Bez sera, bez jajek, bez mleka, za to z porcją pasji i szczyptą miłości. Joanna zaprasza do jedynej w Elblągu wegańskiej kawiarni. \12

PIĄTEK\\\NIEDZIELA
|03|12|2021|

DZIENNIK ELBLĄSKI.pl

20 LAT

cena 4,50 zł (w tym 8% VAT)

REKLAMA

2621otbp-F -P

ZACZYNAŁ OD KOSZYKÓWKI W ELBLĄGU, DZIŚ JEST KULTURYSTĄ

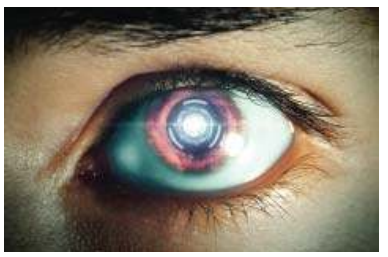
DAMIAN JĘDRZEJEWICZ: KLUCZEM DO SUKCESU JEST DETERMINACJA \13

Fot. archiwum prywatne

ŻYJEMY W CIĄGŁYM „ADWENCIE" \4

SERCE JEJ MĘŻA BIJE W INNYM CZŁOWIEKU \7

CZY ZOPERUJE NAS ROBOT? \10



SPORT CODZIENNIE \22-24

ISSN 0137-9127 NR INDEKSU 350176 \\\ NAKŁAD 14 471 NR 263 (20681) \\\ NA TERENIE POZOSTAŁYCH POWIATÓW UKAZUJE SIĘ JAKO GAZETA OLSZTYŃSKA

ISSN 0137-9127

eprasa.pl 85bb994f82

UKRAINA NA CELOWNIKU ROSJI

JAK DZISIAJ ZACHOWAŁABY SIĘ ARMIA UKRAIŃSKA W SYTUACJI PODOBNEJ DO TEJ Z 2014 ROKU, KIEDY ROSJA BEZ JEDNEGO WYSTRZAŁU ZAJĘŁA KRYM? – UKRAINA NIE DOPUŚCI DO POWTÓRKI SYTUACJI... I UDZIELI ADEKWATNEJ ODPOWIEDZI AGRESOROWI – POWIEDZIAŁ OŁEKSIJ DANIŁOW, SZEF UKRAIŃSKIEJ RADY BEZPIECZEŃSTWA NARODOWEGO I OBRONY W CZASIE SPOTKANIA Z PRZEDSTAWICIELAMI AMERYKAŃSKIEGO SENATU.

Igor Hrywna
i.hrywna@gazetaolsztynska.pl

Jaki cel postawił sobie Kreml wspierając i zapewne inspirując Łukaszenkę do ataku hybrydowego na Polskę? Co chce osiągnąć ściągając swoje wojska nad granicę z Ukrainą? Najoględniej można powiedzieć, że Rosjanie testują, jak zachowuje się UE i NATO w sytuacji zagrożenia takich krajów jak Polska czy Łotwa z jednej a Ukraina z drugiej strony.

Chodziło też po prostu o zaszkodzenie Polsce i pogorszenie naszych relacji z Niemcami i Paryżem, ale ten plan, dzięki stanowczej polityce rządu, spalił na panewce. Inaczej wygląda sytuacja jeżeli chodzi o Ukrainę, która w odróżnieniu od Polski i Łotwy nie może się spodziewać militarnego wsparcia NATO w razie konfliktu z Rosją.

Frustracja Putina

Na Kremlu od pewnego czasu narasta silna frustracja dotycząca Ukrainy. Po zwycięstwie Wołodymyra Zełenskiego w wyborach prezydenckich w 2019 roku w Moskwie zapanowała radość. W odróżnieniu od swojego poprzednika, Petra Poroszenki, Zełenski był postrzegany jako człowiek zorientowany na wschód. Wielu ekspertów spodziewało się, że dokona ostrego zwrotu w tym kierunku, ale tego nie zrobił, choć też i nie obrał (przynajmniej na początku kadencji) stanowczego kursu na zachód. Ostatnio to się jednak nieco zmieniło, choć niekoniecznie jest to wyraz poglądów samego prezydenta Ukrainy. Ukraińcy stają się bowiem coraz bardziej prozachodni. A obecność Amerykanów w ukraińskiej gospodarce i pomoc w modernizacji ukraińskiej armii jest coraz bardziej widoczna. Warto tutaj wspomnieć, że od 2015 roku Ukraina dostosowuje swoją armię do standardów NATO.

Ukraina dla Putina jest ważna nie tyle militarnie czy gospodarczo, ale przede wszystkim mentalnie. Właściwie nie tyle Ukraina, co Małorosja, jak nazywa się czasami ją w Rosji nawiązując do czasów carskich. Istnienie Ukraińców jako oddzielnego narodu jest często negowane. Jak to ujął latem tego roku prezydent Putin w swoim tekście „O historycznej jedności Rosjan i Ukraińców", Ukraińcy to nieodłączna część „trójjedynego narodu ruskiego" a próby zerwania czy nawet osłabienia więzi z Rosją to wyłącznie efekt zewnętrznych inspiracji.

Amerykanie ostrzegają

Od kilkunastu dni coraz częściej i głośniej mówi się, że Rosja może zaatakować Ukrainę. Kreml oczywiście zaprzecza. Przypomnijmy, że prezydent Władimir Putin całkiem niedawno powiedział, że o sytuacji na granicy polsko-białoruskiej dowiedział się z mediów. Toteż i z mediów może się dowiedzieć, że, dajmy na to, w Odessie pojawili się ludzie z bronią, z którymi Rosja oczywiście nie będzie miała nic wspólnego.

https://www.facebook.com/pressfo.news/

Ukraińska żołnierka służąca na wschodzie Ukrainy, przy granicy z terenami opanowanymi przez rosyjskich separatystów

O tym, że sytuacja jest poważna, są przekonani Amerykanie, którzy ostrzegli sojuszników, że Rosja może uderzyć na Ukrainę na początku roku. Zdaniem amerykańskiego wywiadu ostatecznej decyzji Kreml jeszcze nie podjął.

Fakty są na razie takie, że Rosja skoncentrowała przy granicy z Ukrainą około 100 tysięcy żołnierzy. Ukraińcy wskazują także na wzmożoną w ostatnim czasie wojnę psychologiczną prowadzoną przeciwko Ukrainie przez rosyjskich trolli.

Z oczywistych powodów agresywne zachowania Kremla są szybciej dostrzegane w Warszawie czy Wilnie niż w Paryżu czy Berlinie. W tym ostatnim zresztą, nie tyle nie są dostrzegane, co kanclerz Merkel je poprostu ignoruje.

— To zagrożenie jest jednak dobrze widziane w Polsce. Za wzrostem niebezpieczeństwa ze strony Kremla przemawiają konkretne działania – zgrupowanie przy granicy z Ukrainą potężnych sił militarnych Rosji. Po drugie, używanie gazu jako elementu szantażu. Po trzecie, niebywałe nasilenie ataków cybernetycznych, hakerskich — powiedział premier Mateusz Morawiecki w wywiadzie dla „Wprost".

Z kolei szef MSZ Zbigniew Rau w Polskim Radiu 24 przypomniał słowa śp. Prezydenta Lecha Kaczyńskiego z 2008 roku. Wtedy prezydent z przywódcami Estonii, Łotwy, Ukrainy i Litwy udał się do Tbilisi, aby zaprotestować przeciwko rosyjskiej agresji na Gruzję. — My też świetnie wiemy, że dziś Gruzja, jutro Ukraina, pojutrze państwa bałtyckie, a później może i czas na mój kraj, na Polskę — mówił wtedy Lech Kaczyński.

Kyryło Budanow, szef ukraińskiego wywiadu powiedział, że jednym z rosyjskich celów będzie Odessa. To jedno z pierwszych miast na świecie, gdzie ulicy nadano imię Prezydenta Lecha Kaczyńskiego i odsłonięto tablicę pamiątkową. Stało się to 27 maja 2010, a w uroczystości wziął udział ówczesny podsekretarz stanu w Kancelarii Prezydenta Andrzej Duda.

Nic nie warte gwarancje

Czy Rosja bezpośrednio militarnie zaatakuje Ukrainę? Raczej nie. Jeżeli już, to raczej wykorzysta zmodyfikowany model ataku, jaki wykonała w 2014 roku w Donbasie. Nie zrobi tego jednak, jeżeli wcześniej nie doprowadzi do destabilizacji sytuacji na Ukrainie za pomocą wojny hybrydowej. Dzisiaj bowiem ukraińska armia jest w stanie stawić Rosjanom opór, choć oczywiście dysproporcja sił jest olbrzymia. Warto jednak pamiętać, że dzięki amerykańskiej pomocy jej potencjał wojskowy wyraźnie wzrósł.

Swoją drogą warto w tym miejscu przypomnieć, że w 1991 roku na terytorium Ukrainy znajdował się trzeci co do wielkości arsenał nuklearny na świecie. Ukraina pozbyła się go za gwarancje bezpieczeństwa, w tym gwarancje integralności terytorialnej od USA, Wielkiej Brytanii i Rosji. Te trzy kraje zobowiązały się między innymi do tego, że będą szanować „niezależność i suwerenność istniejących granic Ukrainy" i nie zastosują „groźby lub użycia siły przeciw integralności terytorialnej bądź politycznej niezależności Ukrainy". Rok 2014 udowodnił, że były to puste obietnice.

Hejterskie ataki

O Ukrainie wiele mówiono w czasie dwudniowego spotkania ministrów państw NATO, które odbyło się we wtorek i w środę w Rydze. — Mamy dowody na to, że Rosja planuje znaczne agresywne działania militarne przeciwko Ukrainie, a także działania mające zdestabilizować ją od wewnątrz — mówił tam sekretarz stanu USA Antony Blinken, który zwrócił uwagę nie tylko na koncentrację rosyjskiego wojska przy granicy z Ukrainą. Podkreślił też, że w ostatnim czasie odnotowano m.in. ponad 10-krotny wzrost wymierzonych w Ukrainę materiałów hejterskich, pojawiających się w sieciach społecznościowych. Dodał, że taki poziom szerzenia tych treści ostatni raz był obserwowany w 2014 roku, przed zajęciem Krymu przez Rosję i wybuchem wojny z prorosyjskimi separatystami w Donbasie.

> W referendum, jakie odbyło się 1 grudnia 1991 roku, ponad 90% mieszkańców Ukrainy opowiedziało się za jej niepodległością. Pierwszymi krajami na świecie, jakie uznały niepodległość Ukrainy już 2 grudnia tego roku, były Polska i Kanada.

NATO i Nord Stream II

Co zrobi Rosja, tego nie wie nikt. Być może, że nie wie też tego prezydent Putin. Na pewno jednak już wiemy, co będzie jedną z pozycji na rachunku, jakie prezydent Putin wystawi NATO w zamian za „pokój i spokój". To zagwarantowanie, że Ukraina nigdy nie stanie się członkiem Paktu, na co NATO, czyli w tym przypadku Amerykanie — jak się wydaje — nie pójdzie. Będzie też chciał gwarancji dla Nord Stream II. Tutaj może liczyć na Niemcy.

Jak w sytuacji agresji zachowa się UE i NATO? Nie ma mowy o bezpośrednim zaangażowaniu militarnym, o czym zresztą w Rydze powiedział otwarcie Jens Stoltenberg, sekretarz generalny NATO. Co do innych kroków i pomocy dla Ukrainy na razie i UE i NATO ograniczyły się do ogólników. Nie sformułowano też, jakie sankcje groziłyby Moskwie w razie agresji.

