Kolejna zamiana „stołków” w kętrzyńskiej radzie miasta

str. 2

str. 4

Gmina Kętrzyn pierwsza w programie Ciepłe Mieszkanie!

W gminie Korsze zostaną przebudowane trzy drogi

str. 2

Tygodnik Kętrzyński

Rok X Nr 41 (473) / 2022 28 października – 3 listopada 2022 r.

Cena: 3,00 zł (w tym 8% VAT) ISSN 2300-7141

KRYZYS NA GRANICY? Co nam grozi?

Kryzys migracyjny w Polsce miałby odwrócić uwagę opinii publicznej od spraw związanych z pomocą dla Ukrainy.

czytaj na str. 4

czytaj na str. 7

Dzień Seniora w Mołtajnach

czytaj na str.7

Miłośnicy Reszla i okolic odnowili kolejną kapliczkę

REKLAMA

AUTO-ZŁOM · KASACJA
AUTORYZOWANA KASACJA POJAZDÓW
SKUP AUT
Dariusz Ołów | 11-700 Mrągowo, ul. Przemysłowa 17
tel. (+48) 89 741 63 06, kom. 534 198 575

Obiady na telefon
888 099 950
Jadłodajnia BISTRO
Imprezy okolicznościowe i catering
509 305 089

NAŁYSNYK
SERWIS SAMOCHODOWY
11-400 Kętrzyn, ul. Bydgoska 11c, tel. 89 752 27 56, 607 628 545
OFERUJEMY WYDRUK POMIARU PRZED JAK I PO REGULACJI ORAZ PROTOKÓŁ POWYPADKOWY POJAZDU
KOMPUTEROWA GEOMETRIA ZAWIESZENIA
Zakres napraw:
- diagnostyka, elektronika
- mechanika kompleksowa
- regeneracja wtryskiwaczy i pomp paliwowych Common Rail i TDI
CHECK ENGINE
BOSCH SIEMENS DENSO DELPHI
- klimatyzacja
- testowanie wtryskiwaczy i pomp paliwowych CR i TDI na stole probierczym
NOWOŚĆ DYNAMICZNA WYMIANA OLEJU W AUTOMATYCZNYCH SKRZYNIACH BIEGÓW

eprasa.pl 68627a3a3a

Kolejna zamiana „stołków” w kętrzyńskiej radzie miasta

Po zmianach w prezydium Rady Miejskiej w Kętrzynie, do których doszło w połowie września, przyszedł czas na komisję rewizyjną. Podczas sesji rady, która odbyła się w czwartek, 20 października, radni wymienili cały skład tego gremium.

Zgodnie z wyborem większości radnych, w skład nowej komisji rewizyjnej weszli Zbigniew Nowak (przewodniczący), dwóch radnych związanych z byłym burmistrzem Kętrzyna: Edward Mitros i Roman Chodara oraz startujący w ostatnich wyborach z list PiS-u: Władysław Zarecki i Czesław Ćwik.

rm

Gmina Kętrzyn ostrzega: Uwaga na polowania!

Na stronie internetowej Urzędu Gminy Kętrzyn opublikowano informację o polowaniach zbiorowych, organizowanych przez koła łowieckie. - Prosimy mieszkańców gminy Kętrzyn o zapoznanie się z grafikiem polowań zbiorowych (sezon 2022/2023) organizowanych przez koła łowieckie, których obwody znajdują się w całości lub w części na terenie gminy Kętrzyn – apelują urzędnicy.

W informacji czytamy też, że polowania powinny odbywać się w porze dziennej.

- Prosimy o zachowanie szczególnej ostrożności, zarówno osób jak i zwierząt domowych – zaznaczają gminni urzędnicy.

Informacje o polowaniach zbiorowych pozostałych kół łowieckich zostaną podane niezwłocznie po przekazaniu przez koła terminów polowań do Urzędu Gminy Kętrzyn.

red

Harmonogram polowań zbiorowych

1.Koło Łowieckie „Jeleń” w Giżycku:
22.10.2022 (Cegielnia, Globie, Sykstyny – obwód 100)
30.10.2022 (Bałowo – obwód 100)
5.11.2022 (Salpik, Martiany – obwód nr 100)
19.11.2022 (Koczarki – obwód nr 100)
27.11.2022 (Koczarki – obwód 132)
4.12.2022 (Martiany – obwód 100)
11.12.2022 (Cegielnia, Globie, Sykstyny – obwód nr 100)
14.01.2023 (Koczarki – obwód nr 100)
15.01.2023 (Bałowo – obwód nr 100)
22.01.2023 (Koczarki – obwód nr 132)
28.01.2023 (Salpik – obwód nr 100)

2. Koło Łowieckie „Kormoran” w Giżycku:
22.10.2022 (Jankowo, Radzieje, Doba – obwódnr 67 i 99)
7.01.2023 (Radzieje, Jankowo, Trosy – obwód nr 67 i 99)

3. Koło Łowieckie „Odyniec” w Mrągowie:
29.10.2022 (Łazdoje, Szestno, Wilkowo – obwód nr 133 i 170)
19.11.2022 (obwód nr 170)
10.12.2022 (obwód nr 133 i 172)
17.12.2022 (obwód nr 133 lub 172)
7.01.2023 (obwód nr 133 i 170)
14.01.2023 (obwód nr 170)

4. Koło Łowieckie „Wiewiórka” Korsze z siedzibą w Dębniku:
7.01.2023 (Siemki, Ś. Lipka, Gudniki – obwody nr 102 i 71) – okolice Linkowa i Filipówki

Wybory do Gminnej Rady Seniorów w Barcianach

Wójt Gminy Barciany ogłasza nabór kandydatów na członków Gminnej Rady Seniorów w Barcianach. Potrzebni są również członkowie komisji wyborczej i uczestnicy walnego zebrania.

W wyniku naboru, wyłonionych zostanie 13 członków rady, zgłoszonych przez grupy nieformalne, składające się co najmniej z pięciu osób, które ukończyły 60 rok życia. Każda grupa nieformalna ma prawo do zgłoszenia kilku kandydatów na członków Gminnej Rady Seniorów w Barcianach. Nabór kandydatów na członków Gminnej Rady Seniorów w Barcianach, kandydatów do komisji wyborczej oraz uczestników walnego zebrania prowadzony będzie od 25 października 2022 r. do 13 listopada 2022 r. do godziny 14.00.

Zgłoszenia kandydatów należy składać na formularzach dostępnych na stronie internetowej Biuletynu Informacji Publicznej, na stronie Urzędu Gminy w Barcianach i w pokoju nr 3 Urzędu Gminy w Barcianach.

gs

e-Urząd Skarbowy: Załatwiaj sprawy bez wizyty w urzędzie

Nie wiesz jeszcze czym jest e-Urząd Skarbowy? To serwis, w którym klienci Krajowej Administracji Skarbowej (KAS) szybko i łatwo załatwią swoje sprawy podatkowe. Ogromną zaletą korzystania z e-Urzędu Skarbowego jest brak rejestracji użytkownika.

Nie musisz wymyślać i zapamiętywać kolejnego loginu i hasła. Możesz zalogować się za pomocą jednej z dostępnych metod:

- login.gov.pl (Profil zaufany, e-dowód i bankowość elektroniczna);
- aplikacja mObywatel;
- PESEL lub NIP i kwoty przychodu.

Tylko tyle wystarczy, by uzyskać dostęp do swojego konta. A kolejne kroki są jeszcze prostsze!

Wyobraź sobie taką sytuację. Jest czwartek. Jesteś na zagranicznych wakacjach, jest piękna pogoda, odpoczywasz. Wracasz do kraju dopiero w niedzielę. Nagle przypominasz sobie, że na poniedziałek rano potrzebujesz zaświadczenia z urzędu skarbowego. I co teraz? Przecież nie zrezygnujesz z urlopu, żeby stawić się w swoim urzędzie. Tutaj z pomocą przychodzi e-Urząd Skarbowy! Wystarczy, że będziesz pamiętał o najważniejszym kroku. Na stronie www.podatki.gov.pl/e-urzad-skarbowy/ wyraź zgodę na otrzymywanie korespondencji w formie elektronicznej. Dzięki temu nie tylko złożysz wniosek bez wizyty w urzędzie, ale również otrzymasz odpowiedź. Prawda, że to bardzo ułatwia załatwianie spraw? Nie tylko w nagłych sytuacjach podczas wakacji, tylko zawsze kiedy tego potrzebujesz.

Dokumenty jakie możesz otrzymać niemal natychmiast po złożeniu wniosku to zaświadczenia o:

- wysokości przychodu, dochodu, podatku należnego oraz składek na ubezpieczenia wykazane w PIT (ZAS-DFU);
- wysokości dochodu podatnika w podatku dochodowym od osób fizycznych (ZAS-DF);
- niezaleganiu w podatkach (ZAS-W).

Pod adresem www.podatki.gov.pl/e-urzad-skarbowy/ znajdziesz również:

- Twój e-PIT,
- e-mikrofirmę (dla przedsiębiorców),
- wykaz twoich mandatów karnych,
- płatność online i historię swoich płatności.

Dlatego bardzo ważne jest wyrażenie zgody na otrzymywanie korespondencji drogą elektroniczną. Zrób to jak najszybciej!

Źródło: US Kętrzyn

OGŁOSZENIA

DO WYNAJĘCIA • DO WYNAJĘCIA • DO WYNAJĘCIA

lokal handlowo-usługowy w centrum Kętrzyna
idealny na biuro, gabinet, salon

- powierzchnia 48 m2, parter
- dwa pomieszczenia: korytarz i część główna
- klimatyzacja
- bieżąca woda
- lokalizacja: ul.Traugutta (w sąsiedztwie duży parking)

Kontakt telefoniczny: 506 346 578

DO WYNAJĘCIA • DO WYNAJĘCIA • DO WYNAJĘCIA

Tygodnik Kętrzyński

Wydawca: Studio N. ul. Traugutta 7, 11-400 Kętrzyn

Redaktor naczelny: Robert Majchrzak tel: 531 173 831 redakcja@tygodnikketrzynski.pl

Reklama: Aneta Majchrzak tel. 506 346 578 reklama@tygodnikketrzynski.pl

Druk: Polska Press Grupa, Drukarnia Prasowa w Ignatkach

Redakcja i Biuro reklamy: ul. Traugutta 7, 11-400 Kętrzyn (DH Centrum, parter)

tygodnikketrzynski.pl facebook.com/TygodnikKetrzynski twitter.com/tygodnikketrzyn instagram.com/tygodnikketrzynski

eprasa.pl 68627a3a3a

SKLEP KOMEG
» DORADZTWO » SPRZEDAŻ » MONTAŻ »

Szeroka oferta instalacji grzewczych, sanitarnych i hydraulicznych
• kotły gazowe, na pelet i ekogroszek
• zawory
• grzejniki
• rury i kształtki
• zmiękczacze wody
KONKURENCYJNE CENY
DUŻY WYBÓR
PROFESJONALNY MONTAŻ

SPRZEDAŻ EKOGROSZKU WORKOWANEGO I PELETU
MOŻLIWOŚĆ DOKONANIA ZAKUPÓW NA RATY!
KĘTRZYN
ul. Dworcowa 6
Tel: 89 751 02 60
Pn–Pt: 8⁰⁰–16⁰⁰
Sob: 8⁰⁰–14⁰⁰
REKLAMA

KRYZYS NA GRANICY? Co nam grozi?

W ubiegłym tygodniu media obiegła wiadomość, że port lotniczy Kaliningrad-Chrabrowo podpisał porozumienia o „otwartym niebie" z tzw. zaprzyjaźnionymi krajami, czyli Turcją, Syrią i Białorusią. Specjaliści uważają, że może to być wstęp do nowej rosyjskiej operacji, polegającej na zwożeniu do Kaliningradu migrantów i wywołaniu kryzysu podobnego jak na granicy polsko-białoruskiej.

Eksperci ruchu lotniczego zastanawiają się nad sensem zaproszenia linii lotniczych z Bliskiego Wschodu i Afryki do działalności w Kaliningradzie. Region ten graniczy z krajami Unii Europejskiej, a przekroczenie granicy Wspólnoty wiąże się utrudnionymi procedurami wizowymi. Władze lotniska w Kaliningradzie deklarują jednak chęć uruchomienia połączeń z Turcją, Zjednoczonymi Emiratami Arabskimi, Egiptem, Etiopią i kilkoma innymi krajami.

Coś się szykuje

Marek Budzisz, analityk firmy Strategy&Future uważa, że za tą decyzją kryje się „coś więcej", „wstęp do większej rosyjskiej operacji".

