEDEM DNI W JEDNEJ SPÓDNICY

BLOGUJE, ODKĄD SKOŃCZYŁA SIEDEM LAT. MÓWI, ŻE WCIĄŻ TRZEBA DAWAĆ Z SIEBIE 200 PROCENT, WYMYŚLAĆ NOWE RZECZY. TERAZ ZARAŻA SWOIM POZYTYWNYM MYŚLENIEM TYSIĄCE ODBIORCÓW. KAROLINA ZABARYŁŁO MÓWI, ŻE NIETRUDNO O TO, BY ŻYCIE BYŁO LEPSZE.

Karolina Zabaryłło: Lubię żyć wolno, nie lubię pędzić

NAZWA BLOGA KAROLINY ZABARYŁŁO „CIUT WIĘCEJ" TO CYTAT Z JEDNEJ Z PIOSENEK ULUBIONEJ WOKALISTKI — KAŚKI NOSOWSKIEJ

Karolina Zabaryłło z mężem Piotrem

Fot. archiwum prywatne (3)

— Czym jest ciut więcej, które proponujesz swoim czytelnikom?

– „Ciut więcej" to słowa zawarte w jednej z piosenek mojej ulubionej wokalistki Kaśki Nosowskiej. "Chcieć ciut więcej żaden wstyd, lepiej, piękniej żaden grzech" to wers „Makro" z płyty UniSexBlues. Chcę pokazać, że z życia można wycisnąć o wiele więcej, niż na pozór się wydaje, że zachwycić można się wszystkim i we wszystkim dostrzec coś pozytywnego. Bardzo zależy mi na tworzeniu dobrego, pozytywnego miejsca, gdzie jest czas na chwilę refleksji. Wszystkie treści, które przedstawiam w internecie, lądują tam dlatego, bo uważam, że coś jest wartościowe i chciałabym, żeby inni też tego doświadczyli. Może chociaż część tego, o czym piszę, zainspiruje odbiorców do robienia innych, wspaniałych rzeczy.

— Jak zaczęła się twoja przygoda z blogowaniem?

— Kiedy byłam w pierwszej klasie podstawówki, kuzynka pokazała mi, że jest w internecie takie miejsce, gdzie można pisać swój pamiętnik szkolny. Później prowadziłam blogi skupiające się na konkretnej bajce lub filmie, które oglądałyśmy z koleżankami. Następnie „fioletowe-serce", w którym pokazywałam książki i wystawy. Ten blog przerodził się w Ciut Więcej, czyli bloga, którego mam teraz. Ta droga pokazuje, jak blog zmieniał się ze mną przez cały czas. Jest ze mną od zawsze. Dla mnie to niesamowicie przyjemne miejsce zatrzymania się, spisania, zainspirowania... no i oczywiście powrotu do wpisów sprzed lat. Na blogu zawieram tylko 1 procent swojego życia, ale z taką pamiątką resztę mogę sobie dopowiedzieć sama. Trudno powiedzieć, co skłoniło mnie do prowadzenia bloga. Teraz oczywiście mam już jakąś konkretną misję bycia w internecie.

— Rok bez zakupów, 7 dni w jednej spódnicy, 30 dni w 7 ciuchach... W minionym roku podjęłaś się wielu wyzwań. Czego cię nauczyły?

— Rok 2019 rzeczywiście stał pod znakiem wyzwań. Wszystkie skupiały się na pewnego rodzaju odwyku od konsumpcyjnego trybu życia. „Rok bez zakupów" miał mi pomóc w tym, aby nie kupować, Uświadomiłam sobie, że wszystko mam. Zrezygnowałam z kupowania ubrań, robienia zbędnych zapasów kosmetyków, kupowania drobiazgów i gadżetów. Wzięłam ślub, kupiłam mieszkanie i oczywiście, zdarzyło mi się kupić kilka rzeczy, ale były to tylko te przemyślane i potrzebne. „7 dni w jednej spódnicy" oraz „30 dni w 7 ciuchach" pokazały mi natomiast, jak niewiele potrzebujemy do tego, żeby zawsze świetnie się prezentować i nie nudzić się swoim wyglądem. Dzięki tym wyzwaniom zrobiłam ogromne porządki i teraz żyje mi się łatwiej. Zawsze mam się w co ubrać. Wyzwania, które podjęłam, są ze mną dalej. Często nagrywam na swój kanał filmy o szafie, więc jeśli ktoś z czytelników ma problem z porządkami – zapraszam!

— Swoimi spostrzeżeniami na temat ekologii dzielisz się również w realu podczas różnego rodzaju wykładów m.in. podczas Sopockiej Majówki w Operze Leśnej czy na Uniwersytecie Gdańskim. Czym jest zero waste?

– Zero waste to po prostu zero odpadów. Dziś zabrnęliśmy za daleko w kwestiach wygodnictwa i jednorazowości. Idea zero waste pozwoliła mi zmienić życie i zachęcam do tego również innych. Np. picie wody. Wodociągi w Elblągu przyznają, że woda płynąca w naszych kranach jest jak najbardziej zdatna do picia, więc korzystajmy z tego! Branie warzyw i owoców luzem w sklepie również jest proste, a pieczywo można spakować do własnego worka. Oszczędzanie wody, niekupowanie ubrań w sieciówkach, zmiana kosmetyków na te w szkle z naturalnym składem. Wszystko to jest dobre dla planety, ale i dla nas samych.

— Podejmujesz też tematy związane ze sztuką – opisujesz wystawy, koncerty, książki.

– Skończyłam Liceum Plastyczne w Gronowie Górnym, więc sztukę znam również z tej rzemieślniczej strony. Moją wielką miłością jest fotografia, kino, książki, różnego rodzaju wystawy i wydarzenia. Teraz nie mam tyle czasu na robienie zdjęć, ale wiem, że na pewno kiedyś do tego wrócę. Bardzo mocno kształtuje mnie obcowanie z wrażliwością innych, z różnymi poglądami na jedną sprawę. Chciałabym, żeby nikt nie bagatelizował wartości sztuki. Staram się mówić też o tym, że nie wszystko musi się podobać.

— Co można znaleźć w Roślinnych Przestrzeniach, które prowadzicie z mężem?

— Mój mąż mocno otworzył się przy mnie na sztukę. Od czerwca prowadzimy sklep, w którym są rzeczy tworzone przez nas. Zrzeszamy też wyszukanych przez nas artystów, którzy projektują dla nas własne kolekcje plakatów. W Roślinnych Przestrzeniach to rośliny są najważniejszym motywem. Robimy plakaty, ekologiczne torby, zeszyty z papieru z recyklingu, staramy się też promować zapałki zamiast zapalarek. Łączymy pasje i tworzymy rzeczy, z których jestem naprawdę dumna i z ręką na sercu podpisuję się pod każdą z nich. Piotr, mój mąż, zajmuje się stroną techniczną i logistyczną. Tworzymy razem doskonały duet.

— Przez jakiś czas mieszkałaś we Wrocławiu, ale wróciłaś do rodzinnego Elbląga. Dlaczego?

— Lubię Elbląg za spokój, za porządek i zieleń. Uwielbiam Elbląg za Bażantarnię, za spokój na ulicach. Czekałam, aż dorosnę i stąd wyjadę... ale okazało się, że wcale gdzieś indziej nie jest lepiej. Nie lubię zgiełku, szumu, zatłoczonych ulic. Lubię wyjechać "do wielkiego miasta" na kilka dni, ale później cieszę się z powrotu. Lubię żyć wolno, nie lubię pędzić.

— Czy internet jest łatwym miejscem pracy?

— Nie. Wciąż trzeba dawać z siebie 200 procent, wymyślać nowe rzeczy, być mocno kreatywnym i wciąż mieć włączony guzik "na pełnych obrotach". I to w tym wszystkim najbardziej mi się podoba. Nie lubię stać w miejscu. Cieszę się, że wciąż mogę się rozwijać.

KAMILA KORNACKA
k.kornacka@dziennikelblaski.pl

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

eprasa.pl 530b41dc9c

PRZYJDZIE MIŁOŚĆ LUB WOJNA

TA PIĘKNA, ZDOLNA KOBIETA, DO KTÓREJ GOMBROWICZ MÓWIŁ „GINA", KTÓRA ZNAŁA WIELU POETÓW PRZEDWOJENNEJ WARSZAWY, BYŁA BARDZO SAMOTNA – MÓWI PROF. DR HAB. IZOLDA KIEC Z POZNANIA, ZNAWCZYNI ŻYCIA I TWÓRCZOŚCI ZUZANNY GINCZANKI, AUTORKA BIOGRAFII POETKI, KTÓRA UKAŻE SIĘ W MAJU.

— Młoda, piękna, zdolna. Jak Zuzanna Ginczanka „przyszła" do pani?

— Z Ginczanką jestem już od 30 lat. W 1989 roku kończyłam studia. Zdecydowałam, że będę pisała o niej doktorat. Czytałam jej wiersze w tomiku z kolekcji mojej mamy. Zafascynowały mnie jej utwory, ale musiałam jeszcze przekonać promotora. I nie było to trudne! Nie pytał mnie, kto to jest, znał nawet na pamięć jeden jej wiersz — „Zdrada" — i od razu go wyrecytował! Wyznał mi potem, że kryła się za tym jego osobista historia. Dostał ten wiersz od kobiety, w której był zakochany i nauczył się go na pamięć. To była moja jedyna rozmowa z promotorem o temacie doktoratu. Oboje wiedzieliśmy, że należy się Ginczance wydanie wierszy, książki. Natychmiast przystąpiłam do pracy. Czułam wielki entuzjazm.

— Co udało się pani ustalić, czy w 1989 roku żyły osoby, które ją znały?

— Większość jej przyjaciół — a Ginczanka urodziła się w 1917 roku — już nie żyła, trafiłam do nielicznych. A dziś już nie ma z nich nikogo. Spotkałam w Paryżu Lidię Varsano, jej cioteczną siostrę. Wychowywały się razem przez jakiś czas, mieszkały jako dzieci w Równem. Są we dwie na niektórych zdjęciach. Była ostatnią osobą z rodziny, mieszkała w pięknym domu na wyspie św. Ludwika. Niewiele pamiętała, niewiele mi powiedziała, mówiła, że jest teraz kimś innym, żyje w innym świecie. Jednak bardzo dużo zrobiła dla mnie i Ginczanki. Obiecała, że... za wszystko płaci: „przygotujesz tomik, ja sfinansuję". I tak się stało. Wtedy, w 1991 roku, żadne wydawnictwo nie podjęłoby się wydania wierszy poetki, bo mało kto ją znał. Ale były pieniądze, wydałam tomik i tak zaczął się powrót Zuzanny do świadomości czytelników.

Zuzanna Ginczanka (1917 -1944), poetka pochodzenia żydowskiego. Zaczęła pisać wiersze już w wieku 10 lat

Fot. Wydawnictwo Marginesy

— W jaki sposób odkrywała pani losy Ginczanki, która zginęła rozstrzelana w 1944 roku?

— Mój promotor śmiał się, że z moją pasją detektywa sprawdziłabym się nawet w amerykańskim wywiadzie. Opowiadałam mu o każdej, nawet najdrobniejszej rzeczy, którą odkryłam. Zaczęłam od Eryka Lipińskiego. O tym, że znał Zuzannę, dowiedziałam się z książki „Jaśnie panicz" Joanny Siedleckiej. Poszłam do niego, dał mi kilka adresów, a kolejne osoby dawały mi następne. Zamieściłam w polskojęzycznej gazecie w Izraelu ogłoszenie „Jeśli ktoś znał Zuzannę Ginczankę, proszę o kontakt". Kilka osób się odezwało, pojechałam do Izraela. W Kanadzie byli jej przyjaciele z gimnazjum z Równego – byli bardzo szczęśliwi, że pojawił się ktoś, kogo interesuje Ginczanka.

— Jak dotarła pani do jej rękopisów?

— Ocalił je Eryk Lipiński, szef Muzeum Karykatury, przed wojną współpracował, podobnie jak Ginczanka, ze „Szpilkami". Lipiński nawet swojej córce dał na imię Zuzanna — po poetce. Znali się przed wojną. Gdy Zuzanna wyjechała w czerwcu 1939 roku do Równego na wakacje, z których miała wrócić jesienią na studia, ale już nie wróciła, bo wybuchła wojna, Eryk poszedł do jej mieszkania. Zostawiła tam albumy fotograficzne, wiersze i to wszystko przetrwało dzięki niemu. Przekazał dokumenty po wojnie do Muzeum Literatury w Warszawie. Gdy zaczynałam pisać doktorat, pojechałam do muzeum, by obejrzeć jej rękopisy, przepisać wiersze. Od czasu, gdy je przekazał tam Eryk Lipiński, leżały nietknięte. Czułam ogromne wzruszenie, wyobrażałam sobie, jak trzymała pióro. Po 30 latach, przed wydaniem w ubiegłym roku kolejnego tomu jej wierszy, jeszcze raz zajrzałam do tych rękopisów, wzruszenie było takie samo...

> ZUZANNA JEST DLA MNIE KIMŚ BARDZO BLISKIM. MAM POCZUCIE, ŻE POWINNAM SIĘ O NIĄ TROSZCZYĆ, DBAĆ, DLATEGO PODJĘŁAM KOLEJNĄ PRÓBĘ WYDANIA JEJ WIERSZY I NAPISANIA NOWEJ BIOGRAFII.

— Które ze wspomnień usłyszanych przez panią, zrobiły największe wrażenie?

— Zacznę od miłosnych. Bardzo wzruszające są opowieści jej kolegów z gimnazjum. Mieli po 18-19 lat, gdy się w niej kochali, a opowiadali mi o tym już jako starsi panowie. Jeden z nich musiał być wielką miłością Zuzanny, była bardzo rozczarowana, że zostawia ją i wyjeżdża z Równego na studia do Lwowa. Tadeusz Błażejowski studiował architekturę i Zuzanna

REKLAMA

320otbr-C -P

eprasa.pl 530b41dc9c

„NON OMNIS MORIAR – MOJE DUMNE WŁOŚCI, ŁĄKI MOICH OBRUSÓW, TWIERDZE SZAF NIEZŁOMNYCH, PRZEŚCIERADŁA ROZLEGŁE, DROGOCENNA POŚCIEL I SUKNIE, JASNE SUKNIE POZOSTANĄ PO MNIE."

Zuzanna Ginczanka, Non omnis moriar

Fot. archiwum prywatne

Antologia poezji Zuzanny Ginczanki, uzupełniona o nigdy do tej pory niepublikowane utwory (wydawnictwo Marginesy, 2019) . Jej legenda wykroczyła daleko poza czasy, w których przyszło jej żyć. Urodzona w Kijowie w rodzinie żydowskiej, przeniosła się do Warszawy. Była podziwiana za talent i wyjątkową urodę, przyjaźniła się z Julianem Tuwimem i Witoldem Gombrowiczem, publikowała wiersze na łamach prasy, wydała tomik „O centaurach". Rozwój jej drogi twórczej został brutalnie zatrzymany przez tragiczną śmierć pod koniec drugiej wojny światowej.

zadedykowała mu swój wiersz „Młodemu architektowi", w którym pada oskarżenie, że „buduje domy, w których ludzie będą się kłócić". Dostałam od niego mnóstwo listów. Po wojnie był znanym warszawskim architektem, już nie żyje. Jego opowieść znajdzie się w książce, którą piszę.

I te najbardziej smutne wspomnienia — pochodzą z ostatnich miesięcy jej życia. Poznałam osobę, która siedziała z Ginczanką w celi więziennej w Krakowie w 1944 roku — to Krystyna Garlicka, siostra Tadeusza Brezy. Z kolei Maria Kawalerowiczowa mieszkała w Krakowie z rodzicami w budynku, w którym ukrywała się Ginczanka. Opowiadała mi, że widać było po Zuzannie, jak się bała, jak strach ją zmieniał, jak pożerał jej osobowość.

— Jest taki piękny wiersz Ginczanki „Maj 1939", w którym pojawiają się słowa: „Coś przyjdzie: miłość lub wojna", śpiewa go Lena Piękniewska. Czy wie pani, o kim pisała młoda zakochana poetka?

— Lena pięknie śpiewa, to bardzo dobre wykonanie. A ja sięgnęłam do dawnych listów, które dostałam, zwróciłam uwagę na drobiazgi i odgadłam, kto jest adresatem wiersza, kto był tym szczęśliwcem. Na podstawie drobiazgów buduję jej biografię. Dopiero teraz widzę, że do tej pory było dużo zbyt łatwych odpowiedzi na trudne pytania. Wiem, że ta piękna, zdolna kobieta, do której Gombrowicz mówił „Gina", która siedziała w kawiarni przy jednym stoliku z Tuwimem i innymi znanymi poetami przedwojennej Warszawy, była bardzo samotna. „Dobrze było się pokazać z Zuzanną" — to zdanie pokazuje prawdę tamtego czasu.

— Dlaczego wybrała na miejsce studiów Warszawę, a nie Lwów, który był tak blisko?

— Ponoć dlatego, że Tuwim ją namówił, pewnie chciała być blisko skamandrytów, swoich mistrzów. Wyjechała z Równego w 1935 roku, zaczęła studia rok później, przez ten rok udzielała się literacko. W 1936 zaczęła studia, ostatni egzamin przed wojną zdała w czerwcu 1939 roku.

— Czy z jej rodziny ktoś ocalał?

— Matka, ojciec... Ale relacje między nimi były skomplikowane. Zuzanna wychowywała się w Równem u dziadków, rodziców mamy. Ojciec zostawił rodzinę, wyjechał do Berlina, potem do Ameryki, zmarł w latach 60. Matka jeszcze przed wojną wyjechała za granicę z młodszym od siebie mężczyzną, Walterem Rothem. Dlaczego? Być może uciekała przed Zuzanną, mogła się bać, że córka zabierze jego serce. Była tak piękna, widać to na każdym zdjęciu. Kiedy Kazimierz Wyka w 1949 roku zamieścił anons z pytaniem o wojenne losy Ginczanki, jej matka odezwała się do niego. Mieszkała w Hiszpanii, pisała po rosyjsku, chciała przekazać kilka informacji, ale chciała też wiedzieć, jak zginęła córka. Ten list się zachował, czytałam go. Gdy po latach badałam ten ślad, Lidia Varsano powiedziała mi, że mama Zuzanny zmarła samotnie w Pampelunie, w mieszkaniu miała trochę pamiątek po córce, jej rysunki, ale wszystko przepadło, bo mieszkanie zostało urzędowo zlikwidowane.

— W jednym z jej wierszy pada nazwisko kobiety, która ją wydała.

— Gdy do Lwowa weszli Niemcy, nie poszła do getta. Musiała się ukrywać, bo miała bardzo wyraziste, zdradzające jej pochodzenie rysy. W papierach miała zapisane, że jest Ormianką, ale to jej nie pomogło. W kamienicy, w której się ukrywała, mieszkała kobieta, która trzy razy w ciągu dnia potrafiła iść na gestapo i składać donosy na Ginczankę. Gdy poetka wracała, bo udało się jej wykupić Niemcom, ona znów szła na gestapo. Po wojnie odbył proces, gdzie dowodem był przejmujący wiersz Ginczanki „Non omnis moriar". Kobieta została skazana na cztery lata więzienia.

— We Lwowie ocalała, choć musiała uciekać. Jest 1943 rok. Zuzanna dociera do Krakowa.

— Tak, jest mężatką, przyjechała ze Lwowa, skąd uciekła przed konfidentami i terrorem niemieckim. Najpierw z mężem i kochankiem ukrywa się na wsi. Po aresztowaniu obu tych mężczyzn mieszka niedaleko rynku przy ulicy Mikołajskiej. Niemcy zabierają ją stamtąd prawdopodobnie w lutym, może na początku marca, najpierw do więzienia przy Montelupich, potem przy Czarnieckiego. Stamtąd pisze zapotrzebowania na potrzebne jej do życia artykuły. Wkrótce następuje cisza. Prawdopodobnie w maju 1944 roku w transporcie żydowskich kobiet, z kilkorgiem dzieci i mężczyzn zostaje wywieziona do Płaszowa, rozstrzelana przez Niemców i spalona. To był ostatni transport do Płaszowa. Zbliżał się koniec wojny.

— Kim dla pani jest Zuzanna Ginczanka, dziś, kiedy tyle pani o niej wie?

— Kimś bardzo bliskim. Mam poczucie, że powinnam się o nią troszczyć, dbać, dlatego podjęłam kolejną próbę wydania jej wierszy i napisania nowej biografii. Gdy pisałam o niej po raz pierwszy, byłam jej rówieśnicą, miałam dwadzieścia kilka lat. Ona zginęła, gdy miała 27 lat. Zastanawiałam się, jakby wyglądało jej życie, gdyby mogła wybierać, żyć. Ona mnie ukształtowała. Nie mogłam jej zostawić. Nie zgadzam się z etykietowaniem jej. Z wkładaniem do szufladek. Biografia, która ukaże się w maju, będzie moim oficjalnym pożegnaniem z Ginczanką, ale poetka zostanie ze mną na zawsze

— Zajmuje się pani poezją i poetką już prawie 30 lat. Jakie przypadki spotkały panią przy pracy nad jej twórczością?