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
Beata Brokowska
Igor Hrywna
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 85bb994f82

KTO ZATAŃCZY NA BALU SPORTOWCA?

KONIEC ROKU ZBLIŻA SIĘ NIEUBŁAGANIE, CZAS WIĘC ROZPOCZĄĆ WYBORY NAJPOPULARNIEJSZYCH SPORTOWCÓW WOJEWÓDZTWA W OSTATNICH 12 MIESIĄCACH. DZISIAJ PUBLIKUJEMY WSTĘPNĄ LISTĘ KANDYDATÓW, NATOMIAST WYNIKI UROCZYŚCIE OGŁOSIMY 26 LUTEGO NA BALU SPORTOWCA.

ARTUR DRYHYNYCZ
a.dryhynycz@gazetaolsztynska.pl

W 1954 roku drugą edycję Turnieju Czterech Skoczni wygrał Norweg Olaf Bjoernstad, Ernest Hemingway otrzymał literacką Nagrodę Nobla, Wietnam i Kambodża uzyskały niepodległość, a Korea Południowa zadebiutowała na piłkarskich mistrzostwach świata, na których Azjaci błyskawicznie przekonali się, że jeszcze sporo im brakuje nie tylko do najlepszych (0:9 z Węgrami), ale nawet do średniaków (0:7 z Turcją).

Natomiast w Polsce po raz pierwszy odbyły się wybory do rad narodowych - zgodnie z zasadami tzw. socjalistycznej demokracji, która od zwykłej demokracji różniła się tym, czym jak krzesło elektryczne od drewnianego krzesła kuchennego — głosowano na jedną listę. Komunistyczne władze ogłosiły z triumfem, iż frekwencja wyniosła 95 procent, a kandydaci Frontu Narodowego zdobyli około 98 procent głosów! Cóż za jednomyślność! Pamiętajmy jednak, że w tamtych czasach nieważne było kto i jak głosował, tylko kto liczył głosy. Wielu Polaków doskonale zdawało sobie z tego sprawę - przecież już podczas przekręconych wyborów parlamentarnych w 1947 roku pojawiło się hasło: „Urna wyborcza to magiczna szkatułka. Wrzucasz Mikołajczyka, wychodzi Gomułka".

Ale wróćmy do 1954 roku, bo wtedy urodzili się: John Travolta, aktor, któremu 24 lata później olbrzymią popularność przyniósł film „Gorączka sobotniej nocy", Andrzej Lepper, który też zdobył popularność, ale znacznie gorzej niż Travolta skończył, Angela Merkel, która dla odmiany polityczną karierę kończy w wielkim stylu, oraz Aleksander Kwaśniewski, któremu Lech Wałęsa był skłonny do uściśnięcia podać ewentualnie nogę. Chyba nie musimy przypominać, jak po tej propozycji potoczyły się losy obu panów...

NATOMIAST W OLSZTYNIE W 1954 ROKU NARODZIŁ SIĘ PLEBISCYT, W KTÓRYM CZYTELNICY „GŁOSU OLSZTYŃSKIEGO" MIELI WYBIERAĆ NAJPOPULARNIEJSZYCH SPORTOWCÓW WOJEWÓDZTWA. OSTATECZNIE GŁOSOWANIE ZAKOŃCZYŁO SIĘ WYGRANĄ RYSZARDA WOLIŃSKIEGO, SPRINTERA OLSZTYŃSKIEJ LECHII, KTÓRY WYPRZEDZIŁ EDWARDA TRUSZCZYŃSKIEGO (WYŚCIGI MOTOCYKLOWE) I LECHA SAKA (SKOCZEK W DAL AZS OLSZTYN).

Nikt się wtedy nie spodziewał, że plebiscyt zdobędzie taką popularność, a przede wszystkim dotrwa do wieku emerytalnego, bo przecież od pierwszego głosowania mija właśnie 67 lat!

Ale staruszek ma się dobrze, jednak stara się też dostosować do zmieniających się czasów - na przykład w 2009 roku został wzbogacony o konkursy sms-owe. Sportowym Wydarzeniem Roku został wtedy turniej World Tour w siatkówce plażowej w Starych Jabłonkach, Piłkarzem Roku - Bartłomiej Wierzbicki z Mazura Ełk, a taekwondoka Dariusz Idzikowski — Najpopularniejszym Sportowcem Olsztyna.

W tym roku też pracujemy nad pewnymi zmianami, ale o tym napiszemy trochę później. Natomiast dzisiaj przedstawiamy wstępną listę kandydatów, którzy powalczą o głosy naszych

Fot. Zbigniew Woźniak

Laureaci 60. Plebiscytu na 10 Najpopularniejszych Sportowców Województwa Warmińsko-Mazurskiego

czytelników podczas 61. Plebiscytu na 10 Najpopularniejszych Sportowców Województwa. Oczywiście nie mogło na niej zabraknąć olimpijskiego kwartetu z Tokio (Maciej Sarnacki, Konrad Bukowiecki, Aleksandra Lisowska, Mateusz Kamiński), poza tym warto zwrócić uwagę na powrót Krzysztofa Hołowczyca, który aż dziesięć razy zdobywał tytuł najpopularniejszego sportowca, a pierwszy raz w złotej dziesiątce pojawił się w... 1994 roku! Co prawda „Hołek" zakończył swoją przygodę z Rajdem Dakar (chociaż wciąż ciągnie wilka do lasu), ale zdobyte w ekstremalnych warunkach doświadczenie wykorzystuje teraz w innych rajdach terenowych. I to wykorzystuje ze znakomitym skutkiem, bo w tym roku - wraz z pilotem Łukaszem Kurzeją - zdobył Puchar Europy FIA w Rajdach Baja oraz zajął pierwsze miejsce w klasyfikacji generalnej Rajdowych Mistrzostw Polski Samochodów Terenowych! A przecież mówimy o sportowcu, który w przyszłym roku skończy 60 lat. Ewidentnie „Hołek" jest jak wino...

Jak już wspomnieliśmy, dzisiaj publikujemy wstępną listę kandydatów, bowiem czekamy na Wasze sugestie. Jeśli uważacie Państwo, że jakiegoś sportowca na tej liście brakuje, możecie do nas napisać na adres sport@gazetaolsztynska.pl (mile widziane krótkie uzasadnienie kandydatury, z tym, że pod uwagę bierzemy jedynie sukcesy osiągnięte w 2021 roku).

Tradycyjnie będzie można głosować za pomocą kuponów i sms-ów. Głosowanie rozpoczniemy dopiero 17 grudnia, natomiast wyniki planujemy ogłosić 26 lutego na Balu Sportowca, na którym poznamy także zwycięzców kilkunastu kategorii sms-owych oraz wybranego przez dziennikarzy Trenera Roku.

Tradycyjnie też początek plebiscytu uczcił pewien nieznany olsztyński poeta z przełomu XX i XXI wieku:

Kto będzie pierwszy, kto drugi?
Kto koszykówkę, a kto judo lubi?
Kto z nami zatańczy na balu?
Kto zaśpiewa „nie żal ci góralu"?

Konrad, Marcin, a może Karol
Na wygraną znowu zagiął parol
Chyba że w terenowym automobilu
Hołowczyc powróci w wielkim stylu

PLEBISCYTOWI KANDYDACI

- **Robbert Andringa** (siatkówka, Indykpol AZS Olsztyn)
- **Nada Alwaqedi** (judo, Truso Elbląg)
- **Agata Barwińska** (żeglarstwo, SSW MOS Iława)
- **Mateusz Bessman** (koszykówka, Roś Pisz)
- **Adam Binięda** (rajdy samochodowe, Subaru Historic Rally Team)
- **Julia Birgiel** (brazylijskie jiu jitsu, Grappler Ełk)
- **Natalia Bogdanowicz** (tenis stołowy, Polmlek OSiR Lidzbark Warmiński)
- **Krzysztof Bubik** (rajdy samochodowe, Automobilklub Warmiński)
- **Konrad Bukowiecki** (lekka atletyka, AZS UWM Olsztyn)
- **Joanna Chełchowska** (koszykówka, KKS Olsztyn)
- **Karol Cichocki** (piłka ręczna, Jeziorak Iława)
- **Łukasz Cudnoch** (taekwondo olimpijskie, AZS UWM Olsztyn)
- **Lidia Czarnecka** (szachy, Skoczek Elbląg)
- **Patryk Duński** (MMA, Arrachion Iława)
- **Adrian Durma** (kickboxing, Silvant Kajak Elbląg)
- **Jakub Dyjas** (tenis stołowy, Dekorglass Działdowo)
- **Wojciech Golks** (piłka ręczna, Szczypiorniak Olsztyn)
- **Bartosz Grabowski** (kajakarstwo, OKSW Olsztyn)
- **Sebastian Grubalski** (futsal, Constract Lubawa)
- **Krzysztof Hołowczyc** (rajdy terenowe, Mini John Cooper Works Rally)
- **Paulina Józefowicz** (wioślarstwo, Wir Iława)
- **Kacper Jurczak** (pływanie w płetwach, Amfiprion Olecko)
- **Ewelina Kaczyńska** (zapasy, Warmia Lidzbark Warmiński)
- **Mateusz Kamiński** (kajakarstwo, OKSW Olsztyn)
- **Stanisław Kamiński** (zapasy, Orlik Nawiady)
- **Szymon Kapała** (pływanie, Kormoran Olsztyn)
- **Mateusz Kopyciński** (piłka ręczna, Warmia Energa Olsztyn)
- **Rafał Kot** (biegi ekstremalne, Jurand Szczytno)
- **Maciej Kowalewicz** (strzelectwo sportowe, Gwardia Olsztyn)
- **Nikodem Kozak** (boks, Tygrys Elbląg)
- **Aniela Kozłowska** (szermierka, Hajduczek Olsztyn)
- **Tomasz Kraczkowski** (pływanie, Swimland Olsztyn)
- **Sandra Kruk** (boks, WMZBA)
- **Anastazja Kuś** (lekka atletyka, AZS UWM Olsztyn)
- **Kacper Lewalski** (lekka atletyka, Truso Elbląg)
- **Aleksandra Lisowska** (lekka atletyka, AZS UWM Olsztyn)
- **Wojciech Loret** (brazylijskie jiu jitsu, Arrachion Olsztyn)
- **Michał Łoniewski** (boks, Kontra Elbląg)
- **Jakub Majek** (piłka ręczna, Jedynka KODO Morąg)
- **Marcin Malewski** (piłka ręczna, Warmia Energa Olsztyn)
- **Daniel Mańkowski** (wyścigi motocyklowe, Graften Motorsport)
- **Monika Michalak** (jeździectwo, AZS UWM Olsztyn)
- **Iwona Nagielska** (brazylijskie jiu jitsu, Arrachion Olsztyn)
- **Dominik Pałasz** (piłka ręczna, BSMS Bartoszyce)
- **Jakub Pączkowski** (trójbój siłowy, Mendelejew Team Iława)
- **Szymon Piątkowski** (taekwondo olimpijskie, AZS UWM Olsztyn)
- **Karolina Piechowicz** (pływanie, Swimland Olsztyn)
- **Olaf Pieczkowski** (tenis, KT Jakubowo Olsztyn)
- **Mateusz Poręba** (siatkówka, Indykpol AZS Olsztyn)
- **Monika Pudlis** (parakolarstwo, Smok Orneta)
- **Dominik Rajkowski** (podnoszenie ciężarów, Meyer Elbląg)
- **Przemysław Rojek** (kajakarstwo, Silvant Kajak Elbląg)
- **Adrianna Rosiak** (piłka nożna, Stomilanki Olsztyn)
- **Sebastian Rozwadowski** (rajdy samochodowe, Automobilklub Warmiński)
- **Maciej Sarnacki** (judo, Gwardia Olsztyn)
- **Roksana Słupek** (triathlon, UKS TRS Susz)
- **Zbigniew Staniszewski** (rallycross, Staniszewski Team)
- **Jonatan Straus** (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
- **Marek Suder** (rajdy samochodowe, Automobilklub Warmiński)
- **Michał Szajdek** (kajakarstwo, OKSW Olsztyn)
- **Marta Sztąberska** (koszykówka, KKS Olsztyn)
- **Martyna Świerczyńska** (jeździectwo, AZS UWM Olsztyn)
- **Ksenia Woźniak** (koszykówka, KKS Olsztyn)
- **Karolina Ziejewska** (taekwondo olimpijskie, AZS UWM Olsztyn)
- **Katarzyna Zubowicz** (parakolarstwo, Smok Orneta)
- **Karol Żwir** (piłka nożna, Sokół Ostróda/Stomil Olsztyn)

eprasa.pl 85bb994f82

ŻYJEMY W CIĄGŁYM „ADWENCIE”

WŁAŚCIWIE TO ŻYCIE KAŻDEGO Z NAS SKŁADA SIĘ Z DŁUŻSZYCH LUB KRÓTSZYCH „ADWENTÓW". CAŁE ŻYCIE NA COŚ CZEKAMY. TRZEBA PRZYZNAĆ, ŻE TEN CZAS OCZEKIWANIA MA W SOBIE COŚ WYJĄTKOWEGO. CZEKAMY PRZEDE WSZYSTKIM NA POWTÓRNE PRZYJŚCIE PANA NA KOŃCU CZASÓW.

