Znamy rządowy plan drogowy na najbliższą dekadę. W programie znalazły się też inwestycje na Warmii i Mazurach o wartości ok. 20 mld zł, w tym budowa drogi ekspresowej S16 z Olsztyna do Ełku. **s. 2**

ISSN 0137-9127 NR INDEKSU 350176 \\\ NAKŁAD 3 246 NR 183 (20 602)

ŚRODA |11|08|2021|

DZIENNIK ELBLĄSKI

cena 2,90 zł (w tym 8% VAT)

20 LAT

strefa młodości 3

Najwięcej zakażeń koronawirusem od czerwca \3

Fot. Pixabay

eprasa.pl 77793356e8

Co się zmieni na drogach w tej dekadzie?

INWESTYCJE || Znamy rządowy plan drogowy na najbliższą dekadę. Opiewa na prawie 300 mld złotych. W programie znalazły się też inwestycje na Warmii i Mazurach o wartości ok. 20 mld zł, w tym budowa drogi ekspresowej S16 z Olsztyna do Ełku.

Ponad 2,5 tys. km nowych dróg szybkiego ruchu, dokończenie trwających inwestycji na prawie 4 tys. km to założenia Rządowego Programu Budowy Dróg Krajowych do 2030 r. (z perspektywą do 2033 r.).

Ministerstwo Infrastruktury opracowało projekt nowego programu drogowego, w którym została zaprezentowana lista inwestycji na drogach krajowych zaplanowanych przez rząd do realizacji w obecnej dekadzie. Nowy RPBDK obejmuje nowe zadania o wartości około 187 mld zł oraz zadania kontynuowane o wartości około 105 mld zł.

Oprócz wielkich inwestycji, jak przebudowa autostrady A2 Warszawa-Łódź, w programie znalazły się też duże inwestycje drogowe na Warmii i Mazurach, z których część jest już realizowana. W sumie wartość inwestycji, które są w realizacji, jak też tych planowanych to ok. 20 mld zł — oceniają drogowcy.

— Robimy kolejny krok, który eliminuje wykluczenie komunikacyjne naszego regionu — podkreślił wicewojewoda Aleksander Socha wczoraj na konferencji na temat rządowego programu budowy dróg, w której brał udział też poseł PiS Jerzy Małecki.

W ostatnich pięciu latach na Warmii i Mazurach powstało 110 kilometrów dróg ekspresowych. Koszt ich budowy wyniósł ponad 5 mld zł.

— W tej chwili na etapie realizacji mamy szereg inwestycji, które są też w nowym rządowym programie- podkreślił Mirosław Nicewicz, dyrektor olsztyńskiego oddziału Generalnej Dyrekcji Dróg Krajowych i Autostrad.

Fot. archiwum GDDKiA

Wizualizacja S16 przez Mazury

—To cztery odcinki S-7 od Napierek do Płońska, z których w większości jeszcze w tym roku będziemy mogli korzystać, choć jeszcze nie w układzie drogi ekspresowej. Zakładamy, że te odcinki już w standardzie drogi ekspresowej udostępnimy kierowcom najpóźniej przed wakacjami przyszłego roku. Kolejna inwestycja, która jest w realizacji, to obwodnica Nowego Miasta Lubawskiego, która ma być gotowa na początku przyszłego roku.

Jak powiedział dyrektor Nicewicz, w trakcie realizacji są również trzy odcinki S61, czyli trasy Via Baltica od Szczuczyna do Raczek. Ich łączna długość to ponad 66 kilometrów. Odcinek Wysokie -Raczki ma być udostępniony kierowcom jeszcze w tym roku, a dwa pozostałe w przyszłym roku. Ruszyła też budowa S16 na odcinku Borki Wielkie -Mrągowo. Tu zakończenie budowy planowane jest pod koniec 2023 roku. W realizacji jest też odcinek S5 Ornowo-Wirwajdy, który ma być gotowy w 2023 roku, ale prawdopodobnie stanie się to szybciej.

Będą jednak też nowe inwestycje w regionie. W nowym programie budowy dróg krajowych znalazły się bowiem trzy duże inwestycje na Warmii i Mazurach. Chodzi o budowę drogi S16 Olsztyn-Ełk, budowę S16 Ełk-Knyszyn oraz budowę drogi ekspresowej S5 Nowe Marzy-Wirwajdy.

Jeśli chodzi o „szesnastkę" to łączna długość odcinków, których budowę zakłada się w rządowym programie to prawie 103 kilometry, a szacowana dziś ich wartość to 5 mld zł.

Najbardziej zaawansowane, gdy chodzi o przygotowania do budowy „szesnastki" w standardzie drogi ekspresowej są prace na odcinku od węzła Olsztyn wschód do Biskupca. Tu drogowcy mają już decyzję środowiskową i koncepcję programową. Budowa drugiej jezdni powinna się zacząć w 2024 roku, a zakończyć w 2026 roku.

W przypadku „szesnastki" od Mrągowa do Ełku drogowcy czekają na decyzję środowiskową dla wybranego przebiegu drogi. Kiedy RDOŚ w Olsztynie może wydać decyzję, tego nie wiadomo, bo też inwestycja, jaką jest budowa drogi ekspresowej przez Mazury, budzi wiele emocji. Według planów droga przez Wielkie Jeziora Mazurskie miałaby być budowana w latach 2026-2028. Tu wiele zależy też od tego, jak silny będzie opór społeczny przeciwko ekspresówce przez Mazury.

Zdecydowanie łatwiej będzie w przypadku budowy drugiej drogi ekspresowej S5 Nowe Marzy-Wirwajdy, która znalazła się w rządowym programie. Obecnie w budowie jest 5-kilometrowy odcinek S5 Ornowo-Wirwajdy, który będzie też początkiem S5 w naszym regionie. S5 w granicach województwa warmińsko-mazurskiego ma mieć 45 kilometrów długości, a szacowany koszt budowy to 2,5 mld zł. Dzięki tej drodze Warmia i Mazury uzyskają szybki dostęp do autostrady A1.

—Tu jesteśmy na etapie prac przygotowawczych — powiedział dyrektor Mirosław Nicewicz. — Zostały wybrane dwa korytarze przebiegu drogi: jeden w okolicach Iławy i drugi w okolicach Nowego Miasta Lubawskiego i Lubawy. W tej chwili jesteśmy na etapie wyłaniania projektanta, który opracuje studium techniczno-ekonomiczno-środowiskowe i uzyska decyzję środowiskową dla tego przedsięwzięcia.

GDDKiA zakłada, że budowa tej ekspresówki mogłaby ruszyć w 2030 roku, a zakończyć w 2032 roku.

ANDRZEJ MIELNICKI

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

WYDANIE ONLINE
internet@gazetaolsztynska.pl

REDAKTOR NACZELNY
Igor Hrywna

ZASTĘPCY REDAKTORA NACZELNEGO
Bartosz Orliński
Dawid Zmuda

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

PRENUMERATA
89 539 76 65
prenumerata@gazetaolsztynska.pl

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

CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ
tel. 89 539 74 80, 81

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

REKLAMA W ELBLĄGU
ul. Rybacka 35
tel./fax 55 236 16 99
reklamy@dziennikelblaski.pl

WYDAWCA
GRUPA WM Sp. z o.o.
ul. Tracka 5
10—364 Olsztyn

PREZES
Jarosław Tokarczyk

DRUK
Drukarnia Prasowa
GRUPY WM Sp. z o.o.
Olsztyn, ul. Tracka 7
tel. 89 539 74 21

NAKŁAD KONTROLOWANY
ZWIĄZEK KONTROLI DYSTRYBUCJI PRASY

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

eprasa.pl 77793356e8

Na Warmii i Mazurach rośnie liczba zakażonych

ZDROWIE || Wtorek 10 sierpnia to dzień, w którym w Polsce odnotowano najwięcej zakażeń koronawirusem od czerwca – w sumie 200. Na Warmii i Mazurach przybyło 8 chorych, a ponadto kilka osób trafiło do szpitala. Powód? Zbyt mało zaszczepionych osób.

Po raz pierwszy od dłuższego czasu na Warmii i Mazurach wzrosła liczba hospitalizowanych z powodu zakażenia wirusem Covid-19. Wszyscy to osoby niezaszczepione. Janusz Dzisko, dyrektor Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej, nie ma wątpliwości, że ci, którzy nie zdecydowali się na szczepienie, przechodzą chorobę o wiele gorzej. Tym bardziej martwi niska wyszczepialność w regionie, która wynosi obecnie 44 proc.

— Obecnie wśród osób zaszczepionych, nawet jeśli dojdzie do tzw. przełamania odporności, czyli zachorowania, to najczęściej przebieg jest łagodny. Z wywiadów epidemiologicznych, które przeprowadzamy, wynika, że osoby, które zaraziły się Deltą najczęściej odczuwają bóle głowy, bóle zatok, mają podwyższoną temperaturę oraz są osłabione. Jednak żaden z przypadków nie wymagał hospitalizacji — podkreśla Janusz Dzisko.

Fot. Alina Laskowska

Jeśli chodzi o liczbę zaszczepionych, warmińsko-mazurskie jest na czwartym miejscu od końca

Obecnie wariantem dominującym na Warmii i Mazurach jest Delta, która odpowiada za ponad 80 proc. zachorowań. Tak samo jest w całej Polsce. Liczba zakażeń wciąż utrzymuje się na stosunkowo niskim poziomie, ale — niestety — powoli, choć zauważalnie rośnie.

— Na pewno nastąpi wzrost zachorowań, ponieważ to widać już w tej chwili. Dodatkowo martwi nas czwarte miejsce od końca na liście województw, jeśli chodzi o liczbę zaszczepionych. Mamy ewidentne dowody na to, że ci, którzy są zaszczepieni i zachorowali, przechodzą chorobę łagodniej, natomiast Delta u niezaszczepionych powoduje ciężki przebieg — dodaje Janusz Dzisko.

Przypomnijmy, że jeśli rząd zdecyduje się wprowadzić obostrzenia sanitarne, to nasze województwo będzie jednym z pierwszych, w których to się

JANUSZ DZISKO: NA PEWNO NASTĄPI WZROST ZACHOROWAŃ, PONIEWAŻ TO WIDAĆ JUŻ W TEJ CHWILI.

stanie. Powodem jest zbyt mała liczba zaszczepionych mieszkańców Warmii i Mazur. Wszyscy, którzy chcą się zaszczepić, mogą skorzystać między innymi z mobilnego punktu szczepień, który znajduje się przed siedzibą sanepidu przy ul. Żołnierskiej w Olsztynie i jest czynny we wtorki i w czwartki w godz. od 13 do 17. Otrzymuje się tam jednodawkowy preparat Johnson&Johnson.

MARTA WIŚNIEWSKA

REKRUTACJA NA UWM: BLISKO 2 TYS. KANDYDATÓW WIĘCEJ NIŻ ROK TEMU

Na Uniwersytecie Warmińsko-Mazurskim zakończyła się rekrutacja na studia. Chętnych do spędzenia kilku najbliższych lat w Kortowie jest ok. 2 tys. więcej niż w ubiegłym roku.

Na ostateczne wyniki trzeba jednak poczekać do końca września. Wtedy zostanie przeprowadzony drugi nabór.

Olsztyński uniwersytet zaoferował na rok akademicki 2021/2022 około 7,5 tys. miejsc dla studentów pierwszych lat. Przyjętych zostało 6 tys. osób, co oznacza, że o miejsce na studiach w Kortowie może jeszcze ubiegać się 1,5 tys. kandydatów. Spośród 74 przygotowanych kierunków największą popularnością cieszyły się: kierunek lekarski, weterynaria, psychologia, prawo, kryminologia, informatyka, ekonomia, zarządzanie, filologia angielska i pielęgniarstwo.

Sławomir Przybyliński, prorektor ds. studenckich UWM, przyznaje, że władze uczelni są zadowolone z dotychczasowej rekrutacji. — Cieszy nas to, że zgłosiło się 2 tys. osób więcej niż w poprzedniej rekrutacji, bo to oznacza, że oferta kształcenia naszego uniwersytetu cieszy się dużym zainteresowaniem. Tym bardziej jesteśmy zadowoleni, że ta zwyżka nastąpiła po trudnym roku pandemii i kształcenia w formie zdalnej. To wynik ciężkiej pracy wielu osób, akcji promocyjnych... Bardzo chcemy, żeby przekładało się to na coraz większą liczbę studentów. Jesteśmy na to gotowi.

Uniwersytet Warmińsko-Mazurski wzbogacił swoją ofertę o dwa nowe kierunki: ichtiologię i akwakulturę oraz geoinformatykę. Jak mówi prof. Przybyliński, jest to odpowiedź na zapotrzebowanie rynku pracy. — Nieustannie obserwujemy rynek pracy i panujące na nim trendy. Jesteśmy także w kontakcie z różnymi środowiskami, żeby odpowiednio skonstruować naszą ofertę kształcenia.

Dodatkowa wrześniowa rekrutacja, w której mogą uczestniczyć maturzyści, którzy musieli pisać egzamin poprawkowy, lub niezdecydowani, potrwa od 7 do 15 września. 17 września zostanie ogłoszona lista kandydatów. Do 23 września będą mieli czas na podjęcie ostatecznej decyzji.

Ogłoszenie wyników naboru nastąpi 27 września, czyli tuż przed rozpoczęciem nowego roku akademickiego. — Serdecznie zapraszamy. Podczas wrześniowej rekrutacji będziemy mieli do zaproponowania wiele ciekawych kierunków — dodaje rektor Przybyliński.

MARTA WIŚNIEWSKA

eprasa.pl 77793356e8

Solidarność i pracownicy Jaracza manifestowali przed sądem

KONFLIKT || Ten proces budzi emocje nie tylko w olsztyńskim środowisku artystycznym. Na ławie oskarżonych zasiądzie bowiem Zbigniew B., dyrektor Teatru Jaracza. Prokurator zarzuca mu utrudnianie działalności związkowej. Przed sądem zgromadzili się działacze Solidarności i pracownicy teatru.

Przypomnijmy. Konflikt w olsztyńskim Teatrze im. Stefana Jaracza trwa od dawna. Pisaliśmy o tym wielokrotnie. Teraz o placówce znowu zrobiło się głośno. Niestety nie dzięki nowym spektaklom, ale dlatego, że dyrektor teatru będzie musiał się wytłumaczyć przed sądem ze swoich działań wobec dwóch działających w teatrze związków zawodowych.

W obronie praw pracowniczych Solidarność interweniowała w teatrze jeszcze pod koniec 2019 roku. Według wiceszefa Solidarności w województwie warmińsko-mazurskim problemy zaczęły się niemal od razu po objęciu władzy przez obecnego dyrektora. Pracownicy już wtedy zwracali uwagę, że atmosfera w teatrze jest nie do zniesienia.

Prokuratura przedstawiła Zbigniewowi B. zrzut popełnienia przestępstwa z art 35 ust 1 pkt 2 ustawy o związkach zawodowych. Mowa w nim o tym, że kto w związku z zajmowanym stanowiskiem lub pełnioną funkcją „utrudnia wykonywanie działalności związkowej prowadzonej zgodnie z przepisami ustawy" podlega grzywnie albo karze ograniczenia wolności. Pierwsza rozprawa odbyła się dzisiaj (10 sierpnia) o godz. 9. Przed sądem rejonowym w Olsztynie pojawiła się zarówno grupa działaczy Solidarności, jak i pracowników Teatru Jaracza popierających dyrektora Zbigniewa B.

Wiceszef Solidarności Krzysztof Krzyżaniak w rozmowie z „Gazetą Olsztyńską" podkreślał, że ich obecność przed budynkiem sądu ma pokazać wsparcie dla pokrzywdzonych przez dyrektora pracowników. Państwowa Inspekcja Pracy wykryła w teatrze nieprawidłowości, które mogą wskazywać na łamanie przez dyrektora praw pracowniczych.

Fot. Zbigniew Woźniak

Przed olsztyńskim sądem swoje punkty widzenia manifestowały dwie grupy: związkowcy przeciwko decyzjom dyrektora Teatru Jaracza i pracownicy teatru z poparciem... dla dyrektora

Proces Zbigniewa B. dotyczy utrudniania działalności związkowej. Jak informuje Państwowa Inspekcja Pracy: „Prawo reguluje procedury zwalniania z pracy osób chronionych ustawą o związkach zawodowych, a z naszych ustaleń wynika, że było łamane". Kontrola Państwowej Inspekcji Pracy wykazała 14 różnych nieprawidłowości. Sprawą zajęła się prokuratura, która skierowała przeciwko Zbigniewowi B. wniosek do sądu.

Przed sądem zgromadziła się grupa zwolenników dyrektora, która nie zgadzała się z działaniami olsztyńskiej Solidarności. Ich zdaniem Zbigniew B. jest dobrym szefem, który przyczynia się do rozwoju teatru. Aktorzy podkreślali, że od kiedy rządzi w nim nowy dyrektor, coraz więcej spektakli zostaje docenionych na arenie ogólnopolskiej. Z relacji pracowników Teatru Jaracza w Olsztynie wynika, że w ich zespole panuje dobra atmosfera. Podczas rozmowy padło stwierdzenie, że w trakcie zmian na najwyższym szczeblu zawsze dochodzi do przetasowań, a na stanowiska kierownicze wchodzą osoby, których nowy dyrektor darzy zaufaniem. Podobnie było w tym przypadku.

Zbigniew B., obejmując stanowisko dyrektora Teatru Jaracza, zwolnił dwie osoby. Kolejne były ofiarami pandemii i zamknięcia placówek kultury. Zaliczały się do nich głównie osoby od obsługi kas, sal i biletów. Obecnie dwóch aktorów jest na wypowiedzeniu. Dyrektor nie widzi dla nich miejsca w swoim zespole. Jak wynika z relacji pracowników, takie sytuacje są zupełnie normalne i występowały również przy poprzednich zmianach dyrektorów.

Obecnie związek zawodowy z Teatru Jaracza połączył się ze związkiem z Filharmonii Warmińsko-Mazurskiej. Powodem takiej decyzji były zwolnienia pracowników tworzących związek.

Do sprawy wrócimy.

KAROL GROSZ

eprasa.pl 77793356e8

Całe wakacje na koloniach

CZAS WOLNY || Są dzieci, które całe wakacje spędzają poza domem. Ledwo co wrócą z koloni, już jadą na obóz. Rodzice, zwłaszcza samodzielni, tłumaczą, że pracują i nie mają co zrobić ze swoją pociechą. O opinię poprosiliśmy Annę Górską, psycholog z Olsztyna i mamę dwójki dzieci.

