ŚRODA |21|02|2024|

# DZIENNIK ELBLĄSKI

23 LATA

cena 3,49 zł (w tym 8% VAT)

ISSN 0137-9127 NR INDEKSU 350176 \\\ NAKŁAD 2 091 NR 30 (21 211)

ZDROWIE STREFA 3 MŁODOŚCI

# ROLNICY ZABLOKOWALI „SIÓDEMKĘ”

Fot. EG

## SPORT CODZIENNIE

ANIOŁY JEDNAK SĄ NA ŚWIECIE \20

LEGIA MA SPORE SZANSE NA AWANS \21

MEDAL ORAZ NOC Z PRZEBOJAMI \22

ISSN 0137-9127

08

9 770137 912132

CO PISZCZY W EMERYTURACH STAŻOWYCH? \4

BRAKOWAŁO MI KOGOŚ DO ROZMOWY \9

JEST INSPIRACJĄ DO PODĄŻANIA ZA MARZENIAMI \10-11

E-DYMEK BARDZO NIEBEZPIECZNY \15

2324otbp-a -P

eprasa.pl 59b8dc7cdb

# PODPISANO ROZPORZĄDZENIE O PODWYŻKACH DLA NAUCZYCIELI

**Szefowe resortów edukacji oraz rodziny, pracy i polityki społecznej podpisały rozporządzenie o podwyżkach dla nauczycieli – poinformowało MEN. Zgodnie z rozporządzeniem wynagrodzenie zasadnicze nauczycieli wzrośnie od 1167 zł brutto do 1365 zł brutto, zależnie od stopnia awansu zawodowego i grupy zaszeregowania.**

„Wynagrodzenie nauczycieli początkujących rośnie o 33 proc., a w przypadku nauczycieli mianowanych i dyplomowanych wzrost wynosi 30 proc." – czytamy w komunikacie Ministerstwa Edukacji Narodowej. Podano w nim, że podpisane rozporządzenie skierowano do publikacji w Dzienniku Ustaw.

PAP/Wojciech Pacewicz

Chodzi o nowelizację rozporządzenia w sprawie wysokości minimalnych stawek wynagrodzenia zasadniczego nauczycieli, ogólnych warunków przyznawania dodatków do wynagrodzenia zasadniczego oraz wynagradzania za pracę w dniu wolnym od pracy.

Załącznikiem do nowelizacji jest tabela. Zawiera ona sześć stawek minimalnego wynagrodzenia zasadniczego nauczycieli. Uwzględnione są wszystkie trzy etapy rozwoju zawodowego, tj. nauczyciel początkujący, mianowany i dyplomowany oraz dwa poziomy wykształcenia.

Zgodnie z tabelą, która jest załącznikiem do rozporządzenia, minimalne wynagrodzenie zasadnicze nauczyciela z tytułem zawodowym magistra i z przygotowaniem pedagogicznym w przypadku nauczyciela początkującego od 1 stycznia br. wynosi 4908 zł brutto (wzrost o 1218 zł brutto), nauczyciela mianowanego – 5057 zł brutto (wzrost o 1167 zł brutto), nauczyciela dyplomowanego – 5915 zł brutto (wzrost o 1365 zł brutto). Nauczyciele z tytułem zawodowym magistra i przygotowaniem pedagogicznym stanowią najliczniejszą grupę – to ponad 95 proc. wszystkich nauczycieli.

Pozostali nauczyciele to osoby z tytułem zawodowym magistra, ale bez przygotowania pedagogicznego, z tytułem licencjata (inżyniera) z przygotowaniem pedagogicznym, tytułem licencjata (inżyniera) bez przygotowania pedagogicznego, z dyplomem ukończenia kolegium nauczycielskiego lub nauczycielskiego kolegium języków obcych oraz innym wykształceniem. Minimalne wynagrodzenie zasadnicze nauczyciela początkującego z takim poziomem wykształcenia (druga grupa zaszeregowania) od 1 stycznia br. wynosi 4788 zł brutto (wzrost o 1188 zł brutto), nauczyciela mianowanego – 4910 zł brutto (wzrost o 1210 zł brutto), nauczyciela dyplomowanego – 5148 zł brutto (wzrost o 1188 zł brutto).

Nowelizacja wejdzie w życie z dniem następującym po dniu ogłoszenia w Dzienniku Ustaw, z mocą od dnia 1 stycznia 2024 r.

„Podwyższenie wynagrodzeń nauczycieli zgodnie z przepisami ustawy Karta Nauczyciela następuje nie później niż w ciągu trzech miesięcy po ogłoszeniu ustawy budżetowej, z wyrównaniem od 1 stycznia" – przypomina MEN w komunikacie.

Wskazano w nim, że podpisane rozporządzenie stanowi podstawę dla organów prowadzących do podjęcia działań niezbędnych do wypłaty podwyżki z wyrównaniem.

„Podwyżka wynagrodzeń jest możliwa dzięki rekordowemu zwiększeniu subwencji oświatowej. Subwencja oświatowa dla jednostek samorządu terytorialnego na rok 2024 wynosi ponad 87,983 mld zł i jest wyższa o 36,2 proc. od kwoty subwencji oświatowej w roku 2023" – zaznaczono.

„Jak wynika z opublikowanej w dniu 1 lutego ustawy budżetowej na rok 2024, jednostki samorządu terytorialnego otrzymują zwiększone środki zarówno dla publicznych, jak i niepublicznych przedszkoli, szkół i placówek" – podał resort edukacji.

Wynagrodzenie zasadnicze jest jednym ze składników tzw. średniego wynagrodzenia nauczycieli. Jego wysokość na poszczególnych stopniach awansu zawodowego wynika z określonej w ustawie budżetowej kwoty bazowej dla nauczycieli. Jak podkreśla MEN, zgodnie z ustawą budżetową na 2024 r. i tzw. ustawą okołobudżetową wynagrodzenia nauczycieli wzrasta w tym roku o 30 proc. dla nauczycieli mianowanych i dyplomowanych oraz odpowiednio o 33 proc. dla nauczycieli początkujących. O 30 proc. i 33 proc. wzrasta też minimalna stawka wynagrodzenia zasadniczego nauczycieli.

**ŹRÓDŁO: PAP**

# MONIKA PAWŁOWSKA ZASTĄPI MARIUSZA KAMIŃSKIEGO?

**Objęłam mandat poselski, jestem po krótkiej rozmowie z panem marszałkiem (Szymonem Hołownią – PAP), czuję się członkiem Prawa i Sprawiedliwości – powiedziała w Sejmie dziennikarzom Monika Pawłowska.**

Monika Pawłowska dodała, że jej zaprzysiężenie na posła nie nastąpi na jutrzejszym posiedzeniu Sejmu.

Monika Pawłowska uzyskała mandat posła Sejmu IX kadencji, startując z listy Sojuszu Lewicy Demokratycznej z ramienia partii Wiosna, następnie pełniła funkcję wiceprzewodniczącej klubu parlamentarnego Lewicy. W marcu 2021 r. opuściła klub i partię Wiosna, przechodząc do Porozumienia Jarosława Gowina i zostając posłanką niezrzeszoną. We wrześniu 2021 r. opuściła Porozumienie i kolejnego dnia poinformowała o przystąpieniu do klubu parlamentarnego Prawa i Sprawiedliwości, zostając następnie członkinią tej partii. W wyborach parlamentarnych w 2023 r. kandydowała z list PiS, otrzymując 10 789 głosów, zajmując pierwsze nieobejmujące mandatu miejsce.

PAP/Piotr Nowak

Monika Pawłowska

**ŹRÓDŁO: PAP**

# URSULA VON DER LEYEN PRZEJEDZIE DO POLSKI. SPOTKA SIĘ Z DONALDEM TUSKIEM

PAP/EPA/OLIVIER HOSLET

W piątek przewodnicząca Komisji Europejskiej Ursula von der Leyen odwiedzi Polskę wraz z premierem Belgii Alexandrem De Croo; wspólnie wezmą udział w trójstronnym spotkaniu z premierem Donaldem Tuskiem – poinformował w Brukseli rzecznik KE Eric Mamer, który dodał, że po rozmowach Tusk, von der Leyen i De Croo spotkają się z mediami. Mamer nie ujawnił, co będzie tematem rozmów.

Część polskich mediów powiadomiła wcześniej, że są plany, by po wizycie w Polsce szefowa KE odwiedziła również Kijów w związku z drugą rocznicą rosyjskiej napaści na Ukrainę. KE nie potwierdza tych doniesień.

**ŹRÓDŁO: PAP**

**WYDAWCA**
GALINDIA Sp. z o.o.
ul. Tracka 5,
10-364 Olsztyn

**REDAKTOR NACZELNY**
Maciej Matera
zarzad@gazetaolsztynska.pl

**ZASTĘPCA REDAKTORA NACZELNEGO**
Igor Hrywna

**REDAKTORZY WYDANIA**
Michał Podolak
Igor Hrywna
Barbara Barczuk
Joanna Karzyńska
Artur Dryhynycz
wydawca@gazetaolsztynska.pl
sport@gazetaolsztynska.pl

**WYDANIE ONLINE**
internet@gazetaolsztynska.pl
tel. 514 800 549

**GAZETAOLSZTYNSKA.PL**
redakcja@gazetaolsztynska.pl
tel. 514 800 549

**PRENUMERATA E-WYDAŃ**
prenumerata@gazetaolsztynska.pl
502 499 531

**REKLAMA W OLSZTYNIE**
ul. Tracka 5
tel. 885 998 201
reklama@gazetaolsztynska.pl

**CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ**
tel. 514 800 517

**REDAKCJA W ELBLĄGU**
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 505 766 681
gazeta@dziennikelblaski.pl

**REKLAMA W ELBLĄGU**
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 604 408 305
reklamy@dziennikelblaski.pl

**PRENUMERATA E-WYDAŃ**
prenumerata@dziennikelblaski.pl
502 499 531

**DRUK**
Drukarnia Prasowa
GRUPY WM Sp. z o.o.
Olsztyn, ul. Tracka 7
tel. 502 499 539

NAKŁAD KONTROLOWANY
ZWIĄZEK KONTROLI DYSTRYBUCJI PRASY

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

eprasa.pl 59b8dc7cdb

Fot. Zbigniew Woźniak

# ROLNICY ZAJĘLI CENTRUM. WOJEWODA WYSZEDŁ DO PROTESTUJĄCYCH

OD WCZORAJ TRWA PROTEST ROLNIKÓW W OLSZTYNIE. CAŁE CENTRUM MIASTA JEST ZABLOKOWANE TRAKTORAMI. NA AL. PIŁSUDSKIEGO OBECNIE STOI KILKASET MASZYN ROLNICZYCH.

Protestujący rolnicy wczoraj o godz. 10 uformowali kolumnę na al. Warszawskiej, którą przejechali do centrum Olsztyna. Traktory są ustawione od skrzyżowania z ul. 1 Maja aż do skrzyżowania z ul. Kościuszki. Na miejscu protestu jest bardzo głośno i gwarnie. Z megafonu cały czas padają antyunijne hasła związane z Zielonym Ładem, a wśród zebranego tłumu regularnie odpalane są race i flary dymne. Według różnych obliczeń na miejscu znajduje się ok. 1000-1500 protestujących rolników i ogromny tłum obserwatorów.

Tłumu nie przestraszył się wojewoda Radosław Król (PSL), który wyszedł na schody swojego urzędu, żeby porozmawiać z rolnikami. To nie pierwsza tego rodzaju inicjatywa podejmowana przez nowego przedstawiciela rządu na Warmii i Mazurach, który kilka dni wcześniej przyjął u siebie delegację rolników, od której przyjął pisma z ich postulatami i wysłuchał ich problemów.

— Dziękujemy panu wojewodzie, że wyszedł do naszego zgromadzenia, co odbieram jako odwagę. Z tego, co wiem, to pan wojewoda również jest rolnikiem i mam nadzieję, że rozumie nasze postulaty — mówił na schodach Urzędu Wojewódzkiego jeden z organizatorów protestu. — Wiemy, że pan jest przedstawicielem rządu w naszym województwie, a my oczekujemy rozwiązań zarówno ze strony polskiego rządu, jak i z Brukseli. Mamy nadzieję, że uda nam się rozwiązać tą sprawę — dodał rolnik.

— Też chyba powinienem założyć dzisiaj żółtą koszulkę i przyłączyć się do tego protestu — zaczął wojewoda Radosław Król.

— Jest wśród was moja rodzina, są rolnicy z mojej gminy i moi sąsiedzi. Problem jest bardzo poważny i nie tak prosty do rozwiązania, jak myśleliśmy na początku. Zebrałem wszystkie postulaty, wysłałem wszystkie notatki służbowe do wszystkich zainteresowanych ministerstw i do premiera. Wspólnie przygotowaliśmy również rozwiązania, które możemy wprowadzić możliwie najszybciej. Wczoraj jednak otrzymałem list od pana ministra Siekierskiego list, który w zasadzie jest kierowany do was. Minister sam proponuje również swoje rozwiązania, które w dużej mierze pokrywają się z tym, co wspólnie wypracowaliśmy — powiedział wojewoda Król, po czym dodał: — Jestem z wami dopiero od 20 grudnia, ale zapraszam was wszystkich serdecznie do siebie w każdej sprawie. Zrobiliśmy wszystko, żeby wam ten protest ułatwić i powiem wprost: cieszę się, że możecie tutaj manifestować w dobrych warunkach. Zapewniam, że rząd pracuje nad rozwiązaniem tego problemu.

Wojewoda zapewnił również, że wojewódzkie służby weterynaryjne są w gotowości, a granica z Królewcem na północy Warmii i Mazur jest szczelna.

**KAROL GROSZ**

REKLAMA

**BURMISTRZ MIŁAKOWA**

informuje, że w siedzibie Urzędu Miejskiego w Miłakowie przy ul. Olsztyńskiej 16, na tablicy ogłoszeń oraz na stronie internetowej http://bip.milakowo.eu został umieszczony na okres 21 dni, tj. od dnia 21.02.2024 r. do dnia 13.03.2024 r. wykaz nieruchomości przeznaczonych do dzierżawy lub najmu.

30024opb1-a-M

eprasa.pl 59b8dc7cdb

# CO PISZCZY W EMERYTURACH STAŻOWYCH?

**Choć są dwa, to oba (projekty) zakładają podobne rozwiązania. Gdyby weszły w życie, to Polacy zyskaliby prawo przejścia na emeryturę wcześniej, niż wynosi wiek emerytalny. Warunkiem byłby tylko odpowiedni staż pracy — 35 lat dla kobiet i 40 lat dla mężczyzn.**

Do tej pory politycy mówili, że nie stać jest nas na emerytury stażowe, że trzeba jeszcze zaczekać. Padały argumenty, że wiek emerytalny w Polsce i tak jest jednym z niższych w Europie. Teraz nagle sytuacja się zmieniła, bo Sejm właśnie przeprowadził pierwsze czytania dwóch projektów dotyczących wprowadzenia emerytur i skierował oba do Komisji Polityki Społecznej i Rodziny.

— Będziemy pracować nad tym projektem, by wyjść naprzeciw oczekiwaniom ludzi bardzo ciężko pracującym — podkreśliła w Sejmie minister ds. polityki senioralnej Marzena Okła-Drewnowicz.

Jeden jest projektem obywatelskim, pod którym „Solidarność" zebrała 235 tys. podpisów, a drugi — poselskim, który przygotowała Lewica. Oba zakładają podobne rozwiązania, że na emeryturę można byłoby przejść niezależnie od wieku, jeśli ma się odpowiedni staż pracy (chodzi tu zarówno o okresy składkowe, jak i nieskładkowe). I tak dla kobiet było to 35 lat pracy, a dla mężczyzn — 40 lat. A emerytura stażowa nie mogłaby być niższa niż minimalne świadczenie, czyli obecnie 1588,44 zł brutto, a od 1 marca już 1780,96 zł brutto.

O takie rozwiązania od dawna upominali się związkowcy, bo ustawa dałaby ludziom możliwość wyboru. Czy chcą jeszcze pracować, czy mając odpowiedni staż pracy, przejść na emeryturę?

Związkowcy podkreślają, że byłoby prawo, ale nie z góry narzucony obowiązek.

— Emerytura stażowa to byłoby uprawnienie, a nie przymus. Mogę, nie muszę, sam wybieram — mówi Jarosław Szunejko, przewodniczący Rady OPZZ Województwa Warmińsko-Mazurskiego, który liczy, że emerytury stażowe, o które OPZZ zabiega od wielu lat, wreszcie pojawią się w naszym systemie emerytalnym. — Obecnie są procedowane dwa projekty: obywatelski i Lewicy, który jest praktycznie tożsamy z naszym projektem, który już dużo wcześniej złożyliśmy do Sejmu.

Tu warto wspomnieć też o projekcie prezydenckim, przygotowanym przez prezydenta Andrzej Dudę, który w grudniu 2021 roku trafił do Sejmu. Zakładał, że staż pracy (okresy składkowe i nieskładkowe) umożliwiający przejście na emeryturę ma wynosić 39 lat dla kobiet i 44 lata dla mężczyzn. Z pozoru projekt był mniej korzystny dla pracowników, bo zakłada dłuższy staż, ale wydaje się, że dużo lepiej niż pozostałe zabezpieczał przyszłość finansową przyszłych emerytów. Bo trzeba pamiętać, że emerytura to świadczenie, za które przyjdzie nam żyć do końca naszych dni i jeśli dostaniemy jakąś podwyżkę, to będzie ona wynikać tylko z corocznej waloryzacji świadczeń. I to wszystko.

Fot. Andrzej Mielnicki

Pod obywatelskim projektem ustawy „Emerytura za staż" podpisało się w Polsce 235 tys. osób

Obecnie na emeryturę może przejść kobieta w wieku 60 lat, a mężczyzna po 65. roku życia. Eksperci przestrzegają, że emerytury stażowe mogą okazać się pułapką dla wielu przyszłych emerytów, bo ich emerytura będzie na poziomie minimalnego świadczenia, a szczególnie kobiet, które już pracują krócej.

Dlaczego tak może się stać? Po pierwsze, jak pokazuje praktyka, większość osób przechodzi na emeryturę dokładnie kiedy osiąga wiek emerytalny lub też w ciągu roku od tej daty. I można założyć, że tak będzie, jak pojawi się prawo do emerytur stażowych. Zatem okres pracy będzie krótszy, a to oznacza mniej składek na naszym koncie w ZUS, a po drugie wydłuży się przewidywany czas trwania życia i nasz kapitał zgromadzony w ZUS byłby dzielony na więcej miesięcy, co oznacza dużo niższą emeryturę.

Trzeba też pamiętać o kosztach takiego rozwiązania dla całego systemu emerytalnego. Mówiła o tym ostatnio w rozmowie z money.pl prof. Gertruda Uścińska, była prezes ZUS.

— Problem w tym, że gdyby wprowadzić taki wariant w życie, otwarto by prawo do świadczenia dla miliona osób. Mówimy o obniżeniu wysokości emerytur, zmniejszeniu podaży pracy, skróceniu aktywności zawodowej Polaków, pogorszeniu sytuacji finansowej FUS i budżetu państwa. Nawet przy założeniu, że z tego rozwiązania skorzysta połowa uprawnionych, wygeneruje to wzrost wydatków na emerytury i zmniejszenie wpływów składkowych w łącznej wysokości 87 mld zł w dziesięcioletniej perspektywie — przestrzegała była prezes ZUS.

Nie tylko ona, bo w Ocenie Skutków Regulacji przygotowanej przez Biuro Analiz Sejmowych stwierdzono, że projektowana zmiana zwiększa ryzyko ubóstwa emerytalnego, zwłaszcza wśród kobiet. Te statystycznie żyją znacznie dłużej niż mężczyźni i mogłyby przechodzić na emeryturę już w wieku pięćdziesięciu kilku lat. A następnie być zmuszone przez kolejnych 20-30 lat lub dłużej utrzymać się za środki zbliżone do kwoty emerytury minimalnej.

Jednak trudno nie zgodzić się z opinią związkowców, że trzeba mieć też na uwadze ludzi. Emerytury stażowe są propozycją głównie dla osób, które wcześnie zaczynają pracę zawodową i zwykle ciężko pracują fizycznie, a z wiekiem już nie mają tyle siły i zdrowia, żeby dalej pracować.

— I w tej chwili nie mają nic, a tak mieliby emeryturę stażową — podkreśla przewodniczący Szunejko. — Choć oczywiście ta będzie niższa, niż byłaby po osiągnięciu pełnego wieku emerytalnego, i tego trzeba być też świadomym. Ale to będzie przywilej, a nie przymus i nikt nikogo nie zmusi do pójścia na emeryturę stażową.

**ANDRZEJ MIELNICKI**
a.mielnicki@gazetaolsztynska.pl

KONDOLENCJE

**Pani**

**Monice Choroszewskiej**

**oraz Rodzinie**

**wyrazy głębokiego współczucia i słowa otuchy z powodu śmierci**

**Taty**

**składają Alina i Jan Szynaka oraz Zarząd i Pracownicy Grupy Meblowej Szynaka**

13824otbr-b-M

# 500 PLUS DLA SENIORA

**Potocznie to „500 plus dla seniora", a w rzeczywistości świadczenie finansowe, do którego mają prawo nie tylko seniorzy. Maksymalna kwota wsparcia to 500 złotych.**

Od 2019 roku osoby, które potrzebują pomocy w codziennym życiu, mogą otrzymać świadczenie uzupełniające. Ta pomoc finansowa wypłacaną co miesiąc potocznie nazywa jest „500 plus dla seniora", choć przysługuje wszystkim, którzy potrzebują pomocy podczas wykonywania prostych domowych czynności. Dodatek finansowy w wysokości maksymalnie 500 zł przysługuje również osobom, które mają ukończone 18 lat, z niepełnosprawnościami, niezdolnym do samodzielnej egzystencji.

Jednak żeby otrzymać świadczenie, konieczne jest spełnienie kryterium dochodowego, które co roku w marcu jest waloryzowane tak, jak emerytury i renty. Jeszcze w lutym prawo do świadczenia przysługuje osobom, których dochody nie przekraczają kwoty 2157,80 zł brutto. Od marca ten limit wzrośnie o wskaźnik waloryzacji, który ma wynieść 12,12 proc., co oznacza, że próg wyniesie ok. 2419 zł brutto.

Ale świadczenie uzupełniające w pełnej kwocie 500 zł przysługuje, jeśli dana osoba nie ma emerytury ani renty i nie ma prawa do innego świadczenia finansowanego ze środków publicznych lub ma takie świadczenia, ale ich łączna kwota brutto nie przekracza 1657,80 zł.

Jeśli pobiera emeryturę, rentę lub inne świadczenie ze środków publicznych i łączna kwota brutto tych świadczeń wynosi więcej niż 1657,80 zł, a nie przekracza 2157,80 zł, to wysokość świadczenia uzupełniającego będzie niższa niż 500 zł. Będzie więc to różnica między kwotą 2157,80 zł i łączną kwotą przysługujących otrzymywanych świadczeń. Na przykład jeżeli suma pobieranych świadczeń w styczniu wynosi 1800 zł brutto, to obecne świadczenie uzupełniające wynosi 357,80 zł.

Co zrobić, żeby dostać „500 plus dla seniora"? Aby otrzymać świadczenie uzupełniające, trzeba złożyć wniosek. Wniosek możesz złożyć w każdej placówce ZUS lub przesłać pocztą. Druk wniosku ESUN możesz pobrać ze strony www.zus.pl, znajdziesz go również w salach obsługi klientów w naszych placówkach.

— Świadczenie uzupełniające nie jest bowiem przyznawane „z urzędu", a jedynie na wniosek — tłumaczy Anna Grabowska, regionalny rzecznik prasowy ZUS województwa warmińsko-mazurskiego. — Decyzje w sprawie świadczenia uzupełniającego są wydawane w ciągu 30 dni od wyjaśniania ostatniej okoliczności niezbędnej do jej wydania.