Chłopak, który czeka z bukietem kwiatów na dziewczynę czy dziecko wyglądające przez okno na ojca, który ma wrócić z pracy... Oczekiwanie jest nieraz bardziej emocjonujące od samego momentu, który ma nastąpić. Można wręcz powiedzieć, że żyjemy w ciągłym „adwencie”. Ten religijny zaczął się w niedzielę 28 listopada i potrwa do 24 grudnia.

Pierwsze wzmianki o adwencie pochodzą z synodu w Saragossie, który odbył się w 388 roku. Niegdyś w Gali trwał od wspomnienia św. Marcina 11 listopada do Bożego Narodzenia, a podczas niego poszczono trzy dni w tygodniu. W Rzymie z kolei miał charakter radosnego oczekiwania. Dziś adwent w zachodnim Kościele jest pewnym kompromisem pomiędzy tymi dwiema tradycjami. To z jednej strony czas radości, a z drugiej — refleksji i pogłębionej duchowości. W swojej pierwszej części jest czasem oczekiwania na powtórne przyjście Chrystusa, a w drugiej, czasem bezpośredniego przygotowania do świąt Narodzenia Pańskiego. Już podczas synodu w Toledo w 675 roku podkreślono, że Chrystus „...jest oczekiwanym u końca wieków sędzią wszystkich żywych i umarłych. Stamtąd przyjdzie ze wszystkimi świętymi (aniołami i ludźmi) sprawować sąd, oddając każdemu należną zapłatę według tego, <<jak postępował żyjąc w ciele, dobrze czy też źle>>”.

W średniowieczu adwent trwał 40 dni. Do tej pory tyle czasu trwa w Kościele prawosławnym i wzorowany jest na Wielkim Poście. Rozpoczyna się 28 listopada, dzień po wspomnieniu św. Filipa i nazywany bywa postem Filipowym. W tym czasie nie spożywa się potraw mięsnych a nawet nabiału. Jak podkreślają duchowni, najważniejsze jest jednak powstrzymanie się od grzechu. Kończy się wigilią 6 stycznia.

Siedmioramienny świecznik i wszystkie stany

Na wschodzie Polski adwent obwieszczano trąbieniem na ligawkach. To wystrugane z drewna olchowego lub świerkowego rogi o długości około metra. Tradycja ich wytwarzania na Mazowszu oraz Podlasiu sięga około tysiąca lat! Do dziś konkurs gry na ligawkach odbywa się corocznie choćby w Muzeum Rolnictwa w Ciechanowcu.

ADWENT TO PRZEDE WSZYSTKIM ŚWIATŁO... ŚWIATŁO, KTÓRE „PRZYNIOSŁA” NA ŚWIAT MARYJA. STĄD PORANNE MSZE RORATNIE I RORATKI — ŚWIECE SYMBOLIZUJĄCE WŁAŚNIE MATKĘ JEZUSA. TO ONA W CZASIE ADWENTU NIESIE W SWOIM ŁONIE JEZUSA, KTÓRY JEST PRAWDZIWĄ ŚWIATŁOŚCIĄ.

Niegdyś w Polsce ustawiano na ołtarzu siedmioramienny świecznik, który symbolizował króla oraz sześć stanów reprezentowanych przez biskupa, senatora, ziemianina, rycerza, mieszczanina oraz chłopa. Kolejne świece zapalali przedstawiciele stanów wypowiadając słowa: Jestem gotowy na sąd Boży.

Fot. Wikipedia

Kalendarz adwentowy z 1903 roku

Adwent to również wieńce adwentowe, które zostały zapoczątkowane w połowie XIX wieku w Kościele ewangelickim. Twórcą tradycji, która po latach przyjęła się również w Kościele katolickim, był pastor Johann Hinrich Wichern. Tradycja zrodziła się w Hamburgu, gdzie prowadził przytułek dla sierot.

WIENIEC ADWENTOWY Z AŻ 24 ŚWIECAMI MIAŁ WPROWADZIĆ DOMOWNIKÓW W PRZYJAZNĄ ATMOSFERĘ. KAŻDEGO DNIA W OCZEKIWANIU NA ŚWIĘTA ZAPALANO KOLEJNĄ ŚWIECĘ. PÓŹNIEJ LICZBĘ ŚWIEC OGRANICZONO DO CZTERECH.

Na terenie Warmii i Mazur w pierwszą niedzielę adwentu przygotowywano wianek z gałązek choinki, a następnie przystrajano go czerwonymi wstążkami. Do podwieszonego pod sufitem wianka każdej niedzieli dodawano jedną świeczkę.

Jeżeli chodzi o Kościół luterański, tradycją jest, że przez cały adwent nad ołtarzem lub przed kościołem nad głównym wejściem

Miniatura XIV-wiecznego mszału ilustrującego pierwszą niedzielę adwentu

zapalona jest „gwiazda adwentowa”. Tak nazwany jest w proroctwach starotestamentowych przyszły Mesjasz. Ta pięcioramienna gwiazda symbolizuje więc Jezusa Chrystusa.

Magia miłości mieszała się z płodnością

Preludium do bogatej obrzędowości ludowej w czasie adwentu stanowiły popularne do dziś Andrzejki. Trzeba jednak podkreślić, że niegdyś były one zarezerwowane wyłącznie dla dziewcząt, zresztą ich charakter był ściśle matrymonialny. Jak pisze etnografka Barbara Ogrodowska w książce „Zwyczaje, obrzędy i tradycje w Polsce”, pora ta od wieków stanowiła czas różnorakich wróżb, gdzie magia miłości mieszała się z płodnością. Na Kresach wschodnich dziewczęta wysiewały na skrawkach pola ziarna lnu bądź konopi, które „zagrabiały” męskimi portkami. Wszystko po to, aby w ich życiu znalazł się jakiś mężczyzna. Na Huculszczyźnie z kolei wspomniane ziarna lnu i konopi sypano wokół łóżka, a nawet do pościeli. Czasami nagie dziewczęta wręcz obsypywały siebie ziarnem. To z pragnienia miłości i macierzyństwa. Ba, jeżeli dziewczyna pościła, a do tego modliła się przez cały dzień do św. Andrzeja, w nocy z 29 na 30 listopada mógł przyśnić się jej wybranek serca. Przed sennymi upiorami zabezpieczano się... czosnkiem, którym smarowano ramy drzwi oraz okien! Dramaturgii dodawały straszne historie opowiadane o demonach i topielcach, które czyhają na ludzkie dusze.

Czas swatania i czytania ku pokrzepieniu

Powszechnie uważano, że jeżeli zerwana i wsadzona do wody w dzień św. Andrzeja gałązka czereśni lub wiśni, zakwitnie w wigilię Bożego Narodzenia, to kobieta rychło stanie na ślubnym kobiercu. Jeżeli chodzi o wróżby, odprawiano je również w wigilię św. Katarzyny. Na czym polegały? Chociażby na losowaniu różnych przedmiotów ukrytych pod talerzami. I tak listek oznaczał staropanieństwo, obrączka — szybki ślub, a różaniec — pójście do zakonu. Warto wspomnieć również lany na wodę wosk, z którego cienia „czytano” przyszłość.

Adwent bywał również nazywany czasem swadziebnym. Podczas długich wieczornych spotkań kojarzono młode pary. Skąd młodzieniec miał wiedzieć, do jakiego domu pukać? Otóż niegdyś dom, w którym przebywała panna na wydaniu, która osiągnęła odpowiedni wiek, był naznaczony białymi oraz niebieskimi kółkami. Swaty poprzedzały zwiady odświętnie ubranego swata nieraz z samym kandydatem. Jako powód swojej wizyty podawali chęć odnalezienia zaginionej gęsi, jałówki czy owieczki...

JEŻELI KANDYDAT PODOBAŁ SIĘ RODZICOM DZIEWCZYNY, ODPOWIADALI: „JAŁÓWECZKA SIĘ ZDARZY, ALE ŻEBYŚCIE DLA NIEJ DOBREGO BYCZKA WYSZUKALI". NA WARMII M.IN. POWIADANO: „BYŁA U NAS KOZA W OGRODZIE I NADGRYZŁA KAPUSTĘ, SZEDŁEM PO JEJ TROPIE AŻ DO WAS I CHCIAŁEM TE KOZĘ ZOBACZYĆ". JAK W ADWENCIE KOJARZONO PARY, TAK W KARNAWALE ZAWIERANO ŚLUBY I TO WE WSZYSTKICH STANACH.

Długie jesienne wieczory były czasem skubania pierza czy różnych robótek ręcznych. W XIX-wiecznej tradycji polskiej, ku pokrzepieniu serc, czytano Sienkiewicza, Mickiewicza czy Słowackiego.

Wojciech Kosiewicz

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

eprasa.pl 85bb994f82

NIE MA TELEWIZORA, ALE MA INSTAGRAMA

NIE WSTYDZI SIĘ ANI SIEBIE W GUMIAKACH, ANI W BIELIŹNIE. JULITA MICHALCZYK Z LIDZBARKA WARMIŃSKIEGO OD DWÓCH LAT MA SWÓJ PROFIL NA INSTAGRAMIE. JAK MÓWI, DAJE JEJ TO SIŁĘ I WSPARCIE: BARDZO SZANUJĘ DZIEWCZYNY, KTÓRE MNIE OBSERWUJĄ. MOGĘ NA NIE LICZYĆ.

ADA ROMANOWSKA
a.romanowska@gazetaolsztynska.pl

Julita Michalczyk czerpie z życia pełnymi garściami. Ma 31 lat i mieszka w Lidzbarku Warmińskim. Od dwóch lat prowadzi konto na Instagramie @julka/_z/_pazurem/_.

— NA POCZĄTKU PODCHODZIŁAM SCEPTYCZNIE DO INSTAGRAMA, ALE DO ZAŁOŻENIA KONTA NAMÓWIŁA MNIE KOLEŻANKA. POWIEDZIAŁA, ŻE MAM GADANE I DAM RADĘ. I MOŻE COŚ CIEKAWEGO SIĘ ZADZIEJE. POSTANOWIŁAM SPRÓBOWAĆ — MÓWI JULITA MICHALCZYK.