Nie pamiętałam, jak wyglądał dom — opowiada Katarzyna z Olsztyna, mama dwójki małych dzieci. — Przez całe wakacje byłam podrzucana jak kukułka, bo mama nie miała co ze mną zrobić. Ciężko pracowała od świtu do nocy. Trafiałam więc z jednego obozu na drugi. Mama tylko zdążyła wyprać moje rzeczy, a ja następnego dnia już jechałam na kolejny obóz. Do dziś pamiętam jak tęskniłam za własnym łóżkiem. Sama nigdy nie zrobię tego swoim dzieciom!

Z kolei pan Krzysztof z Ostródy z sentymentem wspomina czasy wakacyjnej, dziecięcej wolności. — Matka wychowywała nas sama i naprawdę nie miała jak zapewnić opieki mnie i bratu podczas wakacji. Dlatego wysyłała nas na trzytygodniowe kolonie. Ja byłem szczęśliwy, nie tęskniłem. To jedno z moich najlepszych wspomnień!

Dwie skrajne opinie i wspomnienia. Dlaczego?— To zależy od dziecka. Na pewno są takie, które zniosą to lepiej, jak pan Krzysztof. Jeśli mówi, że takie wakacje były dla niego fajną sprawą, to znaczy, że tak było. Może trafiło na ekstrawertyka, który lubi dużo bodźców? Natomiast pani Katarzynie mogło brakować relacji, ciepła, czasu z rodziną. Może to introwertyczka, która tęskniła za mamą? I wakacje w różnych miejscach nie były dla niej atrakcyjne — komentuje Anna Górska, psycholog z Olsztyna, mama dwójki dzieci.

Są dzieci, które od początku wakacji do rozpoczęcia roku szkolnego spędzają czas poza domem na wyjazdach z rówieśnikami. Czy to jest dobre? — Jeśli rodzice nie mają szansy na wzięcie urlopu, są zapracowani, to czas na koloniach może być dobrą opcją. Oczywiście, jeśli dziecko tego chce. Brałabym pod uwagę jego wolę i wyobrażenia. Natomiast popołudnie spędzone z rodzicem w domu też jest wartością. Mój syn, kiedy wrócił do domu po obozie, był bardzo zadowolony. Od razu zadeklarował, że chce jechać za rok, bo ten czas był dla niego atrakcją i zabawą. Ale wiem, że po tym obozie potrzebuje odpoczynku w domu i tzw. resetu — odpowiada psycholog. — Jeśli dom nie jest bezpieczny i ciepły, dziecko może lepiej się czuć nawiązując relację na obozie. Jeśli zabiorę dziecku obóz i kolonie i zapewnię, że spędzimy czas razem, to też dobrze. Tylko pytanie, czy umiemy to robić? Czas dla rodziny w wakacje jest na innych zasadach niż codzienna rutyna: szkoła- podwózka- zajęcia dodatkowe. I jest możliwy do osiągnięcia i zrealizowania, i przede wszystkim wartościowy. U rodziców samotnie wychowujących dzieci może takiej nie być opcji.

Fot. Pixabay.com

Są dzieci, które całe wakacje spędzają poza domem

Na facebookowym fanpage'u „Gazety Olsztyńskiej" poprosiliśmy internautów o podzielenie się swoimi historiami. Małgorzata, internautka, wspomina, że na pierwsze zimowisko pojechała, nie mając jeszcze skończonych siedmiu lat. — Byłam z siostrą. Tak zapoczątkowałam kolonie i zimowiska, na które jeździłam rok w rok aż do ukończenia podstawówki. Każdy wyjazd to tęsknota za mamą, ale teraz jestem jej wdzięczna, bo dużo zobaczyłam.

Natomiast zdaniem Anny, innej komentującej, wakacje powinny być inne niż rok szkolny. — Dlatego jedna kolonia i pobyt u babci np. na wsi to bardzo dobry pomysł. Jeżeli dziecko nie tęskni to dobrze. Po to są wakacje. Gorzej, gdy dziecko je spędza w przedszkolu, a rodzice odpoczywają w domu. Wiem, że tak bywa, bo pracowałam w przedszkolu — opisuje.

Czy taki czas spędzany poza domem może skutkować traumą? — Nie ma przepisu na traumę. Wszystko zależy od interpretacji. Dziecko może czuć się porzucone i niechciane, może to być dla niego trudne i zaważyć na dalszym życiu. Ale jeśli dziecko wraca z obozu i widzi stęsknionych i uradowanych rodziców, którzy dopytują jak było, spędza z nimi dwa dni i jedzie na kolejne wakacje, żeby spróbować czegoś nowego, to może być dla niego dobre i fajne — odpowiada Anna Górska.

Jaka jest recepta na udane wakacje? — Wszystko jest kwestią relacji: czy są ciepłe, bliskie, czy umiemy towarzyszyć sobie w emocjach i okazać przywiązanie. Dziecko może siedzieć całe wakacje bez kolonii i też się czuć samotne, bez kontaktu z rodzicami, którzy są w swoich światach, pracach czy telefonach — podkreśla psycholog.

Anna Górska zauważa natomiast, że kilka kolonii z rzędu jest przedłużeniem roku szkolnego. — Dziecko jest znowu w zadaniach, bo zawsze na tego typu wyjazdach coś się dzieje. I może temu dziecku brakować czasu na innych zasadach. Myślę, że dwa obozy w ciągu dwóch miesięcy i opieka np. babci, byłyby wystarczające. Odczuwam niepokój, kiedy słyszę o dzieciach, których dwa miesiące nie ma w domu. Może być im trudno — mówi.

Psycholog podkreśla, że warto zastanowić się, co czują rodzice, którzy nie chcą być ze swoimi dziećmi. — Zazwyczaj mamy możliwość wzięcia urlopu w wakacje. Może oni naprawdę nie mogą, a może nie potrafią? Oczywiście potrzebujemy czasu dla siebie. Głoszę pochwałę także samotnych wyjazdów rodziców bez dzieci, o czym mówiłam już na łamach Gazety. Ale czas z dzieckiem też jest bardzo wartościowy. Chciałabym poznać tych rodziców i ich obawy. Co się kryje pod tym, że ich dzieci całe wakacje są w placówkach? Brak umiejętności bycia z dzieckiem? A może ucieczka od dziecka? Przy dziecku też można odpoczywać i mieć fajny czas dla siebie. To trzeba przerobić, przepracować w sobie. Może tacy rodzice tego nie potrafią, nie mają doświadczeń, odpowiednich wzorców? I nie potrafią czerpać radości z tego wspólnie spędzonego czasu. A obóz lub przedszkole czynne przez całe wakacje jest wytrychem, ucieczką od rodzicielstwa? — podsumowuje Anna Górska.

ALEKSANDRA TCHÓRZEWSKA

eprasa.pl 77793356e8

Niebanalnie zaśpiewali o miłości

KULTURA || Utalentowani artyści po raz kolejny wystąpili w elbląskim parku leśnym, a publiczność jak zwykle nie zawiodła. Tym razem na scenie muszli koncertowej zagrał zespół Plateau. W planach jeszcze dwa wyjątkowe spotkania.

O miłości niebanalnie" — tak brzmiał tytuł koncertu, który w minioną niedzielę zagrał na elbląskiej scenie szczeciński zespół Plateau.

Artyści zaprezentowali między innymi utwory legendarnego Leonarda Cohena, ale we własnych aranżacjach i tłumaczeniach Romana Kołakowskiego. Wszystko za sprawą kolejnego spotkania w ramach tegorocznej edycji Letniego Salonu Muzycznego.

— Przyznam szczerze — nie spodziewałam się, że dziś będzie tutaj aż tak pięknie! — przyznała po koncercie jedna ze słuchaczek. — Cały dzień padało i już miałam zostać w domu, ale na szczęście pogoda okazała się łaskawa i podczas samego występu nie padało. Cieszę się, że mamy w Elblągu takie wydarzenia, szkoda, że cykl spotkań już dobiega końca! — zauważa elblążanka.

Kolejny mieszkaniec, który, jak sam przyznaje, regularnie odwiedza Bażantarnię w każdą niedzielę, zaznacza: — Od lat śledzę Letni Salon Muzyczny, jestem na większości spotkań, zabierając tutaj ze sobą kolejnych znajomych — wszyscy są zachwyceni. Organizatorzy tej imprezy naprawdę się starają, a my jesteśmy im bardzo wdzięczni za to, co robią — dodaje mężczyzna.

Przed nami dwa ostatnie spotkania w ramach tegorocznego salonu.

Już w nadchodzącą niedzielę na leśnej scenie wystąpią aktorzy i aktorki z Teatru im. Aleksandra Sewruka w Elblągu i zaprezentują spektakl „Niedźwiedź i Oświadczyny", który swoją premierę miał w 2005 roku.

— Od tego czasu cieszy się popularnością i to w niezmienionym składzie — informuje Elbląskie Towarzystwo Kulturalne. — Zapraszamy na siedemdziesiąt minut śmiechu i zabawy. Jak pokazuje życie, tekst Antoniego Czechowa jest wciąż aktualny, wciąż bawi. Z pozoru dwie różne historie łączy wspólny mianownik — uczucia. Na scenie zobaczymy cały wachlarz emocji — od miłości po nienawiść, od złości aż po pasję. Patrząc na bohaterów Czechowa, odnosimy także wrażenie, że obserwujemy samych siebie — nasze charaktery, ludzkie słabości i namiętności — przekazują organizatorzy Letniego Salonu Muzycznego.

Na scenie muszli koncertowej w spektaklu wyreżyserowanym przez ukraińskiego aktora i reżysera Wiaczesława Żiła wystąpią Marta Masłowska, Teresa Suchodolska, Mariusz Michalski, Lesław Ostaszkiewicz i Jerzy Przewłocki.

Jak co tydzień podczas imprezy będzie można wspomóc zbiórkę na rzecz elbląskiego schroniska dla bezdomnych zwierząt.

Spektakl rozpocznie się o 17 w muszli koncertowej w Bażantarni.

A już 22 sierpnia podczas ostatniego spotkania w ramach tegorocznego Letniego Salonu Muzycznego koncert „Muzyka lasem inspirowana". Tego dnia będzie można również zobaczyć wystawę autorstwa Alicji Kowalczyk pod tytułem „Żuławy okiem wiedźmy".

KK

Fot. archiwum teatru/Wiesław Czerniawski

W nadchodzącą niedzielę „Niedźwiedź i Oświadczyny"

Fot. Ryszard Biel (6)

eprasa.pl 77793356e8

Emerytura za staż. Czy realna?

PRAWO || Solidarność zbiera podpisy pod projektem emerytur stażowych. Żeby zajął się nim Sejm, pod projektem musi podpisać się sto tysięcy osób. Z tym raczej nie będzie problemu, gorzej może być z większością dla projektu na Wiejskiej.

W Sejmie jest projekt Solidarności w sprawie emerytur stażowych. Zgodnie z nim, na emeryturę można byłoby przejść pod 35 latach pracy w przypadku kobiet i 40 lat dla mężczyzn. Jednak, żeby posłowie zajęli się projektem musi się pod nim podpisać sto tysięcy osób.

W Olsztynie podpisy zbierane są w zarządzie regionu NSZZ Solidarności przy ul. Głowackiego. Przed budynkiem stanął wielki baner z informacją, że właśnie tu można podpisać się pod projektem ustawy emerytura za staż.

Związkowcy planują wyjście z akcją poza swoją siedzibę. Chcą zbierać podpisy między innymi przed kościołem Serca Jezusowego i przed Wysoką Bramą.

Fot. arch. GO

Przewodniczący Józef Dziki: Mam nadzieję, że rząd, parlamentarzyści zrozumieją, że ludzie chcą emerytur stażowych

Fot. Andrzej Mielnicki

Solidarność musi zebrać co najmniej sto tysięcy podpisów pod projektem ustawy

Minimum to sto tysięcy podpisów, ale Solidarność chce zebrać znacznie więcej podpisów, żeby pokazać, jak wielkie jest zainteresowanie tym projektem. Zebrać podpisy to jedno, a drugie, czy projekt ma szanse wyjść poza sferę projektu?

— Gdybyśmy w to nie wierzyli, to nie podjęlibyśmy tej inicjatywy obywatelskiej — mówi Józef Dziki, przewodniczący Regionu Warmińsko-Mazurskiego NSZZ Solidarność. — To jest postulat od lat, nie tylko związków zawodowych, ale ludzi pracy, którzy chcieliby mieć taką możliwość. A skoro prezydent zwlekał ze swoją inicjatywą, rząd tym bardziej, to wzięliśmy sprawy w swoje ręce i podjęliśmy tę inicjatywę obywatelską. Teraz jesteśmy w trakcie zbierania podpisów, kampania tak naprawdę dopiero się zaczyna.

Zdaniem przewodniczącego Dzikiego, ustawa dałaby ludziom możliwość wyboru, czy chcą jeszcze pracować, czy może, mając już odpowiedni staż, przejść na emeryturę.

— To nie jest zmuszanie nikogo, to jest danie możliwości — podkreśla przewodniczący Dziki. — Szczególnie tym, którzy ciężko pracują, a już nie mają tyle siły i zdrowia, co kiedyś i często już przebywają na zwolnieniach lekarskich. Jeśli mają odpowiedni staż pracy, niech mają możliwość wyboru, czy chcą dalej pracować, czy może przejść na emeryturę. Nie sądzę, żeby Polacy tak hura szli na emeryturę. Kto czuje się dobrze, raczej będzie dalej pracował.

Czy w Sejmie znajdzie się większość dla tego projektu?

— Mam nadzieję, że rząd, parlamentarzyści wreszcie zrozumieją, że tego chcą ludzie, że jest tak potrzeba — dodaje przewodniczący Józef Dziki.

Projekt związkowy zakłada, że można byłoby przejść na emeryturę przed osiągnięciem wieku emerytalnego, mając w przypadku kobiet co najmniej 35 lat okresu składkowego i nieskładkowego, a w przypadku mężczyzn 40 lat. A emerytura stażowa nie mogłaby być niższa niż minimalne świadczenie, czyli dziś 1250,88 zł. Nie ma żadnych innych wymogów.

Dziś minimalna emerytura to 1250, 88 zł, co daje na rękę 1066,24 zł. Rząd zapowiedział w Polskim Ładzie podniesienie kwoty wolnej od podatku do 30 tys. zł, co oznacza, że emerytury do kwoty 2500 zł byłyby nieopodatkowane. Wówczas obecna minimalna emerytura wyniosłaby na rękę 1137,50 zł. Więcej, ale to nie jest świadczenie, za które można godziwie przeżyć miesiąc. Dlatego eksperci ostrzegają, że emerytury stażowe mogą wpędzić przyszłych emerytów w biedę. Czy po to ktoś pracował 35-40 lat, żeby teraz dostawać nieco ponad tysiąc złotych emerytury?

Zdaniem ekspertów, o emeryturach stażowych możemy rozmawiać, ale pod pewnymi warunkami.

— Ten staż pracy powinien wynosić co najmniej 45 lat. A zgromadzony kapitał pozwalałby na wypłatę świadczenia na poziomie co najmniej 150-175 proc. minimalnej emerytury. Chodzi o to, żeby ta emerytura była godna — powiedział nam Oskar Sobolewski, ekspert Instytutu Emerytalnego. — Emerytury stażowe są dla osób, które zaczynają swoją aktywność zawodową bardzo wcześnie, w wieku 16-18 lat. Jednak staż pracy musi korelować z wiekiem emerytalnym, bo to nie chodzi o to, żeby wbrew trendom, wszelkim standardom obniżać wiek emerytalny, a powinniśmy zmierzać w kierunku wyrównania i podwyższenia wieku emerytalnego.

Toteż projekt Solidarności może podzielić los podobnego projektu OPZZ w sprawie emerytur stażowych, pod którym podpisało się prawie 800 tys. osób. Nie różni się niczym od propozycji Solidarności. I od kilku lat leży w sejmowej zamrażarce.

Emerytury stażowe są w Niemczech. Tu do stażu pracy zalicza się też okresy obowiązkowego i dobrowolnego ubezpieczenia, czas kształcenia się w szkole średniej lub wyższej czy opieki nad dzieckiem. Jednak jest pewien warunek, otóż osoby posiadające 45-letni staż pracy, mogą przejść na emeryturę w pełnej wysokości (bez potrąceń) dopiero w wieku 63 lat. Dlaczego tak późno? Bo chodzi o to pogodzenie stażu pracy i zgromadzonych składek z wiekiem i z przewidywaną długością życia. O to, żeby ten staż pracy w jakiś sposób korelował z wiekiem emerytalnym.

ANDRZEJ MIELNICKI

eprasa.pl 77793356e8

W życiu musiałam podejmować trudne decyzje

WYBORY || Nie miała w życiu łatwo, ale nigdy się nie załamywała. Największym szczęściem w jej życiu były dzieci, to one nadawały mu sens. Miłość przyszła dość późno i trwała krótko. Jednak te wszystkie przeżycia dają pani Basi siłę, by walczyć o siebie i swoje marzenia. By móc być szczęśliwą.

Pani Barbara ma 73 lata, a za sobą wiele trudnych chwil, które sprawiły, że ta drobna i skromna kobieta jest silna. Nie miała w życiu łatwo. Kiedy miała 6 lat, zmarła jej mama, ojciec pracował w polu całymi dniami, więc dziewczynka musiała szybko nauczyć się samodzielności. Dwa lata później w ich domu pojawiła się kobieta.

— Ojciec kazał nazywać ją mamą. Początkowo była dla mnie dobra, plotła mi warkocze, śpiewała piosenki i wspólnie przygotowywałyśmy potrawy — opowiada pani Barbara. — Niestety kiedy na świecie pojawiły się bliźniaki, przestałam być jej córeczką. Nie było już wspólnego spędzania czasu, w zamian musiałam pracować w polu, opiekować się braćmi i sprzątać. Miałam jakieś 11 lat, a pracowałam jak dorosły człowiek. Wieczorami byłam tak zmęczona, że nie miałam siły odrobić lekcje, więc moje oceny były bardzo słabe. Nie cierpiałam głodu, ale czułam się jak służąca.

W wieku 18 lat pani Basia wyszła za mąż. To ojciec za namową swojej żony postanowił wydać córkę za syna sąsiadów. Pan Marian był starszy od niej o 13 lat.