Jednak choć od marca próg dochodowy uprawniający do otrzymania świadczenia uzupełniającego wzrośnie, to maksymalna kwota świadczenia pozostanie bez zmian i będzie to 500 zł „na rękę" co miesiąc.

**AM**

eprasa.pl 59b8dc7cdb

# JAZDA SLALOMEM GIGANTEM PRZEZ OLSZTYN

**Ulice w Olsztynie wymagają pilnej naprawy. Asfalt nie wytrzymał nie tylko wzmożonego ruchu, ale też zmian pogodowych. Nagłe spadki temperatury, a następnie szybkie wzrosty spowodowały, że asfalt zaczął pękać. Dziury są niemal wszędzie.**

**ADA ROMANOWSKA**
a.romanowska@
gazetaolsztynska.pl

Fot. Zbigniew Woźniak

Zima dała drogowcom w kość. I kierowcom, którzy jeżdżą po Olsztynie slalomem. Temperaturę dziesiątki razy przechodziła przez 0, więc woda, która rozmraża się w ciągu dnia, zamarzała w nocy i rozsadzała te nawierzchnie, które już były — delikatnie mówiąc — spękane. Czasem trudno ominąć jedną dziurę, by nie wpaść... w kolejną. A te w niektórych miejscach są gigantyczne. Duże wyrwy w asfalcie skrywają też kałuże, w które wjeżdżają nieświadomi ich kierowcy.

Olsztyniacy tracą już nerwy: — Wojska Polskiego to jazda slalomem gigantem — zauważa pani Iwona. Alex dodaje: — Ulica Leśna i Koszary Dragonów... Tam nie ma drogi, tylko sito! — Augustowska też sito — zauważa pan Edwin. A Liza podkreśla: — Bardzo źle się jeździ, niektóre jezdnie to łata na łacie, przydałaby się całkowita wymiana asfaltu. — Sybiraków jest straszna — nie ukrywa pan Adrian. — Możemy z Łodzią się bić o dziury — żartuje pan Dawid.

Fakt, o Łodzi w ostatnich dniach jest wyjątkowo głośno. Tamtejsze ulice, na przykład na Bałutach, toną w dziurach. Niektóre są tak duże, że kierowcy muszą się nawzajem przepuszczać. Mieszkańcy żartują, że zamiast ulic mają kratery. Internet zalewają memy: „Śnieg jeszcze leży, a asfalt już stopniał". W Olsztynie jest podobnie?

Za chwilę stolica Warmii i Mazur przebije popularność Łodzi w tym temacie. Między innymi za sprawą Izabelli Krzan. To pochodząca z Olsztyna modelka, Miss Polonia 2016, prezenterka, a od niedawna jedna z prowadzących na „Kanale Zero" założonym na YouTubie przez Krzysztofa Stanowskiego. Podczas pierwszego spotkania na żywo nie zabrakło dyskusji o Olsztynie. Izabella Krzan stwierdziła, że stolica regionu, choć piękna, ma jeden poważny mankament.

— Drogi mamy strasznie złe, rozkopane całe miasto — stwierdziła na wizji olsztynianka. Olsztyn, po zakończonej inwestycji tramwajowej, już tak rozkopany nie jest. Ale rzeczywiście drogi pozostawiają wiele do życzenia.

— Kiedyś wmawiałem sobie, że fatalny stan nawierzchni to pamiątka po komunie. Ale od tamtego czasu minęło już ponad 30 lat, a sytuacja nadal jest tragiczna. W dodatku wiele nowych dziur pojawia się w miejscach, które były stosunkowo niedawno pokrywane świeżym asfaltem. Czyżby część z nowo powstających jezdni jest kiepskiej jakości? — pyta pan Adam z Olsztyna. — Jak ma dojść do poprawy sytuacji, jeżeli wykonywane poprawki mają jedynie charakter krótkotrwały?

— Dziury zasypywane są czymś miałkim, co po kilku przejazdach znika — denerwuje się pan Zbigniew z Zatorza. — I co z tego, że drogowcy postawią słupek ostrzegający? Często zmienia on swoje położenie, nie informując o pobliskiej dziurze. Zresztą po co w ogóle stawiać takie słupki na jezdni? Nie lepiej od razu naprawić dziurę? Jedna na ul. Wojska Polskiego straszy już od dobrych kilku dni. I z dnia na dzień, choć nieznacznie, ale się powiększa. Ruch tu przecież jak na Marszałkowskiej.

Naprawy trwają już od początku roku, ale teraz mamy kumulację. Na przykład ul. Tracką naprawiało w czwartek 15 lutego aż pięciu fachowców. Nie naprawili wszystkiego, w co można wpaść. Dziur zresztą cały czas przybywa, a ich łatanie przypomina syzyfową pracę.

Na ile sytuację olsztyńskich nawierzchni pogorszy protest rolników, którzy na olsztyńskie ulice wjechali ciężkim sprzętem?

Jaki jest stan dróg w Olsztynie? Jak drogowcy je naprawiają, jak często i ile to kosztuje? I o ile dziur jest więcej niż rok temu? Poprosiliśmy ZDZiT o wyjaśnienia, ale odpowiedzi nie uzyskaliśmy, mimo że minął już ponad tydzień.

> DZIURY W JEZDNI MOGĄ NIE TYLKO ZNISZCZYĆ AUTO, ALE SPOWODOWAĆ TAKŻE BARDZO NIEBEZPIECZNĄ SYTUACJĘ NA DRODZE.

### Samochód dostaje w kość

Dziurawa nawierzchnia drogi znacznie obniża komfort i bezpieczeństwo jazdy. Układ zawieszenia samochodu jest narażony na duże obciążenia. Często powoduje to przedwczesne zużycie podzespołów samochodu, a w przypadku szczególnie dużych wyrw może prowadzić do poważnych awarii, które uniemożliwiają dalszą jazdę. Dużych rozmiarów dziura w drodze może powodować znaczne uszkodzenia samochodu. To często przebite opony, którym towarzyszą skrzywione felgi. Ale uszkodzeniu ulegają też elementy zawieszenia — wahacze, drążki kierownicze czy amortyzatory. W skrajnych przypadkach wjechanie w dziurę może spowodować utratę kontroli nad pojazdem, co niesie ryzyko kolizji lub wypadku drogowego. Kto uszkodzi samochód, może oczywiście liczyć na odszkodowanie. Choć ani kierowcom, ani drogowcom nie jest z tym po drodze.

Każda droga podlega określonemu nadzorowi, co reguluje Ustawa o drogach publicznych z 21 marca 1985 r. Podmiotem odpowiedzialnym za stan techniczny jezdni jest zarządca drogi. To w jego gestii jest utrzymanie dróg w takim stanie, aby korzystanie z nich było bezpieczne i nie groziło uszkodzeniem samochodów oraz pozostałych pojazdów.

Dziura w drodze może zostać zgłoszona przez każdego z nas, a zarządca ma obowiązek zweryfikowania stanu uszkodzeń i wykonania naprawy uszkodzonej jezdni. W przypadku uchylania się od utrzymania drogi w należytym stanie zarządcy grozi pociągnięcie do odpowiedzialności karnej. Wynika to z art. 415 Kodeksu cywilnego. Według niego ten, kto wyrządził szkodę, zobowiązany jest do jej naprawienia.

### Wjechałeś w dziurę? Co zrobić?

Uszkodzone auto na dziurze? Trzeba zgromadzić jak najwięcej dowodów zaistniałego zdarzenia. Odpowiednio wykonane zdjęcia to podstawa. Zadbaj, aby znalazła się na nich dziura w drodze i uszkodzony samochód. Na fotografiach powinny być widoczne numery rejestracyjne auta. Bardzo pomocne są nagrania z kamer samochodowych. Jeśli korzystasz z wideorejestratora, to pamiętaj, aby zachować materiał filmowy dokumentujący moment wjechania w dziurę.

Wezwanie policji nie jest obowiązkowe, lecz warto to rozważyć. Policyjna notatka z miejsca zdarzenia to mocny dowód okoliczności, w jakich doszło do uszkodzenia auta. Zanotuj dokładną lokalizację miejsca, w którym znajdowała się dziura w drodze. I ustal, kto jest zarządcą drogi. W Olsztynie to ZDZiT, ale nie wszystkie drogi są mu podległe. Nieco trudniejsze jest ustalenie zarządcy drogi wewnętrznej, na której znajduje się dziura w drodze. Gdzie zgłosić uszkodzenie, do którego doszło poza drogami publicznymi? Za wewnętrzne szlaki komunikacyjne odpowiadają np. właściciele terenu lub wspólnoty mieszkaniowe.

Proces odszkodowawczy przypomina likwidację szkody komunikacyjnej. Zarządcy najczęściej udostępniają gotowe druki, które należy wypełnić. Przed przystąpieniem do formalności ustal możliwie dokładnie wartość szkody, którą spowodowała dziura w drodze. Koszt naprawy możesz wskazać na podstawie własnych szacunków lub sięgnąć po wycenę warsztatu samochodowego. Zakres uszkodzeń weryfikowany jest przez rzeczoznawcę podmiotu odpowiedzialnego za wypłatę odszkodowania.

### Ile z ubezpieczenia?

Większość zarządców dróg jest ubezpieczona w zakresie odpowiedzialności cywilnej i jest to dobra wiadomość dla właścicieli samochodów decydujących się na zgłoszenie szkody. Dziura w drodze może być źródłem kosztownych napraw, a dochodzenie roszczeń od towarzystwa ubezpieczeniowego zazwyczaj przebiega dość sprawnie. Jeśli kwota zaproponowana przez ubezpieczyciela jest niewystarczająca, to możesz się odwołać, a także sięgnąć po dodatkową wycenę wykonaną przez niezależnego rzeczoznawcę. Polisy OC przedstawiane przez zarządców dróg często mają określoną minimalną kwotę szkody wynoszącą zazwyczaj od 500 do 2000 zł.

eprasa.pl 59b8dc7cdb

# KO ODKRYŁA KARTY W ELBLĄGU

**W poniedziałek 19 lutego w biurze Platformy Obywatelskiej oficjalnie ogłoszono kandydatów do Rady Miejskiej w Elblągu. Przedstawiono też listę kandydatów do sejmiku warmińsko-mazurskiego z okręgu numer 3.**

fot. EG

Na naszych listach jest 19 kobiet i 16 mężczyzn w różnym wieku i z różnych środowisk. Tak jak obiecaliśmy, są tu też ludzie bardzo młodzi. To oni podpowiadają nam, czego młodzi ludzie potrzebują w mieście, i niech również — jeśli zdobędą mandaty — też to realizują — mówił Michał Missan, kandydat na prezydenta Elbląga, przedstawiając drużynę kandydatek i kandydatów Platformy Obywatelskiej do Rady Miejskiej w Elblągu.

— 15 października zdecydowaliśmy się jako naród na zmianę kierunku. Chciałbym podkreślić, że jednym z elementów zmiany było zatrzymanie centralizacji samorządów i to się udało. Wybory samorządowe są nam najbliższe, ponieważ to my chcemy decydować o tym, co w naszym mieście zrobić i zmienić. Konstrukcja naszych list jest wynikiem chęci zestawienia doświadczenia z entuzjazmem ludzi młodych. Zachowaliśmy też parytet — dodał Antoni Czyżyk, kandydat na radnego w okręgu numer 4.

Radny Robert Turlej w nadchodzących wyborach powalczy o mandat radnego wojewódzkiego. Został „jedynką" Platformy Obywatelskiej w okręgu nr 3.

— Jestem od 2009 roku radnym Rady Miejskiej w Elblągu. Oprócz mnie na liście znalazły się inne doświadczone samorządowo osoby. W tym trzy osoby z Elbląga — przekazał Robert Turlej.

**EWELINA GULIŃSKA**

**Kandydatki i kandydaci Platformy Obywatelskiej do Rady Miejskiej w Elblągu**

**Okręg nr 1**
1. Grażyna Kluge
2. Paweł Gołębiewski
3. Sławomir Żukowski
4. Ewa Horbaczewska
5. Adam Ludwiczak
6. Juliusz Dziewałtowski-Gintowt
7. Jolanta Stańczak-Dziuda

**Okręg nr 2**
1. Małgorzata Adamowicz
2. Karolina Śluz
3. Marta Kubacka-Ignaciuk
4. Roman Nakonowski
5. Sebastian Dobrzyński
6. Szymon Hak
7. Marta Drózda-Kulkowska

**Okręg nr 3**
1. Irena Sokołowska
2. Wojciech Karpiński
3. Paweł Marchlewski
4. Jolanta Pękała
5. Adam Czerwiński
6. Sylwia Domżalska
7. Monika Janowicz

**Okręg nr 4**
1. Antoni Czyżyk
2. Marek Kamm
3. Karol Bidziński
4. Iwona Łuczak
5. Magdalena Lejman
6. Barbara Czyżewska
7. Emilia Stefanowska

**Okręg nr 5**
1. Michał Missan
2. Wiesława Włodarczyk
3. Tomasz Budziński
4. Patrycja Sulich-Stefanowicz
5. Magdalena Strugińska
6. Maciej Makuła
7. Wioleta Stępczyńska

Kandydaci Platformy Obywatelskiej do sejmiku województwa warmińsko-mazurskiego w okręgu nr 3 (Elbląg i powiaty bartoszycki, braniewski, elbląski, lidzbarski)
1. Robert Turlej
2. Elżbieta Ruda
3. Marek Chyl
4. Agnieszka Grzelak
5. Michał Butkiewicz
6. Wanda Harhaj
7. Małgorzata Oleksiak
8. Miron Sycz

REKLAMA

Iceland Liechtenstein Norway grants

## Gmina Dywity realizuje projekt pn. „Kompleksowa termomodernizacja budynków Szkoły Podstawowej w Bukwałdzie oraz Szkoły Podstawowej w Spręcowie"

Narodowy Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej

w ramach podpisanej z NFOŚiGW umowy o dofinansowanie z programu „Środowisko, Energia i Zmiany Klimatu".

Projekt finansowany jest w 70 % ze środków Programu Środowisko, Energia i Zmiany Klimatu pochodzących z Mechanizmu Finansowego Europejskiego Obszaru Gospodarczego (z czego 85% pochodzi z MF EOG, a 15% z budżetu państwa). Całkowity koszt przedsięwzięcia to 5.296.521,37 zł, z czego dofinansowanie to **3.707.564,95 zł.**

Celem projektu jest poprawa efektywności energetycznej w budynkach szkolnych w Bukwałdzie i Spręcowie, w których prowadzona jest działalność oświatowo-wychowawcza.

W ramach projektu budynki Szkoły Podstawowej w Bukwałdzie i Szkoły Podstawowej w Spręcowie przejdą głęboką termomodernizację, w wyniku której podniesiony zostanie standard energetyczny budynków.

W ramach prac modernizacyjnych wykonywane są m.in.:
- docieplenie ścian i stropów,
- wymiana źródła ciepła na pompę ciepła,
- montaż instalacji fotowoltaicznej,
- przyłączenie do nowego źródła ciepła,
- wymiana oświetlenia na energooszczędne,
- wymiana stolarki okiennej i drzwiowej.

Planowana data zakończenia realizacji projektu to 30 kwietnia 2024 roku.

16424otbr-a-M

eprasa.pl 59b8dc7cdb

# KIM JEST PEŁNOMOCNIK WOJEWODY?

**Wojewoda Radosław Król powołał niedawno siedmiu swoich pełnomocników. Wśród nich jest Piotr Baczewski, któremu powierzono aż dwa obszary społeczne. To sprawy seniorów oraz mniejszości narodowych i etnicznych. Rozmawiamy z nim o tym, kim właściwie jest pełnomocnik wojewody i jakie ma kompetencje.**

**— Kim właściwie jest pełnomocnik wojewody? Nie jest to ani stanowisko etatowe, ani działalność społeczna.**

— Pełnomocnik to osoba, która otrzymała upoważnienie od kogoś — w tym przypadku wojewody warmińsko-mazurskiego — do działania w jego imieniu w określonej dziedzinie na terenie województwa. W tym przypadku nowy wojewoda Radosław Król postanowił powierzyć mi dwie bardzo ważne dziedziny — politykę senioralną oraz sprawy mniejszości narodowych i etnicznych. To wielki zaszczyt i docenienie mojej dotychczasowej działalności społecznej, ale także odpowiedzialność. Zrobię wszystko, aby nie zawieść zaufania oraz godnie wspierać obie grupy społeczne, wsłuchując się w ich potrzeby. Cieszy mnie coraz większa i dłuższa aktywność seniorów w życiu społecznym — przykładów jest mnóstwo, choćby uniwersytety trzeciego wieku, związki emerytów i rencistów, działkowcy, kluby seniorów, koła gospodyń wiejskich i inne.

Pełnomocnicy zatrudnieni są na umowach zlecenie i moim zdaniem to właściwa forma, bo to przeważnie osoby aktywne zawodowo.

**— Jak szerokie kompetencje ma taki pełnomocnik? Może na przykład wydawać polecenia urzędnikom urzędu wojewódzkiego, czy tylko ich prosić o pomoc i jak bardzo wiążące są jego opinie?**

— Pełnomocnik to taki pomocnik, doradca wojewody, czyli przedstawiciela rządu RP w regionie, oczywiście w określonej dziedzinie. Czasem służy radą swojemu szefowi, czasem reprezentuje go podczas różnych uroczystości, spotkań, niekiedy w innych miejscach Polski. To zależy od sytuacji i woli wojewody. Pełnomocnicy nie mogą wydawać poleceń pracownikom Urzędu Wojewódzkiego, ale często proszą ich o pomoc różnych sprawach. Wiedza i opinie pełnomocników służą wojewodzie, czyli najważniejszemu urzędnikowi w województwie we właściwym wykonywaniu obowiązków. Kiedyś już pracowałem w Urzędzie Wojewódzkim jako asystent wojewody, była to moja pierwsza praca i dałem z siebie wszystko, co później bardzo zaprocentowało. W pewnym sensie jest to dla mnie powrót do korzeni, tylko już w innej roli.

Materiały UW

Piotr Baczewski (z prawej) odbierający nominację z rąk wojewody Radosława Króla

Wojewoda ze swoimi pełnomocnikami

**— Czy rok, bo na tyle jest pełnomocnik powoływany, to dużo, czy mało, aby być skutecznym w swoich działaniach?**

— Roczna umowa to standard przy tej formie umowy (zlecenie). Po roku wojewoda stwierdzi, czy dany pełnomocnik się sprawdził i czy przedłuży umowę. Mam nadzieję, że stanę na wysokości zadania i dalej będę miał okazję reprezentować Bartoszyce, gdzie mieszkam i szerzej — nasz bartoszycki powiat — w stolicy województwa. Zamierzam zrobić, co w mojej mocy, aby zarówno seniorzy, jak i członkowie mniejszości narodowych odczuli pozytywy mojej działalności, ale to nie zależy tylko ode mnie, dlatego zachęcam do aktywnego kontaktu, również poprzez media społecznościowe, co niektórzy już czynią, i jest mi bardzo miło z tego powodu. Bez kontaktów i informacji zwrotnej od społeczeństwa pełnomocnik niewiele zdziała; nie będzie na przykład wiedział, jakie są potrzeby i problemy, które mógłby pomóc rozwiązać.

**— W pana przypadku mówimy o podwójnych obowiązkach, bo otrzymał pan powołanie na pełnomocnika wojewody do spraw seniorów oraz do spraw mniejszości narodowych i etnicznych. Proszę wymienić kilka głównych pana obowiązków z tym związanych.**

— To koordynacja i inicjowanie działań służących seniorom oraz członkom mniejszości narodowych i etnicznych (u nas to głównie Ukraińcy i Niemcy, ale nie tylko), a także przeciwdziałanie dyskryminacji czy naruszaniu praw, pomoc w rozwiązywaniu problemów (o czym wspomniałem wcześniej), opiniowanie programów rządowych i wiele innych, oczywiście we współpracy z organami władzy różnych szczebli, samorządami oraz organizacjami seniorskimi i mniejszościowymi.

**— Jest pan w tej chwili prezesem Stowarzyszenia „Jesteśmy Razem", które od ponad 20 lat prowadzi Centrum Barka — Środowiskowy Dom Samopomocy i Warsztat Terapii Zajęciowej w Górowie Iławeckim, w którym osoby niepełnosprawne mają do dyspozycji aż 14 różnych pracowni tematycznych oraz dyrektorem Domu Pomocy Społecznej w Worynach. To już dużo pracy; jak pan odnajduje siły i czas dla kolejnych obowiązków?**

— No cóż... Wojewodzie się nie odmawia, jak to mówią (uśmiech), a tak serio to zawsze staram się podejmować kolejne wyzwania, co niewątpliwie rozwija, poszerza horyzonty myślowe, umożliwia poznawanie nowych ludzi, a także sprawdzenia siebie. Jak wiadomo, nikt w pojedynkę niczego jeszcze nie zdziałał, więc mogę podejmować kolejne wyzwania dzięki sprawdzonej przez lata kadrze i gronu bliskich współpracowników z moją małżonką Anią na czele.

**— Wiem, że ma pan kolejne plany. Może pan zdradzić, co to jest?**

— Wolałbym nie, aby nie zapeszyć, ale powiem tylko, że w dalszym ciągu będą to ważne społecznie inicjatywy; ważne zarówno dla Bartoszyc, jak i całego naszego powiatu, który leży mi na sercu.

**— Wróćmy w takim razie do obowiązków pełnomocnika wojewody. W kilku żołnierskich słowach: z czym mogą się do pana zwracać mieszkańcy Warmii i Mazur?**

— W sprawach, z którymi potrzebują zwrócić się do wojewody; przede wszystkim dotyczących osób starszych, mniejszości narodowych, a z racji zawodowej również osób niepełnosprawnych i organizacji pozarządowych.

ROZMAWIAŁA EWA LUBIŃSKA

**Piotr Baczewski** mieszka w Bartoszycach, jest prezesem zarządu Stowarzyszenia „Jesteśmy Razem", które od ponad 20 lat prowadzi w Górowie Iławeckim Centrum Barka — Środowiskowy Dom Samopomocy i Warsztat Terapii Zajęciowej oraz dyrektorem Dom Pomocy Społecznej w Worynach. Ma ogromne doświadczenie w pracy społecznej.

**Wojewoda Warmińsko-Mazurski Radosław Król powołał siedmiu swoich pełnomocników. Są nimi:**
**Irena Petryna** — pełnomocniczka do spraw analiz w zakresie służby zdrowia;
**Dorota Michalak** — pełnomocniczka do spraw administracji zespolonej i administracji niezespolonej w województwie warmińsko-mazurskim;
**Małgorzata Krystyna Kozioł** — pełnomocniczka do spraw Rodziny;
**Adam Krzyśków** — pełnomocnik do spraw łowiectwa, leśnictwa, zasobów naturalnych i odnawialnych źródeł energii;
**Piotr Żuchowski** — pełnomocnik do spraw kultury i dziedzictwa województwa warmińsko-mazurskiego;
**Władysław Kałudziński** — pełnomocnik do spraw kombatantów i osób represjonowanych;
**Piotr Baczewski** — pełnomocnik do spraw seniorów oraz mniejszości narodowych i etnicznych.

REKLAMA

**Olsztyńska Spółdzielnia Mieszkaniowa w Olsztynie przy ul. Szarych Szeregów 5**

**oferuje do wynajęcia**

**LOKAL MIESZKALNY NR 14 W BUDYNKU przy ul. Grunwaldzkiej 9A w Olsztynie.**

Z najemcą zawarta zostanie umowa najmu instytucjonalnego na okres do 10 lat z możliwością przedłużenia na kolejne lata.

Powierzchnia użytkowa wynosi 36,30 m² – pokój, kuchnia, łazienka z WC, przedpokój, VI piętro. Do lokalu przynależy piwnica o powierzchni 5,20 m².