— Dwa lata temu przygotowywałam edycję twórczości Romana Wilkanowicza, poety, redaktora pism wydawanych w Poznaniu. W jego papierach znalazłam rękopis, na widok którego mocnej zabiło mi serce. W pierwszej chwili nie mogłam uwierzyć, ale to był charakter pisma Ginczanki! To musiał być jej wiersz, przecież tyle razy wpatrywałam się w litery pisane jej ręką. Natychmiast pojechałam do domu, by porównać jej charakter pisma, nacisk pióra na papier, kąt nachylenia. Tak, nie myliłam się. Tylko skąd ten wiersz tu, w Poznaniu? Miałam różne hipotezy. I znów pomógł mi przypadek. W bibliotece UAM znalazłam pocztówkę, z której wynikało, że redaktor Wilkanowicz znał dyrektora gimnazjum w Równem, w którym uczyła się Ginczanka. Panowie przyjaźnili się, Jerzy Ostrowski, dyrektor szkoły w Równem, studiował w Poznaniu, pod koniec lat 20. odnowili przyjaźń. A że Ostrowski wspierał zdolnych uczniów, mógł wysłać do Poznania poemat „Pieśń nad pieśniami" młodej, dobrze zapowiadającej się poetki.

— Muszę jeszcze zapytać panią o imię. Izolda musiała zająć się poetką Zuzanną...

— Kiedyś miałam wielkie pretensje do rodziców, że mnie tak „uszczęśliwili". Przez to imię czułam się skrzywdzoną dziewczynką, szukałam pociechy w poezji i znalazłam na półce w domu Ginczankę. Wolałam się przyjaźnić z Ginczanką niż narażać się na ciągłe pytania, dlaczego mam takie dziwne imię. (śmiech)

Beata Brokowska
b.brokowska@gazetaolsztynska.pl

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

eprasa.pl 530b41dc9c

WIELKI ŚWIAT ŚCIĄGA NA MAŁĄ WARMIĘ

ANNA PUSZCZ Z LIDZBARKA WARMIŃSKIEGO NIE CZEKAŁA, AŻ JEJ MARZENIA SIĘ SPEŁNIĄ, JUŻ DAWNO ZACZĘŁA JE REALIZOWAĆ. MÓWI: ZAWSZE CHCIAŁAM COŚ ORGANIZOWAĆ, OD POCZĄTKU DO KOŃCA PATRZEĆ, JAK SIĘ AKCJA ROZWIJA, JAK LUDZIE SIĘ W NIĄ ANGAŻUJĄ.

Fot. archiwum stowarzyszenia

Anna Puszcz jest miłośniczką książek, sztuki, tańca

ANIA PUSZCZ JUŻ PLANUJE REALIZACJĘ KOLEJNEGO MARZENIA — WYPRAWĘ DO OGRODÓW KEUKENHOF POD AMSTERDAMEM. JEJ WYJAZDY NIGDY NIE SĄ PRZYPADKOWE.

Kilkadziesiąt kobiet z Lidzbarka Warmińskiego wędruje cztery razy w roku po pięknych okolicach swojego miasta, daje występy, śpiewając i realizując sztuki teatralne, tańczy i ćwiczy na przykład jogę na trawie, a przy tym wspiera innych charytatywnie. Repertuar działań stowarzyszenia „Miej Marzenia" jest spory. A zaczęło się, tak jak wszystko, co ma głęboki sens, od marzenia.

— Uczyłam języka angielskiego, ale zawsze chciałam coś organizować, od początku do końca patrzeć, jak się akcja rozwija, jak ludzie się w nią angażują — wspomina Anna Puszcz. — W wakacje 2007 roku pojechaliśmy rodzinnie do Szwecji i odwiedziłam park Astrid Lindgren, którą uwielbiam jako pisarkę i jako kobietę. Owego roku obchodziłaby setne urodziny. Bardzo chciałam to uczcić. Razem z Markiem Żelichowskim, właścicielem lidzbarskiej księgarni, postanowiliśmy przybliżyć twórczość tej niezwykłej pisarki innym i tak przez rok, bo aż do wiosny następnego roku, obchodziliśmy z mieszkańcami Lidzbarka Warmińskiego „Setne urodziny Astrid Lindgren".

Jak wyglądały obchody?

ZACZĘŁO SIĘ OD CZYTANIA KSIĄŻEK ASTRID LINDGREN. PANI ANIA I PAN MAREK WESZLI WE WSPÓŁPRACĘ Z LOKALNYMI SZKOŁAMI I BIBLIOTEKAMI.

Odbywały się spotkania w różnych miejscach, gdzie mieszkańcy czytali fragmenty między innymi „Pippi Pończoszanki", „Dzieci z Bullerbyn", ale też mniej znane przygody Emila ze Smalandii, Ronji – córki zbójnika, czy Braci Lwie Serce.

Odbyło się wiele konkursów. Powstała pieczęć „Przyjaciel Astrid Lindgren", a nauczycielki, które najbardziej zaangażowały się w akcję otrzymały album „Portrety Astrid". Jednym z ciekawszych wydarzeń był bal kostiumowy, a drugim — przemarsz ulicami miasta sporej grupy dzieci przebranych za Pippi — najpopularniejszą bohaterkę książek Astrid Lindgren. Pamiątką jest wspólna fotografia dzieci na dziedzińcu zamkowym.

Pani Anna przy okazji „Setnych urodzin Astrid Lindgren" przekonała się, jak trudno jest zdobyć środki na organizację takich akcji, kiedy się jest osobą prywatną i postanowiła założyć stowarzyszenie. Decyzja o nazwie była prosta — „Miej Marzenia". A że wokół siebie Anna Puszcz skupiała głównie panie, to organizacja otrzymała miano stowarzyszenia kobiet.

— Nie chodzi o to, by kojarzyć nas z feminizmem, bo każda z nas ma inne poglądy — wyjaśnia pani Ania. — W „Urodzinach Astrid Lindgren" uczestniczyły głównie panie — nauczycielki, bibliotekarki. Stąd pomysł aby to było stowarzyszenie kobiet. Są z nami i panowie, między innymi tworzą „Chór Męski Rolika".

Ściśle kobiece są zawsze dwa wydarzenia: Karnawałowa Zabawa Kobiet i rajdy kobiet. Rajd odbywa się cztery razy w roku: wiosną, latem, jesienią i zimą, czyli „Marsz! Przez cztery pory roku".

Panie zawsze pokonują ok. 20 kilometrów pieszo, po czym jest ciepły poczęstunek oraz powrót autokarem. Część dochodu z tych wędrówek jest przeznaczany na inicjatywy innych organizacji w rokrocznej akcji „Charytatywnie – Aktywnie". W ten sposób Stowarzyszenie Kobiet „Miej Marzenia" pomaga rozwijać się innym. Każdy rajd ma swoje hasło przewodnie dotyczące strojów wędrowniczek. Zimą na przykład był nim „Kwiatek do kożucha", a latem „Kwiaty we włosach", „Cygański" czy „Powitanie roku szkolnego". Był też rajd piłkarski, w czasie gdy odbywały się Mistrzostwa Europy w piłce nożnej.

Tematyczne bywają też doroczne bale karnawałowe. W tym roku zabawa odbyła się pod hasłem „Błysk i blask", ale w poprzednich latach były np. „Kropki i paski", „Polskie wesele", „Lady in Red", a na-

Fot. archiwum stowarzyszenia

Stowarzyszenie Kobiet Miej Marzenia na scenie

eprasa.pl 530b41dc9c

wet „Bal wenecki". To imprezy wyłącznie dla kobiet, a mimo to panie bawią się w swoim towarzystwie znakomicie. Bale przyciągają też kobiety z innych, czasem dość odległych miejscowości.

Stowarzyszenie powstało w 2008 roku. Nie sposób wymienić wszystkich działań, które prowadziło przez te wszystkie lata: koncertów, konkursów, przedstawień. Dwa z nich jednak wspomnieć trzeba.

Pierwsze to „Lidzbark Warmiński — dwa oblicza – od przeszłości do teraźniejszości – w słowie i obrazie". Akcja polegała na tym, że wykonano wiele zdjęć, wzorowanych na historycznych fotografiach mieszkańców miasta, które kolekcjonuje Eugeniusz Borodij. Do nowych, stylizowanych zdjęć, pozowali mieszkańcy współcześni. Drugim, nieco podobnym, projektem był „Lidzbark miastem kobiet znamienitych". Tytuł jest rodzajem parafrazy historycznego powiedzenia: „Lidzbark Warmiński miastem mężów znakomitych". Akcja polegała na sfotografowaniu mieszkanek. Panie podzielono na grupy zawodowe, społeczne. Do zdjęć pozowały więc sportsmenki, nauczycielki, „panienki z okienka", czyli urzędniczki, kobiety z ośrodków kultury, służby zdrowia itp.

— MNIE NAJBARDZIEJ PORUSZYŁY DWIE Z TYCH FOTOGRAFII — ZWIERZA SIĘ ANNA PUSZCZ. — SIOSTRY ZAKONNE KATARZYNKI I PALLOTYNKI, KTÓRE POZOWAŁY W KAPLICY ŚW. KATARZYNY, PRZY PIĘKNYM WITRAŻU, KTÓRY DO TEJ PORY NOSI ŚLADY PO KULI ORAZ MAMY NIEPEŁNOSPRAWNYCH DZIECI. KIEDY O NICH MYŚLIMY, TO NIE ZDAJEMY SOBIE SPRAWY Z TEGO, ILE JEST MATEK NIEPEŁNOSPRAWNYCH DOROSŁYCH. JA ZNAŁAM JE JUŻ OD DAWNA I BARDZO CHCIAŁAM PODZIELIĆ SIĘ TYM DOŚWIADCZENIEM.

To ostatnie wydarzenie miało wpływ na współpracę stowarzyszenia z osobami niepełnosprawnymi. Między innymi na organizację koncertu pieśni Taize wspólnie z orkiestrą Vita Vena, w której skład wchodzą właśnie osoby niepełnosprawne. Koncert odbył się w Wielkim Refektarzu lidzbarskiego zamku, gromadząc rekordową liczbę słuchaczy.

Jednak działalność w Stowarzyszeniu Kobiet „Miej Marzenia", to tylko jeden z obszarów, w którym porusza się bohaterka dzisiejszego tekstu. Kolejnym jest jej praca zawodowa, która także jest wynikiem... marzeń.

— Kiedy tylko dowiedziałam się, że Oranżeria po restauracji zostanie przeznaczona nie tylko na cele biblioteczne, że zmieni się jej charakter, postanowiłam zgłosić się do konkursu — wspomina pani Anna. — To było moim kolejnym marzeniem, prowadzenie takiego miejsca. I udało się.

Pałacyk — oranżeria Krasickiego — bo tak nazywano budynek w Lidzbarku Warmińskim, który teraz jest Oranżerią Kultury, tuż przed renowacją, był siedzibą biblioteki pedagogicznej. Dzięki środkom unijnym wyremontowano pomieszczenia, z których wcześniej nie korzystano. Teraz jest tu miejsce nie tylko na książki, ale i na przepiękną salę koncertową z białym fortepianem i galerię. W Oranżerii Kultury odbywają się teraz kameralne koncerty muzyki klasycznej, ale też jazzowej. Grali tu między innymi: Jan Lisiecki, Mariusz Patyra, Edward Wolanin, Michał Ciesielski. Oranżeria jest też miejscem konkursów, wystaw, ale i spotkań: podróżników, regionalnych twórców, warsztatów, ale też rozmów filozofami i oczywiście pisarzami.

— Chcę, by Oranżeria Kultury była miejscem, gdzie można nie tylko poczytać, ale posłuchać, porozmawiać, obejrzeć rzeczy, których na co dzień tu nie ma. Chodzi o to, żebyśmy nie musieli jechać do artysty, czy na wystawę autokarem. Całe miasto przecież się tam nie wybierze, ale, żeby artysta przyjechał do nas, żeby każdy miał możliwość takiego spotkania tu, u nas w Oranżerii — wyjaśnia Anna Puszcz. — Historia tego miejsca jest niepowtarzalna. Ściągamy świat do nas, właśnie do tego miejsca.

Polski poeta, prozaik, felietonista Tomasz Jastrun powiedział o Annie Puszcz, że jest „solą naszej prowincji". Bo takie miejsca, jak lidzbarska Oranżeria i tacy ludzie, jak ona w piękny sposób promują kulturę i sztukę.

Czy pani Anna ma jeszcze czas dla rodziny i dla samej siebie?

— Oczywiście. Po pierwsze rodzina często uczestniczy w wydarzeniach organizowanych przez stowarzyszenie, a po drugie „normalnie" prowadzę dom — odpowiada.

JEST DUMNA ZE SWOJEGO PRZYDOMOWEGO OGRODU, W KTÓRYM, W SEZONIE, MOŻNA ZNALEŹĆ MIĘDZY INNYMI KILKA ODMIAN CUKINII, FASOLKI SZPARAGOWEJ, CEBULI.

— Rośnie tu nawet rukola — mówi pani Anna. — Pierwsze jej nasiona przywiozłam z Włoch, bo strasznie mi smakowała „taka ostra sałata". W Polsce jeszcze jej tak powszechnie nie było. Mam w ogrodzie też inne odmiany sałat, pory, buraki i ulubioną dynię. Oczywiście także krzewy i drzewa owocowe oraz kwiaty od przebiśniegów i krokusów poczynając, a na cyniach i astrach kończąc.

W domu Anny Puszcz od 20 lat nie ma telewizora.

— Oglądamy filmy, ale z płyt, których mamy w domu bardzo dużo, a poza tym dużo czytam. Bardzo lubię książki.

Ania Puszcz już planuje realizację kolejnego marzenia — wyprawę do ogrodów Keukenhof pod Amsterdamem. Jej wyjazdy nigdy nie są przypadkowe. Tak jak inne wybory życiowe. Może to jest właśnie recepta na ciekawe życie?

Ewa Lubińska
e.lubinska@gazetaolsztynska.pl

Na dziedzińcu lidzbarskiego zamku pierwszy raz pojawiły się wielbicielki Pippi Pończoszanki

Fot. archiwum stowarzyszenia

W projekcie „Lidzbark Warmiński — dwa oblicza" powstały stylizowane fotografie

Fot. archiwum stowarzyszenia

AKCJA POLEGAŁA NA TYM, ŻE WYKONANO WIELE ZDJĘĆ WZOROWANYCH NA HISTORYCZNYCH FOTOGRAFIACH MIESZKAŃCÓW MIASTA, KTÓRE KOLEKCJONUJE EUGENIUSZ BORODIJ.

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

eprasa.pl 530b41dc9c

NA MIESZKAŃCÓW MOŻNA LICZYĆ

DOROTA BORKOWSKA OD 6 LAT JEST SOŁTYSEM SKURPI. PRYWATNIE PROWADZI GOSPODARSTWO Z MĘŻEM. TO KOBIETA, KTÓREJ SPRAWY SPOŁECZEŃSTWA NIE SĄ OBOJĘTNE. JEST TAKŻE RADNĄ GMINY PŁOŚNICA I PREZESEM KLUBU HDK PRZY OSP GRÓDKI. JEST KANDYDATKĄ DO TYTUŁU SUPERSOŁTYSA 2019.

fot.archiwum prywatne

Dorota Borkowska jest sołtysem Skurpi już drugą kadencję

Skurpie to niewielka wieś leżąca w gminie Płośnica. Mieszka tam 350 osób. Dorota Borkowska jest sołtysem tej miejscowości już drugą kadencję. Organizuje wyjazdy, które cieszą się ogromnym powodzeniem zarówno wśród młodzieży, jak i osób starszych z całego powiatu i nie tylko.

Według nie, dobry sołtys powinien jednoczyć mieszkańców, mobilizować do wspólnej pracy, do realizacji zamierzonych planów. Ma bardzo dobry kontakt z mieszkańcami.

— Bez mieszkańców sołtys nic by nie zrobił. Nie wszyscy pomagają, podejrzewam, że nigdzie nie ma tak, że wszyscy to robią, bo tak się nie da po prostu. U nas jest dobrze,bo wiele osób, zarówno młodych, jak i starszych pomaga, czy w porządkach, czy w realizacji zamierzonych planów. Na większość mieszkańców można liczyć — mówi Dorota Borkowska. Oprócz dobrego kontaktu z mieszkańcami sołtys wsi Skurpie dąży do poprawy wizerunku miejscowości. Jak zapewnia, remonty, budowy to dla niej nic strasznego! — Ostatnio skończyliśmy remontować świetlicę wiejską. Zrobiliśmy elewację, doposażyliśmy budynek. Mamy tam sprzęt muzyczny, nagłośnienie, sprzęt RTV i AGD niezbędne do przeprowadzania spotkań, zarówno dorosłych jak i młodzieży — opowiada sołtys Skurpi. Dobry sołtys powinien dumnie reprezentować swoją małą ojczyznę. Konkursy mobilizują i jednoczą mieszkańców, o czym doskonale wie Dorota Borkowska.

— Ostatnim największym konkursem, w jakim braliśmy udział, był konkurs na wieniec dożynkowy. We wrześniu w Olsztynku nasz wieniec wygrał, był najpiękniejszy. Dzięki temu byliśmy na dożynkach prezydenckich w Spale. Tam otrzymaliśmy wyróżnienie. Był to dla nas zaszczyt, że wśród prezentowanych przed parą prezydencką 15 najpiękniejszych wieńców, był nasz — mówi z dumą sołtys.

Drogi w naszym powiecie stają się coraz lepsze. Aby remontować stare drogi i budować nowe, potrzebne jest dobre zarządzanie. Nie tylko dojazdy przez centrum powinny być w odpowiednim stanie, ale też te, które prowadzą do domów mieszkańców z obrzeży wsi. — Będę zabiegać o to, żeby powstały drogi dojazdowe do mieszkańców na wybudowaniach. Są tam drogi naprawdę w opłakanym stanie. Potrzebne są tu dwie drogi i bardzo chciałabym, żeby w trakcie trwania mojej kadencji udało się zrealizować ten plan — przyznaje sołtys. Dorota Borkowska bierze udział w naszym plebiscycie na Supersołtysa. Jak do tego doszło?

— Otrzymałam wiadomość od sołtysa z innej gminy, który prosił o wysłanie głosu na niego właśnie w tym plebiscycie. Po chwili zadzwonił do mnie i powiedział, że jestem na liście. Byłam w szoku. To miłe zaskoczenie, jest to wyróżnienie dla sołtysa.

KATARZYNA WIŚNIEWSKA
k.wisniewska@gazetaolsztynska.pl

TOP 10

RANKING REGIONALNY (z czwartku)

1. **Iwona Skwarko,** Klebark Mały, gmina Purda, powiat olsztyński, SMS o treści go.sol.141 na numer 7248
2. **Przemysław Piech,** Bartążek, gmina Stawiguda, powiat olsztyński , SMS o treści go.sol.24 na numer 7248
3. **Janusz Plich,** Podleśna, gmina Dobre Miasto, powiat olsztyński, SMS o treści go.sol.174 na numer 7248
4. **Antoni Gromadzki,** Majdy, Kręsk gmina Stawiguda powiat olsztyński, SMS o treści go.sol.29 na numer 7248
5. **Piotr Siematkowski,** Nowy Dwór, gmina Jedwabno, powiat szczycieński, SMS o treści nm.sol.30 na numer 72601
6. **Sylwester Kubiński,** Jankowice, gmina Działdowo, powiat działdowski, SMS o treści gd.sol.46 na numer 7248
7. **Jarosław Suchecki** z Lubomina, powiat lidzbarski, SMS o treści gl.sol.22 na numer 7248
8. **Dariusz Kiński,** Karwik, gmina Pisz, powiat piski, SMS o treści gp.sol.12 na numer 72601
9. **Sylwia Sztachelska,** Buczki, gmina Ełk, powiat ełcki, SMS o treści re.sol.7 na numer 7248
10. **Józef Tułodziecki,** Kramarzewo, gmina Działdowo, powiat działdowski, MS o treści gd.sol.49 na numer 7248

Koszt sms-a 2,46 zł z VAT

Dobry sołtys to skarb. Wiedzą o tym mieszkańcy wsi i sołectw. I nową drogę wybuduje, i świetlicę zmodernizuje. Jak trzeba, to sam zakasze rękawy i da dobry przykład. Sołtys to urząd z tradycją. Dziś już sołtys nie jest sędzią, jak to było w średniowieczu, ale jego rola jest bardzo ważna. Od 1990 roku sołtys jest reprezentantem społeczności wiejskiej i działa na podstawie uprawnień nadanych mu przed radę gminy.
To sołtysi są liderami lokalnych społeczności i odpowiadają za wykorzystanie. Dba o wieś, rozwiązuje codzienne problemy i jest łącznikiem między jej mieszkańcami a władzami gminy. Co roku chcemy docenić najlepszych sołtysów w naszym regionie i w każdym powiecie.

Trwa nasza akcja SuperSołtys 2020. Szukamy sołtysów, których moglibyśmy docenić. Energicznych, z pomysłami i planami na przyszłość. Takich, dzięki którym wioski tętnią życiem. Liderów swoich małych społeczności. Wierzymy, że dzięki naszym Czytelnikom ich znajdziemy i poznamy.

