Warto dać przedmiotom drugie życie \3

PIĄTEK\NIEDZIELA
|07-09|01|2022|

# GAZETA OLSZTYŃSKA

136 LAT

WEEKEND

GAZETA CODZIENNA WARMII I MAZUR

cena 4,50 zł (w tym 8% VAT)

ISSN 0137-9127 NR INDEKSU 350176 \\\ NAKŁAD 13 619 NR 4 (20705)

Fot. Zbigniew Woźniak

# NOGA Z GAZU, CZYLI TYDZIEŃ Z NOWYM TARYFIKATOREM! \6-7

## ZACZYNAŁEM OD TOPORA I TARCZY \4

## MIEJSKIE PODWÓRKA POD LUPĄ UWM \8

## WIEDZIAŁAM, ŻE DAM SOBIE RADĘ \11

## POLSKA NAUKA TRZYMA SIĘ DOBRZE \17

## SPORT CODZIENNIE \22-24

# OSZUSTWO NIEJEDNĄ MA TWARZ. UWAŻAJ! \12

ISSN 0137-9127
01
9 770137 912057

eprasa.pl 7c16e6fc08

# TAK SAMO, ALE... INACZEJ. BOŻE NARODZENIE U GREKOKATOLIKÓW

BYŁEM KIEDYŚ ŚWIADKIEM ROZMOWY DWÓCH DZIEWCZYNEK. TA Z OBRZĄDKU GRECKOKATOLICKIEGO ZOSTAŁA ZAGADNIĘTA PRZEZ KOLEŻANKĘ „ŁACINNICZKĘ": — JAK WYGLĄDAJĄ U WAS ŚWIĘTA BOŻEGO NARODZENIA? ODPOWIEDZIAŁA: — TAK SAMO. ALE INACZEJ. I POMYŚLAŁEM, ŻE JEST TO DOSKONAŁY TYTUŁ KRÓTKIEGO PRZEDSTAWIENIA TEGO WYJĄTKOWO RADOSNEGO U WSZYSTKICH NARODÓW CHRZEŚCIJAŃSKICH ŚWIĘTA.

MAREK MELNYK

Boże Narodzenie to święto, które nazywane jest w cerkwi ukraińskiej „Rizdwo Hospoda Naszoho Isusa Chrysta", a w skróceniu „Rizdwo Chrystowe" lub po prostu „Rizdwo". Według starego stylu, zwanego juliańskim, obchodzone jest 7 stycznia czyli 13 dni po Bożym Narodzeniu obchodzonym przez katolików obrządku łacińskieg. W kalendarzach cerkiewnych okres Bożego Narodzenia trwał aż trzy dni. Drugi dzień, 8 stycznia to święto we Wschodniej Cerkwi poświęcone Matce Boskiej – Sobor Preswjatoji Bohorodyci, a trzeciego dnia upamiętnia się pierwszego męczennika za wiarę Chrystusową, św. Szczepana, po ukraińsku zwanego Stefanem. Poprzedza je czterotygodniowy post, okres zwany w tradycji polskiej Adwentem, a w tradycji ukraińskiej Pyłypiwka.

## DZIEŃ OCZEKIWANIA

W wigilię świąt nie jada się obiadu. Wszystko musi być na swoim miejscu. Choinka, zwana po ukraińsku jałynką, pojawiła się w naszym regionie Europy w ogóle, a na Ukrainie w szczególności, znacznie później – pod wpływem miasta i zwyczajów z Zachodu. W ten dzień wszyscy członkowie rodziny powinni być razem w domu. Nie można się też w tym dniu kłócić, należy się przeprosić nawet z wrogami, żeby w roku następnym było spokojnie i w domu i poza domem. Każdą pożyczoną rzecz powinno się oddać jej właścicielowi.

W ludowej tradycji ukraińskiej gospodyni od samego rana zdobywała nowy ogień przy pomocy krzemienia i krzesiwa, które przez ostatnie 12 miesięcy leżało pod świętymi obrazami. Przeżegnawszy się trzy razy stawała twarzą do wschodu słońca i krzesała „nowy ogień". Tym ogniem rozpalały gospodynie 12 polan, które przedtem suszone były przez 12 dni ostatniego miesiąca.

## PRZYGOTOWANIA

Dopiero po tych czynnościach gospodyni rozpoczyna przygotowywanie potraw na świętą wieczerzę wigilijną, starając się w menu przedstawić wszystkie najważniejsze płody z pola, ogrodu i sadu: pierogi z różnymi nadzieniami, smażona kapusta, bułki pieczone z makiem i co najważniejsze, tak zwana kutia. Wieczerza wigilijna musi być postna, składa się według zwyczaju z 12 potraw. W interpretacji niektórych badaczy liczba dwanaście nawiązuje do 12 miesięcy i każda potrawa miałaby być poświęcona innemu miesiącowi. Inni zaś twierdzą, że dwunastka związanych jest z czcią dla pierwszych 12 Apostołów.

Prosfora, pieczywo wykorzystywane w Kościele prawosławnym i Kościołach katolickich wschodnich w obrzędzie przeistoczenia. Uczestnicy wieczerzy wigilijnej dzielą się nią, przyniesioną z cerkwi.

W tradycji wschodniosłowiańskiej diduch to pierwszy skoszony podczas żniw snop pszenicy i owsa lub niemłóconego żyta, ustawiany kłosem do góry w kącie izby na Boże Narodzenie.

## SWJAT-WECZIR...

Wieczór przed Bożym Narodzeniem obchodzony jest w chrześcijaństwie bardzo uroczyście, z licznymi zwyczajami, wierzeniami i z wieczerzą wigilijną zachowującą zasady jedzenia postnego. Po ukraińsku ta wigilia to Swjat-Weczir („Święty Wieczór"). Na wieczerzę zbiera się cała rodzina, a zapraszane są również dusze zmarłych z rodziny. Jeśli trafiłby się jakiś obcy zabłąkany gość, również powinien być zaproszony do stołu wigilijnego. Taki gość przynosi gościnnemu domowi szczęście. Po wspólnej modlitwie rozpoczyna się spożywanie posiłków.

WIECZERZA TEŻ BYWA NOSZONA DO BLIŻSZEJ RODZINY, A SZCZEGÓLNIE DO DZIADKÓW, JEŚLI MIESZKAJĄ ODDZIELNIE. W RODZINACH ZAŚ MIESZANYCH, GDZIE ŚWIĘTA SĄ OBCHODZONE W INNYM CZASIE Z RÓŻNICĄ OK. 14 DNI, GREKOKATOLICY NOSZĄ ŚWIĘTĄ WIECZERZĘ SPOKREWNIONYM RZYMSKIM KATOLIKOM I ODWROTNIE – ŁACINNICY NOSZĄ WIECZERZĘ WIGILIJNĄ SPOKREWNIONYM UNITOM.

## ...Z KOLĘDAMI

Po wieczerzy rozpoczyna się śpiewanie kolęd. Kolędy odgrywają w obrzędowości bożonarodzeniowej rolę szczególną. Kolędy bożonarodzeniowe zróżnicowane są pod względem intencji. Wyróżnia się kolędy przedstawiające zdarzenia związane z narodzeniem Jezusa. Należą tu m.in. pastorałki, czyli kolędy o pasterzach i ich przygodach w drodze do Betlejem oraz kolędy apokryficzne dotyczące wydarzeń z życia Najświętszej Rodziny. Są też kolędy witające i adorujące Jezusa Nowonarodzonego. Osobną grupę stanowią kolędy tzw. teologiczne, które interpretują sens zdarzeń bożonarodzeniowych, opartych na świadectwie Ewangelii. Kolędy związane tematycznie ze świętem Bożego Narodzenia i zwyczaj śpiewania kolęd w kościele i w domu rozpowszechniał się w Polsce i na Rusi, która wtedy wchodziła w skład Rzeczypospolitej, jednocześnie z wprowadzeniem kalendarza rzymskokatolickiego, gregoriańskiego. Pierwsze zapisy melodii oraz tekstów kolęd polskich pochodzą z XV i XVI wieku, a rozkwit tej twórczości kolędowej przypada na XVII i XVIII wiek. Najdawniejszy zaś zapis kolęd cerkiewnoukraińskich pochodzi z drugiej połowy XVII wieku, a więc już po zawarciu Unii Brzeskiej. Badacze tego typu twórczości literackiej są zdania, że kolędy cerkiewnoukraińskie pojawiły się pod wpływem polskim. Ich forma wskazuje na ten sam typ wiersza, który znany był o wiele wcześniej piśmiennictwu polskiemu. Ponadto analiza treści i niekiedy form językowych pewnej ilości kolęd cerkiewnych dawniej i obecnie śpiewanych w cerkwi i w domach zdradzają ich stosunkowo ścisłe powiązanie z kolędami polskimi. Na przykład kolęda „Anheł pastyriam mowyw", śpiewana w cerkwiach jest prawie identyczna pod względem rytmiczno-muzycznym i treściowo-słownym z kolędą polską „Anioł pasterzom mówił", która przetłumaczona była jeszcze wcześniej z łacińskiego „Angellus pastoribus dixit". Przykładów na ścisłe powiązanie kolęd ukraińskich z polskimi jest sporo.

## WSPÓLNA RADOŚĆ

Wracając do historii, którą przytoczyłem na początku: Boże Narodzenie u grekokatolików zamieszkujących nasz region to w istocie to samo misterium, które w grudniu przeżywają katolicy obrzędu łacińskiego. Łączy nas ta sama radość, takie samo wzruszenie płynące ze świadomości wcielenia Boga w naturę ludzką i w ludzkie dzieje. Warto o tym pamiętać, gdy przychodzi nam czasem widzieć, jak nasi sąsiedzi - chrześcijanie wschodniego obrządku czynią przygotowania i celebrują Boże Narodzenie.

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

**REDAKTOR NACZELNY**
Maciej Matera
m.matera@gazetaolsztynska.pl

**ZASTĘPCY REDAKTORA NACZELNEGO**
Igor Hrywna
Dawid Żmuda
Bartosz Orliński

**REDAKTORZY WYDANIA**
Barbara Barczuk wydawca@gazetaolsztynska.pl
Dawid Żmuda
Artur Dryhynycz sport@gazetaolsztynska.pl

**WYDANIE ONLINE** internet@gazetaolsztynska.pl 89 539 74 83

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

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

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

**CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ**
tel. 89 539 74 80, 81, 82

**REDAKCJA W ELBLĄGU**
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 55 611 46 00
gazeta@dziennikelblaski.pl

**REKLAMA W ELBLĄGU**
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 55 236 18 02, 55 611 46 01
reklamy@dziennikelblaski.pl

**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 7c16e6fc08

# DAJEMY PRZEDMIOTOM DRUGIE ŻYCIE

PROSZEK ENZYMATYCZNY Z 1988 ROKU, MŁYNEK DO KAWY, KTÓRY PRZETRWAŁ 40-LAT I NADAL SŁUŻY CZY SUSZARKA DO WŁOSÓW Z LAT 70-TYCH. NASI INTERNAUCI ZASYPALI NAS ZDJĘCIAMI PRZEDMIOTÓW Z DUSZĄ. — MIKSER Z 1986 ROKU PRZEŻYŁ DWA NOWOCZESNE MIKSERY — MÓWI PANI IWONA Z OLSZTYNA.

ALEKSANDRA TCHÓRZEWSKA
a.tchorzewska@gazetaolsztynska.pl

Wszystko zaczyna się od wizyty u mamy. Znajduję u niej pojemnik z sitkiem do cynamonu. W głowie przelatują mi obrazy z przeszłości: mama posypuje mi cynamonem właśnie z tego opakowania kaszę mannę. Do Olsztyna wprowadziliśmy się w 1988 roku. Kiedy to było...? Cena cynamonu na opakowaniu to 86 zł. Musiała kupić go jeszcze przed denominacją złotego. Dziwi się, że ja jestem zdziwiona posiadaniem tego „antyku". — A po co mam wyrzucać opakowanie, skoro jest dobre? Dosypuję tylko świeżego cynamonu i już! — wzrusza ramionami.

Wrzucam zdjęcie opakowania na FB Gazety Olsztyńskiej. Na nic nie liczę. Zwykłe opakowanie, wielkie mi co. Ale pod postem rozpętuje się prawdziwe szaleństwo. Internauci zaczynają umieszczać zdjęcia swoich skarbów z minionych epok: jest i ciężkie żelazko z PRL-u, suszarka do włosów, szklana, kolorowa rybka, choinkowa bombka, lampka po babci, a także Fiat 126p. W komentarzach można wyczytać, że te przedmioty budzą wspomnienia, ciepłe skojarzenia z bliskimi, przywołują chwile z dzieciństwa.

## TO MOJE SKARBY

Pani Iwona z Olsztyna komentuje jako pierwsza. Wrzuca zdjęcie szafki ocalałej po meblościance i zegara. — To są pamiątki rodzinne. Tylko jedna rzecz jest zdobyta — opowiada w rozmowie z nami. — Zegar jest po dziadkach mojego męża. Nie lubię wyrzucać rzeczy, które się nadają do użytku. Poza tym bije od nich energia i wspomnienia. Ciężko byłoby mi z nimi rozstać. To moje skarby.

Ojciec pani Iwony uwielbiał zegary. — Za czasów komuny były bardzo popularne. Na przykład taki z czerwoną tarczą czy świecącymi wskazówkami. Z wiszących uchował się tylko jeden. Mój ojciec nawet tych zepsutych nie wyrzucał, tylko wkładał do skrzyneczki — wspomina.

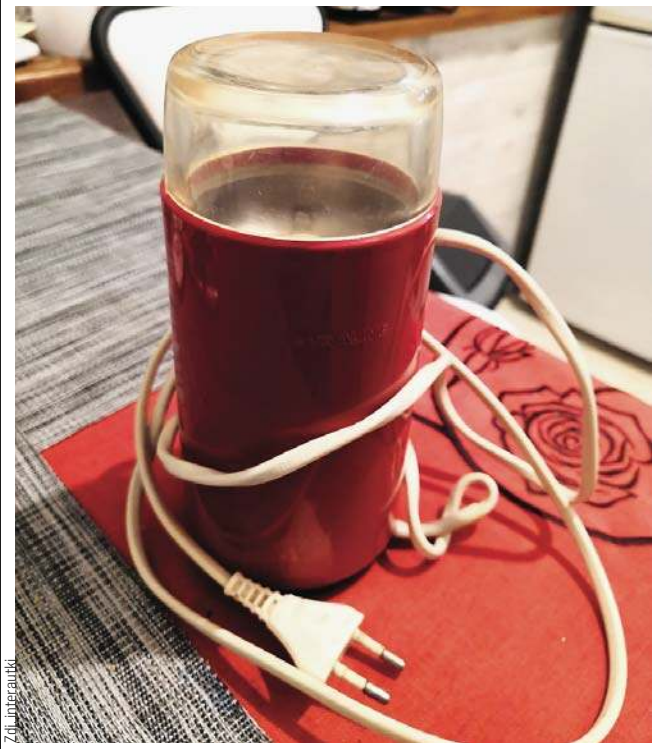
Jej zdaniem rzeczy z dawnych lat są bardziej trwałe niż współczesne. — Może i mechanika teraz jest prostsza, ale za to obudowa nie jest najlepszej jakości. Do tej pory służy mi mikser, prezent ślubny moich rodziców z 1986 roku. Przeżył dwa młodsze miksery, które szybko się zepsuły. Raz z niego poszedł dym, myślałam, że już nic z niego nie będzie, ale chodzi do dzisiaj.

Tak jak pozytywka z lat dziecięcych pani Martyny. — Moja pozytywka ma 34 lata. Rodzice mi ją kupili jak się urodziłam. Później służyła mojej siostrze, potem mojej córce, która ma obecnie 14 lat i mojemu synkowi, który ma teraz 4 latka. Jednak stare rzeczy są dużo trwalsze niż te dzisiejsze... — podsumowuje.

## ELEMENT KAWOWYCH RYTUAŁÓW

Młynek ma około 50 lat. Od 12 lat służy Ani Wysockiej z Olsztyna i jest nieodłącznym elementem jej porannych rytuałów kawowych. — Jest niezawodny. Ale dochodzi też kwestia sentymentu, bo to pamiątka rodzinna, która dalej

Zdj. interautki



Zdj. interautki

Zdj. interautki

działa. Nie ma potrzeby jej wymieniać. Dostałam go po cioci — opowiada.

Dom rodzinny Ani w Wilczętach (pow. braniewski) pełen jest poniemieckich mebli oraz skarbów z epoki PRL-u. — Nie wszystkie rzeczy przetrwały, ale wiele z nich służy domownikom, na przykład stół pamiętający jeszcze poprzednich gospodarzy — opowiada Ania.

Właściciele muzeów i prywatni kolekcjonerzy, gdyby zobaczyli te rzeczy, na pewno zatarliby ręce. Na próżno. — Wiem, że są one warte fortunę, ale nie są na sprzedaż — podkreśla. — Stanowią pamiątkę. To rzeczy, które bardzo trudno było kupić lub dostać. Jedna z meblościanek, czyli segment z oszklonym barkiem jest prezentem ślubnym moich rodziców, a więc w kwietniu będzie miał 40 lat. Te przedmioty są naprawdę w dobrym stanie!

Farby olejne, tusz kreślarski z lat 60 tych, lipowe patyczki do pisania tuszem czy zegarek do podróży — dom Magdaleny Dudzik, prezes Związku Plastyków Warmii i Mazur jest pełen skarbów po jej babci, śp. Eugenii Dudzik, malarki i założycielki Uniwersytetu Trzeciego Wieku. — Nie miałam nadziei, że ten tusz będzie jeszcze do użycia. Zachowałam go dla buteleczki. Jest na niej napisane, że ważny jest dwa lata — zaczyna swą opowieść Magdalena. — Spotkałam się z wykładowcą, którego zafascynował ten tusz. Zaczął nim bełtać, mieszać po swojemu. Wykrzyczał: „To niesamowite, ten tusz działa!". Zanurzył w nim pióro, zachwycił się barwą. Miałam tusze z lat 90-tych, które szybko powysychały. Lipowe patyczki do pisania tuszem także zafascynowały znajomego wykładowcę, miłośnika grafiki i ręcznego pisania. Prędzej sama coś narysuję za pomocą tych rzeczy, niż się ich pozbędę. Znalazłam też stare pióro ze stalówką. Prawdopodobnie jest ono jeszcze przedwojenne, służyło babci lub dziadkowi do pisania w szkole.

## WALIZKA Z „PRZYDASIAMI"

Pani Magdalena nie kryje, że boli ją, jak widzi, że po śmierci bliskiego wyrzucane są jego rzeczy. — Często są to drobiazgi. Ale to jest przecież to życie, które było przy tych ludziach. I ono raptem ląduje na śmietniku — dziwi się. — Po śmierci babci znaleźliśmy po niej walizkę z napisem „przydasie". Babcia była artystką, więc w środku znaleźliśmy wiele perełek. To był właśnie dla mnie spadek. Nie złote kolczyki, nie drogocenne rzeczy. To przedmioty, które przy niej były. A ja mogę dać im drugie życie.

Tak jak zegarkowi podróżnemu, który towarzyszył Eugenii Dudzik podczas wszystkich wycieczek. — Jak byłam dzieckiem, bardzo chciałam go mieć. Zachwycał mnie. I wydawał mi się czymś magicznym. Pamiętam, że babcia zabrała kiedyś go na wycieczkę do Rzymu. Dziś zegarek jest ze mną — uśmiecha się Magdalena.

Czasem nie ma sentymentu, jest zwyczajna praktyczność. Tak jak w przypadku Małgorzaty Stępień z Ostródy. — Młynek z czasów PRL-u dostałam od sąsiadki do mielenia cukru na puder, ponieważ mi go zabrakło — opowiada z rozbrajającą szczerością. — Ale po każdym użyciu czyszczę.

Pani Małgorzata lubi zapach cynamonu, anyżu, migdałów, gałki muszkatołowej czy świeżo zmielonej kawy. — Świeżo zmielona kawa przypomina mi lata, kiedy była dostępna tylko w ziarnach. Zawsze mama wysyłała mnie do jedynego sklepu, w którym można było zmielić kawę. Miałam wtedy 10 lat — kwituje.

Natalia z kolei pamięta zapach wody kolońskiej Przemysławka swojego pradziadka. To legendarna woda kolońska produkowana według oryginalnej receptury od 1919 r. — Zapach sam w sobie w butelce był ostry, zwłaszcza jak wąchała go kilkuletnia dziewczynka, ale na dziadku pachniał czystością, miłością i poczuciem bezpieczeństwa — opisuje. — Mam dość pokaźną kolekcję perfum. Ceny bywają zawrotne, ale i tak najdroższa sercu jest woda Przemysławka. Oczywiście nigdy nieotwierana. Pradziadek był rzemieślnikiem, mistrzem krawiectwa. Uwielbiałam jako dziecko siadać w pracowni i wąchać kawałki mydeł, którymi szkicował na materiale miejsce cięcia....

eprasa.pl 7c16e6fc08

# ZACZYNAŁEM OD TOPORA I TARCZY

W NASZYM REGIONIE NIE BRAKUJE PASJONATÓW SPORTÓW WALKI. CHĘTNI MOGĄ SPRAWDZIĆ SIĘ W BOKSIE, KARATE, MMA... MOGĄ TEŻ NAUCZYĆ SIĘ WŁADAĆ ŚREDNIOWIECZNĄ BRONIĄ. TO WSZYSTKO DZIĘKI TRENINGOM, KTÓRE PROWADZI DRUŻYNA WOJÓW BOLESŁAWOWYCH „BIAŁOZÓR" Z OLSZTYNA. — ODTWARZAMY KULTURĘ MATERIALNĄ I DUCHOWĄ GŁÓWNIE SŁOWIAN, SKANDYNAWÓW I PRUSÓW Z X/XI WIEKU — MÓWI WOJCIECH GRABOWSKI.

**PAWEŁ SNOPKOW**
p.snopkow@gazetaolsztynska.pl

**— Należysz do grupy, która zajmuje się rekonstrukcją dziejów naszych ziem z przełomu X i XI wieku. Ważnym elementem waszej działalności jest nauka walki na miecze. Dlaczego ludzie w XXI wieku chcą uczyć się posługiwać średniowieczną bronią?**

— Zgadza się, odtwarzamy kulturę materialną i duchową głównie Słowian, Skandynawów i Prusów z X/XI w. Dlaczego tysiąc lat później ponownie sięgamy po średniowieczną broń? Z wielu powodów. Po pierwsze, to doskonały sport, a ponieważ oparty jest na rywalizacji, dużo łatwiej jest się do niego zmotywować. Na bieżni czy siłowni walczymy ze swoimi słabościami. Tutaj walczymy z realnym przeciwnikiem, który chce zwyciężyć tak samo jak my. Po drugie, to okazja do poznania świetnych ludzi. Razem trenujemy, biesiadujemy i stajemy w bitwach ramię w ramię. Ten rodzaj braterstwa nie jest już spotykany w dzisiejszych czasach. Po trzecie, to doskonała odskocznia od szarości życia codziennego. Tak naprawdę ilu ludzi, tyle motywacji.

Fot. Robert Roguszka

Wojciech Grabowski podczas Festiwalu Prusowie ze wsi Sędyty. Olsztyn, Las Miejski, wrzesień 2021 rok

**— A skąd wzięła się twoja pasja do broni białej i fechtunku?**

— Trudno powiedzieć skąd wzięła się ta pasja. Myślę, że ona od zawsze we mnie była. Dzieciaki często biją się na drewniane miecze. Ja po prostu nigdy z tego nie wyrosłem, a drewno zamieniłem na stal. Wychowałem się na książkach, filmach i komiksach o Conanie, Thorgalu, Domanie, Wiedźminie. To były historie, w których ostry miecz i silne ramię potrafiły rozwiązać większość problemów. Potem doszła fascynacja wczesnym średniowieczem i historycznym aspektem szermierki. Zaczynałem od topora i tarczy, potem skupiłem się na walce mieczem i tarczą. Do dziś miecz jest moją ulubioną bronią, choć próbowałem walki właściwie każdą inną, czyli toporem dwuręcznym, włócznią, szablą i seaxem (długi nóż bojowy), strzelałem z łuku, ciskałem oszczepami i toporami.

**— Istnieją różne grupy, które rekonstruują militarną sztukę okresu średniowiecza. Z jaką dokładnością potrafimy dzisiaj odtworzyć tę dziedzinę wiedzy? Czy wiemy na ten temat wszystko? A może istnieją tajniki średniowiecznych fechmistrzów, które przepadły na zawsze?**

— Naszymi źródłami do poznania dawnej szermierki są znaleziska archeologiczne, ikonografia a także źródła pisane. Zdecydowanie najcenniejszą grupą źródeł są fechtbuchy, czyli średniowieczne traktaty szermiercze. Zaczęły się one pojawiać w XIII w. w Europie zachodniej i opisują techniki walk bronią białą. Prawdziwy ich wysyp obserwujemy od połowy XV w. Dla tego okresu jesteśmy w stanie odwzorować sztukę władania bronią białą niemal idealnie. Gorzej jest z czasami, które nas najbardziej interesują, a więc wczesnym średniowieczem. Próżno szukać tu informacji w źródłach pisanych. Pozostaje nam analizowanie przedstawień ikonograficznych. Wiele informacji możemy wywnioskować również na podstawie budowy samej broni, którą znajdujemy na stanowiskach archeologicznych. Na przykład cechą charakterystyczną w budowie mieczy wczesnośredniowiecznych jest zaokrąglony sztych, po czym wnioskujemy, że służyły one przede wszystkim do stosowania cięć a nie pchnięć. Ostatecznym narzędziem do zrekonstruowania tych technik jest archeologia eksperymentalna, czyli działalność grup takich jak nasza. Jeżeli wyposażymy współczesnych wojowników w broń opartą o znaleziska sprzed 1000 lat i postawimy przed nimi to samo zadanie, czyli zwycięstwo w pojedynku, to prawdopodobnie wypracują oni te same techniki.