Oferty na wynajęcie lokalu mieszkalnego z proponowaną stawką najmu za 1 m² (minimalny czynsz najmu 1.400,00 zł miesięcznie) należy składać w sekretariacie Spółdzielni, pokój nr 101, w terminie do dnia 29 lutego 2024 r. Poza opłatą za najem mieszkania najemca będzie zobowiązany wnosić bieżące opłaty za użytkowanie lokalu.

Szczegółowe informacje można uzyskać w siedzibie Spółdzielni przy ul. Szarych Szeregów 5, pok. nr 110, tel. (89) 523-03-12 lub 609-331-370, bądź na stronie internetowej **www.osm.olsztyn.pl;**

**zaprasza do składania ofert**

**NA WYNAJĘCIE POMIESZCZEŃ z możliwością prowadzenia działalności gospodarczej przy:**

- **ul. Grotha 19**, pow. 227,30 m², lokal handlowy na parterze w pawilonie wolnostojącym (minimalna stawka czynszu najmu: 12 zł/m² netto)
- **ul. Iwaszkiewicza 42**, pow. 113 m², pomieszczenie po byłym magazynie z węzłem sanitarnym, lokal na parterze w budynku wielorodzinnym (minimalna stawka czynszu najmu: 12 zł/m² netto)
- **ul. Szarych Szeregów 5**, pow. 76,05 m², lokal biurowy położony w wolnostojącym budynku biurowym na poziomie -1, posiada osobne, niezależne wejście (minimalna stawka czynszu najmu: 13 zł/m² netto).

Oferty na wynajęcie lokalu użytkowego z określoną stawką za 1 m² należy składać w sekretariacie Spółdzielni w terminie **do dnia 15 marca 2024 r.** Więcej informacji można uzyskać pod numerami tel. 89 523-03-11 lub 603-523-874 lub e-mailowo: **sekretariat@osm.olsztyn.pl.**

17824otbr-a-M

eprasa.pl 59b8dc7cdb

# O REELEKCJĘ NA STO PROCENT

— Mam nadzieje, że ciężką pracą, realizacją inwestycji i spełnianiem oczekiwań mieszkańców udowodniłem, że zaufanie mieszkańców nie zostało roztrwonione — mówi Tomasz Sielicki, burmistrz Braniewa.

**— Niedawno w rozmowie z dziennikarzem „Gazety Braniewskiej" zadeklarował pan start w zbliżających się kwietniowych wyborach samorządowych, podczas których będzie pan starał się o reelekcję na stanowisko burmistrza Braniewa. Czy to była trudna decyzja?**

— Do tej kadencji, która właśnie mija, podszedłem bardzo strategicznie. Wiele pomysłów, inwestycji udało się zrealizować. Część z nich jest realizowana na przełomie kadencji. Część inwestycji z przyczyn niezależnych będziemy musieli realizować w przyszłych latach. A więc obecna kadencja była bardzo intensywna dla mnie, dla moich współpracowników w urzędzie, w jednostkach organizacyjnych. Strategia rozwoju Braniewa musi obejmować szerszy okres, inwestycje długofalowe; nie zrealizujemy wszystkiego w kilka tygodni czy miesięcy, choćby ze względu na obowiązujące procedury. Na inwestycje udało nam się ponadto uzyskać środki zewnętrzne; niczego nie realizowaliśmy tylko ze swoich środków. Pieniądze z naszego budżetu służyły jedynie jako nasz skromny wkład własny.

**— Z jakich inwestycji jest pan szczególnie dumny?**

— Pierwszą dużą inwestycją była termomodernizacja Szkoły Podstawowej nr 3. Przy tej szkole wyremontowaliśmy boisko sportowe. Kolejną inwestycją, którą udało nam się zrealizować, był remont stadionu miejskiego, na co czekały pokolenia. Jesteśmy już gotowi do odbioru zakończonej termomodernizacji Szkoły Podstawowej nr 5 wraz z zagospodarowaniem terenu, gdzie wybudowaliśmy kolejne boisko dla naszej młodzieży. Wyremontowaliśmy salę sportową, wybudowaliśmy plac zabaw. Co ważne, jeśli chodzi o tę infrastrukturę szkolną, to oba budynki są wpisane do rejestru zabytków, a termomodernizacje odbywały się pod ścisłym nadzorem konserwatorskim.

**— Jakie zatem ma pan plany na inwestycje na nową kadencję?**

— To między innymi budowa modułowego żłobka w Braniewie; odbudowa Ratusza Miejskiego — ekspertyza techniczna fundamentów, program prac konserwatorskich; adaptacja budynków na terenie dawnej stadniny koni — budowa środowiskowego domu samopomocy i świetlicy środowiskowej; zagospodarowanie terenu przy ul. Długiej na cele rekreacyjno-wypoczynkowe czy też zakup autobusów niskoemisyjnych na potrzeby komunikacji miejskiej.

fot. archiwum redakcji

Tomasz Sielicki, który zadeklarował, że chce dalej pełnić funkcję burmistrz Braniewa, był naszym gościem podczas ubiegłorocznego „Kongresu Przyszłości"

**— W poprzednich wyborach został pan wybrany na stanowisko burmistrza dopiero w drugiej turze. Walka, zdaje się, była zaciekła?**

— Walka trwała do końca. Nie wiem, czy to można rozważać w kategorii walki, raczej rywalizacji. Cieszę się, że mieszkańcy mi zaufali, a celem tej kadencji było pomnażanie tego zaufania, zjednanie sobie tych mieszkańców, którzy nie byli do końca przekonani. Mam nadzieje, że ciężką pracą, realizacją inwestycji i spełnianiem oczekiwań mieszkańców udowodniłem, że zaufanie mieszkańców nie zostało roztrwonione.

**— Myśląc o wyborach kwietniowych, czy spodziewa się pan wymagających rywali?**

— Do tej pory nie wyłonił się żaden naturalny rywal. Do każdego kontrkandydata, z którym przyjdzie mi rywalizować, podejdę z pokorą i szacunkiem.

**— Wybory samorządowe to nie tylko wybory burmistrzów, wójtów czy prezydentów miast, ale także wybory radnych. Ja jestem przekonany, że wybory samorządowe to najważniejsze wybory, ważniejsze od parlamentarnych, gdyż wybieramy na funkcje osoby, które będą bezpośrednio decydowały o tym, jak będzie wyglądała ta najbliższa nam mała ojczyzna, w której na co dzień żyjemy.**

— To jest bardzo ważne. Ta kadencja, która dobiega końca, była kadencją dialogu i kompromisów. Te kompromisy i dobra współpraca burmistrza z radnymi właśnie owocowała tymi wszystkimi inwestycjami, bo wiele decyzji trzeba było podejmować bardzo szybko. Radni, podejmując strategiczne, finansowe decyzje, wielokrotnie udowadniali, że ufali moim pomysłom i koncepcjom. A na końcu wszystkich decyzji samorządowców stoją mieszkańcy, ich potrzeby i poprawa życia w naszym Braniewie.

**— Dlatego myślę, że warto apelować do mieszkańców, aby udali się w kwietniu do urn wyborczych i osobiście zadecydowali, kto będzie ich reprezentował w pracy samorządu, aby frekwencja była wysoka.**

— Po ostatnich wyborach parlamentarnych widzimy, jak bardzo zmienia się świadomość społeczna, jeśli chodzi o wybory. Kiedyś mieszkańcy podchodzili w tej sposób: „pójdę czy nie pójdę do wyborów, mój głos i tak nie ma znaczenia, bo kogoś innego wybiorą". Właśnie czynny udział w wyborach, troska o nasze małe ojczyzny, zaangażowanie się w głosowanie pozwala na świadome podejmowanie decyzji oraz na skonfrontowanie swoich oczekiwań i na poznanie kandydatów. W mniejszych społecznościach jak Braniewo jest o tyle łatwiej, że my się tu wszyscy znamy.

**— Być może nie wypada zadać takiego pytania, ale z dziennikarskiej przekory jednak pozwolę sobie spytać: może stać się tak, że pan Tomasz Sielicki nie zostanie wybrany na kolejną kadencję na stanowisko burmistrza Braniewa. Co pan wtedy zrobi?**

— Przez lata inwestowałem w siebie, kończyłem studia podyplomowe, nawiązywałem kontakty, pracowałem nad prywatnym zapleczem. Mam w głowie plan „B" przygotowany i myślę, że w przypadku niepowodzenia będę z pokorą wdrażał go w życie.

**— Ale to nie oznacza, że walka o reelekcję nie będzie walką na sto procent?**

— Będzie na sto procent. Ja funkcjonuję na sto procent. Jak się za coś biorę, to się angażuje w stu procentach.

**ŁUKASZ RAZOWSKI**

REKLAMA

# Punkty za gwarę warmińską

POWIAT OLSZTYŃSKI

To świetna wiadomość szczególnie dla uczniów szkół podstawowych, którzy chcą uczyć się mowy przodków i brać udział w konkursie prezentacji dwary warmińskiej *Po naszamu. Po warnijsku.* W tym roku na świadectwach ukończenia szkół podstawowych laureatów konkursu pojawi się adnotacja o ich sukcesach. To oznacza dodatkowe punkty w procesie rekrutacji do szkół średnich.

*– Właśnie otrzymaliśmy pismo od pani kurator Jolanty Skrzypczyńskiej, która podjęła decyzję o wpisaniu w tym roku naszego konkursu do wykazu zawodów wiedzy, artystycznych i sportowych, które mogą być wymienione na świadectwie ukończenia szkoły podstawowej* – mówi Joanna Michalska-Reda, wicestarosta olsztyński. – *Bardzo się cieszę, bo to dodatkowa zachęta do udziału w konkursie i poznawania kultury dawnych Warmiaków. To, że dzieci i młodzież chcą zdobywać wiedzę o regionie, w którym żyją, poznawać mowę swoich przodków, zachwyca mnie od lat. To dobry przykład współczesnego lokalnego patriotyzmu, mającego korzenie w dziedzictwie kulturowym.*

Od początku Powiat Olsztyński wspiera pomysłodawców konkursu, a od pięciu lat jest jego głównym organizatorem przy współpracy ze Stowarzyszeniem Miast, Gmin i Powiatów Szlak Świętej Warmii, Lokalną Grupa Działania Południowa Warmia oraz gminami Gietrzwałd, Purda i Dywity. Dobrym duchem konkursu jest Łukasz Ruch, popularyzator gwary i warmińskich zwyczajów. – *Kiedyś szacowano, że naszą gwarę zna cztery tysiące osób, ale myślę, że to są dane już dawno nieaktualne. Mam to szczęście, że w rodzinie mam jeszcze z kim porozmawiać gwarą, to przedstawiciele pokolenia lat 50. Znają gwarę, ale na co dzień się nią nie posługują. W szerszej popularyzacji gwary warmińskiej pomaga nam fakt, że w 2016 r. została ona wpisana na listę niematerialnego dziedzictwa kulturowego UNESCO. Niedawno zrealizowaliśmy duży projekt warsztatowy „Z dzieciukami po warnijsku" w ramach programu Narodowego Instytutu Dziedzictwa. Z kolei w konkursie Narodowego Centrum Kultury „Odkryj swój skarb. Bogactwo językowe Rzeczypospolitej" otrzymaliśmy wyróżnienie jako jedni z ośmiu w Polsce* – opowiada Łukasz Ruch. W tym roku odbędzie się już dziesiąta, a więc jubileuszowa edycja regionalnego konkursu prezentacji gwary warmińskiej *Po naszamu. Po warnijsku.* I choć wydarzenie planowane jest dopiero na grudzień, prace nad organizacją już trwają.

– *Jak przystało na jubileusz, chcielibyśmy zaproponować zupełną nowość i stworzyć, po raz pierwszy w historii konkursu kategorię dla osób dorosłych, które w rzeczywistości uczą się gwary razem ze swoimi dziećmi, razem się przygotowują i poprawiają nawzajem swoje błędy. Oni wprawdzie nie otrzymają wpisów na świadectwach, ale z pewnością będzie to ciekawe doświadczenie dla nas wszystkich* – podsumowuje wicestarosta Michalska-Reda.

**Fot. FB Gwara warmińska**
**Zob. film: https://fb.watch/qk4sZiRl03/**

17924otbr-a-M

eprasa.pl 59b8dc7cdb

# BRAKOWAŁO MI KOGOŚ DO ROZMOWY

ZDZISŁAW WĘGIERSKI MA 87 LAT. SWOJE ŻYCIE PRZEŻYŁ SPOKOJNIE U BOKU UKOCHANEJ ŻONY. WSPÓLNIE WYCHOWALI SZÓSTKĘ DZIECI. PO ŚMIERCI ŻONY ZOSTAŁ SAM W SWOIM DOMU. DZIECI MIESZKAJĄ DALEKO. ODWIEDZAJĄ GO CZĘSTO, ALE BRAKUJE MU KOGOŚ, Z KIM MÓGŁBY POROZMAWIAĆ I WSPÓLNIE SPĘDZAĆ CZAS.

**HALINA ROZALSKA**
h.rozalska@gazetaolsztynska.pl

Pan Zdzisław urodził się 5 lipca 1936 roku w Pokrzywnicy Wielkiej. Gdy wybuchła II wojna światowa, miał zaledwie trzy latka. Mieszkał wówczas z rodzicami i rodzeństwem w Pokrzywnicy Wielkiej. Wkrótce rodzice kupili niewielką gospodarkę w Szczepkowie Zalesiu, gdzie do tej pory mieszka.

### Czas II wojny światowej

Panu Zdzisławowi dzieciństwo przyszło spędzać w trudnych wojennych czasach. Mimo że był dzieckiem, to wiele pamięta. Może dlatego, że od żandarmów dostał gumą w pupę. — Spodnie pękły i pupa pękła. Uciekłem do lasu. Rodzice znaleźli mnie dopiero wieczorem. Jak zaczęła się wojna, to przyjechał zwiad niemiecki na koniach, szukali drogi do Zaborowa. Mama pokazała, którędy mają jechać, dała im jajek i odjechali. Bronili mostu na Mławce, a mimo to Polacy go wysadzili. Potem Niemcy go odbudowali i poszli dalej. Widziałem, jak wojsko niemieckie szło na Mławę. To był trudny czas. Pamiętam, że trzeba było zasłaniać okna, żeby żadnego światła we wsi nie było widać. Musieliśmy oddawać Niemcom tzw. kontyngent. Chcieli np. konia, świniaka, jajek, to musieliśmy to dać. Wszyscy się baliśmy — wspomina pan Zdzisław.

### W szkole nauczyli go pisać prawą ręką

Zaraz po wojnie poszedł do szkoły w Janowcu Kościelnym. — W klasach była chmara uczniów w różnym wieku. Ja miałem już 9 lat, ale byli także starsi ode mnie. Każdy, kto nie zdążył przed wojną, teraz szedł do szkoły. W klasie stały przedwojenne ławki podwójne. Na środku pulpitu wycięty był otwór na kałamarz z atramentem. My mieliśmy pióra ze stalówką. Maczało się ją w atramencie i pisało. Kleksy się robiło. Była bibuła do wysuszania pisma. Ja miałem pod górkę, bo jestem leworęczny. Jak zobaczyła to nauczycielka, to potrząsnęła mną i kazała pisać prawą ręką, a mi nie wychodziło. Koślawe litery stawiałem, ale się nauczyłem. Nie miałem wyjścia. Do tej pory piszę prawą ręką, ale wszystko inne wykonuję lewą. Trzymam w lewej np. nóż, siekierę, młotek. Wszystkie prace wykonuję lewą — mówi.

### Modliliśmy się w szkole

Zawsze na rozpoczęcie pierwszej lekcji i na koniec ostatniej się modliliśmy. W klasach na ścianie nad tablicą wisiał krzyż. — Później krzyże zostały zdjęte, ale nam to nie przeszkadzało i nadal się modliliśmy. Naprzeciwko szkoły jest kościół, więc odwracaliśmy się w jego stronę i odmawialiśmy pacierz. Kiedyś wpadł dyrektor i zaczął krzyczeć, ale my się tym nie przejmowaliśmy. Modliliśmy się dalej, a on nie mógł nam nic zrobić — wspomina pan Zdzisław.

### Pracował w gospodarstwie

Był już dużym chłopcem, więc po lekcjach pomagał rodzicom w gospodarstwie, zwłaszcza po śmierci ojca. Praca była o wiele cięższa niż teraz. Nie było narzędzi rolniczych. Mieli tylko pług, bronę, radło do ziemniaków. I oczywiście konia. Głównie sadzili ziemniaki i siali zboże. — Mieliśmy koło domu ogródek, w którym mama siała warzywa. Trzeba było go oplatać gałęziami, żeby kury nie wchodziły. Mieszkaliśmy w starym przedwojennym drewnianym domu, w którym wygód nie było. Gospodarowaliśmy razem z mamusią — wspomina.

### Mamusia kazała się żenić

Pan Zdzisław miał już 22 lata. Mama miała coraz mniej siły. — Któregoś razu powiedziała, żebym się żenił, bo potrzebna jest w domu młoda gospodyni, bo ona nie daje rady dopilnować wszystkiego. Trzeba sprzątać, uprać. Posłuchałem się mamusi. Miałem na oku ładną pannę, z którą znaliśmy się od dzieciństwa. Ona mieszkała w Waśniewie w gminie Grzebsk, ale bardzo często się razem bawiliśmy jako dzieci. Poznaliśmy się w Pokrzywnicy, gdzie mieszkała siostra mojej mamusi. Ona tam przyjeżdżała, bo jej macocha była córką siostry mojej mamy. Ja też często do Pokrzywnicy zaglądałem i tak się poznaliśmy. Razem się bawiliśmy, biegaliśmy po podwórku. Jak podrośliśmy, też się spotykaliśmy. Zawsze dobrze się rozumieliśmy. I jak miałem 20 lat, zakochałem się w niej. Oświadczyłem się i w kościele w Grzebsku wzięliśmy ślub. Wesele było niewielkie. Zaprosili tylko najbliższą rodzinę.

fot. Halina Rozalska

Zdzisław Węgierski chętnie bierze udział w zajęciach w Środowiskowym Domu Samopomocy w Janowcu Kościelnym

### Nowe życie po ślubie

Pan Zdzisław miał piękną, kochaną żonę. Był szczęśliwy. Postanowił zadbać o gospodarstwo. Najpierw postawił nową stodołę, potem oborę. Nadal mieszkali w starym drewnianym domu. — Sąsiedzi mnie podbuntowali. Gadali: „stawiaj nowy dom". Mieliśmy już dzieci. I zacząłem budowę. Zawziąłem się i jak zacząłem na wiosnę, to już na żniwa razem z rodziną się tam wprowadziliśmy — wspomina. Było im o wiele wygodniej i luźniej niż w starym domu. Wychowywali wspólnie dzieci.

Razem gospodarowali. Unowocześnili przede wszystkim swoje gospodarstwo. Kupili ciągnik i podstawowe maszyny rolnicze. — Nie trzeba już było w konika robić — mówi. Po 24 latach pan Zdzisław gospodarstwo przekazał synowi.

### Pracował nie tylko w gospodarstwie

Pan Zdzisław chciał zapewnić dzieciom dobre wykształcenie. Ma ich sześcioro: dwie córki i czterech synów. Zdecydował się, że będzie także pracował poza gospodarstwem.

— Brałem każdą robotę. Pracowałem w tartaku w Muszakach, na budowie w Janowcu Kościelnym, na wartowni w SKR, byłem też pomocnikiem palacza w Nidzicy. Stamtąd odszedłem na rentę zdrowotną. To dzięki mojej dodatkowej pracy żyło się nam dobrze — zapewnia. Gospodarkę prowadzili przez 24 lata. —Tak naprawdę, to żona się wszystkim zajmowała — dodaje.

### Szuka teraz kontaktu z ludźmi

— Żyliśmy z żoną bardzo zgodnie. Byliśmy szczęśliwi. Pomagaliśmy sobie wzajemnie na stare lata. Jeździliśmy na zajęcia do Szczepkowa Borowego. Żona zmarła i ja zostałem sam. Bardzo przeżyłem jej śmierć, ale moje życie toczy się dalej. Jestem teraz schorowany, miałem wypadek, poruszam się o kulach, a mimo to daje sobie radę. Tylko brak mi kogoś, z kim mógłbym porozmawiać. Postanowiłem więc brać udział w zajęciach w Środowiskowym Domu Samopomocy w Janowcu Kościelnym.

MOGĘ POROZMAWIAĆ, MAM KONTAKT Z INNYMI. JEST TU BARDZO DOBRZE. MIŁA ATMOSFERA. SĄ RÓŻNE ZAJĘCIA. ZE WZGLĘDU NA OGRANICZONĄ MOŻLIWOŚĆ PORUSZANIA SIĘ NIE WE WSZYSTKICH UCZESTNICZĘ. NAJWAŻNIEJSZE JEST TO, ŻE CZAS SPĘDZAM Z PRZYJACIÓŁMI.

Nasze opiekunki zawsze służą pomocą, radą. Potrafią pocieszyć, a jak trzeba, to trochę zganić — zapewnia pan Zdzisław.

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

eprasa.pl 59b8dc7cdb

JOANNA KARZYŃSKA
j.karzynska@gazetaolsztynska.pl

fot. Jan Bogacz / TVP

Regina Rosłaniec-Bavcevic wygrała 5. edycję popularnego programu „The Voice Senior"

# JEST INSPIRACJĄ DO PODĄŻANIA ZA MARZENIAMI

REGINA ROSŁANIEC-BAVCEVIC POCHODZI ZE SZCZYTNA, CHOĆ OD 40 LAT MIESZKA W CHORWACJI. SENIORKA DOTARŁA DO FINAŁU 5. SEZONU POPULARNEGO PROGRAMU „THE VOICE SENIOR", GDZIE ZAŚPIEWAŁA PIOSENKI: „CARUSO" LUCIA DALLI ORAZ „TYLKO MNIE POPROŚ DO TAŃCA" ANNY JANTAR. WYGRANĄ ZAPEWNIŁY JEJ PEŁNE PASJI I EMOCJI WYKONANIA. — TERAZ CZUJĘ SIĘ SPEŁNIONA, SZCZĘŚLIWA, OTULONA MIŁOŚCIĄ ZNANYCH I NIEZNANYCH MI LUDZI... — MÓWI WZRUSZONA ZWYCIĘŻCZYNI.

### Śpiewać kochała od dziecka

Regina Rosłaniec-Bavcevic ma 61 lat. Urodziła się w Wielbarku, ale mieszkała tam krótko. Wraz z rodziną przeprowadziła się do Szczytna i tam mieszkała do 15 roku życia. Już od dziecka wykazywała wrażliwość na dźwięki. Ukończyła szkołę muzyczną pierwszego stopnia w Szczytnie, a w Olsztynie ukończyła szkołę drugiego stopnia.

— Rodzice opowiadali mi, że od urodzenia byłam głośna — śmieje się pani Regina. — Podobno aż do roku cały czas płakałam. Próbowali mnie uspokoić, bujali, nosili w rękach, ale ja nie przestawałam. Moje pierwsze próby śpiewania były związane z kablem od żelazka, który służył mi za mikrofon. Kochałam muzykę i śpiew. Nie wiem, jak w domu ze mną wytrzymywali. Swoją starszą siostrę traktowałam jak swego rodzaju mentorkę. Ona uczęszczała do szkoły muzycznej, ja poszłam w jej ślady i też rodzice zapisali mnie do szkoły muzycznej do klasy skrzypiec. I tak w wieku 7 lat zaczęła się moja przygoda ze skrzypcami, potem z gitarą i wokalem.

### Kariera i wyjazd do Jugosławii

Kariera pani Reginy rozpoczęła się na dobre na studiach w Krakowie, gdy wzięła udział w jednym z konkursów piosenki. W jury zasiadły wówczas uznane w świecie muzyki osobistości, jak Wojciech Młynarski i Marek Grechuta. Po występie pan Reginy nie mieli wątpliwości, że to ogromny talent wokalny.