Aby zagłosować na swojego kandydata należy wysłać SMS na numer 7248 o treści gd.sol.x, gdzie x oznacza numer przypisany do konkretnego kandydata. Koszt SMS to 2,46 z VAT.

Jeden ze zwycięzców plebiscytu na szczeblu wojewódzkim otrzyma dla swojej wsi zestaw sprzętu AGD od wojewody Artura Chojeckiego

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

PATRONAT REGIONALNY

Wojewoda Warmińsko-Mazurski Artur Chojecki

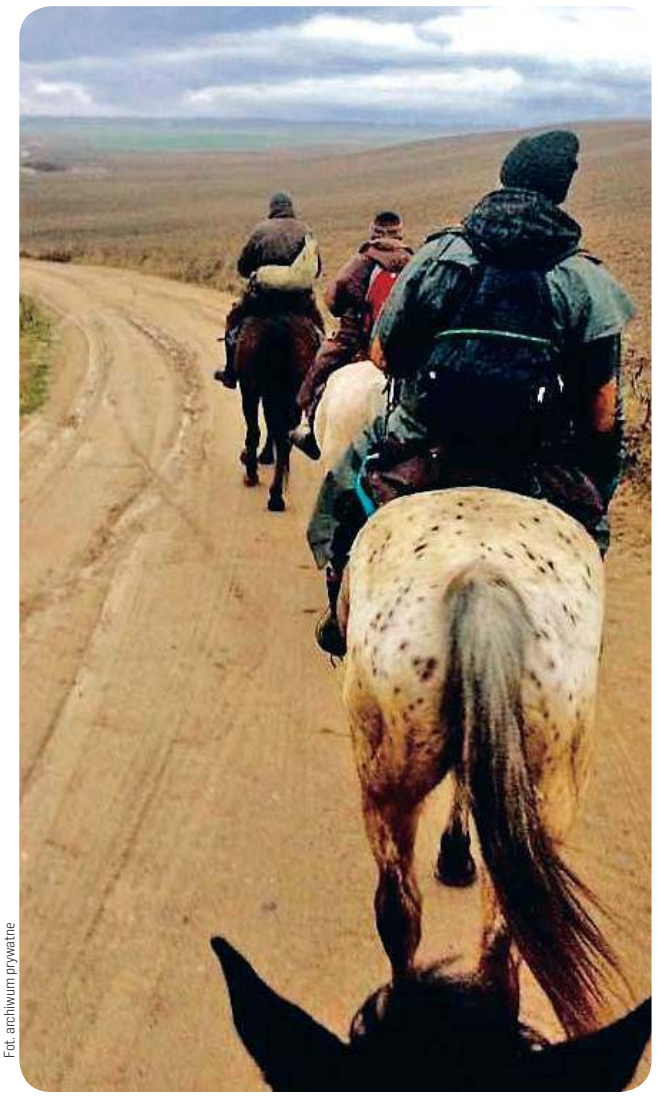
Marszałek Województwa Warmińsko-Mazurskiego Gustaw Marek Brzezin

pat-2301 -C

eprasa.pl 530b41dc9c

KONNO SZLAKIEM HRABINY MARION DÖNHOFF

PRZEZ 12 DNI POKONALI KONNO 352 KILOMETRY PO MALOWNICZYCH BEZDROŻACH WARMII I MAZUR, SZLAKIEM HRABINY MARION DÖNHOFF, KTÓRA RAZEM Z KUZYNKĄ ODBYŁA TAKĄ WYPRAWĘ W 1941 R., A POTEM OPISAŁA JĄ W KSIĄŻCE „NAZWY, KTÓRYCH NIKT JUŻ NIE WYMIENIA". WRAŻENIA Z RAJDU SĄ NIEZAPOMNIANE.



Fot. archiwum prywatne

Fot. archiwum prywatne

Na rajd wyruszyli Danka, która wpadła na pomysł tej niezwykłej wyprawy, Radek i Monika oraz Piotr

Wszyscy są miłośnikami koni i mazurskiej przyrody. Na rajd wyruszyli Danka, która wpadła na pomysł tej niezwykłej wyprawy i Piotr z gospodarstwa agroturystycznego Kolonia Mazurska Mierki oraz Monika i Radek ze stajni w Glaznotach. Wyjechali z Glaznot na Wzgórzach Dylewskich 5 stycznia, by po 12 dniach w siodle dotrzeć do Biegnącego Wilka, gospodarstwa agroturystycznego koło Bań Mazurskich.

Rajd miał być zimowy, ale pogoda wszystkich w tym roku rozpieszcza, więc śnieg przykrył cienką pierzynką tylko początek wyprawy, bo zabielił Wzgórza Dylewskie. Dalej była już taka „jesieniowiosna", co nie znaczy, że było mniej urokliwie, jedynie cieplej i mróz nie szczypał w uszy. Pierwszy dzień poświęcili na to, by dojechać z Glaznot do szlaku im. Marion Dönhoff. Swoją wyprawę relacjonowali w mediach społecznościowych od pierwszego dnia: „Wylądowaliśmy późnym zmierzchem. Bolą nas odwłoki. Przemierzyliśmy dziś 35 km. Pyszna kolacja w doborowym towarzystwie i zad przestał buczeć... Jutro ruszamy do Bałd, przez Łańsk. Dobijamy do szlaku im. Marion Dönhoff" — relacjonowali.

Po kolejnych dwóch dniach w siodle pisali tak: „Z Kolonii Mazurskiej Mierki, po pachnącej rodzynkami, poziomkami owsiance, dosiedliśmy czterech rumaków apokalipsy. Dzisiejszy łański las był zaczarowany. Przemknęliśmy przez cztery pory roku. Na późnojesiennym, bladym ze zmęczenia, liściu szklił się kryształowy kawałek lodu. Tam, gdzie bobry spuściły drzewo, wiosna w śpiewie ptic rozpuściła zielony warkocz mchu. W jarze co Horpynę pamięta, jesień liści rozrzucić nie zapomniała. Po galopadzie duktem, trza było przyodziewek rozewrzeć, bo lato. Na popasie konie owsa złotego pospołu pojadły. A my posiliwszy się jadłem z sakwy i napitkiem uraczywszy, ruszyliśmy dalej. Koniska dzielnie szły jak po sznurku trasę obcasikiem wystukując...".

Takich dni było podczas rajdu dwanaście. Każdy z nich wyglądał podobnie, bo zmieniały się jedynie cudne „okoliczności przyrody", podczas pokonywania średnio 35 kilometrów. Zaczynał się od pobudki o godz. 7 rano.

— Chłopaki szli dać koniom gnieciony owies, bo bardziej wydajny i do owsiaków wkładaliśmy go jeszcze na popołudniowy popas — mówi Monika Żurawska-Wiącek. — Wyjeżdżaliśmy około godziny 10. Codziennie o 13.30 był popas i konie znów dostawały jeść. I potem do wieczora w siodle, a jak zamarudziliśmy gdzieś po drodze, to i po ciemku docieraliśmy na nocleg.

PODCZAS RAJDU WYZNACZONYM SZLAKIEM ODWIEDZILI 12 GOSPODARSTW AGROTURYSTYCZNYCH I LEŚNICZÓWEK, POZNALI TYLEŻ SAMO NOWYCH OSÓB I — JAK WSPOMINAJĄ — CO CZŁOWIEK, TO INNA HISTORIA, KTÓRE MOŻNA BYŁO SNUĆ PRZY KOLACJI.

— Każde z tych miejsc było inne, każde miało swój charakter, byliśmy serdecznie witani i te 12 dni w siodle to były najlepsze wakacje — mówi Monika Żurawska-Wiącek. — Na trasie są takie leśniczówki, jak Racibór, w której młoda leśniczyna z Nadleśnictwa Spychowo, która powitała nas kawą, ciastkami i marchewką dla koni. Oni przygotowywali ten szlak i całym sercem witają gości. Cudne wspomnienia.

Cały majątek uczestników rajdu mieścił się w małych plecakach. Wiele tego nie było: koszula i spodnie na zmianę, bielizna i dwie pary skarpet, szczoteczka i pasta do zębów, mały szampon i ręcznik oraz szczotka dla konia i kopystka (do czyszczenia końskich kopyt - red.). I to wystarczyło.

Odkryli przepiękne miejsca. Ruszyli z zachodniej części regionu, skąd do Mikołajek szlak wiedzie głównie przez leśne dukty, potem otwierają się przestrzenie.

— Krajobrazowo mamy najpiękniejsze miejsca na świecie — wspomina Monika. — Mijaliśmy dzikie śródleśne bagna, rzeczki, leśne jeziorka, przejeżdżaliśmy Puszczą Borecką, no po prostu bajka.

Po drodze nie brakowało „dzikich" spotkań. Na leśną drogę wyszły im trzy łosie w brązowej zimowej szubie i białych skarpetach, czyli w pełnej zimowej krasie, spotykali sarny, nad głowami pohukiwały sowy. Spotkali też oznaki wiosny. Widzieli nawet wiewiórki, bo im z powodu braku zimy trochę się zegar biologiczny rozregulował. Były też dzikie gęsi, żurawie i ich klangor...

Zdarzyły się też przygody przyprawiające o lekki zawał. Zwłaszcza gdy miały miejsce po zmierzchu w tajemniczym lesie... Tak właśnie było pewnego wieczora, gdy w ciszy, przerywanej jedynie parskaniem koni, przemierzali szlak. Nagle gdzieś z ciemności, na dodatek z góry, doszedł ich niepodziewanie niski, męski głos: — Trzymajcie się drogi, bo my tu polujemy — tak odezwał się myśliwy z pobliskiej ambony, którą mijali, nawet nie zauważając.

Co ich skłoniło, by wyjść spod ciepłego kominka i ruszyć w taką trasę? Chcieli w ten sposób zwrócić uwagę na piękno otaczającego nas świata i włączyć się do akcji Ratujmy Mazury. Jest alternatywa, by budować drogi i inwestować w nasz region, nie naruszając piękna przyrody.

— Ten cud natury trzeba zachować dla kolejnych pokoleń — dodaje Monika. — Zachęcam wszystkich, by popatrzyli na przyrodę innymi oczami. By jej dotknęli, chłonęli i poznawali. Spotkanie z naturą daje poczucie wspólnoty, że jesteśmy jej częścią, wycisza, dodaje sił i życiowej energii. Jest tyle pięknych rzeczy do zobaczenia. Teraz – nawet jak jest szaro i ponuro – też jest cudnie, a co dopiero wiosną, gdy to wszystko ożywa.

Na końcu czekał na nich Biegun Zimna, czyli spotkanie w Republice Ściborskiej z Biegnącym Wilkiem koło Bań Mazurskich. Tam około 60 osób wzięło udział w spotkaniach, warsztatach, wykładach, bez prądu i przy świeczkach, w otoczeniu czystej natury i z noclegiem w indiańskim tipi lub traperskiej chacie. Wszystkich gości obowiązuje kodeks: nie można przeklinać, pić alkoholu, palić papierosów i jeść mięsa. I na takie warunki każdy gość się zgadza, bo tu rządzi natura.

BASIA CHADAJ-LAMCHO
b.chadaj@gazetaolsztynska.pl

SZLAK HRABINY MARION DÖNHOFF

Jego trasa łączy okolice Olsztyna ze Sztynortem, a biegnie wzdłuż południowej granicy województwa i między Wielkimi Jeziorami Mazurskimi. Celem utworzenia szlaku jest promowanie dziedzictwa kulturowego regionu oraz naturalnych form rekreacji. Trasa licząca 243 km, przebiega przez teren 11 nadleśnictw i 17 gmin Warmii i Mazur. Szlak biegnie głównie leśnymi i polnymi drogami gruntowymi, wzdłuż malowniczych jezior. Wokół szlaku zlokalizowanych jest ponad 30 stajni, z usług których mogą korzystać podczas rajdów jeźdźcy i ich wierzchowce. Wyznaczono także miejsca wodopojów i popasów.

Szlak nosi imię hrabiny Marion Dönhoff (1909-2002), pochodzącej z Prus Wschodnich hrabiny, dziennikarki i pisarki, przez dziesiątki lat działającej na rzecz pojednania Niemiec z krajami Europy Wschodniej. Hrabina Dönhoff opisała trasę z Olsztyna do Sztynortu w swojej książce „Nazwy, których nikt już nie wymienia". Konną wyprawę przez Mazury zorganizowała na jesieni 1941 roku ze swoją kuzynką, inną pruską arystokratką Sisi Lehndorff. Obie kobiety przez pięć dni jechały leśnymi duktami, nocując we dworach i leśniczówkach.

W styczniu 1945 roku Marion Dönhoff opuściła Prusy Wschodnie, uciekając konno przed nadciągającą Armią Czerwoną.

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

eprasa.pl 530b41dc9c

ATMOSFERA ZA KULISAMI BYŁA GORĄCA

SZTUKA PRZENOSI WIDZÓW DO ELITARNEGO ŚWIATKA NOWOJORSKIEJ BRANŻY WYDAWNICZEJ — MÓWI ELŻBIETA ROMANOWSKA, AKTORKA GRAJĄCA JEDNĄ Z GŁÓWNYCH RÓL. W SOBOTĘ NA DESKACH TEATRU KWADRAT W WARSZAWIE PREMIERA SPEKTAKLU „NIE KSIĄŻKA ZDOBI CZŁOWIEKA" W REŻYSERII GIOVANNY'EGO CASTELLANOSA.

Na 1 lutego zaplanowano premierę sztuki „Nie książka zdobi człowieka" w reżyserii Giovanny'ego Castellanosa. Grająca jedną z głównych ról Elżbieta Romanowska zdradza, że sztuka pozwala przenieść się widzom do elitarnego światka nowojorskiej branży wydawniczej. Aktorka tłumaczy, że spektakl przepełniają zwroty akcji i liczne zawirowania, dzięki czemu praca nad nim była ogromną przygodą.

SZTUKA W PRZEŚMIEWCZY SPOSÓB ODKRYWA MECHANIZMY RZĄDZĄCE SHOW-BIZNESEM. OPOWIADA O TYM, JAKIE PREDYSPOZYCJE NALEŻY POSIADAĆ, ABY W ŚWIECIE ZDOMINOWANYM PRZEZ MEDIA UZYSKAĆ STATUS GWIAZDY.

Obok Elżbiety Romanowskiej na scenie będzie można zobaczyć również Andrzeja Nejmana, Pawła Małaszyńskiego, Olgę Kalicką oraz Lucynę Malec.

— To jest historia pełnego kompleksów człowieka, który napisał książkę — opowiada Elżbieta Romanowska. — Nagle okazuje się, że trzeba ją, jak to w takich przypadkach bywa, wypromować. Jest więc wielka impreza, na której bawią się najwięksi pisarze, recenzenci i producenci. Jednak sam autor nie ma zamiaru się na niej pojawić. Wpada bowiem na pomysł, żeby wysłać przyjaciela, który będzie się pod niego podszywał. Plan, który w założeniu miał być prosty, łatwy i przyjemny, nagle okazuje się bardzo zawiły.

Fot. newseria.pl

Elżbieta Romanowska wciela się w postać Nancy, dynamicznej narzeczonej głównego bohatera

AKTORKA WCIELA SIĘ W POSTAĆ NANCY, DYNAMICZNEJ NARZECZONEJ GŁÓWNEGO BOHATERA. NIESPODZIEWANE ZDARZENIA, W JAKICH PRZYJDZIE JEJ UCZESTNICZYĆ, JESZCZE BARDZIEJ ZAGMATWAJĄ HISTORIĘ.

— Przyjaciel zakochuje się w pięknej młodej dziewczynie, która łamie mu serce. W dodatku narzeczona głównego bohatera — tę rolę gram ja — o niczym nie wie i podejrzewa go o romans. Gdy okazuje się, że miała rację, akcja znowu nabiera tempa — tłumaczy Elżbieta Romanowska.

Artystka zwraca uwagę, że do największych atutów spektaklu należą, między innymi, dowcipne dialogi i zaskakujący bohaterowie. Scenariusz powstał na podstawie dramatu Seymoura Blickera i jest niezwykle wciągający. Aktorów niewątpliwie czeka trudne zadanie. Mają jednak nadzieję, że publiczności spodobają się efekty licznych prób i długich przygotowań.

— Praca nad spektaklem jest fantastyczna, a atmosfera za kulisami bardzo gorąca. Jesteśmy ciekawi, jak widzowie przyjmą tę sztukę. To nie jest typowa farsa, lecz połączenie komedii i farsy. Forma jest więc wymagająca, ponieważ wszystkie „smaczki" muszą być bardzo dobrze zagrane. Mamy nadzieję, że nam się to uda i widzowie, którzy przyjdą na spektakl, będą świetnie się bawić — wyznaje znana aktorka.

Fot. Zbigniew Woźniak

Reżyser Giovanny Castellanos

ŹRÓDŁO: NEWSERIA.PL

O NIEJ

Elżbieta Romanowska urodziła się w Głogowie, ale od drugiego roku życia mieszka w Szczecinie. Córka nauczycielki geografii i wychowania fizycznego Bogusławy i policjanta Daniela Romanowskich. Jest absolwentką Państwowej Wyższej Szkoły Teatralnej w Krakowie (Wydziału Aktorskiego we Wrocławiu).

Występowała w musicalach wystawianych przez Operę na Zamku w Szczecinie oraz w Musical Show Melodie Broadwayu. Grała w gdyńskim teatrze muzycznym w „Jesus Christ Superstar "i w „Pułapce" w Teatrze Juliusza Słowacki w Krakowie. Wzięła udział w spektaklu „Opherafolia", który miał premierę na 27. Przeglądzie Piosenki Aktorskiej we Wrocławiu. Występowała też we wrocławskim Teatrze Współczesnym.

Do 2015 pracowała w teatrze muzycznym Capitol we Wrocławiu. Współpracowała również z Teatrem Współczesnym we Wrocławiu, Teatrem Piosenki we Wrocławiu oraz Teatrem im. Juliusza Słowackiego w Krakowie.

Telewidzowie znają ją z programów rozrywkowych: „Jak oni śpiewają", „Dancing with the Stars". Taniec z gwiazdami" i „Twoja twarz brzmi znajomo". Prowadziła też drugi sezon programu „Grzeszki na widelcu". W 2016 była nominowana do zdobycia statuetki w kategorii „Nadzieja Plejady" podczas Wielkiej Gali Gwiazd Plejady. Niezwykle charakterystyczną postać Joli Pietrek stworzyła w serialu „Ranczo", czy Agaty Dec w „2XL". A teraz możemy ją oglądać w „W rytmie serca" gdzie wciela się w sympatyczną recepcjonistkę Ewę.

NEWSERIA.PL OPR. LUB

RAFAŁ GRABIAS I GABRIEL SEWERYN OCENIAJĄ GUST POLAKÓW

Uczestnicy telewizyjnego show „Królowe życia" Rafał Grabias i Gabriel Seweryn twierdzą, że Polacy ubierają się gorzej latem, bo odsłaniają za dużo mankamentów swojej sylwetki.

Grabias i Seweryn uważają, że gust Polaków w ostatnim czasie znacząco się poprawił. Stylizację rodaków coraz częściej są przemyślane i dobrze prezentują się także za granicą. Uczestnicy show zaznaczają, że kłopoty z doborem odpowiednich części garderoby zdarzają się głównie latem, gdy trzeba pokazać nieco więcej ciała.

Obaj dali się poznać szerszej publiczności jako osoby, które dużo wiedzą na temat mody i luksusowych marek. Projektanci często podróżują. Zdradzają, że coraz częściej poza granicami kraju zdarza im się spotykać Polaków świetnie prezentujących się na ulicach dużych miast.

— Polacy coraz modniej się ubierają — Rafał Grabias.— Zdarza się, że spotykamy młodych ludzi za granicą, wymieniamy się spojrzeniami i stwierdzamy, że ktoś naprawdę dobrze wygląda. Później okazuje się, że to Polak. Myślę, że potrafimy tworzyć coraz ciekawsze stylizacje, zwłaszcza młodzi ludzie. Naprawdę nie mamy się czego wstydzić na tle świata. Oczywiście są jakieś wyjątki, ale one zdarzają się wszędzie.

Fot. newseria.pl

Rafał Grabias i Gabriel Seweryn twierdzą, że aby dobrze wyglądać, nie trzeba wydawać fortuny

Zimą, kiedy temperatura jest niska, ludzie zakładają na siebie ciepłe swetry i obszerne płaszcze, pod którymi nie widać zbędnych kilogramów.

— Myślę, że latem ludzie ubierają się gorzej, ponieważ muszą odkryć swoje ciało, a ono nie zawsze jest w dobrej kondycji — twierdzi Gabriel Seweryn.

Rafał Grabias uważa, że to właśnie ubrania niedopasowane do kształtu sylwetki są największym modowym grzechem Polaków. Podczas miesięcy letnich ludzie zachęceni promieniami słońca przestają przejmować się ułomnościami swojej figury. W konsekwencji pokazują stanowczo za dużo ciała.

— Nie chodzi o to, że elementy garderoby, jakie wybierają, są złe, tylko o to, że niekorzystnie wyglądają na danym człowieku. Ludzie odsłaniają za dużo swoich mankamentów — tłumaczy projektant.