**— Co roku zgłaszają się do was nowicjusze. Z jakich etapów się składa ich szkolenie?**

— Najpiękniejsze w tym wszystkim jest to, że ta nauka nigdy się nie kończy. Ja walczę od 16 lat i nie uważam się za mistrza. Zawsze jest coś do poprawy. Tempo, w jakim zawodnik czyni postępy zależy przede wszystkim od tego, ile siły, czasu i energii jest w stanie włożyć w treningi. Nie bez znaczenia jest również pułap, z jakiego startuje kandydat. Zdarzają się osoby, które mają doświadczenie w innych sportach, również sportach walki. Wtedy całe szkolenie przebiega szybciej. Nie trzeba być natomiast karateką, żeby spróbować swoich sił. Trening zaczynamy od ćwiczeń ogólnorozwojowych, które wzmacniają siłę i wytrzymałość. Równolegle uczymy prawidłowego, czystego wyprowadzania cięć. Nowicjusze trenują na specjalnych manekinach. Po opanowaniu podstaw przechodzimy na sparingi z użyciem piankowej broni i ochraniaczy sportowych. Po 3-6 miesiącach kandydat może dostać stal do ręki.

**— Jakie psychofizyczne cechy są dla szermierza najważniejsze? Czy jest to siła, wytrzymałość, a może szybkość reakcji i umiejętność przewidywania działań przeciwnika?**

— Przy współczesnych walkach na broń białą siła jest najmniej istotna. Nie rąbiemy mieczem z taką mocą, aby rozciąć przeciwnika razem z tarczą i pancerzem. Nie zapominajmy, że po drugiej stronie jest nasz przyjaciel nie wróg. Znacznie ważniejsza jest kondycja. Sprzęt, który mamy na sobie waży ponad 20kg. Najlepszy wojownik niewiele zdziała, jeżeli po wyprowadzeniu dwóch ciosów nie będzie miał siły na uniesienie tarczy. W każdym sporcie walki ważna jest umiejętność „przeczytania" przeciwnika, zauważenia jego słabych punktów i umiejętność wykorzystania ich. Moim zdaniem najważniejsza jest jednak kontrola dystansu i wyczucie odpowiedniego momentu. Nie sztuką jest zasypać przeciwnika gradem ciosów, które zostaną przez niego zablokowane.

REKLAMA

3722otbr-A -P

eprasa.pl 7c16e6fc08

Fot. Przemysław Parcheniak

Grupa odtwarza głównie kulturę Słowian, Skandynawów i Prusów

Fot. Przemysław Parcheniak

Wojciech Grabowski: Tak naprawdę nasze walki nie są w pełni realistyczne, bo przyświeca nam inny cel niż wczesnośredniowiecznym wojom

Wystarczy jeden, ale celny — wyczekany i wymierzony w odpowiednim momencie. Do tego wszystkiego potrzebne nam oczywiście opanowanie. W momencie, gdy adrenalina odcina nam logiczne myślenie, kończy się szermierka a zaczyna młócenie zboża.

**— Czy ucząc się walki na miecze zdobywamy umiejętności oraz nawyki, które przydają się nie tylko podczas sportowych pojedynków?**

— Zdecydowanie tak. W walce pracuje dosłownie całe ciało. Następnego dnia po treningu człowiek zdaje sobie sprawę, że bolą go takie mięśnie istnienia których nawet nie podejrzewał. Walka na miecze poprawia oczywiście motorykę, wytrzymałość, siłę i szybkość, ale także hartuje ducha. Bez samodyscypliny i konsekwencji nie zajdziemy daleko, choćbyśmy mieli najlepsze warunki fizyczne. Walkę na miecze poleciłbym szczególnie młodzieży. Korzyści płynące z ruszenia się sprzed komputera są oczywiste, ale warto podkreślić rolę wychowawczą tego typu sportu i grup. Młodzi ludzie mają dużą potrzebę przynależności. Tu nie znajdą narkotyków, chuligaństwa, hejtu. Tu znajdą sport, braterstwo i wsparcie. Również poza salą treningową.

**— Czy uczycie na treningach jakichś technik samoobrony, które mogą przydać się na ulicy w sytuacji zagrożenia?**

— W ramach rozgrzewki trenujemy biegi. Uniknięcie walki to podstawowa i najlepsza technika samoobrony. Nie ma co grać wikinga, kiedy przeciwnik może mieć w kieszeni nóż lub pałkę. Jeżeli jednak będziemy pozbawieni możliwości wycofania się, to każdy sport pomoże nam w sytuacji zagrożenia. Zwłaszcza sport walki. Podstawowe zasady są zawsze te same. Kontrola dystansu i decydowanie kiedy uderzać, a kiedy trzymać gardę. Pomoże również samo obycie z przeciwnikiem, umiejętność opanowania emocji, które towarzyszą walce.

**— W waszej grupie macie zapewne doświadczonych szermierzy. Czy mieliby oni szanse w starciu ze średniowiecznym wojownikiem?**

— Trudne pytanie. Z jednej strony tak, bo poświęciliśmy na treningi setki godzin. Po naszej stronie byłaby również średnia wzrostu (około 165 cm dla mężczyzny z państwa pierwszych Piastów). Z drugiej jednak strony barierą byłaby z pewnością psychika. My wychodzimy do walki, żeby wygrać, ale nie za cenę kontuzji ani po swojej stronie, ani po stronie przeciwnika, który jest naszym przyjacielem. W średniowieczu wychodzono do walki, żeby zabić albo przynajmniej skutecznie unieszkodliwić przeciwnika. Nawet dla współczesnego weterana misji wojskowych walka na miecze na śmierć i życie byłaby traumatycznym przeżyciem. Jest ogromna różnica między pociągnięciem za spust z kilkudziesięciu metrów, a wyfiletowaniem przeciwnika kawałkiem żelaza patrząc mu w oczy.

**— Walczycie w zbroi, używacie prawdziwych mieczy. Na ile taka walka jest bezpieczna. Czy zdarzają się wam kontuzje?**

— Broń, jakiej używamy, jest wykonana ze stali, ale jest odpowiednio stępiona. Jeżeli wojownik jest porządnie opancerzony, ryzyko urazu jest naprawdę niewielkie. Najwięcej wypadków ma miejsce w momencie, kiedy zaniedbujemy BHP wojownika. Kiedy słyszymy słowa: „chodź, postukamy się lajtowo bez pancerzy", możemy już rozgrzewać silnik, żeby jechać na izbę przyjęć. Ważna jest również szczelność opancerzenia. Nie możemy zostawić „pięty achillesowej", bo prędzej czy później tam dostaniemy. Siniaki i zadrapania są wpisane w zawód. Znacznie rzadziej zdarzają się wybite zęby czy pęknięte kości. Najgorsze sytuacje to te, w których pozostaje trwały uszczerbek na zdrowiu. Niestety, kilka osób straciło w walce oko. To są wypadki, których ryzyko możemy minimalizować opancerzeniem i zdrowym rozsądkiem, ale nigdy ich nie wykluczymy. To jest sport walki a nie szachy i trzeba o tym pamiętać.

**— Jaki był twój najgroźniejszy uraz?**

— Najwięcej urazów pojawia się na początku przygody z walką. Zwłaszcza kiedy brakuje doświadczonego kolegi, który wybije z głowy głupie pomysły. Tak niestety było w moim przypadku. Z pierwszego swojego pokazu dla WOŚP pojechałem prosto do szpitala ze strzaskaną kością jarzmową. Skończyło się na rekonstruowaniu twarzoczaszki przeszczepem kości z biodra i płytkami tytanowymi. No, ale to był okres, kiedy przyszły już miecze, a nie doszły jeszcze hełmy... Miesiąc po wyjściu ze szpitala pojechałem na kolejny pokaz.

**— Czy średniowieczna szermierka to kosztowne hobby? Ile kosztuje broń, zbroja, inne elementy ekwipunku?**

— Poziom wejścia nie jest odstraszający. Wystarczy skontaktować się z nami i przyjść na trening. Spróbować można na naszym sprzęcie, żeby zobaczyć czy to jest to, czego szukamy. Pierwszymi zakupami powinien być pancerz tekstylny, hełm, rękawica, topór i tarcza. Taki komplet to wydatek rzędu 1000 zł. W przypadku ograniczonego budżetu na tym zestawie możemy nawet poprzestać. Do tego możemy dołożyć miecz od 500 zł wzwyż, kolczugę od 1000 zł w górę itd. Sprzęt możemy oczywiście kompletować stopniowo. Koszty można obniżyć kupując używany sprzęt lub wykonując niektóre jego elementy samemu. Górnej granicy budżetu natomiast nie ma. To pasja na całe życie. Zawsze znajdzie się kolejne znalezisko, które skradnie nam serce i zapragniemy kupić jego replikę. Choćby był to dziesiąty miecz do kolekcji. Rozpiętość w cenach również jest ogromna. Podstawowy hełm nieznanego płatnerza kupimy za 300 zł. Jeżeli chcemy zaszaleć, to znajdziemy również oferty za kilkadziesiąt tysięcy złotych, chociaż to są bardziej dzieła sztuki niż elementy uzbrojenia.

**— Interesującą kwestią jest dla mnie profil psychologiczny osób, które przyłączają się do waszej drużyny. Czy są to osoby o pewnych specyficznych cechach osobowości?**

— Jesteśmy otwarci naprawdę na wszystkich bez względu na płeć, wiek, wykształcenie czy wykonywane zawody. Pod tym względem panuje duże zróżnicowanie, ale rzeczywiście, patrząc na członków naszej drużyny można znaleźć cechy wspólne. Łączy nas pasja, do tego dosyć nietypowa. Przyciąga ona jak lep zapaleńców z iskrą w oku, ludzi pozytywnych, energicznych, otwartych. Co do samych treningów walki, kandydat musi natomiast być dojrzały emocjonalnie i rozumieć, że to sport a nie walka na śmierć i życie. Nawet tępa broń w niewłaściwych rękach może wyrządzić dużo złego. Nie ma ograniczeń co do płci, ale nie ma również taryfy ulgowej. Warto dodać, że ten, kto nie odnajduje się w walce, ma do dyspozycji mnóstwo innych aktywności, jak np. łucznictwo czy rzemiosło. Jeżeli ktoś z czytelników chciałby spróbować swoich sił, to zapraszamy na trening do nas — drużyny wczesnośredniowiecznej lub naszej zaprzyjaźnionej drużyny — Warmińska Dzika Kompania, która odtwarza okres okołogrunwaldzki. Wspólnie wynajmujemy salę treningową w Olsztynie. Obie grupy prowadzą ciągłą rekrutację.

**— Na koniec chciałbym zapytać, jak realna walka na miecze ma się do tego, co widzimy w hollywoodzkich filmach?**

— Nijak. Walka w hollywoodzkich filmach ma być widowiskowa, nie realistyczna. Nieco lepiej jest w filmach dokumentalnych, ale i to zawsze będzie walka pokazowa. Tak naprawdę również nasze walki nie są w pełni realistyczne, bo przyświeca nam inny cel niż wczesnośredniowiecznym wojom. My chcemy wypunktować przeciwnika. Oni chcieli go porąbać na kawałki. Zapewniam, że nikt nie robił efektownych fikołków i piruetów podczas walki, kiedy stawką było życie. Odwrócenie się w walce plecami do przeciwnika lub znalezienie się na ziemi równa się śmierć. Pojedynek nie trwał również kilkunastu minut z dramatycznymi zwrotami akcji. Walka była zapewne krótka, precyzyjna i brutalna. Z punktu widzenia dzisiejszej widowni powiedzielibyśmy, że nudna. Mierzenie przeciwnika, szukanie szansy, zwarcie, w którym pada kilka błyskawicznych uderzeń i jeden trup.

eprasa.pl 7c16e6fc08

# SZEŚĆ DNI Z NOWYM TARYFIKATOREM

MIJA BLISKO TYDZIEŃ, ODKĄD WSZEDŁ W ŻYCIE NOWY TARYFIKATOR MANDATOWY. OD 1 STYCZNIA KIEROWCY ŁAMIĄCY KODEKS DROGOWY MUSZĄ LICZYĆ SIĘ Z DUŻO WYŻSZYMI KARAMI FINANSOWYMI. W NASZYM REGIONIE POLICJANCI WYSTAWILI JUŻ SPORO TAKICH MANDATÓW.

To pierwsza podwyżka od 26 lat. Wcześniej najwyższy mandat, jakim mógł nas ukarać policjant, wynosił 500 zł, od 2022 roku będzie to nawet 5000 zł za przekroczenie prędkości o 71 km/h lub więcej. Kierowcy z naszego regionu, którzy nie stosowali się do ograniczeń prędkości, poczuli już zmianę stawek na własnej skórze.

W środę towarzyszyliśmy funkcjonariuszom olsztyńskiej drogówki podczas rutynowej kontroli prędkości w Olsztynie. Policjanci podczas kontroli na ul. Bałtyckiej zatrzymali mężczyznę, który przekroczył prędkość o 11 km/h i został ukarany mandatem w wysokości 100 zł. Kierowca tłumaczył swoje zachowanie tym, że dopiero co odebrał samochód od mechanika i chciał sprawdzić, „czy z samochodem jest wszystko okej". Finalnie mężczyzna cieszył się, że jest to „tylko 100 złotych", bo obawiał się wyższego mandatu. Policjanci z patrolu drogowego przyznali, że od czasu wprowadzania nowego taryfikatora kierowcy jeżdżą wolnej, a na pewno zwalniają na widok radiowozu.

### PIRACI JUŻ ZAPŁACILI

Pirat drogowy, który osobowym lexusem 1 stycznia pędził al. Warszawską w Olsztynie 103 km/h, został ukarany mandatem w wysokości 1500 zł. Policjanci dopisali do jego konta 10 punktów karnych i zatrzymali jego prawo jazdy na trzy miesiące. Do podobnego zatrzymania doszło dzień później w gminie Kisielice (powiat iławski), gdzie 40-letni kierowca toyoty pędził w terenie zabudowanym 102 km/h. Mieszkaniec Susza (również powiat iławski) został ukarany mandatem w tej samej wysokości, a jego uprawnienia też zostały zatrzymane.

Czwartego stycznia w ręce funkcjonariuszy olsztyńskiej drogówki również trafiło dwóch piratów drogowych, którzy przekroczyli prędkość o ponad 50 km/h w terenie zabudowanym. Pierwszy z nich pędził ul. Sikorskiego w Olsztynie, drugi został zatrzymany w Ruszajnach (gm. Barczewo). Obaj stracili swoje prawa jazdy na trzy miesiące, muszą również zapłacić mandaty w wysokości 1500 zł.

### KOLIZJA ZA 2500 ZŁOTYCH

Tego samego dnia doszło do potrącenia pieszego na przejściu na ul. Bartąskiej. Na szczęście nikomu nic się nie stało, dlatego zdarzenie zostało zakwalifikowane jako kolizja drogowa. Sprawca zdarzenia jednak będzie musiał zapłacić mandat w wysokości 2500 zł.

Z wyższymi karami spotkają się również kierowcy, którzy prowadzą samochód pod wpływem alkoholu. Od nowego roku za kierowanie samochodem lub innym pojazdem mechanicznym „pod wpływem" minimalna kara wynosi 2,5 tys. zł. Kiedy sprawa trafi do sądu, ten może orzec karę nawet w wysokości 30 tys. zł. Co istotne, informacje o prowadzeniu samochodu pod wpływem alkoholu będą udostępniane ubezpieczycielom, którzy mogą takiemu kierowcy znacznie zwiększyć wysokość stawki za OC.

### TO DOBRE PRZEPISY

Co sądzą o nowym taryfikatorze zawodowi kierowcy. Zapytaliśmy jednego z olsztyńskich taksówkarzy, co dla nich znaczą te zmiany.

— To bardzo dobre przepisy, które pomogą nam poprawić bezpieczeństwo na drogach. To już widać — mówi Arkadiusz Trzeciak z Green Taxi w Olsztynie — My jako taksówkarze przestrzegamy przepisów, więc dla nas to nie robi wielkiej różnicy. Niewątpliwym plusem jednak będzie poprawa ogólnego bezpieczeństwa na drogach. Zarówno kierowcy jak i klienci będą mogli czuć się bezpieczniej.

I dodaje: Pracuję również jako kierowca autobusów podróżniczych i często jeżdżę do krajów skandynawskich lub na Zachód. Proszę mi wierzyć, tam nawet nikomu nie przyjdzie na myśl, żeby przekroczyć prędkość o 5 km/h, bo za to już grożą ogromne mandaty. Spotykam się tam z większą kulturą i bezpieczeństwem na drodze, więc mam nadzieję, że niedługo tak będzie u nas.

Fot. Zbigniew Woźniak

Policjanci z patrolu drogowego przyznali, że od czasu wprowadzania nowego taryfikatora kierowcy jeżdżą wolnej

### ZDANIEM EKSPERTA

— Kary są skuteczne wyłącznie na krótką metę, nawet jeśli są to kary tak horrendalne jak w tej chwili. Wysokość mandatów w odniesieniu do średnich zarobków w Polsce obecnie jest prawdopodobnie najwyższa w Europie. Przekroczenie o 30 km/h w Niemczech po kwietniowej zmianie taryfikatora jest to 7 proc. przeciętnego zarobku, a u nas jest to obecnie 15 proc. przeciętnego zarobku. Poprzednio było to również około 7 proc — mówi Andrzej Makowski, psycholog transportu — Wydawałoby się, że może to skłonić kierowców do zdjęcia nogi z gazu, jednak nic bardziej mylnego. Takie rozwiązanie byłoby możliwe tylko w idealnym świecie, gdyby nadzór byłby szczelny w 100 proc., jednak takiej możliwości nie ma. Nie stać nas na to, żeby nad każdym kierowcą wisiał helikopter i sprawdzał, czy jedzie przepisowo, jest to niewykonalne.

Jak dodaje nasz rozmówca, w ciągu ostatnich 10 lat liczba wypadków spadła o prawie 50 proc., a liczba ofiar śmiertelnych o ponad 50 proc.. Odbyło się to bez podnoszenia wysokości mandatów. — Przyczyny takiego a nie innego zachowania człowieka za kierownicą są inne niż strach przed wysoką karą. Nasze zachowanie determinowane jest przez zachowanie otaczających nas ludzi. Jako przykład dajmy polskiego kierowcę, który przedostaje się przez Bałtyk i jeździ w krajach skandynawskich. Wtedy stosuje się do przepisów w niemal 100 proc., jednak po powrocie do Polski znowu jeździ jak szaleniec — mówi psycholog transportu. — Biała wrona wśród czarnych zawsze będzie się odróżniać i zostanie po jakimś czasie zadziobana, taki po prostu jest system naszego funkcjonowania. Wysokie mandaty owszem, poprawią bezpieczeństwo na drogach, ale tylko na chwilę. Po jakimś czasie kierowcy zaczną się do nich przyzwyczajać i znowu przestaną przestrzegać przepisów ruchu drogowego. Edukacja jest czymś, co pozwoli nam realnie zwiększyć bezpieczeństwo na drogach. Jeśli kierowcy dopiero co włączający się do ruchu drogowego po zdanym egzaminie będą mieli wiedzę dlaczego łamiemy przepisy, jakie mogą być tego konsekwencje dla niego i innych uczestników ruchu drogowego oraz, że jadąc o 20 km/h szybciej pewnym odcinkiem wiele nie zyskamy na czasie, to wtedy nasze drogi będą bezpieczniejsze. Poza tym chcę zauważyć jeszcze jedno: wysokie stawki mandatów mogą być kuszącą propozycją do przyjęcia przez policjantów łapówki, a jak dobrze wiemy, korupcja na pewno nie przyczyni się do poprawy bezpieczeństwa na drogach. Mamy przykład z epoki PRL, gdzie „dawanie w łapę" policjantowi było czymś na porządku dziennym — przypomina Andrzej Makowski.

### MŁODZI ROWERZYŚCI TYLKO Z KARTĄ

Nowe przepisy dotyczą nie tylko kierowców samochodów. Od nowego roku ukarani mogą zostać również rodzice, których dzieci (w wieku 10-18 lat) poruszają się rowerem lub hulajnogą elektryczną po drogach publicznych, chodnikach, ścieżkach rowerowych, parkingach i osiedlach (nawet tych zamkniętych) bez karty rowerowej. Za takie wykroczenie grozi grzywna w wysokości 1500 zł.

Dzieci poniżej 10. roku życia nie muszą mieć karty rowerowej, o ile będą znajdowały się pod opieką rodziców. W takim przypadku najmłodsi rowerzyści są traktowani jako piesi. Dzieci w świetle przepisów prawa nie mogą korzystać z hulajnóg elektrycznych. Chyba, że w strefie zamieszkania i pod opieką dorosłej osoby.

Przepisy dotyczą zarówno prywatnych hulajnóg elektrycznych i rowerów, jak i tych wypożyczonych.

### NIE TYLKO MANDATY

* Portfele mogą odchudzić także wyższe kary za brak ważnej polisy OC. Wyższa kwota do zapłaty w przypadku tego przewinienia to pokłosie wzrostu pensji minimalnej z 2800 do 3010 zł brutto. W 2022 roku właściciele aut osobowych za brak ważnej polisy OC dłuższy niż 14 dni, zapłaci dwukrotność pensji minimalnej, czyli 6020 zł — o 440 zł więcej niż w 2021 roku. Jeśli przerwa w ważności polisy OC będzie wynosiła od 4 do 14 dni, opłata wyniesie 3010 zł, a za maksymalnie 3 dni przerwy w ważności polisy trzeba będzie zapłacić 1204 zł. Natomiast właściciele motocykli za brak ważnych polis OC będą płacić odpowiednio 1003 zł, 502 zł i 201 zł, z kolei właściciele samochodów ciężarowych zapłacą o 50 proc. więcej niż właściciele osobówek, odpowiednio – 9030 zł, 4515 zł oraz 1806 zł.

* Od stycznia firmy ubezpieczeniowe będą miały wgląd do bazy Centralnej Ewidencji Pojazdów i Kierowców. W związku z tym stawki ubezpieczeń będą połączone z historią wykroczeń. Zatem nie tylko stłuczki, ale także punkty karne będą wpływały na wyższą stawkę ubezpieczenia.

* Prawdopodobnie w 2022 roku zmienią się także zasady dotyczące przeglądów rejestracyjnych. Wśród proponowanych zmian znalazł

eprasa.pl 7c16e6fc08

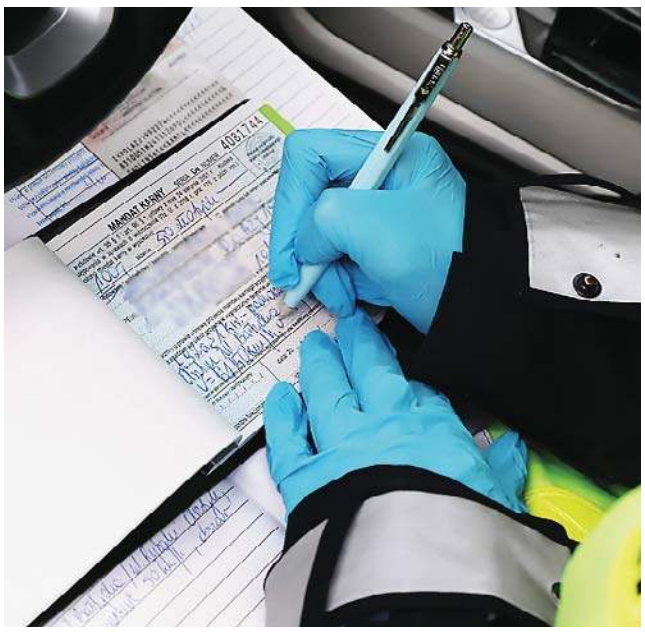
się obowiązek wykonywania i archiwizowania zdjęć badanych pojazdów. Inną zmianą ma być konieczność zapłacenia podwójnej stawki w przypadku spóźnienia się na przegląd o co najmniej 30 dni. Z kolei w przypadku pojawienia się w stacji diagnostycznej maksymalnie 30 dni przed terminem, ważność nowego badania technicznego ma upływać dopiero po roku od dnia, w którym wygasłaby ważność poprzednich badań.