— Na konkurs do Krakowa pojechała jako reprezentantka Olsztyna. Grałam na gitarze i śpiewałam — opowiada. — Zaśpiewałam na przesłuchaniach. Byłam zdenerwowana i myślałam, że źle mi idzie. Jednak poprosili mnie, żebym zaśpiewała jeszcze jeden utwór, więc zaśpiewałam. Miałam jechać już do domu, bo to było chwilę przed moimi egzaminami w szkole muzycznej i miałam się nauczyć grać Bacha na skrzypcach. Okazało się, że zdobyłam wyróżnienie, muszę zostać i wystąpić. Trzy tysiące ludzi na widowni. Wyszłam, ale chciałam stamtąd z nerwów uciec. To był mój pierwszy wielki występ. Wtedy Wojciech Młynarski wstał i powiedział: „Pani Reniu, jeszcze raz, od początku" i zaczęłam śpiewać. Potem tak się już dobrze na scenie poczułam, że śpiewałam wszystkie piosenki: i cenzurowane, i niecenzurowane. Po występie Młynarski i Grechuta przyszli do mnie i powiedzieli mi, że jestem na bardzo dobrej drodze i to nią muszę iść. Bardzo się ucieszyłam z ich słów.

Krótko po tym konkursie podpisała kontrakt w Jugosławii i zaczęła występować w hotelach.

— W Splicie zaczęłam grać w operze na skrzypcach. Potem dorabiałam, bo czasy były ciężkie. Każdy pracował na kilku etatach — wspomina. — Śpiewałam też w zespole. Pewnego dnia dołączył do nas pianista. To był Josko...

Muzykę kocha od najmłodszych lat

### Spotkała miłość swego życia

Chorwat Josko, który grał na pianinie, stał się miłością jej życia. Ale jak opowiada, nie zakochała się w nim od pierwszego wejrzenia...

— To nie była strzała amora i nie miłość od pierwszego spojrzenia, przynajmniej z mojej strony — śmieje się. — Mąż zawsze mówi, że on pokochał mnie od razu. Dziś jest dla mnie jak powietrze...

— Bo to prawda — zapewnia mąż pani Reginy. — Ja się zakochałem od razu, jak ją zobaczyłem. Trochę musiałem „powalczyć" o jej uczucie, ale było warto! Jesteśmy już małżeństwem tak długo, a kochamy się wciąż jak w dniu ślubu.

Dla swojego małżonka pani Regina porzuciła Polskę i przeniosła się do tego bałkańskiego kraju. Pokochała nie tylko tego mężczyznę, ale i to miejsce. Cały czas tworzyła tam muzykę i śpiewała.

### Życie nie zawsze rozpieszcza

Z różnych powodów osobistych pani Regina przerwała muzyczną ścieżkę kariery. W swoim życiu musiała zmierzyć się z cierpieniem i traumą. Ponad dekadę temu przeżyła też ciężki wypadek samochodowy. Jeszcze niedawno jej życie wyglądało zupełnie inaczej. Jej ciało trawiła choroba, całkowicie błędnie zdiagnozowana przez lekarzy. Uratowali ją dopiero polscy medycy. Wszystko z powodu wypadku sprzed dekady. W 2013 roku zmierzała akurat na koncert do Słowenii. Wtedy wydarzyła się koszmarna historia.

— Jedna osoba zginęła w tym wypadku, więc to był straszny wypadek. Ale to nie była nasza wina. Nie mówmy o karze. Oni byli tak samo poturbowani jak i my — opowiada. — Na nowo się urodziłam. To był 2013 rok o godzinie 13... Jechałam na koncert do Słowenii. Same trzynastki. To widocznie jest szczęśliwa liczba dla mnie, bo żyję... Moja sytuacja, moje życie było już dramatyczne. Groziła mi nawet amputacja nóg... Bywało, że nie mogłam zrobić kilku kroków...

Kiedy pani Regina przyjechała do Polski na nagrania do programu, poddała się badaniom. Początkowo chciała je zrobić na koniec pobytu, ale okazało się, że wszystko należało zrobić wcześniej. Dużo wcześniej, a niestety lekarze w Chorwacji źle postawili diagnozę.

— Okazało się, że mam niebanalną chorobę i że muszę się długo leczyć na nią. Częściowo już jestem po zabiegach, choć kolejne przede mną — mówi. — Cała ekipa oddziału naczyniowego w Olsztynie bardzo i pomogła. Byli bardzo mili dla mnie. Myślę, że oni też głosowali, bo wiedzieli, że jestem w programie „The Voice". Może dlatego tak dobrze mnie leczyli, żebym jednak doszła do tego finału! Jestem im bardzo wdzięczna!

### „The Voice Senior"

Przełomem i wielki powrotem na scenę był dla niej właśnie udział w „The Voice Senior"... Widzowie oraz jurorzy programu nie mieli wątpliwości, że to pani Regina Rosłaniec

eprasa.pl 59b8dc7cdb

Bavcevic jest najlepszym głosem wśród dojrzałych osób, które stanęły na tej scenie. Podczas przesłuchań w ciemno wykonała utwór „Śpij kochanie, śpij". Swoje fotele obrócili wszyscy jurorzy, ale ostatecznie pani Regina trafiła do drużyny Haliny Frąckowiak. Podczas Nokautów zaśpiewała piosenkę „Remedium", a w półfinale: „Caruso".

— Jesteś królową. Wszystko w timingu, świetny włoski, a twój głos to otwiera niebiosa. Dziewczyno, po prostu wow. To była twoja interpretacja, ale tak logiczna, tak zgodna z tekstem w języku włoskim... — komentowała Alicja Węgorzewska.

— Perfekcyjny włoski, a moje włoski były w górze. To było coś... Jako trener tego programu mam tak wielka przyjemność bycia tutaj, że mogłem cię poznać. To jest największa przyjemność artystyczna, jaką mogłem sobie wymarzyć — dodał Tomasz Szczepanik.

— REGINO, JESTEŚ MUZYKĄ, TY JESTEŚ MUZYKĄ. KAŻDY DŹWIĘK, KTÓRY WYDOBYWAŁAŚ, BYŁ TOBĄ. TO JEST TAK NIEPRAWDOPODOBNA SPÓJNOŚĆ. OD PIERWSZEGO DŹWIĘKU JESTEŚ WIELKA — PODSUMOWAŁA HALINA FRĄCKOWIAK.

Regina Rosłaniec Bavcevic dała się poznać jako kobieta z niezwykłą, silną osobowością i pasją. Kobieta postanowiła zawalczyć o marzenia.

Udało jej się: w finale „The Voice Senior 5" nie miała sobie równych! Jak się okazuje, dla zwyciężczyni była to bardzo symboliczna chwila – dzięki temu na nowo uwierzyła w siebie.

— Do udziału w programie namówili mnie przyjaciele i rodzina. To mój powrót na scenę po paru latach — mówiła szczęśliwa podczas finału. — Odzyskałam wiarę w siebie i w to, że muzyka nie zna lat. I dopóki mamy tego świadomość, podążajmy za tym głosem. Mimo wszystko, mimo różnym przeciwnościom losu. Teraz czuję się spełniona, szczęśliwa, otulona miłością znanych i nieznanych mi ludzi... Dostałam tyle pięknych słów, myśli, opinii od wielu z nich. Niektóre wzruszały mnie do łez. Dziękuję wam za nie!

fot. Arch. prywatne

Ze swoją trenerką Haliną Frąckowiak

Pani Regina z siostrami

**Wygrała program!**

Nagrodą w show była statuetka dla „Najlepszego Głosu" oraz 50 tys. zł. Po ich odebraniu zwyciężczyni postanowiła zwrócić się do tych, na których bezwarunkowe wsparcie mogła liczyć w każdej sytuacji, od początku swojej przygody w muzycznym programie TVP.

— Dziękuję mojemu kochanemu mężowi Josko za cierpliwość, bo przez ostatnich 6 miesięcy nie widywaliśmy się zbyt często, bo ja byłam w Polsce, a mąż w Chorwacji — mówi. — Dziękuję mojej najbliższej rodzinie, która dbała o mnie i wspierała mnie. Dziękuję pani Halinie Frąckowiak, mojej mentorce, którą nazywam „Aniołem Stróżem", dziękuję wszystkim, którzy mi kibicowali. Dziękuję też moim lekarzom.

**Dociera do serc ludzi**

W śpiewie pani Reginy słychać ogromne emocje, traumę i trudne, pełne bólu wspomnienia. Ucieczka w piosenkę w trudnych chwilach ratuje ludzi od depresji. To jest lepsze niż tabletki i pomoc medyczna.

— To najlepszy lek na depresję, smutek, cierpienie — przyznaje pani Regina.

Jej śpiew porusza tych, którzy ją znają, ale i tych, którzy po raz pierwszy mieli okazję ją usłyszeć w programie. Dla znajomych i rodziny jej wygrana nie była dużym zaskoczeniem. Kibicowali jej.

— Regina od dziecka była gwiazdą. Żywiołowa, przebojowa, pełna emocji — mówi o pani Reginie siostra Anna Rosłaniec-Łachacz. — Od dziecka miała swój temperament i robiła rewolucje w domu. Jesteśmy muzykującą rodziną, wszystkie cztery siostry uczyłyśmy się w szkole muzycznej, a teraz nasze dzieci idą w nasze ślady. W naszym rodzinnym domu zawsze było pełno ludzi, gwarnie, radośnie i było w nim dużo muzyki. Renia śpiewa pięknie, przejmująco, jej dźwięk płynie prosto z serca. W jej wykonaniach jest tyle emocji... Poruszają i sprawiają, że łzy same płyną po twarzy. Rena to wspaniała siostra, bardzo kochana, pomocna. Zawsze nas wspierała, jej mąż również. Stanowią cudowną parę, uzupełniają się. Ja i reszta rodziny jesteśmy z niej bardzo dumni. Dla nas zawsze była numerem 1. Wspieraliśmy i kibicowaliśmy jej w programie, ale też w walce o jej wyzdrowienie. Renia wie, że zawsze może na nas liczyć!

— Reni nie da się nie lubić, to wyjątkowa osoba o ogromnym talencie — mówi Krzysztof Mańkowski, burmistrz Szczytna i znajomy pani Reginy. — Jesteśmy z tego samego rocznika, mam ją zawsze przed oczami, jak śpiewa i gra na gitarze. Program z żoną oglądaliśmy i kibicowaliśmy Reni. Na poniedziałek 26 lutego zaprosiłem Renię do ratusza na spotkanie. Będzie okazja do pogratulowania jej i rozmowy. Zdradzę, że mamy nadzieję, że uda nam się ustalić termin jej koncertu w Szczytnie. Bardzo cieszy mnie, że w końcu jej marzenia się spełniają, bo na to zasługuje!

Rodzinne zdjęcie z komunii pani Reginy

Pani Regina gra na skrzypcach oraz gitarze

eprasa.pl 59b8dc7cdb

# PIERWSZA DAMA ZAPROSIŁA DO UDZIAŁU KONKURSIE „RAZEM DLA SENIORÓW”

MOŻNA JUŻ ZGŁASZAĆ SIĘ DO 3. EDYCJI KONKURSU „RAZEM DLA SENIORÓW". DO UDZIAŁU W NIM ZAPROSIŁA AGATA KORNHAUSER-DUDA, KTÓRA WYRAZIŁA NADZIEJĘ, ŻE PONOWNIE UDA SIĘ DOTRZEĆ DO JAK NAJWIĘKSZEJ GRUPY OSÓB, INSTYTUCJI I FIRM PODEJMUJĄCYCH NIECODZIENNE INICJATYWY Z MYŚLĄ O SENIORACH.

Do udziału w 3. edycji konkursu „Razem dla Seniorów” zaprosiła Pierwsza Dama Agata Kornahauser-Duda w nagraniu opublikowanym przez Kancelarię Prezydenta.

— Po raz trzeci mam przyjemność zaprosić wszystkich wrażliwych na potrzeby osób starszych do udziału w konkursie „Razem dla Seniorów” — powiedziała. Dodała, że zainicjowany przez nią konkurs pozwala dostrzec i uhonorować dobre praktyki, bez których trudno sobie wyobrazić prowadzenie skutecznej polityki senioralnej.

Celem konkursu jest nagradzanie i promowanie najciekawszych inicjatyw aktywizujących i wspierających osoby starsze. — Doceniamy w nim działania, które przyczyniają się do poprawy warunków życia seniorów — zaznaczyła. Dodała, że chodzi zarówno o rozwiązania praktyczne, które pomagają im w codziennych aktywnościach, jak i prozdrowotne oraz włączające osoby starsze do życia kulturalnego i społecznego.

— Bardzo cieszę się, że coraz więcej osób zauważa problemy i potrzeby starszego pokolenia — podkreśliła Pierwsza Dama. Jak dodała, do poprzednich edycji konkursu nadesłano ogromną liczbę zgłoszeń, co świadczy o tym, że wiele środowisk i organizacji działa na rzecz seniorów.

— Mam nadzieję, że także tym razem uda się nam dotrzeć do jak największej grupy osób, instytucji i firm podejmujących niecodzienne inicjatywy z myślą o seniorach — zaznaczyła małżonka prezydenta.

fot. Kancelaria Prezydenta

— Mam nadzieję, że także tym razem uda się nam dotrzeć do jak największej grupy osób, instytucji i firm podejmujących niecodzienne inicjatywy z myślą o seniorach — zaznaczyła małżonka prezydenta.

Konkurs przeprowadzany jest w trzech kategoriach: „Młodzi Seniorom”, „Seniorzy Seniorom” i „Dla Seniorów”. Zgłoszenia można przesyłać do 30 kwietnia, a rozstrzygnięcie konkursu i uroczyste wręczenie nagród odbędzie się jesienią podczas gali w Pałacu Prezydenckim.

Jak podkreśliła Kancelaria Prezydenta, idea konkursu - nieprzypadkowo - narodziła się po wybuchu pandemii COVID–19. — Pandemia stanowiła dla osób starszych ogromne zagrożenie zdrowotne, ale to właśnie środowisko seniorów doświadczyło w sposób szczególny trudów związanych z funkcjonowaniem w izolacji, w nieznanej i niepewnej sytuacji — mówiła w 2022 r. Agata Kornhauser–Duda. — Jednocześnie ten trudny czas wyzwolił w naszym społeczeństwie niezwykłą ludzką solidarność, empatię i zaangażowanie. Bardzo wiele organizacji, instytucji, ruchów społecznych, stowarzyszeń, firm i osób prywatnych ruszyło z pomocą seniorom, oferując im wszechstronne wsparcie — dodała wówczas.

Konkurs „Razem dla Seniorów” został zainicjowany z okazji Światowego i Ogólnopolskiego Dnia Seniora 14 listopada 2021 r. i odbywa się pod honorowym patronatem Agaty Kornhauser–Dudy. Nagroda ma promować i nagradzać najcenniejsze inicjatywy na rzecz seniorów realizowane przez osoby prywatne i instytucje na szczeblu lokalnym i ogólnopolskim, kształtować odpowiednie postawy i zachęcać do podejmowania aktywności na rzecz seniorów. **PAULINA KUREK/PAP**

Regulamin konkursu „Razem dla Seniorów" jest dostępny na stronie www.prezydent.pl, a szczegółowe pytania można kierować pod nr tel.: 22 695 28 18 lub 22 695 21 19, 22 695 21 59 oraz e-mailowo na adres: dialog@prezydent.pl

# W 2023 ROKU ZADŁUŻENIE OSÓB STARSZYCH WZROSŁO O MILIARD ZŁOTYCH

Emeryci mają do oddania ponad 11 miliardów złotych i są jedną z najbardziej zadłużonych grup społecznych – tak wynika z najnowszych danych Rejestru Dłużników BIG InfoMonitor oraz bazy informacji kredytowych BIK. W 2023 roku zadłużenie seniorów wzrosło o miliard złotych i rosło dwa razy szybciej niż w 2022. To efekt m.in. wysokiej inflacji. Rząd szykuje waloryzację emerytur oraz wypłatę „trzynastek” i „czternastek”. Czy to pomoże?

Pod koniec 2023 roku długi miało 395 tys. seniorów (w roku poprzednim było ich 387 tys.). Przyrost liczby osób, które zalegają z różnymi opłatami, nie był tak duży jak przyrost samego zadłużenia. A to zwiększyło się w 2022 roku o 0,43 mld zł, ale w 2023 roku już o 0,96 mld zł. W listopadzie 2023 roku zadłużenie osób starszych przekroczyło 11,6 mld zł. U osób, które już wcześniej balansowały na granicy wypłacalności i miały problemy finansowe, sytuacja się pogorszyła. Potwierdza to przypadek jednego z rekordzistów. Emeryt z województwa lubelskiego, który miał jeszcze niedawno do oddania 80 mln zł, dziś ma dług opiewający na 88 mln zł.

**Na co idzie większość pieniędzy?**

Przeciętna kwota zadłużenia seniora wzrosła z 27,5 tys. zł w 2022 roku do 29,5 tys. zł w roku 2023. Najbardziej zadłużeni są mieszkańcy województwa mazowieckiego, śląskiego, dolnośląskiego, zachodniopomorskiego, pomorskiego czy podkarpackiego. Z badania opinii BIG Info Monitor pt. „Budżety domowe Polaków” wynika, że co trzeci emeryt musiał w 2023 roku ograniczać wydatki właściwie do minimum. Powodem była przede wszystkim wysoka inflacja (tak odpowiedziało 45 proc. ankietowanych). Seniorzy wskazywali też na zbyt niskie dochody (11 proc.), koszty opieki zdrowotnej (11 proc.) czy konieczność niesienia pomocy finansowej bliskim (7 proc.). – Nasze obserwacje oraz badania opinii, które realizujemy cyklicznie, potwierdzają powyższe wnioski. Przytoczę dwie najważniejsze liczby z naszych badań. Po pierwsze większość seniorów, bo aż 90 proc., narzeka na pogarszającą się sytuację materialną. Pogłębiające się zadłużenie to zjawisko, które nasiliło się zwłaszcza w ciągu ostatnich trzech, czterech lat. Po drugie ponad 60 proc. emerytów decyduje się na rentę dożywotnią, by spłacić zadłużenie i inne zobowiązania – mówi Robert Majkowski, prezes Funduszu Hipotecznego DOM.

fot. PAP

W 2023 roku zadłużenie seniorów wzrosło o miliard złotych i rosło dwa razy szybciej niż w 2022

**Seniorzy nie zwierzają się bliskim ze swoich problemów**

Z badania opinii Funduszu Hipotecznego DOM wynika, że połowa emerytów (48 proc.) nie rozmawia z bliskimi o swoich problemach finansowych, bo jest przekonana, że musi poradzić sobie z nimi sama (26 proc.), nie chce obciążać innych swoimi problemami (26 proc.), czuje się gorsza. Osoby starsze nie mają zbyt wielu pomysłów, jak poprawić swoją sytuację finansową i liczą przede wszystkim na świadczenia państwowe: wyższe emerytury, „trzynastki”, „czternastki” itd. Aż 80 proc. słyszało o rencie dożywotniej, a 57 proc. zdaje sobie sprawę, że nieruchomość może być źródłem dodatkowej gotówki. Mimo to renta dożywotnia wciąż jest w Polsce rozwiązaniem niszowym. Za granicą, np. w Wielkiej Brytanii tylko w 2022 roku podpisano 50 tys. nowych umów typu equity release. W Polsce w ciągu ostatnich 10 lat, jak podaje Związek Przedsiębiorstw Finansowych (ZPF), zawarto mniej niż 1000 umów renty dożywotniej.

Emeryci zapytani o to, dlaczego rozwiązanie jest bardziej popularne za granicą, twierdzą, że za granicą panują inne relacje rodzinne (tak deklarowało 23 proc.), są odpowiednie regulacje prawne (15 proc.), większa świadomość (14 proc.) oraz lepsze doradztwo (7 proc.). Co trzeci emeryt nie był jednak w stanie wskazać przyczyny, dlaczego za granicą hipoteka odwrócona jest bardziej popularna niż w Polsce (31 proc.).

eprasa.pl 59b8dc7cdb

## SZTUCZNA ROŚLINA PRODUKUJE PRĄD

Zespół z Northeastern University (Boston, USA) stworzył sztuczną roślinę ozdobną, która produkuje prąd z energii wiatru i deszczu. Według badaczy takie urządzenia wykonane w większej skali mogłyby produkować ekologiczną energię.
Ich sztuczny doniczkowy kwiat na dwa sposoby produkuje energię – wykorzystuje promienie słoneczne oraz kinetyczną energię spadających kropel deszczu.
Jak zwracają uwagę badacze, kiedy przestaje wiać, elektrownie wiatrowe nie działają, a gdy zachodzi Słońce, przestają funkcjonować panele solarne.
W ostatnim czasie coraz więcej prac dotyczy więc urządzeń wielofunkcyjnych, które korzystają z różnych źródeł energii.
Tak właśnie działa opisana na łamach periodyku „ACS Sustainable Chemistry & Engineering" roślina.
Tak zwane nanogeneratory tryboelektryczne wychwytują energię wiatru. Składają się one z warstwy nylonowych nanowłókien umieszczonych pomiędzy warstwami teflonu i elektrodami z miedzi. Kiedy warstwy te ulegają ściśnięciu, powstają ładunki statyczne zamieniane w prąd.
Teflon został też wykorzystany w generatorach reagujących na krople deszczu.
Kiedy woda spada na jedną z umieszczonych w tych elementach elektrod, zaburzona zostaje równowaga elektryczna, co także prowadzi do przepływu niewielkiego prądu.
Wyposażony w te generatory doniczkowy kwiat badacze wystawili na działanie warunków przypominających naturalny wiatr i deszcz. Udało im się generować krótkie błyski w 10 diodach.
To niewiele, ale według twórców wynalazku podobne urządzenia zbudowane w większej skali mogłyby produkować nadającą się do wykorzystania energię.