— Na początku podchodziłam do Instagrama jak do jeża, delikatnie. Raz na jakiś czas wrzuciłam jakieś zdjęcie. A to z synem, a to swoje... Aż w końcu odezwała się do mnie firma odzieżowa. Zaproponowano mi współpracę. Miałam wrzucać zdjęcia i pisać o ich sukienkach. Oczywiście się zgodziłam! Od tego czasu zaczęłam przykładać się do zdjęć, robiłam coraz lepsze. Aż odezwała się do mnie kolejna firma. Wtedy złapałam bakcyla na całego. Ale powiedziałam sobie jedno: muszę być naturalna. Taka, jaka jestem naprawdę. I myślę, że mi się to udaje. Ludzie lubią mnie właśnie za tę autentyczność, a nie jakąś sztuczną pozę. A na takich osobach najbardziej mi zależy. Owszem, Instagram ma swoją magię. Powinno wstawiać się wszystko to, co najpiękniejsze. A ja uważam, że najpiękniejsze jest nieudawanie.

Julita pokazuje się nie tylko w sukienkach. Wiele zdjęć robiła sobie na przykład w gumiakach i w traktorze.

Fot. archiwum prywatne

Julita Michalczyk

— W te wakacje wyjechałam do Niemiec i pracowałam w polu. Zrywałam też jabłka. Swoją pracę nazywałam „kambodżą". Wstawałam rano po piątej, często zmęczona i podłamana, z bólem rąk... Ale nagrywałam relacje bez makijażu i w stroju roboczym. Podkreślam wtedy, że tak wygląda gwiazda Instagrama w rzeczywistości — wspomina Julita. — Praca w Niemczech była sezonowa. Teraz szukam pracy, bo z powodu pandemii dużo się zmieniło w życiu. Na szczęście Instargam daje mi dużo radości i trochę odrywa od tej rzeczywistości. Nie mam w domu nawet telewizora, więc nie muszę codziennie martwić się doniesieniami ze świata. Życie bez telewizora jest łatwiejsze. Zachęcam wszystkich, żeby spróbowali.

Julita na swój profil wstawia zdjęcia codziennie. Kiedyś była kosmetyczką. Teraz też chciałaby wrócić do tego zajęcia. Dobrze by się czuła pracując w Olsztynie. Ale na razie skupia się na Instagramie. Dziś Julitę obserwuje ponad 6 tys. osób. Komentarze jednak trudno zliczyć.

— Dostaję bardzo dużo wiadomości. Często piszą do mnie dziewczyny. Jak im odpowiadam, cieszą się, że się odzywam. „Myślałam, że taka kobieta jak ty mi nie odpisze". Ale ja przecież jestem normalna! Nie jestem gwiazdą! Dlaczego mam nie odpisać, skoro ktoś mnie o coś pyta? Myślę, że ludzie to doceniają — cieszy się Julita. — Najzabawniejsze są wiadomości od mężczyzn. To hit sezonu! Czasami czuję się, jakbym miała konto w portalu matrymonialnym a nie na Instagramie. Wysyłają mi nawet zdjęcia w pełnej okazałości. Podają swoje wymiary i zachęcają do spotkania. Nie podoba mi się to. A gdy są bardzo nachalni, potrafię wrzucić informację na swoim „story" i przestrzec przed takim zboczeńcem.

Skąd takie zainteresowanie panów?

— Gdy byłam grubsza, reklamowałam bieliznę. Panowie wtedy do mnie często pisali — podkreśla Julita opowiadając o często niezbyt smacznych propozycjach. — Teraz schudłam, a oni nadal piszą. Tym, że teraz lepiej wyglądam, udowadniam dziewczynom, że można zrzucić parę kilo, jeśli tylko się chce. Niektórzy walczą z nadwagą na siłowni albo stosują rozmaite diety. A niektórych, jak mnie, formuje życie. Dużo do powiedzenia miał stres. Kiedyś się odchudzałam z pomocą dietetyka i ćwiczeń i nawet udało mi się zrzucić 30 kilo. Później pojawiły się problemy i zaczęłam zajadać smutki. Waga poszła w górę. Może nie aż tyle, ile schudłam, ale moja wcześniejsza praca poszła w las. Rozstałam się z partnerem po piętnastu latach, więc nie było mi łatwo. Ale wzięłam się w garść. I dobrze na tym wychodzę.

Gdy Julita zaczynała przygodę z Instagramem, znajomi nie mogli tego zrozumieć. Mówili, że to nie ma sensu i że to strata czasu.

— Pamiętam, jak komentowali moje zdjęcia w bieliźnie. Nie rozumieli, jak takie fotki można zamieszczać w internecie. Ale przecież kobiety na plażach wyglądają podobnie i nikt się nie dziwi. Ale taki jest urok małych miasteczek. Ludzie lubią dużo mówić i żyć cudzym życiem — podkreśla Julita. — Dziś nie denerwują mnie już komentarze sąsiadów. Ale musiałam do tego dojrzeć. Muszę zresztą przyznać, że mam więcej znajomych na Instagramie niż w realnym życiu. Bardzo szanuję dziewczyny, które mnie obserwują. One są tak serdeczne i mogę na nie liczyć. Zawsze motywują mnie dobrym słowem. One są bezinteresowne. Takich ludzi było mi trzeba w życiu... Zawsze wszystkim pomagałam, a gdy sama miałam trudniejszy czas, wiele osób raptem o mnie zapomniało.

OSTATNIO NA NASZYCH ŁAMACH GOŚCILI:

26 listopada — Nika Żarejko, która prowadzi profil na Instagramie @ostathre
19 listopada — Patrycja Tymkowska z Olsztyna, blogerka
15 listopada — Aleksandra Puławska, olsztyńska gwiazda TikToka występująca pod nickiem atverse11
5 listopada — Karolina Kita @kittakar, blogerka
28 października — Anita Sawicka @ansa/_saw, miss i modelka
22 października — Paweł Ziółkowski @czarneszklo, fotograf
8 października — Karolina Sosnowska, I wicemiss Warmii i Mazur 2015

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

KONDOLENCJE

Państwu

Marii i Krzysztofowi Ornowskim

rodzinie oraz bliskim
wyrazy szczerego współczucia
i słowa otuchy z powodu śmierci

Mamy, Teściowej

składają
Alina i Jan Szynaka

37921otbs-A-G

eprasa.pl 85bb994f82

ODSZEDŁ STEFAN POŁOM, ARTYSTA CZYSTEJ WODY

W RÓŻNOWIE 2 GRUDNIA ZMARŁ ZNANY OLSZTYŃSKI POETA STEFAN POŁOM. OD KILKU LAT PRZEBYWAŁ W TAMTEJSZYM DOMU POMOCY SPOŁECZNEJ, GDZIE TRAFIŁ PO UDARZE. ZA TYDZIEŃ SKOŃCZYŁBY 83 LATA.

Marta Wiśniewska
m.wisniewska@gazetaolsztynska.pl

W olsztyńskim środowisku artystycznym mawiano o braciach Stefanie i Januszu Połomach, że jeden jest „od pióra i wióra, a drugi od kina i młyna". Myśląc o Stefanie Połomie pióro jest oczywistym skojarzeniem, ale wiór już nie. Chodzi o tartak, który poeta otrzymał w spadku po ojcu. Jego młodszy brat Janusz zmarł w październiku ubiegłego roku. Był znanym filmowcem i wykładowcą Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego. Z kolei jemu ojciec podarował młyn w Unieszewie.

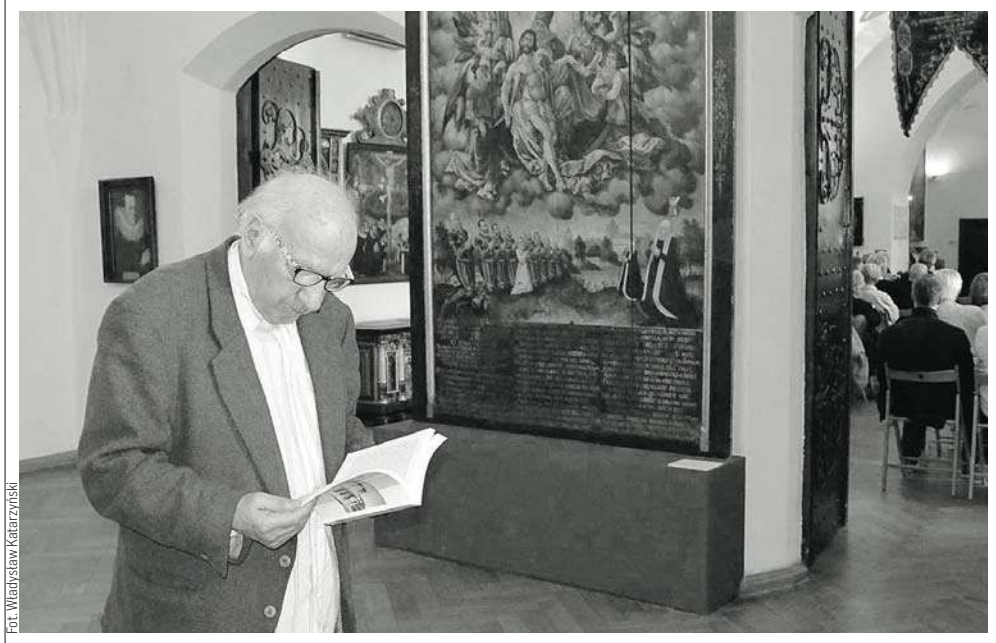
Chociaż Stefan Połom otrzymał w spadku coś zupełnie niezwiązanego z poezją i nigdy w tartaku nie pracował, to właśnie pisanie wierszy było jego pasją już od czasu studiów na Uniwersytecie Mikołaja Kopernika w Toruniu.

PIERWSZY TOMIK PT. „PRZYMIERZE OBŁOKÓW" WYDAŁ W 1963 R. OSTATNI, ZATYTUŁOWANY „W PAMIĘĆ ZANURZONY", UKAZAŁ SIĘ W 2018 R. Z OKAZJI JEGO 80. URODZIN.

Po powrocie z Torunia był aktywnym członkiem środowiska literackiego w Olsztynie. Podczas pracy w redakcji literackiej Polskiego Radia w Olsztynie, wykorzystywał znajomości z poetami, czego dowodem była wizyta Tadeusza Różewicza w stolicy Warmii i Mazur. W latach 60. i 70. był jednym z najbardziej znanych i cenionych literatów kojarzonych z Olsztynem.

Stefan Połom był laureatem wielu nagród i wyróżnień. Wśród nich znajdują się m.in.: Krzyż Kawalerski Orderu Odrodzenia Polski (1999), odznaka honorowa Zasłużony dla Kultury Polskiej (2008), Nagroda Prezydenta Olsztyna (2004) oraz odznaka Zasłużony dla Warmii i Mazur (1972).

W 2020 r. ukazała się biografia braci Połomów pt. „Artyści czystej wody. Opowieść o braciach Połomach" autorstwa Marka Książka, który wraz z Włodzimierzem Kowalewskim i Tomaszem Śrutkowskim wspomina go na naszych łamach.