* Właściciele stacji i diagności zrzeszeni w Polskiej Izbie Stacji Kontroli Pojazdów wnioskują o podwyżkę opłat i ich coroczną waloryzację. Według propozycji przegląd rejestracyjny miałby podrożeć o blisko 90 proc. – do 184,5 zł. Dla porównania, w Belgii kierowcy płacą za przegląd rejestracyjny 60 euro (ok. 278 zł), w Niemczech — od 100 do 120 euro (ok. 464-557 zł), z kolei w Hiszpanii — 35 euro za pojazdy benzynowe (ok. 162 zł) oraz 42 euro (ok. 195 zł) za samochody napędzane silnikami Diesla.

* O konieczności wprowadzenia podwyżek coraz głośniej mówi także Związek Województw RP. Te miałyby dotyczyć opłat za egzaminy na prawo jazdy. Zarówno egzaminy teoretyczne, jak i praktyczne miałyby podrożeć po raz pierwszy od ośmiu lat — od razu o ok. 40 proc. Według najnowszej propozycji egzamin teoretyczny miałby podrożeć z obecnych 30 zł do 43 zł. Za egzamin praktyczny trzebaby z kolei zapłacić 200 zł zamiast dotychczasowych 140 zł.

**POLICJANCI PRZYPOMINAJĄ**

Kierujący, który w terenie zabudowanym przekroczy prędkość o co najmniej 50 km/h traci prawo jazdy na 3 miesiące. Jeśli mimo to nadal będzie kierował pojazdami, okres bez prawa jazdy przedłuży się do 6 miesięcy. Kolejne wykroczenie w tym okresie skutkować będzie ponownym przystąpieniem do egzaminu na prawo jazdy.




**NOWE STAWKI**

Od 1 stycznia najniższy mandat za kolizję drogową wynosi 1020 zł. Zapłacimy nawet wówczas, kiedy nikt nie doznał obrażeń.

Wysokość punktów karnych nie ulegnie zmianie, ale będą one „zapisane na koncie" kierowcy przez 2 lata. Nie będzie można zmniejszyć ich liczby poprzez udział w kursie w WORD.

**Oto kilka z wykroczeń, za które od stycznia zwiększono wysokość mandatów:**

— Korzystanie przez pieszego z telefonu lub innego urządzenia elektronicznego podczas wchodzenia lub przechodzenia przez jezdnię lub torowisko, w tym również podczas wchodzenia lub przechodzenia przez przejście dla pieszych – 300 złotych.

— Nieustąpienie pierwszeństwa pieszemu znajdującemu się na przejściu dla pieszych lub wchodzącemu na to przejście — 1,5/3 tys. zł.

— Omijanie pojazdu, który jechał w tym samym kierunku, lecz zatrzymał się w celu ustąpienia pierwszeństwa pieszemu – 1,5/3 tys. zł.

— Korzystanie podczas jazdy z telefonu wymagające trzymania słuchawki lub mikrofonu w ręku przez kierującego pojazdem – 500 zł

— Przekroczenie dopuszczalnej prędkości o: 41-50 km/h 1/2 tys. – 51-60 km/h 1,5/3 tys. – 61–70 km/h 2/4 tys. –71 km/h i więcej – 2,5/5 tys.

— Niewskazanie wbrew obowiązkowi, na żądanie uprawnionego organu, komu pojazd został powierzony do kierowania lub używania w oznaczonym czasie:

1) w postępowaniu w sprawach o przestępstwo – nie niższa niż 4 tys. zł;

2) w postępowaniu w sprawach o spowodowanie zagrożenia bezpieczeństwa w ruchu drogowym – nie niższa niż 2 tys. zł;

3) w sprawach dotyczących przekroczenia dopuszczalnej prędkości dwukrotność wysokości grzywny przewidzianej za dane wykroczenie – nie niższa niż 800 złotych.

— Niezachowanie należytej ostrożności na drodze publicznej, w strefie zamieszkania lub strefie ruchu i spowodowanie zagrożenia bezpieczeństwa w ruchu drogowym przez osobę znajdującą się w stanie po użyciu alkoholu lub podobnie działającego środka – 2,5 tys. złotych.

**KAROL GROSZ**
**ADA ROMANOWSKA**

REKLAMA

## Polski Balet Królewski przyjedzie do Olsztyna! Świąteczno-noworoczne widowisko baletowe „Dziadek do orzechów" w Filharmonii Warmińsko-Mazurskiej w Olsztynie już 18 stycznia!

**POLSKI BALET KRÓLEWSKI**

Jeden z najlepszych zespołów baletowych w Europie. U podstaw tworzenia Polskiego Baletu Królewskiego legła myśl o próbie zebrania najlepszych polskich, zachodnio- i południowoeuropejskich tancerzy w jeden zespół, który będzie odzwierciedleniem najlepszych tradycji tańca klasycznego, jak również poszukiwania oryginalnych i nowoczesnych środków artystycznej ekspresji. Wśród artystów zespołu znajdują się nazwiska wybitnych tancerek i tancerzy scen polskich i europejskich. Wspólnym mianownikiem wszystkich artystów tworzących Polski Balet Królewski jest ich wysoki poziom techniczny, co niejednokrotnie znalazło potwierdzenie w zdobytych laurach konkursowych. W gronie tego elitarnego zespołu znajdą Państwo nazwiska tak utalentowanych mistrzyń i mistrzów tańca jak Marika Kucza, laureatka Teatralnej Nagrody Muzycznej im. Jana Kiepury, czy Arkadiusz Gumny, będący solistą Teatru Wielkiego im. Stanisława Moniuszki w Poznaniu.

**„DZIADEK DO ORZECHÓW"**

Pomimo upływu blisko stu trzydziestu lat od daty premiery „Dziadka do orzechów", która miała miejsce w petersburskim Teatrze Maryjskim, dzieło Piotra Czajkowskiego, czołowego rosyjskiego kompozytora doby romantyzmu, cieszy się nieustannym powodzeniem wszędzie tam, gdzie jest wystawiane. „Dziadek do orzechów" to pozycja obowiązkowa w repertuarze każdego teatru operowego, szczególnie popularna w okresie Bożego Narodzenia. To również jedno z tych dzieł, o roli w których marzą tancerze i tancerki na całym świecie. Wybitny francuski tancerz i choreograf Marius Petipa po przeczytaniu opowiadania E.T.A. Hoffmanna o tym samym tytule postanowił stworzyć libretto baletowe, które jak się okazało, weszło na wieki do baletowej klasyki. Postanowiliśmy zaprosić publiczność do świata pełnego snów, rzeczy niemożliwych, wypełnionego po brzegi pięknem muzycznym i siłą doznań, które zapewnia nasz zespół baletowy.

## Noworoczny Koncert Wiedeński już 29 stycznia w Filharmonii Warmińsko-Mazurskiej w Olsztynie!

**Gwiazdorska obsada, soliści, orkiestra, balet, przepiękne głosy oraz projekcje multimedialne. To wszystko do zobaczenia już wkrótce w Olsztynie!** Niekwestionowana, najbardziej rozpoznawalna orkiestra straussowska, wykonująca wyłącznie muzykę króla walca Johanna Straussa nieprzerwanie od niemal dekady! Podczas Noworocznego Koncertu Wiedeńskiego wystąpią dla Państwa obdarzeni wspaniałymi głosami, fantastyczni soliści operowi oraz gwiazdy polskiego i międzynarodowego baletu. Towarzyszyć im będą wybitni kameraliści, występujący na co dzień z najlepszymi orkiestrami i dyrygentami w Polsce i na świecie. Na scenie pojawią się laureaci międzynarodowych konkursów muzycznych, wirtuozi skrzypiec, fortepianu, wspaniali soliści międzynarodowej estrady, artyści występujący w największych polskich i światowych salach koncertowych. Zabrzmią największe, ponadczasowe i wiecznie bliskie sercom melomanów przeboje króla walca Johanna Straussa, nie zabraknie także popisowych arii z najsłynniejszych operetek: „Zemsta nietoperza", „Baron cygański", „Wesoła wdówka", „Księżniczka czardasza" oraz „Kraina uśmiechu". Publiczność usłyszy m.in. walc „Nad pięknym modrym Dunajem", arię Barinkaya „Wielka sława to żart", duet wszech czasów „Usta milczą, dusza śpiewa", polkę „Tritsch-Tratsch" oraz słynny „Marsz Radeckiego". W klimat magicznych bali wiedeńskich wprawią Państwa olśniewające kreacje artystów, przepiękne suknie balowe solistek oraz straussowskiej orkiestry kameralnej. Artyści przeniosą Państwa do bajkowego świata, gdzie każdy może bujać się w rytm muzyki oraz śpiewać wraz z solistami najpiękniejsze wiedeńskie i operetkowe przeboje. Noworoczny Koncert Wiedeński to przede wszystkim doskonała zabawa, podczas której nie zabraknie muzycznych żartów, niespodzianek i skeczów. Koncert programowo nawiązywać będzie do tradycyjnych gali i noworocznych koncertów odbywających się w Wiedniu.

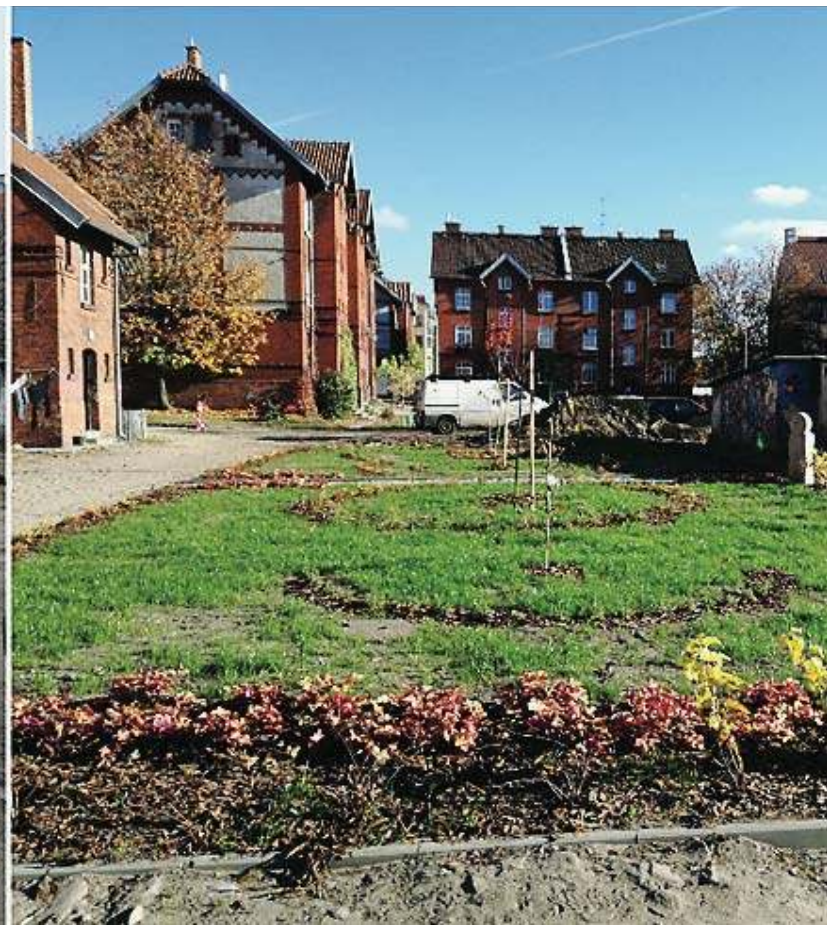
**BILETY: Księgarnia Książnica – pl. Jana Pawła II 2/3, ul. Kołobrzeska 5, ul. Jagiellońska 33/8** **BILETY ONLINE: www.tomczykart.pl**

42421otbs-c-M

eprasa.pl 7c16e6fc08

# MIEJSKIE PODWÓRKA POD LUPĄ UWM

ZASADNICZO PODWÓRKA I ZAPLECZA OLSZTYŃSKICH DOMÓW TO NIE JEST NASZ TOWAR EKSPORTOWY. ANI ZA WIZYTÓWKĘ NIE MOGĄ SŁUŻYĆ, ANI WYBUCHÓW ZAZDROŚCI WYWOŁYWAĆ. CO INNEGO AKCJA „PODWÓRKA Z NATURY"... CO KONKRETNIE UDAŁO SIĘ W CZASIE TYCH PIĘCIU LAT?



Fot. Paulina Żukowska (8)

Przede wszystkim warto pamiętać, że akcja „Podwórka z natury" nie powstałaby, gdyby nie energia i ogrom pracy, której podjęli się studenci architektury krajobrazu na Wydziale Leśnictwa i Rolnictwa Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego. Jak wspomina dr inż. Wiesława Gadomska z Katedry Architektury Krajobrazu:

— W 2016 roku olsztyński Urząd Miasta zwrócił się do mnie z propozycją współpracy w rewitalizacji miejskich podwórek. Ponieważ prowadzę przedmiot projektowanie urbanistyczne i ruralistyczne dla studentów architektury krajobrazu, propozycja współpracy z miastem doskonale współgrała z tym, czego uczę — więc chętnie się zgodziłam.

Dr Gadomska rewitalizację podwórek zaproponowała konkretnie studentom 3. semestru studiów magisterskich, czyli ludziom z największą wiedzą. Ci propozycję przyjęli z wielkim entuzjazmem i... natychmiast dostrzegli, że „Podwórka z natury" to dla nich świetny start do samodzielnej pracy! Chociaż fakt: studenci nie przewidzieli, że rewitalizacja okaże się jednak zadaniem znacznie trudniejszym, niż przypuszczali na samym początku akcji.

Jakie zadanie okazało się być takim wyzwaniem? Wydawałoby się, że nic wielkiego... Ot, opracowanie koncepcji, a potem projektu wykonawczego podwórek...

— Na początek dzielę każdy rocznik na 3 grupy. Każda grupa losuje jedno podwórko, dla którego ma opracować koncepcję, a potem projekt. Studenci zaczynają od odwiedzin podwórka, oceniają jego stan i potencjał. Na tej podstawie przygotowują koncepcję. Te koncepcje są przemyślane, spójne, czasami nieco szalone, ale realne. Studenci przedstawiają je następnie mieszkańcom korzystającym z danego podwórka na spotkaniu — wyjaśnia dr Gadomska.

I to tak naprawdę dopiero to spotkanie z mieszkańcami ujawnia powagę zadania oraz jego bardzo mało rutynowy charakter!

Bo właściciele pojazdów chcą mieć parkingi; rodzice z dziećmi — place zabaw; właściciele psów — wybiegi; młodzież — obiekty sportowe, a emeryci — wyłącznie ciszę i spokój. Pogodzić oczekiwania wszystkich tych ludzi — to prawdziwe wyzwanie!

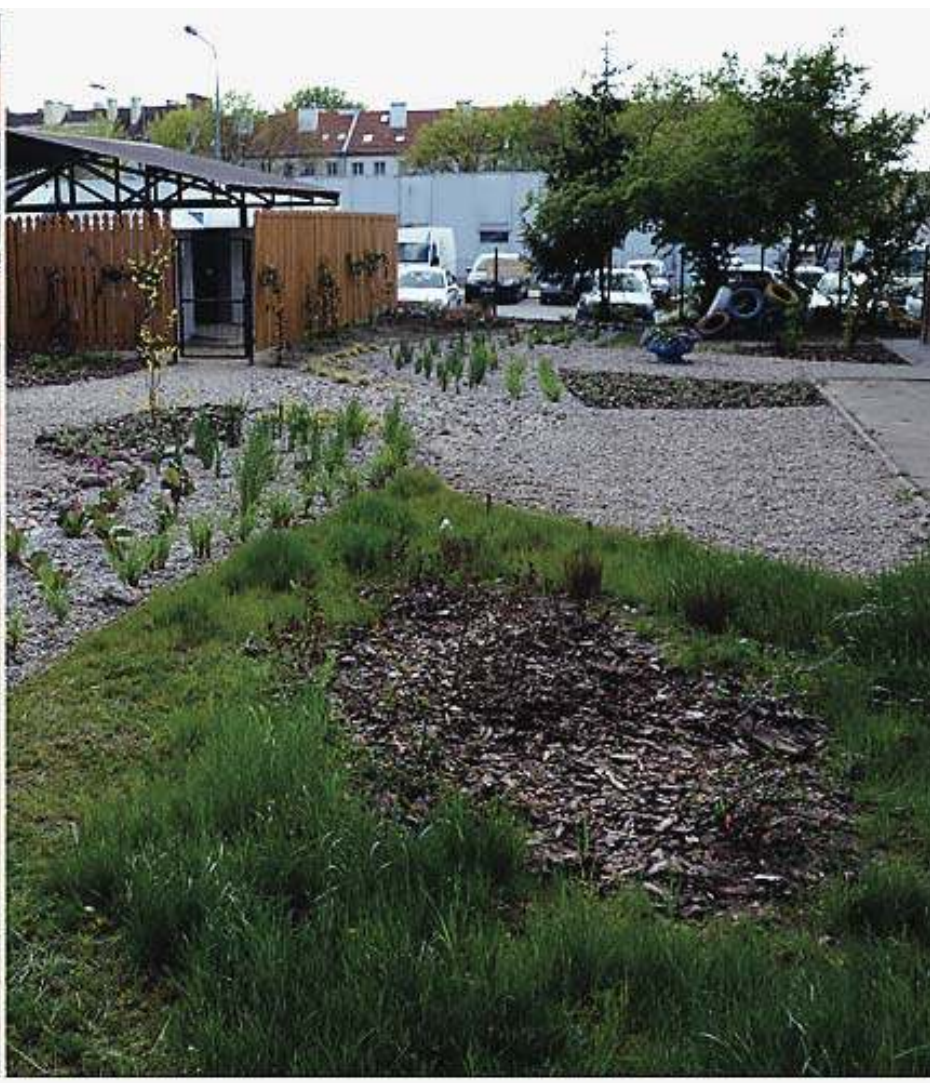
eprasa.pl 7c16e6fc08

— Kiedy studenci przysłuchują się tym, niekiedy bardzo burzliwym, zebraniom, wtedy widzę jak ich oczy ze zdumienia stają się coraz bardziej okrągłe — mówi dr Gadomska. — Te próby godzenia niekiedy ognia z wodą wymagają często 3-4 spotkań. To dlatego uzgadnianie projektu podwórek jest tak rozciągnięte mocno w czasie.

Kiedy już dojdzie do wszystkich możliwych kompromisów i wszystko zostanie uzgodnione, wtedy do działania przystępuje olsztyński ratusz i zleca realizację projektu.

— Dofinansowanie otrzymują te podwórka, które zgłoszą mieszkańcy — mówi Paulina Żukowska z Wydziału Strategii i Funduszy Europejskich olsztyńskiego ratusza, koordynatorka projektu rewitalizacji podwórek. — W tym celu muszą zawiązać grupę inicjatywną, określić swoje oczekiwania oraz zadeklarować jaki udział i w jakiej postaci wnoszą. A to nie jest takie proste.

„Podwórka z natury" to zadanie wpisane do budżetu Olsztyna. Radni zadecydowali, że rocznie odnawiane z niego będą 3 podwórka i przeznaczyli na każde średnio 20 tys. zł. Przeważnie większość przeznaczonych na podwórko pieniędzy i czasu pochłaniają prace przygotowawcze. Trzeba usunąć jakieś niepotrzebne stare mury, betonowe chodniki, gruz, zabezpieczyć odwodnienie i wykonać podobne prace. Na przeprowadzenie rewitalizacji jest rok. Wszyscy muszą się śpieszyć, żeby wydatki zamknąć w jednym roku budżetowym. W 2020 r. nie udało się to tylko jednej grupie. Bilans 5 lat wynosi zatem 14 podwórek.



Dr Gadomska jest bardzo zadowolona z tej akcji i ma nadzieję, że będzie trwać w przyszłości. Zdaniem obu pań ta akcja to świetny pomysł na poprawę stanu zagospodarowania i estetyki olsztyńskich podwórek, ale także na... naukę mediacji! A w roli mediatorów studenci sprawdzają się ponoć równie skutecznie. — Ten projekt pozwala studentom zetknąć się oko w oko z klientem i oprócz projektowania uczy negocjacji, marketingu, dochodzenia do kompromisów, czyli doskonale wprowadza w zawód — wylicza dr Wiesława Gadomska

Także Paulina Żukowska bardzo pozytywnie ocenia współpracę z UWM i studentami: — Z tego co wiem, tylko w Olsztynie miasto w taki sposób współpracuje z uczelnią. Studenckie projekty cechuje świeże spojrzenie, nieszablonowość. Nie byłoby „Podwórek z natury", gdyby nie oni — podkreśla.

Ale koordynatorka dostrzega w „Podwórkach z natury" jeszcze inne korzyści dla miasta. Wszystkie do tej pory zrewitalizowane podwórka po prosu kwitną! Nie ma ani jednego, które mieszkańcy by zaniedbali. Co więcej, ludzie organizują się dalej i starają się o pieniądze z innych źródeł — budżetu obywatelskiego, banków, Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej, a nawet w MPEC-u. I dalej je upiększają, modernizują. Ich przykład działa na sąsiadów, którzy też zaczynają swoje podwórka porządkować. — Ludzie się integrują a Olsztyn pięknieje — nie kryje zadowolenia Paulina Żukowska.

**OPRAC. MMB**

eprasa.pl 7c16e6fc08

Masz moc!

Przekaż 1% podatku

Fundacji „Przyszłość dla Dzieci”

Daj dzieciom siłę do walki z chorobą!

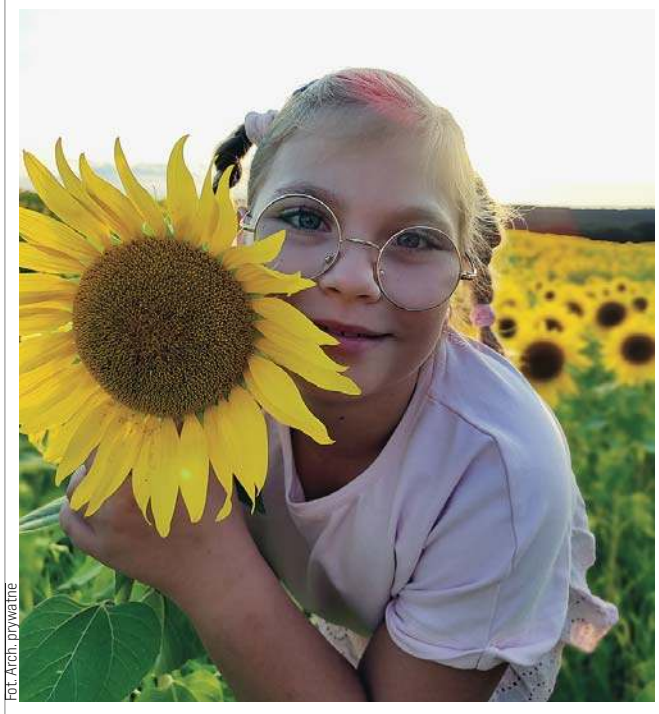
KRS 0000148747

www.przyszloscdladzieci.org

122otbp-A -P

# LENKA POTRZEBUJE WSPARCIA W WALCE O SPRAWNOŚĆ

LENA Z MRĄGOWA MA 9 LAT. MIMO NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI I TRUDÓW, JAKIE CODZIENNIE MUSI PRZEZWYCIĘŻAĆ, TO UŚMIECHNIĘTA I RADOSNA DZIEWCZYNKA. LENKA POTRZEBUJE NASZEJ POMOCY W DĄŻENIU DO SAMODZIELNOŚCI. PRZEKAŻMY SWÓJ 1 PROC. FUNDACJI I WESPRZYJMY JEJ LECZENIE.



Fot. Arch. prywatne

Żeby przekazać 1 procent podatku, wystarczy wpisać w rozliczeniu numer **KRS 0000148747.** A już dziś można dokonać wpłaty na konto Fundacji **„Przyszłość dla Dzieci”: 58 1240 1590 1111 0000 1453 6887**

Pani Ewelina i jej mąż Błażej pochodzą z Mrągowa, pobrali się 11 lat temu. Marzyli o dziecku i kiedy na teście ciążowym zobaczyli upragnione dwie kreski, byli ogromnie szczęśliwi. Lenka urodziła się jako wcześniak w 33 tygodniu ciąży. Ważyła 2150 i miała 47 centymetrów. Przez pierwsze trzy tygodnie swojego życia przebywała z mamą w szpitalu.

— Córeczka urodziła się przed terminem — mówi pani Ewelina, mama Lenki. — Pierwszy tydzień życia spędziła w inkubatorze. Podczas ciąży byłam cały czas pod kontrolą lekarza i nic nie wskazywało na to, że dziecko będzie chore. Bardzo cieszyliśmy się, że zostaniemy rodzicami. Informacja, że jest chora zasmuciła nas ale nie poddaliśmy się i nie tracimy czasu na lament. Walczymy każdego dnia o jej sprawność i rozwój. Kochamy ją bardzo i nie wyobrażamy sobie bez niej życia.