Fot. Joanna Karzyńska

Pani Basia nie rozpamiętuje przeszłości, cieszy się każdym dniem

— Nie był złym człowiekiem, ale też nie znał żadnych uczuć. Żona miała być gospodynią w domu, urodzić dzieci, prać, sprzątać i gotować. Najlepiej też, żeby nie miała swojego zdania i robiła to co jej się każe — opowiada pani Basia. — Jak każda młoda dziewczyna marzyłam o miłości, jednak nigdy nie poznałam jej smaku w małżeństwie. Przez wiele lat żyłam tak jak mąż chciał: zajmowałam się domem, urodziłam czwórkę dzieci, opiekowałam się zwierzętami. Wszystko wykonywałam jak robot. Jedyną radością były moje dzieci. Kochałam je ponad wszystko. Dbałam o ich wykształcenie i o to, by byli dobrymi ludźmi. Przez prawie 40 lat żyłam nie patrząc na siebie, żyłam dla innych. Ważne były ich potrzeby, ja byłam gotowa o każdej porze dnia i nocy nieść im pomoc. Nie myślałam nigdy o sobie, nie chodziłam do fryzjera czy kosmetyczki, każdy grosz oszczędzałam dla dzieci. Kiedy wszystkie się usamodzielniły, założyły swoje rodziny zostałam z mężem sama w domu.

Dwójka ludzi, która przeżyła wspólnie prawie 40 lat, w pustym domu nie potrafiła się odnaleźć. Coraz częściej między małżonkami wybuchały kłótnie z byle powodu.

— Okazało się, że po tylu latach spędzonych razem mamy całkowicie różne charaktery, inne spojrzenie na świat i inne potrzeby — mówi pani Basia. — Marian miał 72 lata, ja 59, kiedy zostaliśmy sami w domu. Nie potrafiliśmy ze sobą rozmawiać, wszystko w jego zachowaniu mnie drażniło, przeszkadzało. Jemu też... Zrozumiałam, że tak dalej nie chcę żyć. Marzyły mi się podróże po Polsce, pójście do teatru, bo nigdy w nim nie byłam. Mąż uważał, że na stare lata zdurniałam. A ja po prostu chciałam nadrobić czas młodości.

Pani Barbara zdecydowała się na rozwód. Rozmawiała z dziećmi, potem poszła do adwokata. Chciała spokojnego rozstania bez orzekania o winie. Mąż zgodził się na te warunki. Po sprzedaży części ziemi kobieta miała kupić sobie mieszkanie w bloku. Do sprawy rozwodowej nigdy jednak nie doszło, bo okazało się, że pan Marian choruje na nowotwór.

— Mimo wszystko nie mogłam go zostawić w takiej trudnej sytuacji — tłumaczy pani Basia. — Przez prawie dwa lata opiekowałam się mężem. W tych trudnych chwilach bardzo się do siebie zbliżyliśmy. Potrafiliśmy rozmawiać godzinami o życiu, wspominaliśmy czas, kiedy dzieci były małe... Tak naprawdę poznaliśmy się na nowo i zakochaliśmy się w sobie. To była prawdziwa miłość, której wcześniej nie zaznałam. Marian nie bał się śmierci, wiedział, że umrze. W chwili odejścia trzymałam go za rękę i tuliłam. Łzy płynęły mi po twarzy, a ja żegnałam się z miłością mojego życia... Dziękowałam Bogu za wszystko, co otrzymałam, za dzieci, a w szczególności za te dwa ostatnie lata.

Po śmierci pana Mariana pani Barbara postanowiła oddać dom najmłodszemu synowi i wyprowadzić się do miasta. Chciała spełniać swoje marzenia i zobaczyć po raz pierwszy polskie morze.

— Kiedy po raz pierwszy poczułam morską wodę pod stopami i zaczęłam oddychać morskim powietrzem, aż się rozpłakałam — opowiada. — Może dla kogoś to normalne, ale ja pierwszy raz poczułam się wolna, szczęśliwa i spełniona. Dziś wiem, że mogę spełniać swoje marzenia, że czas, który mi pozostał, muszę dobrze wykorzystać. Brakuje mi bardzo Mariana, i choć minęło już kilka lat, jednak gdziekolwiek jestem, czuję jego obecność. Wiem, że jest szczęśliwy, że robię to, co kocham, to o czym marzyłam od lat. Szkoda, że nie dane nam było razem podróżować. Mam grono koleżanek, z którymi planujemy sobie wyjazdy, chodzimy do teatru, kina a czasem do kawiarni. Cieszę się z małych rzeczy: byłam u fryzjera, mam pomalowane paznokcie, byłam już też w SPA. Nauczyłam się żyć chwilą. Nie rozpamiętuję przeszłości, idę do przodu i cieszę się każdym dniem, który jest mi dany.

JOANNA KARZYŃSKA

Seniorzy nie siedzą w domu, zwiedzają region

Seniorzy z gminy Świętajno (powiat Szczytno) lubią podróżowaći poznawać różne zakątki naszego kraju. Tym razem celem wyprawy uczestników Klubu Senior + był Olsztynek. W poniedziałek 9 sierpnia odwiedzili hutę szkła oraz Muzeum Budownictwa Ludowego – Park Etnograficzny w Olsztynku.

Seniorzy zobaczyli m.in. szkołę wiejską, karczmę, wozownię, kościół, młyn wodny, dzwonnicę, ziemianki, wiatraki i zagrodę mazurską. — Jesteśmy na emeryturach, jednak nie mamy czasu na nudę — mówią seniorzy. — Jak byliśmy młodzi, nie było czasu na podróżowanie. Teraz, kiedy nasze dzieci się usamodzielniły, mamy czas dla siebie i zamierzamy korzystać z uroków życia. Dopóki nogi jeszcze pozwalają trzeba być aktywnym, a takie wspólne spotkania i wyjazdy pozwalają nam na miłe spędzanie czasu wolnego. Podróże kształcą, rozwijają, dostarczają wrażeń i wspomnień. JK

Fot. Joanna Karzyńska

eprasa.pl 77793356e8

Agata kręci lody z kresowych przepisów

KUCHNIA || Dziś są owocowe, szpinakowe, czekoladowe, miętowe, sorbety. Tysiące smaków i rodzajów. Tak, dzisiaj możemy wybierać i cieszyć się lodami. Jednak dawniej ich przygotowanie wymagało wielkich przygotowań – mówi Agata Grzegorczyk-Wosiek z Olsztyna, pasjonatka dawnej kuchni.

– Mamy upalne lato, sięgnęła pani do historii lodów i po dawne przepisy?

— Tak! Wincenta Zawadzka, autorka książki „Kucharka litewska", pod koniec XIX wieku pisała „Miejsce, gdzie się mają robić lody, powinno być zimne i suche, lecz bez przeciągu; wilgoć i wszelki przeciąg powietrza topią lód otaczający puszkę. W porze wilgotnej, dżdżystej lody trudniej się ścinają, trzeba się wtenczas obłożyć puszkę grubszym lodem i nie przestawać wolno kręcić puszki nawet na chwilę. W czas pogodny, zimny, choćby i ciepły, ale suchy, lód mniej topnieje, trzeba go więc drobniej potłuc i prędzej kręcić ubijając naokoło". Takie też opowieści słyszałam od babć, a słuchając ich, w mojej głowie jawił się obraz magiczny i zupełnie nieprawdopodobny.

– Pewnie wyobraźnię pobudzały opowieści o lodowniach służących do przechowywania produktów w niskich temperaturach?

— Dawniej lód wyrąbywano zimą z zamarzniętych jezior albo rzek i przechowywano później w lodowniach grubo obłożony słomą. Taka lodownia znajdowała się przy każdym większym gospodarstwie. Dobrze zabezpieczone bryły mogły przeleżeć nieraz do późnego lata, a w jakiś upalny dzień można było nimi coś schłodzić albo właśnie zrobić lody! Klasycznie kręciło się je w specjalnej maszynie, a czasem, z braku maszyny, w dwóch miskach. Jedna, zewnętrzna, większa, wypełniana była lodem. W drugiej, wewnętrznej, znajdowały się ucierane produkty. Lodową masę najczęściej stanowiły: żółtka, cukier i mleko. Prosta receptura, w której główną trudność stanowił sam proces zamarzania.

Magię i niesamowitość wzmacniało jeszcze oddalenie w czasie i przestrzeni: kiedyś, dawno, dawno temu, przed wojną, gdzieś, na jakiś Kresach, jacyś ludzie, których już nie ma, przygotowywali sobie z jajek, cukru i mleka lodowe desery. Mogła mi to opowiedzieć jedynie prababcia, która to wszystko widziała na własne oczy i, kiwając siwą głową w koku, potwierdzała, że tak właśnie było.

Fot. archiwum prywatne

Agata Grzegorczyk-Wosiek robi lody według przepisu „Kucharki litewskiej"

Jak w powojennej Polsce pojawiły się lodówki w domach, to moc ich chłodzenia była niewystarczająca, by przechowywać i robić lody.

– Ale lodów nie brakowało...

— Byliśmy skazani na bambino i calypso, a później jeszcze czterokolorowe cassate z Horteksu. Wszystkie trochę za bardzo chrzczone wodą i buraczanym barwnikiem zamiast owoców. Smakowały... no cóż, były zimne i trochę słodkie. Były też czasem takie miejsca, w których wbrew wszystkim przeciwnościom wytwarzano prawdziwe lody, i wieść o nich krążyła po okolicy jak jakaś legenda.

– Na Warmii była znana lodziarnia w Barczewie?

— Na przełomie lat 70. i 80. cukiernia mieściła się przy ulicy Mickiewicza, na parterze większej kamienicy, gdzie na piętrze znajdowało się mieszkanie właściciela, autochtona, Bernarda Szulca. Przed budynkiem był taras i schody prowadzące do środka. Opowiadał mi o tym pan Wojciech Zenderowski, mieszkaniec i badacz historii Barczewa, kolega syna pana Bernarda. Z tego powodu nie raz miał okazję zjeść te niezwykłe lody. Pan Bernard, korzystając ze swoich zagranicznych kontaktów, sprowadzał niektóre, niedostępne u nas składniki: czekoladę, barwniki i prawdopodobnie specjalne mieszanki zastępujące jajka. Mimo że lody produkowane były w podstawowych odmianach: wanilia, czekolada i truskawka, to jednak ich smak tak dalece różnił się od pozostałych, dostępnych wówczas na rynku, że przed skromnym sklepikiem na Mickiewicza w sezonie letnim zawsze ustawiała się niesamowita kolejka — wspomina pan Zenderowski.

Powiedział mi „Ludzie najczęściej przychodzili z dużymi termosami, bo kolejki były takie, że nikomu nie chciałoby się stać po jedną czy dwie gałki. Słyszałem nawet, że Edward Gierek przyjechał do Barczewa na lody, specjalnie do pana Bernarda, podczas wakacji w Łańsku, ale może to tylko takie opowieści. Rodzina Szulców zamknęła zakład i wyemigrowała za granicę w późnych latach 80. Wtedy to nie był łatwy czas do prowadzenia prywatnych biznesów. Z tego, co pamiętam, strasznie dokuczał mu sanepid. Obecnie na miejscu dawnej lodziarni znajduje się bar".

– Jadła pani te lody?

— Tak, choć ich smaku, niestety, nie pamiętam. Wiąże się z tym pewna anegdota. W późnych latach 70., odwiedził nas wujek z Poznania. Opowiadał o cukierni Warta, która jako jedna z pierwszych po wojnie, bo od 1949 r. produkowała czterokolorowe lody cassate. Wszyscy słuchali go, jak zaczarowani, przełykając ślinkę. A wujek zapytał: „A jest jeszcze tutaj ta lodziarnia w Barczewie?" No i kiedy okazało się, że jest, następnego dnia spakował dwa specjalne termosy z dużymi otworami i pojechał po te lody. Pamiętam, że gdy zaglądałam do termosu, jego szklane ścianki, jak w gabinecie luster, odbijały wszystko wielokrotnie.

– Teraz sama kręci pani lody?

— Według przepisu kucharki litewskiej, który zmieniam według swojego uznania. Mimo obaw, produkcja powiodła się! Rodzina mówi, że są pyszne. Lato to dobry czas, by wziąć dwie miski i ukręcić sobie samemu lodowy deser.

BEATA BROKOWSKA

Przepis:

Klasyczny, najbardziej podstawowy przepis na lody śmietankowe z „Kucharki litewskiej" Wincenty Zawadzkiej i za nią cytuję:
1 i 1/2 litra śmietanki lub mleka, 1/2 kilo cukru, 10 jaj, laska wanilii
Na 1 i 1/2 litra mleka tłustego wziąć pół kilo cukru dobrej wagi, utłuc i zmieszać z 10 jajami, zalać mlekiem, postawić na ogień i ogrzewać, mieszając, póki nie zgęstnieje. Włożyć pod koniec ogrzewania kawałek wysuszonej i dobrze utłuczonej wanilii, a skoro się razem ze śmietanką ogrzeje, przecedzić przez sito i ostudzić ciągle mieszając. Skoro masa ostygnie, przelać ją do formy i kręcić na lodzie, stosując się do podanych wyżej przepisów. Na lody wykwintne zamiast mleka bierze się śmietankę.
Lody przygotowałam z połowy podanych produktów.
więcej: www.przepisyzespiewnika.wordpress.com

eprasa.pl 77793356e8

Kajakiem przepłynął ponad tysiąc kilometrów

SZESNAŚCIE DNI WIOSŁOWANIA PRZEZ CAŁĄ POLSKĘ. TO CIEKAWY SPOSÓB NA SPĘDZENIE URLOPU. WOJCIECH KOPCZYŃSKI Z IŁAWY JEST NAUCZYCIELEM WUEFU, A SPORĄ CZĘŚĆ WAKACJI SPĘDZA NA WODZIE.

W ubiegłym roku w związku z pandemią koronawirusa nie przepłynąłem nawet metra. Natomiast dwa poprzednie lata i obecny rok – robię co najmniej tysiąc kilometrów, jednorazowo, na kajaku. Mam więc „opłynięta" Wisłę — płynąłem z synami trzy lata temu. Potem z Bieszczad powyżej Zalewu Solińskiego do Świnoujścia i Dziwnówka. A teraz trafiło na Wartę – wyrzuca z siebie prawie jednym tchem Wojciech Kopczyński, nauczyciel wuefu w Szkole Podstawowej nr 1 w Iławie.

— To taka odwrócona pielgrzymka z Częstochowy do nas — żartuje pan Wojtek. – Pielgrzymi narzekają na bąble na stopach, a ja – na dłoniach. Fragmenty były trudne, bo płynąłem pod prąd, na przykład w okolicach Konina 226 km do Bydgoszczy. Na Wiśle też modyfikowałem trasę, bo mogłem wybrać krótszą trasę – Nogatem, a wybrałem Szkarpawę. Dołożyłem kilkanaście kilometrów, by pętla była jak najbardziej „wypasiona".

Fot. archiwum prywatne (2)

Wojciech Kopczyński na kajaku

Lubi spływać całymi rzekami. Nauczony jednak doświadczeniem, że to, co ładne na filmach, nie do końca sprawdza się w rzeczywistości, odrzucił Zalew Porajski. — Miałem zacząć w Częstochowie, ale było po deszczach, co spowodowało problem z podejściem do wody. Zacząłem więc ciut poniżej miasta. I tak miałem na trasie 21 „przenosek" (miejsce na szlaku kajakowym lub rzece niebędącej szlakiem, które jest niespływalne, tj. niemożliwe do przepłynięcia kajakiem żadnymi możliwymi technikami – przypis redakcji). Do tego 23 śluzy i 5 pochylni. Tak więc trochę atrakcji było.

BYŁ PRZYGOTOWANY NA WSZYSTKO

Łącznie wyszło 1180 kilometrów. Na wodzie spędzał dziennie po 16 godzin. Średnio dziennie przepływał 73,60 km. Największe trudności? — Nie było takich! — śmieje się Wojciech Kopczyński. — Staram się tak przygotować do trasy, by wszystko przewidzieć. Do tego kwestia dopasowania się do swojej wytrzymałości fizycznej. Wróciłem tydzień temu, a do tej pory bolą mnie jeszcze delikatnie ręce.

Na każdym etapie wyprawy pan Wojciech miał możliwość zadzwonienia do przyjaciela, który w kryzysowej sytuacji zabrałby go do domu. Ta jednak nie nastąpiła. – Nie wymiękłem, a i pogoda też mnie nie ściągnęła z trasy.

Płynął w okresie burzowym. Przetrwał dwie nawałnice z grzmotami. Jedną na lądzie, drugą — na wodzie, z której nie dał rady zejść i musiał po prostu przeczekać. Anomalie pogodowe się zdarzają, więc spodziewał się, że podczas 16 dni coś się może wydarzyć. Gdyby sytuacja pogodowa mocno się pogorszyła i nie byłoby jak rozłożyć namiotu, skorzystałby z telefonu i wezwał na pomoc posiłki. – To miała być przyjemność, a nie katorga. Nie zamierzałem robić sobie krzywdy czy się męczyć.

To, co pan Wojtek nazywa przyjemnością, inni nazwaliby właśnie katorgą. Dwa tygodnie i dwa dni na wodzie, nocowanie w namiocie, kilka koszulek na zmianę. Woda dobrze opala, to znaczy odbija promienie słoneczne, które do ciała docierają od dołu. Czapka czy kapelusz zabezpieczą od góry, ale i tak skóra piecze.

CZERWONY KAJAK

Całkowity jego ekwipunek to czerwony kajak, w którym mieści cały dobytek. — To sztuka wszystko zmieścić, upchnąć. Pierwszego dnia w pośpiechu zapakowałem się źle. Musiałem nogą upychać to, co zabrałem. Po pewnym czasie (nie chodzi o to, że wyjadłem i wypiłem zapasy) udało mi się zagospodarować wolne przestrzenie w dwóch bakistach. Musiałem swój dobytek rozłożyć tak, by uzyskać równowagę. By kajak mnie słuchał. By nie był samowolny, by ani na dziobie, ani na rufie nie było zbyt ciężko.

Na ekwipunek składały się: namiot, turystyczna kuchenka gazowa, garnek i sztućce (to pamiątki z wojska). Dwa śpiwory, z których jeden służy za poduszkę. Trzy czy cztery koszulki na zmianę. Na dół lycrowe spodenki, bo na Drwęcy i Iławce poparzyło go słońce i nie chce tego powtórzyć. Jeśli jest większe prawdopodobieństwo wywrotki, to zakłada kombinezon kajakarski i kapok. Gdy wpłynął na Wisłę i przed Grudziądzem dość mocno zaczęło dmuchać w twarz, kapok był nieodzowny.