- Lotnisko podpisało porozumienie z zaprzyjaźnionymi krajami, takimi jak Turcja, Syria i oczywiście Białoruś. Na tej podstawie można wyciągnąć wniosek, iż być może będziemy mieć do czynienia z kolejną falą migracyjną. Organizowaną tym razem nie od strony Białorusi, ale od strony Kaliningradu - ocenia Budzisz.

Według niego, kryzys migracyjny w Polsce miałby odwrócić uwagę opinii publicznej od spraw związanych z pomocą dla Ukrainy. Granica Polski z Obwodem Kaliningradzkim liczy 210 km długości. Według Budzisza, jest łatwa do przejścia ze względu na lasy i brak przeszkód terenowych, takich jak rzeki graniczne. Dodajmy, że wzdłuż polsko-rosyjskiego odcinka granicy biegnie stary płot z siatki oraz pas zaoranej ziemi, na którym uwidaczniają się ślady przejścia przez granicę.

Powtórka z kryzysu białoruskiego?

- Już w minionym roku wielu ekspertów oceniało, że operacja zorganizowana na granicy polsko-białoruskiej może zostać powtórzona również na granicy polsko-rosyjskiej. Na tym pograniczu też mamy do czynienia z obszarem względnie rzadko zamieszkałym, co ułatwiałoby jego nielegalne przekraczanie. Zarazem trudno jest uwierzyć w to, że przybysze z Bliskiego Wschodu czy Afryki nagle zapragnęli korzystać z walorów turystycznych obwodu kaliningradzkiego - mówi dr hab. Krzysztof Żęgota z Instytutu Nauk Politycznych Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie.

Wywołany przez Rosję ewentualny kryzys migracyjny na naszej północnej granicy, dotknąłby bezpośrednio naszego powiatu. Bezpośrednio z Obwodem Kaliningradzkim graniczą bowiem gminy Barciany i Srokowo, przy czym najdłuższy odcinek granicy z Rosją przypada na teren gminy Barciany.

Póki co, nic się nie dzieje

W wywiadzie udzielonym telewizji internetowej News24, Marta Kamińska, wójt gminy Barciany, powiedziała, że póki co nie dotarły do niej żadne informacje o rzeczywistym zagrożeniu. Wójt zapewniła jednak, że zdaje sobie sprawę z ewentualnych zagrożeń i nie zamierza być w tej sprawie bierna.

- Skontaktowałam się już w tej sprawie ze starostą kętrzyńskim oraz włodarzami gmin należących do Stowarzyszenia Gmin Pogranicza, któremu przewodzę. Musimy spodziewać się wydarzeń podobnych do tych na granicy z Białorusią i być na to przygotowani - zaznaczyła Marta Kamińska.

Zapora lekiem na migracyjne zło

Odpowiedzią na zagrożenie ze strony rosyjskiej ma być zapora elektroniczna na granicy. Środki na jej budowę zarezerwowano w budżecie na przyszły rok.

- Będziemy musieli wzmocnić nasze siły na odcinku granicy z Kaliningradem, być może wybudować podobne umocnienia graniczne, jakie są w tej chwili na odcinku polsko-białoruskim - mówił Krzysztof Sobolewski, sekretarz generalny PiS. - Chodzi o to, aby wojna hybrydowa z użyciem migrantów nie udała się.

Z kolei Błażej Poboży, wiceszef MSWiA dodał, że prace związane z budową perymetrii w tym miejscu są na etapie koncepcyjnym.

Według informacji docierających ze straży granicznej, nie zaobserwowano jeszcze niekojących incydentów z nielegalnymi przekroczeniami granicy polsko-rosyjskiej. Jednak po doświadczeniach z kryzysem migracyjnym na granicy z Białorusią, służby graniczne zapewniają, że są przygotowane na wszelkie scenariusze. *rm*

Zdjęcie na okładce - Fot. Domena publiczna

KAMPANIA INFORMACYJNA

WYPRZEDZIĆ RAKA.
BADANIA PROFILAKTYCZNE RATUJĄ ŻYCIE!

Badania przesiewowe pozwalają wykryć raka na wczesnym etapie choroby. Wówczas leczenie jest szybkie i najczęściej w pełni skuteczne. Szczególnie osoby z grupy podwyższonego ryzyka powinny zgłaszać się na badania profilaktyczne w kierunku wykrywania zmian nowotworowych. Takie badania są prowadzone w specjalistycznych ośrodkach i są w pełni bezpieczne.

Wrodzone cechy i skłonności genetyczne odpowiadają tylko za 5 proc. zachorowań na raka, a olbrzymia większość przypadków nowotworów wynika z czynników często zależnych od pacjentów, jak stosowanie używek (papierosów i alkoholu), niewłaściwa dieta, zaniedbanie infekcji czy niehigieniczny tryb życia.

Nowotwory powstają głównie wskutek długotrwałego gromadzenia się uszkodzeń DNA. Drobne zmiany akumulujące się przez lata sprawiają, że komórki zaczynają się dzielić i rosnąć w nieograniczony sposób. Zdrowy tryb życia i unikanie czynników ryzyka ograniczają pojawianie się tych uszkodzeń DNA i komórek, a w konsekwencji służą profilaktyce raka.

POTRZEBNY SKRINING

To jednak nie wystarczy dla ochrony przed nowotworem. Niektóre rodzaje nowotworów można wykryć i wyleczyć, zanim pojawią się ich syndromy. Dlatego ważne jest wykonywanie badań przesiewowych, zwanych także skriningiem, które służą wykryciu choroby nowotworowej na samym początku i szybkiemu podjęciu kuracji. Wczesna diagnoza choroby zapobiega jej poważnym następstwom w przyszłości i zwiększa szanse na całkowite wyleczenie.

Badania przesiewowe dotyczą osób, które nie wykazują widocznych objawów, choć należą do grupy ryzyka. Ich głównym celem jest ograniczenie ciężkich i śmiertelnych przypadków choroby nowotworowej. Pozwalają też na zastosowanie mniej uciążliwych i inwazyjnych metod leczenia, jeżeli wykryty rak dopiero się rozwija. Przy niektórych nowotworach, jak rak szyjki macicy i rak jelita grubego, badanie przesiewowe może zapobiec ich dalszemu rozwojowi.

KTO JEST W GRUPIE RYZYKA?

Lekarze i statystycy analizują informacje o przypadkach nowotworów. Na ich podstawie określają grupy ryzyka, które są narażone na daną przypadłość albo już zaczynają chorować. Odwołują się do danych epidemiologicznych, pokazujących u kogo i w jakim wieku najczęściej pojawia się konkretny rodzaj raka (niektóre rozwijają się zwykle w określonym przedziale wiekowym) oraz jakie zachowania i tryb życia zwiększają ryzyko nowotworu (np. stosowanie używek, substancje rakotwórcze w pracy).

Przy opisywaniu grup ryzyka pożyteczne są też dane dotyczące najwcześniejszych objawów nowotworu, których chory nie dostrzega, a można je wykryć przy użyciu nowoczesnych technologii. Lekarze i statystycy ustalają, jak się rozwija dana choroba, jak długo trwają jej poszczególne etapy, zanim dojdzie do groźnych i nieodwracalnych zmian u osoby chorej.

BADANIA PRZESIEWOWE W POLSCE

W Polsce dostępne są bezpłatne badania przesiewowe w kierunku raka piersi (mammografia) i raka szyjki macicy (cytologia).

Mammografia, czyli badanie piersi za pomocą promieni rentgenowskich pozwala wykryć raka piersi, gdy nie ma jeszcze żadnych niepokojących objawów. Bezpłatną mammografię mogą wykonać kobiety w wieku 50-69 lat raz na 2 lata. Wystarczy zgłosić się do poradni, która oferuje to badanie albo odwiedzić mammobus, który dojeżdża do najdalszych zakątków Polski. Skierowanie nie jest potrzebne.

Bezpłatna cytologia jest dostępna dla kobiet w wieku 25-59 lat raz na 3 lata. Dzięki mikroskopowemu badaniu wymazu z szyjki macicy da się zidentyfikować pojedyncze komórki rakowe i podjąć kurację, która zatrzyma nowotwór na wczesnym etapie. Bez skierowania można zrobić cytologię w każdej poradni położniczo-ginekologicznej, która ma umowę z NFZ, i w wybranych poradniach podstawowej opieki zdrowotnej.

Chcesz wiedzieć więcej, szukasz informacji na temat bezpłatnych badań, wejdź na www.planujedlugiezycie.pl lub zadzwoń na bezpłatną infolinię 800 190 590.
Infolinia jest czynna 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu.
Ministerstwo Zdrowia
PLANUJĘ DŁUGIE ŻYCIE
Kampania społeczna „Planuję długie życie" realizowana w ramach Narodowej Strategii Onkologicznej na lata 2020-2030, finansowana ze środków Ministra Zdrowia.

eprasa.pl 68627a3a3a

JEDYNY LEGALNY PUNKT ZBIERANIA POJAZDÓW W KĘTRZYNIE

ZŁOMOWANIE POJAZDÓW
- wystawiamy zaświadczenia (o zezłomowaniu wszelkiego typu pojazdów)
- posiadamy własny transport (laweta, kontener)

SKUP ZŁOMU STALOWEGO I KOLOROWEGO
Punkty w terenie:
- Węgorzewo, ul. Armii Krajowej 12
- Ryn, ul. Zamiejska 12

Kętrzyn, ul.Przemysłowa 3
tel.89 752 27 08, 601 675 504
PHU Pietras SKUP ZŁOMU

REKLAMA

Wójt Gminy Kętrzyn
informuje,

że w siedzibie Urzędu Gminy Kętrzyn, przy ul. Kościuszki 2, został wywieszony wykaz nieruchomości przeznaczonych do dzierżawy, określonych w zarządzeniu Wójta Gminy Kętrzyn nr 91/2022 z dnia 19 października 2022 r.

OGŁOSZENIA

Węgiel w preferencyjnej cenie? Barciany wyprzedzają ustawodawcę

Marta Kamińska, wójt gminy Barciany, poinformowała, że planuje włączyć gminę do dystrybucji węgla kamiennego po preferencyjnych cenach. W celu weryfikacji potrzeb, wójt zachęca do złożenia wniosku w sekretariacie Urzędu Gminy w Barcianach.

Fot. Gmina Barciany

Marta Kamińska: - Nasze działania mają charakter wyprzedzający, tak by być gotowym na moment wejścia w życie nowych przepisów prawa.

W ramach preferencji, węgiel będą mogły kupić wyłącznie gospodarstwa domowe, które spełniają warunki ustawy o dodatku węglowym. Należy pamiętać, iż tak samo jak w przypadku dodatku węglowego, zakup preferencyjny (około 2 000 zł za tonę) będzie możliwy wyłącznie dla jednego gospodarstwa domowego. W przypadku przyjęcia więcej niż jednego wniosku na podany adres zamieszkania, rozpatrzony zostanie wniosek, który przyjęty zostanie jako pierwszy.

Wójt informuje również, że zbieranie wniosków, do czasu wejścia w życie obecnie procedowanej ustawy o zakupie preferencyjnym paliwa stałego przez gospodarstwa domowe, posłuży do oszacowania ilości zapotrzebowania na węgiel. Natomiast po wejściu w życie ustawy, wnioski będą traktowane jako złożone zgodnie z nią. Kolejnym etapem będzie wydanie zaświadczeń, na podstawie których osoby uprawnione będą mogły dokonać zakupu węgla, w ilości określonej w rozporządzeniu.

- Nie ma jeszcze w obrocie prawnym samej ustawy i przepisów wykonawczych w postaci rozporządzeń. Nasze działania mają charakter wyprzedzający, tak by być gotowym na moment wejścia w życie nowych przepisów prawa - wyjaśnia Marta Kamińska.

Druk wniosku o zakup na preferencyjnych warunkach węgla kamiennego można pobrać ze strony Urzędu Gminy w Barcianach.

gs

114 uczniów z gminy Reszel otrzymało laptopy

Dzień 24 października 2022 roku wielu mieszkańcom gminy Reszel zapadnie w pamięci na długo. To właśnie w poniedziałek odbyło się bowiem uroczyste przekazanie komputerów, kupionych przez Gminę Reszel w ramach projektu grantowego „Cyfrowa Gmina - Wsparcie dzieci z rodzin popegeerowskich w rozwoju cyfrowym - Granty PPGR".