U dziewczynki zdiagnozowano dziecięce porażenie mózgowe, a w wieku 4 lat dodatkowo padaczkę. Lenka boryka się też ze znaczną wadą wzroku. Ze względu na regularnie postępujące pogorszenie wzroku, okulary korekcyjne trzeba wymieniać raz w roku. Na jedno oko dziewczynka ma szkła plusowe 5,5, a na drugie 3,5. Jednak wada wciąż się pogłębia. Ponadto, mama regularnie z nią dojeżdża do Zagórza na zabiegi. U Lenki stwierdzono też niedoczynność tarczycy.

— Cały czas walczymy o jej zdrowie — mówi mama. — Lenka jeździ, kiedy tylko można, na turnusy rehabilitacyjne, ma regularnie rehabilitację, również w domu ćwiczymy. Lenka ma problemy z chodzeniem, szybko się męczy. Spędzamy dużo czasu rehabilitując ją, bo tylko dzięki temu może chodzić i w miarę normalnie funkcjonować. Czas pandemii to trudny okres, kiedy utrudniona jest rehabilitacja, jednak nie poddajemy się i wykonujemy w domu ćwiczenia. Koszt godzinnej rehabilitacji to 100 złotych.

Lena wymaga regularnej rehabilitacji: zarówno ruchowej, jak i wzroku. Aktualnie uczęszcza do publicznej Szkoły Podstawowej. Niestety, potrzeby Leny wykraczają poza zajęcia usprawniające, które oferuje szkoła. Placówka nie daje też możliwości Lence uczestniczenia w bezpłatnej rehabilitacji.

Tylko żmudna i kosztowna terapia ruchowa może zapewnić dziewczynce poprawę w codziennym funkcjonowaniu. Do tego dochodzą również koszty prywatnej rehabilitacji wzroku, badań i dojazdów do specjalistów. Rodzice postanowili zgłosić się do naszej fundacji, ponieważ wydatki związane z leczeniem i rehabilitacją Leny wykraczają poza możliwości finansowe rodziny.

— Doskonale to rozumiemy, dlatego zawsze wspieramy rodziców i opiekunów naszych fundacyjnych małych bohaterów — mówi Iwona Żochowska-Jabłońska, dyrektor zarządzająca Fundacji „Przyszłość dla Dzieci”. — Każdy może nam w tym pomóc. Może podarować 1 procent swojego podatku Fundacji „Przyszłość dla Dzieci” i pomóc Lence i ponad 450 podopiecznym Fundacji w walce o lepsze życie.

— Nie jesteśmy w stanie sami opłacić Lence wszystkich zabiegów, kupna okularów, rehabilitacji i związanych z tym dojazdów — tłumaczy pani Ewelina. — Nigdy nie prosiliśmy o pomoc, staraliśmy się jakoś sami dawać radę. Na utrzymaniu mamy jeszcze młodszego brata Lenki. Utrzymanie rodziny i koszty rehabilitacji i wizyt u specjalistów znacznie przekraczają nasze możliwości.

Lena uczęszcza do trzeciej klasy. Ma bardzo pogodne usposobienie i poczucie humoru. Jest towarzyska i nie ma problemów z nawiązywaniem kontaktów z rówieśnikami. Z ogromnym zapałem stawia czoła w walce o samodzielność. Każdego dnia mocno kibicuje jej młodszy brat Kuba.

Dziewczynka jest aktywna, przez rok chodziła do Szkoły Muzycznej i uczyła się gry na fortepianie, potem jednak zafascynowało ją harcerstwo. Ma wiele marzeń i planów na przyszłość, ale najczęściej mówi, że chyba zostanie nauczycielką, jak mama. Lubi podróżować, jednak problemy z chodzeniem nie pozwalają jej na zbyt długie zwiedzanie.

Jak każde dziecko, Lenka ma lepsze i gorsze dni. Uwielbia placki z bananami i jajecznicę, którą przygotowuje mama. To kochana dziewczynka, która uśmiechem wynagradza swoim rodzicom wszystkie trudy.

— Walczymy o jak największą sprawność Lenki — mówią jej rodzice: Ewelina i Błażej. — Każda złotówka się liczy, bo przybliża nas do poprawy samodzielności naszej córeczki. Już nie są ważne nasze potrzeby. Liczy się nasza córka i to, aby była jak najbardziej sprawna. Patrząc w oczy Lenki, widząc jej ufność i radość, człowiek jest w stanie zrobić wszystko. Marzymy o tym, by nasza córka w przyszłości była samodzielna. Dziękujemy za każdą darowiznę i oczywiście za 1 procent — zapewniają.

JOANNA KARZYŃSKA

eprasa.pl 7c16e6fc08

# WIEDZIAŁAM, ŻE DAM SOBIE RADĘ

CZASEM TRZEBA W ŻYCIU SIĘ ODWAŻYĆ I POSTAWIĆ WSZYSTKO NA JEDNĄ KARTĘ. TAK ZROBIŁA MAGDALENA MARUSZCZAK, MAKIJAŻYSTKA Z OKOLIC LIDZBARKA WARMIŃSKIEGO. I NIE ŻAŁUJE! DZIŚ JEJ GRAFIK PĘKA W SZWACH, A ONA SWOIMI PRACAMI DZIELI SIĘ NA INSTAGRAMIE.

Fot. Arch. prywatne

Magdalena Maruszczak dzieli się swoją zawodową pasją na Instagramie

**ALEKSANDRA TCHÓRZEWSKA**
a.tchorzewska@gazetaolsztynska.pl

Magdalena Maruszczak, makijażystka z okolic Lidzbarka Warmińskiego pamięta jak jej mama szykowała się na wyjście. — Rozkładała na stole kosmetyki, których było naprawdę dużo, a na środku stawiała lustro. I rozpoczynała swój rytuał. Siadałam na przeciwko mamy i w ciszy ją obserwowałam — wspomina. — Już jako mała dziewczynka podbierałam kosmetyki i próbowałam się umalować. Kiedy tylko dorosłam, zaczęłam nakładać makijaż. Bardzo dobrze się w nim czuję.

Dziś Magdalena nie tylko wykonuje profesjonalne makijaże, ale także uczy innych tej niełatwej sztuki. Sama lubi siebie najbardziej w delikatnym makijażu rozświetlającym. Jak mówi, to ponadczasowe rozwiązanie, które jest zawsze w modzie. I bardzo lubiane przez jej klientki.

— Każda kobieta jest piękna. A piękno to nie tylko kwestia zewnętrzna. Moją misją jest uświadamiać kobiety w tej kwestii. Mam też taki plan na przyszłość: zależy mi, żeby pokazać kobiecie jak pięknie może wyglądać w makijażu, a jednocześnie przekonać ją, że najważniejsze jest zdrowe myślenie o sobie. Bo przede wszystkim trzeba zachować równowagę! — podkreśla.

Czy Polki potrafią się malować? — Czasem popełniają błędy — zauważa nasza rozmówczyni. — Winny jest internet. Bo trzeba rozróżnić to, co jest w sieci, od tego, co jest w codzienności. Pamiętajmy, że makijaż widziany w internecie często jest robiony pod fotografię lub przerysowany. Mocne brwi mogą już tak dobrze nie wyglądać na żywo.

Dlatego rolą Magdaleny jest podpowiadanie klientkom, co można zrobić lepiej. — Prowadzę także lekcje makijażu, podczas których często podkreślam, że to, co widzimy na zdjęciu, nie jest dobre na żywo. Zdarza się także o tym mówić podczas próbnego makijażu klientki — opowiada.

Na lekcje makijażu do Magdy przychodzą kobiety w różnym wieku: są to młode dziewczyny, które uzupełniają swoją kosmetyczkę, jak i dojrzałe kobiety, które chcą zrobić coś dla siebie. A ćwiczenie czyni mistrza!

Cztery lata temu Magda założyła swój profil na Instagramie @magdalenamaruszczak. Chciała dzielić się swoimi pracami. Potem, z biegiem czasu, postanowiła pokazać swój zawód od kuchni.

— Dziś chcę inspirować — przekonuje. — Chcę motywować młode osoby, żeby nie bały się prowadzić samodzielnego biznesu. Chcę być przykładem kobiety spełnionej i zależy mi na tym, żeby inne kobiety też takie były. Do makijażu dokładam więc także samoświadomość i zdrowe myślenie.

Makijażem zawodowo zajęła się w 2017 roku. Początkowo pracowała jako mobilna makijażystka. Dzięki dojazdom do klientek w różne miejsca, stawała się coraz bardziej popularna. Dziś woli działać stacjonarnie. — Kiedy zaczynałam, moja profesja robiła się modna, ale nie tak bardzo, jak teraz — opowiada. — Często słyszałam, że nie poradzę sobie na rynku pracy oferując tylko jedną usługę. Podpowiadano mi, żebym dodatkowo np. robiła paznokcie. A ja nie czułam niczego tak bardzo, jak właśnie makijażu. Wiedziałam, że dam sobie radę. I nie żałuję!

Rozwój osobisty jest dla naszej bohaterki bardzo ważny. Jak mówi, ma wiele autorytetów w tej kwestii. Wśród nich są m.in. psycholog, wykładowca i przedsiębiorca Mateusz Grzesiak i trener mentalny Jakub B. Bączek. Często bierze udział w wydarzeniach biznesowych. Jeśli chodzi o makijaż, inspiruje ją Olga Tomina, światowa gwiazda w tej dziedzinie.

Nie chce istnieć na Instagramie za wszelką cenę. — Staram się, żeby wszystko, co tam publikuję, było wartościowe i wypływało z pasji i serca. Nie dbam o zasięgi — podkreśla.

Na koniec zapytaliśmy naszą bohaterkę o makijażowe trendy w karnawale. Co rządzi w tym sezonie? — Jeśli chodzi o makijaż użytkowy, to na pewno będzie to kocie oko i smokie eyes. Na topie są także wyczesane, grube, puszyste brwi. Wyglądają bardzo naturalnie. Także rozświetlona cera i naturalne konturowanie. Sprawdzą się usta typu nude i puszyste rzęsy. Mile widziane są ozdoby: kryształki i perełki na powiekach. Do łask wracają także mocne usta: bordo, czerwień — wymienia.

**OSTATNIO NA NASZYCH ŁAMACH GOŚCILI:**

**31 grudnia** — Agata Szulc, kosmetolog
**24 grudnia** — Tomasz Hermann, triathlonista występujący pod nickiem @tomasz/_run/_tri.
**17 grudnia** — Zuzanna Wilamowska, fotograf, występująca pod nickiem @miedzy/_kadrami
**10 grudnia** — Sylwia Gorączkowska, wizażystka, jako @redmylipsart
**3 grudnia** — Julita Michalczyk znana w sieci jako @julka/_z/_pazurem

**Nie zdążyli państwo przeczytać o naszych bohaterach? Nic straconego. Zapraszamy na kupgazete.pl. Tam można pobrać nasze e-wydanie bez wychodzenia z domu.**

REKLAMA

2922otbr-a-M

eprasa.pl 7c16e6fc08

# OSZUSTWO NIEJEDNĄ MA TWARZ. UWAŻAJ!

NA WNUCZKA, NA POLICJANTA, NA HYDRAULIKA, GAZOWNIKA, KURIERA... NIE POMAGAJĄ POLICYJNE APELE, INFORMACJE W MEDIACH. OSZUŚCI CAŁY CZAS ZBIERAJĄ ŻNIWO I ZARABIAJĄ MILIONY. SĄ BEZLITOŚNI. A MY WPADAMY... JAK ŚLIWKI W KOMPOT.

ADA ROMANOWSKA
a.romanowska@gazetaolsztynska.pl

Z roku na rok, mimo wielu kampanii informacyjnych, wzrasta liczba ofiar fałszywych wnuczków, policjantów i innych specjalistów. Dajemy się nabrać na fałszywe strony banków, sklepów internetowych i serwisów aukcyjnych. Skarżą się wszyscy — nawet Poczta Polska. Podrabiane są też strony InPostu. I co? Proceder kwitnie. Bezczelność złodziei przekroczyła wszelkie granice. Pal licho, gdy złodziej wyciągnie od nas tylko numer karty płatniczej i wyczerpie ją do limitu. Gorzej, gdy przejmie konto bankowe albo dane osobowe. Albo wszystkie nasze oszczędności „ze skarpety".

Jak nie dać się złapać? To trudne pytanie, bo ofiarą kradzieży może paść każdy. Dotknęło to nawet dra Macieja Kaweckiego, speca od cybeprzestępczości i prorektora Wyższej Szkoły Bankowej, który chętnie udziela się w mediach i przestrzega przed oszustwami.

— Zmieniłem numer telefonu. Jego nowy użytkownik dowiedział się, że należał do mnie. Wykorzystał to, by odbierać telefon jako ja, umawiać się z uczelniami i wykładać jako Kawecki. Dopiero studenci UJ rozpoznali, że to nie Kawecki. Sprawca wybiegł z sali. Zawiadomiliśmy prokuraturę. Po roku zidentyfikowano sprawcę — tłumaczy na Facebooku dr Maciej Kawecki. — Ale zawieszono postępowanie mimo zidentyfikowania sprawcy. Dlaczego? Bo nie można zlokalizować miejsca jego pobytu. Mając wizerunek, imię, nazwisko i PESEL.

Czasami na wiele sytuacji nie mamy wpływu. Ale jeśli mamy wiedzę, co może nam grozić, łatwiej się jest przed tym uchronić.

## KRADZIEŻ W KILKA SEKUND

Żadne pokolenie nie jest dzisiaj bezpiecznie. Jedni mogą dać się złapać w internecie. Inni, przez telefon. W zasadzie można komfortowo żyć nie wychodząc z domu. Na pewno każdy kiedyś dostał maila czy wiadomość SMS o nieistniejących zaległościach. W sumie to „stary numer" przestępców. Pod komunikatem na temat długu pojawia się link do elektronicznej wpłaty. Często też są próby szantażu związane z publikacją prywatnych zdjęć. Oczywiście za drobną opłatą mogą tego nie zrobić. Jeszcze inny sposób kierowany jest do osób, które działają na portalach sprzedażowych — najczęściej na OLX. Przestępcy nakłaniają sprzedających do wejścia na fałszywą stronę, na której można odebrać wpłacone pieniądze za wystawiony towar. Przestępcy przekonują, że chcą kupić wystawiony w serwisie towar i szybko zapłacić. Nakłaniają do podania danych z karty kredytowej — numeru i trzycyfrowego kodu. A to klucz do naszych pieniędzy. Oszuści podszywają się też pod banki. Zachęcają do logowania się na strony, które łudząco przypominają oryginalne. Adresy też wydają się prawdziwe. W adresie fałszywej strony można dostrzec niewielką kropkę pod literami — „mBąnk", „Pękao". Albo kreskę pod „n". Na pierwszy rzut oka trudno to wychwycić. Wystarczy się zalogować, żeby stracić oszczędności.

Fot. pixabay.com

W 2020 roku w całym kraju dało się oszukać aż 5 289 starszych osób

W kilka sekund. Zanim się zorientujesz, możesz mieć konto wyczyszczone do zera, a nawet zaciągnięty kredyt. Bo złodziej zmieni dane na twoim koncie, łącznie z numerem telefonu. Dlatego warto zawsze sprawdzać wszystkie adresy i nie wierzyć nikomu na słowo. Zwłaszcza w mailu czy w wiadomości SMS. Musimy uważać zwłaszcza, gdy kupujemy coś w internecie. O fałszywy link do płatności czy nawet danych do wysyłki nietrudno. Nie inwestujmy też pochopnie pieniędzy. W grudniu mieszkanka powiatu iławskiego przekonała się o tym, że szybkie pieniądze i szybkie inwestycje nie idą w parze. Skusiła się na ofertę sprzedaży akcji jednego ze znanych koncernów paliwowych. Zaufała mężczyźnie, który ją wprowadził w tajniki transakcji, zwiększyła limit karty kredytowej i straciła ponad 10 tys. złotych.

## OKAZJA CZYNI ZŁODZIEJA

W ubiegłym roku oszuści podawali się nawet na pracowników ZUS. Oferowali pomoc przy wypełnieniu wniosku o czternastą emeryturę. A przecież tzw. czternastkę ZUS wypłaca z urzędu. Nie trzeba w tej sprawie składać żadnych wniosków. Wielu seniorów jednak chciało dopełnić wszystkich formalności, żeby mieć pewność, że pieniądze trafią na ich konto. Ale oszuści podają się również za wnuków czy siostrzeńców. Przeważnie dzwonią na telefon stacjonarny. Często wybierają przypadkowe numery z książki telefonicznej, sugerując się w szczególności imieniem właściciela telefonu, które może sugerować podeszły wiek. Nierzadko seniorzy nie są w stanie zidentyfikować głosu przez telefon — dźwięk jest zniekształcony, a oszust może też dodatkowo prowokować zakłócenia na linii. Fałszywi wnuczkowie wymyślają przeróżne historie, by naciągnąć na pieniądze. Mówią, że nadarzyła im się wyjątkowa okazja, mogą kupić samochód albo działkę za niewielkie pieniądze. Czasem opowiadają o dramatycznym zdarzeniu, na przykład wypadku samochodowym, który spowodowali. Pilnie potrzebują pieniędzy, by uniknąć problemów z prawem. Dzwonią też hydraulicy, gazownicy, policjanci, a nawet po drugiej stronie słuchawki może pojawić się listonosz.

## GDY TO USŁYSZYSZ, PRZERWIJ POŁĄCZENIE!

— O mały włos dałabym się nabrać. Na telefon stacjonarny zadzwonił człowiek. Powiedział, że jest listonoszem i ma przesyłkę do mojego męża z ZUS-u. Podał jego imię i nazwisko, ale dodał, że niewyraźnie jest nadrukowany adres. Widzi ulicę, ale szczegółów adresu nie może rozczytać. Kurierzy często dzwonią do osób, którym dostarczają paczki, więc do głowy mi nie przyszło, że listonosz zazwyczaj takich informacji nie posiada. Dlatego podałam mu adres i czekałam na przesyłkę — opowiada pani Małgorzata z Olsztyna. — Za chwilę znowu zadzwonił telefon. Tym razem inny mężczyzna przedstawił się jako funkcjonariusz Centralnego Biura Śledczego Policji. Pytał, czy przed chwilą dzwonił listonosz. Udawał zatroskanego. Mówił, że zachowałam się nierozważnie, bo podałam adres. I dlatego moje pieniądze są zagrożone. Że ktoś obserwuje moje mieszkanie i może mnie okraść. Najlepsze jest to, że się przestraszyłam, choć nie trzyma w domu gotówki. Ale człowiek był tak przekonujący, że dosłownie wpadłam. Jak śliwka w kompot. Mężczyzna, żeby jeszcze bardziej pogrążyć mnie w lęku, polecił, żeby nie odkładając słuchawki, na klawiaturze telefonu wybrać numer 997. Zrobiłam tak. I rzeczywiście. Odebrał inny mężczyzna. To był policjant, który akurat zajmował gangiem włamywaczy. Zapytał, ile mam w domu pieniędzy. I wtedy zdębiałam. Nawet jeśli miałabym cokolwiek, dlaczego miałabym o tym mówić? Zapaliła mi się czerwona lampka. Powiedziałam, że takich informacji nie udzielam przez telefon. I odłożyłam słuchawkę. Jednak naprawdę się bałam. Cały czas wyglądałam przez okno i sprawdzałam, czy nikt nie stoi na czatach. Domyślałam się, że to oszustwo, bo przecież tyle się o tym mówi, ale jednocześnie czułam, że to dzieje się naprawdę.

## W ATMOSFERZE POŚPIECHU

Tylko w 2020 roku w całym kraju dało się oszukać aż 5 289 starszych osób. To jednak tylko zgłoszone przypadki. Ile było tych przemilczanych, na przykład ze wstydu? W konsekwencji z portfeli zniknęło łącznie niemal 86 mln zł. To o ponad 13 mln zł więcej niż w 2019 roku. Za rok 2021 nie ma jeszcze danych, ale można się spodziewać, że straty są wysokie. Na przykład pod koniec grudnia, po świętach, w Braniewie oszuści metodą na listonosza tylko jednego dnia „zarobili" 80 tys. zł.

— Mimo licznych apeli ze strony policjantów, różnego rodzaju instytucji czy mediów, wciąż zdarzają się wyłudzenia pieniędzy zarówno od seniorów jak i osób w młodym wieku. Oszuści wciąż wymyślają nowe metody, by wprowadzić w błąd swoją ofiarę i przejąć jej oszczędności. Gdy chodzi o seniorów, przestępcy wykorzystują ich dobre serce i chęć pomocy innym. Oszuści podczas rozmowy wprowadzają atmosferę pośpiechu, przez to ofiary często nie mają nawet czasu zastanowić się nad tym, czy osoba, z którą rozmawiają, faktycznie jest członkiem ich rodziny, funkcjonariuszem policji czy pracownikiem danej instytucji. Bardzo ważne jest, aby w każdej możliwej sytuacji przestrzegać naszych bliskich seniorów przez tego typu oszustwami — podkreśla podkom. Anna Balińska z Komendy Miejskiej Policji w Olsztynie. — W przypadku, gdy dzwoni do nas ktoś, kto podaje się za członka naszej rodziny i prosi o pieniądze, nie podejmujmy żadnych pochopnych działań. Nie informujmy nikogo telefonicznie o ilości pieniędzy, które mamy w domu lub na koncie. Nie wypłacajmy z banku wszystkich oszczędności. Zadzwońmy do kogoś z rodziny, zapytajmy o to, czy osoba, która prosiła nas o pomoc, rzeczywiście jej potrzebuje. Pamiętajmy, że nikt nie będzie nam miał za złe tego, że zachowujemy się rozsądnie. Nie ulegajmy presji czasu wywieranej przez oszustów. W szczególności pamiętajmy o tym, że funkcjonariusze policji nigdy nie informują o prowadzonych przez siebie sprawach telefonicznie. Nigdy nie proszą też o przekazanie im pieniędzy ani tym bardziej nie zmuszają do udziału w „tajnych akcjach".

eprasa.pl 7c16e6fc08

# UŚMIECHNIĘTY PAPIEŻ NA OŁTARZE

CHOĆ JAN PAWEŁ I PAPIEŻEM BYŁ ZALEDWIE 33 DNI, TO PRZEZ WIELE LAT SWOJEJ BISKUPIEJ POSŁUGI ZDOŁAŁ SIĘ POZNAĆ JAKO CZŁOWIEK PEŁEN ŻYCZLIWOŚCI I OTWARTOŚCI NA POTRZEBUJĄCYCH. MŁODZIEŻ ZACHĘCAŁ DO TEGO, ABY MIAŁA SWOJE PRZEKONANIA I UMIAŁA ZDOBYĆ DLA NICH SZACUNEK.

Koniec 2021 roku przyniósł wiadomość o beatyfikacji papieża Jana Pawła I. Odbędzie się ona 4 września 2022 roku w Watykanie, a uroczystości ma przewodniczyć papież Franciszek. Otwarcie jego procesu beatyfikacyjnego miało miejsce jeszcze za pontyfikatu Jana Pawła II w czerwcu 2003 roku. W listopadzie 2017 roku papież Franciszek ogłosił dekret o heroiczności cnót Jana Pawła I, a w październiku tego samego roku potwierdzono cud za jego wstawiennictwem.

Choć jego pontyfikat, który liczył zaledwie 33 dni, był jednym z najkrótszych w historii, to bez wątpienia, mamy za co pamiętać kardynała Albino Luciani, który po wyborze 26 sierpnia 1978 roku przyjął, co zdarzyło się po raz pierwszy w historii Kościoła, dwa imiona, nawiązując tym samym do poprzedników — Jana XXIII oraz Pawła VI. To papieże, którzy na Soborze Watykańskim II „uwspółcześnili" drogę Kościoła. Jan Paweł I po swoim wyborze odmówił wzięcia udziału w tradycyjnej papieskiej koronacji zastępując ją inauguracją. Nie chciał również być niesiony w lektyce. Podczas swojego krótkiego pontyfikatu wziął udział w zaledwie w czterech audiencjach generalnych, które dotyczyły: pokory, wiary, nadziei oraz miłości. Można powiedzieć, krótki, ale jakże wymowny program. Zresztą „pokorę" przyjął za swoje biskupie motto.

Włoska watykanistka Stefania Falasca, wicepostulatorka procesu beatyfikacyjnego papieża, na łamach listopadowego numeru czasopisma „Vita pastorale" podkreśliła, że posługa biskupa Albino Lucianiego była intensywna duchowo, charytatywnie i kulturalnie. W jego zapiskach nie da się dostrzec żadnego zamiaru tworzenia obrazu samego siebie, ani perspektywy kariery.

— Dla Lucianiego być pokornym znaczyło być prostym, tą ewangeliczną prostotą, która jest owocem teologicznego wyboru. A przyjęcie wyboru na papieża wydobyło na światło dzienne jego osobiste talenty i cnoty pokory i wielkoduszności w służbie Kościołowi — podkreśliła włoska watykanistka.

Z okazji zbliżającej się beatyfikacji wywiadu dla Radia Watykańskiego udzieliła Pia Luciani, bratanica papieża.