Ubranie, chociaż nie jest najważniejsze, często może pomóc w osiągnięciu wymarzonego wyglądu. Określone części garderoby potrafią bowiem nadać stylizacjom charakter czy optycznie wyszczuplić sylwetę. Według gwiazd programu „Królowe życia" dobrze jest o tym pamiętać.

– Chociaż powtarza się, że nie szata zdobi człowieka, jestem przeciwnego zdania. Myślę, że może ona pomóc – wtrąca Gabriel Seweryn.

Aby dobrze prezentować się na co dzień, niezbędna jest świadomość własnego ciała. Dzięki niej dobór odpowiednich ubrań staje się o wiele prostszy. W podkreślaniu atutów mogą pomóc odpowiednio dobrane części garderoby.

Zdaniem Rafała Grabiasa, aby dobrze wyglądać, nie trzeba wydawać fortuny. Ważniejsze jest, by mieć poczucie stylu i być świadomym obecnych trendów i panujących w modzie tendencji.

NEWSERIA.PL OPR. LUB

eprasa.pl 530b41dc9c

NAJPIERW MUSZĘ WALCZYĆ SAMA ZE SOBĄ

SANDRA KRUK, WIELOKROTNA MISTRZYNI POLSKI I BRĄZOWA MEDALISTKA ZESZŁOROCZNYCH MISTRZOSTW EUROPY W BOKSIE, OPOWIADA O SWOJEJ DRODZE DO TYCH SUKCESÓW ORAZ MARZENIACH ZWIĄZANYCH Z WYSTĘPEM NA IGRZYSKACH OLIMPIJSKICH W TOKIO.

Tak naprawdę poza ringiem wszystkie bardzo się lubimy — mówi pięściarka

Fot. archiwum prywatne (3)

Skoro mężczyźni mogą tańczyć w balecie, to ja mogę trenować boks — twierdzi Sandra Kruk

Sandra Kruk: Na co dzień jestem żołnierzem

— Boks to typowo męska dyscyplina. Jak się w tym odnajdujesz?

— Dla mnie nie jest to typowo męska dyscyplina. Skoro mężczyźni mogą tańczyć w balecie, to ja mogę trenować boks. Moja kariera ze sportami walki zaczęła się od kickboxingu. Rodzeństwo trenowało tę dyscyplinę i dołączyłam do nich. Miałam wtedy 6 lat. Osiągaliśmy swoje małe sukcesy. W 2006 roku przeszłam na boks, ponieważ jest dyscypliną olimpijską, a udział w igrzyskach to moje największe marzenie. W tej chwili bardzo mocno przygotowuję się do kwalifikacji olimpijskich, które odbędą się w marcu.

— To chyba jako jako mała dziewczynka nie przepadałaś za zabawą lalkami?

— Nie za bardzo interesowały mnie lalki. Ciężko było też utrzymać mnie w domu. Wolałam gry w piłkę, chodzenie po drzewach. Natomiast teraz zdarza mi się założyć spódnicę i szpilki. Na co dzień jestem również żołnierzem, ale przede wszystkim kobietą. Czasami trzeba ubrać suknię wieczorową, a innym razem rękawice bokserskie. Chodzenie w butach na obcasie dla niejednej kobiety to też prawdziwy wyczyn. (śmiech)

— Zdarzyła ci się sytuacja, w której musiałaś użyć swoich umiejętności i bronić się przed jakimś napastnikiem?

— Całe szczęście nie miałam takich sytuacji i mam nadzieję, że mi się nie przytrafią. Istnieje takie nieprawdziwe przekonanie, że osoby, które trenują rozmaite sporty walki, są agresywne i same szukają zaczepki. To absolutna nieprawda. Od początku uczono nas, że wykorzystywanie swoich umiejętności poza ringiem grozi zawieszeniem lub nawet wyrzuceniem z klubu. Mamy swój kodeks moralny, którego się trzymamy. Musimy pamiętać o tym, że mamy „białą broń" w rękach i używanie jej wobec słabszych jest czymś nieetycznym i zasługuje na najwyższe potępienie. Natomiast umiejętność obronienia siebie, czy swoich bliskich w sytuacjach, gdy takie zagrożenie jest realne, na pewno daje mi duże poczucie bezpieczeństwa i oby potencjalny napastnik nie musiał przekonać się o tym na własnej skórze.

> MAMY SWÓJ KODEKS MORALNY, KTÓREGO SIĘ TRZYMAMY.

— Twój mąż jest twoim trenerem. Ciągle przebywacie razem. Jak to znosicie?

— Dajemy radę (śmiech). Tak naprawdę często mnie nie ma, bo wyjeżdżam na różne zgrupowania. Nie ma mnie na miejscu przez ponad 200 dni w roku, więc potrafimy za sobą zatęsknić. Dla męża, niestety, mam mniej czasu niż dla koleżanek z kadry, ale potrafimy to pogodzić i nadrabiamy potem podczas wspólnych treningów.

— Kiedy przytrafiło ci się pierwsze „limo"?

— Pierwsze „limo" nabił mi kolega na sparingu, natomiast siniaki przytrafiają się rzadko. Ale jak już się przytrafiają, to zawsze mam potem jakieś ważne wydarzenie, jak ostatnio — wesele przyjaciela. Pamiętam jeszcze dzwonił do mnie przed walką i błagał, bym wyszła z tego cało. Niestety, nie udało się. Nie raz musiałam zatuszować „limo" pod okiem. Mąż unika wtedy ze mną wspólnych zakupów (śmiech). Ludzie potrafią bardzo głośno komentować wtedy mój wygląd: „Popatrz, mąż ją na pewno bije". Ja się tym nie przejmuję. Robię swoje.

— Odczuwasz ból, jak przyjmujesz ciosy?

— Bardzo często podczas walki się tego nie czuje. Dopiero później, jak emocje opadną, odpuści stres, to wtedy czuć. Podczas pojedynku jesteśmy tak nabuzowani adrenaliną, że ból odczuwa się bardzo rzadko.

— Przed każdą walką bokserzy stają naprzeciw siebie i patrzą z wrogością w oczy. Czy po zejściu z ringu odczuwasz złość na swoją przeciwniczkę?

— Walka nie ma nic wspólnego z agresją, ze złością czy nawet z nienawiścią do drugiego człowieka. Tak naprawdę to poza ringiem my się wszystkie bardzo lubimy. Jesteśmy koleżankami, które wspólnie spędzają czas. A podczas walki starasz się dać z siebie jak najwięcej, bo to weryfikuje twoje umiejętności, jak dużo i jak ciężko trenowałaś. Po walce podajemy sobie ręce, gratulujemy sobie, bo dałyśmy z siebie wszystko.

— Jak często trenujesz, by osiągnąć swoje mistrzostwo?

— Mam treningi trzy razy dziennie 6 dni w tygodniu. Jeden dzień zostawiam sobie na regenerację. Rano często pływanie około 1-1,5 godziny, po południu trening bokserski lub siłownia, kolejne 2,5-3 godzin, a wieczorem stabilizacja do 1 godziny maksymalnie, by utrwalić to, co wcześniej wypracowałam.

— Czy zdarzają ci się jeszcze zakwasy?

— Oczywiście, że tak. Jeżeli zmieniam intensywność treningu, to się pojawiają. Jak się pojawiają, to znaczy, że jest progres. I wtedy nie odpoczywamy, a ćwiczymy jeszcze intensywniej. Trzeba zmieniać coś w treningu i dawać impulsy organizmowi, by ciągle pracował i się pobudzał. By móc dobrze walczyć w ringu, najpierw muszę stoczyć walkę sama ze sobą.

KAROLINA ROGÓZ-NAMIOTKO

Najbliższe plany treningowe Sandry: zgrupowanie w Niemczech. Tam odbędzie się zgrupowanie międzynarodowe z reprezentacją Niemiec i Francji, które zakończy się dwoma meczami. Koniec lutego — zgrupowanie w Giżycku. A w marcu kolejne zgrupowanie międzynarodowe w Londynie, a po nim turniej kwalifikacyjny do Igrzysk Olimpijskich i to jest dla Sandry najważniejsze wydarzenie w całej karierze sportowej.

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

eprasa.pl 530b41dc9c

BURGER CZY JEDNAK SAŁATKA?

POLACY ELIMINUJĄ MIĘSO Z DIETY — TO JUŻ FAKT. Z JEDNEJ STRONY CORAZ WIĘCEJ OSÓB DEKLARUJE CAŁKOWITĄ REZYGNACJĘ Z MIĘSA, Z DRUGIEJ WIELU OGRANICZA JEGO SPOŻYCIE. DZIŚ JUŻ TYLKO NIESPEŁNA 12 PROC. PRZYZNAJE, ŻE SPOŻYWA JE CODZIENNIE.

Z ostatnich badań na temat nawyków żywieniowych Polaków wynika, że już milion osób w wieku 18-65 lat to wegetarianie i weganie, natomiast aż 2 miliony planuje przejść na taką dietę.

— Kiedy otwieraliśmy ten lokal, nastawialiśmy się przede wszystkim na ludzi młodych — przyznaje Joanna Kaczmarczyk, współwłaścicielka olsztyńskiej restauracji wegańskiej Bo No Bo. — A dziś, kiedy lokal już jakiś czas funkcjonuje, widzimy, że przekrój naszych klientów jest bardzo różny. Od licealistów, poprzez osoby w wieku średnim, po pokolenie naszych rodziców, a nawet dziadków, wręcz 60 plus... A byliśmy przekonani, że tylko młodzi ludzie są bardziej świadomi tego, co jedzą i co służy ich zdrowiu, a co nie. Że to ich obchodzi związany z kuchnią wegańską aspekt ekologiczny. A jednak ta świadomość jest coraz większa bez względu na wiek. Ludzie albo rezygnują, albo mocno ograniczają spożycie mięsa, bo tak właśnie czują, bo chcą. A poza tym zauważamy, że rośnie liczba ludzi, szczególnie młodych, a wręcz dzieci z nietolerancją na laktozę, cukier, gluten.

Zwiększenie ilości warzyw i owoców oraz zdrowych tłuszczów w diecie to najlepsza profilaktyka przeciw chorobom

Fot. pixabay.com

W CZYM TKWI TAJEMNICA?

Jadłospis eliminujący mięso, oparty na zbożach, warzywach, owocach i zdrowych tłuszczach niesie ze sobą wiele korzyści dla zdrowia, ale czy jest odpowiedni dla wszystkich? Cała tajemnica tkwi podobno w odpowiedniej ilości warzyw i owoców włączanych do codziennego menu i w odpowiednich proporcjach wobec innych składników.

— Zwiększenie ilości warzyw i owoców oraz zdrowych tłuszczów w diecie to najlepsza profilaktyka przeciw chorobom cywilizacyjnym i nowotworowym — mówi Agnieszka Piskała-Topczewska, specjalista ds. żywienia i ekspert kampanii „Warzywa i owoce — na szczęście". — Jeśli chcemy eliminować z diety mięso, w zastępstwie wybierajmy przede wszystkim produkty świeże: warzywa i owoce oraz zboża i nasiona oleiste, które dzięki zawartości witamin i składników odżywczych znacząco wpłyną na poprawę stanu naszego zdrowia. Prawidłowo skomponowana, pełnowartościowa dieta bezmięsna, z dużą ilością warzyw i owoców pozwala zapobiegać wielu chorobom, w tym m.in. otyłości, cukrzycy typu II, chorobie niedokrwiennej serca, nadciśnieniu tętniczemu, hipercholesterolemii, nowotworom, kamicy żółciowej i nerkowej.

> ZWIĘKSZENIE ILOŚCI WARZYW I OWOCÓW ORAZ ZDROWYCH TŁUSZCZÓW W DIECIE TO NAJLEPSZA PROFILAKTYKA PRZECIW CHOROBOM CYWILIZACYJNYM I NOWOTWOROWYM.

Oczywiście jak wszystko, także bezmięsna dieta ma swoje wady i zalety, ale, zdaniem dietetyków, korzyści płynących z ograniczenia spożywania mięsa jest zdecydowanie więcej. Przede wszystkim ograniczając spożycie mięsa, a zastępując je owocami i warzywami, dostarczamy organizmowi odpowiednią ilość przeciwutleniaczy, ważnych witamin i składników mineralnych.

— Ogromną zaletą diety bezmięsnej jest dostateczne spożycie warzyw i owoców, które są źródłem ważnych w diecie witamin, a przede wszystkim witaminy C. Pełni ona wiele istotnych funkcji w organizmie: poprawia odporność, warunkuje prawidłowy rozwój chrząstki, kości i zębów, przyspiesza gojenie ran. Dzięki takiemu rodzajowi odżywiania dostarczamy również odpowiedniej ilości błonnika, który nie tylko usprawnia działanie przewodu pokarmowego, ale również obniża poziom cholesterolu i ułatwia wydalanie z organizmu metali ciężkich oraz toksyn — zapewnia ekspertka.

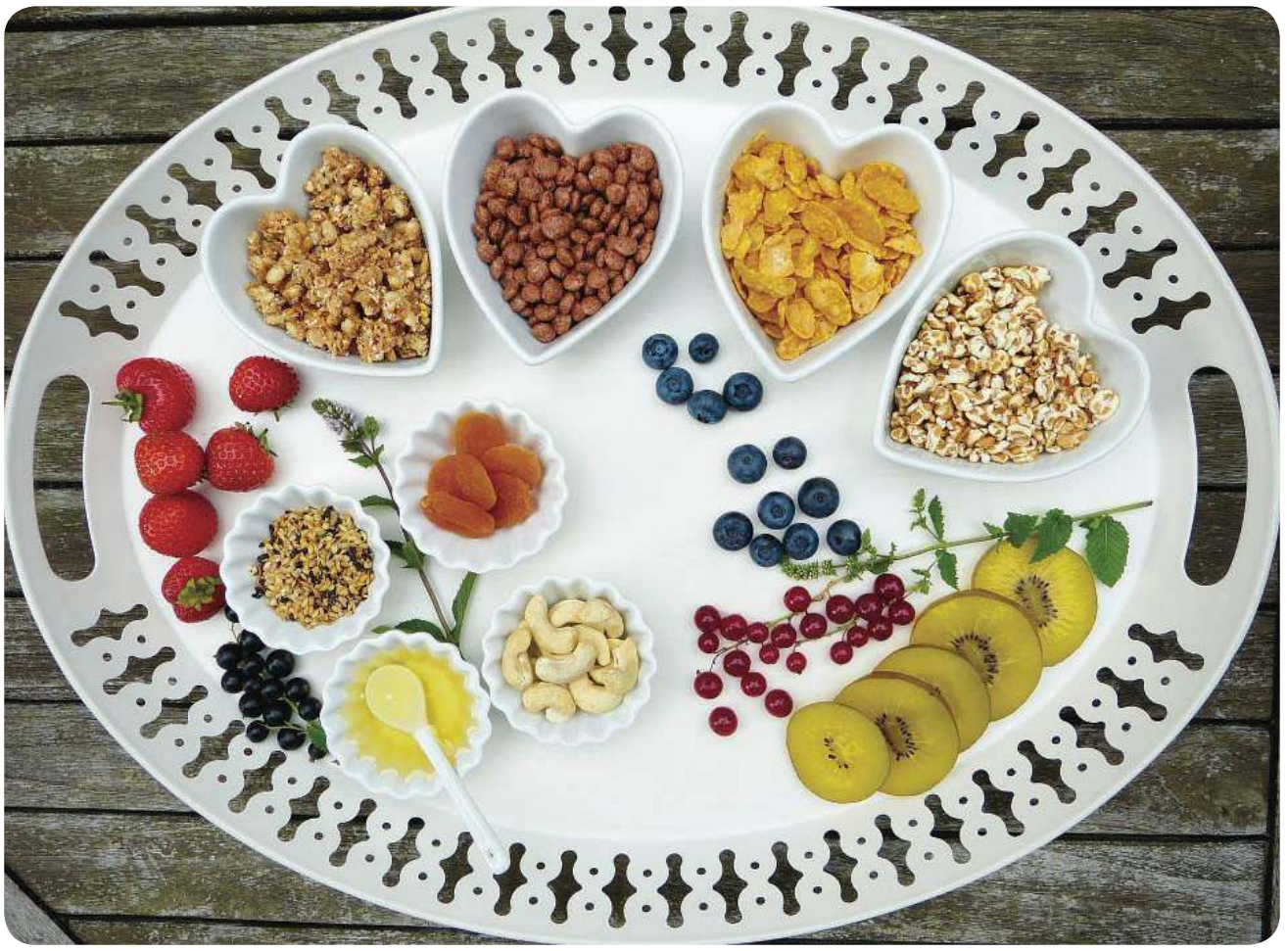
ZANIM PODEJMIESZ DECYZJĘ, SPRAWDŹ

Decyzja o przejściu na dietę eliminującą mięso powinna być jednak przemyślana i skonsultowana z odpowiednim specjalistą. Należy ją też oprzeć się na piramidzie zdrowego odżywiania.

— Podstawą tego typu żywienia powinny być warzywa i owoce, pełnoziarniste produkty zbożowe, nasiona roślin strączkowych — soi, soczewicy, cieciorki, grochu, bobu, fasoli — jako substytutów mięsa, a także produkty mleczne i nabiałowe, jajka oraz tłuszcze roślinne i nasiona oleiste: orzechy, pestki dyni i słonecznika

eprasa.pl 530b41dc9c

DR INŻ. IWONA BATYK Z KATEDRY TOWAROZNAWSTWA WYDZIAŁU NAUK EKONOMICZNYCH UWM: NIEODZOWNYM WARUNKIEM SZCZĘŚCIA I DOBREJ KONDYCJI W ŻYCIU JEST ZACHOWANIE UMIARU.



— mówi Agnieszka Piskała-Topczewska.

Wykluczenie mięsa z codziennego jadłospisu nie zawsze jest jednak korzystne dla zdrowia. Nie jest wskazane choćby w przypadku osób młodych, które są w okresie intensywnego wzrostu i rozwoju.

— Nieodzownym warunkiem szczęścia i dobrej kondycji w życiu jest zachowanie umiaru — mówi dr inż. Iwona Batyk z Katedry Towaroznawstwa Wydziału Nauk Ekonomicznych Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie. — Słowa te stają się szczególnie ważne w odniesieniu do odżywiania się. Właściwe odżywianie to przede wszystkim odpowiednie proporcje i brak przesady we wszystkim: tak w spożywaniu mięsa, jak i spożywaniu tłuszczów, roślin strączkowych, produktów zbożowych czy mlecznych. Bardzo istotna jest jakość żywności i świadomość wyboru, co prowadzi do zmiany mentalności konsumentów — ważna jest jakość, a nie ilość. Banalne powiedzenie „co za dużo, to niezdrowo" doskonale określa najlepszą dietę.

— Białko pochodzenia zwierzęcego jest najbardziej wartościowe i dostarcza organizmowi wszystkich niezbędnych mu aminokwasów. Dlatego też odgrywa kluczową rolę w rozwijającym się, młodym organizmie. Na to jednak też istnieje sposób — rezygnując ze spożywania mięsa, możemy dostarczyć białko wraz z produktami mlecznymi — mlekiem, jogurtem, kefirem, serem żółtym, serem białym, maślanką, zsiadłym mlekiem, serem pleśniowym, twarogowym... Większym problemem związanym z nieodpowiednią ilością spożywanego mięsa zwierzęcego jest deficyt żelaza hemowego, które zapobiega rozwojowi niebezpiecznej anemii. Najlepsze źródła tego żelaza to natka pietruszki, orzechy, produkty zbożowe z żyta i owsa, owoce strączkowe, śliwki suszone, rodzynki, żółtko, drożdże oraz kakao — dodaje Agnieszka Piskała-Topczewska.

Zdrowa dieta i dużo ruchu — to recepty na długowieczność

DECYZJA O PRZEJŚCIU NA DIETĘ ELIMINUJĄCĄ MIĘSO POWINNA BYĆ JEDNAK PRZEMYŚLANA I SKONSULTOWANA Z ODPOWIEDNIM SPECJALISTĄ. NALEŻY JĄ TEŻ OPRZEĆ SIĘ NA PIRAMIDZIE ZDROWEGO ODŻYWIANIA.

KOBIETY SĄ BARDZIEJ OTWARTE NA NOWOŚCI

— Z moich obserwacji wynika, że to kobiety są jednak bardziej otwarte na nowości, na diety, na pomysły dotyczące zdrowego odżywiania się — mówi restauratorka Joanna Kaczmarczyk. — Większość mężczyzn podchodzi do tych kwestii jednak bardziej zachowawczo. W dużej mierze przychodzą do nas z powodu kobiet — bo to żona, dziewczyna, partnerka chce spróbować naszych dań. I czasem, ku własnemu wielkiemu zdziwieniu, mówią nam, że zjedli bardzo smacznie, są bardzo zadowoleni, a przede wszystkim najedli się.

No i wartość dodana: po takiej kuchni każdy ma prawo dodatkowo poczuć satysfakcję, że prócz smacznie i do syta było jeszcze najważniejsze — zdrowo!