DWA TYGODNIE W SAMOTNOŚCI

Najłatwiej spotkać wędkarza. Nić sympatii między kajakarzami a wędkarzami nie jest mocna, jak przyznaje

REKLAMA

SYNDYK MASY UPADŁOŚCI
Warmińskiego Przedsiębiorstwa Budowlanego SA w Olsztynie
sprzeda

➢ Nieruchomość gruntową niezabudowaną w **Olsztynie przy ul. Basieńki**, składającą się z działek nr 33/1, 33/6, 33/2, 33/3, obręb 153 (KW nr OL1O/00055429/6), działek nr 32/11, 32/7, obręb 153 (KW nr OL1O/00057521/5) i działki nr 31/52, obręb 153 (KW nr OL1O/00012292/3) – o łącznej powierzchni 2,3570 ha – za cenę nie niższą niż **2 319 288 zł** (cena zawiera podatek VAT). W planie zagospodarowania przestrzennego nieruchomość przeznaczona jest pod zabudowę mieszkaniową jednorodzinną.

Sprzedaż prowadzona jest w formie konkursu ofert. Oferty pisemne, z podaniem proponowanej ceny należy składać w Kancelarii Notarialnej Zbigniewa Stankiewicza w Olsztynie przy ul. Dąbrowszczaków 18/4, tel. (89) 527 32 30 – w terminie do dnia **10 września 2021 r**. Rozstrzygnięcie konkursu ofert nastąpi **15 września 2021 r. o godz. 9:30**. O wyniku oferenci zostaną powiadomieni listownie. Przystąpienie do konkursu oznacza zapoznanie się z regulaminem konkursu ofert i jego akceptacją. Syndyk zastrzega sobie prawo unieważnienia konkursu bez podania przyczyn.

Szczegółowe informacje oraz regulamin konkursu ofert są dostępne w Internecie na stronie www.syndyk.eu oraz www.syndykolsztyn.eu. Tel. do syndyka 502 957 530.

www.dawro.pl

5621otba-a-M

eprasa.pl 77793356e8

Wojciech. — Podobno zdarza się, że kajakarze przepływają po spławikach. Mnie też kiedyś wędkarz zwrócił uwagę, że powinniśmy płynąć środkiem rzeki – przyznaje kajakarz. – Ale też rozumieją, że tam, gdzie jest ryba, jest i prąd. I tam też będą chcieli płynąć kajakarze. Ale wystarczy tylko porozmawiać – podkreśla pan Wojciech, który często korzysta z uprzejmości wędkarzy, by oddać im worek ze śmieciami. Łowiący często proponują kawę, pomoc w wyciągnięciu kajaka na brzeg. Czasem oni wędkują, a on obok nocuje.

Na całej trasie widział zaledwie kilka pojedynczych kajaków. Zorganizowanych spływów kajakowych akurat na tych rzekach nie mijał. — Pochwalę się: jestem pierwszą odnotowaną osobą, która przepłynęła Notecią pod prąd.

— Fajnie, że trafiłem na większą wodę, ale ona akurat szła nie w tym kierunku, co trzeba, więc się trochę naszarpałem z wiosłami. Notecią dopłynąłem do Bydgoszczy. W ten sposób zrobiłem już 3/4 Pętli Wielkopolskiej. Została mi trasa z Bydgoszczy do Konina przez Gopło — mówi.

STRATA CZASU TO SŁOWO KLUCZ

Budził się po czwartej. Około godziny spędzał na pakowaniu kajaka. I w trasę! – Tak wcześnie wypływając, miałem mniejszy wiatr — podkreśla.

Poza tym w razie gdyby po drodze, w południe, było bardzo gorąco, może się schować i przeczekać, bez straty czasu. „Strata czasu" to słowo-klucz. Choć z drugiej strony starał się nie pływać po 19:30. Jeśli znajdował jakieś dobre miejsce na nocleg, to już tam zostawał.

— Niewielkie miejscowości organizują często dobre miejsca do wyciągnięcia kajaka i nocowania na polu namiotowym – mówi. Starał się oszczędzać prąd, bo uszkodził jeden z kabelków i nie mógł podłączyć baterii solarnej do powerbanku. Trasę przebył na dwóch doładowaniach telefonu. Używał telefonu bardzo oszczędnie. Nie słuchał muzyki. Sprawdzał tylko, gdzie jest, dzwonił do trzech osób i wrzucał informację na Facebooka. Jego wyprawę śledzili znajomi, także uczniowie.

Ekwipunek kajakarza na 16 dni

— A dyrektorka szkoły podstawowej, w której pracuję, namawia mnie na książkę. Jest z wykształcenia polonistką, więc chyba wie, co mówi — śmieje się pan Wojciech. Wychował się na powieściach przygodowo-awanturniczych i w takim też stylu pisze swoje notatki.

Do domu wrócił na koniec lipca wyjątkowo późno, aż o 21:30.

DORÓSŁ DO WYPRAW

Dlaczego w ogóle pływa kajakiem na tak duże odległości? Jak mówi, do pewnych rzeczy się dorasta. We wczesnych latach swego życia między horyzontem a domem miał największą wodę w Polsce.

— Przez 11 lat miałem Wisłę w zasięgu wzroku. Przekraczaliśmy ją dwa razy w tygodniu, jeżdżąc do dziadków. Kilka lat temu pomyślałem, że warto zobaczyć te ziemie po raz kolejny z wody. Wówczas udało mi się przekonać synów, by przepłynąć Wisłę. To się nawet zbiegło z działaniami w szkole, związanymi z odzyskaniem przez Polskę niepodległości.

Ta trasa, którą przepłynął sam, zajęła mu 20 dni. Rodzina miała wtedy inne obowiązki, więc popłynął sam. — Moja żona też bardzo dobrze pływa kajakiem i gdyby to były dwa, trzy dni, to może by się zdecydowała. Ale nie dwadzieścia — mówi Wojciech. W tym roku też popłynął sam. Ledwo wrócił do domu, a już wyciąga rodzinę na wiosłowanie po mniejszej wodzie. A od września do sportu będzie zagrzewał także swoich uczniów. Choć i teraz to robi, często nieświadomie, bo dając im przykład swoimi wyprawami.

EDYTA KOCYŁA-PAWŁOWSKA

PODSUMOWANIE WYPRAWY

NA TRASIE: 21 przenosek przez progi i zapory, 23 śluzy, 5 pochylni. 200 km pod lekki, 40 mocny prąd. DO SPŁYNIĘCIA: Warta, Noteć, Brda, Wisła, Szkarpawa, Nogat, Elbląg. Kanały Jagielloński, Elbląski, Iławski. Pętle: Wielkopolska, Toruńska, Żuławska. Jeziora: Jeziorsko, Drużno, Ilińskie, Ruda Woda, Jeziorak.

STRATY WŁASNE: okulary, 4,5 kg wagi, kilka odcisków i obtarte plecy.

ZYSKI — wszystko inne. Między innymi: znalezione wiosło, sprawdzone koncepcje, nowe znajomości, wrażenia i fakt, że dałem radę i to w wersji najdłużej (w Koninie, Santoku, na Wiśle istniała możliwość skrócenia lub ułatwienia trasy).

WOJCIECH KOPCZYŃSKI

REKLAMA

Wójt Gminy Gietrzwałd
ogłasza nieograniczony przetarg ustny na sprzedaż
5 działek niezabudowanych w Unieszewie, uzbrojonych w media, przeznaczonych pod zabudowę mieszkaniową jednorodzinną:

- nr 172/22 o pow. 979 m², cena wywoławcza netto: 59.200 zł, wadium: 7.300 zł
- nr 172/23 o pow. 1061 m², cena wywoławcza netto: 64.100 zł, wadium: 7.900 zł
- nr 172/24 o pow. 1019 m², cena wywoławcza netto: 61.600 zł, wadium: 7.600 zł
- nr 172/25 o pow. 1023 m², cena wywoławcza netto: 60.900 zł, wadium: 7.500 zł
- nr 172/26 o pow. 1047 m², cena wywoławcza netto: 63.300 zł, wadium: 7.800 zł

Unieszewo to druga co do wielkości wieś w gminie. Mieszka tu blisko 900 osób.
Komunikacja odbywa się drogą powiatową nr 1370N oraz transportem autobusowym.
W miejscowości działa aktywnie rada sołecka, ochotnicza straż pożarna.
Dzieci mają świetnie wyposażony plac zabaw, a w świetlicy wiejskiej odbywają się różnego rodzaju zajęcia.
Dla szukających spokoju i przestrzeni nie zabraknie miejsc do długich spacerów po okolicznych lasach i łąkach.
Mieszkańcy mają do dyspozycji plaże nad jeziorem Wulpińskim.
Dzieci i młodzież dowożone są transportem publicznym do szkół w Gietrzwałdzie i Sząbruku.

Zapraszamy do zapoznania się z ofertą przetargu.

Przetarg odbędzie się 1 września 2021 r. o godz. 10.00 w Urzędzie Gminy w Gietrzwałdzie.
Wadium w podanej kwocie należy wpłacić najpóźniej w dniu **25.08.2021 r.**
https://gietrzwald.bip.net.pl/?a=4999 tel. 895241914

80421otbr-b-M

eprasa.pl 77793356e8

Na takie bryki podrywało się dziewczyny

PASJE || Czuje nostalgię do pojazdów z czasów PRL-u. Kazimierz Wróblewski, mieszkaniec Nielbarka koło Kurzętnika, na emeryturze stworzył kolekcję samochodów i motocykli z lat swojej młodości.

Kazimierz Wróblewski wraz z żoną Małgorzata mieszkają na skraju wsi w otoczeniu zadbanej, zielonej enklawy.

— Był to nieużytek, teren po wyrobisku żwiru, którego nikt nie chciał kupić. Sporo pracy kosztowało mnie doprowadzenie terenu do porządku, ale uparłem się i teraz działka przypomina raczej teren rekreacyjny ze stawami i wybiegiem dla danieli — opowiada pan Kazimierz.

Właśnie trzy lata temu, kiedy doczekał się zasłużonej emerytury, przyszedł mu do głowy pomysł, który przewijał się od dłuższego czasu w jego myślach. Przez całe pracowite życie pan Kazimierz związany był z motoryzacją. Prowadził firmę transportową i zajmował się przewozami turystycznymi.

— Teraz, na emeryturze, sentyment do motoryzacji pozostał. Pomyślałem sobie, aby stworzyć kolekcję samochodów osobowych i jednośladów z okresu PRL-u. Dlaczego właśnie z tego czasu? Bo takimi autami jeździłem w latach mojej młodości i na takie bryki podrywało się dziewczyny — śmieje się nasz rozmówca.

Pod wiatą zaparkowanych jest kilkanaście osobówek. Stoi m.in. wołga na zabytkowych, żółtych tablicach rejestracyjnych, warszawa 223 (ostatni model, który opuścił taśmę produkcyjną fabryki na Żeraniu), syrena 105 w wersji LUX, wartburg i dwa trabanty. Nie zabrakło kultowych fiatów 125. Wszystkie osobówki są na chodzie, ale tylko niektóre zarejestrowane. Uwagę zwraca szczególnie niebieska wołga, w dokumentach której widnieje rocznik 1959. Tym samochodem właściciel okazjonalnie wyjeżdża i wzbudza żywe zainteresowanie innych kierowców i przechodniów.

— Wołgę kupiłem w Supraślu. Stała przez wiele lat w stodole. Doprowadziłem auto do porządku i jest teraz atrakcją dla moich gości. Mówią, że to prawdziwy jeżdżący tapczan. Ciekawe jest także zachowanie innych kierowców, których spotykam na drodze. Uprzejmie, miłym gestem, przepuszczają mnie w różnych sytuacjach. Dziwnie się nią jeździ, bowiem nie posiada pasów bezpieczeństwa. Z racji zabytku, pasów nie można zamontować, a moi pasażerowie odruchowo ich szukają — opowiada kolekcjoner.

Fot. Stanisław R. Ulatowski

Kazimierz Wróblewski z Nielbarka i jego wołga oraz warszawa

Fot. Stanisław R. Ulatowski

„Stajnia" zabytkowych osobówek Kazimierza Wróblewskiego

Oczkiem w głowie pana Kazimierza jest trabant 601 S z „metryką" 1983 roku. Właściciel postanowił ten samochód również zarejestrować jako zabytkowy. Zrobił już pierwszy krok i pokazuje dokumentację Narodowego Instytutu Dziedzictwa — kartę ewidencji ruchomych zabytków techniki, gdzie skrupulatnie pojazd został opisany — do ostatniej śrubki.

— Odwiedził mnie kiedyś starszy pan. Okazało się, że ma ponad 90 lat i słyszał, że w „stajni" mam trabanta. Zwrócił się do mnie z prośbą, abym się z nim przejechał właśnie tym samochodem. Spełniłem jego prośbę. Na koniec popłynęły mu z oczu łzy. Przyznał, że był to samochód, którym wiele lat jeździł. Z nostalgią wspominał popularną „mydelniczkę", która jak mówił, nigdy go nie zawiodła — opowiada mieszkaniec Nielbarka.

W osobnym boksie stoją jednoślady. Są to motorowery z pierwszą motorynką pony, która przed laty była przedmiotem pożądania i westchnień młodzieży.

Fot. Stanisław R. Ulatowski

Pan Kazimierz lubi starocie i pokazuje swoją pierwszą komórkę

Są w kolekcji pana Kazimierza również motocykle — Gazela, SHL, Jawa CZ i WSK. Właściciel szczególnie dumny jest z egzemplarza Gazeli, których w kolekcjach jest dziś niewiele, a w czasach PRL-u był to w końcu lat sześćdziesiątych minionego wieku prawdziwy przebój polskiej myśli technicznej.

W obejściu Kazimierza Wróblewskiego znalazło się miejsce na izbę pamięci, gdzie kolekcjonuje dawane przedmioty związane z kultura materialną wsi. Niektóre z eksponatów mają nawet 150 lat. Są to stare narzędzia, małe maszyny używane w gospodarstwach i przedmioty kuchenne. Są wśród pamiątek dwie kopańki — naczynia kuchenne wykonane z jednego kawałka drewna lipowego, w których zagniatano się ciasto do wypieków. Jedno z nich pochodzi z gospodarstwa rodziców pana Kazimierza.

— Również po rodzicach mam w swoim muzeum bogato rzeźbioną tacę do podawania posiłków gościom. Jeden z eksponatów jest przez cały czas w użyciu pomimo, że ma prawie sto lat. To żeliwna, poniemiecka wafelnica, która ma w swoim odlewie przepis na doskonałe wafle. Stara receptura nie straciła na ważności, a wypieki są doprawdy pyszne — kończy swoją opowieść Kazimierz Wróblewski.

STANISŁAW R. ULATOWSKI

eprasa.pl 77793356e8

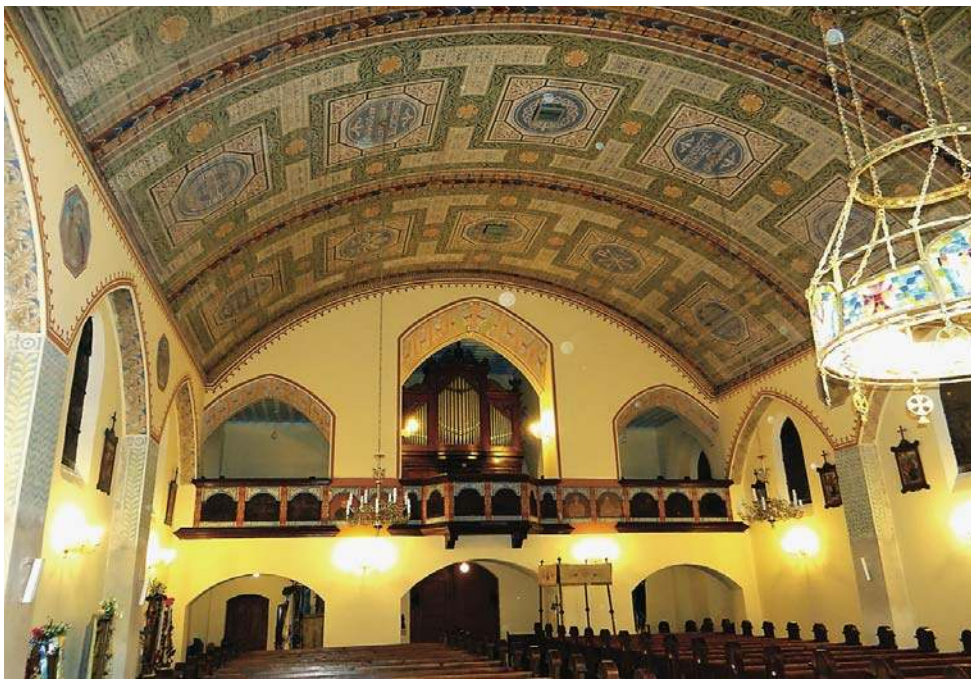
Modrzewiowy most na szlaku św. Jakuba

REGION || Drewniana kładka przez jezioro Radomno jest oryginalnym elementem wpisanym w lokalny krajobraz i atrakcją turystyczną. Most ma także ciekawą historię i jest fragmentem międzynarodowego szlaku św. Jakuba. Ciekawym zabytkiem jest również kościół parafialny w Radomnie.

Podczas wakacyjnych wędrówek warto zajrzeć do Radomna (powiat nowomiejski), jest to bowiem miejsce, w którym historia kłania się prawie na każdym kroku. Miejscowość może być celem weekendowego wypadu rowerowego dla całej rodziny. — Gorąco polecam wycieczkę do Radomna, bo jest to doprawdy ciekawe miejsce na turystycznej mapie nowomiejsko–iławskich stron — zachęca Przemysław Majchrzak, mieszkaniec Brodnicy.

Wieś Radomno zawsze rozwijała się w cieniu jeziora, które dostarczało mieszkańcom ryb. W okresie międzywojennym nad wodą corocznie harcerze organizowali obozy harcerskie. W okresie wojen napoleońskich miała w okolicy miejsce bitwa Francuzów z Moskalami. Legenda głosi, że duża ilość wojska napoleońskiego, nie mogąc w inny sposób ratować życia próbowali przepłynąć przez jezioro, niestety uratowało się niewielu. Większość pozostała w wodzie na zawsze.

Most, jakiego daleko by szukać, liczy ponad sto metrów długości. Łączy wieś Radomno z półwyspem zwanym Nowy Ostrów i jest jakby klamrą na wodzie pomiędzy powiatami nowomiejskim i iławskim. Drewniana konstrukcja przecinająca jezioro radomskie ma nie tylko walor użytkowy. Jest niemałą atrakcją turystyczną, bo wiedzie przezeń żółty szlak im. Franciszka Łęgowskiego. Trasa traktu liczy 160 kilometrów, a rozpoczyna się w Toruniu. Przebiega przez Golub-Dobrzyń, Brodnicę, Pojezierze Brodnickie, dochodzi do Radomna i dalej do Olsztyna. Most jest też fragmentem międzynarodowego szlaku św. Jakuba i z tego powodu często z kładki korzystają zarówno turyści piesi, jak i rowerowi.