Fot. UMiG Reszel

Projekt ma na celu poprawę dostępu młodych obywateli do sprzętu komputerowego oraz do internetu, a w jego ramach reszelski samorząd kupił 114 laptopów o łącznej wartości

283 665,06 złotych. Komputery przekazali uczniom i ich rodzicom Małgorzata Kopiczko, senator Rzeczypospolitej Polskiej oraz Marek Janiszewski - burmistrz Reszla, Jerzy Bajorek - zastępca burmistrza i Piotr Węglarski - wiceprzewodniczący Rady Powiatu w Kętrzynie.

- Małgorzata Kopiczko podkreśliła, jak ważne jest wsparcie rodzin i wyraziła radość, że może uczestniczyć w tej uroczystości. Z kolei Marek Janiszewski pogratulował osobom odbierającym komputery i zaznaczył, jak ważne jest przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu - relacjonuje Karol Światłowski z Urzędu Miasta i Gminy Reszel. - Cieszymy się, że trwające prawie rok działania związane z realizacją grantu przyniosły oczekiwane efekty i młodzież oraz dzieci z naszej gminy otrzymały sprzęt komputerowy - dodaje Karol Światłowski.

red

W gminie Korsze zostaną przebudowane trzy drogi

W Korszach, Garbnie i Prośnie dojdzie niebawem do gruntownego remontu dróg. Inwestycje zostaną przeprowadzone w ramach Polskiego Ładu.

Fot. Gmina Korsze

Jacek Pasik i Jan Adamowicz.

W ubiegły piątek, w Urzędzie Miejskim w Korszach doszło do podpisania umowy przez Jana Adamowicza, burmistrza Korsz z Jackiem Pasikiem, dyrektorem Przedsiębiorstwa Budowy Dróg i Mostów Sp. z o.o. z siedzibą w Korszach. W ramach umowy na realizację „przebudowy dróg gminnych na terenie gminy Korsze", zostaną wykonane gruntowne remonty dróg gminnych w Garbnie (323 metry), Prośnie (260 m) oraz ulicy Skłodowskiej-Curie w Korszach (640 m).

- Przedmiotem zamówienia jest zaprojektowanie i wykonanie przebudowy dróg gminnych wraz z kanalizacją deszczową, rozbudową oświetlenia ulicznego oraz niezbędną przebudową infrastruktury teletechnicznej, elektroenergetycznej - tłumaczą urzędnicy z Korsz.

Termin realizacji robót został określony na 12 miesięcy od dnia zawarcia umowy. Na realizację przedsięwzięcia Gmina Korsze otrzymała dofinansowanie z Rządowego Funduszu Polski Ład - Program Inwestycji Strategicznych.

red

Fot. Gmina Kętrzyn

Gmina Kętrzyn pierwsza w programie Ciepłe Mieszkanie!

Na zdjęciu od lewej: Paweł Bobrowski, Krystyna Kalisz i Jarosław Bogusz.

Samorząd gminy Kętrzyn przystąpił do programu „Ciepłe Mieszkanie". Jest to pierwsza gmina w województwie warmińsko-mazurskim, która podpisała umowę na realizację tego programu z Wojewódzkim Funduszem Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Olsztynie.

WFOŚiGW ogłosił nabór wniosków o dofinansowanie dla gmin z terenu województwa warmińsko-mazurskiego, w ramach którego Gmina Kętrzyn złożyła wniosek o dofinansowanie, na łączną kwotę 7 375 000 złotych. 20 października, dokumenty potwierdzili swoimi podpisami Paweł Bobrowski - wójt gminy Kętrzyn, Krystyna Kalisz - skarbnik gminy Kętrzyn i Jarosław Bogusz - prezes zarządu WFOŚiGW w Olsztynie.

Program „Ciepłe Mieszkanie" to uzupełnienie programu, realizowanego przez Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska „Czyste Powietrze". Program skierowany jest do osób, które mieszkają w budynkach wielorodzinnych bez centralnego systemu ogrzewania i korzystają z indywidualnego źródła ciepła na paliwa stałe. Głównym założeniem programu jest poprawa jakości powietrza, zmniejszenie emisji pyłów i gazów cieplarnianych poprzez wymianę indywidualnych źródeł ciepła oraz poprawa efektywności energetycznej w lokalach mieszkalnych znajdujących się w wielorodzinnych budynkach.

red

Powiat rozbudowuje dom dla matek z dziećmi i kobiet w ciąży

Trwa adaptacja dodatkowych pomieszczeń, przeznaczonych na funkcjonowanie domu dla matek z małoletnimi dziećmi i kobiet w ciąży, prowadzonego przez Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie. Pozwoli to na rozszerzenie działalności domu, który służy już mieszkankom naszego powiatu.

- Jesteśmy aktywni w wielu obszarach. Samorząd powiatu kętrzyńskiego wyróżnia również skuteczna polityka społeczna. Planujemy, pozyskujemy środki i przechodzimy do działania! - informuje Michał Kochanowski, starosta kętrzyński.

Nowe mieszkania, podobnie jak te już istniejące, będą spełniać standardy, określone w rozporządzeniu Ministra Rodziny i Polityki Społecznej, w sprawie domów dla matek z małoletnimi dziećmi i kobiet w ciąży.

- Dziękuję pani dyrektor Dorocie Siwickiej i pracownikom PCPR za zaangażowanie i wielkie serca. Razem możemy więcej - dodaje Michał Kochanowski.

Projekt jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, w ramach programu kompleksowego wsparcia rodzin „Za życiem".

red

eprasa.pl 68627a3a3a

Licz z „Moim licznikiem” i oszczędzaj

W czasie kiedy ceny energii na całym świecie idą w górę wszyscy poszukują, jak najlepszych sposobów na oszczędzanie. Jeżeli mieszkasz w Polsce i jesteś klientem Energa-Operator, z dużym prawdopodobieństwem możesz w tej kwestii liczyć na aplikację „Mój licznik”, która umożliwia szczegółowe monitorowanie zużycia prądu.

W sieci Energa-Operator jest już zamontowanych blisko 1,9 miliona liczników zdalnego odczytu. Ich liczba stale rośnie. W najbliższych latach tego typu pomiarem objęci zostaną wszyscy odbiorcy, którym prąd dostarcza Energa-Operator. Inteligentne liczniki, pozwalające na uzyskiwanie bieżących danych pomiarowych są nieocenioną pomocą dla energetyków, m.in. w bilansowaniu systemu elektroenergetycznego opartego w coraz większym stopniu o odnawialne źródła energii. Mogą też być znaczącym wsparciem dla klientów poszukujących sposobów na oszczędności. Energa-Operator udostępnia dane pomiarowe, odbiorcom posiadającym tego typu urządzenia, za pomocą aplikacji „Mój licznik”. Jeżeli jesteś jednym z tych, u których zamontowano już licznik zdalny, na pewno warto z niej skorzystać.

Dane o zużyciu na każdą godzinę

Zastanawiasz się ile energii elektrycznej zużyłeś wczoraj o godzinie 16, podczas gotowania obiadu? Nie ma nic prostszego niż zalogowanie się do „Mojego licznika” i sprawdzenie. Przygotowana przez Energa-Operator aplikacja pozwala odbiorcy obserwować zużycie energii z dokładnością co do godziny, w przedziałach dziennym, tygodniowym, miesięcznym i rocznym, z podziałem na strefę 1 i 2 (dzienną i nocną). Po wybraniu odpowiedniego przedziału czasowego, np. roku, w łatwy sposób pozwala dowiedzieć się, w którym dniu zużycie było największe, a w którym najmniejsze. Udostępnia również informacje o całkowitym zużyciu energii dla wskazanego okresu, a także średnie zużycie w wybranym przedziale czasowym. Odbiorca może również zobaczyć, jak jego zużycie wygląda na tle podobnego gospodarstwa domowego. Dostępne w aplikacji dane, można pobrać do pliku arkusza kalkulacyjnego, aby poddać je jeszcze dokładniejszej analizie.

Miesięczny wykres zużycia energii elektrycznej

Rządowa tarcza energetyczna – sprawdź czy powinieneś złożyć oświadczenie

- odbiorcy uprawnieni do limitu zużycia energii elektrycznej wynoszącego maksymalnie 2000 kWh rocznie nabywają uprawnienie z mocy Ustawy, więc nie ma konieczności składania dodatkowych oświadczeń;
- odbiorcy uprawnieni do wyższych limitów zużycia energii elektrycznej, wynoszących 2600 kWh lub 3000 kWh rocznie, powinni złożyć niezwłocznie, jednak nie później niż do dnia 30 czerwca 2023 roku do OSD (Energa-Operator) pisemne oświadczenie.

Więcej na stronie Energa-Operator:
https://energa-operator.pl/aktualnosci/773045/rzadowa-tarcza-energetyczna

Coś też dla prosumenta

Podobne funkcjonalności Mojego Licznika dostępne są również dla prosumentów np. z przydomowych mikroinstalacji, którzy mogą sprawdzić ile energii wprowadzili do sieci, w wybranych okresach. Portal pozwala na porównanie ilości wygenerowanej energii, z tą jaka wyprowadzona została do sieci, po podaniu odpowiednich danych przez prosumenta. Trwają prace nad nowymi funkcjonalnościami – w ramach których udostępniony zostanie m.in. bilans, w łatwy sposób pozwalający na porównanie tego, ile energii zostało wprowadzonej, a ile pobranej z sieci.

Dzienny wykres zużycia energii elektrycznej z alarmem zużycia ustawionym na 2400 kWh

Taryfa dobrana na wymiar

Finanse to jeden z tych obszarów, w których decyzje lepiej sprawdzić za pomocą symulacji. „Mój licznik”, po wpisaniu cen za kWh wybranego przez nas sprzedawcy energii elektrycznej, pozwala przeprowadzić analizę jej kosztów, dla określonego przedziału czasowego, we wskazanej taryfie.

Dzięki temu nie musimy zastanawiać się, która taryfa, przy naszym sposobie korzystania z prądu, pozwoliłaby nam zaoszczędzić, a która wręcz przeciwnie. Korzystając z aplikacji warto jednak przemyśleć, jak moglibyśmy zmienić nasze nawyki, tak aby

Symulacja miesięcznych kosztów energii dla taryfy G11 (jednostrefowa)

Blisko 100 tysięcy użytkowników

Z „Mojego Licznika” korzysta już blisko 100 tysięcy użytkowników. Logują się oni do aplikacji łącznie, średnio ponad 700 tysięcy razy w miesiącu. W ciągu ostatniego roku znacząco wzrosło zainteresowanie aplikacją – liczba kont zwiększyła się o ponad 40 tysięcy. Jeżeli posiadasz zdalny licznik, to także możesz z niej korzystać.
Aplikacja dostępna jest pod adresem:
https://energa-operator.pl/infrastruktura/liczniki-zdalnego-odczytu/ami

Działa zarówno na komputerach, jak i smartfonach.
Jej funkcjonalności można przetestować także za pomocą konta demonstracyjnego.

płacić mniej. Energia elektryczna może być tańsza w określonych godzinach nie bez powodu – poza godzinami szczytu łatwiej jest operatorowi Krajowego Systemu Elektroenergetycznego uzyskać odpowiednią rezerwę mocy i zapewnić stabilną pracę sieci. Zmiana sposobu korzystania z prądu, połączona z wyborem właściwej taryfy, może być zatem korzystna nie tylko dla naszego portfela, ale i bezpieczeństwa energetycznego Polski.

Dopełnij formalności i pilnuj limitów

Zgodnie z ustawą o szczególnych rozwiązaniach służących ochronie odbiorców energii elektrycznej, cena energii elektrycznej dla gospodarstw domowych, w celu ochrony konsumentów, będzie w przyszłym roku zamrożona do określonego limitu zużycia. Standardowo limit wyniesie 2000 kWh na gospodarstwo do-

Symulacja miesięcznych kosztów energii dla taryfy G12 (dwustrefowa)

mowe w skali roku. Dla szczególnych grup odbiorców przewidziano jednak większe limity – np. dla dużych rodzin posiadających Kartę Dużej Rodziny wyniesie on 3000 kWh. Dobrze więc zorientować się, w jakiej grupie jesteśmy i dopełnić niezbędnych formalności, jeżeli jest to konieczne. Przyjęte progi odzwierciedlają w przybliżeniu średni pobór energii, w okresie rocznym, dla danej kategorii odbiorców. Pilnowanie poziomu zużycia prądu z pewnością ułatwi aplikacja „Mój Licznik” wyposażona również w funkcję alarmu, który można ustawić dla wybranej ilości pobranej energii dla każdego z dostępnych przedziałów czasowych.