— Był dla mnie drugim ojcem. Zwracaliśmy się do niego, gdy potrzebowaliśmy dobrego słowa. Gdy zdarzało nam się pokłócić z tatą, on zawsze był punktem odniesienia. Prosiliśmy go o rady, gdy musieliśmy podejmować trudne decyzje, dodawał nam otuchy – powiedziała Pia Luciani w radiowej rozmowie. — Zawsze był uśmiechnięty, nawet gdy był zamyślony. Dodawał nam otuchy, gdy mieliśmy trudności. Wtedy wysłuchiwał nas, udzielał rady, a następnie zachęcał do cierpliwości, do stawiania czoła problemom i do wiary w pomoc Pana. Zawsze mogliśmy mu się zwierzyć – powiedziała, podkreślając zarazem jego skromność i pamięć o ubogich. — Oszczędzał na najbardziej prostych rzeczach, jak skarpety, które wolał cerować niż kupować nowe. W takich sytuacjach wspominał, że za zaoszczędzone pieniądze można uszczęśliwić jakiegoś biedaka.

W czasie rozmowy radiowej bratanica papieża przytoczyła pewne zdarzenie: Gdy podczas jednego z ważnych spotkań niepokojono się, dlaczego patriarchy Wenecji nie ma, wszyscy odkryli po chwili, że siedział z tyłu sali z różańcem w ręku. Spodziewano się raczej, że przyjedzie samochodem z wielką pompą, a on czekał w spokoju na rozpoczęcie, modląc się. Myślę, że dziś powiedziałby Kościołowi: «Nawet jeśli inni nie zawsze są z tobą zgodni, staraj się dla nich być, staraj się kochać ludzi»".

Jego pierwszą nauczycielką katechizmu była matka, od której nauczył się szczerej wiary i modlitwy. Wyjątkowa więź łączyła go również z ojcem, którego zdjęcie nosił zawsze w portfelu. To właśnie ojciec przekazał mu swoisty testament życiowy, kiedy napisał w liście: „mam nadzieję, że jak zostaniesz księdzem, staniesz po stronie ubogich, ponieważ Chrystus zawsze opowiadał się po ich stronie".

Będąc już biskupem nie brakowało mu dystansu do rzeczywistości, jak i do siebie samego. Podjął się wówczas pisania do „Posłańca Świętego Antoniego". Były to listy adresowane do znanych ludzi kultury, pisarzy, wynalazców, ale również fikcyjnych postaci z bajek... Dzieląc się swoimi refleksjami na temat życia i wiary pisał m.in. do Karola Dickensa, Marka Twaina, ale również do Marii Teresy Austriaczki, św. Bernarda, a nawet Pinokia.

„Drogi Pinokio, miałem siedem lat, kiedy po raz pierwszy przeczytałem Twoje przygody. Nie umiem Ci powiedzieć, jak mi się podobały i jak często do nich potem wracałem. Bo w Tobie widziałem siebie samego, w Twoim otoczeniu — moje. Ileż razy biegałeś po lesie, przez pola brzegiem morza, drogą! A z Tobą Lis i Kot, pies Medor, chłopcy, którzy bili się książkami. Zdawało mi się, że to moje wyprawy, moi towarzysze, drogi i pola moich stron rodzinnych. (...) Ja także, idąc i wracając ze szkoły byłem wciągany w bitwy: śnieżkami w zimie, na kuksańce i tym podobne, we wszystkie pory roku; trochę obrywałem, trochę sam dawałem, starając się równoważyć zyski i straty i nie popłakiwać w domu, gdzie, gdybym się żalił, może by mi jeszcze przylano na dokładkę. (...) Drogi Pinokio, na temat młodzieży istnieją dwa słynne zdania. Polecam Ci pierwsze, Lacordaire'a: „Miejcie swoje przekonania i umiejcie zdobyć dla nich szacunek!" Drugie jest Clemenceau, i wcale Ci go nie polecam: Nie ma własnych poglądów, lecz broni ich z zapałem!".

Nie omieszkał również napisać do Wilhelma Marconiego w związku ze stuleciem jego urodzin. — Pamiętam z jakim zainteresowaniem śledził świat Pańskie odkrycia: byłem biednym chłopcem, lecz wiedziałem, że w 1912 roku, właśnie dzięki Pana wynalazkom można było ocalić większą część pasażerów „Tytanica", który zatonął w ciągu kilku godzin, nadziawszy się na górę lodową... — pisał.

W liście tym dzieli się m.in. swoimi spostrzeżeniami o „rodzinie ludzkiej". Nigdy tak jak teraz nie odczuwano, że świat jest mały: jesteśmy głodni i spragnieni jedności, lecz wciąż rozdzielani przez siły przeciwne. Sprzyjają rozdarciu: płomienie skrajnego nacjonalizmu, które zapalają się co jakiś czas to tu, to tam, w narodach starych i nowych; podział świata na przeciwstawne bloki, rządzone przez supermocarstwa; napięcia społeczne, które dziś nie są już napięciami międzyklasowymi, lecz międzyregionalnymi, między krajami bogatymi a biednymi.

Na zakończenie warto przytoczyć anegdotę, jaką Albino Luciani napisał w jednym ze swoich artykułów w czerwcu 1972 roku. To fragment wspomnianego „Listu do Pinokia". „Najwięcej usłyszysz zarzutów dotyczących Kościoła. Może ci pomóc anegdota przytoczona przez Pitigrillego. W Londynie, w Hyde Parku, kaznodzieja przemawia pod gołym niebem, ale coraz to przerywa mu jakiś osobnik rozczochrany i brudny: <<Już dwa tysiące lat istnieje Kościół - wybucha wreszcie — a świat wciąż jeszcze jest pełen złodziei, cudzołożników, morderców!>> - Ma pan rację - odpowiada kaznodzieja - ale od dwóch milionów wieków na świecie istnieje woda, a niech pan spojrzy, w jakim stanie jest pańska szyja!". Innymi słowy: byli źli papieże, źli księża i źli katolicy. Ale co to znaczy? Że wprowadzono w życie Ewangelię? Nie, przeciwnie, że w tych przypadkach Ewangelia nie była stosowana!

**WOJCIECH KOSIEWICZ**

**ALBINO LUCIANI** urodził się 17 października 1912 w górskiej wiosce Forno di Canale (obecnie Canale d'Agordo). Został ochrzczony już w dniu narodzin przez położną, bo obawiano się, że nie przeżyje. Pochodził z rodziny robotniczej. Był synem murarza i marksisty Giovanniego Lucianiego oraz głęboko wierzącej Bortolomei Tancon. Gdy miał 10 lat, do jego wioski przybył zakonnik kapucyn, aby głosić kazania. Od tego momentu zdecydował, że chce zostać księdzem. Święcenia kapłańskie przyjął w 1935 roku, a w 1958 roku papież Jan XXIII mianował go biskupem Vittorio Veneto i osobiście udzielił mu sakry 27 grudnia tegoż roku w Watykanie. W 1969 roku Paweł VI powołał go na patriarchę Wenecji, a na konsystorzu w 1973 roku włączył go w skład Kolegium Kardynalskiego. Kard. Luciani został wybrany papieżem na konklawe 26 sierpnia 1978 roku. Zmarł niespodziewanie wieczorem 28 września 1978.

eprasa.pl 7c16e6fc08

# DOMOWE SPOSOBY NA BÓL GARDŁA

ZIMA WCIĄŻ TRWA, Z TYM ŻE — JAK TO U NAS — ODBYWA SIĘ TO SKOKOWO I Z PRZERWAMI W DOSTAWIE MROZU. JAKBY SIĘ NIE MOGŁA ZDECYDOWAĆ: ZOSTAĆ TU JESZCZE, CZY USTĄPIĆ PRZEDWIOŚNIU I IŚĆ PRECZ. A MY CIERPIMY!

MAGDALENA BUKOWIECKA
m.bukowiecka@gazetaolsztynska.pl

Cierpimy, bo te skoki temperatur wywołują nie tylko ból głowy, ale często prowadzą także do stanów przeziębieniowych. A to weźmiemy grubą, wełnianą czapę na polarowym podbiciu — bo wczoraj było przecież minus 9...! A tu się okaże, że dziś jest akurat plus 6 i w tej czapie spociliśmy się jak przysłowiowy szczur. No to jutro rano bierzemy z szuflady lekki, przewiewny, ażurowy berecik — a tu furt! Znowu minus 12!

I ból gardła gotowy...

## OBJAWY

Mnie generalnie ból gardła kojarzy mi się przede wszystkim z ogromnym dyskomfortem jako takim. Czasem towarzyszy mu podwyższona temperatura ciała, kaszel, katar, czasem też bóle mięśni i ogólne rozbicie. I choć pierwsze podejrzenie to z reguły przeziębienie — niech nie usypia ono naszej czujności. Często od bólu gardła zaczyna się bowiem zapalenie gardła, angina, a niekiedy nawet szkarlatyna, ból dziąseł, ropień zęba, próchnica, mononukleoza zakaźna, błonice, odra lub ospa wietrzna, zaburzenia nerek, kłopoty z przemianą materii. Powodem nieprzyjemnego drapania w gardle może być też palenie papierosów lub zanieczyszczone powietrze, w tym także wszechobecny zimą smog.

## PRZYCZYNY MEDYCZNE

Lekarze twierdzą, że prócz aury, winę za ból gardła może ponosić wiele innych czynników. W 90 proc. wypadków stan zapalny wywołuje wirus grypy lub paragrypy. Czasem są to wirusy (koronawirusy, adenowirusy), rzadziej bakterie, infekcje, a w tych najgorszych przypadkach — nawet nowotwór. Dlatego zalecają, by bólu gardła nigdy nie lekceważyć i szczególnie wtedy, gdy staje się przewlekły, a dodatkowo towarzyszy mu chrypka, trudności i ból przy przełykaniu oraz uczucie ciała obcego — udać się do swojego lekarza rodzinnego. Nowotwór gardła jest wprawdzie jednym z rzadszych, ale, niestety, cechuje się dużą śmiertelnością.

Jeśli jednak gołym okiem widać, że nasz ból gardła to zwyczajne preludium do przeziębiania i obejdzie się bez zdradzieckich antybiotyków — nim udamy się do przychodni i złapiemy jeszcze więcej bakterii — warto wypróbować choć kilka z długiej listy domowych sposobów na dyskomfort w gardle, krtani i górnych drogach oddechowych generalnie.

## LECZENIE

Oczywiście, można pójść na łatwiznę i udać się spacerkiem do najbliższej apteki. Mnogość i różnorodność tabletek, pastylek do ssania, aerozoli lub syropów na gorączkę, katar, kaszel i samo gardło może fascynować, a nawet przerażać. Od razu zastrzegam, że na zwyczajny ból gardła nie powinniśmy stosować antybiotyków: na tym etapie nie ma co liczyć na ich przeciwwirusową skuteczność, a my dostaniemy co najwyżej rozstroju żołądka.

## SPOSOBY PROSTO Z KUCHNI

Po pierwsze: rosół. Rozgrzewa, skutecznie zwalcza natrętne wirusy, choremu dodaje energii i w ogóle poprawia samopoczucie jak mało co w przyrodzie. Przy prawie każdej infekcji rosół doskonale się sprawdza, a przy bólu gardła ma tę dodatkową zaletę, że występuje w postaci płynu. A jak wiadomo: ból gardła najczęściej normalne przyjmowanie pokarmów innych niż płyny skutecznie obrzydza i wręcz uniemożliwia.

Po drugie: miód. Ileż to ja się nasłuchałam od różnych mądrych głów, jak to miód zapobiegawczo, profilaktycznie — owszem, ale gdy gardło już boli — absolutny szlaban...! A guzik prawda! Właśnie na ból gardła miodzio rozwiązuje prawie wszystkie problemy. Najlepszy jest lipowy, ale inny też się nada. Trzeba go rozpuścić w przegotowanej i ostudzonej wodzie, pamiętając, że temperatura powyżej 40 stopni Celsjusza większość dobrodziejstw w miodzie zabija.

Po trzecie: cebula. A konkretnie syrop. Do dziś pamiętam czarowny zapach i takiż smak dzieciństwa, kiedy w chwilach kolejnego nieżytu gardła — a trzeba przyznać, że choroby przywiązywały się do mnie dość często i upiornie ściśle — mama osobiście przyrządzała mi ten specyfik. By syrop w ogóle powstał, trzeba cebulę bardzo drobno pokroić, zasypać cukrem, przykryć i odstawić w ciepłe miejsce. Sok, który cebula wkrótce puści, łagodzi nie tylko ból gardła, ale także kilka innych infekcji.

Po czwarte: czosnek. Że to naturalny antybiotyk — wiedzą wszyscy. Ale nie sama kanapką z czosnkiem i solą chory na gardło może żyć. Z czosnku, podobnie jak z cebulki, także da się przyrządzić syrop. 30 ząbków czosnku należy dokładnie rozgnieść, dodać do nich sok z 1 kg cytryn, 1 litr przegotowanej wody i kilka łyżek miodu. Po zmieszaniu tego wszystkiego wcale nie powstanie zajzajer — a zwyczajny syrop, który należy pić trzy razy dziennie po jednej łyżce.

Po piąte: ziemniaki. Nie do obiadu, a w postaci okładów. Trzeba je normalnie ugotować, ugnieść jak na purée, a następnie zawinąć w bawełniany ręcznik, owinąć gardło i związać szalikiem. Taki okład trzymamy na gardle, aż do chwili, gdy ziemniaki wystygną.

Po szóste: sok z buraków. Do płukania — nie do picia. Jedną szklankę soku z buraków trzeba mieszać z 1 łyżką octu jabłkowego lub winnego i taką mikstura płukać gardło nawet 10 razy dziennie.

Po siódme: sól. Ponoć niektórym płukanie gardła wodą z solą nawet pomaga... Ponoć to świetna metoda na eliminację bakterii z organizmu. Szklankę ciepłej wody należy wymieszać z 1 łyżeczką soli. Nie zaszkodzi również odrobina miodu. Kto odważny, proszę uprzejmie: chore gardło może płukać kilka razy dziennie. Osobiście spróbowałam raz i już po chwili wiedziałam, że wolę ból gardła...

Po ósme: herbatki ziołowe. Najlepsze są te z kwiatu lipy, czarnego bzu i maliny. Działają przeciwzapalnie oraz napotnie, dzięki czemu pomagają się wygrzać i szybciej wrócić do zdrowia. Ogólnie, gdy boli gardło, główna zasada brzmi: dużo pić. Regularne nawadnianie chorego organizmu jest bardzo ważne, a kto nie lubi samej wody — wolno mu dodać miodu, imbiru lub cytryny. Ziółka są też dobre do płukania gardła: szczególne cuda działa napar z szałwii, kory dębu lub rumianku.

Po dziewiąte: kamfora. Absolutnie jej nie pijemy, a jedynie smarujemy szyję olejkiem kamforowym. Następnie, nasączamy zwykły gazik spirytusem salicylowym, przykładamy do gardła, owijamy szyję wedle uznania chustą lub szalem i tak siedzimy przez dłuższy czas, najlepiej z dobrą książką.

Ogólne zasady są też takie, że dbamy o nawilżenie powietrza, które zimą w ogrzewanych pomieszczeniach jest bardzo suche. Wietrzymy też regularnie, bo w ten sposób pozbywamy się bakterii. Unikamy też alkoholu i papierosów oraz ostrych przypraw.

A prawda jest też taka, że raz, obudziwszy się z bólem gardła — dopadłam słoika konfitury z żurawin i pochłonęłam całą jego zawartość jednym ciągiem. Gardło przestało boleć pół godziny później, co jest moim absolutnym rekordem, bo jak wspomniałam — choroby raczej imają się mnie permanentnie, niż omijają szerokim łukiem...!

Ale możliwe, że żurawiny zadziałały cudotwórczo z pomocą mojej silnej i niezłomnej woli. Bo to gardło zaczęło mnie boleć 4 dni przed podjęciem pracy na obecnym stanowisku...!

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
1322otbr-a-M

Dr n.med. Piotr Malinowski Specjalista chirurgii ogólnej i naczyniowej
Dr n.med. Dariusz Michalik Specjalista chirurgii ogólnej i onkologicznej
Dr n.med. Jacek Nowak Specjalista chirurgii ogólnej i naczyniowej
Prywatna poradnia Chirurgii Ogólnej i Onkologicznej oraz Chorób Naczyń
pn.-pt. 16.30-18.30
Rejestracja telefoniczna: 89-534 23 33 w godz. 10.00-18.00
Adres: Olsztyn, ul. Pana Tadeusza 6 „PANTAMED”
2722otbr-a-M

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
1422otbr-a-M

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
2822otbr-a-M

eprasa.pl 7c16e6fc08

# POSTANOWIENIA NOWOROCZNE DLA RODZICÓW

POCZĄTEK NOWEGO ROKU TO ZWYKLE CZAS PODSUMOWAŃ, ALE TEŻ ROBIENIA PLANÓW NA PRZYSZŁOŚĆ. DLA RODZICÓW MOŻE BYĆ TO IDEALNY MOMENT, BY PRZYJRZEĆ SIĘ WYZWANIOM ZWIĄZANYM Z OPIEKĄ NAD MALUCHEM I ZASTANOWIĆ SIĘ, JAK CHCĄ RADZIĆ SOBIE Z NIMI W NASTĘPNYCH MIESIĄCACH. SZCZĘŚLIWY RODZIC TO SZCZĘŚLIWE DZIECKO – OTO PROPOZYCJE, JAK OSIĄGNĄĆ RODZINNE SZCZĘŚCIE W 2022.

Niedawne badanie Parenting Index z udziałem aż 8 000 rodziców z 16 państw świata, pokazuje jasno: rodzicielstwo dziś to nie jest kaszka z mleczkiem. Najlepszym miejscem do wychowywania dzieci okazała się być Szwecja, a Polska znalazła się dokładnie pośrodku stawki – na 8. miejscu: zaraz po Indiach. Wyniki badania pokazują, że największym wyzwaniem jest presja wywierana przez społeczeństwo lub samych siebie – aż 54% polskich rodziców odczuwa silny nacisk otoczenia odnośnie tego, jak wychowują swoje dziecko. Matki oraz ojcowie nie wierzą w swoje możliwości i gonią za wizją idealnego rodzica, który... nie istnieje – aż dla 61% z nich rodzicielstwo okazało się trudniejsze niż myśleli. Przełom roku warto potraktować więc jak okazję, aby zaplanować działania, dzięki którym bycie rodzicem stanie się choć trochę prostsze. Oto kilka pomysłów, które mogą w tym pomóc.

Fot. pixabay.com

Dziecko to wielkie szczęście, ale też mnóstwo dodatkowych zadań

### 1. BĘDĘ DZIELIĆ SIĘ Z BLISKIMI NIE TYLKO RADOŚCIĄ, ALE TEŻ OBOWIĄZKAMI

Dziecko to wielkie szczęście, ale też mnóstwo dodatkowych zadań, którym nie zawsze udaje się podołać samodzielnie. Nie musisz starać się być idealnym rodzicem, który ze wszystkim świetnie radzi sobie sam. Partner lub partnerka również uczestniczą w życiu dziecka, co oznacza nie tylko zabawę z nim, ale też opiekę w pełnym tego słowa znaczeniu. Wokół jest też pewnie całkiem sporo osób, które, poproszone, nie tylko nie zdziwią się, że nie jesteś w stanie zrobić wszystkiego samodzielnie, ale wręcz będą szczęśliwe, że mogą zrobić zakupy, ugotować obiad, wyprowadzić psa lub umyć znienawidzone okna, by odrobinę cię wyręczyć.

### 2. DAM SOBIE PRAWO DO POPEŁNIANIA BŁĘDÓW

Książki i artykuły przeczytane przed przyjściem dziecka na świat dają wrażenie, że o opiece nad maluchem wie się już wszystko. Rozczarowania przychodzą jednak bardzo szybko – nie ma nic złego w tym, że nie znasz odpowiedzi na wszystkie pytania i nie od razu będziesz podnosić dziecko tak, jak fizjoterapeuta z 20-letni stażem. Masz prawo pytać, nie wiedzieć i mylić się – nie czyni cię to gorszym rodzicem, wręcz przeciwnie – wszyscy tak mają.

### 3. NIE BĘDĘ PRZEJMOWAĆ SIĘ RADAMI, O KTÓRE NIKT NIE PROSIŁ

Zwykle obcy ludzie „znacznie lepiej wiedzą", czego potrzebuje twoje dziecko. Czasem warto posłuchać rzeczowych rad osób bardziej doświadczonych, jednak to do rodziców zawsze należy ostateczna decyzja, jak należy postępować z dzieckiem. Jeśli czujesz, że życzliwe rady są w rzeczywistości kiepsko ukrytym zarzutem, nie przejmuj się nimi – dla swojego dziecka jesteś super mamą albo super tatą.

### 4. POSZUKAM INNYCH RODZICÓW, KTÓRZY MOGLIBY BYĆ DLA MNIE WSPARCIEM

Nikt tak dobrze nie rozumie wyzwań rodzicielstwa jak drugi rodzic. Może warto dołączyć do mamy, która codziennie w południe spaceruje po osiedlu z wózkiem albo ojców, którzy rozmawiają na ławeczce przy placu zabaw, obserwując swoje maluchy? Nie tylko mogą być źródłem wiedzy na temat opieki nad dzieckiem, ale też oczyszczającego „Nie przejmuj się, też tak miałam/miałem". Wsparcia szukać można też na rodzicielskich grupach w social mediach.

### 5. POROZMAWIAM Z PRACODAWCĄ O ROZWIĄZANIACH, KTÓRE UŁATWIĄ MI RODZICIELSTWO

Praca to ważna część życia, ale może zarówno ułatwiać, jak i, niestety, utrudniać bycie rodzicem. Może część pracy można byłoby wykonywać z domu, żeby nie tracić cennego czasu na dojazd do biura? Albo zaczynać i kończyć wcześniej, żeby nie tkwić w korkach? Każde zaoszczędzone 5 minut oznacza dodatkową chwilę na realizację domowych wyzwań, zabawę z dzieckiem lub... odpoczynek, który jest niezbędnym elementem bycia wspaniałym rodzicem!

### 6. JEŚLI RODZICIELSTWO ZACZNIE BYĆ ZBYT TRUDNE, SKORZYSTAM Z POMOCY SPECJALISTY

Bycie rodzicem nie zawsze oznacza sielankę. Czasem jest bardzo ciężko. Pomocą mogą być wtedy oczywiście najbliżsi – rodzina i przyjaciele. Jeśli jednak nie chcesz lub nie potrafisz rozmawiać z nimi o swoich problemach, warto rozważyć wizytę u psychologa. Specjalista pomoże uporać się z trudnymi emocjami i przywrócić w życiu równowagę, której potrzebujesz.

Gdy maluszek przyjdzie na świat, najlepszym dla niego sposobem żywienia jest karmienie piersią. Mleko mamy zapewnia zbilansowaną dietę i chroni przed chorobami. W pełni popieramy zalecenia Światowej Organizacji Zdrowia dotyczące wyłącznego karmienia piersią przez pierwsze sześć miesięcy życia dziecka. Po tym okresie należy rozpocząć wprowadzanie żywności uzupełniającej o odpowiedniej wartości odżywczej przy jednoczesnej kontynuacji karmienia piersią do ukończenia przez dziecko 2 lat. Zdajemy sobie też sprawę z tego, że nie zawsze rodzice mogą karmić swoje dziecko mlekiem mamy. Zachęcamy do skonsultowania sposobu żywienia dziecka ze specjalistą ochrony zdrowia. Jeśli zdecydowaliście, że wasze dziecko nie będzie karmione piersią, powinniście pamiętać, że ta decyzja jest trudna do odwrócenia - rozpoczęcie częściowego dokarmiania butelką spowoduje zmniejszenie ilości wytwarzanego mleka. Stosowanie mleka modyfikowanego niesie ze sobą konsekwencje socjalne i finansowe, które należy wziąć pod uwagę. Jeśli zdecydowaliście, że maluszek będzie karmiony piersią, przypominamy, że prawidłowe zbilansowanie jadłospisu mamy jest bardzo istotne. Jej zdrowa dieta w czasie ciąży i po porodzie pomaga gromadzić składniki odżywcze niezbędne do prawidłowego przebiegu ciąży, przygotowuje do okresu laktacji i pomaga ją utrzymać. Dzieci rozwijają się w różnym tempie, dlatego czas wprowadzenia posiłków uzupełniających należy skonsultować z lekarzem lub położną.