**MAREK MATACZ/PAP**

## INSULINA W PIGUŁCE GOTOWA DO BADAŃ KLINICZNYCH

Naukowcy opracowali chronioną przez nanocząstki insulinę, którą można będzie podawać doustnie – nawet w czekoladzie – i w przyszłym roku chcą rozpocząć badania z udziałem ludzi. Tak podawany hormon ma być nie tylko łatwiejszy w użyciu, ale skuteczniejszy i bezpieczniejszy.
Jak zwracają uwagę eksperci z Uniwersytetu w Tromso (Norwegia), na świecie żyje prawie pół miliarda ludzi z cukrzycą. W Polsce choruje prawie 2 mln osób. Znaczna część pacjentów musi przyjmować insulinę.
Norwescy badacze opracowali nowoczesną formę tego hormonu, która ma znacznie usprawnić i ułatwić leczenie. Zamiast wstrzykiwać hormon pod skórę, będzie go można przyjmować doustnie, w kapsułkach, a nawet w specjalnej, bezcukrowej czekoladzie. Cząsteczki insuliny zostały bowiem przyłączone do cząstek o rozmiarach 1/10000 średnicy ludzkiego włosa.
— Po pierwszej fazie badań, w drugim etapie będziemy wiedzieli, czy bezpiecznie jest u ludzi badać, w jakim stopniu nową insuliną można zastąpić zastrzyki — mówi współpracujący z badaczami dr Nicholas J. Hunt z University of Sydney. **MAREK MATACZ/PAP**

REKLAMA

Prezydent Olsztyna

**podaje do publicznej wiadomości wyciąg z ogłoszenia o II przetargu ustnym nieograniczonym na zbycie nieruchomości Gminy Olsztyn**

| | |
|---|---|
| Oznaczenie nieruchomości według księgi wieczystej oraz katastru nieruchomości | **Lokal mieszkalny nr 25, znajdujący się na czwartym piętrze budynku nr 16 położonego przy ul. Kopernika w Olsztynie** wraz ze sprzedażą udziału 26/1000 w częściach wspólnych budynku oraz sprzedażą udziału 26/1000 w gruncie pod budynkiem (obręb 72, działka nr 275 o pow. 413 m², zapisana w księdze wieczystej nr OL1O/00025122/5) |
| Powierzchnia nieruchomości | Powierzchnia użytkowa lokalu mieszkalnego – 35,67 m² |
| Przeznaczenie nieruchomości | Sprzedaż lokalu mieszkalnego w trybie przetargu ustnego nieograniczonego |
| Cena wywoławcza | **220 000,00 zł** |
| Termin i miejsce przetargu | **25 marca 2024 r. o godz. 10.30 w siedzibie Urzędu Miasta Olsztyna, pl. Jana Pawła II 1, w sali 219, II piętro** |
| Wysokość wadium | **22 000,00 zł** należy wpłacić na rachunek **Urzędu Miasta Olsztyna** prowadzony przez **Bank Handlowy S.A., nr rachunku 77 1030 1508 0000 0008 2300 1003, do dnia 19 marca 2024 r.** Wpłacone wadium winno znajdować się w dniu **19 marca 2024 r.** na rachunku Urzędu Miasta Olsztyna |
| Miejsce wywieszenia i publikacji ogłoszenia o przetargu | **Pełna treść ogłoszenia** dostępna jest w internecie, pod adresami **www.olsztyn.eu, infopublikator.pl** oraz w Biuletynie Informacji Publicznej, prowadzonym przez Urząd Miasta Olsztyna, pod adresem **umolsztyn.bip.gov.pl** i na elektronicznej tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Olsztyna |
| Szczegółowych informacji o przetargu udziela: | Wydział Geodezji i Gospodarki Nieruchomościami Urzędu Miasta Olsztyna, pl. Jana Pawła II 1, pokój 111, I piętro, tel. (89) 527-31-11 wew. 371 lub (89) 535--32-15. W celu obejrzenia lokalu przed przetargiem należy skontaktować się z Zakładem Lokali i Budynków Komunalnych w Olsztynie pod numerem telefonu (89) 533-36-26 lub (89) 526-28-20 |

17724otbr-a-M

Prezydent Olsztyna

**podaje do publicznej wiadomości wyciąg z ogłoszenia o II przetargu ustnym nieograniczonym na zbycie nieruchomości Gminy Olsztyn**

| | |
|---|---|
| Oznaczenie nieruchomości według księgi wieczystej oraz katastru nieruchomości | **Lokal mieszkalny nr 8, znajdujący się na na poddaszu budynku położonego przy ul. Sienkiewicza 1 w Olsztynie** wraz ze sprzedażą udziału 44/1000 w częściach wspólnych budynku oraz sprzedażą udziału 44/1000 w gruncie pod budynkiem (obręb 20, działka nr 132, o pow. 201 m², zapisana w księdze wieczystej KW Nr OL1O/00019162/2) |
| Powierzchnia nieruchomości | Powierzchnia użytkowa lokalu mieszkalnego – 22,4 m² |
| Przeznaczenie nieruchomości | Sprzedaż lokalu mieszkalnego w trybie przetargu ustnego nieograniczonego |
| Cena wywoławcza | **135 000,00 zł** |
| Termin i miejsce przetargu | **25 marca 2024 r. o godz. 11.00 w siedzibie Urzędu Miasta Olsztyna, pl. Jana Pawła II 1, w sali 219, II piętro** |
| Wysokość wadium | **13 500,00 zł** należy wpłacić na rachunek **Urzędu Miasta Olsztyna** prowadzony przez **Bank Handlowy S.A., nr rachunku 77 1030 1508 0000 0008 2300 1003, do dnia 19 marca 2024 r.** Wpłacone wadium winno znajdować się w dniu **19 marca 2024 r.** na rachunku Urzędu Miasta Olsztyna |
| Miejsce wywieszenia i publikacji ogłoszenia o przetargu | **Pełna treść ogłoszenia** dostępna jest w internecie, pod adresami **www.olsztyn.eu, infopublikator.pl** oraz w Biuletynie Informacji Publicznej, prowadzonym przez Urząd Miasta Olsztyna, pod adresem **umolsztyn.bip.gov.pl** i na elektronicznej tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Olsztyna |
| Szczegółowych informacji o przetargu udziela: | Wydział Geodezji i Gospodarki Nieruchomościami Urzędu Miasta Olsztyna, pl. Jana Pawła II 1, pokój 111, I piętro, tel. (89) 527-31-11 wew. 371 lub (89) 535-32-15. W celu obejrzenia lokalu przed przetargiem należy skontaktować się z Zakładem Lokali i Budynków Komunalnych w Olsztynie pod numerem telefonu (89) 533-36-26 lub (89) 526-28-36 |

17724otbr-b-M

Prezydent Olsztyna

**podaje do publicznej wiadomości wyciąg z ogłoszenia o kolejnym przetargu ustnym nieograniczonym na zbycie nieruchomości Gminy Olsztyn**

| | |
|---|---|
| Oznaczenie nieruchomości według księgi wieczystej oraz katastru nieruchomości | **Lokal mieszkalny nr 5, znajdujący się na drugim piętrze budynku nr 36 położonego przy ul. Żeromskiego w Olsztynie** wraz ze sprzedażą udziału 15/100 w częściach wspólnych budynku oraz sprzedażą udziału 15/100 w gruncie pod budynkiem (obręb 20, działka nr 140, o pow. 204 m², zapisana w księdze wieczystej nr OL1O/00019164/6) |
| Powierzchnia nieruchomości | Powierzchnia użytkowa lokalu mieszkalnego – 85,70 m² |
| Przeznaczenie nieruchomości | Sprzedaż lokalu mieszkalnego w trybie przetargu ustnego nieograniczonego |
| Cena wywoławcza | **360 000,00 zł** |
| Termin i miejsce przetargu | **25 marca 2024 r. o godz. 11.30 w siedzibie Urzędu Miasta Olsztyna, pl. Jana Pawła II 1, w sali 219, II piętro** |
| Wysokość wadium | **36 000,00 zł** należy wpłacić na rachunek **Urzędu Miasta Olsztyna** prowadzony przez **Bank Handlowy S.A., nr rachunku 77 1030 1508 0000 0008 2300 1003, do dnia 19 marca 2024 r.** Wpłacone wadium winno znajdować się w dniu **19 marca 2024 r.** na rachunku Urzędu Miasta Olsztyna |
| Miejsce wywieszenia i publikacji ogłoszenia o przetargu | **Pełna treść ogłoszenia** dostępna jest w internecie, pod adresami **www.olsztyn.eu, infopublikator.pl** oraz w Biuletynie Informacji Publicznej, prowadzonym przez Urząd Miasta Olsztyna, pod adresem **umolsztyn.bip.gov.pl** i na elektronicznej tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Olsztyna |
| Szczegółowych informacji o przetargu udziela: | Wydział Geodezji i Gospodarki Nieruchomościami Urzędu Miasta Olsztyna, pl. Jana Pawła II 1, pokój 111, I piętro, tel. (89) 527-31-11 wew. 371 lub (89) 535-32-15. W celu obejrzenia lokalu przed przetargiem należy skontaktować się z Zakładem Lokali i Budynków Komunalnych w Olsztynie pod numerem telefonu (89) 526-28-45 lub (89) 533-36-26 |

17724otbr-c-M

eprasa.pl 59b8dc7cdb

Fot. pixabay

Osoby starsze często nie dysponują umiejętnościami cyfrowymi, aby zaprezentować swoje przemyślenia w internecie. Potrzebują więc cyfrowego pośrednika

# W POSZUKIWANIU INTERNETOWYCH MĘDRCÓW I MĘDRCZYŃ

DR PIOTR TOCZYSKI Z WARSZAWSKIEJ AKADEMII PEDAGOGIKI SPECJALNEJ TŁUMACZY, ŻE WAŻNYM ELEMENTEM TWORZENIA SREBRNYCH TREŚCI JEST WSPÓŁPRACA MIĘDZYPOKOLENIOWA. OSOBY STARSZE BOWIEM CZĘSTO NIE DYSPONUJĄ UMIEJĘTNOŚCIAMI CYFROWYMI, ABY ZAPREZENTOWAĆ SWOJE PRZEMYŚLENIA W INTERNECIE.

Jest wiele starszych osób, które chciałyby podzielić się w internecie swoim cennym zasobem: życiową mądrością. Potrzebują jednak pośredników, aby przygotować i udostępnić "srebrne cyfrowe treści" — mówi pedagog dr Piotr Toczyski z APS. Namawia on do współpracy międzypokoleniowej w takim zakresie.

— Z wiekiem ludzie nie tylko zdobywają wiedzę, ale i nabierają doświadczenia. Życiowa mądrość jest cennym zasobem, którym warto się dzielić, i z którego warto korzystać - również w internecie — komentuje dr Piotr Toczyski z warszawskiej Akademii Pedagogiki Specjalnej, który w badaniach zajmuje się tzw. srebrnymi treściami: treściami tworzonymi przez starszych użytkowników.

JEGO ZDANIEM GŁOS OSÓB W WIEKU NP. 60+ CZY 80+ JEST W INTERNECIE NIEDOREPREZENTOWANY - A SZKODA, BO WIELE OSÓB I GRUP MOGŁOBY SKORZYSTAĆ NA CZĘSTSZYM STYKANIU SIĘ W SIECI Z TAKIM PERSPEKTYWĄ.

Osoby starsze noszą często w sobie przemyślenia i wspomnienia, którymi warto zainteresować innych. Może to być np. ich spojrzenie na sytuacje codzienne; komentarze dotyczące bieżącej sytuacji na świecie czy w bliskiej okolicy; opowieści czy anegdoty z pierwszej ręki na temat wydarzeń czy postaci historycznych; wnioski wyciągnięte z kilkudziesięciu lat pracy w zawodzie czy nawet błędy, których lepiej, żeby inni nie powielali.

Badacz zastrzega, że nie wszystkie treści tworzone przez seniorów kwalifikuje jako „srebrne treści". Mianem tym naukowiec nazwał wypowiedzi, w których osoba wypowiada się z pozycji mądrego dorosłego. Srebrnymi treściami nie są więc treści polegające na narzekaniu, stawianiu się w roli ofiary, bazujące na pobieżnych spostrzeżeniach, przeczące wiedzy naukowej czy nadużywające wolności słowa.

Ekspert tłumaczy, że ważnym elementem tworzenia srebrnych treści jest współpraca międzypokoleniowa. Osoby starsze bowiem często nie dysponują umiejętnościami cyfrowymi, aby zaprezentować swoje przemyślenia w internecie. Potrzebują więc cyfrowego pośrednika. To może być np. wnuczka, sąsiad, znajomy, wolontariuszka z domu kultury czy organizacji pozarządowej. Istotne jest powstanie stabilnego tandemu, w którym osoba młodsza regularnie pomagać będzie publikować treści w internecie.

W RAMACH TAKIEJ WSPÓŁPRACY CZASEM BĘDZIE POTRZEBNE NP. PRZEPISANIE RĘCZNIE NAPISANEGO TEKSTU CZY NAGRANIE WYPOWIEDZI W FORMIE PODCASTU CZY FILMIKU. POTRZEBNE JEST NIEKIEDY TAKŻE „NEGOCJOWANIE" WYPOWIEDZI, JEŚLI NIE JEST ONA DOSTATECZNIE „SREBRNA".

**Dr Piotr Toczyski:**
Z wiekiem ludzie nie tylko zdobywają wiedzę, ale i nabierają doświadczenia. Życiowa mądrość jest cennym zasobem, którym warto się dzielić, i z którego warto korzystać - również w internecie.

Zadaniem osoby młodszej jest też pomoc w dostosowaniu formy wypowiedzi do potrzeb współczesnych czytelników: np. nadanie tytułu, dobranie odpowiedniego medium czy kanału publikacji, nadanie hashtagów, podział wypowiedzi na krótsze części - np. dotyczące jednego zagadnienia. Osoby starsze powinny też być w stanie - choćby przy wsparciu pośrednika - zapoznać się z dyskusją, jaką wywoła ich wypowiedź. A także móc odnieść się do najważniejszych argumentów swoich odbiorców.

— Z doświadczenia zdobytego w naszym projekcie wiemy, że ton wypowiedzi starszych osób jest często koncyliacyjny i raczej nie skupia wokół siebie nienawistnych komentarzy. Po części dlatego, że inni użytkownicy intuicyjnie czują respekt wobec starszych osób. A po drugie, język i styl dyskusji z udziałem pośredników jest często tak skonstruowany, że nie generuje to nienawiści — relacjonuje badacz z APS.

Dr Toczyski podsumowuje, że na tworzeniu srebrnych treści skorzystać może zarówno osoba starsza, jak i jej pośrednik. To dla obu stron to szansa na przezwyciężenie samotności czy poczucia izolacji, zyskanie poczucia sprawczości i wiary we własne możliwości. — Ludzie chcą być słuchani i chcą być traktowani jak pełni autorytetu dorośli. Uczestniczenie w tworzeniu takich srebrnych treści pełni też terapeutyzującą rolę — uważa pedagog.

Korzystają na tym również społeczności, do których dotrą takie srebrne treści. Dzięki takiemu podejściu możliwe jest bowiem m.in. nasycenie wielu tematów różnymi perspektywami, uspokojenie tonu dyskusji, dostrzeżenie zagadnień, które były dotąd pomijane. Srebrne treści mogą być też lekiem na stereotypy, uprzedzenia, pobieżne wnioskowanie, hejt w internecie.

Na obecności srebrnych treści w internecie zyskują również instytucje życia publicznego oraz decydenci, którzy mogą zauważyć pewne tematy i usprawniać swoje działania. A co za tym idzie - skorzystać mogą również wszystkie osoby starsze, które zyskują w autorach srebrnych treści swoich rzeczników.

— Budujmy więzi między osobami starszymi i młodszymi. Na tych więziach budujmy treści. A na treściach budujmy lepsze społeczeństwo — tak dr Piotr Toczyski podsumowuje zamysł związany z koncepcją srebrnych treści.

— Jeśli chodzi o to, jak publikować treści, sukcesem jest zaistnienie i zbudowanie publiczności, ale internetoznawstwo nie ma dziś przekonującego przepisu na sukces rozumiany jako oddolne stworzenie gwiazdorskiego bloga czy profilu bez wcześniejszego zainwestowania kapitału — tłumaczy dr Toczyski. Dodaje, że kiedy zaczynał pracę nad projektem, popularne były blogi. Tam treści tworzone przez seniorów często zyskały publiczność i doceniane były przez moderatorów. Teraz aktywność blogerów przeniosła się do mediów społecznościowych i to tam najprościej jest publikować treści seniorów.

Dr Piotr Toczyski zwraca uwagę, że w mediach społecznościowych nie trzeba publikować pod własnym nazwiskiem. Pośrednicy mogą np. założyć starszym osobom profil czy stronę, gdzie treści będą publikowanie pod samym imieniem lub pseudonimem, np. „Pan Jan z Zamościa". — Choć to publiczni intelektualiści podpisani imieniem i nazwiskiem budowali wokół siebie najciekawsze internetowe zbiorowości — opowiada naukowiec z APS.

**NAUKA W POLSCE/ LUDWIKA TOMALA/PAP**

DR PIOTR TOCZYSKI JEST AUTOREM WYDANEJ NIEDAWNO MONOGRAFII „SREBRNE TREŚCI CYFROWE. STAROŚĆ I MĄDROŚĆ W INTERNETOWYCH SOCIAL MEDIACH", W KTÓREJ ZNALAZŁY SIĘ TEKSTY POŚWIĘCONE TWÓRCZOŚCI INTERNETOWEJ OSÓB STARSZYCH.

eprasa.pl 59b8dc7cdb

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

Fot. Freepik

# E-DYMEK BARDZO NIEBEZPIECZNY

E-PAPIEROSY I INNE URZĄDZENIA DO WAPOWANIA SĄ WCIĄŻ DOŚĆ NOWE I WCIĄŻ WYMAGAJĄ BADAŃ, KTÓRE JEDNOZNACZNIE OKREŚLĄ, JAKIE MOGĄ BYĆ DŁUGOTERMINOWE SKUTKI ZDROWOTNE ICH UŻYWANIA. BADANIA KOMPLIKUJE FAKT, ŻE W SPRZEDAŻY JEST WIELE RÓŻNYCH URZĄDZEŃ I MOŻNA W NICH STOSOWAĆ WIELE RÓŻNYCH ŚRODKÓW CHEMICZNYCH.

Na całym świecie jest 1,1 miliarda dorosłych palaczy, a 60% z nich chce lub zamierza rzucić palenie. Wiele napisano i powiedziano na temat potencjału elektronicznych systemów dostarczania nikotyny, takich jak e-papierosy, w pomaganiu osobom palącym rzucić palenie. Chociaż dowody są nadal niejednoznaczne, e-papierosy są często używane w połączeniu z jednym lub większą liczbą wyrobów tytoniowych. Co oznacza jeszcze więcej problemów zdrowotnych.

Najważniejszą rzeczą, którą należy przyswoić na samym początku, obojętnie, czy ktoś przymierza się do używania e-papierosów, czy już ich używa — jest fakt, że długoterminowe skutki e-papierosów są nadal nieznane, a wszystkie wyroby tytoniowe, w tym e-papierosy, mogą stanowić zagrożenie dla zdrowia użytkownika. E-papierosy mogą podrażniać płuca i mieć negatywny wpływ na serce.

Większość e-papierosów zawiera nikotynę, która uzależnia i może prowadzić do używania wyrobów tytoniowych wśród osób, które w przeciwnym razie nie paliłyby tytoniu. Istnieją również dowody, że nikotyna szkodzi rozwojowi mózgu nastolatków.

### Po omacku

Niestety, wciąż nie ma wystarczających danych, aby zrozumieć pełny zakres wpływu e-papierosów na zdrowie. Zwłaszcza długoterminowe skutki używania e-papierosów lub narażenia na nie są jeszcze nieznane. Ale kilka faktów już znamy. Są na przykład jasne dowody, że aerozole większości ENDS zawierają toksyczne chemikalia, w tym nikotynę i substancje, które mogą powodować raka. ENDS same w sobie wiążą się ze zwiększonym ryzykiem chorób sercowo-naczyniowych i zaburzeń płuc oraz niekorzystnym wpływem na rozwój płód w czasie ciąży. ENDS są niewątpliwie szkodliwe, powinny być ściśle regulowane i, co najważniejsze — należy je trzymać z dala od dzieci. Nikotyna, która występuje w większości e-papierosów, powoduje silne uzależnienie. Zarówno wyroby tytoniowe, jak i e-papierosy stwarzają ryzyko dla zdrowia, dlatego najbezpieczniejszym podejściem jest niepalenie żadnego z nich.

— REGULARNE PALENIE POWODUJE PRZEWLEKŁĄ SZTYWNOŚĆ TĘTNIC, A IM SZTYWNIEJSZE SĄ TĘTNICE, TYM WIĘKSZE RYZYKO ZAWAŁU SERCA I UDARU MÓZGU

— mówi Magnus Lundbäck, specjalista kardiologii w Karolinska Institutet i lekarz w szpitalu Danderyds. — Kiedy wystawiliśmy ludzi na działanie e-papierosów, zaobserwowaliśmy, że sztywność tętnic chwilowo wzrosła. Sztywność była widoczna po e-papierosach z nikotyną, ale nie bez niej, więc uważamy, że to nikotyna jest szkodliwa dla tętnic. Poszukiwaliśmy także rodzaju komórek macierzystych, komórek EPC, których zadaniem w organizmie jest naprawa naczyń. Po zawale serca ich liczba gwałtownie wzrasta. Zauważyliśmy, że liczba tych komórek wzrosła też po używaniu e-papierosów, co może wskazywać na podrażnienie lub uszkodzenie naczyń.

### Ale nie tylko nikotyna

— Oprócz nikotyny w e-papierosach znajdują się inne szkodliwe substancje — tłumaczy Magnus Lundbäck. — Z oczywistych powodów brakuje długoterminowych badań, ale pobierając komórki oddechowe od poszczególnych osób, byliśmy w stanie wystawić je na działanie oparów e-papierosów przez dłuższy czas. Następnie zaobserwowaliśmy, że komórki wykazywały upośledzoną funkcję, ale także uszkodzenie DNA. Kiedy przeprowadziliśmy analizę oparów e-papierosów, odkryliśmy, że zawierały one wiele szkodliwych cząstek, ale także pewną ilość tak zwanych wielopierścieniowych węglowodorów aromatycznych, które potencjalnie mogą mieć działanie rakotwórcze.

### Z dala od młodzieży!

Szczególną troskę o zdrowie publiczne budzi fakt, że w niektórych krajach coraz więcej dzieci i młodzieży zaczyna używać e-papierosów. Przy czym użytkownicy mogą modyfikować większość ENDS. Niektórzy producenci posiadają również patenty umożliwiające zdalne manipulowanie dawkowaniem nikotyny i dostarczaniem substancji toksycznych. Co więcej, w niektórych krajach istnieje coraz więcej dowodów, że nigdy niepaląca młodzież stosująca ENDS co najmniej dwukrotnie zwiększa szansę na rozpoczęcie palenia papierosów w późniejszym życiu. Narażenie dzieci i młodzieży na nikotynę może mieć długotrwały, szkodliwy wpływ na rozwój mózgu i prowadzić do uzależnienia od nikotyny.

### Biedne płuca...

Chociaż możliwe długoterminowe skutki zdrowotne e-papierosów nie są jeszcze jasne, już w 2019 r. pojawiły się doniesienia o poważnych chorobach płuc u niektórych osób używających e-papierosów lub innych urządzeń do waporyzacji. Objawy obejmowały kaszel, problemy z oddychaniem lub ból w klatce piersiowej, ale też nudności, wymioty lub biegunkę, zmęczenie, gorączkę lub utratę masy ciała.

Niektóre przypadki były na tyle poważne, że wymagały hospitalizacji, a kilka osób zmarło. Jednak nie jest jeszcze jasne, czy wszystkie te przypadki miały tę samą przyczynę. Na rynku dostępna jest ogromna liczba różnych urządzeń do waporyzacji i jeszcze większa liczba różnych środków chemicznych (w postaci e-soku), które można w nich zastosować, w tym także tych, które użytkownicy czasami sami dodają. Wiele chorób wystąpiło u osób, które zgłosiły używanie zmodyfikowanych urządzeń zawierających THC, substancję chemiczną w marihuanie, która ma destrukcyjny wpływ na umysł, a także octan witaminy E.

### Wspólny raport

W styczniu 2018 r. amerykańskie akademie nauki, inżynierii i medycyny wspólnie opublikowały raport, w którym dokonano przeglądu ponad 800 różnych badań na temat e-papierosów. Raport jasno potwierdza: używanie e-papierosów powoduje ryzyko dla zdrowia. Zawierają one i emitują szereg potencjalnie toksycznych substancji. W raporcie stwierdza się również, że istnieją umiarkowane dowody, że u młodzieży używającej e-papierosów występuje zwiększone ryzyko kaszlu i świszczącego oddechu oraz częstsze zaostrzenia astmy.

Badanie przeprowadzone na Uniwersytecie Północnej Karoliny wykazało, że dwa główne składniki e-papierosów — glikol propylenowy i gliceryna roślinna — są toksyczne dla komórek, a im więcej składników znajduje się w e-liquidzie, tym większa toksyczność. E-papierosy wytwarzają też wiele niebezpiecznych substancji chemicznych, w tym aldehyd octowy, akroleinę i formaldehyd, które mogą powodować choroby płuc, a także choroby układu krążenia. E-papierosy zawierają również akroleinę, herbicyd stosowany głównie do zabijania chwastów. Może powodować ostre uszkodzenie płuc i POChP, a także astmę i raka płuc. Raport ostrzega przed ryzykiem związanym z wdychaniem oparów z używanych e-papierosów, które powstają, gdy użytkownik e-papierosa wydycha koktajl chemiczny wytwarzany przez e-papierosy.