Fot. Władysław Katarzyński

Stefan Połom (1938- 2021)

Włodzimierz Kowalewski, prozaik, krytyk literacki i felietonista radiowy:

— Stefana Połoma zapamiętałem jako człowieka dystyngowanego, trzymającego dystans i jednocześnie gustownie ubranego oraz — co w tamtych czasach było ewenementem — właściciela samochodu. Jeśli chodzi o kwestie literackie, to w latach 60. był on najbardziej znanym poetą związanym z Olsztynem. Pisał w manierze tamtych czasów, a więc były to wiersze odwołujące się do estetyki, unikające rzeczywistości i wyróżniające się wielką literacką kulturą. To erudyta, człowiek, z którym rozmawiało się bardzo miło i przyjemnie. Szczyt jego osiągnięć twórczych nastąpił wtedy, gdy powierzono mu napisanie libretta do oratorium pt. „De Revolutionibus", poświęconego Mikołajowi Kopernikowi. Mam z nim miłe wspomnienia, lecz nie fascynowałem się jego twórczością. Należałem do innego pokolenia i interesowały mnie zupełnie inne rzeczy, jeśli chodzi o literaturę. Byłem raczej buntownikiem, a nie kimś, kto tworzy w kanonie tamtego czasu. Należy jednak pamiętać, że wyrósł ze środowiska „Hybryd" i miał znakomite kontakty z innymi poetami, jak chociażby z Tadeuszem Różewiczem, którego zaprosił do Olsztyna. Kiedy wydałem pierwszą książkę prozatorską w 1993 r., on bardzo pozytywnie zrecenzował ją na łamach „Gazety Olsztyńskiej". Wyróżniał się w środowisku literackim Olsztyna, zwłaszcza w latach 60. i 70.

Marek Książek, dziennikarz, biograf Stefana Połoma:

— Jeszcze 17 października zdążyłem odwiedzić go w „Domu nad doliną" w Różnowie. Bardzo się ucieszył z mojej wizyty. Było to moje pierwsze spotkanie z nim od wybuchu pandemii i ukazania się mojej książki pt. „Artyści czystej wody. Opowieść o braciach Połomach". Pytał mnie, ile ta książka ma stron, ile kosztuje, a także żałował, że zabrakło go na spotkaniu promocyjnym. Żartował, że razem rozdawalibyśmy autografy. Widziałem, że cieszy się z faktu, że ktoś napisał jego biografię. Czuł się spełniony. Był artystą czystej wody — nie bez powodu dałem taki tytuł książce o braciach Połomach.

ZAWSZE, GDY SIĘ Z NAMI ŻEGNAŁ, NIE MÓWIŁ „CZEŚĆ" CZY „DO WIDZENIA", ALE „NIECH CIĘ DOBRE BOGI PROWADZĄ". KAŻDYM GESTEM I SŁOWEM JAWIŁ SIĘ JAKO POETA.

Znakomicie rozmawiało się z nim o literaturze i sztuce. Miał na te tematy bogatą wiedzę. To bardzo życzliwy człowiek. Nie pamiętam, żeby z kimś się kłócił — nawet wtedy, gdy miał krytyczne zdanie na temat czyjejś twórczości, to wyrażał je w taki sposób, by nikt nie poczuł się urażony.

Tomasz Śrutkowski, pisarz, krytyk filmowy i literacki, dziennikarz, wydawca:

— Znałem Stefana Połoma od końca lat 60. Ostatni raz widziałem go półtora roku temu w ośrodku w Różnowie. Był przykuty do łóżka, ale głowa pracowała. Można było porozmawiać z nim o poezji, o starych czasach. Nie miał tam ani telewizora, ani radia. Proponowałem, że zamontuję mu radio, ale nie chciał. Znałem go bardzo dobrze, przyjaźniliśmy się. Pracował w Radiu Olsztyn, ja w „Gazecie Olsztyńskiej", więc spotykaliśmy się niemal codziennie. Wydałem jego ostatni tomik, gdy kończył 80 lat. Można powiedzieć, że umierają ostatni prawdziwi poeci. Stefan Połom pisał wiersze oparte na literaturze, na refleksjach filozoficznych. Było to pogłębione i wartościowe.

KONDOLENCJE

Panu

Ryszardowi Wrońskiemu

Członkowi Zarządu Powiatu Elbląskiego

Jego Rodzinie i Bliskim

wyrazy najgłębszego współczucia po śmierci

Żony

składają

Gustaw Marek Brzezin
Marszałek
Województwa
Warmińsko-Mazurskiego

Bernadeta Hordejuk
Przewodnicząca Sejmiku
Województwa
Warmińsko-Mazurskiego

426621opb1-a-M

Z wielkim żalem przyjąłem wiadomość
o śmierci

Pana

Stefana Połoma

uznanego artysty, poety i prozaika,
byłego pracownika Muzeum Mikołaja Kopernika
we Fromborku, byłego Prezesa Honorowego
Olsztyńskiego Oddziału Związku Literatów Polskich.

Rodzinie i Bliskim Zmarłego

składam wyrazy najgłębszego współczucia.

Gustaw Marek Brzezin
Marszałek Województwa
Warmińsko-Mazurskiego

426321opb1-a-M

eprasa.pl 85bb994f82

SERCE JEJ MĘŻA BIJE W INNYM CZŁOWIEKU

KAŻDEGO ROKU W POLSCE DOKONUJE SIĘ OKOŁO 1500 TRANSPLANTACJI. DLA WIELU CIĘŻKO CHORYCH PACJENTÓW SĄ ONE JEDYNĄ SZANSĄ, NIE TYLKO NA ZDROWIE, ALE I ŻYCIE. NARZĄDY 36-LETNIEGO KRZYSZTOFA URATOWAŁY ŻYCIE KILKU OSOBOM. — WIEM, ŻE KRZYŚ BY TEGO CHCIAŁ — MÓWI JEGO ŻONA, KTÓRA WYRAZIŁA ZGODĘ NA POBRANIE NARZĄDÓW MĘŻA.

Joanna Karzyńska
j.karzynska@gazetaolsztynska.pl

Byli zgodnym i szczęśliwym małżeństwem, mimo wielu przeciwności losu, które napotykali na swojej drodze. Pani Danuta i pan Krzysztof Plewa byli razem od 14 lat, od 9 lat żyli w związku małżeńskim. Wychowywali razem dwóch synów: Kubę i Gabrysia.

— Kochaliśmy się bardzo, byliśmy wzorem małżeństwa szczęśliwego — opowiada Danuta Symela-Plewa. — To był mężczyzna mojego życia. I tak naprawdę to mój syn z pierwszego związku wybrał go sobie na tatę, a mi na męża. Zapytał czy może mówić „tato" do Krzysia. Miałam łzy w oczach. Był wspaniałym człowiekiem, mężem, ojcem i synem. Żyliśmy razem a nie obok siebie. Wszystko robiliśmy wspólnie... Podejmowaliśmy decyzje, robiliśmy zakupy, chodziliśmy do lekarza. Zdarzały się między nami kłótnie, ale szybko się godziliśmy. Czasem po 5 minutach już nie pamiętaliśmy, że się sprzeczaliśmy. Przed wyjściem do pracy Krzyś zawsze przykrywał mnie kołdrą i całował w czoło...

Mieszkali w Kluszkowcach z rodzicami pana Krzysztofa, z okien domu widzieli po przebudzeniu Tatry. Byli szczęśliwi, choć nie brakowało wich życiu trudnych sytuacji. Siedem lat temu pan Krzysztof zachorował na nowotwór. Przeszedł ciężkie leczenie, chemioterapię. Cieszył się bardzo, że pokonał raka, że ma szansę żyć, patrzeć jak dzieci rosną. Potem jeździł już tylko na kontrolne badania. Pracował jako pracownik budowlany, uwielbiał góry, spacery, jazdę na rowerze.

Fot. Arch. prywatne pani Danuty

Pani Danuta i pan Krzysztof lubili aktywnie spędzać czas w górach

— Kochał góry. Kiedy tylko mogliśmy, chodziliśmy na spacery całą rodziną, wędrowaliśmy po górskich szlakach — wspomina pani Danuta. — Mąż bardzo lubił pracować, nie bał się ciężkiej pracy. Wszędzie go było pełno. Ale miał też momenty, że lubił się wyciszyć, wtedy jechał na ryby. Dużo zawsze rozmawialiśmy, również o przeszczepach organów. Oboje mieliśmy podobne zdanie, że nie powinno się organów zabierać do piachu, że jeśli mogą kogoś uratować, to powinno się je oddać. Nie zdawaliśmy sobie jednak sprawy, że przyjdzie jednemu z nas podjąć taką decyzję.

Każdego miesiąca na Krajowej Liście Oczekujących na transplantcję jest 1700-2000 osób
W lutym 2020 najwięcej:

2048

oczekujących.
W listopadzie 2020 najmniej:

1768

Nic nie zapowiadało tragedii. 2 listopada, w Dzień Zaduszny, pan Krzysztof poszedł do kuchni, by zrobić herbatę. Chwilę wcześniej przytulił żonę i powiedział, że ją kocha... Pani Danuta była w pokoju, gdy usłyszała nagle huk. Okazało się, że jej mąż upadł i leży nieprzytomny na podłodze. Wraz z tatą męża podjęła reanimację mężczyzny. Trwało to około pół godziny, potem akcję ratunkową kontynuowała załoga karetki. Udało się doprowadzić do wznowienia akcji serca, ale w karetce serce mężczyzny ponownie się zatrzymało. Pan Krzysztof został przewieziony do szpitala w Zakopanem, na oddział intensywnej opieki medycznej. Okazało się, że miał tętniaka, który pękł. Stan mężczyzny był krytyczny. Lekarze poinformowali bliskich, że nic już nie da się zrobić i że prawdopodobnie doszło do śmierci mózgu. Potwierdziła to również specjalna komisja.

Lekarze zapytali, czy mogą pobrać organy Krzysztofa...

— Ordynator porozmawiał ze mną i wytłumaczył mi wszystko. Zapytał też o zgodę na pobranie organów. Nie mogłam tej decyzji podjąć jednak sama, choć wiedziałam jakie zdanie miał o tym Krzyś — opowiada. — Wróciłam do domu, żeby porozmawiać z rodziną o możliwości pobrania od Krzysztofa narządów do transplantacji. Nie była to łatwa rozmowa, jednak wszyscy zgodzili się, żeby to zrobić. Jemu życia nie mogliśmy uratować, ale on mógł uratować życie innych ludzi, a przy ty część jego wciąż żyje... Pozwolono mi pożegnać się z Krzysztofem, przytuliłam się, pocałowałam go i spojrzałam w jego oczy. To był trudny moment, bo wiedziałam, że to ostatni raz...

Serce pana Krzysztofa poleciało do Wrocławia na pokładzie policyjnego helikoptera, obie nerki pojechały do Krakowa, wątroba do Warszawy. Uratował życie kilku osobom.

— Ból po stracie jest ogromny i chyba nigdy się nie otrząsnę po tym, co się stało. Pociesza mnie jednak świadomość, że serce Krzysia nadal bije – tłumaczy pani Danuta. — Widok skrzyneczki z pobranymi narządami od zmarłego męża rozczulił mnie, a zarazem silne podbudował. Wiem, że zrobiliśmy coś wspaniałego, że daliśmy szansę innym na dalsze życie. Bardzo często bliscy nie godzą się na pobranie organów od swoich zmarłych bliskich. Ludzie, otwórzcie oczy, jest tak mało dawców, a osób czekających na przeszczep tak wiele. Mimo tragedii trzeba podjąć decyzję, można uratować czyjeś życie.

Uważam, że w grobie nam się one już nie przydadzą, a tu na ziemi mogą zdziałać jeszcze wiele dobrego. Nie potrafiłam inaczej postąpić — mówi.

Ból po stracie nie mija. Na grobie pana Krzysztofa wciąż płoną znicze...

— Mam teraz jedno marzenie, by kiedyś spotkać ludzi, którzy otrzymali narządy Krzysztofa. Żeby jeszcze kiedyś usłyszeć, jak bije serce mojego męża — mówi pani Danuta.