Warto pamiętać, że wyższą cenę za prąd zapłacimy dopiero za każdą kWh ponad przyjęty w ustawie limit. Przy założeniu rozsądnego korzystania z energii elektrycznej nasz zsumowany rachunek za rok 2023 nie powinien więc, w przypadku gospodarstw domowych, znacząco odbiegać od tego z roku poprzedniego.

Energa operator
W dobrym kontakcie z ENERGA-OPERATOR
www.energa-operator.pl

eprasa.pl 68627a3a3a

W Reszlu policjanci rozmawiali z seniorami o bezpieczeństwie

Jak ustrzec się przed oszustami oraz jak zadbać o swoje bezpieczeństwo, usłyszeli seniorzy w Miejskim Domu Kultury w Reszlu, podczas spotkania z policjantami. Funkcjonariusze tłumaczyli, jak działają oszuści, którzy stosują metodę „na wnuczka", „krewnego", „urzędnika", „akwizytora" i „policjanta".

Fot. KPP Kętrzyn

Przestępcy oszukują najczęściej osoby starsze, mieszkające samotnie. Wykorzystują ludzką życzliwość i dobroduszność. „Babciu, to ja. Nie mogę długo rozmawiać, miałem wypadek, będą potrzebował pieniędzy…" - tak najczęściej rozpoczynają rozmowę osoby, które chcą wyłudzić pieniądze metodą na wnuczka. Przestępcy w swoich metodach posunęli się jednak dalej: Zaczęli podszywać się pod funkcjonariuszy policji. Najpierw telefon „niby" od kogoś z rodziny. Potem dzwoni „niby" funkcjonariusz CBŚP, przedstawia się, podaje nr legitymacji. Jest bardzo przekonujący. Mówi, że ta pani, co przed chwilą dzwoniła, to oszustka i chcą ją namierzyć, gdyż oszuści posiadają duplikat dowodu osobistego i będą chcieli wyłudzić pieniądze lub kredyt na jej nazwisko. Potem pan prosi, żeby już szybko się ubierać i iść do banku po oszczędności lub wziąć kredyt, a on zadzwoni z dalszymi instrukcjami…

Reszelscy policjanci spotkali się z seniorami w Miejskim Domu Kultury w Reszlu. Uczestnicy spotkania mieli okazję zapoznać się z metodami oszustw i kradzieży oraz podzielić się z policjantami swoimi doświadczeniami. Szczególny nacisk położono na działania sprawców podszywających się pod urzędników, inkasentów, akwizytorów oraz używających metody „na wnuczka" i „policjanta". Poruszono także temat zabezpieczenia mienia przed kradzieżą oraz podawania danych personalnych przez telefon. Osoby starsze z ogromnym zainteresowaniem słuchały o tym, jak ustrzec się przed oszustem i nie dać się zwieść jego manipulacjom. Funkcjonariusze zakończyli spotkanie z nadzieją, że przekazane seniorom informacje spowodują, że żaden z nich nie pozwoli się oszukać fałszywemu urzędnikowi lub „wnuczkowi".

red

Fot. Powiat Kętrzyński

Idzie nowe! Dzieci z wizytą w starostwie

Najmłodsi uczniowie Szkoły Podstawowej nr 1 w Kętrzynie odwiedzili Starostwo Powiatowe. - Idzie nowe! - podsumowują urzędnicy.

Dzieci zwiedziły urząd oraz spotkały się z Michałem Kochanowskim, starostą kętrzyńskim.

- To jest właśnie przyszłość samorządu i administracji powiatu kętrzyńskiego. Niektórzy nawet przygotowywali się do obrad w sali sesyjnej. Nasi mali goście mieli dużo ciekawych pytań, dyskutowali na dobrym poziomie, a specjalistyczne pojęcia nie były im obce - relacjonuje Michał Kochanowski.

Na zakończenie spotkania starosta wręczył niecodziennym gościom certyfikaty małego urzędnika. *red*

Fot. Powiat Kętrzyński

Seniorzy z Reszla świętowali swój dzień

W czwartek obchodzono w Reszlu Europejski Dzień Seniora. Na scenie Miejskiego Ośrodka Kultury zaprezentował się Środowiskowy Dom Samopomocy w Reszlu, „Kwiaty Jesieni", Klub Seniora „W Zielonym Parku" oraz Krystyna Łożyńska i Włodzimierz Chmal. Wspólny czas z seniorami spędzili m.in. Marek Janiszewski, burmistrz Reszla, oraz jego zastępca, Jerzy Bajorek. *red*

Fot. MOK Korsze

Strażacy z Korsz dbają o swoich następców

Na terenie remizy Ochotniczej Straży Pożarnej w Korszach doszło do pierwszego spotkania Młodzieżowej Drużyny Pożarniczej. Podczas spotkania, Sławomir Krupczak, komendant OSP Korsze, przedstawił młodym kandydatom na strażaków regulamin placówki i podstawowe zadania MDP.

Ponadto druhowie z OSP Korsze, Magda, Ewa i Adam, zapoznali uczestników ze sprzętem OSP i wyposażeniem wozu strażackiego. Kolejną atrakcją było ognisko z kiełbaskami. Pod koniec spotkania komendant obdarował młodzież cukierkami, a strażacy rozdali czapeczki i gadżety.

- Jeżeli chcesz zostać młodym strażakiem, interesuje Cię tematyka pożarnictwa i ratownictwa, masz ukończone 10 lat – dołącz do nas – zachęcają druhowie z Korsz.

Zapisy przyjmuje opiekun MDP, Katarzyna Żwierełło, w Miejskim Ośrodku Kultury w Korszach, przy ul. Wolności 5A. Tel. 89 754 39 55 (w godzinach 8.00-16.00).

red

eprasa.pl 68627a3a3a

Seniorzy zorganizowali spotkanie dotyczące bezpieczeństwa

Kętrzyńska Rada Seniorów zorganizowała spotkanie dotyczące bezpieczeństwa w mieście. Przedsięwzięcie miało na celu umożliwienie przeciwdziałania zagrożeniom bezpieczeństwa seniorów.

Fot. Miasto Kętrzyn

- Obecnie seniorzy coraz chętniej korzystają z internetu, gdzie czeka wiele zagrożeń. Jednym z tematów było więc cyberbezpieczeństwo. Poruszyliśmy przykłady niekorzystnych sytuacji, zdarzeń, a przede wszystkim możliwości uniknięcia ich skutków - relacjonują organizatorzy.

Podczas spotkania mówiono m.in. o tym, na co zwrócić szczególną uwagę korzystając z sieci oraz jak bezpiecznie wykonywać przelewy bankowe. Miejski samorząd zadeklarował organizację szkolenie z cyberbezpieczeństwa, które przeprowadzi Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Kętrzynie. Seniorzy poznali również sposoby postępowania w nagłych przypadkach zagrożeń dla ich zdrowia i życia.

W spotkaniu, dotyczącym bezpieczeństwa, wzięli udział m.in. przedstawiciele służb mundurowych, w tym Marcin Piechota, zastępca Komendanta Komendy Powiatowej Policji w Kętrzynie i Justyna Tomaszewska, komendant Straży Miejskiej oraz Marta Kawczyńska, rzecznik praw konsumenta Starostwa Powiatowego w Kętrzynie, Katarzyna Kopeć, naczelnik Wydziału Oświaty i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Kętrzyn, Katarzyna Hoszkiewicz, dyrektor Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Kętrzynie i Marzenna Utko, dyrektor Centrum Opiekuńczo-Mieszkalnego w Kętrzynie.

red

Miłośnicy Reszla i okolic odnowili kolejną kapliczkę

21 października był ważnym dniem w historii gminy Reszel i naszego powiatu. Towarzystwo Miłośników Reszla i Okolic zakończyło urzędowym odbiorem prace konserwatorskie i restauratorskie XI kapliczki z płaskorzeźbą „Zmartwychwstanie Jezusa Chrystusa", należącej do kompleksu Drogi Różańcowej z Reszla do Świętej Lipki.

fot. Jarosław Żyła

W odbiorze uczestniczyła Magdalena Wiktoria Schneider, konserwator kierująca pracami, przedstawiciele Wojewódzkiego Urzędu Ochrony Zabytków w Olsztynie oraz członkowie zarządu Towarzystwa Miłośników Reszla i Okolic.

- To już druga kapliczka, którą odnowiło nasze stowarzyszenie, dzięki życzliwej pomocy wielu osób i instytucji - informuje Jolanta Grzyb, prezes TMRiO.

Odnowione kapliczki cieszą swoim pięknem, odwołującym się do pierwotnej kolorystyki. Zanim jednak otrzymały ostateczny „szlif", zadbano o ich „zdrowie", lecząc wszystkie „rany" i zabezpieczając przed negatywnym wpływem zjawisk atmosferycznych.

- Z pewnością wiele osób przemieszczających się wzdłuż dawnego traktu pielgrzymkowego z Reszla do Świętej Lipki zauważy jeszcze trzecią, pięknie odnowioną kapliczkę różańcową, dziewiątą z kolei, z płaskorzeźbieniem „Dźwiganie krzyża". Wyjaśniamy: Odnową tej kapliczki zajmuje się Zarząd Dróg Wojewódzkich w Olsztynie. Nasza rola sprowadzała się tylko do drobnych prac pomocniczych - wyjaśnia Jolanta Grzyb.

Członkowie Towarzystwa Miłośników Reszla i Okolic mają nadzieję, że w przyszłym roku kolejne kapliczki odzyskają swoje pierwotne piękno.

red

Kętrzyńskie muzeum odnowiło chorągiew bohatera spod Wiednia

Muzeum im. Wojciecha Kętrzyńskiego zrealizowało projekt pod nazwą Konserwacja chorągwi nagrobnej Fryderyka von der Groeben, bohatera bitwy pod Wiedniem. Publiczna prezentacja efektów projektu odbędzie się 28 października.

Projekt został dofinansowany w ramach programu rządowego „Wspieranie działań muzealnych", ze środków finansowych Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego, pochodzących z Funduszy Promocji Kultury. Łączny koszt zadania wyniósł 80 059,00 złotych, przy udziale środków ministerialnych w wysokości 48 750,00 zł.

- Celem projektu było przeprowadzenie specjalistycznych badań i konserwacja barokowej chorągwi nagrobnej Fryderyka von der Groebena - tłumaczy Marta Wojciechowska, dyrektor Muzeum im. Wojciecha Kętrzyńskiego.

Obiekt stanowi część największej w Polsce kolekcji muzealnej dawnych pruskich chorągwi pogrzebowych, a po przeprowadzonych pracach konserwacyjnych, uświetnia ekspozycję stałą, poświęconą sztuce dawnej ze zbiorów Muzeum im. Wojciecha Kętrzyńskiego.

Prace konserwatorskie przeprowadziła firma Akroterion. Pracownia konserwacji dzieł sztuki Barbary Kwasiborskiej.

28 października, o godzinie 17.00, w Muzeum im. Wojciecha Kętrzyńskiego odbędzie się publiczna prezentacja chorągwi nagrobnej Fryderyka von der Groeben. W programie spotkania zaplanowano wykład poświęcony herbom znajdującym się na chorągwi oraz sprawozdanie z przeprowadzonych prac konserwatorskich.

red

Fot. GOK Barciany

Dzień Seniora w Mołtajnach

Seniorzy z gminy Barciany świętowali swój dzień w świetlicy wiejskiej w Mołtajnach. W uroczystości, która odbyła się 21 października, wzięło udział ponad 120 osób!

Otwierając święto, wójt Marta Kamińska podkreśliła, że seniorzy są tymi, którzy przez lata dbali o szeroki rozwój gminy. Dziś, pomimo najczęściej skromnych dochodów, są też najmniej… roszczeniową grupą lokalnej społeczności.

Wójt szczególnie doceniła koła gospodyń wiejskich, gdzie sercem aktywności często są właśnie seniorki.

- Październik jest miesiącem osób starszych, ale nie starych, osób dojrzałych, doświadczonych, które w życiu już coś osiągnęły - mówiła Marta Kamińska.

Wójt zadeklarowała, że tak jak dotychczas, zawsze będzie pamiętać o potrzebach osób starszych. W tym celu powstaje m.in. Gminna Rada Seniorów.

- Nic o was bez was – zaznaczyła wójt Marta Kamińska, zachęcając seniorów do wyborów i pracy w radzie.

O artystyczny program, w tym popularne piosenki i skecze ilustrujące życie seniorów, zadbali uczniowie Szkoły Podstawowej im. Jana Pawła II w Mołtajnach. W podzięce za swoją pracę, młodzi artyści otrzymali od wójt słodkie upominki.