Fot. Stanisław R. Ulatowski

Wyjątkowe malowidła stropowe w kościele parafialnym w Radomnie

Pierwszy most łączący półwysep i Radomno wybudowali Niemcy, a następnie (by uszczelnić granicę) kładkę rozebrali.

Po wojnie ludzie przeprawiali się łódkami, bądź ryzykowali, przechodząc do pobliskiego Radomna po lodzie. Wówczas zdarzył się tragiczny wypadek. Wypadła z łódki i utonęła w jeziorze żona leśnika. Był to przyczynek do inicjatywy budowy nowego mostu, który powstał w 1960 roku. Przetrwał on 26 lat. Kolejna wybudowana przeprawa służyła do 2008 roku, kiedy została zamknięta z powodu złego stanu technicznego. Następnie otwarty został nowy, wybudowany z drewna modrzewiowego, solidny most. Przeprawę wykonali żołnierze 3. Pułku Drogowo-Mostowego z Chełmna, przy wielkim zaangażowaniu leśników z Nadleśnictwa w Iławie.

Prawie nad brzegiem jeziora, przy oznakowanym szlaku stoi neogotycki kościół parafialny ze strzelistą wieżą, który warto zwiedzić. Świątynia pobudowana została w latach 1903 – 1906. Według starych zapisów, jako budulca używano cegły z dawnego klasztoru w Łąkach Bratiańskich koło Nowego Miasta Lubawskiego.

Fot. Stanisław R. Ulatowski

Most łączący powiaty nowomiejski i iławski przez Jezioro Radomno

Modrzewiowy most w Radomnie liczy sobie około stu metrów długości

Niektóre zabytki wnętrza zostały w ostatnim czasie odrestaurowane i można je podziwiać w pełnej krasie. Na szczególną uwagę zasługują malowidła stropowe kościoła, projektu Józefa Hubera, profesora Akademii Sztuk Pięknych w Düsseldorfie. Uwagę odwiedzających zwraca główny ołtarz, tzw. regencyjny, który najprawdopodobniej pochodzi z poprzedniej świątyni. W ołtarzu znajdują się liczne święte relikwie, które są widoczne w przeszklonych relikwiarzach. Sama parafia w Radomnie powstała już na początku XIV wieku, niedługo po powstaniu wsi. Do połowy XVI wieku należała do diecezji pomezańskiej i od początku była pod wezwaniem Najświętszego Serca Jezusa. W odległości 200 metrów od świątyni, jadąc w kierunku przysiółka Tabory, znajduje się cmentarz parafialny z nielicznymi zabytkowymi nagrobkami.

STANISŁAW R. ULATOWSKI

eprasa.pl 77793356e8

Czy soja jest zdrowa?

CZY WIESZ, CO JESZ || Ktokolwiek przejawia choć szczątkowe zainteresowanie kuchnią i sztuką kulinarną – o soi z pewnością przynajmniej raz słyszał. Kto jednak zna wszystkie sekrety soi i wie, na co ona pomaga, a na co – wręcz przeciwnie?

Fot. pixabay.com

Traf chciał, że na całe jedne wakacje miałam okazję udać się do dalekiego Paragwaju. Był sierpień, zatem zima tam akurat trwała w pełni i temperatury sięgały jakichś 25-28 st. C, a zamieci i zawiei śnieżnych nie było wcale. Skutkiem czego, choć stacjonowałam niejako na przedmieściach Ciudad del Este, wypady mogłam czynić swobodnie we wszystkich kierunkach i południowo wschodnie rejony kraju zwiedzać do woli. Indianie są uprzejmi i mimo wielu przykrych doświadczeń z historii — dość przyjaźnie nastawieni do białoskórych turystów, rozmowni we wszystkich możliwych językach — szybko zatem nawiązywaliśmy kontakty. I równie szybko, zwłaszcza od indiańskich kobiet dowiedziałam się dwóch rzeczy: że czystej krwi Indianin będzie miał wyłącznie grupę krwi 0, a paragwajskie kobiety rzadko kiedy cierpią na uciążliwości wynikające z miesiączkowania, menopauzę też przechodzą bardzo bezboleśnie — bo jedzą bardzo dużo soi...

Od tamtych wakacji już kilka lat minęło, a ta soja wciąż gdzieś we mnie siedzi. Zbadać ją, zmierzyć dokładnie i sprawdzić, ile w niej zdrowia i czy rzeczywiście dla nas, kobiet może mieć na różne sprawy tak zbawienny wpływ.

Z KUCHNI DO APTEKI

Rzeczywiście, kilka pierwszych z brzegu opracowań nie pozostawia wątpliwości: soja ma wiele cennych wartości odżywczych i liczne właściwości zdrowotne. Jest bogatym źródłem pełnowartościowego białka, zdrowych kwasów tłuszczowych i fitoestrogenów — a to te ostatnie składniki właśnie tak bardzo łagodzą objawy menopauzy, ale obniżają też poziom ciśnienia i cholesterolu, zapobiegają osteoporozie, a nawet niektórym nowotworom.

Ale... Natychmiast natrafiłam też na kilka ostrzeżeń — że poza działaniem leczniczym soja może powodować także działania niepożądane i że nie każdy do diety może ją włączyć. No to po kolei.

NA ZDROWIE

Nazywa się ją królową wszystkich roślin, żółtym klejnotem Chin, a w Japonii — mięsem z pól. Botanicznie jednak soja warzywna (łac. Glycine max) to roślina strączkowa i należy do rodziny bobowatych. W kuchni jako pierwsi wykorzystywali ją Chińczycy tysiące lat temu i do dziś soja w Azji jest podstawowym składnikiem orientalnych przysmaków. Jest też jedną z najczęściej uprawianych roślin świata — i są ku temu konkretne powody. Przede wszystkim nasiona soi zawierają bardzo dużo łatwo przyswajalnego białka — ok. 37 g na 100 g — o korzystnym dla człowieka profilu aminokwasów, dlatego po soję i jej przetwory tak chętnie sięgają weganie i wegetarianie, a także ci, którzy po prostu spożycie mięsa chcą ograniczyć. Dodatkowo, jest to białko bardzo łatwostrawne — stąd częste porównania do białka jaja kurzego. Wytwarza się z tych nasion kiełki, fermentowane pasty, sos sojowy, mąkę, płatki, izolowane białko i błonnik, mleko sojowe, tofu, makarony... Soja jest też rośliną oleistą: olej z soi używany jest w gastronomii, ale i w przemyśle kosmetycznym lub... budowlanym.

Ta niezwykła roślina łączy w sobie wartości odżywcze mięsa z bogactwem mikro- i makroelementów roślin. Prócz wysokiej zawartości białka, sporo też w soi tłuszczy — ok. 18 proc. całego składu, z czego połowa to nienasycone kwasy tłuszczowe. I to ze względu na wysoką wartość biologiczną białka, ale także te nienasycone kwasy tłuszczowe oraz mnóstwo witamin i minerałów — regularne spożywanie soi zapobiega miażdżycy naczyń krwionośnych. Soja zawiera również błonnik, niezbędny dla dobrego trawienia i wspomagający obniżanie cholesterolu. Z kolei napoje sojowe znakomicie uzupełniają zdrową dietę i są alternatywą dla osób z alergią na białko mleka krowiego i nietolerancją laktozy.

Rozebrana na poszczególne pierwiastki soja ujawnia, że zawiera też cenny potas — niezbędny do prawidłowej pracy serca, wapń — który zapobiega osteoporozie, fosfor

eprasa.pl 77793356e8

— istotny dla utrzymania w dobrym stanie zębów i kości, magnez — ważny dla systemu nerwowego, oraz żelazo — składnik hemoglobiny, która transportuje do komórek tlen. Przy czym ilość tych składników mineralnych w 100 g suchych nasion soi jest naprawdę imponująca...! To 2132 mg potasu, 743 mg fosforu, 240 mg wapnia, 216 mg magnezu i 8,9 mg żelaza. Ponadto soję wyróżnia duża zawartość witamin z grupy B — na 100 g produktu mamy tam 0,690 mg wit. B1, 0,189 mg wit. B2 i 0,81 mg wit. B6.

Wedle badań spożywanie soi może nieść dla naszego zdrowia wiele korzyści. Udowodniono choćby zależność między regularnym spożywaniem produktów sojowych a niższą zachorowalnością na niektóre nowotwory — przede wszystkim piersi i prostaty. Z kolei zawarte w soi izoflawony chronią nasze serce, redukując ryzyko chorób układu sercowo-naczyniowego, w tym choroby wieńcowej i miażdżycy. Pomagają w kontrolowaniu ciśnienia tętniczego krwi, wspomagają metabolizowanie tłuszczów, obniżają poziom cholesterolu całkowitego, w tym jego frakcji LDL i trójglicerydów przy jednoczesnym podniesieniu poziomu cholesterolu dobrego. Część badań wskazuje także, że soja może obniżać poziom glikemii. Fitoestrogeny mają też znaczenie w profilaktyce osteoporozy, bo zwiększają gęstość mineralną tkanki kostnej. Może dlatego Azjatki, ze względu na większe spożycie produktów sojowych, znacznie rzadziej doświadczają pęknięć kości biodrowej niż Europejki. No i ta menopauza... To właśnie fitoestrogeny łagodzą uciążliwe objawy menopauzy — nerwowość i drażliwość, uderzenia gorąca, nadpotliwość, problemy ze snem, nietrzymanie moczu.

Fot. pixabay.com

Fot. pixabay.com

CZY SOJA JEST NA PEWNO BEZPIECZNA?

Choć łatwo o zachwyt nad cennymi wartościami składników soi — ziarenka budzą też wiele kontrowersji. Niektóre badania wskazują choćby negatywny wpływ produktów sojowych na działanie tarczycy. Dzieje się tak, ponieważ zawarte w soi substancje utrudniają przyswajanie jodu z pożywienia. Soja może też zaburzać przyswajanie z przewodu pokarmowego lewotyroksyny — syntetycznego hormonu stosowanego w niedoczynności tarczycy. Istnieje też ponoć korelacja między żywieniem dzieci mieszankami sojowymi a chorobami autoimmunologicznymi tarczycy w wieku dorosłym.

SOJĘ NALEŻY JEŚĆ Z GŁOWĄ

Z soją powinny uważać też mężczyźni. Wspomniane fitoestrogeny, których w soi sporo, swoją budową chemiczną przypominają żeńskie hormony płciowe. Choć w organizmie mężczyzny występują one naturalnie, ich nadmiar może działać niekorzystnie, prowadząc do ginekomastii — powiększeniem tkanki gruczołowej sutka, ale też do pogorszenia jakości nasienia.

Jako roślina strączkowa, soja zawiera kwas fitynowy, którego nadmiar upośledza wchłanianie składników mineralnych, w tym wapnia, magnezu czy żelaza. Częste sięganie po produkty sojowe może doprowadzić do niedoborów tych minerałów, dlatego soję należy jeść z głową.

Dodatkowo, soja może uczulać, dlatego alergicy powinni sięgać po sojowe produkty bardzo ostrożnie. Białko sojowe, choć często stosowane jako zastępcze w alergiach na białko krowie, wedle niektórych badań u około 30 proc. populacji dzieci reagującej alergicznie na mleko — też powoduje uczulenia.

MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA

REKLAMA

dr n. med. MACIEJ BIERNACKI
SPECJALISTA CHIRURGII OGÓLNEJ I ONKOLOGICZNEJ
•chirurgia ogólna •chirurgia onkologiczna •żylaki •przepukliny •usuwanie drobnych zmian skórnych •leczenie chorób piersi •leczenie nowotworów przewodu pokarmowego
Olsztyn, al. Wojska Polskiego 39 (Lancet)
89 535 72 80 od godz. 13⁰⁰, 508 36 26 52
156020otbr-A-G

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

REKLAMA

NZOZ „ARTERIA" PRYWATNE SPECJALISTYCZNE CENTRUM CHORÓB NACZYŃ
Olsztyn, ul. Kopernika 30 (parter, lok. 14, 15) pn.-pt., rej. w godz. 10⁰⁰-18⁰⁰, tel. 89 534-55-65
CHOROBY ŻYŁ I TĘTNIC
• diagnostyka • leczenie zachowawcze
• skleroterapia żylaków
• laserowe leczenie żylaków!!!
• leczenie operacyjne żylaków
Specjaliści chirurgii naczyniowej i ogólnej:
Mariusz Błoniecki | Rafał Dryzner
Piotr Malinowski
Maciej Sadowski tel. 89 509 344 667
www.arteria.olsztyn.pl
152520otbr-A -C

Lek. med.
Artur ZALEWSKI
specjalista chirurg
Chirurgia Ogólna
LANCET, Olsztyn
ul. Wojska Polskiego 39
środa 17⁰⁰-19⁰⁰
tel. rej. 89 535-72-80
po 13⁰⁰ codziennie
152820otbr-A -C

NZOZ S.SZYMAŃSKI
Olsztyn
ul. gen. Hallera 4B
tel. 89 543-09-94
• oddział chirurgii szczękowej – umowa z NFZ
• implantologia stomatologiczna
• stomatologia zachowawcza • protetyka
• kompleksowe bezbolesne leczenie zębów w znieczuleniu ogólnym
152120otbr-A-C

eprasa.pl 77793356e8

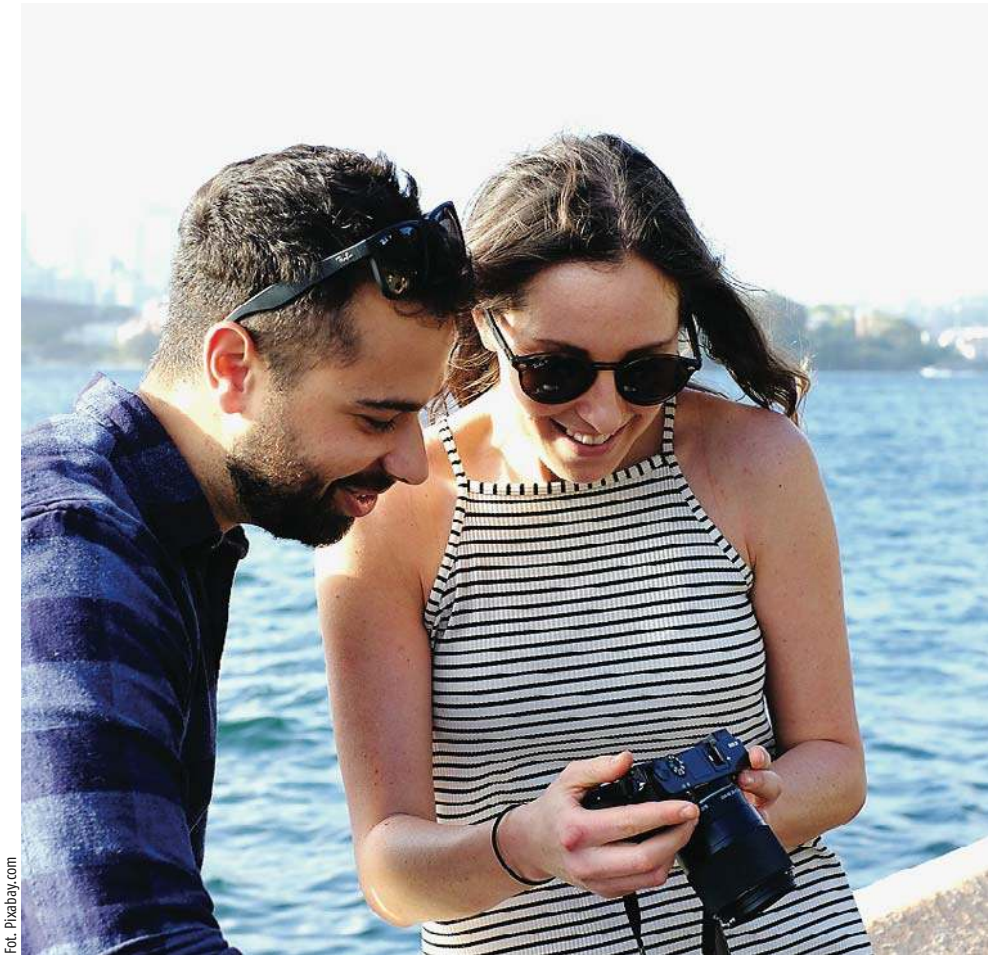
Udany urlop: czyli jaki?

Odpoczynek, jak się okazuje, to wcale nie jest taka prosta sprawa. Polacy najczęściej wybierają się na urlop trwający od 7 do 10 dni. Czy taka długość jest odpowiednia? Poprosiliśmy Bożenę Rychlik, psycholog z Olszyna o receptę na udany urlop.

Co trzeba zrobić, żeby przez cały rok pracować efektywnie i z energią? Trzeba dobrze wypocząć na urlopie. Psychologowie zgodnie twierdzą, że efektywny wypoczynek to podstawa. To szansa, na tzw. naładowanie akumulatorów, relaks, odzyskanie życiowej równowagi, a nawet uniknięcie wypalenia zawodowego.

Z badania przeprowadzonego przez TNS Kantar „Wakacyjny portfel Polaka" na zlecenie Związku Banków Polskich wynika, że Polacy najczęściej wybierają się na urlop trwający od 7 do 10 dni. Na taką długość głównego wakacyjnego wyjazdu decyduje się 42 proc. badanych. Na urlopy dłuższe niż 14 dni pozwala sobie jedynie 11 proc. ankietowanych Polaków. Więcej, bo 20 proc. z nas, zaplanowało tylko cztero-sześciodniowy wyjazd.

Wydawać by się mogło, że nie ma nic prostszego, niż wypoczynek. Nic bardziej mylnego. Odpoczynku należy się nauczyć. I zanim wypiszemy wniosek urlopowy, warto zastanowić się, jaki relaks nam się marzy. Czego potrzebujemy i co nam przyniesie największą satysfakcję.



Fot. Pixabay.com

Urlop powinien być czasem swobody i wolności, a nie realizacji zadań

ILE POWINIEN TRWAĆ URLOP?