Magdalena Maria Bukowiecka
m.bukowiecka@gazetaolsztynska.pl

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

REKLAMA

SPECJALISTA CHIRURGII OGÓLNEJ I ONKOLOGICZNEJ
dr n.med. Grażyna KUCIEL-LISIESKA
• diagnostyka i leczenie nowotworów (zabiegi chirurgiczne)
Olsztyn, ul. Zamenhofa 1
przyjęcia: pon., śr., godz. 15-17
• domowy 89/542 58 29
• komórka 502 056 459
207219otbr-a -0

dr n. med.
Sylwia Lisieska-Żołnierczyk
specjalista chirurgii ogólnej i onkologicznej
◆ zabiegi chirurgiczne ◆ wizyty domowe
◆ poradnictwo żywieniowe chorych nowotworowych i ogólnych (certyfikat POLSPEN)
Olsztyn, ul. Zamenhofa 1, czw. 15.00-17.00
(pozostałe terminy po uzgodnieniu telefonicznym)
Rejestracja telefoniczna codziennie:
506 116 994
207319otbr-a-0

dr n. med. MACIEJ BIERNACKI
SPECJALISTA CHIRURGII OGÓLNEJ I ONKOLOGICZNEJ
•chirurgia ogólna •chirurgia onkologiczna •żylaki •przepukliny •usuwanie drobnych zmian skórnych •leczenie chorób piersi •leczenie nowotworów przewodu pokarmowego
Olsztyn, al. Wojska Polskiego 39 (Lancet)
89 535 72 80 od godz. 13⁰⁰, 508 36 26 52
190019otbr-A-P

NZOZ „ARTERIA" PRYWATNE SPECJALISTYCZNE CENTRUM CHORÓB NACZYŃ
Olsztyn, ul. Kopernika 30 (parter, lok. 14, 15) pn.-pt., rej. w godz. 10⁰⁰-18⁰⁰, tel. 89 534-55-65
CHOROBY ŻYŁ I TĘTNIC
• diagnostyka • leczenie zachowawcze
• skleroterapia żylaków
• laserowe leczenie żylaków!!!
• leczenie operacyjne żylaków
Specjaliści chirurgii naczyniowej i ogólnej:
Mariusz Błoniecki | Rafał Dryzner
Piotr Malinowski
Maciej Sadowski tel. 89 509 344 667
www.arteria.olsztyn.pl
207119otbr-a -0

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

eprasa.pl 530b41dc9c

KODUJ Z GIGANTAMI

1-16.02 Olsztyn

Fot. materiały organizatora

Koduj z Gigantami to już szósta edycja bezpłatnych warsztatów programowania dla dzieci i młodzieży organizowanych przez szkołę Giganci Programowania. Zaplanowano ją w 58 miastach w Polsce, także w Olsztynie na 1-16 lutego. Warsztaty przeznaczone są dla uczniów od 7 do 18 roku życia.

Celem akcji jest zwiększenie świadomości dzieci i młodzieży szkolnej o programowaniu, zapoznanie się z narzędziami programistycznymi i nowymi technologiami. Misją Gigantów Programowania jest przede wszystkim zwiększenie świadomości o dalszej ścieżce edukacji i pracy w IT.

Organizatorzy przewidują ponad 4500 miejsc dla uczestników warsztatów, które odbywają się na terenie całej Polski.

Młodsi uczestnicy mogą spróbować swoich sił poznając programy takie jak Scratch, Kodu czy AppInventor, starsi natomiast — C# i Visual Studio. Zajęcia odbywają się w blokach jedno lub półtora godzinnych w grupach do 12 osób.

Zapisy za pośrednictwem strony internetowej w zakładce "KODUJ Z GIGANTAMI"

TRAJTKIEM PRZEZ OLSZTYN

2.02 Olsztyn

Koło Rodzinne „Laurencja" zaprasza w niedzielę 2 lutego na 138. rajd pieszy z cyklu „Wędrówki Rodzinne" pt. „Trajtkiem przez Olsztyn". Zbiórka o godz. 10.05 na przystanku MPK „Gdyńska" na Kolonii Mazurskiej (dojazd autobusem nr 105 i 116). Trasa: ul. Pstrowskiego, ul. Niepodległości, pl. Roosevelta, ul. Szrajbera, ul. Pieniężnego, ul. 22 Stycznia, pl. Dunikowskiego, al. Piłsudskiego, ul. Kościuszki, ul. Partyzantów, ul. Limanowskiego (około 10 km). Zakończenie zaplanowano na ul. Limanowskiego około godziny 13.30.

FOTOGRAFIE ADAMA WYŻLICA

3.02 Olsztyn

W poniedziałek 3 lutego Galeria Stary Ratusz Wojewódzkiej Biblioteki Publicznej w Olsztynie (ul. Stare Miasto 33) zaprasza o godz. 17.00 na wernisaż wystawy fotograficznej „KK34" Adama Wyżlica. To kolejny projekt tego artysty, tym razem dotyczący olsztyńskiego dworca kolejowego. Fotografie pokazują różne fragmenty tego obiektu, o którym ostatnio głośno w związku z planowaną przebudową. Warto w tym momencie zatrzymać jego obraz, pokazać, utrwalić.

Adam Wyżlic (ur. 1972) - malarz, grafik, fotograf, rysownik. Absolwent edukacji artystycznej UWM w zakresie sztuk plastycznych. Ma na swoim koncie kilkanaście wystaw indywidualnych (m.in. w Ostródzie, Olsztynie, Dobrym Mieście, Szczytnie, Warszawie, Krakowie, Kudowa Zdrój) i pięćdziesiąt zbiorowych, podczas których prezentował rysunek, malarstwo, grafikę, plakat i fotografię. Członek kilku grup artystycznych skupiających plastyków oraz fotografików.

POŻEGNANIE SEWERYNA PIENIĘŻNEGO

5.02 Olsztyn

Fot. materiały organizatora

Muzeum Warmii i Mazur w Olsztynie zaprasza od 5 lutego (w godz. 9.00-16.00) na pokaz „Olsztyn żegna Seweryna Pieniężnego", prezentujący dokumenty ekshumacyjne, związane z przewiezieniem szczątków wydawcy „Gazety Olsztyńskiej" z terenu obozu koncentracyjnego Hohenbruch (ob. Gromowo w rejonie sławskim obwodu kaliningradzkiego Federacji Rosyjskiej). Pokaz w Domu Gazety Olsztyńskiej (Targ Rybny 1) potrwa do 1 marca 2020 r.

SCENA DLA MUZYKI POLSKIEJ

6.02 Olsztyn

Fot. materiały filharmonii

Już po raz kolejny będziemy mieć w Filharmonii Warmińsko-Mazurskiej unikatową okazję wysłuchania zbyt rzadko prezentowanych kompozycji twórców polskich. W kolejnej odsłonie projektu Scena dla Muzyki Polskiej zabrzmią dzieła kompozytorów XX-wiecznych. Tym razem będą to wyłącznie utwory przeznaczone na najbardziej fascynujący z instrumentów: ludzki głos. Wystąpi ProModern (sekstet wokalny muzyki współczesnej) w składzie: Marta Czarkowska – sopran, Ewa Puchalska – mezzosopran, Ewelina Rzezińska – mezzosopran, Aleksander Rewiński – tenor, Krzysztof Chalimoniuk – baryton, Piotr Pieron – bas.

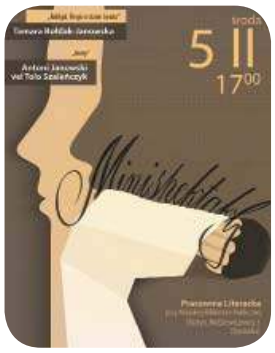
W programie: Stanisław Moryto – 3 sonety, Roman Padlewski – 2 motety: O anielska Pani, Radości wam powiedam, Witold Lutosławski – Lord Tennyson Song, 10 pieśni ludowych na tematy żołnierskie, Andrzej Panufnik – Song To The Virgin Mary, Tadeusz Paciorkiewicz – Orfeusz w lesie, Tadeusz Baird – 3 pieśni: Biegną wody potoku, O, zleciały się siwe gołębie, Ej osa, osa, zimna rosa.

Koncert jest współorganizowany w ramach programu Instytutu Muzyki i Tańca „Scena dla Muzyki Polskiej".

Początek o godz. 19.00.

MINISPEKTAKL W PRACOWNI LITERACKIEJ

5.02 Olsztyn



Miejska Biblioteka Publiczna zaprasza na „Minispektakl" na podstawie tekstów z najnowszych książek autorów: „Ridikjul. Elegie o stanie świata" Tamary Bołdak-Janowskiej oraz „Istoty" Antoniego Janowskiego vel Tola Szaleńczyka.

Wydarzenie odbędzie się 5 lutego o godz. 17.00 w Pracowni Literackiej przy Miejskiej Bibliotece Publicznej (Stare Miasto, ul. Rodziewiczówny 3).

SPOTKANIE Z GRUPĄ TAK

7.02 Gietrzwałd

W piątek 7 lutego o godz. 19 w Centrum Kulturalno-Biblioteczne w Gietrzwałdzie rozpocznie się koncert olsztyńskiej GRUPY TAK

Skład: Tomasz Salej (gitara i śpiew), Mirosław Kozak (gitara i akordeon)

Bilety: w przedsprzedaży – 20 zł, w dniu koncertu – 25 ZŁ

Rezerwacja: 89 512 32 90

POZNAJEMY NASZE SZLAKI

9.02 Olsztyn

Regionalna Komisja Turystyki Pieszej Oddział Warmińsko-Mazurski PTTK w Olsztynie zaprasza w niedzielę 9 lutego na Rajd pieszy „Poznajemy nasze szlaki".

Zbiórka uczestników o godzinie 10.15 przy kasach PKP dworca Olsztyn Główny. Odjazd pociągu relacji Bydgoszcz Główna o godzinie 10.29. Zbiórka na stacji PKP Biesal o godzinie 10.55. Bilety kupowane we własnym zakresie. Trasa: Biesal PKP-Stare Jabłonki o długości 10 km. Powrót pociągiem ze Starych Jabłonek o godzinie 15.29.

RETRO WALENTYNKI

14.02 Olsztyn

Kochać, jak to łatwo powiedzieć, czyli potańcówka w retro walentynki z legendarną krakowską formacją dixielandową Old Metropolitan Band i charyzmatyczną wokalistką Elą Kulpą! Organizatorzy zapraszają 14 lutego w godz. 19.00 – 21:00 do Spichlerza (ul. Piastowska 13), wstęp wolny.

Wystąpi niekonwencjonalny zespół jazzowy, który od czasu powstania w 1968 roku do dzisiaj fascynuje pełną temperamentu muzyką, nie tylko w Polsce ale także poza granicami kraju. Na początku lat siedemdziesiątych był laureatem większości konkursów jazzowych w Europie i szybko awansował do grona najbardziej ulubionych formacji prezentujących stary, dobry jazz. Do dziś pozostaje grupą, na koncerty której przychodzi chętnie kilka pokoleń słuchaczy, nie tylko fanów jazzu.

Dzięki eksperymentom z innymi gatunkami muzyki zespół wypracował sobie unikatowy, oryginalny styl pozwalający wyróżniać go wśród innych.

URODZINY FELIKSA NOWOWIEJSKIEGO

6.02 Barczewo

Centrum Kulturalno — Biblioteczne oraz Szkoła Podstawowa im. Feliksa Nowowiejskiego w Barczewie zapraszają na uroczystość z okazji 143. rocznicy urodzin Feliksa Nowowiejskiego i 110. rocznicy skomponowania „Roty".

Zaplanowano ją na 6 lutego o godz. 17.00 w Salonie Muzycznym im. Feliksa Nowowiejskiego w Barczewie, przy ul. Mickiewicza 13. W programie: prelekcja prof. Marii Ankudowicz-Bieńkowskiej pt. „Feliks Nowowiejski a Wilno" oraz prezentacja dokumentów i pamiątek po Feliksie Nowowiejskim z archiwum rodzinnego prelegentki, a także o godz. 19.00 koncert laureatów IV Ogólnopolskiego Festiwalu Wokalnego im. Feliksa Nowowiejskiego w Olsztynie (Szkoła Podstawowa nr 1 im. Feliksa Nowowiejskiego w Barczewie budynek B, II piętro, aula szkolna, ul. Wojska Polskiego 36). Prowadzenie koncertu — Ewa Alchimowicz-Wójcik.

KINO W OLSZTYNIE

HELIOS
tel. 89 535 20 30
23719otbs-a -0

Helios Olsztyn
(budynek CH AURA, al. Piłsudskiego 16)

SOBOTA, 1 LUTEGO

Szybcy i śnieżni, g. 10:30; Małgosia i Jaś / napisy, g. 14:10, 19:15, 21:30; Głębia strachu / napisy, g. 12:10, 18:45, 21; Chłopiec i Wilk / dubbing, g. 10:, 14:30, 16:40; Superpies i Turbokot / dubbing, g. 10:50, 14, 17:45; Bad Boys For Life / napisy, g. 11:10, 14:40, 17:30, 20:20; 1917 / napisy, g. 11:40, 14:20, 19:30, 21:30; Śnieżka i Fantastyczna Siódemka / dubbing, g. 12:30, 15:30; Jojo Rabbit / napisy, g. 17, 22:10; Richard Jewell / napisy, g. 16:15; Psy 3. W imię zasad, g. 12:20, 15:10, 18, 20:50; Doktor Dolittle / dubbing, 11, 13:30, 16, 18:30; Mayday, g. 11:30, 16:20, 19, 21; Urwis / dubbing, g. 10:10, 13:10; Jak zostałem gangsterem. Historia prawdziwa, g. 20

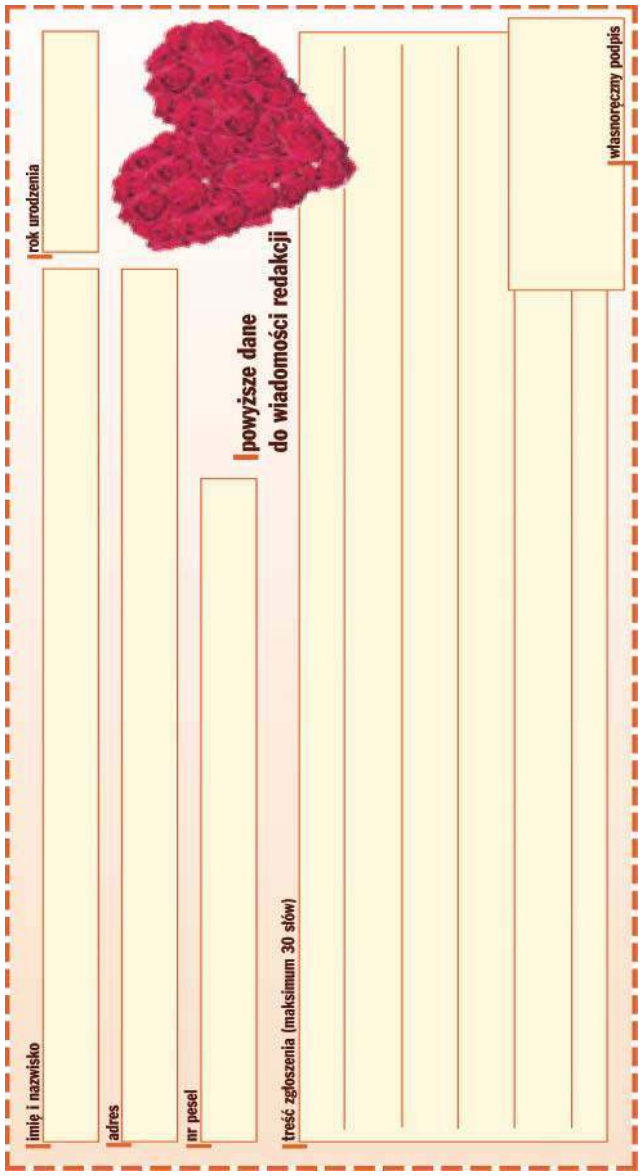
NIEDZIELA 2 LUTEGO

Szybcy i śnieżni, g. 10:30; Małgosia i Jaś / napisy, g. 14:10, 19:15, 21:30; Głębia strachu / napisy, g. 12:10, 18:45, 21; Chłopiec i Wilk / dubbing, g. 10:, 14:30, 16:40; Superpies i Turbokot / dubbing, g. 10:50, 14, 17:45; Bad Boys For Life / napisy, g. 11:10, 14:40, 17:30, 20:20; 1917 / napisy, g. 11:40, 14:20, 19:30, 21:30; Śnieżka i Fantastyczna Siódemka / dubbing, g. 12:30, 15:30; Jojo Rabbit / napisy, g. 17, 22:10; Richard Jewell / napisy, g. 16:15; Psy 3. W imię zasad, g. 12:20, 15:10, 18, 20:50; Doktor Dolittle / dubbing, 11, 13:30, 16, 18:30; Mayday, g. 11:30, 16:20, 19, 21; Urwis / dubbing, g. 10:10, 13:10; Jak zostałem gangsterem. Historia prawdziwa, g. 20

eprasa.pl 530b41dc9c

Korespondencję związaną z rubryką „Poznajmy się" proszę kierować na adres redakcji: „Gazeta Olsztyńska", ul. Partyzantów 28, 10-402 Olsztyn. Codziennie można osobiście dostarczać do redakcji kupony zgłoszeń, a także listy do wybranych osób. W razie wątpliwości proszę o kontaktowanie się ze nami telefonicznie lub osobiście w środę w godz. 9-12, nr tel. 89 539-76-48.

Do listów należy dołączyć znaczek pocztowy za 3,30 zł, a także do każdego listu wysyłanego jako odpowiedź na zamieszczony anons — kupon 1jat wycięty z „Gazety Olsztyńskiej".



POZNAJMY SIĘ NR 1585/1049

PANOWIE

OD 40 – DO 60 LAT

AKTYWNY
Stanu wolnego, znak „waga", szczupły blondyn 178 cm, 75 kg, wykształcenie wyższe, pracujący przedstawiciel handlowy, lubiacy sport, przyrodę, spokojny, kulturalny.

STSIEK
Jestem z olsztyna, wolny, niezależny, uczciwy, szczery, bez nałogów. Mam 55 lat 168/75. Poznam Panią do 55 lat. Jeżeli dokucza Ci samotność napisz.

JANUSZ Z OKOLIC OLSZTYNA
Jestem wdowcem na ręcie, mam 59 lat 170cm wzrostu 79 kg. Jestem uzdolnionym chłopakiem, technikiem samochodowym, zmotoryzowany niezależny finansowo i mieszkaniowo. Jeśli chcesz mnie poznać napisz a może wspólnie znajdziemy szczęście.

POWYŻEJ 60 LAT

ATRAKCYJNY
Mam 64 lata 175/75 wolny, szczupłej budowy ciala, zadbany, uczciwy, szczery, niebrzydki, niezależny finansowo i mieszkaniowo, zmotoryzowany. Poznam Panią w podobnym wieku z Olsztyna. Numer telefonu przyspieszy kontakt.

WDOWIEC
Wdowiec lat 60, pozna Panią 55-60 lat, szczupłą. Jestem niezależny finansowo i mieszkaniowo, mobilny 183 wzrostu. Zainteresowania wszechstronne, nie palę, kocham przyrodę.

MIŁY I SKROMNY
Samotny na emeryturze 74/180/87 niepalący, szczery i miły bez zadnych nałogów, zadbany z mieszkaniem, zmotoryzowany, poznam miła i skromną Panią samotną niepalącą, wysoką do 70 lat, która zamieszka ze mną. Cel stały związek.

SAMOTNY RENCISTA 60+
Katolik zaprosi do swojego domu i życia samotną lub z dziećmi, wiek, stan cywilny obojętny. Pania uczciwą, bez nałogów, z umiejetnościa prowadzenia domu, cierpliwością i pogoda ducha. Jestem inwalidą ale uprawiam działkę i zajmuje sie zwierzętami.

DOMATOR
Wdowiec, 67 lat, emeryt, mieszkam w Olsztynie, domator – M4, szczupły, wysoki, życzliwy wobec innych, troskliwy, wyrozumiały i opiekuńczy, pozna Panią miłą o dobrym, czułym sercu i charakterze, szczupłą i pełną ciepła.

KULTURALNY
Jestem bez żadnych zobowiązań i nałogów, niezależny finansowo – mieszkaniowo, pracujący, zmotoryzowany – poznam Panią lat 60-70, dla mnie wiek nie ma mniejszego znaczenia, liczy się przede wszystkim kultura osobista – cel przyjaźń, a może coś więcej.

MARZYCIEL
Emeryt – wolny 69/172/81 szczupły z mieszkaniem, wysportowany, dużo zainteresowań, lubię tańczyć bez nałogów, wesoły z humorem zmotoryzowany. Poznam Panią szczupłą bez nałogów do 71 lat z Olsztyna lub okolic. Cel przyjaźń, stały związek

EMERYT Z KĘTRZYNA
Mam 70 lat , jestem sam, niezalezny finansowo i mieszkaniowo, chciałbym poznać Panią, która też czuje się samotnie i potrzebuje wsparcia drugiej osoby. Jeśli potrafisz kochać i chcesz być kochana doezwij się.

SAMOTNY LAT 72
Szukam przyjaciółki do dalszego pożycia we dwoje, wiek obojętny. Szukam Pani uczciwej i radosnej jak ta wiosna. Pokocham i przytulę-obiecuję. Czekam na kontakt a będzie weselej. Cel stały związek.