O kolejne atrakcje zadbali pracownicy Gminnego Ośrodka Kultury, którzy byli animatorami interesujących konkursów. Kolejny artystyczny akcent należał do seniora Stefana Madejewskiego z Markławki, który przedstawił zebranym swoją poezję. Święto zakończyło się zabawą taneczną.

gs

Fot. KCK

Artyści ze Studia Wokalnego „Sukces".

Mazurskie Morcinki po raz piętnasty

11 listopada mieszkańcy Kętrzyna mają potrójną okazję do świętowania. Jednocześnie obchodzą bowiem Narodowe Święto Niepodległości, rocznicę nadania praw miejskich oraz Dzień św. Marcina, przy okazji którego organizowane są Mazurskie Morcinki.

Tegoroczne hasło, które przyświeca wydarzeniu to „Muzyka łagodzi obyczaje", a więc w programie obowiązkowo znajdzie się wyjątkowa oprawa muzyczna. Wspólną zabawę na ludową nutę przygotował zespół taneczno-śpiewaczy „Sokolica" z Sokolicy.

Głównym punktem wieczoru będzie koncert Akademickiej Orkiestry Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie. Dyrygentem orkiestry jest Rafał Krauze.

Na scenie wystąpią również lokalni artyści ze Studia Wokalnego „Sukces", prowadzonego przez Agatę Dowhań i Mariusza Garnowskiego. Grupa niedawno wróciła ze słonecznej Grecji, gdzie zdobyła nagrodę Grand Prix na Międzynarodowym Festiwalu Piosenki i Tańca.

Jak przystało na Mazurskie Morcinki nie zabraknie także elementów mazurskiej tradycji związanej z wróżeniem z kości pieczonej gęsi, prezentacji wyrobów rękodzielniczych czy degustacji potraw.

jd

Burmistrz Miasta Kętrzyn oraz Stowarzyszenie Kulturalne „Konik Mazurski" serdecznie zapraszają na XV Mazurskie Morcinki, pod hasłem „Muzyka łagodzi obyczaje", które odbędą się 11 listopada (piątek) o godz. 14.00 w Hali Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji, przy ul. Kazimierza Wielkiego 12 A. Wstęp wolny.

eprasa.pl 68627a3a3a

KRZYŻÓWKA Z HASŁEM

klub żużlowy z Zielonej Góry		łódź Eskimosa z foczych skór	Ukraińska Armia Powstańcza	wiertło lub glinowiec	Palo ..., miasto w Krzemowej Dolinie		wśród ssaków	bohaterka "Panien z Wilka"	psia pietruszka		Artur, pływak	rodzaj buta		głośny krzyk	51
					30		produkowała Syreny i Warszawy				... de France, wyścig kolarski		10		
długoletni prezydent Indonezji		część Oceanii		50			25		8		55	początek skali		krytyk Homera	22
31							typ wyświetlacza		47	23	mała Zuzanna	15		34	
jezioro u podnóży Alp, we Włoszech	w lecie deszcz, śnieg zimą	w PRL Obywatelska	Laurence, oscarowy aktor szekspirowski	afront, policzek					40		bóg miłości dla Platona	13			4
1		41		bohaterka komedii "Śluby panieńskie"	słowny na kogoś	21	związek azotu z innym pierwiastkiem	kopia, odpis					19	20	
mieszkanka Piły		38			44	54		załącznik do głównej umowy		imię Lenczyka	gatunek ozdobnego gołębia		składnik asfaltu		szereg w klaserze
zbyt gorliwie zbierała maliny (Słowacki)			12		46	... skalny, czyli wnęka	29		49		6	rozdrobniony węgiel	16	miasto w powiecie lubartowskim	
Joy ..., brytyjski zespół rockowy	35	26		45		52		37	nowa wersja istniejącego już filmu		27	33	24		18
11		7	42	39		domowe okienko na świat		43		32		17	2		
wypływ np. oleju z silnika	... rogacz, największy w Polsce chrząszcz		5				53		harcerze z Londynu					28	
"domek" na budowie		3				np. kolanko			48		36	9		14	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	

Krzyżówka panoramiczna: **Rozwiązaniem jest myśl Wojciecha Bartoszewskiego.**

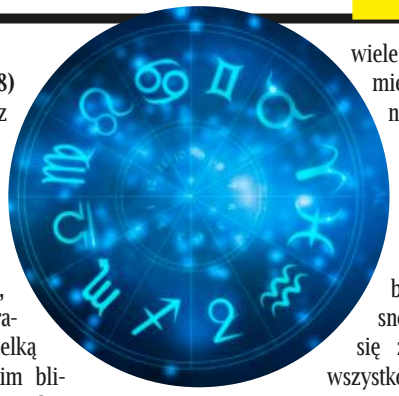
KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA

wilk syty i ona cała		lina rzucana z łodzi		największy wśród cytrusów		... Ryder, aktorka	odpadkowa, skrajna deska	szkolny "bank" z PRL		zupa z wiśni	wśród ptaków	miasto w Małopolsce	niszczy ziemniaki	wiejski fartuch z wełny	
port lotniczy w Moskwie								wynik dodawania groszy							
rodzaj ostrej papryki		kusi go ryzykant		mała jednostka napięcia elektr.										grał Świętego	
								obok radu na tablicy	daw. chętka, apetyt na coś						
mocny, grubo skręcony sznur	boczny pęd		poranne mycie	lwona, piosenkarka							udźwig żurawia				
									szybkie oddalenie się						
najstarszy okres ery mezozoicznej		świerk lub sosna		Mikołaj ... - Szarzyński, poeta	partyjne grono działaczy						sklep z hiszp. odzieżą				
					Cameron, amer. aktorka	Catherine ... - Jones	bohater wielu kawałów o Żydach		rzekomy mieszkaniec Himalajów		on jeden na scenie	... Alda, amer. aktor	czapka franc. żandarma		jej postrachem kocur
lustracja, przegląd										sieć rybacka jak worek				... Tac, odświeżające cukierki	
niewidomy								naramienniki u munduru							
				świadectwo kontroli wyrobu						...-lazuli					
wierzch biurka, komody	łagodny guz skórny							...-Zdrój							

Podpowiedzi: SKO, ZARA

eprasa.pl 68627a3a3a

HOROSKOP



Baran (21.03-19.04)
Będziesz w dobrej formie. Mimo to dbaj o siebie i porządnie się wysypiaj. Pod koniec tygodnia będziesz potrzebowała więcej sił i energii do działania. Weekend to czas rodzinnych spotkań. Uważaj na swój temperament, bo możesz powiedzieć o jedno słowo za dużo. Masz faceta? Twój ukochany zaczyna się zastanawiać, czy nie masz zbyt luźnego podejścia do waszego związku. Nawet jeśli nie jesteś jeszcze pewna, czy to partner na całe życie, postaraj się rozwiać jego wątpliwości. Jesteś singielką? Na zbliżającym się wyjściu z przyjaciółkami poznasz bardzo atrakcyjnego mężczyznę. Wasz flirt przerodzi się w coś więcej. Twoja sytuacja finansowa ustabilizuje się. Mimo to wciąż będzie ci brakować pieniędzy. Być może problem tkwi w potrzebach, które są zbyt wygórowane. Warto zweryfikować swoje myślenie na temat luksusu.

Byk (20.04-20.05)
Brak rozrywek wpłynie na ciebie frustrująco. Popadniesz w melancholię i przestaniesz odczuwać radość z drobnych przyjemności, które do tej pory były twoją odskocznią. Może warto zainteresować się czymś innym? Nowe hobby to skuteczne lekarstwo na depresję. Masz faceta? Twój partner zbliży się do ciebie zarówno psychicznie, jak i fizycznie. Staniesz się dla niego całym światem, a twoje wątpliwości znikną bez śladu. Wasz związek będzie pełny i bardzo emocjonalny. Jesteś singielką? Mężczyzna spod znaku Panny zawróci ci w głowie. Tym razem będzie to ktoś, komu warto zaufać. Postaraj się, by wasza znajomość rozwinęła się w kierunku trwałej relacji. W pracy więcej luzu. Wykorzystaj spokojniejszy okres na uporządkowanie dokumentów. Przy okazji znajdziesz coś ważnego.

Bliźnięta (21.05-21.06)
Przestanie ci dokuczać samotność i poczujesz się dobrze we własnej skórze. Druga połowa tygodnia będzie dla ciebie wyjątkowo szczęśliwa. Spotka cię coś, co nie tylko wpłynie na twoje życie, ale również uczyni je lepszym. Będziesz miała wiele powodów do radości. Masz faceta? Twój ukochany stanie się kapryśny, szczególnie w łóżku. Trudno będzie go zadowolić i zaczniesz się zastanawiać, czy przypadkiem nie jest tobą znudzony. Jesteś singielką? Mężczyzna, z którym okazjonalnie flirtowałaś, znajdzie sobie dziewczynę. Uświadomisz sobie, że zbyt długo się wahałaś i zaczniesz żałować, że nie zaryzykowałaś. W pracy czas zmian. Nie bój się ich, bo wyjdą ci na dobre. Początki zawsze bywają trudne, ale już niedługo zaczniesz zbierać plony.

Rak (22.06-22.07)
Uda ci się balansować między życiem prywatnym a osobistym. Znajdziesz rozwiązanie problemowej sytuacji i poprawisz swoje relacje z rodziną. Weekend spędzisz tak, jak lubisz w gronie wesołych osób. Masz faceta? Partner wykaże się wyrozumiałością i przestanie narzekać na rzeczy, których i tak nie jesteście w stanie zmienić. Wasz związek się umocni. Jesteś singielką? Mężczyzna, z którym łączą cię służbowe relacje, zacznie cię uwodzić. Nie daj się zwieść jego obietnicą. Ten facet to typowy kobieciarz. W pracy powodzenie. Osiągniesz kolejny sukces i utwierdzisz się w przekonaniu, że znajdujesz się na właściwym stanowisku. Możesz spodziewać się premii.

Lew (23.07-22.08)
Zaczniesz się spełniać w domowych obowiązkach. Polubisz gotowanie, czym sprawisz wielką radość swoim bliskim. Druga połowa tygodnia to czas zabawy i imprez w gronie przyjaciół. W miłości świetna passa. Już nic nie zakłóci harmonii między tobą a partnerem. Staniecie się dla siebie zarówno przyjaciółmi, jak i namiętnymi kochankami. Jesteś singielką? Mężczyzna, który ostatnio ci się spodobał, sam zrobi krok w twoją stronę. Możesz spodziewać się zaproszenia na randkę. Wasze spotkanie będzie wyjątkowe. Okres laby przeminie z kretesem. Będziesz miała bardzo dużo pracy i przybędzie ci nowych obowiązków. Postaraj się nie zwariować i nie wpadaj w panikę, kiedy zabraknie ci czasu. Szkoda zdrowia na nerwy.

Panna (23.08-22.09)
Poczujesz się lepiej i odzyskasz dobry humor. Świadomość, że twoim bliskim się układa, da ci nowy powód do radości. Pod koniec tygodnia czeka cię krótki wyjazd. Bądź ostrożniejsza na drodze. Masz faceta? Przestań marudzić i doceń to, co robi dla ciebie twój partner. Ukochany staje na rzęsach tylko po to, by cię zadowolić. Odpłać mu tym samym. Jesteś singielką? Ulokujesz uczucia niewłaściwe. Nie trać czasu na znajomości, które już na starcie kiepsko rokują. Gdy otworzysz oczy, zobaczysz, że w twoim otoczeniu jest ktoś, kto naprawdę do ciebie pasuje. Dostaniesz propozycję współpracy. Osoba, która ci ją zaproponuje, będzie godna zaufania. Skorzystaj z tej okazji. Masz szansę nie tylko zarobić, ale również nadrobisz stracony czas.

Waga (23.09-22.10)
Planety będą ci sprzyjać. Bieżące sprawy zaczną się układać tak, jak zaplanowałaś i nie zabraknie w twoim otoczeniu osób, które w każdej chwili będą i gotowe pomóc. Czwartek to dzień dobrych wiadomości. Masz faceta? Twój partner zrozumie, że do tej pory zostawiał cię samą z wieloma obowiązkami i zacznie cię wyręczać. Wasz związek bardzo na tym skorzysta. Jesteś singielką? Znajomość z mężczyzną spod znaku Raka zacznie się rozwijać. Na poważniejsze deklaracje będziesz jednak musiała trochę poczekać. Bądź cierpliwa, a dopniesz swego. W pracy dobry okres. Będzie się dużo działo, ale przyjazne relacje z szefem sprawią, że poczujesz się pewnie na swoim stanowisku. Czwartek to dobry dzień na remanent w papierach.