Badanie Parenting Index zostało przeprowadzone na zlecenie Nestlé

**ŹRÓDŁO: NEWSERIA.PL**

REKLAMA

Gabinet Urologiczny
USG układu moczowego
(pełny zakres badań urologicznych)
lek. med.
RYSZARD MAREK
Olsztyn, ul. Żytnia 74
pon. 16.00-18.00
tel. 89 527-81-48
tel. 604 552 518
1222otbr-a-M

Roman Łesiów
UROLOG
- leczenie zachowawcze i operacyjne
- USG układu moczowego
- cystoskopia, zabiegi operacyjne
- uroflometria

rejestracja Olsztyn, od godz. 13⁰⁰
Lancet 89 535 72 80
al. Wojska Polskiego 39
1622otbr-A-P

Lech Mickiewicz
GINEKOLOG
- sonda pochwowa
- cytologia
- antykoncepcja

Olsztyn
ul. Barcza 48/1
poniedziałki, czwartki od godz. 15.00
rej. tel. kom. 601-952-165
2022otbr-a-M

MILLER DENTAL
PRZYCHODNIA STOMATOLOGICZNA
lek. stom. Katarzyna Miller
specjalista periodontolog
lek. stom. Adam Miller
lek. stom. Anna Miller
• leczenie w ramach NFZ i prywatnie • pełen zakres usług stomatologicznych • RTG
Olsztyn, ul. Piotrowskiego 16 lok. C
tel. 502-071-870, 89 539 96 38
1822otbr-A-P

STOMATOLOG
LEK. EWA MICKIEWICZ
specjalista protetyki stomatologicznej
Olsztyn, ul. Barcza 48/1
tel. 89 542 67 40
tel. 512 506 756
• pełny zakres stomatologii zachowawczej • protetyka • RTG zębów • laseroterapia • wybielanie zębów
• licówki porcelanowe
1922otbr-A-P

Olsztyńscy Lekarze Specjaliści
rej. codziennie w godz. 8⁰⁰-18⁰⁰
89 535 25 48
502 323 935
NEUROCHIRURG
dr n. med. Mirosław Smółka
Olsztyn, ul. Kopernika 1
poniedziałki 15.00-18.00
1122otbr-a-M

eprasa.pl 7c16e6fc08

# POSZEDŁ ZA GŁOSEM SERCA

WCZEŚNIEJ NIE MYŚLAŁEM O TYM ZAWODZIE, MOŻE TYLKO JAKO MAŁY CHŁOPIEC — MÓWI SZYMON KOKOT, ZASTĘPCA KOMENDANTA PAŃSTWOWEJ POWIATOWEJ STRAŻY POŻARNEJ W NIDZICY. JEGO WIELKĄ PASJĄ JEST GRA NA INSTRUMENTACH PERKUSYJNYCH.

HALINA ROZALSKA
h.rozalska@gazetaolsztynska.pl

**— Dlaczego zdecydował się pan na tak trudny zawód?**

— Strażakiem jestem od 1999 roku, kiedy to za namową kolegi wziąłem udział w naborze do Szkoły Głównej Służby Pożarniczej. Wcześniej nie myślałem o tym zawodzie, może tylko jako mały chłopiec. W klasie maturalnej, w technikum, kiedy zastanawialiśmy się z kolegami co dalej, jeden z nich zaproponował straż pożarną. Miał tradycje strażackie w rodzinie. Spodobał mi się ten pomysł - pewna praca, poważanie społeczne, a przede wszystkim pomoc bliźnim. Wtedy się zdecydowałem. Mój kolega zrezygnował, ale ja poszedłem za głosem serca i tak zostałem strażakiem.

**— Gdzie pan pracował zanim trafił do Nidzicy?**

— Na początku służyłem w JRG nr 1 w Olsztynie jako dowódca zastępu. Z czasem zastępowałem też dowódcę zmiany, a niekiedy dyspozytora w stanowisku kierowania. Dzięki dobrej znajomości języka angielskiego poproszono mnie o wsparcie prac Komendy Wojewódzkiej PSP w Olsztynie w projekcie międzynarodowym. Po zakończeniu prac zaproponowano mi stanowisko w KW PSP, które przyjąłem. Oprócz codziennych zadań organizacyjnych zajmowałem się współpracą międzynarodową. Już wtedy ciągnęło mnie do szkolenia i od 2008 roku rozpocząłem służbę w ośrodku szkolenia. Tam spędziłem wiele lat i miałem też znaczące dokonania. W roku 2016 wygrałem konkurs na stanowisko oficerskie w organizacji naukowej CERN (Europejska Organizacja Badań Jądrowych), gdzie byłem pierwszym polskim strażakiem. Odpowiadałem tam za szkolenie. Po powrocie do kraju byłem też Zastępcą Naczelnika Ośrodka Szkolenia, do którego wróciłem. Przez większość mojej służby byłem też członkiem Ochotniczych Straży Pożarnych. Ponadto działam w stowarzyszeniu i fundacji o profilu strażackim.

**— W Nidzicy objął pan stanowisko zastępcy komendanta.**

— Tak. W 2021 roku warmińsko-mazurski komendant wojewódzki PSP powierzył mi pełnienie obowiązków zastępcy komendanta PSP w Nidzicy, a z dniem 1 grudnia powołał na to stanowisko.

**— Czym zajmuje się zastępca komendanta?**

— Zajmuję się nadzorem nad sprawami operacyjnymi, jednostką ratowniczo-gaśniczą oraz kwatermistrzostwem. Do tego realizuję sprawy obronne oraz nadzoruję ochronę danych osobowych. Zastępując komendanta pod jego nieobecność, realizuję również czasami część jego uprawnień.

**— Czy bierze pan w akcjach?**

— Pełnię dyżury na zmianę z komendantem, więc zdarza się wyjechać. Przez dwa miesiące na stanowisku byłem przy trzech zdarzeniach: wypadku śmiertelnym na trasie nr 7, pożarze poddasza i przy wybuchu gazu. Są pewne zdarzenia, gdzie obecność przełożonego wyższego szczebla jest wskazana. Czasem chcę pojechać ze strażakami na miejsce zdarzenia, aby zobaczyć jak w tutejszej jednostce strażacy realizują pewne rzeczy. Jestem przecież najkrócej służącym strażakiem w Nidzicy (śmiech), a każde miejsce ma swoją specyfikę. Patrząc na ich pracę sam uczę się różnych rzeczy i odświeżam wiedzę. Widzę też wówczas czy jest potrzeba doskonalenia metod działania lub doposażenia w jakiś sprzęt. Wielu z naszych strażaków przez minione lata uczyło się u mnie zawodu, więc mamy dobry kontakt i wydaje mi się, że moja obecność przy zdarzeniach ich nie krępuje.

Fot. Arch. pryw.

Szymon Kokot

Nasz rozmówca gra na perkusji od niemal 30 lat

Fot. Lidzbarski Dom Kultury

Szymon Kokot z żoną

**— Jak się pracuje na tym stanowisku?**

— Przyznam, że przez wiele lat nie widziałem się na takim stanowisku. Przypuszczam, że powodem był brak pewnej świadomości i doświadczenia w tej kwestii.

**— Zmienił pan zdanie? Dlaczego?**

— Każdy dojrzewa i zmienia perspektywę, przynajmniej tak powinno być, bo to naturalna część rozwoju. Zarówno w CERN, jak i po powrocie dane mi było kierować ludźmi. Zauważyłem, że mam umiejętność porozumiewania się z ludźmi, nawiązywania kontaktu. Interesuję się psychologią, sztuką motywacji i zrozumiałem, że potrafię wykorzystywać ów potencjał w praktyce.

Propozycję odebrałem ją jak wyróżnienie, docenienie dotychczasowej służby, ale też jako duże zobowiązanie. Bycie przełożonym to przede wszystkim odpowiedzialność. Jestem wdzięczny, że moi przełożeni uznali, że mam potencjał do tego zadania. Zamierzam służyć rzetelnie, a moim celem jest, aby załoga czuła się dobrze w naszej komendzie. Do tego potrzeba precyzyjnej komunikacji i wzajemnego zrozumienia. Bardzo lubię pracę z ludźmi i myślę, że dobrze mi ona wychodzi.

**— Dzień pracy w straży. Jest informacja np. o wypadku drogowym na S7, zderzyły się 3 auta osobowe. Jak przebiega akcja ratunkowa?**

— Takie sprawy regulowane są na szczeblu centralnym, ponieważ Komendant Główny PSP ustala minimalne składy. Dla danego rodzaju zdarzenia przewidziana jest minimalna liczba aut i ludzi. Do takiego zdarzenia pojedzie na pewno co najmniej 6 strażaków w dwóch samochodach strażackich, ale jeśli wywiad wskazuje na więcej niż 2 poszkodowanych lub dodatkowe trudności, to automatycznie zadysponujemy więcej ludzi i sprzętu. W mniejszych komendach na terenie kraju - tak jak u nas - często trzeba posiłkować się strażakami ochotnikami. Mam wielki szacunek do tych ludzi, którzy poza codzienną pracą chcą nieść pomoc bliźnim. Dzięki nim nasz system jest wydolny.

**— Ma pan fantastyczne pasje...**

— Jak wspomniałem udzielam się w założonej przeze mnie fundacji jako wolontariusz, gdzie zajmujemy się między innymi profilaktyką nowotworową strażaków czy edukacją ratowniczą. Jestem też prezesem olsztyńskiego oddziału Stowarzyszenia Inżynierów i Techników Pożarnictwa, w którym organizujemy od lat jedną z najbardziej popularnych w kraju międzynarodowych konferencji strażackich. Nagrywam podcasty dotyczącej psychologii przywództwa, motywacji, budowania zespołu – ostatnio z mistrzynią UFC Joanną Jędrzejczyk. Jako mieszkaniec przedmieść Olsztyna jestem członkiem dwóch jednostek OSP w powiecie olsztyńskim: Stawiguda oraz Olsztyn-Gutkowo. Z tą ostatnią wyjeżdżałem do zdarzeń zanim zostałem powołany na obecne stanowisko. Gram amatorsko na perkusji od niemal 30 lat, a także na innych bębnach: afrykańskim djembe, arabskiej darbuce, latynoamerykańskich congach czy pendżabskim dholu. Oprócz tego nagrywam utwory hiphopowe.

eprasa.pl 7c16e6fc08

# POLSKA NAUKA TRZYMA SIĘ DOBRZE

CORAZ WIĘCEJ SUKCESÓW POLSKICH NAUKOWCÓW NA ŚWIATOWĄ SKALĘ. WEDŁUG EUROSTATU POLSKA W LATACH 2010–2020 ODNOTOWAŁA WZROST WYDATKÓW NA BADANIA I ROZWÓJ, KTÓRY NALEŻY DO NAJSZYBSZYCH W UE – POD TYM WZGLĘDEM WYPRZEDZIŁA JĄ JEDYNIE GRECJA I BELGIA.

Pod względem rozwoju nauki Polska zanotowała w ostatnim 30-leciu duży postęp. Polscy naukowcy odnoszą sukcesy, które kwalifikują ich do światowej czołówki, a nakłady na ten cel sukcesywnie rosną. – Pewne reformy w systemie ewaluacji nauki sprawiły jednak, że jakość zamienia się w ilość. Naukowcom bardziej opłaca się w tej chwili publikować czy produkować więcej odkryć naukowych, bez zwracania uwagi na ich jakość – zauważa prof. Bożena Kamińska-Kaczmarek z Instytutu Biologii Doświadczalnej PAN, jedna z czworga laureatów tegorocznej Nagrody Fundacji na rzecz Nauki Polskiej 2021.

– Polska nauka trzyma się dobrze, ale w pandemii większość naukowców zanotowała ogromne straty, nie mogła pracować na uczelniach ani w laboratoriach. Jesteśmy w niedoczasie i nie wszystkie rzeczy, które planowaliśmy, udało się zrobić. Wyjazdy zagraniczne zostały prawie całkowicie wstrzymane, co też powoduje, że nie mogliśmy przekazywać swoich wyników doświadczeń – mówi prof. Maciej Żylicz, prezes Fundacji na rzecz Nauki Polskiej.

Jak ocenia, pod względem rozwoju nauki Polska zanotowała w ostatnim 30-leciu duży postęp. Polscy naukowcy odnoszą sukcesy, które kwalifikują ich do światowej czołówki, a nakłady na ten cel sukcesywnie rosną. W 2018 roku sięgnęły 1,21 proc. PKB, a rok później wzrosły aż o 5 mld zł i był to zdecydowanie największy wzrost od 1989 roku. Z kolei w ubiegłym roku łączny budżet na naukę, przewidziany w ustawie budżetowej, sięgnął aż 31 mld zł (z czego 27 mld zł z budżetu państwa oraz 4 mld zł ze środków budżetu europejskiego) i był to aż 11-proc. wzrost r/r.

Według Eurostatu Polska w latach 2010–2020 odnotowała wzrost wydatków na badania i rozwój, który należy do najszybszych w UE – pod tym względem wyprzedziła ją jedynie Grecja i Belgia. Jednak w ubiegłym roku poziom tych wydatków sięgnął 1,4 proc. PKB – co wciąż jest wynikiem znacznie odbiegającym od unijnej średniej wynoszącej 2,3 proc. Dla porównania liderami – z ok. 3,5 proc. PKB przeznaczanego na badania i rozwój – są Belgia i Szwecja.

– W ciągu ostatnich 30 lat polska nauka zmieniła się ogromnie. Powstał Komitet Badań Naukowych, który stworzył zalążki systemu grantowego, a później także NCBiR i Narodowe Centrum Nauki (NCN), czyli kolejne agencje rządowe, które rozdają granty, aby ta nauka stała się bardziej konkurencyjna – mówi prof. Maciej Żylicz. – Z drugiej strony trochę przesadziliśmy w drugą stronę, tzn. uważamy, że system grantowy jest jedynym i najlepszym sposobem finansowania polskiej nauki. Tymczasem tak naprawdę trzeba znaleźć złoty środek.

Jak ocenia, część środków na działalność naukową powinna pochodzić ze stabilnych, wieloletnich źródeł finansowania, a część z grantów. Skupienie się tylko na tym ostatnim

Fot. pixabay.com

elemencie powoduje, że naukowcy – aby móc kontynuować badania – muszą wciąż szukać nowych źródeł finansowania, aplikować o pieniądze, rozliczać granty etc.

– W ostatnich latach doszło do znaczącego rozwoju infrastruktury naukowej, a agencje grantowe rozdają środki na badania, które mają duży wymiar, są wartościowe. W związku z tym – jeśli ktoś ma dobre pomysły naukowe i pokazał, że jest w stanie realizować badania – to jest dużo ścieżek finansowania, które można wykorzystywać. W tej chwili w Polsce można już próbować robić badania na najwyższym poziomie i jeżeli coś przeszkadza w wykorzystaniu pełnego potencjału, to jest to nie do końca zorganizowany system finansowania naukowców. Nie do końca panuje taki etos pracy, którego można by oczekiwać i który dawałby najlepsze wyniki – ocenia prof. Bożena Kamińska-Kaczmarek z Instytutu Biologii Doświadczalnej PAN.

Jak wskazuje, pewne reformy w systemie ewaluacji nauki sprawiły, że jakość zamienia się w ilość, że naukowcom bardziej opłaca się w tej chwili publikować czy produkować więcej odkryć naukowych, bez zwracania uwagi na ich jakość.

– To jest główne niebezpieczeństwo, bo w tej chwili infrastruktura jest fantastyczna, a naukowców, zwłaszcza młodych, mieliśmy zawsze bardzo dobrze przygotowanych, dobrze wykształconych i naprawdę zaangażowanych – mówi prof. Bożena Kamińska-Kaczmarek.

– Niebezpieczeństwem jest jednak to, że system ewaluacji naukowej, który zaczyna być wprowadzany, nie promuje wybitnych badań, nie promuje wielkich badań. Ich nie przeprowadza się w ciągu jednego dnia, wielkie badania zajmują bardzo wiele czasu, są wieloletnie, wymagają wiele kosztów, wymagają współpracy i ludzi o różnym doświadczeniu i różnej ekspertyzie. To nie są rzeczy, które można produkować czy publikować kilka razy do roku.

W Polsce jest ok. 81,5 tys. osób bezpośrednio zaangażowanych w działalność badawczo-rozwojową, których obecnie jest w kraju około 81,5 tys., a z czego 54 tys. ma stopień doktora, ok. 21 tys. to doktorzy habilitowani, a niemal 11 tys. pracowników naukowych w Polsce ma tytuł profesora.

W tegorocznym, prestiżowym rankingu szanghajskim, który premiuje uczelnie o silnym ukierunkowaniu badawczym, znalazło się już 10 polskich szkół, podczas gdy jeszcze w ubiegłorocznej edycji było ich osiem. Z kolei według rankingu Scimago Journal & Country Rank, który uwzględnia liczbę cytowań, najlepsze polskie dyscypliny naukowe to astronomia, nauki fizyczne oraz matematyka. W ubiegłym roku kilku polskich naukowców otrzymało granty Europejskiej Rady ds. Badań Naukowych (ERC), zaś prof. Andrzej Jajszczyk został wybrany na stanowisko wiceprzewodniczącego ERC. Polska nauka jest coraz lepiej postrzegana na arenie międzynarodowej?

– Pozycja polskiej nauki na świecie jest różnorodna. Są dziedziny, w których mamy się czym pochwalić, i są takie, w których nie odgrywamy istotnej roli. Zainteresowanie komercjalizacją i badaniami polskich naukowców też jest różnorodne – w zależności od tego, jak bliskie są te badania rzeczywistym aplikacjom. Ja akurat mam szczęście pracować w takiej dziedzinie, która – zwłaszcza w okresie pandemii – okazała się ważna i rozpoznawalna na całym świecie. Szczepionki mRNA i generalnie terapie mRNA to teraz jedne z najbardziej gorących tematów w nauce i dlatego badania na tym polu bardzo dobrze się „sprzedają" – mówi prof. Jacek Jemielity z Centrum Nowych Technologii Uniwersytetu Warszawskiego.

Prof. Jacek Jemielity, który prowadzi badania nad szczepionkami przeciwnowotworowymi bazującymi na mRNA, jest jednym z laureatów tegorocznej Nagrody Fundacji na rzecz Nauki Polskiej, która jest uznawana za najważniejsze wyróżnienie naukowe w kraju. Nagroda za szczególne osiągnięcia i odkrycia naukowe, które przesuwają granice poznania i zapewniają Polsce znaczące miejsce w podejmowaniu najbardziej ambitnych wyzwań współczesnego świata, została w tym roku przyznana po raz 30. Oprócz prestiżu wyróżnienie ma też wymiar finansowy w wysokości 200 tys. zł.

– Fundacja na rzecz Nauki Polskiej istnieje już od 30 lat. W 1991 roku uzyskała pierwsze pieniądze, czyli 95 mln zł, z Centralnego Funduszu Rozwoju Nauki i Techniki, który został zlikwidowany przez ten pierwszy – nazwijmy to – niekomunistyczny rząd. I te oraz następne środki, które uzyskaliśmy z prywatyzacji spółek Skarbu Państwa, pozwoliły zainwestować w fundację i wszystkie zyski przekazać właśnie polskiej nauce – mówi prof. Maciej Żylicz.

W ciągu trzech dekad swojego istnienia FNP przekazała na wspieranie polskiej nauki ponad 1,7 mld zł ze środków własnych i funduszy strukturalnych UE. Przyznała też 12,6 tys. stypendiów, subsydiów i nagród dla naukowców ze wszystkich dziedzin, na wszystkich etapach kariery naukowej. Ta główna, najważniejsza trafiła w tym roku w ręce czwórki wybitnych naukowców: prof. Bożeny Kamińskiej-Kaczmarek, prof. Jacka Jemielity, prof. Grzegorza Pietrzyńskiego i prof. Cezarego Cieślińskiego.

– Prof. Bożena Kamińska-Kaczmarek od wielu lat pracuje nad złośliwymi nowotworami, jakimi są glejaki. Odkryła, że komórki, które otaczają ten nowotwór, są tak przez niego przeprogramowane, że zaczynają pomagać mu w przeżyciu – i właśnie dlatego glejak jest tak złośliwy. Jeśli zobaczymy, w jaki sposób rozmawiają między sobą komórki nowotworowe, to być może w przyszłości będziemy mogli znaleźć nowy lek – mówi prezes Fundacji na rzecz Nauki Polskiej.

Kolejny z laureatów, prof. Jacek Jemielity, został wyróżniony za opracowanie chemicznych modyfikacji mRNA jako narzędzi do zastosowań terapeutycznych i badań procesów komórkowych. Prof. Cezary Cieśliński z Wydziału Filozofii Uniwersytetu Warszawskiego otrzymał Nagrodę Fundacji na rzecz Nauki Polskiej 2021 w obszarze nauk humanistycznych i społecznych za rozwiązanie kluczowych problemów deflacjonistycznej teorii prawdy. Z kolei prof. Grzegorz Pietrzyński z Centrum Astronomicznego im. M. Kopernika PAN w Warszawie został uhonorowany w obszarze nauk matematyczno-fizycznych i inżynierskich za precyzyjne wyznaczenie odległości do Wielkiego Obłoku Magellana.

– Dzięki temu można było policzyć parametry kinetyczne rozszerzającego się wszechświata i po raz pierwszy bardziej dokładnie określić, w jaki sposób w ogóle ten wszechświat powstał po Wielkim Wybuchu i się cały czas rozszerza – mówi prof. Maciej Żylicz.

**ŹRÓDŁO: NEWSERIA.PL, OPR. BAR**

eprasa.pl 7c16e6fc08

7 STYCZNIA 2022

## Transmisja z Metropolitan Opera w Nowym Jorku: J.Massenet – „Kopciuszek”

**Olsztyn**

Przygotowana z myślą o całej rodzinie operowa wersja klasycznej bajki o Kopciuszku, prześladowanej przez złą macochę dziewczynce, która dzięki szczypcie magii trafia na królewski bal i znajduje miłość swojego życia. Tytułową rolę zaśpiewa mezzosopranistka Isabel Leonard. Oprócz niej na scenie wystąpią Emily D'Angelo jako Książę, Jessica Pratt jako Wróżka Chrzestna, a także Stephanie Blythe i Laurent Naouri. Dyryguje Emmanuel Villaume.

Obsada: Isabel Leonard (Kopciuszek), Emily D'Angelo (Książę), Jessica Pratt (Wróżka Chrzestna), Stephanie Blythe (Madame de la Haltière), Laurent Naouri (Pandolfe).

**Czas trwania: 107 minut. Początek: godz. 18:00**
**Sala koncertowa Filharmonii Warmińsko-Mazurskiej**

7 STYCZNIA

## Koncert Haliny Mlynkovej

**Mrągowo**

Kulturalny Nowy Rok 2022 rozpocznie się w Mrągowie kolędowym koncertem Haliny Mlynkovej.

Impreza odbędzie się w Mrągowskim Centrum Kultury o godz. 18.00. Artystka będzie promować album „Adeste Fideles”. — Świąteczny koncert Haliny Mlynkovej to wieczór pełen magii i pięknych dźwięków, wigilijna opowieść, utkana ze wspomnień, tęsknot i... marzeń. Na koncercie w Mrągowie wybrzmią ulubione kolędy artystki w wyjątkowych aranżacjach: „Cicha noc”, „Przybieżeli do Betlejem”, „Mędrcy Świata”, „Dzisiaj w Betlejem”, a także tytułowa, jedna z najstarszych kolęd „Adeste Fideles”. W programie poza kolędami usłyszymy utwory o tematyce świątecznej ze słowami taty artystki – Władysława Mlynka a także utwór, którego jest współautorką - „Aniołowie” — zachęcają organizatorzy.

**Informacje o biletach można znaleźć na stronie internetowej Mrągowskiego Centrum Kultury.**

8 STYCZNIA

## Narodowy Balet Ukrainy „Virski”

**Olsztyn**

To jeden z najlepszych zespołów artystycznych świata. Już od chwili swego powstania w 1937 r. wzbudzał olbrzymie emocje wśród widzów, nie tylko za sprawą artystycznej awangardy i wizjonerskich pomysłów, ale przede wszystkim za perfekcjonizm.

Tradycyjne tańce ludowe w nowych choreografiach : Hopak, Sestry, Lalki czy My z Ukrainy otrzymały ponadczasowy status niedoścignionego wzoru połączenia folkloru ze współczesnością przy użyciu niepowtarzalnego kolorytu, ekspresji i dynamiki. Mistrzostwo artystów i przebogaty repertuar doprowadzają widzów do stanów euforycznych, co setki razy było podkreślane przez prestiżowe pisma w ponad 70 krajach.

**Koncert odbędzie się w olsztyńskiej filharmonii.**

DO 9 STYCZNIA

## Wystawa „Wracam do siebie”

**Olsztyn**

W sali kameralnej Galerii Sztuki BWA w Olsztynie można oglądać wystawę Violetty Kulikowskiej-Parkasiewciz „Wracam do siebie”. Wystawa jest czynna dla zwiedzających w godzinach otwarcia galerii 11.00-19.00 (poza poniedziałkiem) do 9 stycznia.

Violetta Kulikowska-Parkasiewicz urodziła się w 1970 r. w Świdwinie. W roku 1995 uzyskała dyplom w zakresie grafiki na Wydziale Sztuk Pięknych UMK w Toruniu pod kierunkiem prof. Leszka Kiljańskiego. W 2002 r. uzyskała kwalifikacje I stopnia na Wydziale Grafiki ASP w Warszawie. Tam też w 2014 r. uzyskała stopień doktora habilitowanego w zakresie sztuk plastycznych w dyscyplinie sztuki piękne. Obecnie pracuje na stanowisku profesora uczelni w Instytucie Sztuk Pięknych UWM w Olsztynie.