W Polsce organem koordynującym wszystkie transplantacje jest Centrum Organizacyjno-Koordynacyjne ds. Transplantacji „Poltransplant". Według udostępnionych danych, w 2020 r. dokonano 1180 przeszczepów narządów od zmarłych dawców — 717 nerek, 263 wątroby, ale tylko 145 serc i 51 płuc. Przeszczepów rogówki było 1269. W przypadku żywych dawców, pobrano tylko 31 nerek i 28 części wątroby. Ogólna liczba transplantacji w roku ubiegłym była niższa niż w latach poprzednich — 1473 organy w 2019 r., 1390 narządów w 2018 r. Liczba oczekujących na nowe organy, a więc i nowe życie, nie spada. Szacuje się, że na świecie codziennie umiera piętnaście osób nie mogąc się doczekać przeszczepów, podczas gdy co czternaście minut kolejna osoba jest kwalifikowana do zabiegu.

REKLAMA

komunikat

OGŁOSZENIE
Prezydenta Miasta Elbląg

o ponownym wyłożeniu do publicznego wglądu projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla obszaru obejmującego działki 5, 6, 7, 8 i 9 (obręb 4) przy ulicy Ogólnej w Elblągu

Na podstawie art. 17 pkt 9 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz.U. z 2021 r. poz. 741 ze zm.) oraz uchwały Rady Miejskiej nr VIII/260/2019 z dnia 28 listopada 2019 r. w sprawie przystąpienia do sporządzania planu zawiadamiam o ponownym wyłożeniu do publicznego wglądu **projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla obszaru obejmującego działki 5, 6, 7, 8 i 9 (obręb 4) przy ulicy Ogólnej w Elblągu** wraz z prognozą oddziaływania na środowisko.

Projekt planu wyłożony do wglądu w terminie od dnia 13.12.2021 r. do dnia 17.01.2022 r. na informacyjnej tablicy elektronicznej w siedzibie Urzędu Miejskiego w Elblągu, ul. Łączności 1 (parter) w pn., śr., czw. w godz. od 7.30 do 15.30, wt. w godz. od 7.30 do 16.30, w pt. w godz. od 7.30 do 14.30, oraz w Biuletynie Informacji Publicznej – Urząd Miasta w Elblągu/Miejscowe plany zagospodarowania przestrzennego.

W związku z zagrożeniem epidemicznym wywołanym przez wirus SARS-CoV-2 dyskusja publiczna nad rozwiązaniami przyjętymi w projekcie planu odbędzie się **w formie czatu internetowego na stronie www.dyskusjapubliczna.elblag.eu** w dniu **11.01.2022 r. od godz. 10.00 do godz. 16.00**. Zainteresowani będą mieli możliwość zadawania pytań dotyczących projektu planu, na które odpowiedzi będą udzielane w czasie rzeczywistym.

Od godz. 15.00 do godz. 16.00 dyskusja publiczna będzie miała formę spotkania online przy użyciu oprogramowania MS Teams. W dniu dyskusji zostanie wygenerowany bezpośredni link do spotkania, który zostanie udostępniony o godz. 10.00 na stronie dyskusjapubliczna.eu.

§ 21 ust. 2 rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 28 października 2021 r. w sprawie ustanowienia określonych ograniczeń, nakazów i zakazów w związku z wystąpieniem stanu epidemii stanowi, że do odwołania w urzędach administracji publicznej dopuszczalna liczba interesantów przebywających w tym samym czasie w jednym pomieszczeniu nie może być większa niż jedna osoba na jedno stanowisko obsługi, z wyłączeniem osób realizujących zadania w zakresie obsługi interesantów. W związku z tym od dnia **13.12.2021 r.** do dnia **17.01.2022 r. zapraszam na bezpośrednie spotkania ze służbami planistycznymi** w sprawie ustaleń zawartych w wyłożonym planie miejscowym **po uprzednim ustaleniu terminu i miejsca spotkania pod numerem telefonu Departamentu Urbanistyki i Architektury (55 239 30 72)**. Pod wskazanym numerem telefonu można uzyskać informacje na temat wyłożonego do publicznego wglądu projektu miejscowego planu.

Zgodnie z art. 18 ww. ustawy każdy, kto kwestionuje ustalenia przyjęte w projekcie miejscowego planu może wnieść uwagi. **Uwagi należy składać na piśmie** do Prezydenta Miasta Elbląg z podaniem imienia i nazwiska lub nazwy jednostki organizacyjnej i adresu oraz oznaczenia nieruchomości, której uwaga dotyczy, w nieprzekraczalnym terminie do dnia **07.02.2022 r.**

Jednocześnie, zgodnie z art. 39 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnienia informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz.U. z 2021 r. poz. 247 ze zm.), niniejsze obwieszczenie stanowi podanie do publicznej wiadomości projektu dokumentu wymagającego udziału społeczeństwa.

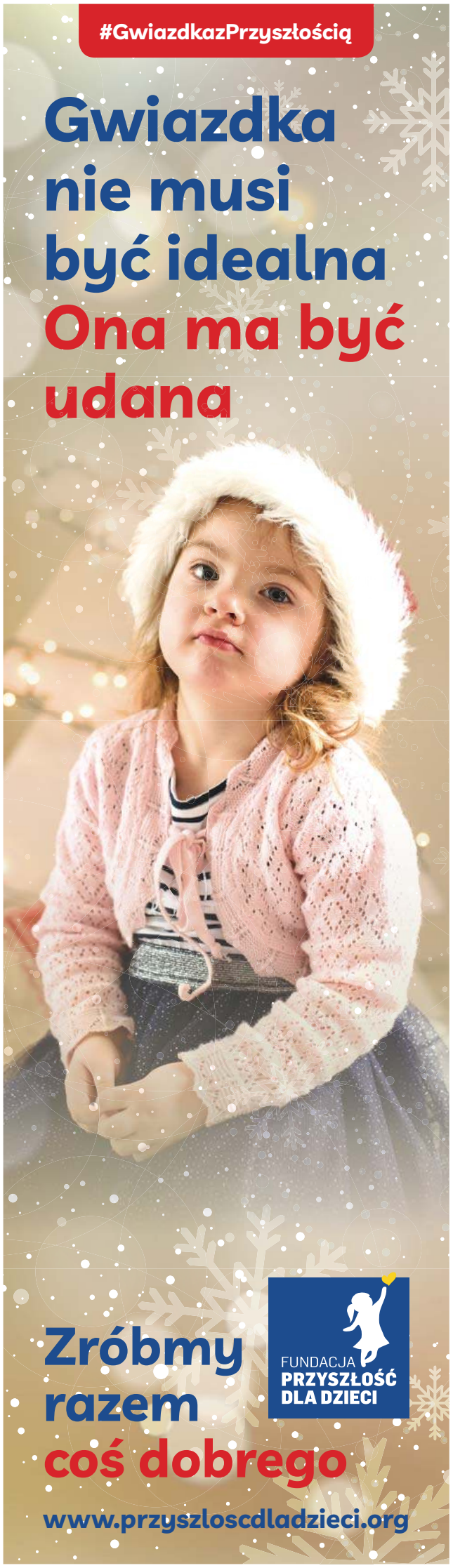
Zgodnie z art. 54 ust. 3, w związku z art. 40 cytowanej wyżej ustawy z dnia 3 października 2008 roku uwagi i wnioski do ww. projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego w zakresie oddziaływania na środowisko mogą być wnoszone na zasadach określonych w przepisach przywołanej ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym, wskazanych w niniejszym ogłoszeniu.

Prezydent Miasta Elbląg

Informacja dotycząca przetwarzania danych osobowych
Administratorem Państwa danych osobowych jest Gmina Miasto Elbląg z siedzibą przy ul. Łączności 1, 82-300 Elbląg, reprezentowana przez Prezydenta Miasta Elbląg.
1. Administrator wyznaczył inspektora ochrony danych osobowych, kontakt: tel. 55 239 33 28, e-mail: iod@umelblag.pl.
2. Dane osobowe przetwarzane są w celu przyjęcia uwag do projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego na podstawie ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym.
3. Dane osobowe mogą być przekazywane wyłącznie podmiotom uprawnionym na podstawie przepisów prawa.
4. Dane osobowe będą przechowywane bezterminowo.
5. Podanie danych osobowych jest ustawowym wymogiem.
6. Posiadają Państwo prawo do:
– dostępu do treści swoich danych, ich sprostowania,
– złożenia skargi do organu nadzorczego: Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, ul. Stawki 2, 00-193 Warszawa.

45421see1-A-G

eprasa.pl 85bb994f82



2621otbp-A -P

ZOSTAŃ ŚWIĘTYM MIKOŁAJEM

WSZYSTKIE DZIECI WIERZĄ W ŚWIĘTEGO MIKOŁAJA I CZEKAJĄ NA NIEGO. NIE WSZYSTKIE RODZINY MOGĄ SOBIE POZWOLIĆ NA SPEŁNIENIE ŚWIĄTECZNYCH MARZEŃ SWOICH DZIECI. WARTO O TYM PAMIĘTAĆ I WESPRZEĆ AKCJĘ „GWIAZDKA Z PRZYSZŁOŚCIĄ", BY ŻADNE DZIECKO NIE BYŁO SMUTNE W TE ŚWIĘTA.

Fot. SP nr 19 w Olsztynie

Pomagają także uczniowie z SP nr 19 w Olsztynie

Joanna Karzyńska
j.karzynska@gazetaolsztynska.pl

Wiele rodzin w naszym regionie potrzebuje naszego wsparcia, zwłaszcza przed świętami. Właśnie dla nich co roku Fundacja „Przyszłość dla Dzieci" przygotowuje paczki. Dzięki przedsiębiorcom, którzy angażują się w pomoc, dzieci wraz z rodzicami otrzymują to, co najważniejsze, żeby mieć szczęśliwe święta.

— Święta to czas, w którym nikt nie powinien być smutny i nieszczęśliwy, w szczególności dzieci — mówi Iwona Żochowska-Jabłońska, dyrektor Fundacji „Przyszłość dla Dzieci". — To właśnie z myślą o nich przygotowujemy paczki, które mają sprawić, że uśmiech zagości na twarzach dzieci, że choć na chwilę zapomną o chorobach, bólu i trudnościach. Dzięki ludziom o wielkich sercach, instytucjom, szkołom, firmom i przedsiębiorcom, możemy podarować dzieciom prezenty, o jakich marzą. Dzięki nim każdy z nas może być Świętym Mikołajem.

Cieszy, że takich firm i instytucji, które niosą pomoc, jest wiele. Urząd Miasta Olsztyna uruchomił zbiórkę, gdzie do wirtualnej skarbonki na stronie https://przyszloscdladzieci.org/skarbonka/umolsztyn/ można wpłacić dowolną kwotę pieniędzy, za które Fundacja kupi wymarzone prezenty dzieciakom. Wydział Środowiska Urzędu Marszałkowskiego również dołączył do akcji. Pracownicy zbierali słodycze i zabawki, które zostały przekazane Fundacji.

Ale nie tylko urzędy i firmy włączają się do świątecznej akcji. Los chorych dzieci nie jest obojętny uczniom Szkoły Podstawowej nr 19 im. Mikołaja Kopernika w Olsztynie. Uczniowie, ich rodzice i nauczyciele także zaangażowali się w świąteczną zbiórkę.