Skorpion (23.10-21.11)
Najbliższe dni sprzyjają rozwojowi osobowości. Zastanów się, z jakiej dziedziny życia nie jesteś zadowolona i na nią postaw nacisk. Warto zasięgnąć rady u specjalistów lub wspomóc się fachowymi lekturami. W miłości bez zmian. Nie będziesz jednak z tego powodu narzekać. Razem z bliskim twojemu sercu mężczyzną wpadniecie w przyjemną rutynę, która pozytywnie wpłynie na waszą relację. Okres szaleństwa się skończy, a wy poczujecie, że umiecie się nie tylko razem bawić, ale i być ze sobą na co dzień i tworzyć wspólne życie. Na polu zawodowym bądź ostrożniejsza. Ktoś zaproponuje ci wspólny biznes, ale nie będzie to dobra inwestycja. Możesz wiele stracić, więc zanim podejmiesz pierwsze kroki, poważnie przemyśl cały projekt.

Strzelec (22.11-21.12)
Chandra, która ostatnio cię dopadła, przestanie cię męczyć. Odzyskasz dobry humor i wiarę we własne możliwości. Odważysz się zaryzykować i postawisz wszystko na jedną kartę. Czekają cię pozytywne zmiany. Masz faceta? Poczujesz, że nie jesteś do końca szczęśliwa w związku, który tworzysz. Bliska osoba otworzy ci oczy, a ty dostrzeżesz, że wasze zaangażowanie jest jednostronne. Zastanów się, czy warto tracić czas na taką relację. Jesteś singielką? Mężczyzna, z którym kiedyś przeżyłaś romantyczną przygodę, odezwie się do ciebie. Daj mu szansę, nawet jeśli w głębi serca czujesz urazę. Tym razem może wam się udać. W pracy nowe obowiązki. Będzie ciężko, ale przyjazna atmosfera w firmie zrekompensuje ci wszelkie niedogodności. Piątek to dobry dzień na rozmowę z szefem.

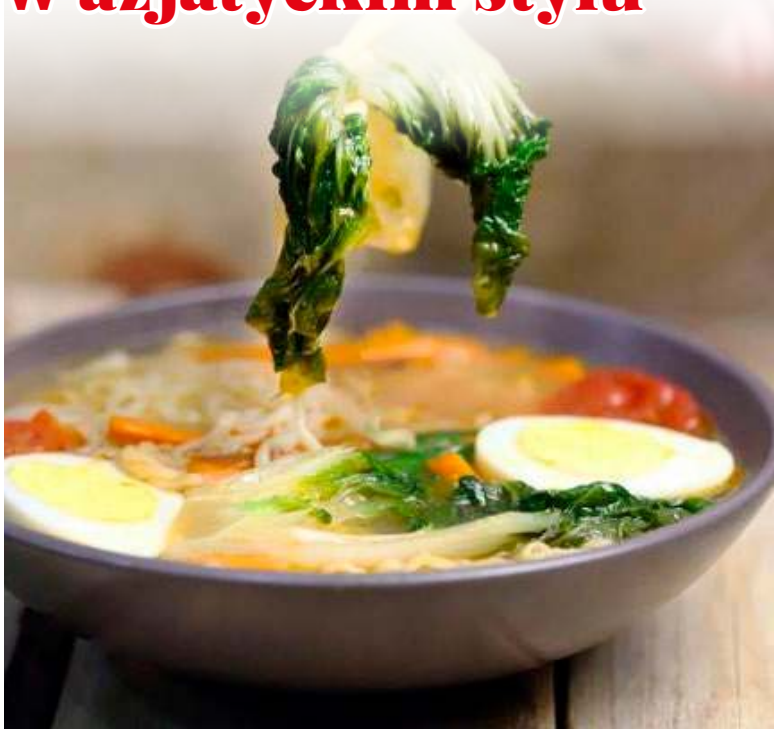
Koziorożec (22.12-19.01)
Uporasz się z dolegliwością, która ostatnio cię męczyła. Odzyskasz sprawność fizyczną i apetyt na życie. Twoi bliscy na tym skorzystają. W weekend zawrzesz nowe znajomości z interesującymi osobami. W sprawach sercowych dużo emocji. Twoja relacja z mężczyzną, który jest dla ciebie ważny, nabierze erotycznego charakteru. Twoje libido podniesie się, a ty nabierzesz ochoty na łóżkowe igraszki. Puść wodze fantazji i daj się namówić na eksperymenty. Nie będziesz żałować. Będziesz miała dużo zawodowych obowiązków, ale nie zabraknie ci motywacji. Zaczniesz dostrzegać efekty swojej pracy, co pozytywnie wpłynie na twoją opinię u przełożonych. Poczujesz się doceniona i odpowiednio nagrodzona.

Wodnik (20.01-20.02)
Przed tobą czas zmian. Radykalność podjętych działań odrobinę cię przerazi, ale wydarzenia z początku tygodnia utwierdzą cię w fakcie, że podjęłaś słuszną decyzję. Okolice weekendu sprzyjają podróżom w rodzinne strony. Masz faceta? Poczujesz się szczęśliwa w swoim związku i przestaniesz odczuwać jakiekolwiek wątpliwości. Twój partner otworzy się przed tobą i zaufa ci jak prawdziwemu przyjacielowi. Jesteś singielką? Okres czekania na miłość zakończy się happy endem. Poznasz kogoś, kto spełni wszystkie twoje oczekiwania. Wreszcie właściwie ulokujesz swoje uczucia. W pracy więcej luzu. Pod koniec tygodnia czeka cię rozmowa z szefem. Nie stresuj się, jej przebieg pozytywnie cię zaskoczy.

Ryby (21.02-20.03)
Będziesz w dobrym nastroju. Bieżące sprawy będą ci się układały pomyślnie i nie zabraknie okazji do zabawy. W okolicach środy zobaczysz się z osobą, z którą od dawna nie miałaś kontaktu. Wasze spotkanie będzie bardzo miłym przeżyciem. W miłości marazm. Poczujesz, że twój partner myśli tylko o sobie i zaniedbuje twoje potrzeby. Zaczniesz na poważnie rozważać rozstanie. Jesteś singielką? W najbliższych dniach nie wydarzy się nic, co mogłoby zmienić twoją sytuację. Pod koniec tygodnia dostaniesz wiadomość, która cię rozczaruje. Uzbrój się w cierpliwość i postaraj się nie zwariować. Na polu zawodowym świetny okres. Będziesz odnosić sukcesy i zarabiać godziwe pieniądze. Twoja sytuacja materialna diametralnie się zmieni.

GOTUJ Z TYGODNIKIEM KĘTRZYŃSKIM

Zupa warzywna w azjatyckim stylu



Jeśli lubicie dania z azjatyckim twistem, to tę zupę pokochacie. Jest niezwykle aromatyczna, wyrazista i tak smaczna, że chciałoby się, aby porcja się nie kończyła. Jest jednocześnie lekka i sycąca.

Azja z geograficznego punktu widzenia jest największym kontynentem na świecie, dlatego nie powinien dziwić fakt, że często nazywana jest kontynentem dużych kontrastów kulturowych. Jednak bardzo łatwo można znaleźć wspólny mianownik dla wszystkich nacji Dalekiego Wschodu – zamiłowanie do aromatycznych i wyszukanych smaków, które jednocześnie tworzą harmonijną całość. Kuchnia azjatycka nie bez powodu cieszy się tak ogromnym zainteresowaniem nawet w najodleglejszych zakątkach świata, również w Polsce. Niepowtarzalna, aromatyczna, kolorowa... a przy tym zdrowa! Króluje pod względem możliwości łączenia różnorodnych smaków. Oto kuchnia azjatycka! Różni się w zależności od regionu i państwa, ale jedno ją łączy - dostarcza niezapomnianych doznań smakowych.

Kuchnia azjatycka podbija serca niesamowitymi kompozycjami przypraw i barw. Jest smaczna, sycąca, a bazowanie głównie na owocach i warzywach sprawia, że świetnie wpływa na organizm człowieka. Wykorzystując azjatyckie receptury, możecie przegonić nudę ze swojej kuchni, odmieniając wiele, dobrze znanych dań. Dziś prezentujemy wam kilka sprawdzonych przepisów na orientalne zupy, które pokochali nasi użytkownicy. Są tak smaczne, że z powodzeniem mogą konkurować z babcinym rosołem lub ogórkową mamy.

Składniki
- 3 DYMKI ZE SZCZYPIOREM
- 10 PIECZAREK
- KILKA POMIDORKÓW KOKTAJLOWYCH
- 2 KAPUSTY PAK CHOI
- 2 LITRY BULIONU WARZYWNEGO
- ZĄBEK CZOSNKU
- GWIAZDKA ANYŻU
- SZCZYPTA MIELONEGO IMBIRU
- 2-3 ŁYŻKI SOSU SOJOWEGO
- 100 G MAKARONU RYŻOWEGO
- 2 ŁYŻKI SEZAMU
- PAPRYCZKA CHILI
- 2 JAJKA NA TWARDO
- OLIWA

Wykonanie
Bulion z dodatkiem anyżu podgrzać na średnim ogniu. Dymkę (bez szczypioru) oraz pieczarki umyć, pokroić niezbyt drobno, podsmażyć na niedużej ilości oleju - najlepiej w garnku. Pod koniec smażenia dodać drobno posiekany czosnek, a gdy zacznie intensywnie pachnieć (po ok. minucie) wlać sos sojowy. Całość wymieszać podgrzewać jeszcze minutę, po czym zalać gorącym bulionem. Gdy zacznie ponownie wrzeć dodać kapustę pokrojoną w paseczki. Po 15 minutach gotowania dodać przekrojone na pół pomidorki oraz makaron, podgrzewać aż zmięknie. Zupę podawać posypaną szczypiorkiem i sezamem, udekorowaną połówką jajka na twardo.

NA DOBRY HUMOR

Adam i Ewa tworzyli idealną parę:
- On nie musiał wysłuchiwać, za kogo ona mogła wyjść za mąż.
- Ona nie musiała wysłuchiwać jak gotowała jego matka.

Spotyka się dwóch Arabów w Nowym Jorku.
- Się masz Abdul? No i jak, dostałeś tę pracę w radiu?
- Nie...
- Jak to nie?!
- J-ja myślę, Mu-Muhamed, że o-oni tam ni-ni-nie lubią a-a-a-arabów.

Młody agronom ogląda sad i poucza właściciela:
Pan ciągle pracuje starymi metodami.
Będę zdziwiony, jeśli z tego drzewa uda się panu uzbierać choćby 10 kg jabłek.
- Ja też będę zdziwiony, gdyż zawsze zbierałem z niego gruszki.

eprasa.pl 68627a3a3a

Alternatywy dla papierosów – jak pomóc tym, którzy nie mogą przestać palić?

Badania i opinie fachowców stanowią przyczynek do dyskusji na temat narzędzi do walki z paleniem tytoniu. Co mówią najnowsze badania?

Według licznych międzynarodowych badań, nikotynowe alternatywy, takie jak papierosy elektroniczne podgrzewacze tytoniu i doustne saszetki, są nawet o ok. 95- 99 proc. mniej szkodliwe od zwykłych papierosów. Przyczyna jest prosta: nie wydzielają dymu powodującego najwięcej chorób odtytoniowych.

W interesującym badaniu, którego wyniki zostały opublikowane tej jesieni[1] uczestniczyli palacze z Wielkiej Brytanii w wieku od 23 do 55 lat. Osoby, które nie zamierzały rzucić palenia zostały losowo przydzielone do dwóch grup: w jednej używano tradycyjnych papierosów, w drugiej wyłącznie podgrzewaczy. Z kolei osobom zdecydowanym rzucić palenie zaoferowano nikotynową terapię zastępczą i dostęp do doradcy ds. rzucenia palenia.

Badanie to zostało zaprojektowane w taki sposób, by zbadać potencjał podgrzewacza tytoniu w zakresie redukcji ryzyka chorób w warunkach rzeczywistych, a nie klinicznych, dlatego wszyscy uczestnicy odbywali jedynie comiesięczne badania w klinice. Podczas badań pobierano im próbki i wykonywano pomiary, między innymi biomarkera CEVal, który miał wskazywać, czy osoby deklarujące rzucenie palenia lub przerzucenie się na podgrzewanie tytoniu – w tym konkretnym przypadku przy użyciu glo new heating technology, nie paliły tradycyjnych papierosów. Badano także wskaźniki związane z poziomem cholesterolu, stresem oksydacyjnym czy liczbą białych krwinek.