Dwa tygodnie, tydzień, a może wystarczy kilka dni na regenerację. Ile powinien trwać urlop? — Przede wszystkim trzeba uwzględnić potrzeby naszego organizmu, jeśli chodzi o możliwości regeneracji. A że są one zindywidualizowane, to trudno dać jednoznaczną receptę dla wszystkich — odpowiada Bożena Rychlik, psycholog z Olsztyna.— Na pewno biorąc pod uwagę planowanie urlopu należy uwzględnić to, jakiego rodzaju pracę wykonujemy: jaki ma charakter, jakie obciążenia fizyczne i psychiczne ze sobą niesie. I w zależności od tego planować rodzaj urlopu oraz jego długość. Literatura przedmiotu wskazuje, że jeżeli byłaby taka możliwość, warto wyłączyć się od obowiązków zawodowych na trzy tygodnie. To jest czas, kiedy organizm ma możliwość przestawienia się na tryb wypoczynku. Pierwszy tydzień, to jest adaptacja do nowych okoliczności, do zmiany rytmu dnia codziennego. Dopiero później następuje czerpanie z wypoczynku, bo jesteśmy już na zwolnionych obrotach, w innych kontekstach niż te, związane z pracą.

Bożena Rychlik zaleca, aby zadbać o to, żeby raz w roku jeden urlop był długi.— Natomiast należy uwzględniać swoje osobiste preferencje. Są osoby, które potrzebują w ciągu roku mieć częściej wolne, ale krócej. Szybciej się regenerują, wiedzą co im służy, wybierają odpowiedni dla siebie rodzaj aktywności. Warto rozpoznać czego nam potrzeba, co powoduje, że faktycznie odpoczywamy? — radzi.

CO TO ZNACZY: UDANY URLOP?

Bożena Rychik zauważa, że bardzo często na urlopach odpoczywający wyznaczają sobie różne zadania. — Słyszymy „muszę wziąć urlop, żeby na nim załatwić to i to", „muszę jechać z dziećmi w góry", „ muszę odwiedzić rodzinę". Jest bardzo dużo tego „muszę", czyli konieczności i naginania się do realizowania niekoniecznie własnych potrzeb. Należałoby rozpoznać, co jest moją potrzebą, w jaki sposób ja chciałabym/ chciałbym spędzać urlop i co powoduje, ze mój organizm faktycznie na tym urlopie się regeneruje. I od tego należałoby zacząć: od rozpoznania fizjologii i aspektów psychologicznych, które pozwalają nam odpoczywać — podpowiada psycholog.

Ze wspomnianych wyżej badań wynika, że część osób decyduje się zostać w domu i wykorzystać wolne np. na przeprowadzenie remontu (na takie „wakacje" zdecyduje się 18 proc. badanych) albo załatwienie zaległych spraw. — Czyli nie jest to urlop — podkreśla Bożena Rychlik. — Żeby organizm mógł się zregenerować, musimy być uwolnieni z powinności. Mieć czas na poleniuchowanie, na porobienie rzeczy niezwiązanych z presją czasu, zadań, bez ścisłego planu dnia. Taki urlop, kiedy mamy zaplanowany remont, nie przyniesie regeneracji organizmu i najzwyczajniej w świecie wracamy do pracy zmęczeni. Potrzebujemy wycofania z aktywności zawodowej. Nasz organizm potrzebuje wycofania z działania. Tylko to gwarantuje, że możemy odpocząć.

Bożena Rychlik zachęca też do zmiany otoczenia na czas wakacyjnego wypoczynku. —To powoduje, że zmieniają się bodźce. Jeśli zostajemy w domu, to zazwyczaj kończy się to tym, że robimy w nim to, na co nie mamy czasu w ciągu roku. Pamiętajmy, że odpoczynek jest jednym z filarów mówiącym o naszym zdrowiu. To, czy potrafimy odpoczywać, w jaki sposób odpoczywamy i czy dajemy sobie na niego przyzwolenie. I czy podejmujemy takie rodzaje aktywności, które sprzyjają regeneracji naszego organizmu — kwituje.

I jeszcze jedna bardzo ważna sprawa: udowodnione jest, że urlop wydłuża życie. Ryzyko zawału u osób, które regularnie zaniedbują urlop, tzn. zabierają pracę ze sobą lub w ogóle nie korzystają z urlopu, rośnie aż o 50 proc. w stosunku do osób korzystających z regularnego wypoczynku (np. w weekendy) i pamiętają o regeneracji.

ALEKSANDRA TCHÓRZEWSKA
A.TCHORZEWSKA@GAZETAOLSZTYNSKA.PL

eprasa.pl 77793356e8

Jak góra z górą, czyli Diabla i Niebiańska kultura w Miłakowie

Fot. organizator

Miłakowski Dom Kultury organizuje 21 sierpnia po raz drugi event-widowisko w miejscowości Książnik u zbocza Diablej i Niebiańskiej Góry, gdzie stykają się dwa światy: delikatna niebiańskość i pikanteryjna, niegrzeczna ostrość. Wiedźmy gotujące w kotle zupę z pokrzywy, gdzie przemykają anioły na szczudłach, stoiska z napitkami sołtysowej z Książnika, zioła, amulety i warsztaty dla najmłodszych. Wystawa malarska — wielkie trzymetrowe obrazy na płótnach „Ptaki Mazurzaki "i magiczne miejsca, np. „Kamień Płodności". Organizatorzy zaprosili do współtworzenia wioski anielskiej mieszkańców Aniołowa. Potem warkot silników, gdzie motocykliści porwą wiedźmy i anioły na motory i popędzą do Miłakowa prosto do Parku Miejskiego na koncert chóru Gospel i Rockowej Kapeli. Wszystko zakończy nastrojowy pokaz tańca z ogniem.

Obchody 75. rocznicy bitwy pod Gajrowskimi i Święta Wojska Polskiego

Miejsce: Wydminy, Gajrowskie, Orłowo, Jelonek, Świętajno, Gryzy

13.08 (piątek)

godz.18:30 - złożenie kwiatów przy pomnikach w Jelonku, w Gajrowskich, spotkanie z mieszkańcami Gajrowskich przy ognisku

14.08 (sobota)

godz.10:00 - msza. św. w kościele p.w. Kazimierza Królewicza w Orłowie

godz.10:45 - wykład historyczny Michała Ostapiuka - historyk z IPN Białystok

godz.11:15 - przemarsz na cmentarz komunalny w Orłowie

godz.12:30 - Centrum Szkoleniowe w Orłowie: koncert i promocja książki

15.08 (niedziela)

godz.12:00 - msza św. w kościele p.w. Chrystusa Zbawiciela w Wydminach

godz.13:00 - uroczystości pod pomnikiem Żołnierzy Wyklętych

godz.13:15 - start Biegu Pamięci Żołnierzy Wyklętych

godz.13:45 - dekoracja uczestników biegu

godz.14:00 - posiłek z żołnierskiej kuchni polowej

godz.16:00 - złożenie kwiatów i zapalenie zniczy na cmentarzu w Świętajnie na grobie ppor. Bronisława Ferenca - uczestnika wojny polsko - bolszewickiej

godz.17:00 - odsłonięcie pomnika w miejscowości Gryzy gm. Świętajno

godz.17:15 - koncert piosenki patriotyczno-żołnierskiej

15 sierpnia w Wydminach odbywać się będzie 30. Jubileuszowy Jarmark Twórców Ludowych

Olsztyn. Wirtualny Teatr Historii „Niepodległa"

Dzięki najnowszym technologiom zobaczycie, jak wyglądała Polska w pierwszych latach po odzyskaniu niepodległości! Wirtualny Teatr Historii „Niepodległa" odwiedzi 20 miejscowości w całej Polsce. Miejsce mobilnej wystawy: plac Solidarności przy Alei Marszałka Józefa Piłsudskiego w Olsztynie. Wstęp wolny.

Wirtualny Teatr Historii „Niepodległa" zwiedzicie w specjalnie przystosowanym samochodzie ciężarowym, w którym zobaczycie strefy pokazujące historię pierwszych lat II RP. Znajdziemy tu zarówno część poświęconą symbolom narodowym, poznamy najważniejsze wydarzenia i osiągnięcia Polaków z lat 1918–1921, zobaczymy artefakty ojców niepodległości i pamiątki po Legionach Polskich prezentowane jako hologramy. Poszukiwaczy dowodów na kreatywność i innowacyjność Polaków zainteresuje makieta polskiego pawilonu, który zbudowano na Międzynarodowej Wystawie Sztuki Dekoracyjnej i Wzornictwa w Paryżu w 1925 roku. To wtedy we Francji pokazaliśmy

Fot. Zbigniew Woźniak

całemu światu, że z wraz niepodległą Polską odrodziła się nasza kultura i sztuka, czego dowodem było aż 205 nagród przyznanych polskiej sekcji.

Z kolei mocnych wrażeń dostarczą projekcje fabularnego filmu VR „Wiktoria 1920" pokazywanego na specjalnych goglach pozwalających na przeniesienie się w wirtualną rzeczywistość, gdzie widz staje się jednym z bohaterów filmu! Całość wystawy zamyka strefa zabawy z foto-budką, która uwieczni i wyśle na podany adres mailowy wasze zdjęcie z jednym z ojców niepodległości.

11.08.2021: 10:00 –16:00

Szczegóły i pełna trasa Wirtualnego Teatru Historii na stronie: https://niepodlegla.gov.pl/niepodlegla-w-trasie/

Olsztyn. Zespół Para na starówce

MOK zaprasza na bezpłatny występ zwycięzców ubiegłorocznej FEST MUZY, zespołu PARA! Koncert organizowany w ramach cyklu Młoda Polska, odbędzie się 11 sierpnia (środa) o 20:00 na Scenie Staromiejskiej. Wstęp wolny.

Choć nazwa zespołu w pierwszej kolejności sugeruje duet, PARĘ tworzą trzy osoby: Aleksandra Jabłońska - wokal, Jakub Cybula - produkcja, instrumenty klawiszowe, gitara oraz Piotr Królikowski - instrumenty perkusyjne.

PARA swoją twórczość opisuje jako bezgranicze gatunków muzycznych, odzwierciedlające stan skupienia umysłu. Choć historia ich trwania nie rozciąga się mocno na osi czasu, to nie przeszkodziło, by w tym czasie zdobyć już grono wiernych fanów, przyjaciół zespołu oraz niejedną nagrodę, na różnorodnych festiwalach i konkursach.

Młoda Polska to wakacyjny cykl MOK Olsztyn. Koncerty w każdą środę o godz. 20.

Olsztyn. Sztynorckie życiorysy

Piątek, 13 sierpnia, godz. 17:00 . Dom Mendelsohna, Olsztyn, ul. Zyndrama z Maszkowic 2

Spotkanie z pisarką i dziennikarką Ullą Lachauer oraz jej gośćmi pt. „Sztynorckie życiorysy". Pałac w Sztynorcie na Mazurach to dawna siedziba wschodniopruskiego rodu von Lehndorffów. Jego ostatni właściciel, hrabia Heinrich von Lehndorff, był jednym z uczestników spisku z 20 lipca 1944 r. Po nieudanym zamachu na Hitlera w „Wolfsschanze" został uwięziony, skazany na śmierć i we wrześniu 1944 r. stracony. W styczniu 1945 r., gdy do Prus Wschodnich wkraczała Armia Czerwona, Sztynort uniknął zniszczeń. Przez kilka powojennych lat w pomieszczeniach pałacowych mieściła się kwatera wojsk radzieckich. Od lat 50. użytkował je tutejszy PGR. Po roku 1990 kilkakrotnie zmieniali się właściciele pałacu, doprowadzając w rezultacie budynek do ruiny. W 2009 r. pałac stał się własnością Polsko-Niemieckiej Fundacji Ochrony Zabytków Kultury, która prowadzi działania na rzecz jego ratowania.

Inicjatorkami projektu są Ulla Lachauer, niemiecka historyk i dziennikarka oraz Agata Kern, kierująca Referatem ds. Kultury przy Muzeum Prus Wschodnich w Lüneburgu, a pochodząca ze Sztynortu. Biografie i bogaty materiał zdjęciowy zostaną opublikowane na portalu internetowym „Copernico" Instytutu Herdera w Marburgu pod koniec 2021 r.

Na spotkaniu w Domu Mendelsohna w Olsztynie autorki projektu przedstawią wybrane historie związane z pałacem. O swoich sztynorckich życiorysach opowiedzą także dr Stefan Tymiec, lekarz pochodzący ze Sztynortu, a mieszkający dziś w Wuppertalu, oraz Piotr Wagner, związany od kilku lat z Niemiecko-Polską Fundacją Ochrony Zabytków Kultury.

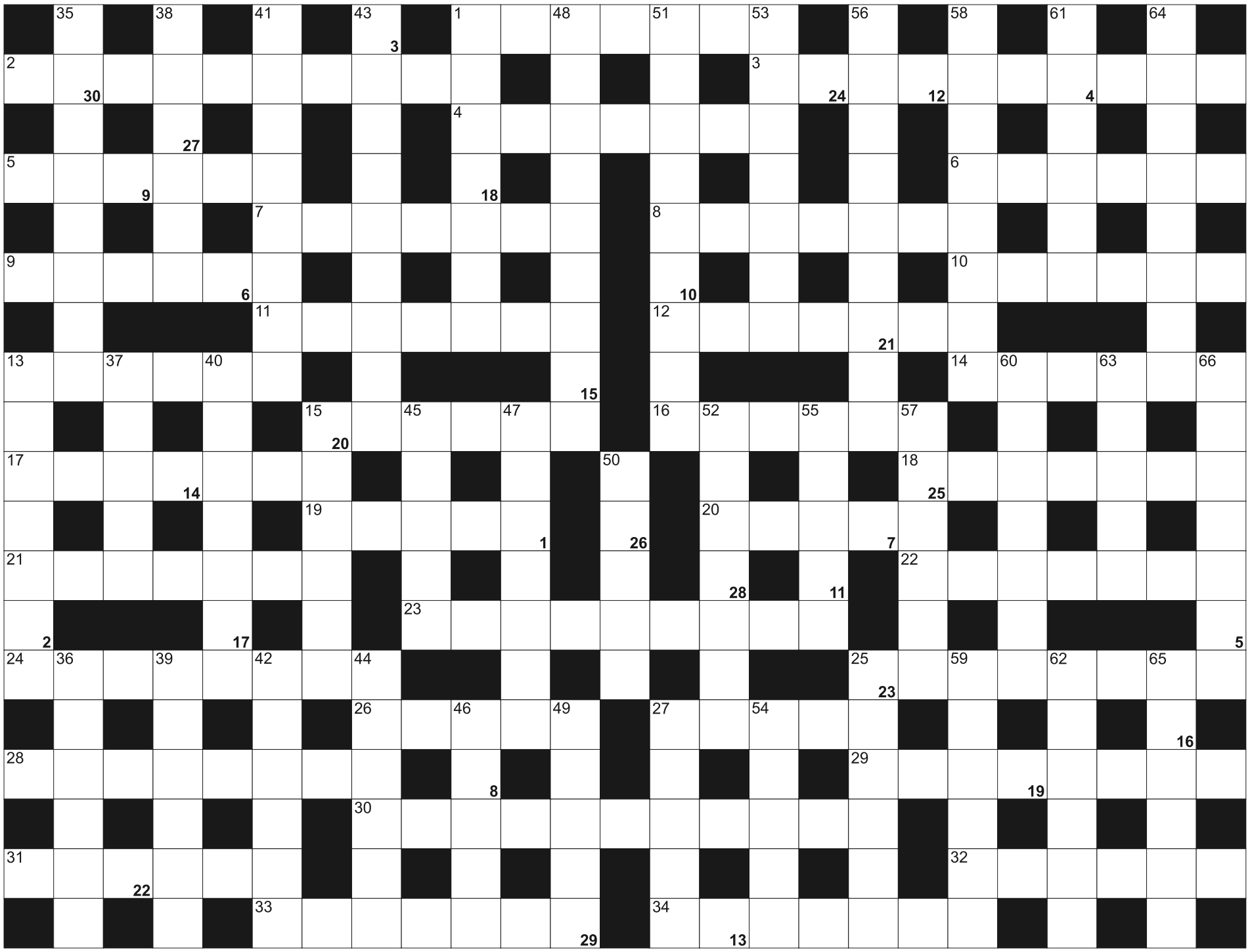
Spotkanie z tłumaczeniem na język polski.