DO 15 STYCZNIA

## Wystawa „Wróćmy na jeziora”

**Szczytno**

Zapraszamy do obejrzenia wystawy zorganizowanej w ramach Roku Krzysztofa Klenczona w Miejskiej Bibliotece Publicznej w Szczytnie. Wystawa składa się z 12 grafik zawierających fragmenty piosenek z repertuaru Krzysztofa Klenczona oraz zespołów, w których występował. Na każdej planszy umieszczony jest kod QR z piosenką.

DO 17 STYCZNIA

## 15-lecie Warmińsko-Mazurskiego Stowarzyszenia „Areszt Sztuki”

**Olsztyn**

Stowarzyszenie powstało w celu promocji regionalnych przedsięwzięć twórczych oraz prowadzenia działalności integrującej środowisko artystyczne. Do Stowarzyszenia należy ponad 40 członków. Artyści, ludzie kultury z Olsztyna i regionu, większość z nich to uznani twórcy, laureaci konkursów ogólnopolskich i międzynarodowych, z dużym dorobkiem.

Teraz w Olsztyńskim BWA możecie państwo zobaczyć ich prace. Galeria Sztuki BWA w Olsztynie jest czynna: wtorek - czwartek 10:00 - 18:00 / piątek - niedziela 11:00 - 19:00.

23 STYCZNIA

## Koncert rodzinny ze Smokiem Kwintusiem i Fermatką – Let It Snow

**Olsztyn**

Mikołaj Ostrowski, Patrycja Rogalska – wokal, Warmia Brass Quintet w składzie: Szymon Kamrowski, Miłosz Kaczmar – trąbka, Paweł Szulc – waltornia, Aleksander Miśnikiewicz – puzon, Grzegorz Dybała – tuba, Aleksander Ostrowski, Wojtek Natkaniec – instrumenty perkusyjne.

Prowadzenie koncertu: Katarzyna Kropidłowska – Fermatka, Mateusz Mikosza – smok Kwintuś

W programie m.in.:

Czajkowski „Dziadek do Orzechów” (fragmenty)

i piosenki świąteczne (Jingle Bells, White Christmas, Santa Claus is coming to town, Let it snow i wiele innych)

Warmia Brass Quintet

Pojawiliśmy się na olsztyńskiej ziemi już dawno, kilkanaście lat temu, ale skupialiśmy się głównie na sztuce, muzyce, koncertach, a nie promocji. Czasy się zmieniają, wymagania również, a zatem i my chcemy wyjść z nią w szeroki świat.

Pod nazwą Warmia Brass Quintet kryje się zespół kameralny, złożonym z pięciu muzyków, grających na instrumentach dętych blaszanych, pracujących na co dzień w Filharmonii Warmińsko-Mazurskiej.

Skład zespołu zmieniał się i ewoluował. Finalnie tworzą go świetni muzycy współpracujący z instytucjami kultury, szkołami oraz orkiestrami w całej Polsce. W skład zespołu wchodzą: Szymon Kamrowski, Miłosz Kaczmar – trąbki, Paweł Szulc – róg, Aleksander Miśnikiewicz – puzon oraz Grzegorz Dybała – tuba.

**Miejsce: Sala koncertowa Filharmonii, godzina 11:00**

26 STYCZNIA

## Promocja dziewiątego zeszytu poetyckiego z serii Trilinguis wydanego przez WBP w Olsztynie

**Olsztyn**

Tym razem w tej serii biblioteka prezentuje wiersz Andrzeja Zubkowicza. Autor wybrał do publikacji utwór „Lubił czytać”, który został przetłumaczony na języki angielski i niemiecki. Ze względu na panującą obecnie sytuację epidemiologiczną zapraszamy do udziału online w spotkaniu. Rozmowę poprowadzi Marek Barański, który opublikował swój wiersz w serii Trilinguis jako pierwszy w 2013 roku. Gościem specjalnym będzie drukarz Marek Gardzielewski.

Seria „Trilinguis” to pomysł WBP na promocję poetów z regionu oraz prezentację tłumaczy z różnych krajów. Ta niezwykła publikacja zawierająca jeden wiersz w trzech językach powstała w Pracowni Starych Technik Drukarskich WBP w Olsztynie przy współudziale drukarza Marka Gardzielewskiego. Współpracował on z WBP przy wszystkich wydaniach serii. Do tej pory ukazało się osiem zeszytów z utworami Marka Barańskiego, Alicji Bykowskiej-Salczyńskiej, Kazimierza Brakonieckiego, Wojciecha Kassa, Zbigniewa Chojnowskiego, Krzysztofa D. Szatrawskiego, Bożeny Kraczkowskiej oraz Mirosława Słapika. Publikacja drukowana jest techniką wypukłodruku. Całości dopełnia subtelne tłoczenie na okładce charakteryzujące serię. To bibliofilski rarytas wydany w nakładzie 150 ręcznie numerowanych egzemplarzy.

**Spotkanie odbędzie się od 17 do 18 na Facebooku: https://www.facebook.com/WBPOlsztyn**

STYCZEŃ

## Muzeum Budownictwa Ludowego

**Olsztynek**

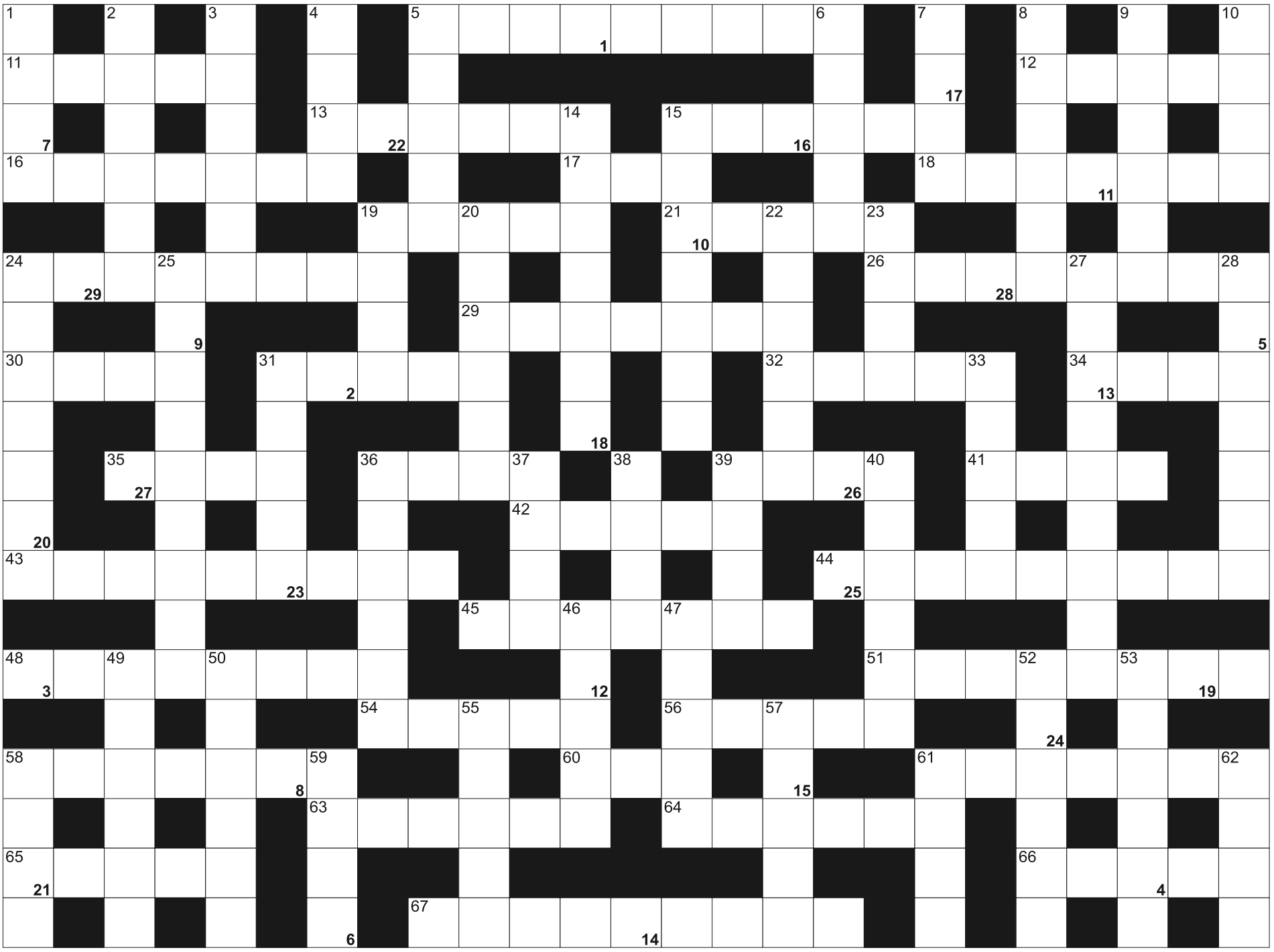
W Muzeum Budownictwa Ludowego – Parku Etnograficznym w Olsztynku można obejrzeć wyjątkowe aranżacje nawiązujące do ludowych tradycji świątecznych z Mazur, Warmii i Powiśla.

W chałupie mazurskiej oddano klimat okresu oczekiwania na narodziny Jezusa z tradycyjnym wieńcem adwentowym i „kątem dla wędrujących dusz”. W powiślańskiej zagrodzie zobaczyć można stół z tradycyjnym nakryciem i świątecznymi potrawami. Świątecznej atmosfery sprzed ponad stu lat dopełnia choinka i postać przynoszącego dzieciom prezenty Pikolusa. Wystawa tradycji warmińskiej odwołuje się do ostatniego dnia grudnia, który nazywano wówczas zilijo. W nawiązaniu do tamtych lat zaaranżowano tutaj m.in. stół noworoczny z tradycyjną breją i nowolatkowym ciastem. W rogu izby, jak dawniej stoi symboliczny snopek zboża, są tutaj rogale, czyli świąteczni przebierańcy z szemlem – „warmińskim lajkonikiem”, który rozdawał dzieciom prezenty. Wystawy te można oglądać do końca stycznia.

Muzeum Budownictwa Ludowego – Park Etnograficzny w Olsztynku, w sezonie zimowym czynne jest od wtorku do niedzieli w godz. 10:00 – 15:00. W tym roku obiekty dużej i małej architektury wiejskiej z Warmii, Mazur, Powiśla i Małej Litwy zobaczyć można z zewnątrz jak i w środku. Muzeum udostępnia 31 stałych ekspozycji.

eprasa.pl 7c16e6fc08

# Krzyżówka klasyczna z hasłem



**Litery z pól ponumerowanych od 1 do 29, utworzą rozwiązanie - przysłowie:**

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

**POZIOMO:** 5) barwnik z kurkumy; 11) najwyższy wulkan Kostaryki; 12) złudzenie, iluzja; 13) dawna marka sprzętu AGD z Rzeszowa; 15) w drzwiach; 16) owczy twaróg z Podhala; 17) Alicja dla kolegów; 18) telegram inaczej; 19) mieszkał w lampie Aladyna; 21) Jessica Parker, aktorka; 24) ogromne rysunki na Ziemi; 26) autor "Brzydkiego kaczątka"; 29) Aimee, autorka "Dom u rozstajnych dróg"; 30) autor "Doktora Faustusa"; 31) myospalax, gryzoń; 32) Daniel, brytyjski odtwórca roli Bonda; 34) część dolara; 35) złoty jaź, ryba; 36) będą z nich kwiaty; 39) pruski na obrazie Matejki; 41) wyraz twarzy; 42) do pisania na tablicy; 43) puste, niewykorzystywane mieszkanie; 44) "Szklana ...", dramat Tennessee Williamsa; 45) Bilbo i Frodo u Tolkiena; 48) zupa z krwi kaczki; 51) obsadzanie stanowisk rodziną; 54) rybie gody; 56) Jasieński, polski poeta; 58) Pan z długim zarostem; 60) dziewiętnasta litera alfabetu greckiego; 61) chorobliwy podpalacz; 63) mniejsza od miasta; 64) fortepianowa lub księżycowa; 65) angielski w szkole; 66) Jurko, kozak z "Ogniem i mieczem"; 67) ostatni władca Azteków.

**PIONOWO:** 1) zimno, chłód; 2) lokal dla hazardzistów; 3) pies, mieszaniec; 4) odprawiana w kościele; 5) mieszana technika artystyczna; 6) siły zbrojne; 7) mucha lub osa; 8) dobrzy koledzy; 9) przepych, zbytek; 10) pensja, wypłata aktora; 14) miasto Jensa Otto Kraga; 15) cienka tkanina z koziej wełny; 19) rzucał nim Piotr Małachowski; 20) dawny czajnik; 22) amerykańskie gospodarstwo; 23) siedziba rządu Niderlandów; 24) wulkanizator potocznie; 25) wytwarza prąd; 27) ocenia książki i spektakle; 28) córka Czesława Niemena; 31) kot trzcinowy; 33) recepturka; 36) wyższy dostojnik kościelny; 37) składana na tarlisku; 38) sąsiad Francuza i Niemca; 39) Hf dla chemika; 40) stolica Saksonii; 46) potocznie o jaskini; 47) sześciokątny śrubokręt; 49) nadmierna, wyłączna miłość do siebie; 50) opiekunka do dzieci; 52) żytnie lub pszenne łuski; 53) motocykl z Japonii; 55) delfin szary inaczej; 57) wyspa ze Świnoujściem; 58) zespół Beaty Kozidrak; 59) papirusowy rulon; 61) zapinane w samochodzie; 62) Fatos, były premier Albanii.

## SUDOKU

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

004

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

005

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

006

eprasa.pl 7c16e6fc08

Szukasz klientów?

Wybierz nas!

Wybierz profesjonalistów

docieramy do 1400000 odbiorców

wykorzystujemy zaawansowane sposoby emisji i targetowania reklam

dostarczymy Twoją ofertę do potencjalnych klientów na najpopularniejszych nośnikach

zapewniamy pełne raportowanie efektów przeprowadzonych działań

GAZETA OLSZTYŃSKA.pl

(89) 539-74-46, reklama@wm.pl

mp-xxpo-7491-2x8a-M


## ZWIERZĘTA

### sprzedam

**KACZKI** BIEGUSY CZUBATE. Tel.796-954-090

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

## NIERUCHOMOŚCI

### sprzedam

**DZIAŁKI** budowlane na granicy miasta Ełk, Bartosze, 608-452-972

**MAGAZYN** zbożowy z działką 2ha w terenie zabudowanym Drygały koło Białej Piskiej, 608-452-97

**STOWARZYSZENIE** Prywatnych Właścicieli Domków Wypoczynkowych Usytuowanych nad Jeziorem Wielkie Partęczyny, k. Tereszewa,13-314 Tereszewo 90B,ogłasza pierwszy pisemny konkurs ofert nieograniczony na sprzedaż ruchomości stanowiących własność Stowarzyszenia, regulamin konkursu oraz pełna treść ogłoszenia dostępna jest na stronie internetowej www.osrodekparteczyny.pl

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

**ZIEMIĘ** rolną 80ha w jednym kawałku Skomack Wielki, okolice Ełku, 608-452-972

### kupię

**KUPIĘ** dom w Elblągu lub w okolicach w promieniu 10-15km, bez pośredników, 664-475-480.

**KUPIĘ** nieduże mieszkanie w bloku, tel. 509-920-466

**KUPIĘ** ZA GOTÓWKĘ- mieszkanie, nieruchomość, działkę. Może być do remontu lub zadłużona, POMOGĘ w spłacie długu. ZAPŁACĘ 4000zł za informację o takiej nieruchomości. 661-435-785

## PRACA

### dam pracę

**CE** Kierowca TIR-a trasy międzynarodowe, tel. 570-699-294

**FERMA** indyków, 668-047-381

**FIRMA** REMAX (KRAZ: 7765) oferuje pracę w Niemczech bez znajomości języka niemieckiego. Załadunek paczek kurierskich, sortowanie surowców wtórnych, pracownicy śmieciarek. Zapewniamy zakwaterowanie i transport. Premie do 250 euro., Tel. 727 001 705 www.remax-praca.pl

**GOSPOSIĘ** do prowadzenia domu w Konstancinie koło Warszawy, 608-452-972

**KUCHARZ** i pomoc kuchenna, 606-643-429 krys-stan@wp.pl

**POMOC** DENTYSTYCZNA, CV ZE ZDJĘCIEM NA mail: kontakt@m.dent.olsztyn.pl

**PRACA** w gospodarstwie rolnym z zakwaterowaniem , 662-057-647

**PRACA** w gospodarstwie rolnym, 695-522-200

**PRACA** w gospodarstwie rolnym, wysokie wynagrodzenie, 695-616-300

**PRACOWNIK** fizyczny, Dorotowo, 503-103-703

**PRACOWNIKA** do hodowli bydła, okolice Ełku, 608-452-972

**PRACOWNIKA** do obsługi koparkoładowarki Cat w okolicach Ełku, dowolne godziny pracy, wynagrodzenie do uzgodnienia, 608-452-972

**PRZYCHODNIA** „Hipokrates" zatrudni osobę do sprzątania kontakt ul. Dworcowa 4A, Olsztyn. (89)533-56-63

**TRAKTORZYSTĘ,** okolice Ełku, 608-452-972

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

**ZOOTECHNIKA;** okolice Ełku, 608-452-972

## USŁUGI

### budowa | remont

**HYDRAULIK,** 501-209-794

**KOPARKA** Long Reach 16m, 889-321-899

**MALOWANIE,** szpachlowanie, glazura, 782-241-921

**MALOWANIE,** tapetowanie, glazura, 793-164-163

**SZALÓWKA,** podłoga, boazeria, sztacheta, taras; Tartak Żarnowo k. Augustowa, 693-491-205.

**WYCINKA** drzew niebezpiecznych, 889-321-899

### inne

**SZYCIE** kołder, 665-434-450

## RÓŻNE

### sprzedam

**!GARAŻE** BLASZANE, NOWOCZESNE WIATY, 798-710-329, 698-230-205.

**SPRZEDAM** krokwie nowe, 539-471-729

## ROLNICTWO

### zwierzęta hodowlane

**BYK** Limousine 100% na rozpłodnika, 608-452-972

**KURY** Młode Nioski, Od Hodowcy, Szczepione, Dowóz, TANIO, 502-031-298

---

Panu **Tomaszowi Raczkowskiemu**

wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

**Mamy**

składają koleżanki i koledzy
z Zarządu Dróg Wojewódzkich w Olsztynie

6122opb1-A -P

---

Koleżance

**Joli Badurze**

wyrazy szczerego współczucia z powodu śmierci

**Taty**

składają koleżanki i koledzy
z chóru Collegium Baccalarum wraz z dyrygentką

7422opb1-A -P

---

Koleżance

**Agnieszce Stripling**

wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

**Taty**

składają koleżanki
z Pracowni Immunologii Transfuzjologicznej
szpitala wojewódzkiego w Olsztynie

7822opb1-a-M

---

*Życie to czas, w którym szukamy Boga.*
*Śmierć to czas, w którym Go znajdujemy.*
*Wieczność to czas, w którym Go posiadamy...*

Św. Franciszek Salezy

380-mp-otbr-6786a-M

---

Wyrazy głębokiego żalu i współczucia
oraz słowa otuchy

gen. dyw. w st. spocz.

**Piotrowi Makarewiczowi**

z powodu śmierci

**Żony**

składa rodzina Dziobów

422see1-a-M

---

Wyrazy głębokiego współczucia

Panu

mgr. **Jackowi Iciaszkowi**

z powodu śmierci

**Mamy**

składają
Senat, Rektor i pracownicy
Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej
w Elblągu

322see1-A -P

eprasa.pl 7c16e6fc08

4522opb1-A -P

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że 5 stycznia 2022 r.
zmarł Nasz Kochany Mąż, Tata, Dziadek, Brat i Wujek

## ś. † p. Michał Tymofiejczyk

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się 10 stycznia 2022 r. (poniedziałek) o godz. 11.15 w kaplicy przy ul. Mariańskiej, skąd o godz. 11.45 nastąpi wyprowadzenie na mszę świętą pogrzebową do kościoła pw. św. Wojciecha przy ul. Gałczyńskiego. Ceremonia pochowania odbędzie się na cmentarzu komunalnym w Dywitach.

Pogrążona w żałobie rodzina

7622opb1-a-M

Z rozpaczą zawiadamiam,
że 5 stycznia 2022 r. zmarła moja Żona, Przyjaciółka

## ś. † p. Alicja Kamińska

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się
11 stycznia 2022 r. o godz. 10.00 Mszą Świętą w kościele pw. Najświętszego Serca Pana Jezusa przy ul. Kopernika, po której nastąpi wyprowadzenie na cmentarz komunalny przy ul. Poprzecznej.
Leszek

7522opb1-a-M

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

## Halinie Zińczuk-Kozak

wyrazy głębokiego współczucia i słowa otuchy
z powodu śmierci

**Taty**

składają pracownicy
Oddziału Noworodków i Wcześniaków
Miejskiego Szpitala Zespolonego w Olsztynie

6522opb1-a-M

Brak nam słów, by opisać żal i współczucie,
jakie w tej chwili czujemy
po śmierci naszego kolegi i wieloletniego pracownika

## Krystiana Samborskiego

Wyrazy głębokiego współczucia

**Rodzinie i Bliskim**

składają Zarząd i Pracownicy
firmy Total Pack Sp. z o.o. Unicorn Sp. z o.o.

7722opb1-A -P

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

Z głębokim żalem i bólem
przyjęliśmy informację o śmierci

naszej Koleżanki

## lek. Marii Świetlik

Przez wiele lat związana
z Warmińsko-Mazurską Izbą Lekarską,
współtwórca reaktywacji
samorządu lekarsko-dentystycznego,
chirurg onkolog o wielkim sercu,
równie wielkich zasługach,
zawsze życzliwa i odpowiedzialna.

Na zawsze pozostanie w naszej pamięci...

Koleżanki i Koledzy
z Warmińsko-Mazurskiej Izby Lekarskiej
w Olsztynie

8022opb1-A -P

Koledze **Kazimierzowi Samborskiemu**

wyrazy najgłębszego współczucia z powodu śmierci

**Syna**

składają koleżanki i koledzy z ELF TAXI

5622opb1-A -P

Z ogromnym żalem przyjęliśmy wiadomość o śmierci

## dr Marii Świetlik

doświadczonego lekarza orzecznika, z którą razem tworzyliśmy pierwszy w Olsztynie Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności.

Serdeczne wyrazy współczucia

**Rodzinie**

składają Dyrektor wraz z pracownikami
Miejskiego Zespołu ds. Rehabilitacji Zawodowej i Społecznej
Osób Niepełnosprawnych w Olsztynie

6822opb1-a-M

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

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

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

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

Biuro Ogłoszeń, OLSZTYN, plac Józefa Bema 5
czynne w godz. 7.00-15.00
soboty – nieczynne
tel. 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-M

7 stycznia 2021 r. o godz. 19.00 w olsztyńskiej katedrze
pod wezwaniem Świętego Jakuba
odbędzie się msza święta
w intencji zmarłego 9 grudnia 2021 r.

## dr. hab. Lechosława Ragana

prof. UWM.

Serdecznie zapraszamy.
Rodzina

5222opb1-A -P

*Ja jestem drogą, prawdą i życiem.*
*Nikt nie przychodzi do Ojca inaczej jak tylko przeze mnie.*
Św. Jan

Pani

## Danieli Pałubińskiej

wyrazy szczerego współczucia i słowa otuchy
w trudnych chwilach po stracie

**Taty**

składają Prezes, Wiceprezes, Dyrektor, sędziowie
i pracownicy Sądu Okręgowego w Olsztynie

7122opb1-a-M

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

eprasa.pl 7c16e6fc08

# W PISZU ROŚ-NIE NADZIEJA

**KOSZYKÓWKA** Roś w debiutanckim sezonie w II lidze punktuje z trudem, ale w klubie nie tracą nadziei. – Przed nami kluczowe mecze, dlatego uważam, że z tygodnia na tydzień będziemy grać lepiej – mówi kapitan piskiego zespołu Mateusz Bessman.

**– W niedzielę w pierwszym meczu rundy rewanżowej na wyjeździe przegraliście 61:83 z ŁKS Łódź. Raczej nikt nie oczekiwał od was zwycięstwa z wiceliderem tabeli, ale czy to spotkanie może dać nadzieję na skuteczną walkę o utrzymanie w II lidze?**

– Mecz w Łodzi zaczęliśmy z wysokiego C. W pierwszej kwarcie prowadziliśmy już dziewięcioma punktami i gospodarze szybko wzięli czas. Niestety, potem się rozkręcili i z każdą kolejną minutą zaczęli nas dochodzić. Bardzo słabo zagraliśmy ostatnie dwie minuty przed przerwą - ŁKS zdobył wtedy dziewięć punktów z rzędu i zbudował przewagę. Natomiast w drugiej połowie słabo wracaliśmy do obrony i brakowało nam skuteczności. Mimo porażki pokazaliśmy w tym meczu, że idziemy do przodu.