Okazało się, że palacze korzystający ze wspomnianych podgrzewaczy, uzyskali znacznie lepsze wyniki, niż ci, którzy nie odstawili tradycyjnych papierosów. Naukowcy stwierdzili „znaczne i trwałe zmniejszenie biomarkera, który może powodować uszkodzenia DNA związane z rakiem płuc" oraz "znaczne i trwałe zmniejszenie liczby białych krwinek, markera stanu zapalnego związanego z wczesnym rozwojem chorób układu krążenia i innych chorób związanych z paleniem."

Uzyskane badania wpisują się w tezy stawiane podczas niedawnego Światowego Forum Nikotynowego w Warszawie. Eksperci mówili m. in. o tym, jak w niektórych krajach określone produkty zawierające nikotynę, ale nie wydzielające dymu powstającego w wyniku spalania tytoniu, mogą wspierać krajowe programy walki z paleniem, co prowadzi do zmniejszenia liczby osób palących. Do państw już stosujących taką strategię należą m.in. Nowa Zelandia, Stany Zjednoczone, Kanada i Wielka Brytania.

Fot. W-MOSG

Straż graniczna od kuchni z okazji... Międzynarodowego Dnia Szefa Kuchni

20 października swoje święto obchodziły kucharki, kucharze i pomoce kuchenne. Społeczność kucharska świętowała Międzynarodowy Dzień Szefa Kuchni, który zainicjował w 2004 roku dr Billy Gallagher.

O Międzynarodowym Dniu Szefa Kuchni przypomniano w Warmińsko-Mazurskim Oddziale Straży Granicznej. W tamtejszym punkcie żywienia pracują 33 osoby. To oni na co dzień gotują, obsługują funkcjonariuszy i pracowników szkolących się w CSSG.

- Konsumentami punktu żywienia są również uczestnicy kursów z zewnętrznych jednostek organizacyjnych, m.in. Żandarmerii Wojskowej, Agencji Bezpieczeństwa Wewnętrznego, Służby Ochrony Państwa, policji, Krajowej Administracji Skarbowej i inni przedstawiciele służb mundurowych. Wśród żywionych są delegacje zagraniczne, m.in. z Litwy, Łotwy, Estonii, Finlandii, USA, Azerbejdżanu, Wietnamu, Tadżykistanu, Węgier, Wielkiej Brytanii, Ukrainy, Australii, Bośni i Hercegowiny, Gruzji, Mołdawii, Portugalii i Tunezji oraz przedstawiciele agencji Frontex - tłumaczy mjr Mirosława Aleksandrowicz, rzecznik prasowy Komendanta Warmińsko -Mazurskiego Oddziału Straży Granicznej - Ponadto, w okresach, kiedy nie obowiązywały umowy z firmami cateringowymi, W-MOSG zapewniał wyżywienie osobom przebywającym w Strzeżonym Ośrodku dla Cudzoziemców w Kętrzynie. Posiłki dla podopiecznych ośrodka przygotowywane są w oparciu o normy żywieniowe, kulturalne i religijne – dodaje Mirosława Aleksandrowicz.

Średnio, miesięcznie w kętrzyńskiej stołówce, żywi się około czterech tysięcy osób. Natomiast w całym ubiegłym roku z wyżywienia skorzystało ponad 48 tys. konsumentów.

- Pracownicy punktu żywienia W-MOSG przyrządzają smaczne potrawy, zwracają uwagę na właściwe odżywianie kursantów, delegatów, czy gości. Dla nich to nie tylko praca, ale ich ogromna pasja – zaznacza rzeczniczka.

Od ponad siedemdziesięciu lat kętrzyńska stołówka straży granicznej przeszła wiele zmian. Zwykłe garnki i patelnie oraz proste piece, zamieniły się w najnowocześniejszy sprzęt kuchenny. *red*

Fot. W-MOSG

Dzieci ze strzeżonego ośrodka stworzyły piękny krajobraz

Na terenie Strzeżonego Ośrodka dla Cudzoziemców w Kętrzynie najmłodsi podopieczni posadzili krzewy i drzewa ozdobne. Okazją do tych działań był Międzynarodowy Dzień Krajobrazu.

- Funkcjonariusze i pracownicy Sekcji Edukacyjno -Wychowawczej, chcąc upiększyć tereny wokół budynków strzeżonego ośrodka, postanowili posadzić krzewy i drzewa ozdobne. Kiedy zobaczyli to najmłodsi cudzoziemcy, wzięli grabie, szpadle i ruszyli do sadzenia roślin - relacjonuje mjr Mirosława Aleksandrowicz, rzecznik prasowy Komendanta Warmińsko-Mazurskiego Oddziału Straży Granicznej.

Wspólne wybieranie miejsc i sadzenie tam roślinek, było dobrą okazją do aktywnego spędzenia czasu na świeżym powietrzu. Ponadto młodym cudzoziemcom przypomniano, że 20 października obchodzimy Międzynarodowy Dzień Krajobrazu. *red*

eprasa.pl 68627a3a3a

ZDROWIE I URODA

• Rzęsy
• Paznokcie
• Depilacja woskiem

Picus-Glancus SALON KOSMETYCZNY

Prawdopodobnie najlepszy salon kosmetyczny w okolicy!

Kętrzyn, ul. Traugutta 7
tel. 732 896 904

GABINET MASAŻU
mgr Sylwester Gacioch
• KLASYCZNY
• LECZNICZY
• SPORTOWY
• LIMFATYCZNY

Rejestracja telefoniczna:
691 739 336

dobry dietetyk
Poradnia Dobry Dietetyk
mgr Katarzyna Oskroba
tel. 577 878 776
Kętrzyn, ul. Traugutta 7/28 | oskroba.dobrydietetyk.pl

Gabinet Medycyny Estetycznej
lek. med. Alicja Nałysnyk-Gacioch
Wypełnianie zmarszczek, powiększanie ust, mezoterapia, botox, niechirurgiczne usuwanie tk. tłuszczowej, niechirurgiczny lifting twarzy. Leczenie plam przebarwionych, blizn potrądzikowych, fotostarzenia, wiotkości skóry, choroby łojotokowej skóry, osocze bogatopyłkowe. Leczenie cellulitu, rozstępów, nadpotliwości, wypadania włosów, leczenie łysienia męskiego, skleroterapia.
Kętrzyn, ul. Wojska Polskiego 3B/lok.3.
Rejestracja tel. 601 840 640

REHABILITACJA
- Elektroterapia
- Laseroterapia
- Ultradźwięki
- Pole magnetyczne
- Aqua vibron
- Masaż ręczny

ul.Kołobrzeska 1E/1, tel. 693 902 424
www.alinal-med.com

To jest miejsce na informację o Twojej Firmie!

Skontaktuj się z nami:
(89) 751 54 28
506 346 578

MEDYCYNA

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
ALINAL-MED Alicja Nałysnyk-Gacioch
Choroby wewnętrzne, medycyna pracy, medycyna rodzinna, badania kierowców.
Kętrzyn, ul. Wojska Polskiego 3B/lok.3.
Rejestracja tel. 89 676 22 10

Vill-MED CENTRUM MEDYCZNE
ul. Wilanowska 24,11-500 Giżycko
Prywatne Gabinety Specjalistyczne
– Ginekologiczno-Położniczy
– Chirurgiczny
– Urazowo-Ortopedyczny
– Urologiczno-Andrologiczny
– Laryngologiczny
– Pediatryczny
– Kardiologii Dziecięcej
– Dermatologiczny
– Neurologiczny
– Rehabilitacyjny
– Fizjoterapeutyczny
– Radiologiczny
Ginekologia estetyczna (laseroterapia)
Rejestracja pn-pt w godz. 8^{00}-18^{00}, tel. 87 428 29 25

Lek. med. Agnieszka Iwaniura
specjalista chorób wewnętrznych, diabetolog
przyjmuje: wtorek, piątek
Kętrzyn, ul. Żeromskiego 9
Diagnostyka i leczenie chorób wewnętrznych, zwłaszcza cukrzycy, zespołu metabolicznego i otyłości. Nie możesz schudnąć? – Badania i leczenie insulinooporności.
Rejestracja tel. 605 216 325

Lek. med. Mariola Gogolewska-Hosaja
specjalista chorób wewnętrznych, endokrynolog
Przyjmuje w soboty od godz. 12.00
Kętrzyn, ul. Traugutta 7, lok. 4. Rejestracja
tel. (89) 613 28 30, 606 222 277

Psycho-Test Pracownia Psychologiczna
Beata Podlawska
Psychotesty dla kierowców wszystkich kategorii; badania po zatrzymaniu prawa jazdy; badania operatorów wózków widłowych.
Kętrzyn, ul. Traugutta 1/3. Rejestracja telefoniczna: 500 552 754. Czynne codziennie.

FINANSE

BIURO RACHUNKOWE
UL. WOJSKA POLSKIEGO 23 (OBOK POCZTY)
CZYNNE PN.-PT. OD 8.00 DO 15.00
TEL. 89 752 82 99 ,604 137 776
NAJNIŻSZE CENY USŁUG W KĘTRZYNIE

BIURO RACHUNKOWE FISCAL
Anna Hołownia-Rajkowska – Księgowość firm, rozliczenie zwrotu podatku VAT od materiałów budowlanych, rozliczenie roczne (PIT-y), kadry i płace, rozliczenie opłat środowiskowych
Kętrzyn, ul. Wojska Polskiego 3a/9
Tel. (89) 676 23 23, 664 092 876

RÓŻNE

"WĘDLINY OD ROLNIKA"
SWOJSKI WYRÓB | Jan Jastrząb
Tel. 608-573-191
Sklep firmowy: Stara Różanka 7
Pon–Pt: 8^{00}–17^{00}, Sob: 8^{00}–13^{00}

OGŁOSZENIA DROBNE (DARMOWE)

NIERUCHOMOŚCI

ZAMIENIĘ mieszkanie po remoncie 60 m2: 3 pokoje, kuchnia, przedpokój, centralne ogrzewanie gazowe, niskie opłaty + piwnica, strych, garaż, działka 5a. Zamienię bez dopłaty na mieszkanie w Kętrzynie lub Giżycku. Tel. 577 055 953.

ZAMIENIĘ mieszkanie w Bartoszycach, w bloku, 37 m2, III piętro, na mieszkanie w Kętrzynie, najlepiej też w bloku. Tel. 888 997 347.

SPRZEDAM mieszkanie 38m2 na parterze. Dwa pokoje z kuchnią. Łazienka przystosowana dla osoby niepełnosprawnej. Ulica Urocza1. Tel. 691 373 458 lub 601 436 469.

ZAMIENIĘ mieszkanie 60m2 (3 pokoje, kuchnia, łazienka) + piwnica i działka 3a w Solance, na mieszkanie 36-38m2 w mieście. Tel. 577 055 953.

WYNAJMĘ mieszkanie 30 m2 - kawalerka w Kętrzynie, przy ulicy Limanowskiego. Mieszkanie umeblowane na I piętrze. Odstępnego 800 zł, czynsz 310 zł + media. Kaucja 1 200 zł. Wynajem od 10.08.2022. Tel. 603 538 629.

SPRZEDAM nieruchomość w Kwiedzinie, gmina Kętrzyn, działka 1,2 ha: chlewnia 1 350 m2 + paszarnia 102 m2 + wiata + budynek socjalny 92 m2. Tel. 792 424 221 lub 508 414 048.

SPRZEDAM mieszkanie 46,9 m2 w Kętrzynie, przy ul. Sikorskiego. Cena 5 500 zł/m2 - 312 000 zł. Tel. 693 022 422.

SPRZEDAM mieszkanie 37m2, IV piętro, po remoncie, w Reszlu. Cena 150 tys. zł. Tel. 512 788 969.

SPRZEDAM garaż (do remontu) w Solance. Tanio!. Tel. 795 868 823

SPRZEDAM mieszkanie, Olsztyn ul. Zimowa 2A, 47,2m2,Dwa pokojw, kuchnia, łazienka, balkon, II piętro. Rok budowy 1992, Wspólnota mieszkaniowa. Kontakt 600 269 149

WYNAJMĘ mieszkanie, kawalerka 30m2, I piętro, ul. Limanowskiego z wyposażeniem. Kontakt 603 538 629

SPRZEDAM mieszkanie w Solance, 62 m2, po remoncie, umeblowane - 3 pokoje, kuchnia, łazienka, przedpokój + piwnica, strych. Dodatkowo 2 garaże, działka ok. 0,5 ha. Piękna okolica. Cena 220 tys. zł. Tel. 795 868 823, 697 372 537.