— Lubimy pomagać i cieszy nas to, że dzieci tak chętnie angażują się w akcje pomagania innym. Święta to czas, kiedy trzeba się dzielić z tymi, którzy mają trudności na co dzień. Pomagamy z potrzeby serca i chęci zrobienia dobrego uczynku — podkreśla Marta Kołak ze Szkoły Podstawowej nr 19. — Zależy nam, żeby od najmłodszych lat kształtować u dzieci chęć pomocy innym. Tegoroczną zbiórkę połączyliśmy z Dniem Bajek. Założyliśmy skarbonkę wirtualną, do której można wpłacać pieniądze. Zbieramy słodycze i zabawki. Na 10 grudnia zaplanowaliśmy kiermasz świąteczny. Będziemy sprzedawać ciasta. Już 50 rodziców zadeklarowało chęć ich upieczenia. Młodsze dzieci też organizują kiermasz książek i gier. Chętnie dzielą się zabawkami i słodyczami, są pełne empatii. Cieszą się, że mogą pomóc, że dzięki ich zaangażowaniu chore dzieci będą miały radosne święta. Nasi uczniowie interesują się losem podopiecznych Fundacji „Przyszłość dla Dzieci". Rozmawiamy o działalności Fundacji, wchodzimy na stronę i czytamy informacje o dzieciakach. Martwią się o nie i chcą im pomagać. Czas pandemii jest trudny dla nas wszystkich, a nasi uczniowie podkreślają, że chore dzieci są w izolacji i nie mają możliwości zabawy czy kontaktu z innymi dziećmi. Dlatego tak bardzo chcą jak najwięcej uzbierać pieniążków, zabawek i słodyczy, by wywołać uśmiech na twarzach tych dzieci.

Do gwiazdkowej akcji włączyli się również olsztyńscy rzemieślnicy, którzy przekazali swoje dzieła na licytację w fundacyjnej grupie na Facebooku - Mamy Moc Pomagania | Licytacje i akcje na rzecz dzieci.

— Pomagam z potrzeby serca. Uważam, że razem możemy zrobić więcej, im więcej osób podzieli się swoimi wyrobami, przekaże na licytacje jakieś rzeczy czy usługi, tym więcej uda nam się zebrać dla tych dzieci — mówi Natalia Załęska z firmy „Płonka". — Po raz drugi włączyłam się do akcji Fundacji i przekazałam swoje wyroby na licytację. Dobrem trzeba się dzielić, szczególnie przed świętami trzeba mieć otwarte serca na innych. Pomaganie ma sens i sprawia, że czujemy się lepiej. Ważne jest, by pamiętać o innych ludziach, o tym, że ktoś ma gorzej, że potrzebuje naszego wsparcia. Nie bądźmy obojętni, pamiętajmy o tych, którzy dzięki nam mogą spędzić radosne święta. Niech szczęście z wizyty Świętego Mikołaja z prezentem pozwoli wierzyć, że święta to czas wyjątkowy, w którym wszystko się może zdarzyć.

Każdy gest pomocy jest bardzo ważny. Dlatego zespół Fundacji „Przyszłość dla dzieci" organizuje już po raz kolejny akcję „Gwiazdka z Przyszłością".

— W tym roku mamy do przygotowania 500 paczek i zrobimy wszystko, co w naszych siłach, żeby nasze fundacyjne dzieciaki miały okazję do chwili zwyczajnej, niefrasobliwej zabawy — mówi Agnieszka Terebiłów z Fundacji „Przyszłość dla Dzieci". — Potrzebujemy też zebrać 105 tysięcy złotych, aby razem z życzeniami zdrowia przekazać także potrzebne leki i fundusze na rehabilitację chorych maluchów — dodaje koordynatorka akcji.

Datki na „Gwiazdkę z Przyszłością" możecie Państwo przekazać wpłacając na zbiórkę na stronie internetowej Fundacji www.przyszloscdladzieci.org

eprasa.pl 85bb994f82

CZAS WYMYŚLIĆ WARMIĘ NA NOWO

TURYSTYKA NA WARMII I MAZURACH POTRZEBUJE KÓŁ ZAMACHOWYCH. TAKIM MOŻE BYĆ SZLAK ŚWIĘTEJ WARMII. O PRZYSZŁOŚCI TURYSTYCZNEJ REGIONU ROZMAWIAMY Z RAFAŁEM SZCZEPAŃSKIM, WICEPREZESEM ZARZĄDU BBI DEVELOPMENT SA, PRZEDSIĘBIORCĄ, KTÓRY INWESTUJE NA WARMII.

Andrzej Mielnicki
a.mielnicki@gazetaolsztynska.pl

— Żeby mieć turystów, trzeba im coś zaproponować. Czy taką propozycją jest Szlak Świętej Warmii, który od ponad dwóch lat promuje olsztyńskie starostwo i inne starostwa położone na Warmii?

— Szlak Świętej Warmii to inne spojrzenie na turystykę i rozwój Warmii, szersze, z mocnymi filarami. Tego nie było, tego brakowało. To niezwykle cenny pomysł i tu uchylam kapelusza w stronę starosty olsztyńskiego Andrzeja Abako, który pozyskuje dla tego projektu kolejnych zwolenników. Tworzy się wspaniałe lobby wokół tego przedsięwzięcia. Jak dotychczas, nie wykorzystywaliśmy tego, co dała nam przyroda i historia. Tu warto podkreślić, że idea szlaku wpisuje się w szeroko rozumiane pojęcie wielokulturowości, które mogłoby stać się osią rozwoju turystyki, nie tylko dla Warmii, ale innych regionów ściany wschodniej, np. Podlasia czy Podkarpacia, gdzie też mamy do czynienia ze złożoną historią, różnymi religiami i innymi wartościami kulturowymi.

— Szlak pozwoliłby odkryć Warmię dla turystów, bo ci wciąż wybierają Mazury, ciągną nad wielkie jeziora, ale to też byłaby dźwignia rozwoju gospodarczego Warmii.

— Na pewno pozwoliłby na przyspieszenie gospodarcze, bo do tej pory Warmia była uboższą krewną Mazur. Wszyscy mówili o Mazurach, mało kto o Warmii i jej przyszłości. Mamy swoje atuty, to bogactwo wielu kultur i przyrody. Mamy niesamowite zamki i fortyfikacje, czyste jeziora, lasy, przez które ciągną się szlaki turystyczne. Mamy zabytki, katedry, bazyliki. Mamy Świętą Lipkę, Frombork, Głotowo i mamy Gietrzwałd, który jest jedynym w Polsce i Europie Wschodniej miejscem Objawień Maryjnych uznanych przez Watykan. Ale mamy również skansen w Olsztynku, termy w Lidzbarku czy centrum Ukiel nad Jeziorem Krzywym w Olsztynie. Ba, mamy nawet pola golfowe. To wszystko to właśnie Szlak Świętej Warmii. I jest Kopernik, który już sam w sobie jest magnesem, wielką atrakcją turystyczną.

Fot. Andrzej Mielnicki

Rafał Szczepański, wiceprezes zarządu BBI Development SA

— Tylko jakoś nie widzę pątników na tym szlaku, no może poza Gietrzwałdem. Czego nam więc brakuje?

— Bazy turystycznej adekwatnej do potencjału gospodarczego. Weźmy np. Gietrzwałd, który odwiedzają turyści. Mogliby zostać na Warmii dłużej, kilka dni i zwiedzać nasz region. Ale do tego trzeba bazy, która wciąż jest niewystarczająca, zwłaszcza, że tak dużo mówi się teraz o turystce zdrowotnej, rehabilitacyjnej, o tej nowej specjalizacji „zdrowe życie", która ma przyciągnąć turystów do nas. Bazy nie zbuduje się w rok, dwa. Jeżeli za 10-15 lat chcemy być w innym punkcie, to musimy już dziś zacząć budować infrastrukturę. Chodzi chociażby o hotele różnej kategorii, które będą dysponowały szerokim zapleczem rekreacyjnym, odnowy biologicznej itd. Takie obiekty funkcjonują świetnie przez cały rok, bo są uniezależnione od pogody. Tego potrzebujemy. A wiemy jedno, że pandemia sprawiła, że ludzie coraz chętniej będą wypoczywali w kraju i tu będą zostawiali swoje pieniądze.

— Gdy pana słucham, to wszystko wydaje się takie proste...

— I jest, ale wymaga śmiałych decyzji władz samorządowych, pomocy państwa. Potrzebujemy szerszego wsparcia turystyki na Warmii środkami unijnymi, w tym także z Programu Polska Wschodnia. Szlak Świętej Warmii to idea, która może stać się jedną z dźwigni rozwoju regionu. Mieliśmy hasło „Mazury cud natury", dzięki któremu wzrosło ogromnie zainteresowanie Mazurami, teraz pora wykuć nowe, że czas na Warmię, która jest niezwykła. Może trzeba byłoby ogłosić nawet konkurs na takie hasło promujące Warmię. Pokażmy ten nasz skarb światu, nasz region, który świetnie wpisuje się w Europę, w trendy, które w niej zachodzą. Popatrzmy tylko na szlak św. Jakuba, jaką cieszy się popularnością na świecie.

Warmiński szlak wzorowany jest na znanym na całym świecie szlaku św. Jakuba, który znajduje się w hiszpańskiej Galicji. Szlak Świętej Warmii opiera się na idei pielgrzymek indywidualnych (turystyce religijnej) i weekendowych wycieczkach rodzinnych. Projekt łączy ze sobą dziedzictwo kulturowe Warmii (muzea, kapliczki, kościoły, zamki, kulinaria) z atrakcjami turystycznymi regionu (jeziora, rzeki, lasy, termy, szlaki piesze, konne i rowerowe, pole golfowe, stadniny koni) z siecią gastronomiczno-hotelową (hotele, pensjonaty, agroturystyka), a także z siecią komunikacyjną (kolej, lotnisko w Szymanach, lotniska prywatne) z wyznaczonym geograficznie szlakiem turystycznym, który gminy warmińskie chcą stworzyć. Szlak Świętej Warmii ma przechodzić przez wszystkie gminy warmińskie (ok. 450 km) i mieć w sobie tzw. tematyczne pętle turystyczne (piesze, rowerowe, konne). Jednocześnie ma wykorzystywać potencjał gospodarczy i tworzyć nowe miejsca pracy.

POWSTAŁO STOWARZYSZENIE SZLAK ŚWIĘTEJ WARMII

Wczoraj przedstawiciele 33 powiatów, miast i gmin warmińskich podpisali akt założycielski Stowarzyszenia Szlak Świętej Warmii. Uroczystość odbyła się w zamku w Lidzbarku Warmińskim.

Myślę, że Warmia zabłyśnie na mapie Polski i wyjdzie z cienia Mazur — mówił burmistrz Lidzbarka Warmińskiego Jacek Wiśniowski, który rozpoczął to wyjątkowe spotkanie, na którym przy tym samym stole zasiedli także: prezydent Olsztyna Piotr Grzymowicz, starosta olsztyński Andrzej Abako, starosta lidzbarski Jan Harhaj oraz starosta braniewski Karol Motyka.

Spotkanie rozpoczęto od odśpiewania hymnu Warmii. Następnie goście obejrzeli filmy, które ukazują piękno Warmii.

— To piękno trzeba pokazać Polsce i Europie — powiedział Andrzej Abako. Wspomniał, że od dawna samorządowcy zastanawiali się, w jaki sposób promować Warmię.

To właśnie te rozważania i rozmowy doprowadziły do wczorajszego spotkania i inicjatywy, by założyć Stowarzyszenie Miast, Gmin i Powiatów - Szlak Świętej Warmii. Jego celem jest nie tylko promowanie Szlaku Świętej Warmii, ale też wzajemne wspieranie się jej członków w rozwoju gospodarczym, społecznym i kulturowym, a także dbanie o rozwój małej i średniej przedsiębiorczości oraz technologii energooszczędnych, czy ochronę środowiska naturalnego Warmii.