Ponadto lekarz naczelny USA stwierdził, że biernie wdychane emisje wprowadzają do organizmu „nikotynę, najdrobniejsze cząstki, środki aromatyzujące, takie jak diacetyl, substancję chemiczną powodującą poważne choroby płuc, lotne związki organiczne, takie jak benzen występujący w spalinach samochodowych, oraz metale ciężkie, takie jak nikiel, cyna i ołów." Natomiast amerykańska agencja ds. żywności i leków nie stwierdziła, aby jakikolwiek e-papieros był bezpieczny i skuteczny w pomaganiu palaczom w rzuceniu palenia.

Korzystałam ze stron www.cancer.org, lung.org, ki.se oraz z materiałów WHO.

eprasa.pl 59b8dc7cdb

Fot. pixabay

# CZTERY SZKODLIWE MITY O OTYŁOŚCI

AŻ 8 MLN DOROSŁYCH POLAKÓW CHORUJE NA OTYŁOŚĆ. I KAŻDY ZETKNĄŁ SIĘ ZE SZKODLIWYM MITEM NA TEN TEMAT. BO CHOĆ OD LAT ŚWIAT NAUKI DYSPONUJE BADANIAMI, KTÓRE DOWODZĄ, ŻE OTYŁOŚĆ JEST ZŁOŻONĄ PRZEWLEKŁĄ CHOROBĄ, TO NIEPOTWIERDZONE NAUKOWO POGLĄDY WCIĄŻ „POKUTUJĄ" W ŚWIADOMOŚCI SPOŁECZNEJ. O TYM, DLACZEGO CZAS OBALIĆ POWYŻSZE TWIERDZENIA MÓWI CHIRURG BARIATRA, DR HAB. N. MED. MARIUSZ WYLEŻOŁ.

**Mit 1: Z otyłości się „wyrasta"**

Nadmierna masa ciała u dziecka wciąż bywa w społecznym przekonaniu utożsamiana z oznaką zdrowia. Można usłyszeć, że dziecko „dobrze wygląda", bo jest „dobrze odżywione". Dla rodziców i dziadków podawanie jedzenia to wyraz miłości. Jednak na każdym etapie rozwoju pociechy wiedza i odpowiednie kompetencje żywieniowe opiekunów, są na wagę złota.

– Choroba otyłościowa ma charakter przewlekły i nie ma tendencji do samoustępowania, dlatego nie należy oczekiwać, że nadmierna masa ciała sama zniknie w wieku dojrzewania. Wg badań 70-80 proc. dzieci z nadmierną masą ciała choruje na otyłość także w wieku dorosłym. Ryzyko to jest szczególnie duże, jeśli rodzice także chorują na otyłość. Musimy też pamiętać, że dzieci i nastolatki z nadmierną masą ciała rozwijają te same powikłania choroby otyłościowej, co dorośli: nadciśnienie tętnicze, cukrzycę typu 2, zmiany zwyrodnieniowe w narządzie ruchu. Młode osoby chorujące na otyłość częściej chorują także na depresję. Opanowanie postępów choroby otyłościowej wydaje się, że jest u wielu dzieci jeszcze możliwe na tym etapie rozwoju choroby i w tym wieku, ale pod warunkiem przekazania dziecku rzetelnej wiedzy żywieniowej pozwalającej na dokonywanie prozdrowotnych wyborów oraz w wielu przypadkach modyfikacji stylu życia. My, osoby dorosłe również musimy zaangażować się w ten proces, aby świat otaczający nasze dzieci nie sprzyjał rozwojowi choroby otyłościowej, jak ma to miejsce obecnie – mówi chirurg bariatra, dr hab. n. med. Mariusz Wyleżoł, prezes elekt Polskiego Towarzystwa Leczenia Otyłości.

**Mit 2: Można mieć otyłość i być zdrowym**

Kolejnym nieuprawnionym i szkodliwym mitem jest opinia, że nie musimy się martwić nadmierną masą ciała, jeśli „nie widać" żadnych anomalii w wynikach badań, bo to znaczy, że to „taka nasza uroda", że kilogramy to tylko kwestia wyglądu, i nie mają one wpływu na zdrowie. Takie myślenie to bardzo groźna pułapka!

– Nie istnieje coś takiego jak „zdrowa otyłość". To pojęcie jednoznacznie obaliły badania przeprowadzone na grupie 3,5 mln Brytyjczyków. Dowiedziono, że nadmierna masa ciała zwiększyła ryzyko chorób układu krążenia o połowę – nawet u osób, które w danym momencie miały prawidłowe ciśnienie krwi i poziom cholesterolu. To, że wyniki badań są w normie, dowodzi tylko, że nasz organizm potrafi przez stosunkowo długi okres adaptować się do nadmiernej masy ciała. Niestety, ale mechanizmy adaptacyjne działają jedynie do pewnego momentu. U jednych pierwsze powikłania otyłości mogą pojawić się już wraz ze wzrostem masy ciała, u innych w ciągu kliku lat, ale pojawią się na pewno. 95% osób o nadmiernym BMI finalnie cierpi z powodu co najmniej jednego powikłania otyłości. A warto wiedzieć, że wszystkich powikłań choroby otyłościowej jest ponad 200 – komentuje dr hab. n. med. Wyleżoł.

**Mit 3: Kobieta w ciąży musi jeść za dwoje**

To wciąż jeden z najbardziej rozpowszechnionych mitów, powtarzany od pokoleń. Tymczasem, przyszła mama powinna jeść „dla dwojga", a nie „za dwoje". Dlaczego?

– Oczywiście, podczas ciąży zwiększa się zapotrzebowanie energetyczne, ale nie od razu i nie podwójnie. Zalecenia Instytutu Matki i Dziecka, mówią, że w II i III trymestrze zapotrzebowanie wzrasta średnio o 20%, czyli około 300-400 kcal, a to odpowiada 3-4 bananom. Obiektywnie widzimy, że nie jest to dużo. Kobieta w ciąży powinna kontrolować swoją masę ciała, aby zminimalizować ryzyko nadwagi i otyłości po ciąży. Dbając o właściwą podaż składników odżywczych i zbilansowaną dietę, ma też wpływ na tzw. płodowe programowanie metaboliczne, a więc na prawidłową urodzeniową masę ciała dziecka i na zmniejszenie również u niego ryzyka rozwinięcia się otyłości – podkreśla dr hab. n. med. Wyleżoł.

**Mit 4: Operacja bariatryczna leczy otyłość**

Zgodnie z klasycznymi wskazaniami operacje bariatryczne przeprowadza się u osób, u których wskaźnik BMI przekracza 40 jednostek oraz w przypadku pacjentów z BMI powyżej 35 ze stwierdzanymi powikłaniami otyłości. Warto zauważyć, że od 2022 roku te zalecenia dodatkowo objęły także chorych w przedziale BMI od 30 do 35 j., dla których zabieg operacyjny przyniesie nie tylko pomoc w redukcji masy ciała, ale także w zakresie kontroli ewentualnych powikłań otyłości stwierdzanych na etapie kwalifikacji do operacji.

Dość rozpowszechnione (i nieprawdziwe!) jest przekonanie, że operacja bariatryczna, to co prawda rozwiązanie drastyczne, ale mogące definitywnie wszystkich chorych wyleczyć z otyłości. U części chorych stwierdzamy wprawdzie trwałą remisję (ustąpienie) choroby otyłościowej, ale u wszystkich chorych operacja bariatryczna jest tak naprawdę zaledwie początkiem drogi po zdrowie:

– Operacje bariatryczne to zabiegi ratujące zdrowie i życie. Ale warto zaznaczyć, że otyłości nie można raz na zawsze wyleczyć, nawet dzięki bariatrii u wszystkich chorych. Wprawdzie wyniki badań wskazują na to, że operacje bariatryczne naprawiają niejako zaburzone mechanizmy regulacji spożycia pokarmów stwierdzane u chorych na otyłość i w ten sposób same w sobie prowadzą do redukcji masy ciała. Jednak nawet najbardziej zaawansowana operacja bariatryczna może okazać się z czasem zawodna bez odpowiedniej wiedzy żywieniowej operowanych, czy też bez świadomości, jak wielkie znaczenie ma dla zdrowia aktywność fizyczna. Warto zauważyć, że chorzy po operacji bariatrycznej mogą także wymagać leczenia farmakologicznego otyłości. Jeśli indywidualne zalecenia nie będą spełniane, istnieje prawdopodobieństwo, że po pewnym czasie, uzależnionym od predyspozycji osobniczych i środowiskowych, nastąpi nawrót choroby otyłościowej. Co dzień jednak obserwuję, jak pacjenci po operacjach bariatrycznych potrafią dokonywać rzeczy niezwykłych, jeśli chodzi o determinację w dążeniu do zdrowia – podsumowuje dr hab. n. med. Wyleżoł.

Otyłość to choroba, która może dotknąć każdego i w każdym momencie życia. Tylko edukacja i sięganie do rzetelnych naukowych źródeł wiedzy na jej temat, pozwolą zwiększyć społeczną świadomość i raz na zawsze obalić mity.

Dr hab. n. med. Mariusz Wyleżoł, prezes elekt Polskiego Towarzystwa Leczenia Otyłości

**Informacje o kampanii:**

Celem kampanii „Porozmawiajmy szczerze o otyłości" jest budowanie społecznej świadomości, że otyłość jest chorobą, która może prowadzić do rozwoju ponad 200 powikłań i w sposób istotny zagrażać życiu i zdrowiu chorego. Organizatorem kampanii jest firma Novo Nordisk. Patronat merytoryczny sprawuje Polskie Towarzystwo Leczenia Otyłości. W czerwcu 2023 r. ruszyła 4. edycja kampanii pod hasłem „Zmień spojrzenie", która koncentruje się na budowanie wspierającej komunikacji o otyłości i osobach nią dotkniętych. Jej celem jest również zwrócenie publicznej uwagi na poważne konsekwencje stygmatyzacji, hejtu i wykluczenia z powodu nadmiernej masy ciała. Tegoroczna edycja kampanii została objęta patronatem honorowym Ambasady Królestwa Danii.

Partnerami kampanii są: Instytut Praw Pacjenta i Edukacji Zdrowotnej, Fundacja FLO – na rzecz Leczenia Otyłości, Fundacja SIŁA, Polskie Towarzystwo Farmaceutyczne, Polskie Towarzystwo Endokrynologiczne, Polskie Towarzystwo Medycyny Rodzinnej, Polskie Towarzystwo Medycyny Stylu Życia, Polskie Towarzystwo Kardiologiczne, Polskie Towarzystwo Lipidologiczne, Polskie Towarzystwo Nadciśnienia Tętniczego, Polskie Towarzystwo Farmakoekonomiczne. Patronat nad kampanią objął Zakład Ubezpieczeń Społecznych.

W ramach kampanii przy udziale Ekspertów oraz Pacjentów, powstało unikalne opracowanie „Jak wspierająco mówić o chorobie otyłościowej. Praktyczny słownik".

**ŹRÓDŁO: KAMPANIA „POROZMAWIAJMY SZCZERZE O OTYŁOŚCI"**

eprasa.pl 59b8dc7cdb

21 LUTEGO

## Planetarne Dyktando

**Olsztyn**
XVII edycja Planetarnego Dyktanda dla młodzieży i dorosłych (od 13 roku życia).
Autorem tekstu jest pisarz, Paweł Jaszczuk. Dyktando przeczyta aktorka Teatru im. Stefana Jaracza, Małgorzata Rydzyńska.
Opiekę językoznawczą zaś nad wydarzeniem piastuje dr Katarzyna Witkowska z Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego.
**Godz. 17.00, Biblioteka Multimedialna Planeta 11, Al. Piłsudskiego 38.**

22 LUTEGO

## Stand up: Paulina Potocka

**Olsztyn**
Zapraszamy do udziału w jesiennej trasie. Paulina Potocka w nowym
programie „Ja to mam szczęście" opowie o swoich najnowszych przygodach związanych z zaręczynami i planowaniem ślubu. Zaskoczy swoją nową energią życiową i historiami o ludziach, których spotkała na basenie i w czasie podróży po Polsce. Wyjaśni jak wielkie znaczenie ma tęsknota za Elżbietą II i polska inflacja dla klientów Biedronki.
**Godz. 19.00, Scena Zgrzyt, ul. Nowowiejskiego 15.**

22 LUTEGO

## Pokaz filmu „Casus belli. Po co komu ta wojna?"

**Olsztyn**
Pokaz filmu dokumentalnego o rosyjskiej agresji. Spotkanie z twórcami i bohaterami filmu.
**Godz. 17.00, CRS Ukiel, ul. Kapitańska 23.**

23 LUTEGO

## Piotr Rubik „Niech mówią, że to nie jest miłość"

**Olsztyn**
Piotr Rubik wraz Dolnośląską Orkiestrą Symfoniczną Filharmoników Jeleniogórskich, Wrocławskim Chórem Akademickim pod dyrekcją Alana Urbanka oraz znakomitymi solistami - Martą Moszczyńską, Marcinem Januszkiewiczem, Agnieszką Przekupień i Michałem Gaszem tym razem zagrają i zaśpiewają dla Państwa najpiękniejsze piosenki o miłości. To wyjątkowe muzyczne wydarzenia, którego nie można przegapić. Podczas koncertu usłyszycie Państwo największe dzieła Piotra Rubika jak „Niech mówią że to nie jest miłość", „Psalm dla Ciebie", „Nie wstydź się mówić, że kochasz" i wiele, wiele innych wspaniałych piosenek.
**Godz. 19.00, Hala Urania, al. Piłsudskiego 44.**

23 LUTEGO

## Spektakl „Przesyłka z zaświatów"

**Olsztyn**
„Przesyłka z zaświatów" to pełna humoru, ciepła i pełna wzruszeń komedia o przyjaźni „na wieki" w reż. Cezarego Żaka. To dom w Kalifornii, w którym od lat spotykają się cztery przyjaciółki na brydżowych wieczorkach.

Wydawać by się mogło, że śmierć jednej z nich, Mary, zakończy ten zwyczaj. Nic bardziej mylnego! Rezolutna Millie „wypożycza" urnę z jej, prochami by wraz z Connie i Leną zagrać po raz ostatni. Okazuje się, że będzie to szalony wieczór, który odmieni życie przyjaciółek!
**Godz. 17.30, Aula Widowiskowo-Konferencyjna im. Anny Wasilewskiej, ul. Kościńskiego 11.**

23 LUTEGO

## Noc Sów na Wydziale Biologii i Biotechnologii

**Olsztyn**
W czasie prelekcji słuchacze zapoznają się z podstawowymi informacjami na temat biologii i ekologii gatunków sów występujących w Polsce oraz o metodach ich badania. Usłyszymy także nagrania głosów wszystkich gatunków. Na koniec część gatunków sów będzie można zobaczyć w postaci okazów muzealnych.
**Godz. 18.00, Wydział Biologii i Biotechnologii Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego, ul. Oczapowskiego 1A.**

23 LUTEGO

## Muzyka pod Gwiazdami - Klasyczne brzmienia El-Muzyki

**Olsztyn**
Od momentu narodzin klasycznej el-muzyki, co miało miejsce wraz z pojawieniem się pod koniec lat 60-tych syntezatorów, wyłonił się pewien podział na style tej muzyki. Wcześnie z muzyki określanej jako eksperymentalna, a potem jako progresywny rock wyłonił się na początku lat 70-tych sequencerowy styl grania zainicjowany przez Tangerine Dream i Klausa Schulze. Dziś nazywamy to szkołą berlińską. Kilka lat później pojmowanie muzyki elektronicznej zmienił nieco dla szerokiej społeczności odbiorców Jean Michel Jarre, odchodząc od surowości i klarowności przekazu do budowania wielopłaszczyznowych współbrzmień i efektów oraz chwytliwych melodii. Jeszcze dalej poszedł Vangelis, osiągając apogeum swej twórczości w latach 90-tych. W połowie lat 70-tych ideę krautrocka w wersji elektronicznej przybliżył niemiecki zespół Kraftwerk, inicjując poniekąd wiele współczesnych prądów muzycznych.
**Godz. 18.00, Olsztyńskie Planetarium i Obserwatorium Astronomiczne, al. Piłsudskiego 38.**

23 LUTEGO

## Muzyka ziemi i nieba - Koncert symfoniczny

**Olsztyn**
Alexandr Iradyan (Armenia) – dyrygent
Michał Marcol – skrzypce
Monika Sendrowska – sopran
Orkiestra Symfoniczna Filharmonii Warmińsko-Mazurskiej
**Program:**
Samuel Barber – Adagio na smyczki (Adagio for strings)
Grażyna Bacewicz – Koncert skrzypcowy nr 3
Gustav Mahler – IV Symfonia G-dur
**Godz. 19.00, Filharmonia Warmińsko-Mazurska im. Feliksa Nowowiejskiego, ul. Głowackiego 1.**

24 LUTEGO

## Szatańskie Tango

**Olsztyn**
„Szatańskie tango" to dzieło niemające odpowiednika. Absolutnie unikatowy styl narracji, zgoła cyklopowa forma i uniwersalna wymowa czynią z ekranowej adaptacji powieści László Krasznahorkaia nie film, lecz ocean – znaczeń, metafor, inspiracji i kontekstów. Czarno-biała epopeja węgierskiego reżysera prowadzi widza statycznymi, hipnotyzującymi ujęciami przez świat przeżarty beznadzieją i rozpaczą. Rzeczywistość stającego się końca świata, w której istotą trwania jest egzystencjalna pustka, a Zbawiciel – to kłamca.
**Godz. 11.00, MOK-Kamienica Naujacka, ul. Dąbrowszczaków 3.**

24 LUTEGO

## Royal Lviv Ballet – Jezioro Łabędzie

**Olsztyn**
„Jezioro Łabędzie" to największy fenomen sztuki baletowej, który już od ponad stu lat niezmiennie zachwyca publiczność całego świata. Ponadczasowa historia miłosna o księżniczce zaklętej w łabędzia opowiada nam o prawdach uniwersalnych: o ludzkich namiętnościach, o walce dobra ze złem, o zdradzie, bólu, ale przede wszystkim o potędze miłości. Bajkowa opowieść połączona z genialną muzyką jednego z najwybitniejszych kompozytorów – Piotra Czajkowskiego, wprowadzą każdego widza w piękny, magiczny świat baletu klasycznego.
**Godz. 16.30, Filharmonia Warmińsko-Mazurska, ul. Głowackiego 1.**

24 LUTEGO

## Spektakl Teatru Kloszart

**Olsztyn**
Spektakl „Winda" jest adaptacją sztuki Géralda Sibleyrasa „Napis". Kloszarci postanowili przenieść francuską czarną komedię na polski grunt. Uprzedzamy, że w ich wydaniu jest to komedia unikająca cenzury, nieszczędząca sobie komentarzy na temat aktualnych wydarzeń.
**Godz. 17.00, Wydział Nauk Humanistycznych (Aula Teatralna), ul. Obitza 1.**

## HELIOS REPERTUAR

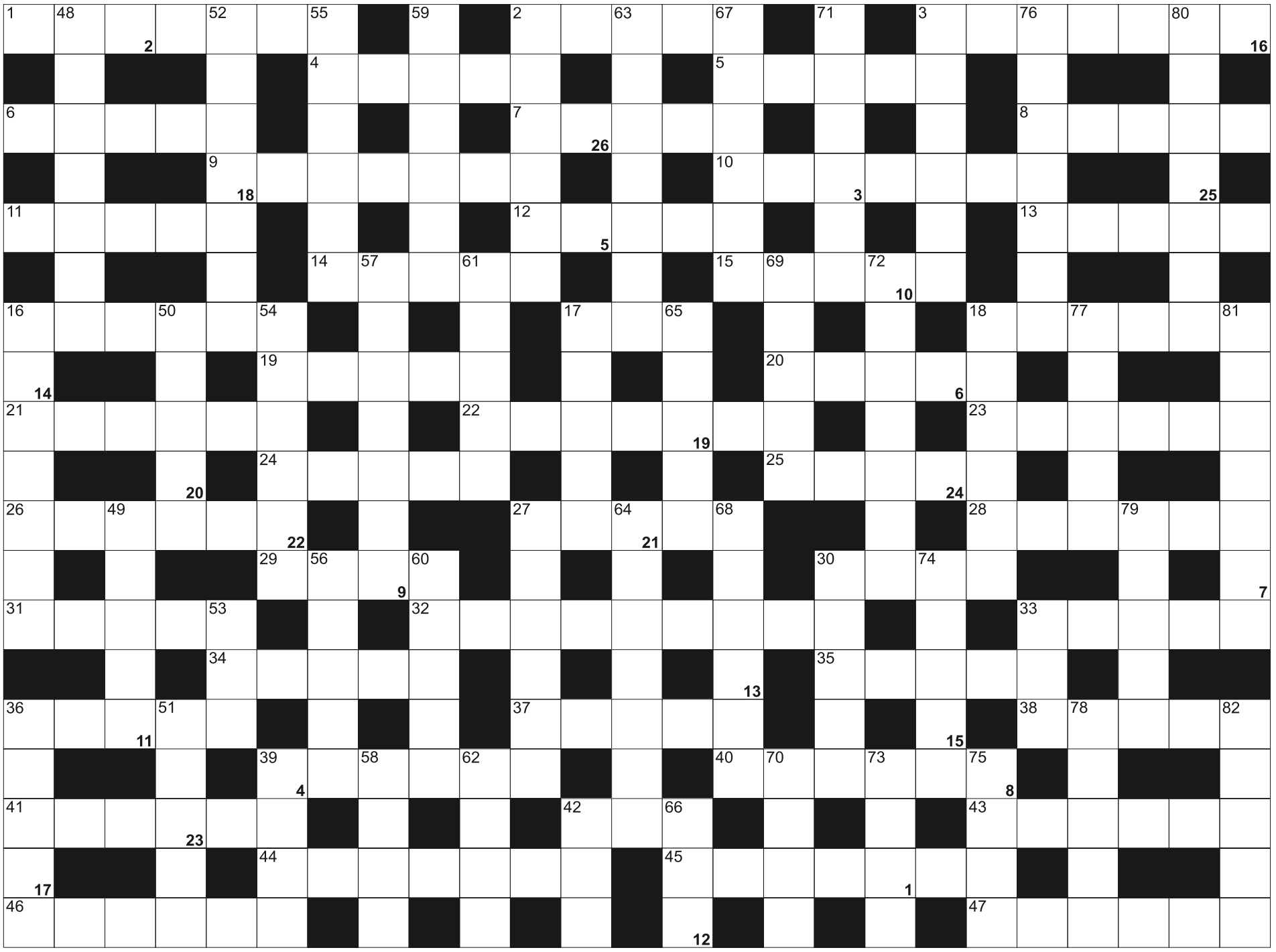
**Centrum Handlowe Aura, Olsztyn, al. Piłsudskiego 16**