SPRZEDAM kawalerkę (pokój, kuchnia, łazienka). Ogrzewanie gazowe, I piętro na ulicy Chopina 15. Kontakt 668 788 043

SPRZEDAM kawalerkę w Kętrzynie na ulicy Chopina 15, I piętro-pokój, kuchnia, łazienka, ogrzewanie gazowe. Tel. 668788043

WYNAJMĘ mieszkanie przy ul. Limanowskiego w Kętrzynie: 30 m^2 (kawalerka), I piętro, umeblowane. Tel. 603 538 629.

SPRZEDAM mieszkanie przy ul. Poznańskiej 23 w Kętrzynie, 32 m^2, 2 pokoje, kuchnia, łazienka, III piętro. Po remoncie kapitalnym. Tel. +39 340 093 65 32.

SPRZEDAM mieszkanie 59,09 m^2, I piętro, Sikorskiego 20 w Kętrzynie. Rok budowy 2002. Niskie opłaty. Mieszkanie nie wymaga nakładów finansowych. Kontakt; 660863984

WYNAJMĘ mieszkanie 38m^2, dwa pokoje, II piętro. Kętrzyn, ulica Westerplatte. Kontakt 519 500 921.

SPRZEDAM mieszkanie 59,09 m^2 I piętro Sikorskiego 20 w Kętrzynie. Rok budowy 2002. Niskie opłaty. Mieszkanie nie wymaga nakładów finansowych. Kontakt. 660 863 984

SPRZEDAM działkę ogrodniczą, zagospodarowaną, Ogrody Działkowe im. B Chrobrego. Tel. 503 895 828.

SPRZEDAM las 3ha 65 ary 18-to letni. Obręb Kosakowo z dopłatą jeszcze na 2 lata. Tel:600-742-219

SPRZEDAM mieszkanie w Barcianach. Wyremontowane, pierwsze piętro, 3 pokoje + piwnica, pomieszczenie gospodarcze i udział w działce. Tel. 787 156 857.

AUTO-MOTO

KUPIĘ przyczepę kempingową, małą, na działkę. Tel. 605 336 650.

SPRZEDAM samochód Seat Cordoba, rok produkcji 2005, pojemność silnika 1390 ccm, benzyna. Tel. 786 971 664.

SPRZEDAM osamochód marki Seat Cordob,a rok produkcji 2005, poj. silnika 1 390, benzyna. Tel. 786 971 664

SPRZEDAM okazjonalnie Opony letnie na felgach od „Skody" Fabi Kontakt 690 697 463

SPRZEDAM Mercedes W211 2008 rok, maglownice z czujnikiem sprzedam. Kontakt 691 374 450

SPRZEDAM nowe i używane części do Fiata Seicento 1108 oraz części do Fiata 126p „Maluch". Tel. 782 519 809.

SPRZEDAM felgi 13 do Fiata Panda. Tel. 782 519 809.

SPRZEDAM Opla Zafirę 1.8, 2004 rok, Cena 5 200 zł (do uzgodnienia). Tel. 605 336 650.

SPRZEDAM Mercedes W210, 2001 rok, ważny przegląd i OC, 7500pln. Kontakt 691 374 450.

SPRZEDAM pługi do odśnieżania. Tel. 606 221 654.

KUPIĘ ciągnik C360, C 330. Może być do remontu. Kontakt 507 198 144

PRACA

PODEJMĘ się sprzątania, domów, mieszkań, klatek schodowych itp., posiadam doświadczenie i chętnie podejmę się każdego zlecenia. Zadzwoń 505 760 562.

ZATRUDNIĘ opiekunkę do osoby starszej. Kontakt 690 284 196

ZLECĘ wykonanie wiaty z grillo-wędzarnią, domku saunowego, komina murowanego. Tel. 531 173 831.

PODEJMĘ się pracy jako opiekunka osób starszych, posiadam wieloletnie doświadczenie jako opekunka zdobyte w pracy w Niemczech. Tel. 510 557 843

SPRZĄTANIE, posprzątam w Twoim domu, mieszkaniu, biurze itp. Posiadam doświadczenie i jestem dyspozycyjna czasowo. Kontakt do mnie 505 760 562

PODEJMĘ pracę na terenie Kętrzyna, sprzątanie i inne. Tel. 695 443 741.

ROLNICZE

SPRZEDAM byki mięsne Limousine (7 szt.) do dalszego chowu. Tel. 666 155 553.

RÓŻNE

SPRZEDAM miejsce pod grobowiec w Nowej Wsi Kętrzyńskiej, za krzyżem. Tel. 725 110 535.

SPRZEDAM pas wibracyjny, pomagający zrzucić zbędne kilogramy, zasilany prądem 230V. Tel. 690 697 463.

SPRZEDAM CYKLINIARKĘ „Kornik", szerokość wałka 20 cm, silnik trójfazowy. Tel. 606 370 310.

SPRZEDAM łódkę wędkarską, używaną, drewnianą, długość ok. 5 m, cena do uzgodnienia. Tel. 609 722 080.

KUPIĘ przyczepę kempingową, małą, na działkę. Tel. 605 336 650.

SPRZEDAM Kuchnię gazową 4-ro palnikową „AMICA" z piekarnikiem na prąd 230V w bardzo dobrym stanie sprzedam. Kontakt 690 697 463

KUPIĘ łyżkę do Ostrówka 30. Kontakt 603 657 430

POSZUKUJĘ opiekunki ze znajomością opieki medycznej i dobrze- z samochodem. Warunki korzystne-do uzgodnienia. Tel. 897526764

POTRZEBNA osoba ze znajomością opieki medycznej, najlepiej z samochodem. Korzystne warunki – do uzgodnienia. Tel. 897 526 764.

SPRZEDAM łódź wędkarską ze sklejki. Tel. 605 336 650.

SPRZEDAM Rower górski używany w dobrym stanie, osprzę SHIMANO, cena do uzgodnienia. Kontakt 506 205 859

KUPON

Tygodnik Kętrzyński

OGŁOSZENIE DROBNE ZA DARMO

Kupon dla osoby fizycznej.
Uprawnia do jednego ogłoszenia drobnego (do 160 znaków).

Treść:.....

.....

.....

.....

.....

Nr telefonu:.....

Wypełniony kupon należy dostarczyć do redakcji Tygodnika Kętrzyńskiego, w Kętrzynie, przy ul. Traugutta 7 (Dom Handlowy „Centrum", parter) lub wysłać e-mailem na adres redakcja@tygodnikketrzynski.pl

eprasa.pl 68627a3a3a

REKLAMA OGŁOSZENIA

Piłka nożna

Granica Kętrzyn ma nowego zawodnika

Portugalczyk Angelo Amorim Medina dołączył do kadry IV-ligowej Granicy Kętrzyn. Nowy zawodnik będzie bronił barw kętrzyńskiego klubu przynajmniej do końca tego sezonu.

Karol Lizurej, prezes zarządu Granicy i Angelo Amorim Medina.

Fot. KKS Granica

O pozyskaniu 25-letniego skrzydłowego Granica poinformowała w mediach społecznościowych. Nowy nabytek kętrzynian występował ostatnio w IV lidze, w Orlętach Aleksandrów Kujawski. Wcześniej grał w V-ligowym LKS Czeluśnica.

Do zakończenia rundy jesiennej, Granicy pozostały trzy mecze. 29 października i 5 listopada kętrzynianie zmierzą się na wyjazdach z DKS Dobre Miasto oraz Polonią Iłowo. Być może już w tym pierwszym spotkaniu w barwach Granicy zadebiutuje Angelo Amorim Medina. W ostatnim meczu pierwszej rundy sezonu 2022-2023 Granica zmierzy się u siebie z Polonią Lidzbark Warmiński.

Po dwunastu kolejkach bieżących rozgrywek, zespół prowadzony przez Adama Fedoruka zajmuje siódme miejsce w tabeli. *rm*

Piłka nożna

Uczniowie z gminy Kętrzyn grali w szczypiorniaka

Zwycięstwami dziewcząt z Wilkowa i chłopców z Kruszewca zakończyły się gminne rozgrywki piłki ręcznej. Niecodziennych emocji dostarczyło jedno ze spotkań dziewcząt, w którym do wyłonienia wygranych potrzeba było… trzech dogrywek!

Mecze odbyły się w sali sportowej w Karolewie. Spotkania dziewcząt, pomiędzy szkołami podstawowymi z Wilkowa i Kruszewca, miały dramaturgię, były emocjonujące i towarzyszyła im zacięta walka do ostatniego gwizdka. W kategorii klas 5-6 zwyciężyły 5:4 dziewczęta z Wilkowa, mimo że w pewnym momencie przegrywały 0:4. Mecz dziewcząt z klas 7-8 zakończył się remisem 5:5, po dogrywce było 6:6, a po drugiej dogrywce 7:7. Dopiero w trzeciej dogrywce zwycięską bramkę zdobyło Wilkowo, pokonując Kruszewiec 8:7.

W meczach chłopców takich emocji już zabrakło. Chłopcy z Kruszewca byli zdecydowanie lepsi, pokonując Wilkowo w kategorii starszej 17:0 i w kategorii młodszej 21:2. *red*

Fot. Gmina Kętrzyn

Wędkarze rywalizowali o puchar Wójta Gminy Kętrzyn

Minionej soboty, na jeziorze Mój, odbyła się druga edycja zawodów spinningowych o puchar Wójta Gminy Kętrzyn. W rywalizacji wzięło udział 25 wędkarzy.

Pierwsze miejsce w zawodach, które odbyły się na Terenie Rekreacyjno-Wypoczynkowym w Czernikach, zajął Paweł Dejnarowicz. Zwycięzca złowił 53-centymetrowego szczupaka oraz okonie o długości: 34, 30, 35, 25 i 27 cm. Drugie miejsce zajął Paweł Juchniewicz (sandacz 51 cm, szczupaki 50 i 51 cm), a trzeci był Daniel Stankiewicz (szczupaki 54 i 55 cm). Największą rybę podczas sobotnich zawodów złapał natomiast Krystian Majocha. Było to 60-centymetrowy szczupak.

Najlepszym wędkarzom oraz wszystkim uczestnikom zawodów, pogratulował Paweł Bobrowski, wójt gminy Kętrzyn, wręczając statuetki i bony upominkowe za trzy najwyższe miejsca oraz za największą rybę. Wszyscy zawodnicy otrzymali również nagrody rzeczowe. *red*

Tenis

Panowie rywalizowali na kortach Kętrzynianki

Minionej soboty, na kortach kompleksu „Kętrzynianka" odbył się turniej tenisowy mężczyzn w kategorii „open". Do zmagań stawiło się dwunastu zawodników z Bartoszyc, Giżycka, Kętrzyna i Lubaczowa.

W turnieju grano systemem pucharowym, do dwóch przegranych, na kortach krytych i zewnętrznych. Po bardzo wyrównanych grach, gdzie o wygranych decydowały często małe punkty w tie break-u, turniej zakończył się zwycięstwem Macieja Kudyka z Giżycka. Drugie miejsce zajął Mariusz Królikowski z Bartoszyc, a trzecie miejsce przypadło Tomaszowi Sieniakowskiemu z Kętrzyna. Na czwartym miejscu uplasował się Maciej Grypiński z Korsz.

Miejsca pięć-sześć przypadły: Patrykowi Butrymowi z Kętrzyna oraz Szymonowi Janczurze z Lubaczowa. Na miejscach siedem-osiem uplasowali się Robert Pawłowski z Kętrzyna oraz Ariel Nowik, również z Kętrzyna. Miejsca dziewięć-dwanaście zajęli Antoni Kuriata, Robert Zasitko, Andrzej Szydlik i Paweł Wysocki (wszyscy z Kętrzyna).

- Rywalizacja przebiegała w miłej i sportowej atmosferze, a turniej zakończono w późnych godzinach wieczornych. Cieszy udział i odwaga zawodników z Kętrzyna. Dla niektórych był to pierwszy udział w rywalizacji, w dodatku z nikłym stażem na korcie - relacjonują organizatorzy turnieju.

Kolejne rozgrywki na obiektach Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Kętrzynie zaplanowano na listopad. Tym razem zmagać się będą mistrzowie miast. Wszelkich informacji udziela Mirosław Krzyśków, pod numerem telefonu: 695 747 999. *red*

PROMOCJA

eprasa.pl 68627a3a3a