HELIOS
tel. 89 535 20 30
44720otbs-A -C

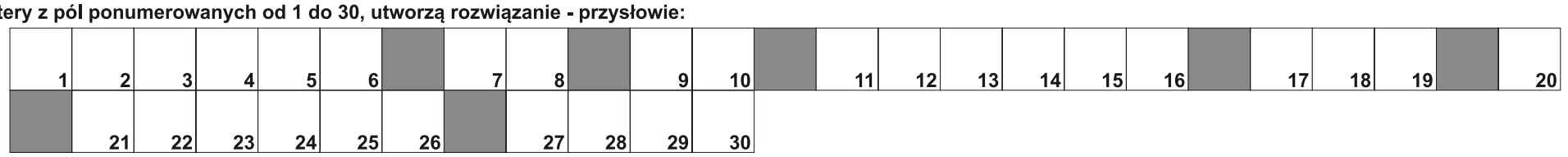
HELIOS
Olsztyn, CH Aura, al. Piłsudskiego 16
Legion samobójców: The Suicide Squad, 12:00, 14:00, 15:00, 17:00, 18:00, 20:00, 21:00; **Wyprawa do dżungli** 10:20, 11:30, 13:10, 14:30, 16:00, 17:30, 19:00; **Kosmiczny mecz: Nowa era** 11:20, 13:30, 17:15; **Wojna z dziadkiem**, 10:10, 12:30, 14:50, 18:15; **Piękna i rzeźnik**, 16:15, 18:45, 20:30, 21:50; Old 13:45, 19:30, 21:15, 22:00; **Luca** 11:00; **Czarna Wdowa** 10:40, 16:30; **Zielony Rycerz. Green Knight** 20:15; **Mustang z Dzikiej Doliny: Droga do wolności** 10:00; **Raya i ostatni smok** 15:30; **Kraina smoków**, 10:50; **Szybcy i wściekli** 9; 20:45; **Piotruś Królik 2: Na gigancie,** 13:15.

eprasa.pl 77793356e8

Krzyżówka klasyczna z hasłem



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



POZIOMO: 1) największa wyspa na Morzu Śródziemnym; 2) statek torujący drogę przez zamarznięte wody; 3) obszar pokryty zwałem czegoś, hałda; 4) paczka; 5) Baines Johnson, były prezydent USA; 6) głęboki na zupę; 7) afrykańskie państwo ze stolicą Maseru; 8) najwyższy szczyt Gór Czerskiego; 9) Monika, pisarka "Zatoka Trujących Jabłuszek "; 10) np. izoton; 11) niemiecka marka autobusów; 12) pierwiastek chemiczny Rg; 13) przydrożny hotel dla zmotoryzowanych; 14) Inessa, kochanka Lenina; 15) "japońskie" drzewo; 16) drugie co do wielkości miasto Nigerii; 17) australijska rzeka w New Norfolk i Hobart; 18) stan w USA z Indianapolis; 19) John Ronald ... Tolkien; 20) pszenica, jęczmień; 21) spodnie dżinsowe; 22) zwolenniczki reizmu; 23) kraj z Tasmanią; 24) domki dla ptaków; 25) soczewka w aparacie fotograficznym; 26) kontur, szkic; 27) oczko w pierścionku; 28) agenci, szpiedzy; 29) pieprzyca siewna inaczej; 30) zajmuje się dekorowaniem wnętrz; 31) łączy Polskę i Szwecję; 32) papuga z czubem i dużym dziobem; 33) islandzkie miasto pod górą Akrafjall; 34) imię żony Aleksandra Wielkiego

PIONOWO: 1) z oddziałowymi i salowymi; 13) zaliczka; 15) wtłoczenie paliwa do cylindra silnika; 25) np. tłuszcz na kartoflach, omasta; 27) objaw przeziębienia; 35) wzięcie pieniędzy na określony czas; 36) tlenowy dla nurka; 37) mały Jarosław; 38) zamiast pierzyny; 39) nie banknoty; 40) Sonja, niemiecka aktorka, żona M. Hłaski; 41) największa wyspa archipelagu Szetlandów; 42) mieszka w Iranie; 43) rzeka w Finlandii, wypływa z jeziora Inari; 44) Jan... Sztaudynger, poeta; 45) reguluje przepływ wody w kanale; 46) groźna, duża ryba; 47) las szpilkowy; 48) zakład produkujący cukier; 49) szkło imitujące diament; 50) kości klatki piersiowej; 51) wesołe miasteczka; 52) aromatyczna przyprawa zielna, bazyliszka polska; 53) więzienie z powieści o Harrym Potterze; 54) imię męskie; 55) mleczna na niebie; 56) kostrączyna czarna, czarnodrzew; 57) leń, próżniak; 58) tryska na dziedzińcu, wodotrysk; 59) mała Irena; 60) mama i tata; 61) birkut, orzeł zwyczajny; 62) lane lub śląskie na talerzu; 63) przystojny aktor; 64) znak zodiaku; 65) Menuhin, słynny skrzypek; 66) scabiosa, rośliny ozdobne

eprasa.pl 77793356e8

GO

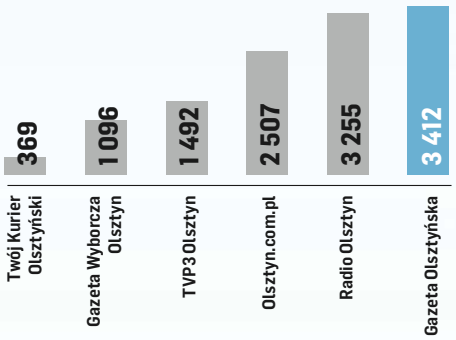
GazetaOlsztynska.pl

Największy serwis informacyjny w Olsztynie i całym województwie

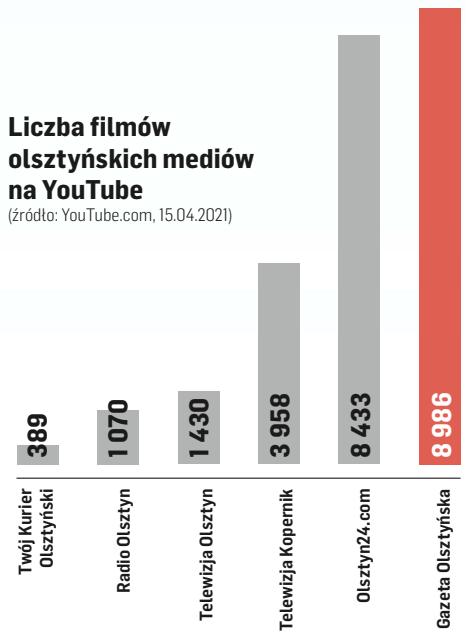
Około
100 tys.
unikalnych użytkowników miesięcznie

ZASIĘG
(unikalni użytkownicy)
Dane: Google Analytics

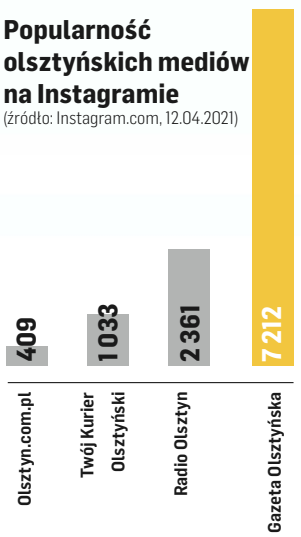
Popularność olsztyńskich mediów na Twitterze
(źródło: Twitter.com, 12.04.2021)



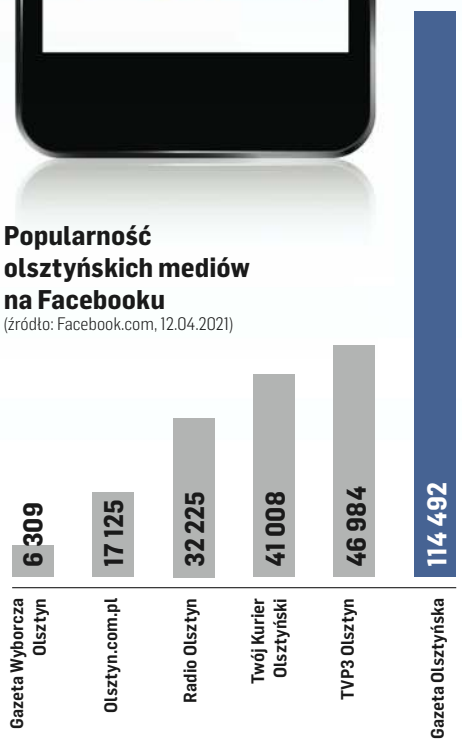
Liczba filmów olsztyńskich mediów na YouTube
(źródło: YouTube.com, 15.04.2021)



Popularność olsztyńskich mediów na Instagramie
(źródło: Instagram.com, 12.04.2021)



Popularność olsztyńskich mediów na Facebooku
(źródło: Facebook.com, 12.04.2021)



6210TBP-F-k

eprasa.pl 77793356e8

ZWIERZĘTA

kupię

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

sprzedam

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

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam

DZIAŁKI blisko jeziora Limajno, 602-313-371

MIESZKANIE, 602-313-371

SPRZEDAM działki Płoskinia, 508-123-043

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL, 503-103-703

do wynajęcia

KAWALERKA, 602-313-371

POKÓJ Nagórki, 504-320-748

STANCJE dla studentek, 602-313-371

PRACA

dam pracę

KIEROWCA CE, 503-103-703

NAPRAWA kempingów, 503-103-703

POMOCNIK budowlany tel. 789-123-630

PRACOWNIK do prac budowlanych z doświadczeniem, tel. 789-123-630

SOLIDNA firma zatrudni hydraulika, stawka godzinowa do negocjacji, 604-207-829

ZATRUDNIĘ traktorzystę i pomocnika na gospodarstwo rolne. Janów- produkcja roślinna, 504-262-593.

USŁUGI

budowa | remont

CYKLINOWANIE podłogi + schody, 507-306-262

DACHY, 579-112-988

HYDRAULIK, 501-209-794

MALOWANIE, szpachlowanie, remonty, 504-720-494,

NAPRAWA okien, rolet, 504-720-494,

REMONTY, 537-233-096

NAUKA

ANGIELSKI, 507-506-536

ROLNICTWO

produkty rolne

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

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

mp-otbr-6791a-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. 89-539-74-80, 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

28919opb1-C-K

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że 6 sierpnia 2021 r. odeszła od Nas w wieku 75 lat Nasza Kochana Mama, Teściowa i Babcia

ś. † p.

Małgorzata Wolnik

wieloletni pracownik
Zespołu Szkół Gastronomiczno-Spożywczych.

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się w środę, 11 sierpnia 2021 r., o godz. 15.00 w Kaplicy przy ul. Poprzecznej. Ceremonia pochowania odbędzie się na Cmentarzu Komunalnym przy ul. Poprzecznej.

Pogrążona w smutku Rodzina

299621opb1-a-M

Państwu

Piotrowi Biłas i Marii Biłas

najszczersze wyrazy współczucia z powodu śmierci

Mamy i Teściowej

składają: Zarząd i współpracownicy z Zakładu Urządzeń Technicznych UNIMASZ Sp. z o.o.

299521opb1-a-M

Pani

dr Beacie Szymczak

wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

Taty

składają współpracownicy z Przychodni: Olsztyńscy Lekarze Specjaliści

299421opb1-a-M

Pani Agacie Czajkowskiej

wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

Teściowej

składają
dyrekcja, koleżanki i koledzy
z Departamentu Polityki Regionalnej Urzędu Marszałkowskiego Województwa Warmińsko-Mazurskiego

299021opb1-A-G

Najszczersze wyrazy współczucia

Pani Basi Kołosowskiej

z powodu śmierci

Mamy

składają Druhny i Druhowie z OSP w Kieźlinach

298421opb1-A -P

Najszczersze wyrazy współczucia

Pani Basi Kołosowskiej

z powodu śmierci

Mamy

składają Pracownicy i Dyrekcja Przedszkola Samorządowego nr 2 w Dywitach.

298221opb1-A -P

„Śmierć jest jedynie przebudzeniem ze snu...".
Platon

Krysi Naczas

wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

Brata

składają koleżanki z Zakładu Radioterapii

299921opb1-a-M

Warmiński ZAKŁAD POGRZEBOWY 1987

dawniej **market**

OLSZTYN ul. Lengowskiego 18-20 — **895 355 300**, **602 327 277**

BISKUPIEC ul. Armii Krajowej 4 — **897 152 093**, **608 680 642**

POGOTOWIE POGRZEBOWE 89 527-09-09

Pomożemy Ci godnie pożegnać

614219opb1-E-G

ARKADIA
Olsztyn, ul. Jagiellońska 52/85
tel. 89 526 67 53, 665 175 125
całodobowe przewozy zmarłych

Zbigniew Jarmużewski **kom. 602 514 880** | Joanna Kamińska **kom. 691 410 360** | Andrzej Domasiewicz **kom. 602 514 888**

Gwarantujemy godną i kulturalną posługę

614419opb1-a -K

SACRUM

KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE

ANDRZEJ DĄBROWSKI
Olsztyn, ul. Limanowskiego 18/2
89 67 77 100, kom 530 308 308

GODNIE – SOLIDNIE – Z SZACUNKIEM

Całodobowy przewóz zmarłych

320520opb1-a-M

ARKA USŁUGI POGRZEBOWE
Elżbieta Michałowska Anna Michałowska

OLSZTYN (Zatorze), ul. M. Zientary-Malewskiej 2A
89 534 72 42, 605 635 908

OLSZTYN (Jaroty), ul. Herberta 16/24
(wejście od Wilczyńskiego, naprzeciw „Medyka")
89 526 66 01, 605 665 909

www.arkaolsztyn.pl

Całodobowy przewóz zmarłych

614619opb1-g-M

eprasa.pl 77793356e8

100 lat temu urodził się mistrz mikrofonu

HISTORIA SPORTU || Wczoraj minęła setna rocznica urodzin Bohdana Tomaszewskiego, wybitnego polskiego dziennikarza sportowego. W latach 1956–1980 głos Tomaszewskiego uwodził miliony polskich kibiców słuchających jego relacji m.in. z 12 olimpiad.

Bohdan Tomaszewski to bez wątpienia najlepszy polski sportowy dziennikarz XX wieku, dżentelmen i intelektualista, piewca historii i kultury.

Urodził się 10 sierpnia 1921 roku w Warszawie i już za młodu z powodzeniem grał w tenisa, który do końca życia był jego wielką sportową miłością. Jeszcze przed II wojną światową Bohdan Tomaszewski został mistrzem Polski kadetów w singlu i mistrzem Polski juniorów w deblu.

– LUBIŁEM CHODZIĆ DO SIATKI, BO TEN MÓJ MŁODZIEŃCZY, NAIWNY TENIS POLEGAŁ W DUŻEJ MIERZE NA DOBRYM WOLEJU. MIAŁEM TEŻ NIEZŁY SERWIS. ALE BRAKOWAŁO MI SIŁY FIZYCZNEJ: BYŁEM ZA SMUKŁY I ZA WYSOKI – PO LATACH OCENIAŁ KRYTYCZNIE SWOJĄ GRĘ, CHOCIAŻ TAK NAPRAWDĘ NA KORCIE RADZIŁ SOBIE CAŁKIEM NIEŹLE.

Po wojnie w 1946 roku rozpoczął pracę dziennikarską w „Kurierze Szczecińskim", jednocześnie będąc tenisistą SKT Szczecin. W wydanej w 2003 roku książce „Zawodowiec" którą napisał jego syn Krzysztof, Bohdan Tomaszewski przypomniał, że w redakcji był też pewien energiczny dziennikarz Świerkiewicz - po kilku latach rozpoznano w nim Ludwika Kalksteina, współpracownika Gestapo, który w 1943 roku przyczynił się do aresztowania generała Stefana Roweckiego!

W 1947 roku Tomaszewski niespodziewanie otrzymał propozycję z Polskiego Radia w Warszawie, by został sprawozdawcą z meczu tenisowego Polska - Anglia. „Ta pierwsza, jeszcze nieśmiała próba sprawozdania z meczu tenisowego widocznie musiała się spodobać komuś w Warszawie. Wkrótce otrzymuję propozycję z popołudniówki Wieczór. Wsiadłem w pociąg i pojechałem do Warszawy" - przypomniał po latach w „Zawodowcu"

Fot. Fundacja Bohdana Tomaszewskiego

Bohdan Tomaszewski: – Nadmiar słów może zgubić najlepszego komentatora, a gadulstwo to rzecz nieznośna

Dzięki przenosinom do stolicy jego dziennikarska kariera nabrała rozpędu, a praca w „Expressie Wieczornym" była tylko niezbyt długim epizodem (do 1948 roku). W latach 50. został sprawozdawcą radiowym, a później telewizyjnym. Jego głos doskonale znali polscy kibice, bowiem w latach 1956-1980 Bohdan Tomaszewski komentował m.in. 12 igrzysk olimpijskich letnich i zimowych oraz mistrzostwa świata i Europy.

M.in. był świadkiem pierwszego polskiego złota na zimowych igrzyskach.

„IDEALNE WYBICIE, DŁUGI LOT. ZDAWAŁO SIĘ, ŻE PO PROSTU ZAPRZECZYŁ PRAWOM CIĄŻENIA. PŁYNĄŁ W POWIETRZU I PŁYNĄŁ, GDZIEŚ HEN DALEKO, BY OSTATECZNIE WYLĄDOWAĆ NA 111. METRZE" – TAK RELACJONOWAŁ SKOK WOJCIECHA FORTUNY W SAPPORO W 1972 ROKU.

Jednocześnie - ku uciesze tysięcy czytelników - okazało się, że Bohdan Tomaszewski jest nie tylko niedościgłym mistrzem słowa mówionego, ale i pisanego. Zaczęło się od wydanej w 1957 roku książki „Halo, halo! Tu mikrofony Polskiego Radia w Melbourne", a do 1992 roku miał na swoim koncie już 16 tytułów. Na tym nie koniec, ponieważ napisał także scenariusze do trzech filmów: „Zaczarowany rower" (1955), „Bokser" (1966) i „Czekam w Monte Carlo" (1969).

Mimo olbrzymiego doświadczenia miał w sobie wiele pokory. - Człowiek uczy się do końca życia. Ja dopiero po wielu latach pracy z mikrofonem zrozumiałem, że najważniejsza w tym zawodzie jest cisza. Nadmiar słów może zgubić najlepszego komentatora, a gadulstwo to rzecz nieznośna - przyznał po latach.

Tomaszewski był przede wszystkim prawdziwym pasjonatem sportu. - Sport sam w sobie jest piękny, niczego nie trzeba dodawać. Pozbawiony bezinteresowności przestanie być sportem, a nie stanie się cyrkiem. Powtarzam do znudzenia, że istotą sportu jest rywalizacja, wola walki. Sport jest demokratyczny i sprawiedliwy. Jest zaprzeczeniem fałszu, przemocy i hipokryzji. Jest aktem dzielności i poświęcenia - nie miał wątpliwości wielki mistrz mikrofonu.

Bohdan Tomaszewski zmarł 27 lutego 2015 roku. **DRYH**

OD 1968 ROKU!

Fundacja Bohdana Tomaszewskiego od lat organizuje międzynarodowy turniej tenisowy dla młodzieży Bohdan Tomaszewski Cup 2021. Jest to najstarszy turniej w Polsce (pierwsza edycja była w 1968 roku) i zarazem największy w tenisie młodzieżowym. Tomaszewski Cup jest rozgrywany pod auspicjami Tennis Europe - podczas ostatniej edycji do Warszawy przyjechali młodzi zawodnicy z 17 państw. Areną zawodów są korty Legii Warszawa, ukochanego klubu Redaktora. Niestety, tegoroczna edycja została odwołana z powodu pandemii koronawirusa, w tej sytuacji 53. turniej odbędzie się dopiero w 2022 roku.

Warto przypomnieć, że w przeszłości w Tomaszewskim grały m.in. Agnieszka Radwańska (w 2004 roku wygrała grę pojedynczą i podwójną) i Iga Świątek, która obecnie podbija światowe korty.

eprasa.pl 77793356e8

Zbigniew Lubiejewski: siatkarski mistrz olimpijski z Bartoszyc

HISTORIA SPORTU || 6 listopada 1949 roku w Bartoszycach urodził się Zbigniew Lubiejewski, przyszły znakomity siatkarz AZS Olsztyn i reprezentacji Polski, który niespełna 27 lat później – w 1976 w Montrealu – został złotym medalistą olimpijskim.

Mieszkaliśmy wtedy na ulicy Pieniężnego 9 - był to ostatni budynek po prawej stronie przed Moreną - tak swoje bartoszyckie początki po latach wspomina pan Zbigniew.

A jak Lubiejewscy w ogóle znaleźli się w Bartoszycach? - Mój ojciec pochodził spod Łomży i był w Armii Krajowej, no i po wojnie długo się ukrywał. Tak trafił do Bartoszyc, gdzie i tak go znaleźli, a potem przez lata podstawiali mu nogi, więc kariery nie zrobił - opowiada przyszły mistrz olimpijski.