HELIOS
tel. 89 535 20 30
108422otbr-a-M

SAMI SWOI. Początek: 18:30, 21:15; SAMI SWOI. Początek: 12:45, 15:20, 17:30, 20:15; MADAME WEB / dubbing: 13:10; MADAME WEB / dubbing: 18:00; MADAME WEB / napisy: 15:50; MADAME WEB / napisy: 20:30; BOB MARLEY. One love / napisy: 20:00; BOB MARLEY. One love / napisy: 13:00, 15:40, 18:15; BRACIA ZE STALI / napisy: 14:20; BRACIA ZE STALI / napisy: 19:30; PRISCILLA / napisy: 20:45; MIŁOŚĆ JAK MIÓD: 19:00; PIĘKNA KATASTROFA 2 / napisy: 16:45; EMMA i czarny jaguar / dubbing: 12:00; EMMA i czarny jaguar / dubbing: 14:40, 17:00; JAK UKRADŁEM 100 milionów: 21:15; DOBRZY NIEZNAJOMI / napisy: 12:10; DZIEWCZYNA INFLUENCERA: 16:45; AKADEMIA PANA KLEKSA / familijny / od 7 lat: 17:15; AKADEMIA PANA KLEKSA / familijny / od 7 lat: 12:10, 14:50; BABY BOOM, czyli Kogel Mogel 5: 14:30, 19:00, 21:00; WYFRUNIĘCI / familijny / b.o. / dubbing: 12:15, 14:25; EKIPA Z DŻUNGLI. Misja ratunkowa / familijny / od 4 lat / dubbing: 12:20

eprasa.pl 59b8dc7cdb

# Krzyżówka klasyczna z hasłem



**Litery z pól ponumerowanych od 1 do 26, utworzą rozwiązanie - przysłowie:**

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

**POZIOMO:** 1) syn wnuczki; 2) bolesny skurcz mięśni; 3) typ reflektora; 4) wkład wspólnika do spółki; 5) miasto i port w Jordanii; 6) ostry, wysoki dźwięk pociągu; 7) "... z doliny Roztoki" Marii Kownackiej; 8) otwierany kluczem; 9) ósmy szczyt świata w Himalajach; 10) wczasowicze inaczej; 11) na nich opony; 12) znany lek na bóle brzucha; 13) metal Ti; 14) śmietanka towarzyska; 15) kaczan kukurydzy; 16) sprzęt operatora filmowego; 17) sylwestrowy do białego rana; 18) japońska sztuka walki; 19) marka japońskich aut; 20) krótkie rozprawki literackie; 21) język starożytnych Rzymian; 22) ... oliwna - symbol pokoju, zgody; 23) dawna nazwa Hiszpanii; 24) filtr organizmu; 25) dziewięciu muzyków; 26) jedna ze stron świata; 27) pobierana przez ucznia; 28) niewielka rola aktorska; 29) dokumenty sądowe; 30) Jean-... Sartre, powieściopisarz; 31) jezioro w Malawi; 32) nauka o sposobach prowadzenia statków; 33) Skarga, autor "kazań sejmowych"; 34) człowiek zmarły śmiercią nienaturalną, ofiara; 35) zamek w gruzach; 36) powszechna choroba atakująca jesienią; 37) pod dżokejami; 38) włoski dom mody; 39) kiedyś o posiadłości ziemskiej; 40) matematyczna klamra; 41) hamulec; 42) Fleming, stworzył postać Bonda; 43) święto patrona parafii; 44) rekin ludojad; 45) mała beczułka na piwo; 46) Hugh, grał doktora House'a; 47) solenizantka z 13 stycznia

**PIONOWO:** 2) szarpana w kontrabasie; 3) Auderska i Poświatowska, literatki; 16) futerał łucznika; 17) rodzaj pieczywa; 18) Harvey, aktor "Zły porucznik" "Pulp Fiction"; 27) nałogi, zwyczaje; 30) jar, kanion; 33) Polska Agencja Prasowa; 36) człekokształtna małpa; 39) układy baryczne; 42) Izabela krócej; 48) francuska to Lazurowe Wybrzeże; 49) zaklęcia; 50) Fromm, amerykański psychoanalityk i filozof; 51) szpon; 52) nadwyżka; 53) Sari, światowej sławy śpiewaczka; 54) rzadkie imię kobiece; 55) posłusznie, uległe, pokornie; 56) burzowy pod ulicą; 57) polowy szpital wojskowy; 58) rzeka w Opolu; 59) japońskie drzewko w doniczce; 60) mały Antoni; 61) prymitywne, drewniane nosze; 62) przyszły lub przeszły; 63) tytuł nadawany żonom cesarzy; 64) cebula morska; 65) w ręku policjanta z drogówki; 66) zielona część pietruszki; 67) grzyb z lepką skórką; 68) Akwizgran; 69) Spokojny lub Atlantycki; 70) wrzodzik jamy ustnej; 71) Ta dla chemika; 72) wokół boiska; 73) w parze z nitką; 74) jednostka walutowa Mauretanii; 75) napoje z owoców; 76) księżyc Jowisza odkryty przez Setha Barnesa Nicholsona; 77) wpadają do morza; 78) indyjskie pieniądze; 79) rośliny lecznicze; 80) zawsze modnie ubrany; 81) Per Gunnar ..., pisarz szwedzki; 82) męczy alergika

## SUDOKU

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

175

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

176

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

177

eprasa.pl 59b8dc7cdb

GO TV

#rzetelnaGO

POKAZUJEMY TO, CO NAPRAWDĘ WAŻNE!

1886 2024 138 LAT

SUBSKRYBUJ!

Gazeta Olsztyńska


## NIERUCHOMOŚCI

### sprzedam

**WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL**
503-103-703

## PRACA

### dam pracę

**PRZYJMĘ** do pracy w gospodarstwie rolnym, 694-194-504

**ZATRUDNIĘ** pracownika do prac gospodarczych z możliwością zakwaterowania, 504-262-593.

**ZATRUDNIĘ** w gospodarstwie rolnym, 601-772-124

**ZATRUDNIĘ** w gospodarstwie, 501-172-462

### szukam pracy

**OKNA** umyję, posprzatam, 500-562-520

## TURYSTYKA

**WCZASY** DLA SENIORA - Stegna - 8 dni - maj od 1099zł/os., czerwiec od 1399zł/os., lipiec od 1349zł/os., sierpień od 1349zł/os., wrzesień od 1199zł/os., (55) 247-60-30, 534-244-044. www.owcubex.pl, (55) 247-83-47. WWW.WCZASY-SENIOR.PL

**WCZASY** DLA SENIORA - Krynica Morska - 8 dni, marzec od 999zł/os., kwiecień od 1099zł/os., maj od 1249zł/os., czerwiec od 1649 zł/os. i inne www.owjantar.pl, (55) 247-60-30, 534-244-044, www.owcubex.pl, (55)247-83-47. WWW.WCZASY-SENIOR.PL

## USŁUGI

### budowa | remont

**AWARIE** hydrauliczne, glazura, 669-336-031


GAZETA OLSZTYŃSKA.PL
tel. 885-998-201
reklama@gazetaolsztynska.pl

380-31419opb1-b-M


Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że 18 lutego 2024 r. odszedł od nas
Nasz Kochany Mąż, Tata, Teść, Dziadek i Brat

ś. † p.

**Edmund Biliński**

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się
23 lutego 2024 r. (w piątek) o godz. 10.30
modlitwą różańcową w kościele pw. św. Mikołaja
w Sząbruku. Msza Święta Żałobna
zostanie odprawiona o godz. 11.00.
Ceremonia pochowania odbędzie się
na cmentarzu parafialnym w Sząbruku.

Pogrążona w smutku rodzina

29524opb1-a-M

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że 16 lutego 2024 r.
odeszła od nas na zawsze Nasza Kochana Mama i Babcia

ś. † p. **Jadwiga Lubawa**

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się
21 lutego 2024 r. (środa) o godz. 13.15 Mszą Świętą Żałobną
w kościele pw. Najświętszego Serca Pana Jezusa przy ul. Kopernika.
Ceremonia pochowania urny z Prochami odbędzie się
na cmentarzu komunalnym przy ul. Poprzecznej.

Pogrążona w bólu i żałobie rodzina

286240pb1-a -P

*Umiera się nie po to, by przestać żyć,*
*lecz po to, by żyć inaczej.*

Paulo Coelho

380-mp-otbr-6786c-M


ARKADIA
Olsztyn, ul. Jagiellońska 52/85
tel. 89 526 67 53, 665 175 125
całodobowe przewozy zmarłych
www.zuparkadia.olsztyn.pl
Gwarantujemy godną i kulturalną posługę

103923opb1-c-P

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

320520opb1-d-M

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

614619opb1-i-M

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

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

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

Biuro Ogłoszeń, OLSZTYN, plac Józefa Bema 5
czynne w godz. 7.00-15.00, soboty – nieczynne
tel. 514-800-517, b.ogloszen@gazetaolsztynska.pl
www.pozegnania.net
Biuro Ogłoszeń, ELBLĄG, ul. Rybacka 35
tel. 55-236-18-02
pon.-pt. godz. 8.00-16.00

380-28919opb1-C-M


eprasa.pl 59b8dc7cdb

# ANIOŁY JEDNAK SĄ NA ŚWIECIE

**Joanna Jędrzejczyk, olsztyńska mistrzyni mieszanych sztuk walki, w poniedziałek odwiedziła Dom Dziecka w Giżycku, gdzie w sympatycznej atmosferze najpierw opowiadała o swojej karierze, a na koniec przekazała dzieciom wyjątkowe prezenty.**

Wielokrotna mistrzyni UFC odwiedziła podopiecznych giżyckiego Domu Dziecka „Jaś, Małgosia, Wojtek" i wraz z pochodzącym z tego miasta dziennikarzem Adrianem Mielnikiem przekazała młodym podopiecznym wyjątkowe prezenty. Były to wyprawki szkolne oraz vouchery na wyjazd wszystkich dzieci do słynącego ze sportowego charakteru Hotelu Arłamów.

Spotkanie było dla dzieci nie tylko okazją do wysłuchania inspirujących historii ze sportowych aren, ale także do podzielenia się emocjami, doświadczeniami i wiarą w to, że warto marzyć. Nie zabrakło także zabawy w formie krótkiej sesji treningowej. Dzieci chętnie opowiadały o swoich codziennych aktywnościach, ulubionych rozrywkach i... marzeniach.

Fot. materiały prasowe

Joanna Jędrzejczyk i podopieczni giżyckiego Domu Dziecka „Jaś, Małgosia, Wojtek"

– Cieszę się z tej wizyty, bo mogłam podzielić się z dziećmi opowieścią o swojej karierze i o tym, jak realizowałam kolejne sportowe cele i spełniałam kolejne marzenia - przyznała Joanna Jędrzejczyk. - Uśmiech dzieci zawsze jest dla mnie największą nagrodą, a poza tym każdy taki wyjazd jest dla mnie niczym zastrzyk energii.

Wszystkie dzieci z „Jasia, Małgosi oraz Wojtka" wyjadą na tygodniowe wakacje do Hotelu Arłamów - pieniądze na ten cel uzbierał Adrian Mielnik podczas charytatywnej aukcji, na której zlicytowano m.in. koszulkę z autografami siatkarskiej reprezentacji Polski i piłkę z podpisem Roberta Lewandowskiego.

– Najważniejsze jednak w tym spotkaniu nie były prezenty, a czas poświęcony dzieciom i mnóstwo ciekawych historii, które na pewno zapamiętają na zawsze – powiedziała Bernadetta Wojtuń, dyrektorka Placówki Opiekuńczo-Wychowawczej w Domu dla Dzieci „Jaś Małgosia Wojtek" w Giżycku.

Prezenty nie były najważniejsze, ale radość wśród obdarowanych i tak była ogromna, bo poza wakacjami w Hotelu Arłamów dzieci otrzymały konsolę do gier, upominki, owoce oraz oczywiście zdjęcia z autografami mistrzyni MMA.

– Anioły istnieją i dzisiaj mieliśmy tego dowód – powiedział obecny na spotkaniu starosta Mirosław Drzażdżewski. - Piękny gest - wizytę Joanny Jędrzejczyk ocenił z kolei Wojciech Iwaszkiewcz, burmistrz Giżycka. - A za wyjazd do Arłamowa trzymam kciuki.

> – CIESZĘ SIĘ Z TEJ WIZYTY, BO MOGŁAM PODZIELIĆ SIĘ Z DZIEĆMI OPOWIEŚCIĄ O SWOJEJ KARIERZE I O TYM, JAK REALIZOWAŁAM KOLEJNE SPORTOWE CELE I SPEŁNIAŁAM KOLEJNE MARZENIA - PRZYZNAŁA JOANNA JĘDRZEJCZYK.

# RESOVIA MARZY O PIERWSZYM EUROPEJSKIM PUCHARZE

**SIATKÓWKA**\\\ Dzisiaj Resovia rozegra u siebie pierwszy półfinałowy mecz Pucharu CEV z Fenerbahce Stambuł. Rzeszowianie jeszcze nigdy nie zdobyli europejskiego pucharu.

Resovia w tym sezonie nie może ustabilizować formy, w defekcie naszpikowana gwiazdami drużyna nie zdołała wywalczyć awansu do fazy play-off Ligi Mistrzów, zajmując w swojej grupie dopiero trzecie miejsce za Itas Trentino i VB Tours. To dało jej jednak prawo gry w ćwierćfinale mniej prestiżowego Pucharu CEV. Rzeszowianie zmierzyli się w nim z Aluronem CMC Wartą Zawiercie, którą we własnej hali pokonali po świetnym meczu 3:0, ale w rewanżu ulegli 0:3, więc o ich awansie przesądził „złoty set".

Potem Resovia nie potrafiła zakwalifikować się do finałowego turnieju Pucharu Polski, przegrywając 1:3 z LUK Bogdanką Lubin, a w ostatniej kolejce PlusLigi rzeszowianie „wrócili na tarczy" z Olsztyna, gdzie przegrali 1:3.

- Nie da się ukryć, że ostatnie dwa spotkania w naszym wykonaniu nie były udane - przyznaje prezes klubu Piotr Maciąg. - Tego już nie zmienimy, ale musimy być mentalnie przygotowani, aby odwrócić ten trend. Czeka nas jednak bardzo trudne zadanie, bo Fenerbahce wygrało 3:0 ostatni ligowy mecz z Ziraatem Bankasi i awansowało na drugie miejsce w tureckiej ekstraklasie. Wierzymy jednak, że uda się nam zrehabilitować za ostatnie niepowodzenia. Stawka jest ogromna, bo Resovia jeszcze nigdy w swojej historii nie zdobyła europejskiego pucharu. Liczymy, że tym razem się uda.

Resovia w trakcie sezonu miała problemy z urazami kluczowych zawodników. Obecnie na liście kontuzjowanych jest dwóch środkowych – Krzysztof Rejno i Jakub Kochanowski. Ten drugi powinien być gotowy do gry za kilkanaście dni. Do dyspozycji trenera będzie już inny reprezentant Polski – libero Paweł Zatorski.

Fot. indykpolacz.pl

W PlusLidze Resovia przegrała ostatnio w Olsztynie z Indykpolem AZS

Fenerbahce w ćwierćfinale wyeliminowało belgijski Greenyardem Maaseik, wygrywając dwukrotnie 3:0. W tureckim zespole na pozycji przyjmującego gra Nikołaj Penczew. Bułgar w latach 2013-16 był zawodnikiem Resovii. Z kolei w poprzednim sezonie barw ekipy ze Stambułu bronił Yacine Louati, obecny przyjmujący rzeszowskiego klubu. Ponadto w składzie Fenerbahce jest jeszcze trzech zawodników znanych z występów w polskiej ekstraklasie: Murat Yenipazar, który w poprzednim sezonie był rozgrywającym Barkomu Każany Lwów, a także Holender Dick Kooy (ZAKSA i Skra Bełchatów) oraz Serb Drazen Luburic (Skra).

Dla Resovii wywalczenie Pucharu CEV, oprócz rozgrywek ligowych, to ostatnia szansa na odniesienie sukcesu w tym składzie, gdyż po sezonie dojdzie do wielu zmian personalnych. Po dwóch latach pracy odejdzie trener Giampaolo Medei, który – jak donosi „La Gazetta dello Sport" – ma zostać szkoleniowcem czołowego włoskiego klubu Cucine Lube Civitanova. Według nieoficjalnych informacji rzeszowski klub w przyszłym sezonie poprowadzi Tuomas Sammelvuo. Fin jeszcze w tych rozgrywkach był szkoleniowcem ZAKSY, ale w styczniu został odsunięty od pełnienia tej funkcji.

Dzisiejszy mecz w Rzeszowie rozpocznie się o godz. 18 (transmisja w Polsacie Sport News), a rewanż 29 lutego w Stambule o godz. 19. W drugim półfinale inny turecki zespół Arkas Izmir zmierzy się z niemieckim SVG Luneburg.

**POZOSTAŁE PUCHARY**

W Lidze Mistrzów nie ma już ZAKSY, najlepszej drużyny w trzech poprzednich edycjach tych rozgrywek. Z polskich zespołów w LM pozostał na placu boju jedynie Jastrzębski Węgiel. Podopieczni trenera Marcelo Mendeza w ćwierćfinale trafili jednak na wymagającego rywala - Gas Sales Daiko Piacenza. We włoskiej ekipie występują m.in. były gracz Projektu Warszawa, mistrz olimpijski Francuz Antoine Brizard, mistrz świata Włoch Yuri Romano czy Brazylijczycy Ricardo Lucarelli i pochodzący z Kluby Yoandy Leal.

• **Mecze dzisiejsze, Puchar CEV kobiet:** Grot Budowlani Łódź – Viteos Neuchatel (17.15 Polsat Sport Extra); **Puchar Challenge mężczyzn:** Projekt Warszawa - Mint Vero Volley Monza (17.15 Polsat Sport); **Liga Mistrzów:** Gas Sales Daiko Piacenza – Jastrzębski Węgiel (20.15 Polsat Sport).

eprasa.pl 59b8dc7cdb

# LEGIA MA SPORE SZANSE NA AWANS

**PIŁKA NOŻNA**\\\ Legia stanie w czwartek przed szansą awansu do 1/8 finału Ligi Konferencji. W rewanżowym meczu barażowym warszawianie podejmą o godz. 21 Molde, z którym w Norwegii przegrali tylko 2:3. Transmisja w TVP 2 oraz TVP Sport.

Legioniści w poprzednim tygodniu przegrywali do przerwy na sztucznej nawierzchni z Molde 0:3, ale dzięki lepszej postawie w drugiej połowie i strzeleniu dwóch goli (Josue i Rafał Augustyniak) sprawa awansu pozostaje całkowicie otwarta. Czwartkowy rewanż z drużyną, która nie zaczęła jeszcze rywalizacji ligowej w swoim kraju, zapowiada się zatem bardzo ciekawie.

JUŻ RAZ W TYM SEZONIE WARSZAWSKI ZESPÓŁ ZDOŁAŁ ODROBIĆ JEDNOBRAMKOWĄ STRATĘ PO PIERWSZYM SPOTKANIU. W 3. RUNDZIE ELIMINACJI LK NAJPIERW U SIEBIE PRZEGRAŁ 1:2 Z AUSTRIĄ WIEDEŃ, PO CZYM W REWANŻU ZWYCIĘŻYŁ PO DOGRYWCE 5:3.

W niedzielę legioniści u siebie zaledwie zremisowali 1:1 z Puszczą Niepołomice, w konfrontacji z beniaminkiem ratując punkt dopiero w 86. minucie.

Fot. PAP/Leszek Szymański

W 21. kolejce Ekstraklasy Legia na swoim stadionie jedynie zremisowała 1:1 z Puszczą Niepołomice

- Jestem rozczarowany, ale tak bywa w piłce. Musimy być jak najlepiej przygotowani do bardzo ważnego rewanżu z Molde. Chcemy wygrać i nie bierzmy innego scenariusza pod uwagę. Moi zawodnicy zasługują na wsparcie kibiców. Liczę na świetną atmosferę - podkreślił trener Kosta Runjaic.

W krajowej ekstraklasie Legia, z której w zimowej przerwie odeszli m.in. Ernest Muci i Bartosz Slisz, zajmuje dopiero piąte miejsce.

- Występy w Lidze Konferencji kosztują nas sporo sił, lecz mierzenie się z tym jest czymś normalnym. To towarzyszy wielu zespołom. Priorytetem od początku sezonu jest ekstraklasa, ale grając w Europie trzeba dawać z siebie wszystko w każdym meczu. Zamierzamy awansować do 1/8 finału. Wierzę w moich piłkarzy - dodał szkoleniowiec.

Najbliżej udziału w kolejnej rundzie LK jest Sturm Graz. Austriacki zespół, który jesienią był rywalem Rakowa Częstochowa w grupie rozgrywek wyższego szczebla, czyli Ligi Europy, wygrał w miniony czwartek u siebie ze Slovanem Bratysława 4:1. Napastnik gospodarzy Szymon Włodarczyk wszedł na boisko w 71. minucie.

Natomiast Jakub Piotrowski wystąpił w całym spotkaniu w barwach Łudogorca Razgrad, a jego zespół zremisował na wyjeździe 0:0 z Servette Genewa. Przed rewanżem w Bułgarii szanse obu drużyn wydają się równe.

Siedem rewanżowych meczów barażowych o awans do 1/8 finału zaplanowano na czwartek, natomiast już dzisiaj o godz. 18 belgijski KAA Gent podejmie Maccabi Hajfa. Pierwsze spotkanie, które odbyło się w Budapeszcie, izraelski zespół wygrał 1:0.

Finał obecnej edycji LK zaplanowano na 29 maja w Atenach.

**Liga Konferencji**
- **Środa:** Maccabi Hajfa - KAA Gent (godz. 18); pierwszy mecz 0:1
- **Czwartek:** Łudogorec Razgrad - Servette Genewa (0:0), Dinamo Zagrzeb - Betis Sewilla (1:0), Bodoe/Glimt - Ajax Amsterdam (2:2), Legia Warszawa - Molde FK (2:3), Slovan Bratysława - Sturm Graz (1:4), Eintracht Frankfurt - Union Saint-Gilloise (2:2), Ferencvaros Budapeszt - Olympiakos Pireus (0:1).

## O PIŁCE

>>> **Dzisiaj zostaną rozegrane dwa mecze Ligi Mistrzów:** FC Porto - Arsenal Londyn (20.20 Polsat Sport Premium 2) i Napoli - Barcelona (20.50 Polsat Sport Premium 1)

>>> Niemiecka II liga po raz pierwszy przyciągnęła w ostatni weekend więcej widzów niż ekstraklasa - poinformował magazyn „Kicker". Dziewięć stadionów 2. Bundesligi odwiedziło 284 643 osób, podczas gdy mecze 22. kolejki elity oglądało 261 099 kibiców.
Giganci zaplecza ekstraklasy, tacy jak Schalke 04 Gelsenkirchen i Hertha Berlin, rozgrywali mecze u siebie przed widownią przekraczającą 50 tys., natomiast najbardziej popularne kluby Bundesligi, Borussia Dortmund i Bayern Monachium, grały na wyjeździe.
Według UEFA Bundesliga jest ligą o największej liczbie kibiców na trybunach, a średnia frekwencja na mecz przekracza 44 tys.

>>> Gennaro Gattuso po serii siedmiu meczów bez zwycięstwa został zwolniony z funkcji trenera Olympique Marsylia. Były piłkarz reprezentacji Włoch pracował w tym klubie od września. „Olimpijczycy" zajmują dziewiąte miejsce w lidze francuskiej.

>>> Girona na wyjeździe przegrała 2:3 z Athletic Bilbao w meczu kończącym 25. kolejkę ekstraklasy Hiszpanii. Tym samym rewelacja sezonu nie wykorzystała potknięcia lidera Realu Madryt, który w niedzielę w derbach stolicy jedynie zremisował 1:1 z Rayo Vallecano. Girona przegrała dopiero trzeci mecz w sezonie ligowym i traci do Realu sześć punktów. Trzecie miejsce zajmuje Barcelona ze stratą ośmiu punktów do „Królewskich". Broniąca tytułu „Duma Katalonii" pokonała w sobotę na wyjeździe Celtę Vigo 2:1, a obie bramki zdobył Robert Lewandowski. Polak, który był najskuteczniejszy w całej lidze w poprzednim sezonie, ma w obecnych rozgrywkach 12 trafień. Liderem klasyfikacji strzelców jest Anglik Jude Bellingham z Realu Madryt z 16 golami.