SPRAWNY
73/167/65, rozwiedziony, bez nałogów i problemów, bardzo samotny, uczciwy i pogodny, majsterkowicz pozna do stałego związku odpowiedzialną Panią, która lubi aktywnosć, naturalna kuchnię i naturę, gospodarną i zgodną.

ROMANTYCZNY
Pogodny, niezależny, bez nałogów i problemów, sprawny i aktywny, majsterek 70+, pozna na stałe naturalną i kobiecą niewysoką Panią, zgodną i bez problemów, lubiącą ruch, zdrową kuchnię i przyrodę.

NIEWYSOKI
Niewysoki, szczupły emeryt, wolny, niezależny 70+, bez nałogów, pogodny, uczciwy, pozna na zawsze niewysoką naturalną i kobiecą Panią niezależną i bez problemów miłośniczkę ruchu, zdrowej kuchni i przyrody.

WDOWIEC PO 60- tce
Niezależny finansowo i mieszkaniowo, zmotoryzowany, pozna Panią w odpowiednim wieku, niepijącą, jak i niepalącą z okolic Olsztyna, Mrągowa lub Pisza. Bardzo dokucza mi samotność.

EMERYT
Niezależny, wysoki z poczuciem humoru uprawiajacy rekreacyjnie sport w celu pożytecznego spędzania czasu. Pani raczej wyzsza, proporcjonalnie zbudowaną, sympatyczna do 65 lat.

SZCZUPŁY
Gdzie są Panie do tańca i do różańca? Wolny, niepalący, pozna Panią szczupłą, niepalącą do 70 lat z Ostródy, Olsztyna, okolic. Panią, która lubi tańczyć, ja tez tańczę, jestem wesoły z humorem, szatyn, wysportowany, zmotoryzowany (złota rączka). Cel przyjaźń.

PANIE

DO 60 LAT

PANI DOROTA
Poznam Pana o dobrym charakterze w wieku 50-60 lat, który nie szuka przygód. Cel stały zwiazek. Napisz warto.

SZATYNKA
Jestem wdową na emeryturze, mieszkam w Olsztynie, poznam Pana uczciwego z Olsztyna lub bliskich okolic, najlepiej wdowca.

SYMPATYCZNA Z OLSZTYNA
Miła, pogodna, atrakcyjna, bez nałogów, pozna Pana wolnego, niekaralnego w wieku 50-56 lat o dobrym charakterze, uczciwego, szczerego z poczuciem humoru, który nie szuka przygód i również mieszka w Olsztynie. Mile widziany katolik praktykujący.

POWYŻEJ 60 LAT

SKROMNA OLSZTYNIANKA
Opiekuńcza, szczera, niezależna – pozna Pana bez żadnych nałogów w wieku do 77 lat, który nie chce być samotny.

MARZYCIELKA
Jestem niezależną wdową z Olsztyna, mam wiele zalet i jedno marzenie – pragnę poznać pana w wieku do 78 lat, aby we dwoje radośniej powitać wiosnę i resztę życia.

ENERGICZNA
Zadbana, o miłym wyglądzie, 70-cio latka pozna pana z Olsztyna do 72 lat. Pan rozliczony z przeszłością, zadbany, samotny. Cel to przyjaźń i stały związek.

WRAŻLIWA
Wrażliwa, uczciwa, pogodna i aktywna 60-latka, szczupła, średniego wzrostu, z wyższym wykształceniem i apetytem na życie, poznam pana 58-65 lat odpowiedzialnego, bez nałogów, energicznego z Elbląga lub okolic.

SYMPATYCZNA I WOLNA
Całkowicie wolna, wzrostsredni, wiek po 60-tce, bez zobowiązań, bez nałogów, niezależna finansowo i mieszkaniowo, nie materialistka, dobre serce, wygladająca młodo. Cel stały związek. Pan do 70 lat.

STRZELEC
Poznam Pana po 60-tce z Olsztyna, który jest tolerancyjny, odpowiedzialny i kulturalny. Jestem wolna po 60-tce z Olsztyna, konkretna bez skrepowania.

NIEWYSOKA WDOWA
Wdowa, niewysoka po 60 bez nałogów, nie materialistka. Chce poznać pana samotnego i spędzić z nim resztę życia. Poważnie mysląсego a nie dla przygody.

MIŁA AGA
Wolna emerytka lat 63 niska, szczupła z poczucim humoru, bez zobowiazań oraz niezależna. Poznam Pana cel przyjaźń.

SAMOTNA SZATYNKA
Samotna na emeryturze 160,65,63 z Olsztyna. Poznam Pana szczerego z poczuciem humoru przyjaciela na dobra i złe zmotoryzowanego do 70 lat.

PANI RAK
Jestem bardzo samotna wdowoą, uczciwą, spokojnego usposobienia. Poznam Pana, któey ma dośc samotości i chciałby się cieszyć życiem we dwoje. Mieszkam w Olsztynie. Mam poczucie humoru. Odpowiem na poważne oferty.

SPOKOJNA
Jestem wdową średniego wzrostu jestem zadbaną blondynką 79 lat, lubię Panów czysto ubranych. Jestem niezależna, bez nałogów, spokojna, uczciwa jestem aktywna z dobrym charakterem.

SZATYNKA Z OLSZTYNA
wdowa średniego wzrostu, zgrabna, dobrze sytułowana finansowo, wykształcenie wyższe techniczne, poznam pana z Olsztyna nie szukającego przygód, z poczuciem humoru i temperamentem.

SAMOTNA Z ELBLĄGA
Samotna 74 – latka, niepaląca, pozna miłego Pana powaznie myślącego a nie dla przygody. Mieszkam w Elblągu.

PRACUJACA EMERYTKA
Emerytka lat 61 168/65 energiczna, lubię aktywnie spśdzać czas. Szukam Pana, z którym można przeżyć piękną jesień życia.

WDOWA LAT 60
Jestem na emeryturze, niezależna finansowo i mieszkaniowo. Poznam Pana uczciwego, niepalącego, zmotoryzowanego z poczuciem humoru.

CIEMNOWŁOSA Z OLSZTYNA
Niezależna wdowa z Olsztyna pozna Pana uczciwego, najlepiej wdowca w wieku do 73 lat.

ELBLĄŻANKA
65 lat 162//64, waga, samotna, niezależna finansowo i mieszkaniowo. Młody wygląd, poczucie humoru, lubie przyrodę, nie palaca, poznam Pana po 60- tce niezależnego finansowo i mieszkaniowo, zmotoryzowanego, sprawnego fizycznie, numer telefonu ułatwi kontakt.

OPIEKUŃCZA
Niezależna gospodarna, bez nałogów, pozna Pana w wieku 73-78 lat, który tez nie chce być sam. Mieszkam w Olsztynie.

WDOWA
Emerytka lat 63/166, Koziorożec, niezależna finansowo- mieszkaniowo, bez nałogów. Cenię szczerość, uczciwość, zaufanie. Pragnę poznać Pana uczciwego, szczerego na jesień życia z Olsztyna, zmotoryzowanego. Cel stały związek bez nałogów do 67 lat.

eprasa.pl 530b41dc9c

Marek Barański

Na podbój Księżyca

Wśród naszych czytelników są pewnie tacy, którzy nocą z 20 na 21 lipca 1969 roku oglądali w telewizji pierwszy krok człowieka na Księżycu. Waldemar Kontewicz łączy Amerykę z Warmią, przenosząc nas do Braniewa, miasta swojego dzieciństwa i młodości. W internecie można znaleźć filmy z misji Apollo 11. Ale lekturę „Zaproszenia dla Marka G." Kontewicza warto wzbogacić studiami map turystycznych. One uzmysłowią nam, jak dotrzeć do miejsc, o których pisze autor.

Piotr Burczyk w bardzo osobistym utworze ukazuje nam historię rodzinną. Prawdziwa poezja żywi się życiem.
Autorom dziękuję za wiersze i proszę o nowe.

m.baranski@gazetaolsztynska.pL

WALDEMAR KONTEWICZ

ANDRZEJ K. – EPITAFIUM

Wyprzedziłem Cię na tym świecie o kilka miesięcy
więc wolno mi dywagować o lampowych radioodbiornikach
w przededniu miniaturowych tranzystorów

Byliśmy sierotami Kresów: Lwów twoich rodziców,
Wilno moich przejawiały się w codziennych
emocjach, akcencie, tajemnicy wyrytej
na smutnych twarzach podmiotów apokalipsy

Pajęczyna ulic Nowego Sącza pokryta galicyjskim błotem
i okupacyjną traumą plątała nasze dzieciństwo,
łapała palantową piłeczkę, wyciągała topielców z Dunajca,
tonęła w papierosowej mgle szkolnej ubikacji

Gdy dotarliśmy do filmów z Brigitte Bardot
„pożyczyliśmy" wojskową lornetkę by monitorować okna
proletariackich blokowisk wyrastających z historii
parterowych zabudowań
Pierwsze erotyczne ekscytacje skończyły się wraz
z przypadkowym blaskiem Księżyca
w okularze żołnierskiego instrumentu

Lipiec w 1969 roku był gorący
Wjechaliśmy na warmińską orbitę
odłączając się od parowozu Pt47-65 z doczepianym tendrem
Kłęby pary upuszczane z zaworu bezpieczeństwa
kończyły pierwszy etap podróży do Braniewa
Wakacyjną kotwicą była pruska kamienica na Zwycięzców 42

Frombork od zawsze grawitował wokół Kopernika
we wszystkich książkach nawet tych po łacinie
Wdrapaliśmy się na wieżę niczym wiedziony ciekawością Rheticus
Nad południowym horyzontem czarował czerwony Mars
Po raz pierwszy zobaczyliśmy kremowego Saturna
Księżyc pokazywał swą kwartę na tle Wodnika
a w powietrzu ostry zapach jodu gruntował blejtram czarnego nieba
Lunarny taniec na Zalewie Wiślanym kołysał
dopływami i odpływami
jego kosmiczny fokstrot szykował niespodziankę większą
niż loty Łajki, Biełki, Striełki i Gagarina

Syn Zeusa i Leto Bóg piękna, światła, życia – Apollo
z góry Parnas w Delfach zsyłał swoje jedenaste natchnienie
oparte na równaniach Ciołkowskiego, Newtona, Einsteina
umożliwiające pokonanie grawitacji matki Ziemi

W papierowym szkicowniku wygrzebanym na strychu
braniewskiej przystani
odgadywaliśmy tajemnice Georga Flaschke pruskiego
adoratora astronomii:
spłaszczającą nasz glob siłę Coriolisa naszkicował
jako gigantyczne imadło zaciskające szczęki na biegunach,
rakietę z ogonem spalin pędzącą w kierunku Księżyca
upiększył bielą i czernią oraz dwiema liczbami – 150 i + 150
(czy to były temperatury na zewnątrz statku? Tego nie wiedzieliśmy)
Fizyka, astronomia, wieczorne randki syciły lipcowe noce i dnie
warmińskiej przygody Nawet czarno biały telewizor Neptun
wpisywał się w przypadkową narrację gorących kanikuł
z czym matrona rodu z Łoździan nie mogła się pogodzić
goniąc nas na żywe słowo boże do świętego Antoniego

To Radio Wolna Europa obwieściła nam w przypływie i odpływie
radiowych fal (niestety cały czas złe siły mieszały eter!)
o Amerykanach chcących wylądować na Księżycu
Senior rodu, stateczny konduktor przedwojennych pociągów relacji
Wilno Lwów i z powrotem wyciągnął ocynkowany baniak z zacierem
i począł pędzić bimber na okazję pomyślnej wyprawy
Czarno biały Neptun grzał swoje lampy tuż po północy
z 20 na 21 lipca,
ciemną noc posrebrzał szatański wynalazek człowieka – kineskop
Przed czwartą rano zapowiedziano lądowanie tak smutno
jakby niedługo miała nastąpić żałoba narodowa
Dostąpiliśmy zaszczytu spróbowania księżycówki
świdrującej nasze mózgi bardziej niż czterokrotne przeciążenie
ale to Neil Armstrong krocząc po srebrnym globie
uczynił nas pijanymi ze szczęścia: Pan Twardowski naprawdę
lulki palił i hołubce wywijał ozdobiony zbroją zaciężnego rycerza
w oddalonej o setki tysięcy kilometrów karczmie Rzym

Odrobiliśmy lekcje nauk ścisłych i humanistycznych
czas było wracać do realiów ziemi sądeckiej
Wsiedliśmy do parowego modułu kolei żelaznej,
opuściliśmy warmińską grawitację z ogromnym pędem
równym prędkości Wisły wpływającej do Bałtyku
Najpiękniejszej wycieczki w naszym życiorysie nie sposób zapomnieć
Dziś spotykamy się tylko metafizycznie – na cmentarzu
Zginąłeś pod kołami samochodu
Zatem nie byliśmy nieśmiertelni
nawet lądując na Księżycu w srebrną braniewską noc

ZAPROSZENIE DLA MARKA G.

Opuśćmy niszę traconego czasu
usuńmy biologiczną siwiznę
Krynica upomina się
o nikiforowską adolescencję
(jakże odmówić jej kolorów!)
o narciarski wyciąg wyrwirączkę
na zimowy szczyt Słotwin
(jakże nie szusować jak Jean Claude Killy!)
i o pirackie nagrania The Beatles
(jakże nie uczestniczyć w rewolucji obyczajowej
lat 60. ubiegłego wieku!)

Zostawiliśmy w Krakowie
Boga Ojca Wyspiańskiego
który przebacza nieobecnym
ale kiepska to pociecha
gdy witraże u Franciszkanów
filtrują światło nie dla naszych oczu

Zostaw bogatą ck babkę Austrię
u której mieszkasz
i o której marzyliśmy
nucąc Merci Cheri Udo Jurgensa
kiedy schodziliśmy ze szczytu Jakubika
wprost do drewnianego dworku
Twoich rodziców w Mochnaczce
z asfaltową pępowiną
zszywającą historyczne wczoraj Beskidu Niskiego
z dzisiejszym świtem Łabowskiej Hali
i jutrzejszym meandrem Dunajca w Pieninach

Jak zapewne przeczuwasz
pójdziemy na Przehybę i Jaworzynę
czerwonym lub zielonym szlakiem
(wybierz ten piękniejszy)
Dotrzemy do schroniska
tuż przed zachodem słońca
i oszukamy w karty samego Rokitę
używając diabelskiej sztuczki
zwanej dylatacją czasu,
bo w końcu po co ta fizyka
skoro nie można zamienić:
drugiej miłości na pierwszą,
czwartej godziny na trzecią,
Pendolino na parową lokomotywę,
wirtualnej rzeczywistości
na romantyczny wieczór przy świecach
i lampce wina z tą wymarzoną
(Joasia jej było?)

Spieszmy się bo teleportacja
na którą liczą filozofowie
jest wciąż tylko fantazją
a równania pozwalające uciekać do tyłu
bezdusznie gryzą papier

Nie chcemy przecież
sczeznąć w corocznych słojach
kalifornijskiej sekwoi
która usynowiła nawet Chrzest Polski
(kilkadziesiąt jej kręgów wciąż
mieści nas tu i teraz;
te bliżej środka wydają się być dużo zdrowsze)

Nie pozwólmy dumnym drzewom
tęsknić za naszą młodością – przyjedź!

PIOTR BURCZYK

OJCIEC I SYN

60 lat po jego śmierci
Dowiaduję się że dziadek był słabym człowiekiem
Wrażliwym meteopatą
I jednocześnie dowcipną ofiarą ludzkiego losu
Późnym ojcem dziewczynki i chłopca

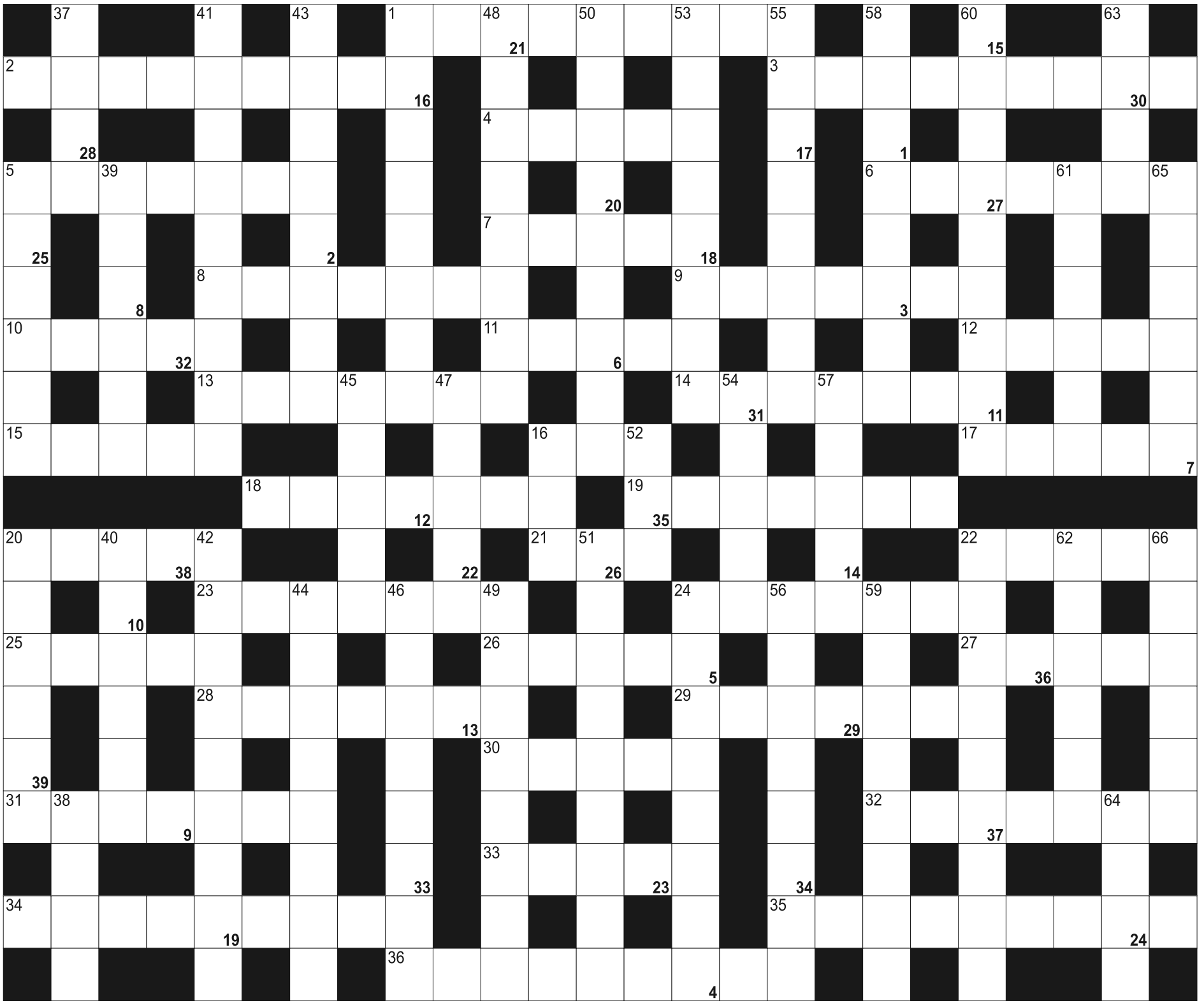
Umarł na nerki
Bo tak mu było wygodnie
Ale chyba mało efektownie
Żaden zawał udar czy sznur
Po prostu zatruł się samym sobą
Przez lata tyle zebrał w organizmie szkodliwych obrazów i słów
Że filtrowanie nie dało rady
Oddzielić życie od śmierci

Dla takich jak on
Wynaleziono rosół w kostkach
Bo chciał mieć ręce czyste od krwi nawet głupiej kury
I na córkę zrzucił obowiązek egzekucji

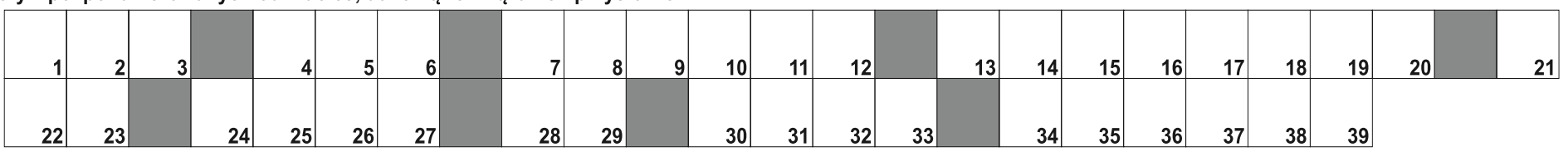
Jego syn jakże podobny i z profilu i en face
Tak samo bezradny wobec świata
Nie miał odwagi
By na swe silne plecy wziąć parę pytań więcej
Wybrał powolne dochodzenie do prawdy
Jaką poznajemy na koniec życia
I systematycznie
Z konsekwencją na jaką stać tylko najsilniejszych
Dzień za dniem upijał swoje ciało chcąc ocalić chociaż umysł
Podejrzał tę metodę u współczesnych mu
Mędrców i filozofów
Śmierdzących uryną i kwaśnymi oddechami
Daremnie próbujących z ulgą odetchnąć
Na wieść że jeszcze jest czym usta zwilżyć
Przed kolejną dysputą
Leży teraz pod tlenem i szykuje się do błyskotliwej filipiki
Po której spojrzy gdzieś za horyzont szukając wzroku ojca
I jego uśmiechu mówiącego:
Chodź, synku, wytłumaczę ci jeszcze parę spraw

eprasa.pl 530b41dc9c

Krzyżówka klasyczna z hasłem



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 39, utworzą rozwiązanie - przysłowie:



POZIOMO: 1) Napoleon, cesarz Francji; 2) podstawa pomnika, posągu; 3) domena Matejki i Picassa; 4) polska partia lewicowa; 5) przyprawa w laskach; 6) muszka owocowa potocznie; 7) neuryt inaczej; 8) ważna umowa międzynarodowa; 9) sposób działania według planu; 10) stolica Grecji; 11) w szkolnym dzienniku; 12) buta lub telefonu; 13) zaczepny w desce; 14) miłośnik kina, filmu; 15) sygnał ostrzegawczy; 16) na benzynę; 17) cenna stara rzecz; 18) mielone mięso zawinięte w kapustę; 19) słodycze; 20) muzyka do tańca; 21) setery i spaniele; 22) projekcja filmu w kinie; 23) pisemna obietnica; 24) ... Sosnowskiego, parząca roślina; 25) jedna z najstarszych broni miotających; 26) miasto na Florydzie; 27) główna tętnica; 28) ekonomiczny zastój; 29) autobus turystyczny; 30) zbytnia pewność siebie; 31) robione w korporacjach; 32) np. policyjne lub opiekuńcze; 33) miodożer, ssak z łasicowatych; 34) koper morski; 35) rozpad cząsteczki na jony; 36) ryba nazywana też gołowieszką

PIONOWO: 1) chabry; 5) plastikowy obrus; 16) Biuletyn Informacji Publicznej; 20) ulica dla spacerowiczów; 22) chmara owadów pustosząca uprawy; 24) dwubój zimowy, dyscyplina sportu; 37) jest ich osiem w jednym bajcie; 38) pierwiastek N; 39) krótki utwór literacki prozą; 40) zegarek trenera; 41) choroba przewlekła stawów, gościec; 42) po oblaniu się wrzątkiem; 43) popularny temat muzyczny w jazzie; 44) rodzimy, narodowy; 45) miejsce zagięcia muru; 46) wyciąg z zioła; 47) znane polskie biuro hotelarsko-turystyczne; 48) osoba opowiadająca w powieści; 49) miłośniczka, pasjonatka; 50) wycięty w lesie, niezadrzewiony pas; 51) chronią stopy przed zimnem; 52) ostre u wilka; 53) mężczyzna uczuciowy, sentymentalny; 54) pryska z ognia; 55) buzia z kropek i nawiasów; 56) zgodny z prawem odwet na innym państwie; 57) szpilka przy bucie; 58) wzór, schemat działania; 59) miasto z Krupówkami; 60) metalowe podłużne naczynie do pieczenia; 61) wino deserowe z piołunem; 62) kolczasty krzew owocowy; 63) prosięce gadanie; 64) najważniejszy w gminie; 65) aniołek z łukiem; 66) zaledwie kilka kur

eprasa.pl 530b41dc9c

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam

CENTRUM Sząbruka sprzedam lub zamienię zabudowania do remontu na działce 0,8 ara i obok działkę 10,6 ara, tel. 694-369-667

DZIAŁKA budowlana uzbrojona 10 km od Olsztyna + budynek gospodarczy. Bez pośredników. 85000zł, Tel. 785-160-545

DZIAŁKA rolna-4,57 ha, klasa 3b z warunkami zabudowy na dom i budynek gospodarczy, blisko lasu i jeziora- sprzedam. Gm. Orneta. Tel. 506593252

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

GARAŻ murowany, wysoki, prąd, drzwi antywłamaniowe ul. Przemysłowa, 600-210-275

SPRZEDAM dom na wsi z budynkami gospodarczymi, działka ogrodzona 0,31ha lub zamiana na mieszkanie w Olsztynie, 509-305-808

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL Domki angielskie, domki holenderskie, przyczepy kempingowe. Transport gratis, rozładunek. Duży wybór. Obniżka cenowa ! Dorotowo koło Olsztyna, 503-103-703

poszukuję wynająć

RENCISTKA szuka nieumeblowanego pokoju z kuchnią i łazienką w domku jednorodzinnym z osobnym wejściem, 00-48-661-422-745

do wynajęcia

POKÓJ studentkom zaocznym, 797-466-932

POKÓJ panu tanio, (89)533-37-92

PRACA

dam pracę

MAGAZYNIERÓW- branża instalacyjno-sanitarna. Dobra płaca. 516-005-163, biuro@lechcentrum.pl

AUTO-MOTO

kupię

KUPIĘ samochód benzynowy pięciodrzwiowy ze średnim przebiegiem Mrągowo 694-369-667

USŁUGI

budowa | remont

ADAPTACJE, remonty, wykończenia, kompleksowo. 501-481-210

SZPACHLOWANIE, malowanie, 504-720-494

TRANSPORT wywrotka 1T, 5T, 20T, 25T, żwir, czarnoziem, piasek, beton, kamień płukany, kamień polny, usługi budowlane, polbruk, granit, mycie elewacji, dachu, polbruku, ogrodzenia kompleksowe. Usługi minikoparką, koparkoładowarką, odśnieżanie. Wypożyczalnia sprzętu budowlanego, ogrodniczego. 534-949-376

USŁUGI glazurnicze, tel.793-015-716

transport

TRANSPORT, przeprowadzki, 729-242-457

inne

OGRODNICZE zimowe cięcie drzewek owocowych, cięcie i formowanie roślin szybko i solidnie duże doświadczenie 534-081-870

BIZNES

POŻYCZKA. (89)527-72-04

RÓŻNE

sprzedam

BLACHĘ warstwową PW-6 100m2, łódź motorowo-kabinową, waga zegarowa 50kg i 500kg, 604-850-486

MASZYNY stolarskie, 602-459-611.

SPRZEDAM zbiorniki paliwa 2000 l, Iveco na części, fotele do busa 606513444

kupię

MASZYNY stolarskie, 602-459-611.

PUBY RESTAURACJE

W Hotelu Wileńskim w Olsztynie dniu 15.02.2020 r. organizowany jest Bal Karnawałowy. Muzyka na żywo.Cena biletu 130zł za osobę, do nabycia 797-466-932. Serdecznie zapraszamy !, tel. 797-466-932

ROLNICTWO

maszyny rolnicze

PŁUGO - gryzarka, obsypnik do ziemniaków, ciągnik Białorus, wagon chłodnia, barakowóz, dmuchawa do zboża, piły do traka stacjonarnego, siewnik poznaniak, żuraw samochodowy, beczka do wody na przyczepie, siłowniki do przyczep , 692-214-618

produkty rolne

SPRZEDAM Jęczmień z pszenicą pszenżyto i pszenica 501823740

PONIEDZIAŁEK

8 STRON SPORTU

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

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

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

TU ZLECISZ ZAMIESZCZENIE NEKROLOGU LUB KONDOLENCJI W „GAZECIE OLSZTYŃSKIEJ" I „DZIENNIKU ELBLĄSKIM"
NEKROLOGI (wymagany akt zgonu). Terminy przyjęć*:
• na poniedziałek – do piątku do godz. 17.00
• na wtorek, środę, czwartek, piątek – dnia poprzedniego w godz. 9.00-17.00
• na sobotę – do czwartku do godz. 17.00
* Dotyczy Biura Ogłoszeń w Olsztynie, ul. Partyzantów 28
KONDOLENCJE
(wymagany dowód osobisty osoby nadającej) ukazują się w ciągu trzech dni od chwili nadania
Biuro Ogłoszeń, OLSZTYN, ul. Partyzantów 28
czynne w godz. 9.00-17.00, soboty – nieczynne
tel. 89-539-74-80, 89-539-74-82
www.pozegnania.net
Biuro Ogłoszeń, ELBLĄG, ul. Rybacka 35
tel./fax 55-236-16-99, tel. centrala 55-611-46-00 w. 22
pon.-pt. godz. 8.00-16.00
28919opb1-C-K

GAZETA OLSZTYŃSKA
pozegnania.net
Wyraź swój żal i zapal wirtualną świeczkę
mp-otbr-6791a-M

Darkowi i Tamarze Koperskim

wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

Taty

składają koleżanki z przychodni

45420opb1-A -P

eprasa.pl 530b41dc9c

CHINY? TRZEBA ZMIENIĆ PLANY

LEKKA ATLETYKA\\\ ZE WSZYSTKIM SIĘ WYROBIMY, TYM BARDZIEJ ŻE WŁAŚNIE PRZEŁOŻONO NA NASTĘPNY ROK HALOWE MISTRZOSTWA ŚWIATA W CHINACH – MÓWI IRENEUSZ BUKOWIECKI, OJCIEC I TRENER KONRADA, CZOŁOWEGO KULOMIOTA ŚWIATA, KTÓRY WŁAŚNIE WRÓCIŁ Z RPA.

– Już w kraju?

– Tak, właśnie przedwczoraj wróciliśmy z trzytygodniowego zgrupowania w RPA (rozmowa z czwartku – red.). Ale za moment znów wyjeżdżamy, bo powoli zaczynają się starty w hali. Na początek, już w sobotę, jest Walencja, a później: 4 lutego – Duesseldorf, dzień później – Ostrawa, a dalej już zawody w kraju, czyli Toruń i Łódź.

– I co: jest pan zadowolony z tych trzech tygodni w Potchefstroom (stałe miejsce zgrupowań polskich lekkoatletów w RPA – red.)?

– Tak, chociaż na razie to wygląda tak sobie. W tym sensie, że technicznie jest jeszcze dużo do zrobienia. No, ale to był obóz poświęcony na ciężką robotę i rzeczywiście Konrad wykonał tam kawał pracy.

Fot. facebook.pl

Duet rodzinno-sportowy: Ireneusz i Konrad Bukowieccy

PATRZĄC NA KALENDARZ, MAMY TROCHĘ MAŁO CZASU, BO JESTEŚMY GDZIEŚ TAK Z MIESIĄC OPÓŹNIENI W PORÓWNANIU Z POPRZEDNIMI LATAMI.

To przez ten wyjątkowo długi poprzedni sezon, bo przecież Igrzyska Wojskowe kończyły się dopiero pod koniec października (Konrad Bukowiecki zdobył w... Wuhan srebro – red.). Listopad był wolny, a na przełomie listopada i grudnia zaczęliśmy się ruszać, tak że nieco później niż zwykle. No, ale spokojnie: ze wszystkim się wyrobimy. Tym bardziej, że właśnie odwołano i przełożono na następny rok halowe mistrzostwa świata w Chinach (ze względu na epidemię zachorowań na koronawirusa – red.).

– Właśnie o to też miałem zapytać: Konrad miał startować w HMŚ?

– Jak najbardziej, natomiast sprawy się trochę skomplikowały, także dlatego, że pod kątem tej imprezy zaplanowaliśmy kolejny obóz. Plany trzeba będzie jednak pozmieniać i chyba skończymy sezon w hali mistrzostwami Polski, które są 1 marca. Trochę oddechu i od połowy marca trzeba będzie ruszyć z mocną pracą do sezonu olimpijskiego.

– Komplikacje komplikacjami, ale zdrowie jest najważniejsze.

– To na pewno, choć World Athletics (nowy szyld IAAF, czyli Międzynarodowej Federacji Lekkiej Atletyki – red.) zachował się trochę dziwnie. Jeszcze wczoraj nadesłali informację, że monitorują sytuację, a mówiło się też o zmianie miejsca HMŚ – że na przykład zamiast Chińczyków zorganizują to Katarczycy i impreza odbędzie się w Doha. No, a wieczorem tego samego dnia przyszła już informacja, że przekładają na następny rok. Trochę dziwne, bo takiej decyzji raczej nie podejmuje się z godziny na godzinę...

Wiążą się z tym koszty, bo krajowe federacje pozamawiały dla nas obozy przed mistrzostwami w Nankinie (HMŚ miały zostać rozegrane w terminie 13-15 marca – red.). Na przykład my mieliśmy od razu po mistrzostwach Polski polecieć na taki dwutygodniowy obóz w Daegu w Korei, gdzie Konrad przyzwyczaiłby się do zmiany strefy czasowej i stamtąd udał się prosto do Chin. Przeloty zabukowane, pobyty opłacone i chyba raczej nikt za to kasy nie odda...

A ZA ROK W OGÓLE BĘDZIE „CIEKAWIE", BO PRZECIEŻ NORMALNIE W KALENDARZU MIAŁY BYĆ TYLKO HALOWE MISTRZOSTWA EUROPY W TORUNIU, A TU TERAZ TRZEBA BĘDZIE GDZIEŚ „UPCHAĆ" JESZCZE MISTRZOSTWA ŚWIATA.

Sezon halowy się na pewno przedłuży, ale tym będziemy się martwić w następnym roku.

– Z tego, co pan mówi, wynika, że po tych najbliższych startach nie ma co się spodziewać cudów?

– Raczej nie, ale sami jesteśmy ciekawi, jak to będzie wyglądało i... zobaczymy (uśmiech). W każdym razie: robota w RPA została zrobiona dobrze i przede wszystkim – odpukać – zdrowotnie wyglądało to też dobrze, bo bez żadnych urazów. Chociaż wczoraj Konrad miał jakieś problemy żołądkowe zaraz po powrocie... No, ale generalnie obóz przepracowany znakomicie, a ja już nie pamiętam, kiedy ze zdrowiem było tak, że się nic nie dzieje. To jest bardzo ważne. Teraz trzeba tylko trochę czasu na wdrożenie się w starty, bo treningi treningami, ale obycie startowe to co innego, no i zobaczymy. Mam nadzieję, że będzie dobrze. **PES**

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

SPORT W TV

SOBOTA

* **Tenis.** Australian Open (7, Eurosport 1); singiel kobiet, finał: Kenin - Muguruza (9.30, Eurosport 1); finał miksta (12.15, Eurosport 1)
* **Skoki narciarskie.** Puchar Świata w Sapporo (8.25, TVP Sport; 8.30, Eurosport 2, TVP 1 oraz 2.00 z sob. na niedz., Eurosport 1, TVP 1)
* **Biatlon.** Mistrzostwa świata juniorów w Lenzerheide: sprinty mężczyzn i kobiet (10.50, 13.35, Polsat Sport Extra)
* **Narciarstwo alpejskie.** PŚ w Garmisch-Partenkirchen: zjazd mężczyzn (11, Eurosport 2)
* **Piłka ręczna.** Superliga mężczyzn: Wisła - Gwardia (12.55, TVP Sport)
* **Piłka nożna.** LaLiga: Granada - Espanyol (13, Eleven Sports 2), Real - Atletico (15.55, Canal+), Valencia - Celta (20.55, Canal+ Sport); Premier League: Leicester - Chelsea, Liverpool - Southampton, Manchester Utd - Wolverhampton (13.25, 15.55, 18.25, Canal+ Sport); Serie A: Bologna - Brescia, Cagliari - Parma (14.55, 17.55, Eleven Sports 2), Sassuolo - Roma (20.40, Eleven Sports 1); Bundesliga: Dortmund - Union (15.20, Canal+ Sport 2), Mainz - Bayern, Lipsk - M'gladbach (15.25, 18.25, Eleven Sports 1), Fortuna - Eintracht (15.25, Eleven Sports 3), Hoffenheim - Leverkusen (15.25, Eleven Sports 4)
* **Siatkówka.** PlusLiga: ZAKSA - Czarni, Ślepsk - Jastrzębie, Cuprum - Katowice (14.45, 17.30, 20.30, Polsat Sport); Serie A1 mężczyzn: Rawenna - Monza (20.30, Polsat Sport Extra); Puchar Włoch kobiet, półfinał (21.05, nSport+)
* **Kolarstwo przełajowe.** MŚ w Duebendorfie: wyścig kobiet (14.55, Eurosport 2; 15, TVP Sport)
* **Koszykówka.** Energa Basket Liga mężczyzn: Start - King (17.30, Polsat Sport Extra); EBL kobiet: Toruń - Ślęza (18, SportKlub); NBA: Clippers - Timberwolves (21.30, Canal+ Sport 2), Celtics - 76ers (2.30 sob./niedz., Canal+ Sport)
* **Rugby.** Puchar Sześciu Narodów: Irlandia - Szkocja (17.40, Canal+ Sport 2)
* **Łyżwiarstwo szybkie.** Mistrzostwa czterech kontynentów w Milwaukee (20, 20.40, 21, 21.30, 21.55, 22.20, Polsat Sport News)
* **Kolarstwo.** Vuelta a San Juan, 6. etap (23.30, Eurosport 1)
* **Hokej.** Liga NHL: Flames - Oilers (4.05 sob./niedz., TVP Sport)

NIEDZIELA

* **Tenis.** Australian Open, finały debla i singla mężczyzn (5.55, 9.30, Eurosport 1)
* **Narciarstwo alpejskie.** PŚ w Roza Chutor: supergigant kobiet (8.50, Eurosport 2); PŚ w Ga-Pa: slalom gigant mężczyzn (10.20, 13, Eurosport 2)
* **Biatlon.** MŚ juniorów: biegi na dochodzenie juniorów i juniorek młodszych (10.50, 11.50, Polsat Sport Extra) oraz juniorów i juniorek (14, 15.10, Polsat Sport Extra)
* **Piłka nożna.** LaLiga: Leganes - Sociedad, Villarreal - Osasuna (11.55, 18.30, Canal+ Sport 2), Eibar - Betis, Bilbao - Getafe (13.55, 15.55, Eleven Sports 3), Sevilla - Alaves, Barcelona - Levante (18.25, 20.55, Eleven Sports 1); Serie A: Juventus - Fiorentina, Milan - Hellas (12.25, 14.55, Eleven Sports 1), Lazio - SPAL, Udinese - Inter (14.55, 20.40, Eleven Sports 2), Lecce - Torino (17.55, Eleven Sports 3); Premier League: Burnley - Arsenal, Tottenham - Manchester C. (14.55, 17.25, Canal+ Sport); Bundesliga: Koeln - Freiburg (15.25, Eleven Sports 4), Paderborn - Wolfsburg (17.55, Eleven Sports 2)
* **Kolarstwo przełajowe.** MŚ: wyścig mężczyzn (14.30, TVP Sport; 14.55, Eurosport 2)
* **Siatkówka.** Liga Siatkówki Kobiet: Chemik - Developres, ŁKS - Pałac (14.45, Polsat Sport; 20.30, Polsat Sport Extra); Serie A1 mężczyzn: Cisterna - Modena, Perugia - Padwa (15.30, 18, Polsat Sport News); PlusLiga: Verva - Aluron (17.30, Polsat Sport); Puchar Włoch kobiet: finał (17.55, nSport+)
* **Rugby.** Puchar Sześciu Narodów: Francja - Anglia (15.55, Canal+ Sport 2)
* **Koszykówka.** EBL mężczyzn: Arka - Śląsk (17.30, Polsat Sport Extra); NBA: Rockets - Pelicans (20, Canal+ Sport)
* **Hokej.** NHL: Capitals - Penguis (18.35, TVP Sport)
* **Łyżwiarstwo szybkie.** Mistrzostwa czterech kontynentów (20, 20.30, 21.15, 21.40, Polsat Sport News)
* **Kolarstwo.** Vuelta a San Juan, 7. etap (23, Eurosport 1). **PES**

eprasa.pl 530b41dc9c

PIĘKNY BAL SPRZED 15 LAT

PLEBISCYTY BAL SPORTOWCA PODSUMOWUJĄCY 44. PLEBISCYT NA 10 NAJPOPULARNIEJSZYCH SPORTOWCÓW WOJEWÓDZTWA W 2004 ROKU ODBYŁ SIĘ W RESTAURACJI PRZYSTAŃ. WŚRÓD LAUREATÓW BYŁ TRENER ROKU MAREK MAKOWSKI, OLSZTYŃSKI SPECJALISTA OD KOSZYKÓWKI.

Najszczęśliwszymi osobami w ten 44. balowy wieczór byli obecny na Balu Sportowca zwycięzca plebiscytu Karol Jabłoński oraz nieobecna olsztynianka Edyta Dobies, która o wygraniu Skody Fabia dowiedziała się obudzona telefonem pół godziny po północy. Wśród dziesiątki laureatów znaleźli się trzej siatkarscy wicemistrzowie Polski z AZS Olsztyn (to dopiero były czasy!): Paweł Papke, Mariusz Sordyl i Paweł Zagumny oraz najlepszy Polak w 61. Tour de Pologne olsztynianin Marek Rutkiewicz.

Pierwsze pary pojawiły się przed godziną 20. Przed zajęciem miejsc przy stolikach mogli uraczyć się... cygarami i aperitifem. Z dziesiątki laureatów najwcześniej pojawiła się na Przystani... żeglarka, jedyna kobieta w tym gronie, Monika Bronicka, której towarzyszył brat Andrzej, też żeglarz. Ostatni wśród nagrodzonych pojawił się ... Karol Jabłoński, któremu towarzyszyła żona Iza. Wszystkich tradycyjnie witali przy wejściu gospodarze imprezy: prezes wydawnictwa Edytor Jarosław Tokarczyk i redaktor naczelny „Gazety Olsztyńskiej" Robert Sakowski, który otwierając bal powiedział m.in. „Życzę wszystkim, żebyśmy się w dobrym zdrowiu spotkali się na początku przyszłego roku podczas finału 45. plebiscytu, który odbędzie się w rocznicę 120-lecia wydania pierwszego numeru naszej gazety."