Vis a vis kościoła świętego Brunona był wtedy PZGS (Powiatowy Związek Gminnych Spółdzielni - red.) - tam właśnie pracował Józef Lubiejewski, który jednak zmarł szybko, bo już w 1961 roku. - Natomiast mama pracowała w sklepie, ostatnio w monopolowym na Kętrzyńskiego obok lodziarni Stankiewicza. W sklepie zawsze były kolejki po wódkę czystą, której butelki miały czerwoną nalepkę i były lakowane. Często pomagałem mamie, nosząc skrzynki z wódką - wyjaśnia przyszły znakomity siatkarz, przyznając jednocześnie, że młodość miał burzliwą, bo - jak po latach samokrytycznie przyznaje - był wtedy silny i głupi.

- Co prawda bez problemów zdałem egzaminy wstępne do bartoszyckiego Liceum Ogólnokształcącego imienia Stefana Żeromskiego, ale szybko zaczęły się schody, bo wydawało mi się, że jestem najsilniejszy w całej wsi. Ósmą klasę jeszcze jakoś przeszedłem z rozpędu (ówczesna szkoła podstawowa była siedmioklasowa - red.), ale w dziewiątej klasie miałem potyczkę z językiem francuskim. Profesor Janina Radowska, która nota bene po wojnie przyjechała do Polski z Francji, postawiła sprawę jasno: jak nie nauczę się wszystkich czasów teraźniejszych, przyszłych i przeszłych, to nie zdam do następnej klasy. Przyznam, że był wtedy taki moment, że chciałem zrezygnować ze szkoły, ale mama przekonała mnie, bym się wziął jednak do roboty (śmiech). - Co ty zrobisz bez szkoły? - pytała mnie, załamując ze zmartwienia ręce. - A do POM-u (Państwowy Ośrodek Maszynowy - red.) pójdę pracować - odpowiedziałem hardo.

OSTATECZNIE ZBYSZEK FRANCUSKICH CZASÓW SIĘ NAUCZYŁ, SZKOŁĘ SKOŃCZYŁ I ZDAŁ MATURĘ, DZIĘKI CZEMU POM STRACIŁ PRACOWNIKA, A POLSKA SIATKÓWKA ZYSKAŁA ZNAKOMITEGO ZAWODNIKA. ALE TO JUŻ CAŁKIEM INNA HISTORIA...

Na razie kilkunastoletni Zbyszek jest jeszcze uczniem, do kawiarni „Małgosia" chodzi niekiedy na lody, przepycha się w stumetrowej kolejce do kina „Zryw" na western „Rio Bravo" albo na „The Beatles" do kina „Orzeł". - Wiele się wtedy też działo w Domu Kultury - wspomina dzisiaj. - To tam byłem po raz pierwszy na koncercie Czerwonych Gitar. Nie miałem pieniędzy na bilet, więc udało mi się wejść przez jakieś okienko na górze (śmiech). Poza tym w sezonie jeździliśmy na grzyby do Wiatrowca, na jagody do Samolubia, nad Łynę na ryby i na wino do lasku TPD-owskiego. A w wakacje dużo czasu spędzaliśmy nad basenem - było to zresztą w tamtych czasach popularne miejsce spotkań młodzieży.

Poza tym w wolnych chwilach od nauki języka francuskiego Zbyszek Lubiejewski lubił grać w siatkówkę i piłkę ręczną. - Miałem kilku kolegów, wśród nich byli m.in. Jurek Tokarczyk oraz Boguś Kozieł (przyszły nauczyciel w-f w SP 1 - red.), z którym chodziłem do jednej klasy. Tworzyliśmy wtedy całkiem fajny zespół, chociaż nikt nas techniki nie uczył, po prostu trzeba było mieć trochę talentu i ruchowej koordynacji - opowiada przyszły siatkarz AZS Olsztyn. - Victoria była wtedy mocna w piłce ręcznej i - o czym może pamięta już dzisiaj niewielu - w siatkówce - wspomina pan Zbigniew. - No i któregoś dnia Stasiu Kierbedź namówił mnie, bym przyszedł do nich, bo już jako junior skakałem wysoko. I tam zaliczyłem moje pierwsze chwile z trochę poważniejszą siatkówką. W zespole byli wtedy m.in. Teodor Marcinowski, Zygmunt Szołobryt, Ryszard Piwowarczyk i Władek Gontkiewicz, który później był trenerem piłkarzy Victorii.

Fot. archiwum Andrzeja Grygołowicz

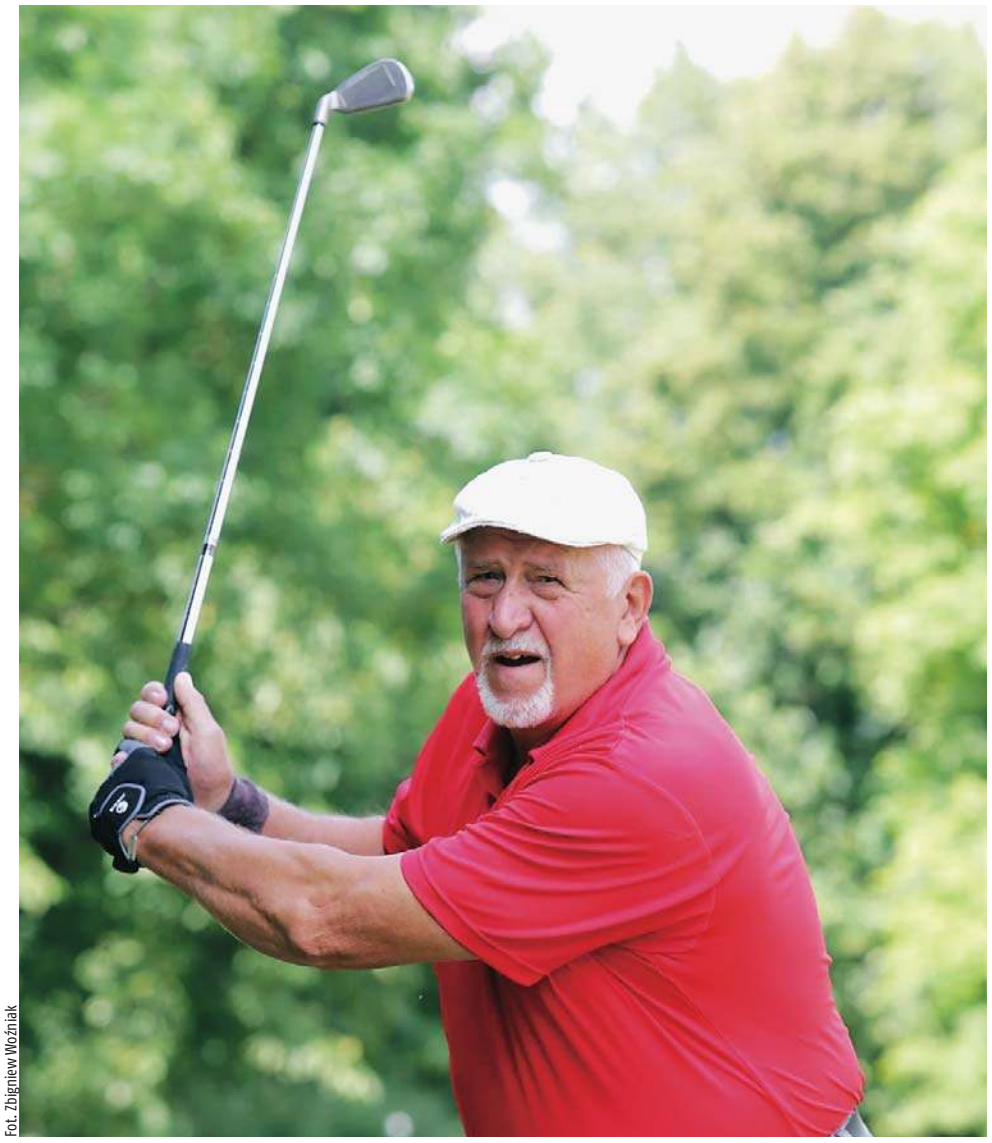
Zbigniew Lubiejewski z AZS Olsztyn zdobył osiem medali siatkarskich mistrzostw Polski

Często o naszym życiu decyduje przypadek (w tym momencie warto polecić znakomity film „Przypadek" Krzysztofa Kieślowskiego), tak też było trochę ze Zbigniewem Lubiejewskim, który pod koniec lat 60. XX wieku z bartoszyckim ogólniakiem zagrał w Pucharze Polski szkół średnich. Gdy jechał na półfinał do Malborka, nie wiedział, że ta impreza niespodziewanie diametralnie zmieni jego życie, bo na trybunach pojawili się poszukiwacze talentów, nieoszlifowanych siatkarskich diamentów. - Nieoszlifowanych i krnąbrnych - dodaje ze śmiechem pan Zbigniew, który w jednym meczu z taką mocą zaatakował piłką w taśmę, aż się ku sobie pochyliły słupki podtrzymujące siatkę!

– TAM WŁAŚNIE WYPATRZYŁ MNIE TRENER LESZEK DOROSZ, KTÓRY POTEM PRZYJECHAŁ DO BARTOSZYC, BY MNIE NAMÓWIĆ DO GRY W AZS OLSZTYN. „BO ON TO SIĘ TYLKO TUTAJ ZMARNUJE, A W OLSZTYNIE WEZMĘ GO POD SWOJE SKRZYDŁA. BĘDZIE TRENOWAŁ, GRAŁ I JEDNOCZEŚNIE STUDIOWAŁ" – ARGUMENTOWAŁ TWÓRCA POTĘGI OLSZTYŃSKIEJ SIATKÓWKI, A ŻE MIAŁ TALENT DO PRZEKONYWANIA, WIĘC ZBYSZEK WKRÓTCE POJAWIŁ SIĘ W OLSZTYNIE.

W tym momencie warto przypomnieć, że Dorosz na swoim koncie miał też m.in. ściągnięcie do AZS Mirosława Rybaczewskiego, który w 1976 roku razem z Lubiejewskim zostanie mistrzem olimpijskim. Trener po „Rybę" pojechał do podwarszawskiej Falenicy, gdzie udało mu się przekonać... babcię młodego siatkarza. „Słyszałam, jak mądrze pan mówił, widzę też, że dobrze panu z oczu patrzy. Proszę poczekać, Miruś mnie posłucha" - powiedziała babcia, no i kilka dni później do Dorosza zadzwonił ojciec przyszłego mistrza olimpijskiego z wiadomością, że syn przyjedzie do Olsztyna. Ale to już całkiem inna historia...

eprasa.pl 77793356e8



Fot. Zbigniew Woźniak

Na emeryturze nową sportową pasją pana Zbigniewa stał się golf

Wróćmy jeszcze do Zbigniewa Lubiejewskiego, który przenosi się do Olsztyna, gdzie w latach 70. XX wieku staje się podstawowym zawodnikiem trzykrotnego mistrza Polski, a ukoronowaniem kariery staje się złoty medal olimpijski zdobyty w 1976 roku w Montrealu. Od tego momentu jego związki z Bartoszycami ulegają rozluźnieniu, bowiem do Olsztyna przenosi się też jego matka. Ale miasto nad Łyną do dzisiaj jest mu bardzo bliskie. - Tu są pochowani moi rodzice, poza tym odwiedzam stare kąty, które przypominają mi młodość. Tu mam przyjaciół z dawnych lat, a poza tym z przyjemnością obserwuję, jak się zmienia miasto. Przecież ja pamiętam jeszcze czasy, gdy zamiast ronda w pobliżu dworca kolejowego był kanał łączący jeziorko Mleczarskie z Łyną...

Ale to już całkiem inna historia...

ARTUR DRYHYNYCZ

ZBIGNIEW LUBIEJEWSKI

Z AZS Olsztyn wywalczył trzy złote (1973, 1976, 1978), trzy srebrne (1972, 1974, 1977) i dwa brązowe (1971, 1975) medale mistrzostw Polski. Poza tym dwa razy zdobył Puchar Polski (1970, 1971), jest wielokrotnym akademickim mistrzem kraju, a w 1978 roku zajął drugie miejsce Pucharze Zdobywców Pucharów (do dzisiaj jest to największy w historii międzynarodowy sukces olsztyńskiego klubu). W reprezentacji Polski w latach 1972-76 rozegrał 160 meczów, zostając wicemistrzem Europy (1975) i złotym medalistą olimpijskim (1976). W 1978 roku wyjechał do Belgii, gdzie zdobył mistrzostwo (1981) i dwukrotnie Puchar Belgii. Po zakończeniu kariery został trenerem, ale w 1993 roku postanowił wrócić do Olsztyna, gdzie mieszka do dzisiaj.

SPRINTEM

Fot. organizatorzy

Marcin Możdżonek zaprasza na turnieje do Olecka, Giżycka, Szczytna i Olsztyna

SIATKÓWKA PLAŻOWA\\\ 14 i 15 sierpnia Fundacja Marcina Możdżonka zaprasza do Olsztyna, Giżycka, Szczytna i Olecka na cztery wyjątkowe turnieje. - Będzie to świetna okazja do dobrej zabawy - nie ma wątpliwości Marcin Możdżonek, były siatkarz m.in. AZS Olsztyn oraz reprezentacji Polski. - Zapraszamy dwuosobowe drużyny złożone z członków rodzin lub przyjaciół. Nieważne są umiejętności, poziom sportowy czy doświadczenie. Każdy ma szansę spróbować swoich sił i to jest dla nas najważniejsze. Warto w nawale codziennych zajęć znaleźć czas również na aktywność fizyczną - zachęca Możdżonek, wyjaśniając zarazem powody powołania fundacji swego imienia: - W życiu spotkałem wielu ludzi, którzy pomogli mi odnosić sukcesy. Może to zabrzmi górnolotnie, ale teraz moim obowiązkiem jest oddawanie tego, co kiedyś dostałem od innych. Spełniłem się jako siatkarz, odniosłem sukces, którym teraz chcę się dzielić, dlatego postanowiłem założyć Fundację, której głównym celem jest pomaganie dzieciom i młodzieży w realizowaniu sportowych marzeń.

Możdżonek Family Cup 2021

*** 14.08 (sobota), godz. 10-14** - Olecko, Plaża Miejska, zapisy: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Olecku, tel. 87 520 20 48

*** 14.08 (sobota), godz. 16-19** - Giżycko, Plaża Miejska, zapisy: Miejski Ośrodek Sportu Port Ekomarina w Giżycku, tel. 798 613 787 lub 509 805 635

*** 15.08 (niedziela), godz. 10-14** - Szczytno, Plaża Miejska, zapisy: Miejski Ośrodek Sportu w Szczytnie, tel. 696 937941

*** 15.08 (niedziela), godz. 16-19** - Olsztyn, Plaża Miejska, zapisy: kontakt@mozdzonek.eu

PIŁKA NOŻNA\\\ Łukasz Gikiewicz juniorskie czasy spędził w trzech olsztyńskich klubach (Warmia, Stomil i Tempo 25), a jako senior równie często zmieniał pracodawcę. Do 2013 roku występował w Motorze Lubawa, Drwęcy Nowe Miasto Lubawskie, Olimpii Elbląg, Wigrach Suwałki, Unii Janikowo, Polonii Bytom, ŁKS Łódź i Śląsku Wrocław. Osiem lat temu podpisał kontrakt z cypryjską Omonią Nikozja, a w kolejnych latach zaliczył kluby z Kazachstanu, Bułgarii, Arabii Saudyjskiej, Tajlandii, Jordanii, Rumunii i Bahrajnu! Jak widać, Łukasz Gikiewicz to prawdziwy piłkarski obieżyświat. Jednak od 30 czerwca jest wolnym zawodnikiem, więc zainteresowała się nim Stal Mielec, która w trzech kolejkach Ekstraklasy zdobyła tylko jedną bramkę, i to z rzutu karnego. Warto przypomnieć, że trenerem mielczan jest Adam Majewski, który od czerwca 2020 do kwietnia 2021 roku prowadził pierwszoligowy Stomil Olsztyn.

SPORT W TV\\\ **Kolarstwo**. Tour de Pologne, 3. etap: Sanok - Rzeszów (12.45 Polsat Sport, 12.55, 16 TVP Sport, 14.45, 17.30 TVP 1); PostNord Danmark Rundt: 2. etap (15.50 Eurosport 1)

*** Piłka nożna**. Superpuchar Europy: Chelsea Londyn - Villarreal (20.50 Polsat); Puchar Ligi Angielskiej: Leyton Orient - Queens Park Rangers (20.40 Eleven Sports 1)

*** Tenis.** Turniej ATP w Toronto (17 Polsat Sport Extra, 19, 21, 23, 1.00, 3.00 Polsat Sport); turniej WTA w Montrealu (17, 19, 21 Canal+ Sport)

DRYH

eprasa.pl 77793356e8

„Paweł Pruski" czuwa przy klasztornych murach

WYDARZENIE || Kolonia Artystów to wydarzenie artystyczne, które od kilku lat wpisało się w kulturalny kalendarz imprez gminy Ruciane-Nida. Każda edycja tego wydarzenia niesie ze sobą nowe dzieła. Artyści pozostawiają je na miejscu i są one ozdobą miasta i gminy.

W tym roku, w Wojnowie, w dniach 23 - 30 lipca odbyła się już siódma edycja rzeźbiarsko-malarskiego pleneru. Efektem tygodniowej wspólnej pracy artystów jest rzeźba „Paweł Pruski". — Zakończyliśmy siódmą edycję Kolonii Artystów w Wojnowie na terenie klasztoru Wojnowo. To miejsce wyjątkowe również dzięki gospodarzom obiektu — Urszuli Kochanowicz-Ludwikowskiej i Tomasza Ludwikowskiego. Niezapomniane wspomnienia zostaną już na zawsze, a po nas rzeźba przedstawiająca twórcę Monasteru Zbawiciela i Trójcy Świętej w Wojnowie, który stoi przy murach klasztoru i czuwa — mówi Piotr Bogdaszewski, artysta z Rucianego-Nidy, pomysłodawca i organizator cyklu wydarzeń Kolonia Artystów.

Współorganizatorzy VII Kolonii Artystów to Dom Kultury w Rucianem-Nidzie, gmina Ruciane-Nida oraz Klasztor w Wojnowie. ZYW

fot. Kacper Ludwikowski

fot. Grzegorz Gorzewski

fot. Grzegorz Gorzewski

fot. Arkadiusz Parzych

fot. Grzegorz Gorzewski

eprasa.pl 77793356e8