Fot. PAP/EPA

Nico Williams z Athletic Bilbao cieszy się po zdobyciu gola w meczu z Gironą

>>> 9 marca do walki o ligowe punkty powrócą zespoły rywalizujące w grupie 1 okręgówki. W tej chwili wszyscy trenują oraz rozgrywają mecze sparingowe. Co zatem słychać w Victorii, która przygotowuje się pod okiem trenera Rafała Soleckiego?
- Do tej pory rozegraliśmy cztery sparingi - wyjaśnia prezes Sebastian Murzyn. - Na początek ograliśmy 2:1 juniorów Stomilu Olsztyn, potem była porażka 1:2 z Korszami, a następnie wygraliśmy 9:1 z Redutą Bisztynek i 3:2 z Zatoką Braniewo. Generalnie pomału zbliżamy się do wiosennej inauguracji.
Prezes Murzyn ma powody do zadowolenia, bowiem w sparingu z Zatoką ponad 20 minut spędził na boisku Łukasz Pawłowski, który wraca do zdrowia po kontuzji.
- Poza tym Maciej Kadziewicz jest już po zabiegu - dodaje szef bartoszyckiego klubu. - Całe szczęście jego więzadła są całe, jest więc szansa na to, że jeszcze w tym sezonie Maciek powróci do gry. Ale to on będzie musiał podjąć decyzję, my na pewno nie będziemy na niego wywierać presji. Zdrowie jest przecież najważniejsze. Do lekarza udało się nam też w końcu wysłać Radka Pryszczepkę, więc teraz czekamy na efekty. Wiosną w Victorii na pewno nie wystąpi już Dominik Kryłowicz, który był wypożyczony z Łyny i teraz postanowił wrócić do Sępopola, by pomóc mu obronić się przed spadkiem do klasy A.
- Dołączył do nas natomiast Mateusz Orłowski, były zawodnik Łyny - wyjaśnia prezes Murzyn. - Poza tym z pierwszym zespołem trenuje też nasza młodzież.
Kolejna dobra informacja nadeszła z Olsztyna, bo okazało się, że Warmińsko-Mazurski Związek Piłki Nożnej wyraził zgodę, by Victoria domowe mecze rozgrywała w Bartoszycach na boisku ze sztuczną nawierzchnią. - Obok postawimy jakieś kontenery, gdzie piłkarze będą się mogli przebrać, a po meczu będą mogli się wykąpać w hali przy ulicy Słowackiego - dodaje Sebastian Murzyn.
W sobotę o godz. 12 na boisku ze sztuczną nawierzchnią Victoria zmierzy się z Wojciechami, a tydzień później podejmie Orlęta Reszel.

eprasa.pl 59b8dc7cdb

# MEDAL ORAZ NOC Z PRZEBOJAMI

**ŁYŻWIARSTWO SZYBKIE**\\\ To był bardzo dobry przejazd z życiowym otwarciem. Skończyło się rekordem życiowym, Polski i medalem. No i na koniec była lampka szampana - mówi Damian Żurek, trzeci zawodnik mistrzostw świata w Calgary na 500 m.

**- Ochłonął już pan po występach w mistrzostwach świata? Jakie to uczucie zostać pierwszym polskim indywidualnym medalistą mistrzostw świata w łyżwiarstwie szybkim?**

- Wydaje mi się, że już ochłonąłem, ale cały czas to do mnie nie dociera. To coś wspaniałego. Jestem po prostu przeszczęśliwy, bo swoim nazwiskiem piszę historię. Zwłaszcza że przede mną startowali przecież tacy zawodnicy jak mój aktualny trener Artur Waś, czy złoty medalista olimpijski Zbigniew Bródka.

**- Jak wygląda ten medal i czy znajdzie się dla niego jakieś szczególne miejsce w domu?**

- Jest brązowy i okrągły. Szczególnych oznaczeń nie ma. Cieszę się, że on ze mną po prostu jest. Na pewno przez pewien czas będzie w domu na widoku, żebym w końcu uwierzył, że go zdobyłem. W moim rodzinnym domu w Tomaszowie Mazowieckim mam szafę zastawioną trofeami. Mój tata sprawuję nad tym pieczę. Cenniejsze medale trzymam jednak w specjalnych pudełkach.

**- Czy tor olimpijski Oval w Calgary rzeczywiście jest szybki?**

Fot. Łukasz Szelag

Damian Żurek marzy o medalu olimpiady, która w 2026 roku odbędzie się w Mediolanie i Cortinie d'Ampezzo

- Owszem, ale warunki nie były tak optymalne, jak tu czasami się zdarzają. Jest położony ponad 900 metrów nad poziomem morza, ale do perfekcji tym razem organizatorom zabrakło.

W 2014 roku biłem na nim rekordy młodzików, więc czuję się tam jak w domu. Bardzo lubię na nim startować, ale rekordy można też z powodzeniem poprawiać w Salt Lake City. Zobaczymy, czy obiekt w Zakopanem też będzie szybki (ma to być jeden z najnowocześniejszych krytych torów lodowych na świecie, w połowie roku ma zostać oddany do użytku - red.). My sprinterzy potrzebujemy takiego toru w kraju, gdzie będziemy mogli trenować na wysokich prędkościach, aby doświadczyć tego zwłaszcza na wirażach. Naprawdę jest duża przepaść między wolnym i szybkim torem.

**- Wróćmy do pana występu na 500 m, który zakończył się zdobyciem brązowego medalu. Wszystko poszło perfekcyjnie?**

- Był to bardzo dobry przejazd z życiowym otwarciem. Na tym z trenerem ostatnio się skupiałem. Wyszła z tego bardzo dobra runda, chociaż ostatnie 50 metrów mogło być trochę lepsze. I tak jestem z tego biegu bardzo zadowolony. Skończyło się rekordem kariery, Polski i medalem. Takiego scenariusza się nie spodziewałem.

**- Jak w pana przypadku wygląda koncentracja przed startem?**

- Po wejściu na tor jest zakaz korzystania ze słuchawek, więc nie słucham muzyki. Staram się w stu procentach koncentrować na sobie i wizualizować w głowie swój bieg.

**- Był czas na fetę po sukcesie?**

- Noc była z przebojami. Medal całą kadrą, w tym z trenerami, uczciliśmy lampką szampana, więc zasnąłem około pierwszej w nocy.

**- Przed MŚ, zwłaszcza po zdobycia złota w mistrzostwach Europy, byliście typowani do miejsca na podium w sprincie drużynowym. Skończyło się tylko, czy na aż piątym miejscu?**

- Nasz występ oceniam bardzo dobrze. Takiego poziomu na MŚ w tej konkurencji jeszcze nie było. Przegraliśmy medal tak naprawdę o 0,06 s. Gdybyśmy pojechali perfekcyjnie, to skończyłoby się pewnie rekordem świata i miejscem na „pudle". Na wirażach popełniliśmy jednak błędy, Marek Kania trochę się potknął, a potem idzie to jak efekt domina. I tak to był piękny przyjazd z rekordem Polski. Dlatego nie nazwałbym tego przegraną.

**- Na początku marca zaczną się mistrzostwach świata w wielobojach w Inzell. Z pana udziałem?**

- Zgadza się. Potem mamy tydzień roztrenowania, a pod koniec kwietnia zbierzemy się już na zgrupowaniu prawdopodobnie w Hiszpanii. Tam przesiądziemy się na rowery i rolki. To nasz bazowy trening i latem dzięki temu możemy ćwiczyć pozycję. Myślimy już o igrzyskach olimpijskich. Nie ma co spoczywać na laurach, tylko trzeba ciężko pracować.

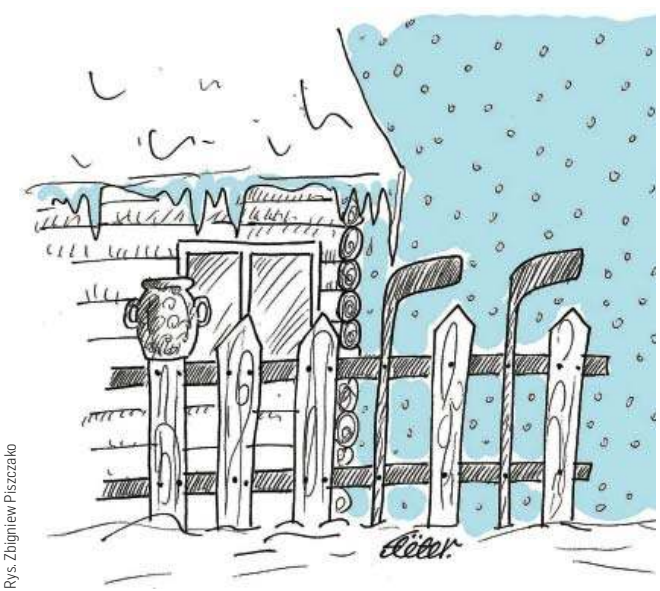
**Damian Żurek**

Urodzony 17 września 1999 roku w Tomaszowie Mazowieckim, olimpijczyk z Pekinu (11. miejsce na 500 metrów i 13. m. na 1000 metrów), brązowy medal MŚ na 500 m to jego największy dotychczasowy sukces, jest to zresztą pierwszy w historii reprezentacji Polski medal MŚ w konkurencji indywidualnej! Poza tym Żurek jest brązowym (2022) i srebrnym (2024) medalistą mistrzostw Europy w sprincie drużynowym. W 2023 roku zajął drugie miejsce w rywalizacji sztafet mieszanych podczas Pucharu Świata w Japonii. Wielokrotny medalista i rekordzista mistrzostw Polski.

## SPRINTEM

**TENIS STOŁOWY**\\\ W swoim ostatnim meczu grupowym drużynowych mistrzostw świata w południowokoreańskim Pusan Polacy pokonali 3:0 Chile (jeden punkt zdobył Jakub Dyjas z Dekorglassu Działdowo). Było to trzecie zwycięstwo biało-czerwonych, którzy awansowali z drugiego miejsca do 1/16 finału. Polacy zaczęli imprezę od porażki 1:3 z Koreą Południową, a następnie pokonali 3:1 Indie 3:1 oraz 3:0 Nową Zelandię.
Podobnie spisały się Polki, które pokonały 3:0 Nigeryjki i również awansowały z drugiego miejsca w grupie do 1/16 finału. Wcześniej przegrały 1:3 z Niemkami oraz pokonały 3:0 Słowaczki i Meksykanki.
W drużynowych MŚ bierze udział 40 zespołów podzielonych na osiem grup. Po trzy drużyny awansują do fazy pucharowej. Zwycięzcy grup wchodzą bezpośrednio do 1/8 finału, a zespoły z drugich i trzecich miejsc zagrają w barażach (1/16 finału). Ćwierćfinaliści uzyskują awans na igrzyska w Paryżu.

**PIŁKA NOŻNA**\\\ Francesco Calzona zastąpił Waltera Mazzarriego na stanowisku szkoleniowca Napoli - poinformował w poniedziałek wieczorem prezes klubu Aurelio De Laurentiis. Zmiana trenera nastąpiła na dwa dni przed meczem 1/8 finału Ligi Mistrzów z Barceloną. Prezes klubu przyznał, że odejście Mazzarriego „było bolesne". „Zwolniłem przyjaciela, który był bardzo pomocny, ale musimy dać kibicom coś więcej"



Rys. Zbigniew Piszczako

– dodał. We wtorek Calzona poprowadził pierwszy trening z piłkarzami mistrza Włoch. Calzona był drugim trenerem Napoli w latach 2015-18, a później 2021-22. Oprócz drużyny z Neapolu będzie prowadzić reprezentację Słowacji, z którą wywalczył awans do tegorocznych mistrzostw Europy w Niemczech.
62-letni Mazzarri prowadził Napoli w latach 2009-13 oraz od 14 listopada ubiegłego roku, gdy zastąpił Francuza Rudiego Garcię. Pod jego kierunkiem zespół zdobył tylko 12 punktów w 15 meczach Serie A i w tabeli zajmuje dopiero dziewiąte miejsce.
W sobotę zremisował u siebie z Genoą 1:1, zdobywając wyrównującą bramkę w 90. minucie.
Napoli w poprzednim sezonie wywalczyło mistrzostwo Włoch pod wodzą Luciano Spallettiego, który obecnie jest selekcjonerem reprezentacji Włoch.
Dzisiaj w pierwszym meczu 1/8 finału Ligi Mistrzów Napoli zmierzy się z również przeżywającą kryzys Barceloną Roberta Lewandowskiego. Włoski klub nie zgłosił do fazy pucharowej Piotra Zielińskiego. Pomocnik reprezentacji Polski, który skończy w maju 30 lat, nie przedłuży wygasającego w czerwcu kontraktu. Według włoskich mediów przejdzie do Interu Mediolan.

**HOKEJ**\\\ W lidze NHL Minnesota Wild pokonali 10:7 Vancouver Canucks. Co ciekawe aż sześć bramek gospodarze zdobyli w odstępie 5 minut i 45 sekund, co nie udało się żadnej drużynie od... ćwierćwiecza. W efekcie ze stanu 2:5 ekipa z Minnesoty wyciągnęła wynik na 8:5! Takiego festiwalu strzeleckiego w NHL nie było od 3 lutego 1999 roku, gdy Washington Capitals strzelili sześć goli w 4 minuty i 47 sekund.

eprasa.pl 59b8dc7cdb

# SZTAFETA ZMIESZANA, NIE WSTRZĄŚNIĘTA

**LEKKA ATLETYKA**\\\ Z halowych mistrzostw Polski reprezentanci AZS UWM wrócili do Olsztyna ze złotym medalem. Na najwyższym stopniu podium stanęła sztafeta mieszana 4x400 m (Mateusz Kazimierczyk, Aleksandra Lis, Kacper Lewalski i Anastazja Kuś).

W Toruniu olsztyńska sztafeta mieszana 4x400 m wygrała z czasem 3.27,30, a kolejne miejsca na podium zajęły AZS AWF Wrocław (3.27,60) i AZS AWF Kraków (3.27,95). Dzięki temu sukcesowi AZS UWM Olsztyn zajął 19. w klasyfikacji medalowej 68. Halowych Mistrzostw Polski.

W MISTRZOWSKIEJ SZTAFECIE M.IN. POBIEGŁA ANASTAZJA KUŚ. WARTO PRZYPOMNIEĆ, ŻE TA NIEZWYKLE UTALENTOWANA SZESNASTOLATKA TYDZIEŃ WCZEŚNIEJ WYWALCZYŁA WE WROCŁAWIU SREBRNY MEDAL HALOWYCH MISTRZOSTW POLSKI U18 I U20 W BIEGU NA 300 METRÓW, PRZY OKAZJI USTANAWIAJĄC NOWY REKORD ŻYCIOWY (38,80).

Fot. instagram/Anastazja Kuś

Mistrzowska sztafeta z Olsztyna: Mateusz Kazimierczyk, Aleksandra Lis, Kacper Lewalski i Anastazja Kuś

W Toruniu Kuś pobiegła także na 400 metrów. I choć ustanowiła nowy rekord Polski U18 (54,15), to jednak nie udało się jej awansować do finału. Sztuki tej dokonał natomiast Kacper Lewalski, który w swoim biegu eliminacyjnym na 800 metrów był drugi (1.51,29). W finale zawodnik AZS UWM pobiegł jeszcze szybciej (1.48,32), ale i tak dało mu to dopiero czwarte miejsce. Niby sukces, ale z drugiej strony do podium zabrakło mu zaledwie 0,3 sekundy. Wygrał Mateusz Borkowski (1.46,78) przed Patrykiem Sieradzkim i Bartoszem Kitlińskim. - Czułem spory niedosyt po tym finale, bo przecież byłem bardzo blisko medalu w rywalizacji seniorów - przyznaje Kacper Lewalski. - Możliwe, że gdybym 200 metrów przed metą przytrzymał Bartka Kitlińskiego, zamiast przechodzić do przodu, to w końcówce mógłbym się zabrać za nim i miałbym lepszą pozycję do ataku. Nie ukrywam, że byłem zły po tym finale, jednak dwie godziny później pobiegliśmy sztafetę, która poprawiła mi humor - dodaje z uśmiechem Lewalski, który został też wicemistrzem młodzieżowców na 800 m.

W Toruniu nie pojawił się w tym roku Konrad Bukowiecki. Halowy mistrz Polski z 2023 roku zrezygnował ze startów w najbliższych miesiącach z powodu kontuzji łokcia. Do rywalizacji Bukowiecki ma powrócić dopiero w maju. Poza tym z trybun Areny Toruń rywalizacji lekkoatletów przyglądał się Karol Zalewski. Złoty medalista olimpijski w sztafecie mieszanej z Tokio także zrezygnował ze startów w hali. Jednak w tym przypadku decyzja spowodowana jest nie kontuzją, tylko innym pomysłem na budowanie formy przed najważniejszymi imprezami sezonu. A forma ta ma być oczywiście mistrzowska.

- Staram się zachować zdrowy rozsądek i nie daję się ponieść emocjom - twierdzi Zalewski. - Z pozoru dobrze wyglądająca forma jest zbudowana do treningowych sprawdzianów, a nie do rywalizacji w zawodach.

Z Kubą Ogonowskim postawiliśmy na ryzykowny dwuletni okres przygotowań, w którym w ubiegłą zimę ciężki trening siłowy zrobił ze mnie zawodnika ważącego w pewnym momencie nawet 92 kg.

Większa waga pomogła uzyskać lepsze prędkości na odcinkach szybkościowych i poprawić wszystkie rekordy życiowe na siłowni. Co za tym idzie spadła wytrzymałość szybkościowa, czyli to, co jest praktycznie najważniejsze w biegu na 400 m. I tak przyszedł kolejny sezon przygotowawczy, w którym zbudowane w ubiegłym roku parametry trzeba przebudować, zmienić dietę i sprawdzić formę siłową, szybkościową i wytrzymałościową przy wadze 86 kg. Był sprawdzian na 300 m, zwieńczony treningowym rekordem życiowym. Był sprawdzian na 350 m - również zwieńczony treningowym rekordem życiowym. Sprawdzianu na 400 m jednak na razie nie będzie - kończy Karol Zalewski.

**KLASYFIKACJA MEDALOWA HMP**

| | |
|---|---|
| 1. SKLA Sopot | 3-0-0 |
| 2. AZS AWF Warszawa | 2-5-2 |
| 3. Resovia Rzeszów | 2-2-1 |
| 4. MKL Toruń | 2-1-0 |
| 5. Optima Radom | 2-0-1 |
| 6. Politechnika Opolska | 2-0-0 |
| 7. AZS AWF Katowice | 1-4-5 |
| 8. AZS AWF Wrocław | 1-3-0 |
| 9. OŚ AZS Poznań | 1-2-1 |
| 10. Zawisza Bydgoszcz | 1-2-0 |
| (...) | |
| 19. KKL Kielce | 1-0-0 |
| **AZS UWM Olsztyn** | **1-0-0** |
| Warszawianka | 1-0-0 |
| MKS Inowrocław | 1-0-0 |

## SPRINTEM

**TENIS**\\\ W drugiej rundzie turnieju WTA 1000 na twardych kortach w Dubaju Magdalena Fręch pokonała Chorwatkę Petrę Martic 6:4, 1:6, 6:2. W niedzielę Polka wyeliminowała w dwóch setach rozstawioną z numerem 14. Rosjankę Jekaterinę Aleksandrową. We wtorek miała teoretycznie łatwiejsze zadanie, bo 33-letnia Martic w światowym rankingu jest na 61. miejscu, a młodsza o siedem lat Polka, która do turnieju głównego przebijała się przez kwalifikacje, jest na 53.
Niespodziewanie na drugiej rundzie udział w turnieju zakończyła Białorusinka Aryna Sabalenka - wiceliderka światowego rankingu przegrała z Chorwatką Donną Vekic 7:6 (7-5), 3:6, 0:6.
Mecz Iga Świątek - Sloane Stephens zakończył się po oddaniu gazety do druku.

**POŻEGNANIA**\\\ W nocy z poniedziałku na wtorek zmarł Andreas Brehme, były piłkarz reprezentacji Niemiec, mistrz świata z 1990 roku, wicemistrz świata z 1986 i wicemistrz Europy z 1992. Według dziennika „Bild" powodem zgonu był atak serca. Brehme miał 63 lata.
W finałowym meczu mundialu we Włoszech w 1990 roku przeciwko Argentynie zdobył jedyną bramkę, wykorzystując rzut karny w 85. minucie. Został w ten sposób jednym z czterech piłkarzy, którzy zapewnili Niemcom mistrzostwo świata, obok Helmuta Rahna (1954), Gerda Muellera (1974), a później Mario Goetzego (2014).

Fot. PAP/EPA

Andreas Brehme

W reprezentacji Niemiec Andreas Brehme występował w latach 1984-94, rozegrał 86 meczów, zdobywając osiem bramek. Grał na pozycji obrońcy lub pomocnika. Był zawodnikiem siedmiu klubów, m.in. Bayernu Monachium, Interu Mediolan i Realu Saragossa. Karierę piłkarską zakończył w 1998 roku w Kaiserslautern, gdzie później pracował jako trener.

**BIEGI NARCIARSKIE**\\\ Wielokrotna mistrzyni olimpijska i świata Therese Johaug, która przed dwoma laty zakończyła karierę, 3 marca wystartuje w szwajcarskim biegu długodystansowym Engadin Frauenlauf na dystansie 42 kilometrów.
Biegaczka poinformowała o tym w mediach społecznościowych, co wywołało ponowne spekulacje na temat jej startu w przyszłorocznych mistrzostwach świata (26 lutego- 6 marca w Trondheim).
Johaug w 2022 roku po zdobyciu trzech złotych medali olimpijskich w Pekinie miesiąc później ogłosiła zakończenie kariery, tłumacząc swoją decyzję planami założenia rodziny. W maju ubiegłego roku urodziła córeczkę, a w noc sylwestrową wzięła ślub z żeglarskim mistrzem świata Nilsem Jakobem Hoffem. Kilkakrotnie jednak już wspomniała, że nie zamknęła ostatecznie drzwi do powrotu do rywalizacji.
„Nigdy nie wiadomo jak rozwinie się nasza przyszłość, więc nie ma sensu składać deklaracji typu nigdy" - powiedziała biegaczka jesienią dziennikowi „Dagbladet".
„Start na własnym terytorium w domu jest bardzo kuszący i nie zamknęłam jeszcze wszystkich drzwi" - dodała 34-letnia biegaczka, która zdobyła sześć medali olimpijskich, w tym cztery złote, srebrny i brązowy, jest też 14-krotną mistrzynią świata i trzy razy wygrała Puchar Świata w punktacji generalnej, notując 80 zwycięstw indywidualnie.

**SIATKÓWKA**\\\ Na zakończenie 22. kolejki PlusLigi Stal Nysa ograła GKS Katowice 3:1 (33:31, 19:25, 25:22, 25:13).

**PO 22 KOLEJKACH**

| | | |
|---|---|---|
| 1. Jastrzębski | 57 | 59:17 |
| 2. Warta | 54 | 59:22 |
| 3. Projekt | 53 | 57:19 |
| 4. Resovia | 44 | 54:32 |
| 5. LUK | 41 | 52:38 |
| 6. Trefl | 39 | 46:35 |
| **7. Indykpol AZS** | **34** | **43:41** |
| 8. Skra | 32 | 42:43 |
| 9. Stal | 32 | 42:45 |
| 10. ZAKSA* | 29 | 37:39 |
| 11. Barkom* | 25 | 34:46 |
| 12. Ślepsk | 20 | 26:50 |
| 13. Katowice | 18 | 28:53 |
| 14. Częstochowa* | 18 | 26:53 |
| 15. Cuprum* | 17 | 26:51 |
| 16. Czarni | 9 | 14:61 |

* mecz mniej

eprasa.pl 59b8dc7cdb

warszawa • mazowsze

wawa.info

NOWY PORTAL

1324otbp-a-K

eprasa.pl 59b8dc7cdb