**– Dużo zmieniło się po przyjściu trenera Romana Skrzecza, który objął zespół tuż przed krótką świąteczno-noworoczną przerwą?**

– Mamy już kilka nowych pomysłów na grę i teraz musimy je coraz lepiej realizować. Na pewno pojawią się kolejne. Wierzymy, że po przyjściu nowego trenera, bardzo doświadczonego trenera, który może nam bardzo pomóc, jesteśmy w stanie grać lepiej. Ważne, że w dwóch meczach sparingowych w Białymstoku i w ligowym w Łodzi pokazaliśmy, że możemy zagrać to, czego trener oczekuje. Jednocześnie jednak nie można skreślać byłego trenera Radosława Koniecko, bo oddał nam kawał serca, ale kilka czynników sprawiło, że doszło do zmiany.

**– W Łodzi nie musieliście wygrać, ale w sobotę to już chyba obowiązek, bo podejmiecie MUKS Piaseczno.**

– Tak naprawdę w pierwszej rozmowie z trenerem Skrzeczem było jasno powiedziane, że turniej w Białymstoku (Roś zajął tam trzecie miejsce w stawce czterech drużyn - red.) i mecz w Łodzi to docelowe przygotowania do pierwszego pojedynku w Piszu. To był czas, w którym mieliśmy pokazać trenerowi swoje umiejętności i jednocześnie ćwiczyć nowe założenia.

WIADOMO, ŻE SOBOTNI MECZ TO PIERWSZY Z TYCH KLUCZOWYCH W WALCE O UTRZYMANIE W LIDZE. ZDAJEMY SOBIE SPRAWĘ, ŻE W POPRZEDNIEJ RUNDZIE PRZEGRALIŚMY KILKA SPOTKAŃ, KTÓRE POWINNIŚMY WYGRAĆ. DZISIAJ SYTUACJA WYGLĄDA TAK, ŻE Z PIASECZNEM MUSIMY ZAGRAĆ O ZWYCIĘSTWO, A POTEM ZAPUNKTOWAĆ Z INNYMI RYWALAMI, KTÓRYM ULEGLIŚMY NAPRAWDĘ MINIMALNIE.

**– Pierwsza runda była rozczarowaniem?**

– Niedosyt pozostał, bo moim zdaniem mogliśmy wygrać nawet pięć meczów więcej i wtedy byłaby zupełnie inna rozmowa. Dalej pracowalibyśmy z trenerem Radosławem Koniecko i byśmy się cieszyli, że ciężka praca przyniosła efekty.

**– Roś jest absolutnym debiutantem w II lidze, poza tym niewielu jego zawodników miało doświadczenie na tym poziomie. Wiedzieliście, czego się spodziewać po tych rozgrywkach?**

Fot. Łukasz Szymański

Mateusz Bessman - wychowanek i kapitan Rosia - w 15 meczach zdobył 185 punktów

– Pójdę jeszcze krok dalej, twierdząc, że nasz udział w II lidze to coś zupełnie nowego w Piszu. Chcieliśmy spróbować, bo w naszym mieście mało dzieje się w sporcie na fajnym poziomie. Po poprzednim udanym sezonie w III lidze uznaliśmy, że warto odważnie zrobić krok do przodu. Myślę, że pod względem organizacyjnym, jak na pierwszy rok, nie wygląda to źle, bo choć w klubie działa tylko kilka osób, to wszyscy wkładają dużo sił. A sportowo? Naprawdę wierzę, że zagramy w II lidze także w przyszłym sezonie. A jeśli nie, to kilku zawodników pokaże się z dobrej strony, zasłuży na grę w innych zespołach i będzie rozwijać się gdzieś indziej.

**– Zbigniew Bessman, czyli prezes klubu i twój tata, mówił niedawno, że to twoje kontakty z Pomorza pozwoliły w dużym stopniu zbudować zespół. Jak zatem ocenisz transfery okiem agenta?**

- Myślę, że pozytywnie (śmiech). Rzeczywiście namówiłem kilku kolegów, z którymi grałem wcześniej, żeby przyjechali na Mazury i spróbowali gry w II lidze. No i wszyscy wkładają dużo pracy w treningi i mecze. Szymon Ćwikliński „odpalił" momentalnie i bardzo szybko dostał propozycję gry w I lidze, więc nasz klub nie robił mu żadnych problemów. Wiem, że były takie założenia, że jeśli nie poradzi sobie w SKS Starogard Gdański, to może do nas wrócić, ale z meczu na mecz gra tam coraz lepiej (w 17. kolejce I ligi SKS wygrał 77:52 z Pelplinem, a Ćwikliński zdobył 11 punktów - red.). Wszyscy mu kibicujemy. Myślę, że dla Szymona jest piękna nagroda za to, że zdecydował się na grę w Rosiu, bo był dla nas wzorem pracy na treningach, a zarazem pokazał, że każdy z nas ma jeszcze szanse zagrać wyżej. Powtarzał nam to trener Koniecko, a teraz bardzo mobilizuje nas trener Skrzecz, widząc potencjał poszczególnych zawodników. Na przykład Szymon Urbański miał już okazję zadebiutować w Energa Basket Lidze, poznawał koszykówkę na najwyższym poziomie w Polsce, więc z pewnością ma świadomość, że dobra gra w II lidze może być dla niego trampoliną.

**– W jednym z grudniowych meczów w wyjściowej piątce było aż czterech wychowanków Rosia, co świadczy o tym, że klub bardzo dobrze szkoli dzieci i młodzież.**

– Jakiś czas temu rozjechaliśmy się po Polsce, bo ja trafiłem do Politechniki Gdańsk, a potem dołączył do mnie Szymon Zalewski. Patryk i Michał Zapertowie byli na Śląsku, a Jakub Stanisławajtys kilka lat występował w Olsztynie. Ze względu na pandemię znów mamy okazję znów trenować razem w Piszu, choć wciąż studiujemy w Gdańsku. Jesteśmy chyba ostatnim rocznikiem Rosia, który w kategoriach młodzieżowych pokazywał się z sukcesami na arenie ogólnopolskiej, ale praca z dziećmi w klubie cały czas trwa. Mamy w Piszu kilku naprawdę doświadczonych trenerów, który uczą podstaw koszykówki.

Problemem wielu klubów w regionie jest brak zespołów seniorskich, ale po prostu trudno zatrzymać wychowanków, którzy chcą łączyć grę w koszykówkę ze studiami. Nasz klub się na to zdecydował, mimo że mamy trudniej niż zespoły z Pomorza, Warszawy czy innych dużych miast.

Teraz treningi w Rosiu prowadzi m.in. dwóch zawodników, których dzieci mogą oglądać na boiskach II ligi. Mam nadzieję, że to także przyczyni się do rozwoju klubu, że będzie większe zainteresowanie koszykówką w mieście i powstaną nowe drużyny.

*** 17. kolejka:** Roś Pisz - MUKS Piaseczno (sobota, godz. 18), Ochota Warszawa - Kolejarz Basket Radom, Akademia Koszykówki Legii Warszawa - AZS UJK Kielce, Żubry Chorten Białystok - Trójka Żyrardów, Tur Basket Bielsk Podlaski - Sokół Grupa Avista Ostrów Maz., Energa Hutnik Warszawa - ŁKS Coolpack Łódź, Polonia Warszawa - Legion Legionowo.

**ŁUKASZ SZYMAŃSKI**

**PO 16 KOLEJKACH**

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1. Polonia | 14-0 | 28 | 1269:857 |
| 2. ŁKS | 13-2 | 28 | 1558:1151 |
| 3. Żubry | 13-2 | 28 | 1197:1080 |
| 4. Tur | 12-3 | 27 | 1341:1058 |
| 5. Sokół | 9-5 | 23 | 1252:1090 |
| 6. Legia | 8-6 | 22 | 1168:1153 |
| 7. Isetia | 7-8 | 22 | 1222:1279 |
| 8. Hutnik | 7-8 | 28 | 1245:1332 |
| 9. Kolejarz | 6-9 | 21 | 1186:1275 |
| 10. AZS Kielce | 5-10 | 12 | 1216:1272 |
| 11. Ochota | 6-8 | 20 | 1063:1217 |
| 12. Piaseczno | 3-12 | 18 | 1065:1272 |
| 13. Legion | 3-12 | 18 | 1059:1297 |
| **14. Roś** | **2-13** | **17** | **1164:1327** |
| 15. Trójka | 2-12 | 16 | 1055:1301 |

## SPORT W TV

*** Biathlon.** Puchar Świata w Oberhofie: bieg sprinterski mężczyzn i kobiet (11.20, 14.10 Eurosport 1, 11.30 Polsat Sport News, 14.05 Polsat Sport)

*** Kombinacja norweska.** Puchar Świata w Val di Fiemme: sztafeta mieszana (13.05 Eurosport 1)

*** Łyżwiarstwo szybkie.** Mistrzostwa Europy w wieloboju (18.50 Eurosport 2)

*** Narciarstwo dowolne.** Puchar Świata w Tremblant: jazda po muldach (20 Polsat Sport News)

*** Piłka nożna.** Liga francuska: Girondins Bordeaux - Olympique Marsylia (20.55 Canal+ Sport, 20.55 Eleven Sports 2); Puchar Anglii: Swindon - Manchester City (20.55 Eleven Sports 1)

Fot. Paweł Piekutowski

*** Piłka ręczna.** Turniej Spanish International: Polska - Iran (19.50 TVP Sport)

*** Siatkówka.** Tauron Liga: ŁKS Commercecon Łódź - Developres Rzeszów (17.30 Polsat Sport); PlusLiga: ZAKSA Kędzierzyn-Koźle - Cerrad Enea Czarni Radom (20.30 Polsat Sport)

*** Siatkówka plażowa:** Turniej King of the Court w Ad-Dausze (13, 13.35, 14.10, 15.30, 16.50, 18.30, 19.50 Sportklub)

*** Skeleton.** Puchar Świata w Winterbergu: 1. i 2. przejazd mężczyzn (10, 11.45 Polsat Sport Extra), 1. i 2. przejazd kobiet (14.30, 16 Polsat Sport Extra)

*** Tenis.** ATP Cup: półfinały (9, 11 Polsat Sport)

**DAD**

eprasa.pl 7c16e6fc08

# START WRACA DO LIGI

**PIŁKA RĘCZNA**\\\ W 1/16 finału Pucharu Polski Start wygrał w Legnicy, natomiast w sobotnim meczu Superligi elblążanki zagrają w Jarosławiu.

*** Dziewiątka Legnica - Start Elbląg 34:51 (18:21)**
**START:** Pająk, Żarnoch - Kostuch 10, Stapurewicz 8, Dworniczuk 6, Głębocka 5, Szczepanik 5, Kozak 4, Owczarek 4, Tarczyluk 4, Wołoszyk 4, Choromańska 1, Kopańska, Peplińska, kary: 8 min

Elblążanki wyjechały w dniu meczu, docierając na miejsce dwie godziny przed pierwszym gwizdkiem arbitrów. Start mógł sobie jednak na to pozwolić, bo Dziewiątka to dopiero czwarty zespół grupy B I ligi - do prowadzącego w tabeli Ruchu Chorzów legniczanki tracą 10 punktów.

- Taka daleka podróż musiała jednak wpłynąć na grę naszego zespołu w pierwszej połowie - nie ma wątpliwości drugi trener elblążanek Krzysztof Kotwicki. Mimo zmęczenia po pięciu minutach Start wygrywał 3:0 (trzy trafienia Pauliny Stapurewicz), co prawda po kolejnych pięciu minutach gospodynie zmniejszyły straty do jednej bramki (5:6), ale podopieczne trenera Marcina Pilcha na więcej już im nie pozwoliły. Dwie minuty przed przerwą - po strzałach Stapurewicz i Ewy Kostuch - elblążanki odskoczyły na pięć goli (16:21), ale w końcówce dały sobie rzucić dwie bramki.

Dopiero po przerwie zespół z Elbląga wrzucił wyższy bieg, zdobywając sześć bramek z rzędu. Tym samym losy awansu zostały rozstrzygnięte.

Fot. Ryszard Biel

W pierwszej rundzie w Elblągu Eurobud wygrał 24:18

W innym spotkaniu Piotrcovia wygrała 43:13 (19:6) z Otmętem Krapkowice. Pozostałe mecze 1/16 finału PP odbędą się 12 stycznia.

Występ w Pucharze Polski był tak naprawdę jedynie wstępem do ligowego meczu w Jarosławiu, w którym w sobotę o godz. 15 elblążanki zagrają z miejscowym Eurobudem.

Tym samym zakończyła się siedmiotygodniowa przerwa w rozgrywkach Superligi spowodowana występami reprezentacji Polski na mistrzostwach świata w Hiszpanii.

W czasie ligowej przerwy Start nie próżnował. Podopieczne trenera Pilcha testowały formę, rozgrywając sparingi z pierwszoligowcami oraz biorąc udział w świątecznym turnieju w Elblągu o puchar marszałka województwa, w którym zajęły drugie miejsce (wygrała Piotrcovia).

- Rozegrane w trakcie ligowej przerwy mecze pokazały dużą huśtawkę formy naszej drużyny. Było sporo przestojów i niedokładności, więc zespół miał nad czym pracować - stwierdza dyrektor sportowy Startu Andrzej Niewrzawa.

W sobotę elblążanki nie będą jednak faworytem, bowiem Eurobud ma dwa razy więcej punktów od Startu i walczy o trzecie miejsce w Superlidze.

W pierwszej rundzie drużyna z województwa podkarpackiego wygrała w Elblągu 24:18. - Jeśli wykonamy naszą pracę, jaką sobie założyliśmy, to w meczu ze Startem nie powinno być źle - stwierdza trener gospodyń Norweg Reidar Moistad. - Naszym celem jest walka o medal i to zadanie chcemy zrealizować.

Eurobud zagra w najsilniejszym składzie, w którym nie zabraknie reprezentantek Polski (Magda Balsam, Sylwia Matuszczyk i Aleksandra Zimny).

- Ostatnie wyniki Eurobudu budzą szacunek. Mecze z tym zespołem nigdy nie należały do łatwych, więc tak samo będzie i tym razem - nie ma wątpliwości dyrektor Niewrzawa. - Jarosławianki grają bardzo agresywnie, często na pograniczu faulu. Żeby z nimi nawiązać walkę, musimy podejść z maksymalną determinacją. Każdy zdobyty tam punkt będzie naszym sukcesem - kończy Niewrzawa.

*** Inne mecze 12. kolejki:** Zagłębie Lubin - Perła Lublin 28:25 (13:14), **sobota**: Piotrcovia Piotrków Tryb. - Korona Kielce (18), KPR Kobierzyce - Młyny Stoisław Koszalin (17). **JK**

**PO 11 KOLEJKACH**

| | | |
|---|---|---|
| 1. Zagłębie | 33 | 372:288 |
| 2. Perła | 30 | 362:282 |
| 3. Kobierzyce | 18 | 286:264 |
| 4. Eurobud | 18 | 272:291 |
| 5. Piotrcovia | 15 | 274:284 |
| 6. Koszalin | 11 | 250:277 |
| **7. Start** | **9** | **261:316** |
| 8. Korona | 1 | 271:346 |

## SPRINTEM

**PLEBISCYT**\\\ Trwa głosowanie na najpopularniejszych sportowców 2021 roku. Oprócz wyboru „złotej" dziesiątki jednocześnie nasi czytelnicy głosują także w kilkunastu kategoriach sms-owych, dlatego teraz prezentujemy liderów niektórych z nich:

*** Najpopularniejszy Sportowiec Roku:** Daniel Mańkowski (wyścigi motocyklowe, Graften Motorsport/Motoklub Olsztyn)

Fot. Zbigniew Woźniak

*** Biegacz Roku:** Krzysztof Sokół (Bieganie Pod Sokolim Okiem, Olsztyn)

*** Sportowe Wydarzenie Roku:** Utworzenie Alei Sław Olsztyńskiego Sportu

*** Piłkarz Roku:** Daniel Góralski (Kormoran Zwierzewo)

*** Najpopularniejszy Sportowiec Powiatu Olsztyńskiego:** Szymon Stokłos (kolarstwo torowe, SK Stawiguda)

*** Sportowy Talent Roku:** Aleksander Gralewicz (wyścigi motocyklowe, Motoklub Olsztyn)

*** Najpopularniejszy Sportowiec Olsztyna:** Anastazja Kuś (lekka atletyka, AZS UWM Olsztyn)

*** Najpopularniejszy Sportowiec Akademicki:** Łukasz Cudnoch (taekwondo olimpijskie, AZS UWM Olsztyn)

*** Najpopularniejszy Instruktor/Trener Personalny:** Maciej Wyszyński (CrossBoxFit Kętrzyn)

Wszystkie listy kandydatów są na sport.wm.pl, natomiast sms-y wysyłamy na numer 7248 (2,46 zł brutto). **DAD**

61. PLEBISCYT
NA 10 NAJPOPULARNIEJSZYCH SPORTOWCÓW WOJ. WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO

**GŁOSUJĘ NA:**

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

Pełna lista kandydatów dostępna na **www.gazetaolsztynska.pl**
Kupon należy dostarczyć do **14 lutego 2022 r.** na adres: **Grupa WM Sp. z o.o., 10- 364 Olsztyn, ul. Tracka 5, z dopiskiem „Plebiscyt".**

Imię i nazwisko .....
Adres .....
Tel. .....
E-mail: .....

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

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

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

Data i czytelny podpis .....

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

PATRONI HONOROWI

Marszałek Województwa Warmińsko-Mazurskiego Gustaw Marek Brzezin

Starosta Olsztyński Andrzej Abako

2821otbp-B -K


eprasa.pl 7c16e6fc08

W 16. KOLEJCE I LIGI KOSZYKAREK KKS AGAPIT OLSZTYN ZAGRA NA WYJEŹDZIE Z AZS POLITECHNIKA GDAŃSK (NIEDZIELA, G. 13)



# SIŁ STARCZYŁO TYLKO NA SETA

**SIATKÓWKA**\\\ Indykpol AZS po raz drugi w tym sezonie nie dał rady Resovii. I znowu olsztynianie nie wygrali nawet seta, chociaż w pierwszym prowadzili już 19:16, a potem mieli trzy piłki setowe. W sobotę w Iławie kolejny ciężki mecz ze Skrą.

*** Asseco Resovia Rzeszów - Indykpol AZS Olsztyn 3:0 (29, 22, 14)**
**INDYKPOL AZS:** Firlej 1, Jakubiszak 5, Andringa 9, Butryn 12, DeFalco 11, Poręba 4, Gruszczyński (libero)
**MVP:** Paweł Zatorski (Resovia)

Gdy w pierwszym secie Cebulj nadział się na blok, przewaga olsztynian wzrosła do trzech punktów (19:16). Niestety, po chwili na zagrywce pojawił się Muzaj i z 17:19 zrobiło się 20:19 dla Resovii. Co prawda potem Indykpol AZS zdołał odrobić straty i miał nawet trzy piłki setowe, ale nie potrafił postawić kropki nad i. Bo potrzeba było do tego dobrej zagrywki, tymczasem olsztyńska zagrywka była słaba, zła lub beznadziejna. W sumie goście zepsuli aż 9 serwisów, w tym dwa razy przy piłce setowej.

Natomiast rzeszowianie potrafili zagrywką odrzucić gości od siatki, a Muzaj w ważnym momencie zaliczył nawet asa. No i efekt był taki, że to Resovia wygrała do 29.

Po porażce w tak dramatycznych okolicznościach w kolejnym secie bardzo często przegrany zespół nie jest w stanie nawiązać równorzędnej walki. Tak też był w Rzeszowie, bowiem Resovia szybko odskoczyła na cztery oczka (6:2), a potem kontrolowała przebieg wydarzeń na boisku (10:5, 13:8). Co prawda rzeszowska „maszyna" na chwilę trochę się zacięła (13:11), ale „usterka" szybko została usunięta (15:11).

Fot. Mateusz Lewandowski

Torey Defalco zdobył tylko 11 punktów - olsztyński Amerykanin ewidentnie nie miał w Rzeszowie swojego dnia

PO KAŻDYM NIEUDANYM ZAGRANIU SWOICH PODOPIECZNYCH NERWOWO PODSKAKIWAŁ JAVIER WEBER, ARGENTYŃCZYK, KTÓRY ZADEBIUTOWAŁ W ROLI SZKOLENIOWCA INDYKPOLU AZS. A ŻE TYCH NIEUDANYCH ZAGRAŃ BYŁO SPORO, WIĘC WEBER SIĘ NASKAKAŁ NICZYM PORĘBA NA ŚRODKU SIATKI.

DeFalco i Butryn, dwie olsztyńskie „armaty", zbyt często strzelały ślepakami, w tym z zagrywki, a olsztyński blok miał skuteczność... pajęczyny, więc w drugim secie przepuszczał każdy atak rywali. Dla odmiany po drugiej stronie siatki Muzaj mylił się jedynie od święta, więc gospodarze zwyciężyli do 22.

W trzeciej partii przy stanie 8:5 trener olsztynian wziął czas, ale chyba nawet on nie liczył już na odwrócenie losów meczu, ponieważ jego zespołowi po prostu brakowało jakości. No i po powrocie na boisko Kochanowski zablokował Jakubiszaka, atak DeFalco został podbity, a Dero wygrał na siatce z Butrynem i zrobiło się 11:5. Co prawda olsztynianie niespodziewanie się przebudzili (12:10), lecz po chwili DeFalco trzy razy zaatakował w aut i było 19:12. Ewidentnie nie był to dzień Amerykanina, który po każdej kolejnej zepsutej akcji chciał już chyba jak najszybciej znaleźć się w szatni.

Generalnie końcówka meczu to była zabawa gospodarzy i jednocześnie olsztyńska droga przez mękę. W efekcie Resovia w tabeli przeskoczyła Indykpol AZS, jednak na ósmymi Katowicami olsztynianie mają aż 7 punktów przewagi. Podczas najbliższego weekendu formę katowiczan, którzy w środę wygrali w Gdańsku, sprawdzi Resovia, natomiast olsztynianie w Iławie podejmą Skrę (sobota, godz. 14.45). W pierwszej rundzie w Bełchatowie Indykpol AZS przegrał w pięciu setach

Mocnymi punktami Skry są Karol Kłos (z 40 blokami zajmuje drugie miejsce w rankingu najlepiej blokujących PlusLigi), Aleksander Atanasijevic (z 230 punktami jest wiceliderem klasyfikacji najlepiej punktujących) i Mateusz Bieniek (najlepiej zagrywający ligi - 35 asów). Grą bełchatowian kieruje Grzegorz Łomacz, a w zespole są jeszcze m.in. Estończyk Robert Taht, Irańczyk Milad Ebadipour i Holender Dick Kooy.

Bilety w cenie 35 i 25 złotych (ulgowe) do nabycia wyłącznie online na indykpolazs.pl/bilety! Bilety ulgowe przysługują wyłącznie dzieciom i młodzieży do 26. roku życia.

*** Inne wyniki 14. kolejki:** Jastrzębski Węgiel - LUK Lublin 3:0 (15, 21, 22), Projekt Warszawa - Cerrad Czarni Radom 2:3 (26, 19, -17, -24, -13), ZAKSA Kędzierzyn-Koźle - Stal Nysa 3:0 (20, 15, 23), Skra Bełchatów - Cuprum Lubin 3:1 (22, -23, 22, 20), Trefl Gdańsk - GKS Katowice 1:3 (-23, 23, -13, -24), Ślepsk Suwałki - Aluron Warta Zawiercie (zakończył się po oddaniu gazety do druku).

*** Inne mecze 15. kolejki, piątek:** ZAKSA - Czarni (20.30); **sobota**: Stal - Jastrzębie (20.30); **niedziela**: Resovia - Katowice (17.30), Warta - Trefl (20.30); **poniedziałek**: LUK - Ślepsk (20.30); Cuprum - Projekt (przełożony).

**DAD**

**PLUSLIGA**

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1. ZAKSA | 14-0 | 40 | 42:6 |
| 2. Jastrzębie | 11-3 | 35 | 37:11 |
| 3. Skra | 10-4 | 30 | 37:21 |
| 4. Projekt | 10-4 | 29 | 34:23 |
| 5. Zawiercie | 10-3 | 27 | 31:20 |
| 6. Resovia | 7-7 | 22 | 26:23 |
| **7. Indykpol AZS** | **7-6** | **21** | **25:22** |
| 8. Katowice | 5-8 | 14 | 20:30 |
| 9. LUK | 5-9 | 14 | 20:33 |
| 10. Czarni | 5-9 | 13 | 17:34 |
| 11. Trefl | 4-9 | 13 | 18:27 |
| 12. Cuprum | 3-11 | 12 | 20:35 |
| 13. Ślepsk | 3-9 | 9 | 12:29 |
| 14. Stal | 1-13 | 6 | 14:39 |

GAZETA OLSZTYŃSKA.
Oficjalny partner prasowy drużyny Indykpol AZS Olsztyn zaprasza na mecz
Drużynę Indykpol AZS Olsztyn wspierają:
INDYKPOL
OLSZTYN
O!GRÓD Z NATURY
WARMIA MAZURY
IŁAWA
livingroom
POLMLEK
INTER PARTS
szynakameble
PRZEMYSŁÓWKA HOLDING
AdiFeed
PROteinBIOTIC
PZU
Mercedes-Benz Auto Idea
DAMIX
eyesportwear.com
DBK GROUP
www.indykpolazs.pl/bilety

eprasa.pl 7c16e6fc08