Pierwszym nagrodzonym laureatem był, jak to działo się najczęściej, Trener Roku.

TYM RAZEM TYTUŁ TEN PRZYPADŁ DOŚĆ NIESPODZIEWANIE MARKOWI MAKOWSKIEMU, TRENEROWI KOSZYKÓWKI W OLSZTYŃSKIEJ TRÓJECZCE, KTÓREGO PODOPIECZNI ZAJĘLI CZWARTE MIEJSCE W MISTRZOSTWACH POLSKI JUNIORÓW.

Tradycja tej uroczystości została podtrzymana i w tym, że nie wszyscy laureaci mogli osobiście odebrać kwiaty, dyplomy i statuetki. Bojerowiec Michał Burczyński uczestniczył w USA w mistrzostwach świata, kajakarz Adam Seroczyński przebywał na zgrupowanie kadry w Wałczu, siatkarz Paweł Zagumny był przeziębiony, a taekwondoka Dariusz Idzikowski uczestniczył w moskiewskim turnieju. Jednym z zaproszonych gości specjalnych był ówczesny marszałek województwa Andrzej Ryński. — Nie jestem tu z obowiązku, ale z przyjemności — przyznał. — Ten bal ma specyfikę, jest sympatyczny, ciepły, naturalny i ma sportowe tempo. Zawsze się tu dobrze czuję — dodał.

Było już pół godziny po północy, kiedy to Karol Jabłoński, pięciokrotny dotąd zwycięzca plebiscytu, ze sterty kuponów wyciągnął jeden. Okazało się, że został wysłany przez olsztyniankę Edytę Dobies, która kilka tygodni później z promiennym uśmiechem odebrała klucze do nowiutkiej Fabii.

LAUREACI 44. PLEBISCYTU

1. Karol Jabłoński (Baza Mrągowo)
2. Paweł Papke (PZU AZS Olsztyn)
3. Mariusz Sordyl (PZU AZS)
4. Paweł Zagumny (PZU AZS)
5. Adam Seroczyński (OKS Olsztyn)
6. Tomasz Mendelski (OKS Olsztyn)
7. Dariusz Idzikowski (Start Olsztyn)
8. Monika Bronicka (AZS UWM Olsztyn)
9. Michał Burczyński (AZS UWM)
10. Marek Rutkiewicz (wych. Art Print Olsztyn)

Ale wróćmy jeszcze do balu, a konkretnie do jednego z jego bohaterów, czyli Marka Makowskiego, który został Trenerem Roku.

Przypomnijmy, że od wielu już lat wyboru Trenera Roku dokonują dziennikarze działu sportowego „Gazety Olsztyńskiej". Odbywa się to tak, że każdy z nas przedstawia swojego kandydata do tytułu, a potem głosujemy.

Karol Jabłoński (z lewej) sześć razy został Najpopularniejszym Sportowcem Warmii i Mazur

Fot. Zbigniew Woźniak

NOMINOWANYCH NA TRENERA 2004 ROKU BYŁO KILKU, ALE W KOŃCU NA PLACU BOJU ZOSTAŁO DWÓCH SZKOLENIOWCÓW Z OLSZTYNA: Z JEDNEJ STRONY TRENER SIATKARZY PZU AZS KRZYSZTOF RYŚ, A Z DRUGIEJ TRENER KOSZYKARZY JUNIORÓW TRÓJECZKI MAREK MAKOWSKI.

No i rozpętała się dyskusja, której wysoka temperatura stopiłoby pewnie w mig śnieg i lód za oknami. Zwolennicy Rysia argumentowali, że to on odrodził dawną mocną pozycję olsztyńskiej drużyny, wprowadzając ją na podium mistrzostw Polski i na drugie miejsce w Pucharze Polski, a tak wysokich pozycji nie zajął w ubiegłym roku żaden inny ligowy zespół Warmii i Mazur. Wydawało się więc, że trener Makowski jest bez szans. Czwarte miejsce jego koszykarzy w mistrzostwach Polski juniorów to przecież małe piwo w porównaniu z osiągnięciami akademickich siatkarzy. Jednak to nie Ryś, a Makowski uzyskał w naszym wewnętrznym głosowaniu przewagę i to dość wyraźną. Dlaczego? Chyba dlatego, że w odróżnieniu od trenera Rysia, Makowski uczył sportu swoich wychowanków od podstaw, bez przerwy przez siedem długich lat. Robił to właściwie bez wynagrodzenia, w wynajętych za marne grosze szkolnych salach gimnastycznych i przy stale pustej kasie uczniowskiego klubu. Jest sprawą oczywistą, że realia i warunki pracy szkoleniowca czołowej drużyny ligowej są zupełnie inne, więc w końcu zaimponowała nam robota od podstaw Makowskiego oraz jej efekty.

— Trzon zespołu stanowią moi uczniowie jeszcze ze Szkoły Podstawowej 34, w której pracowałem jako wuefista — opowiadał nasz bohater po przyznaniu mu tytułu Trenera Roku 2004. — Siedem lat temu zacząłem zabawę w koszykówkę z chłopcami z klas 4-5. Braliśmy z powodzeniem udział w wojewódzkich rozgrywkach minikoszykówki. Z tamtej grupy pozostali ze mną do dzisiaj: Mateusz Worobel, Michał Borawski, Przemek Boguta, Artur Bednarczyk i Maciek Olszewski. Podczas meczów szkolnych wypatrzyłem z innych olsztyńskich szkół podstawowych m.in. Krzysia Kawałka, Jarka Andrusiewicza i Damiana Bakuna. Prowadzę z nimi zajęcia do dzisiaj, z małą przerwą, kiedy to szkolenie przejął po mnie nieodżałowany Aleksander Grzegorzewski. Mam też dwóch dobrych chłopaków, którzy przyjeżdżają na treningi z Iławy, to Marcin Kowalewski i Adrian Lange. Wpadli mi w oko na turnieju kadetów w Olsztynie. Natomiast Jacek Lipka, który kilka sezonów grał w Bobrach Kętrzyn, przeniósł się specjalnie do Olsztyna, aby być z nami — zaznaczył Marek Makowski.

Nazwiska wielu wymienionych w tym opowiadaniu podopiecznych pana Marka wkrótce stały się bardzo znane, a niektórzy z nich do dzisiaj z powodzeniem zajmują się basketem. **LECH JANKA**

ZWYCIĘZCY PLEBISCYTU

1954: Ryszard WOLIŃSKI (lekka atletyka)
1955: Franciszek WESOŁOWSKI (l.a.)
1957: Tadeusz MATYJEK (l.a.)
1958: Edward TRUSZYŃSKI (sporty motorowe)
1959: Ryszard PATELKA (l.a.)
1960: Antoni PACYŃSKI (jeździectwo)
1961: Ireneusz KLUCZEK (l.a.)
1962: KLUCZEK
1963: Janusz REJEWSKI (żeglarstwo)
1964: KLUCZEK
1965: Danuta SOBIESKA (l.a.)
1966: Barbara KOPYT (strzelectwo)
1967: Danuta SOBIESKA-WIERZBOWSKA (l.a.)
1968: Stanisław ZDUŃCZYK (siatkówka)
1969: ZDUŃCZYK
1970: SOBIESKA-WIERZBOWSKA
1971: SOBIESKA-WIERZBOWSKA
1972: Stanisław IWANIAK (siatkówka)
1973: Andrzej GRONOWICZ (kajakarstwo)
1974: GRONOWICZ
1975: Mirosław RYBACZEWSKI (siatkówka)
1982: Ryszard SZPARAK (l.a.)
1983: Andrzej KOMAR (podnoszenie ciężarów)
1984: Stanisław OLSZEWSKI (sporty motorowe)
1985: Małgorzata PAŁASZ-PIASECKA (żeglarstwo)
1986: Marian BUBLEWICZ (automobilizm)
1987: BUBLEWICZ
1988: Piotr BURCZYŃSKI (bojery)
1989: Mariusz SZYSZKO (siatkówka)
1990: BUBLEWICZ
1991: BUBLEWICZ
1992: BUBLEWICZ
1993: Karol JABŁOŃSKI (żeglarstwo, bojery)
1994: Krzysztof HOŁOWCZYC (automobilizm)
1995: HOŁOWCZYC
1996: HOŁOWCZYC
1997: HOŁOWCZYC
1998: HOŁOWCZYC
1999: HOŁOWCZYC
2000: Adam SEROCZYŃSKI (kajakarstwo)
2001: JABŁOŃSKI
2002: JABŁOŃSKI
2003: JABŁOŃSKI
2004: JABŁOŃSKI
2005: JABŁOŃSKI
2006: Paweł ZAGUMNY (siatkówka)
2007: Kacper KOZŁOWSKI (lekka atletyka)
2008: HOŁOWCZYC
2009: HOŁOWCZYC
2010: HOŁOWCZYC
2011: Mamed CHALIDOW (mieszane sztuki walki)
2012: CHALIDOW
2013: CHALIDOW
2014: HOŁOWCZYC
2015: Marcin MALEWSKI (piłka ręczna)
2016: Joanna JĘDRZEJCZYK (mieszane sztuki walki)
2017: Konrad BUKOWIECKI (lekka atletyka)
2018: MALEWSKI
2019: ???

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

eprasa.pl 530b41dc9c

PEŁNA DYCHA NA PAPIERZE

PLEBISCYT\\\ PIOTR SARNACKI DO KUPONÓW DOŁĄCZYŁ WIERSZ, DZIĘKI CZEMU NASZ KĄCIK LITERACKI AMBITNEJ POEZJI SPORTOWEJ ZYSKAŁ NOWEGO TWÓRCĘ.

Latka lecą, więc już nie to zdrowie i pamięć, ale mimo to wydaje się nam, że Piotr Sarnacki jest KLAPS-owym debiutantem. Bo o ile jego nazwisko chyba już nam się gdzieś woczy rzuciło, o tyle nie przypominamy sobie, byśmy kiedykolwiek widzieli je pod plebiscytowym wierszykiem.

Ale zawsze musi być ponoć ten pierwszy raz...

Dziś kupony wyślę Wam
w końcu trochę już ich mam
Pełna dycha na papierze
Jak wybrałem, sam nie wierzę
Przecież tyle znanych twarzy
O wygranej każdy marzy

Ćwiczyli ciężko, potu nie szczędzili
Więc głosowanie to tylko kwestia chwili
Nazwisk nie zdradzę, to jest moja sprawa
Zachęcam do głosowania, super to zabawa

Hasło sms też już poleciało
160 znaków wydaje się być mało
Ale to ma być okrzyk na wiele głosów
Co zachęci do walki naszych herosów

Fot. www.ijf.org

Maciej Sarnacki może liczyć na głos swego kuzyna Piotra

KLAPS zgrabny i powabny, dziękujemy zatem i czekamy na kolejne. Jesteśmy wdzięczni też za kupony, bo w przypadku pana Piotra „trochę" oznacza aż 53 sztuki. Aż nas skręca z ciekawości, ile to w takim wypadku będzie „dużo"? I chociaż kuponów ci u nas dostatek, to kolejne też przyjmiemy jako wróżbę zwycięstwa. Plebiscytowego oczywiście.

Nasz olsztyński czytelnik napisał, że nazwisk nie zdradzi, więc my zrobimy to za niego.

Oto dziesiątka pana Piotra: 1. Maciej Sarnacki, 2. Marcin Malewski, 3. Maja Szajdek, 4. Joanna Waga, 5. Michał Żurek, 6. Grzegorz Lech, 7. Igor Janik, 8. Jan Hadrava, 9. Paweł Woicki, 10. Jarosław Radzki.

Teraz kilka zdań o regulaminie, bo niekiedy mamy wrażenie, że cała ta nasza pisanina o regulaminie to głos wołającego na puszczy. Od zawsze powtarzamy na przykład, że na kuponie musi się znaleźć dziesięć nazwisk wybranych z oficjalnej listy kandydatów, a mimo to wciąż znajdujemy kupony z kilkoma sportowcami. A niekiedy nawet z jednym, jak ostatnio na kuponach wysłanych przez pana Kamila i panią Kasię z Olsztyna. Pochwalamy bardzo, że popierają państwo Anielę Kozłowską, ale żeby Wasze kupony były ważne, musicie poprzeć jeszcze dziewięciu innych sportowców. Bo tylko wtedy doliczymy je do wyników, a Wy staniecie przed szansą wygrania 20 tysięcy złotych, o czym przypomina pewien nieznany olsztyński poeta tworzący na przełomie XX i XXI wieku.

Poinformuj sąsiada, małżonkę i teścia,
że do wygrania jest tysięcy dwadzieścia

Bez wątpienia interes jest to wręcz złoty
Bo będziesz bogaty, a nie stracisz cnoty

Na koniec przypominamy kandydatów w sms-owej kategorii Akademicki Sportowiec bez Barier:
* **Piotr Cichocki** (żeglarstwo, AKS OSW Olsztyn) **go.asb.1**
* **Olga Górnaś-Grudzień** (żeglarstwo, AKS OSW Olsztyn) **go.asb.2**
* **Dawid Ostasz** (koszykówka na wózkach, AKS OSW Olsztyn) **go.asb.3**
* **Łukasz Rękawiecki** (koszykówka na wózkach, rugby na wózkach, AKS OSW Olsztyn) **go.asb.4**
* **Waldemar Woźniak** (żeglarstwo, AKS OSW Olsztyn) **go.asb.5**

Sms-y wysyłamy na numer 7248 (2,46 zł brutto). Głosowanie potrwa do 7 lutego.

ARTUR DRYHYNYCZ
a.dryhynycz@gazetaolsztynska.pl

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

ORGANIZATOR
GRUPA WM

PATRONAT HONOROWY
Wojewoda Warmińsko-Mazurski Artur Chojecki
Marszałek Województwa Warmińsko-Mazurskiego Gustaw Marek Brzezin
Starosta Powiatu Olsztyńskiego Andrzej Abako
Prezydent Olsztyna Piotr Grzymowicz
Prezydent Elbląga Witold Wróblewski
Prezydent Miasta Ełku Tomasz Andrukiewicz
ełk tu wracam

SPONSOR NAGRODY GŁÓWNEJ
citi handlowy

SPONSORZY NAGRÓD
GALERIA WARMIŃSKA, FASHION, VOLVO, HOTEL KRASICKI, TERMY WARMIŃSKIE, PAŁAC I FOLWARK GALINY

PARTNERZY
BBI, REZYDENCJE WARMIŃSKIE PLUSKI, PROJEKT RYBAKI ŁAŃSK, PRZEMYSŁÓWKA HOLDING, DBK GROUP, DECATHLON OLSZTYN, WARMIŃSKO-MAZURSKI ZWIĄZEK PRACODAWCÓW PRYWATNYCH, FIEGE, zalandolounge, UNIWERSYTET WARMIŃSKO-MAZURSKI W OLSZTYNIE, ASZ, OKS STOMIL OLSZTYN, HOTEL MARINA CLUB, WARMIA MAZURY, OLSZTYN, OGRÓD Z NATURY, OSiR OLSZTYN, bodyperfect fitness wellness & spa, DOREX, NORD AUTO, AVIVA, Coca-Cola

FLOTA PLEBISCYTU
VOLVO

PATRONI MEDIALNI
GAZETA OLSZTYŃSKA, DZIENNIK ELBLĄSKI, nasz olsztyniak.pl, BEZgorset, PRZYSZŁOŚCI, RADIO OLSZTYN, TVP3 OLSZTYN

68419otbs-g -K

GRUPA WM GAZETA OLSZTYŃSKA DZIENNIK ELBLĄSKI

59. 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 **7 lutego 2020 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 § 10 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.

WYŚLIJ KUPON I WYGRAJ 20 000 zł

SPONSOR NAGRODY GŁÓWNEJ
citi handlowy

68419otbs-b -K

eprasa.pl 530b41dc9c

W NIEDZIELĘ O G. 16 W URANII W MECZU I LIGI PIŁKARZY RĘCZNYCH WARMIA ENERGA OLSZTYN ZAGRA Z MAZUREM SIERPC

ZAGRAJĄ DWA ZESPOŁY AZS UWM

KOSZYKÓWKA 2 LUTEGO ROZPOCZNĄ SIĘ ROZGRYWKI III LIGI KOSZYKARZY, W KTÓREJ WARMIĘ I MAZURY BĘDĄ REPREZENTOWAŁY DWA ZESPOŁY AZS UWM OLSZTYN. W PIERWSZYM WYSTĄPIĄ STUDENCI UWM, NATOMIAST W DRUGIM BĘDĄ GRALI ZNANI OLSZTYŃSCY RUTYNIARZE.

Będzie to drugi trzecioligowy sezon kortowskiego basketu. Przypomnijmy, że w 2018 r. - po likwidacji w Stomilu drugoligowego zespołu - wiele wskazywało na to, że Olsztyn zostanie pozbawiony męskiego zespołu rywalizującego w centralnych rozgrywkach Polskiego Związku Koszykówki. Byli działacze stomilowskiej sekcji koszykówki Artur Malinowski i Radosław Seroka postanowili jednak do tego nie dopuścić. Nawiązali kontakt z AZS UWM, w wyniku którego w akademickim klubie powstała sekcja męskiej koszykówki zgłaszająca zespół do rozgrywek ligowych.

TRENEREM ZOSTAŁ TOMASZ MAŁEK, A GŁÓWNYM CELEM EKIPY OLSZTYŃSKIEGO AZS W TRZECIOLIGOWEJ RYWALIZACJI BYŁO OGRANIE STUDENTÓW UWM PRZED CZEKAJĄCYMI ICH AKADEMICKIMI MISTRZOSTWAMI POLSKI.

To założenie nie wykluczyło jednak udziału w akademickiej ekipie doświadczonych koszykarzy, m.in. kilku tych grających w poprzednim sezonie w drugoligowym Stomilu.

Akademicki zespół rywalizował w czterech rundach z trzema ekipami z województwa pomorskiego, zajmując ostatecznie drugą lokatę. Obecny sezon zapowiada się jednak nieco inaczej niż ten poprzedni. Wprawdzie nadal grać będą cztery ekipy, ale jedynie przez dwie rundy i tym razem wystąpią po dwa zespoły z obu regionów.

Zgodnie z wcześniejszymi zapowiedziami, trzecioligowe zmagania koszykarzy miały się początkowo rozpocząć 2 listopada. Do grającej w poprzednim sezonie ekipy AZS UWM Olsztyn miała dołączyć drużyna Uczniowskiego Klubu Sportowego Trójeczka Olsztyn. Rywalami olsztyńskich zespołów miały być dwie drużyny z województwa pomorskiego: Bat Sierakowice i Basket Kwidzyn. Ostatecznie Trójeczki i Bata w tym sezonie nie zobaczymy, bo oprócz dwóch drużyn AZS UWM w rozgrywkach wezmą udział Basket Kwidzyn i Czarni Słupsk, a termin rozpoczęcia zmagań wyznaczono na 2 lutego. W inauguracyjnej kolejce zabraknie jednak obu akademickich zespołów, bo termin zaplanowanego pomiędzy nimi meczu został przełożony. W tej sytuacji drużyny z Kortowa wystąpią po raz pierwszy w niedzielę 9 lutego.

— Postanowiliśmy zgłosić do rozgrywek dwa zespoły — informuje trener Tomasz Małek. — W pierwszym wystąpią studenci UWM, którzy w ten sposób będą przygotowywać się do akademickich mistrzostw Polski, co jest naszym głównym celem. Natomiast w AZS UWM II będą grali nasi rutyniarze m.in. Łukasz Muszyński, Jarosław Andrusiewicz, Rafał Chudzik, Wojciech Glabas, Artur Bednarczyk i Mariusz Jaskólski. Postawiliśmy też, że przystąpimy do baraży o II ligę! Wystąpią w nich najlepsi koszykarze z obu zespołów. Dzięki zaangażowaniu lokalnych sponsorów (Program Wsparcia Poszkodowanych-Kancelaria Odszkodowawcza Michał Kazimierczak, Octim, AutoLand, British School, Krozmet - red.) możemy wystartować w III lidze z dwoma zespołami oraz w barażach — podkreślił Małek, który będzie przygotowywał obie ekipy do rozgrywek, ale AZS UWM II podczas spotkań poprowadzi Łukasz Muszyński.

Fot. Lech Janka

W poprzednim sezonie trzecioligowych rozgrywek AZS UWM Olsztyn zajął drugie miejsce, a teraz marzy o drugoligowych barażach

TERMINARZ

2.02: Basket Kwidzyn — Czarni Słupsk.
9.02: AZS UWM II — Basket Kwidzyn, Czarni Słupsk — AZS UWM.
16.02: Basket — AZS UWM, AZS UWM I — Czarni,
23.02: AZS UWM II — AZS UWM.
1.03: AZS UWM — Czarni, Basket — AZS UWM II.
8.03: AZS UWM — Basket, Czarni — AZS UWM II.

LECH JANKA
l.janka@gazetaolsztynska.pl

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

eprasa.pl 530b41dc9c