Fot. Ewa Lubińska

Członkowie założyciele nie zapominają o ochronie zabytków i dziedzictwa historycznego, o edukacji, kulturze, sporcie, turystyce i zdrowiu. Do celów, które stowarzyszenie sobie stawia, wpisano też między innymi rozwój obszarów wiejskich. Stowarzyszenie ma w planach także utworzenie Obszaru Strategicznej Interwencji dla Warmii.

W prezentacji przygotowanej dla uczestników wczorajszego spotkania podkreślano między innymi to, że „turysta dedykowany Warmii jest inny od turysty dedykowanego Mazurom".

Typowi turyści dla Mazur to głównie rodziny, które cenią sobie sporty wodne, takie jak: żagle, kajaki, skutery wodne, lub też wędkarze, albo przyjezdni nastawieni na rozrywkę. Często wykorzystują jeden obiekt przez cały pobyt.

Natomiast turyści na Warmii, to rodziny lubiące aktywność sportową połączoną ze zwiedzaniem, senior, pielgrzym religijny, turysta wędrujący: pieszy, rowerowy czy konny, ale też z zainteresowaniami historią, który lubi zwiedzać zabytki. Tutaj też często pojawiają się osoby, które cenią sobie dziedzictwo kulinarne Warmii. To najczęściej turysta weekendowy, który często zmienia miejsce pobytu.

Ewa Lubińska

eprasa.pl 85bb994f82

CZY ZOPERUJE NAS ROBOT?

ROBOT, KTÓRY POD NADZOREM LEKARZA PRZEPROWADZI ZABIEG USUNIĘCIA WYROSTKA, W DODATKU NA ODLEGŁOŚĆ. OKULARY PRZEŚWIETLAJĄCE POSZCZEGÓLNE CZĘŚCI CIAŁA PACJENTA W TRÓJWYMIARZE. PROTEZA WYDRUKOWANA NA DRUKARCE 3D. CZY TO NAS CZEKA W MEDYCYNIE?

Magdalena Maria Bukowiecka
m.bukowiecka@gazetaolsztynska.pl

Sztuczna inteligencja budzi emocje, żeby nie powiedzieć — kontrowersje. Zwłaszcza w medycynie na delikatne tylko wspomnienie natychmiast budzą się demony nieetyczności i ingerencji w coś z pogranicza sacrum i szacunku dla sił natury. Kto ma rację i po której ze stron się opowiedzieć? Zapalonych zwolenników upatrujących w sztucznej inteligencji świetlanej przyszłości dla medycyny, czy zagorzałych przeciwników czarno widzących manipulacje i ingerencję w to, co niedotykalne?

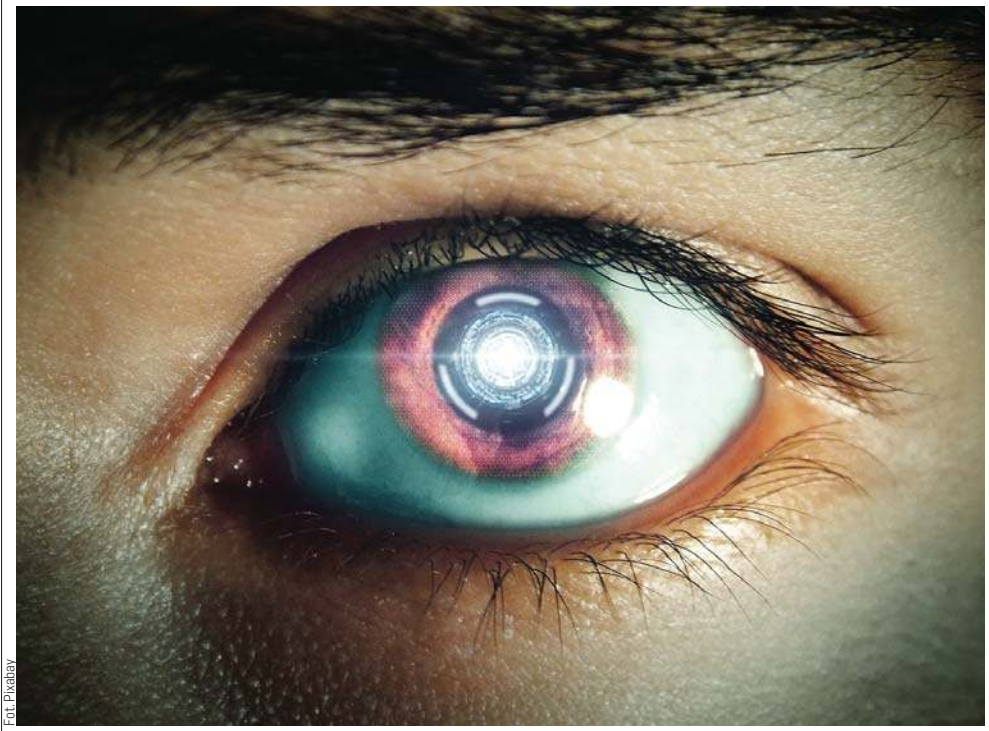
O co chodzi?

Na hasło sztuczna inteligencja w medycynie do głowy przychodzi milion pomysłów, ale czy choć jeden z nich jest konkretny? No, może ten z robotem, który dzielnie zastępuje lekarza i paroma sprawnymi, posuwistymi ruchami bez grama zawahania wycina pacjentowi wyrostek, albo tętniaka z mózgu, albo torbiel z jajnika... Obraz wyraźny czy nie, ale natychmiast powstaje pytanie: czy nas to czeka?! I co to w ogóle jest — ta sztuczna inteligencja...?

Rozróżniamy trzy jej poziomy: 1. wąska sztuczna inteligencja (ang. Artificial Narrow Intelligence — ANI), 2. ogólna sztuczna inteligencja (ang. Artificial General Intelligence — AGI) oraz 3. sztuczna superinteligencja (ang. Artificial Super Intelligence — ASI). Na dziś możemy mówić co najwyżej o pierwszym etapie. Te z poziomu 2. i 3. na razie zrównują się lub nawet przewyższają umysł człowieka — i to być może one budzą największy sprzeciw, bo zwyczajnie najbardziej przerażają. Najkrócej mówiąc: dziś sztuczna inteligencja znaczy mniej więcej tyle, co system lub urządzenie naśladujące ludzką inteligencję w wykonywaniu zadań i usprawniające pracę. Ani system, ani urządzenie nie jest zatem jeszcze w stanie zastąpić człowieka, ale może mu pomóc.

— SZTUCZNA INTELIGENCJA TO ALGORYTMY, SZCZEGÓLNIE O CHARAKTERZE UCZENIA GŁĘBOKIEGO, NAŚLADUJĄCE SIECI NEURONALNE, KTÓRYCH ZADANIEM JEST ROZWIĄZYWANIE OKREŚLONYCH DZIAŁAŃ MATEMATYCZNYCH, GŁÓWNIE TAKICH, KTÓRE PRZEKRACZAJĄ MOŻLIWOŚCI LUDZKIEGO UMYSŁU, ŻMUDNYCH I CZASOCHŁONNYCH

— mówi prof. Andrzej Grzybowski, specjalista z zakresu okulistyki, kierownik Katedry Okulistyki na Wydziale Lekarskim UWM, jedyny polski okulista, który znalazł się na liście Uniwersytetu Stanforda, prezentującej 2 proc. najbardziej rozpoznawanych naukowców świata. — Że kalkulator policzy na wielkich liczbach znacznie szybciej — to wszyscy wiemy od dawna. I podobnie trzeba patrzeć na algorytmy. A stosuje się je, nie tylko w medycynie, ale generalnie w świecie już od dobrych 20 lat. Szczególną karierę algorytmy zaczęły w chwili, gdy poznaliśmy i zaczęliśmy na co dzień stosować Internet i telefony komórkowe. Duża część aplikacji, z których codziennie



Fot. Pixabay

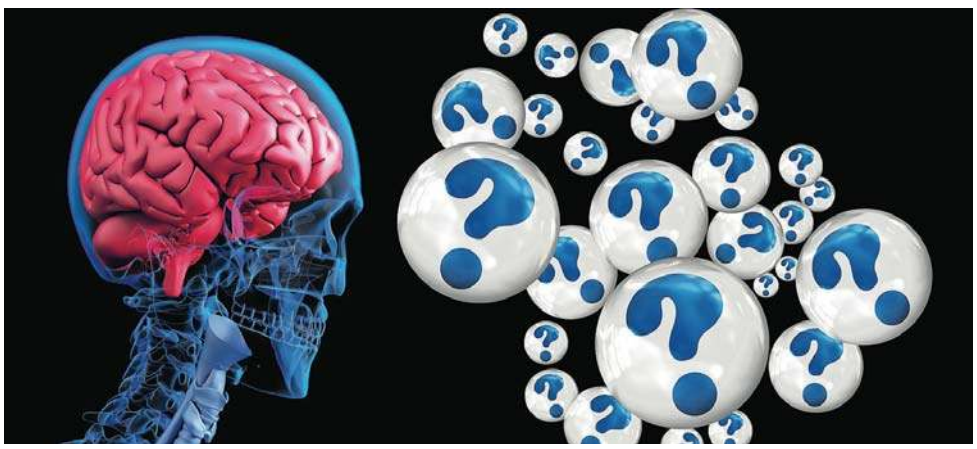
korzystamy, działa właśnie na podstawie algorytmów. Można nawet powiedzieć, że wszyscy korzystamy ze sztucznej inteligencji codziennie: choćby obsługując skrzynkę mailową. Albo używając tłumacza internetowego. Albo sortując zdjęcia w folderze. Także media społecznościowe szeroko korzystają z algorytmów. Musimy sobie jednocześnie zdawać sprawę, że wszystkie te platformy, które dzięki algorytmom działają, choć pozornie są bezpłatne — tak naprawdę żyją z naszych danych. Żywimy je naszą prywatnością — dlatego ważne, by robić to świadomie. Sam też z nich korzystam, ale zawsze pamiętam, że moja prywatność to cena, jaką płacę za korzystanie z określonej aplikacji lub wyszukiwarki. Jednak wciąż wiele osób nie ma tej świadomości i czasem czuje rozczarowanie, że po wyszukaniu jakiegoś towaru — chwilę później widzi na swoim ekranie mnóstwo reklam z towarami o podobnym profilu. To w sztucznej inteligencji ta druga, ciemniejsza strona medalu — ta, która może budzić pewne obawy i powodować zagrożenia. Jeśli jednak nauczymy się sztuczną inteligencję kontrolować, ta ciemna strona może nas nigdy nie dotknąć.

Sztuczna inteligencja (AI) w medycynie — czyli co konkretnie?

Medycyna to ta dziedzina, w której potencjał wykorzystania sztucznej inteligencji jawi się szczególnie jasno, mocno i dobitnie. Wielkie nadzieje prezentuje choćby Komisja Europejska, która już kilka lat temu opracowała plan finansowania badań nad AI na różnych rynkach. Już same problemy kadrowe w medycynie mają szansę na rozwiązanie właśnie dzięki AI.

— Medycyna z pewnością różni się od pozostałych, bardziej rozrywkowych lub komercyjnych dziedzin naszego życia — potwierdza prof. Grzybowski. — Medycyna zarządza danymi wrażliwymi, o czym musimy zawsze pamiętać. To dane, których udostępnienie mogłoby doprowadzić do poważnych konsekwencji. Czasem problemem bywa fakt, że i lekarze, ale i pacjenci nie bardzo algorytmy w medycynie rozumieją, a i jedni, i drudzy chcieliby wiedzieć, z czego określona informacja medyczna wynika. Na przykład: wykonano zdjęcie skóry, które następnie trafia do oceny przez sztuczną inteligencję. Mamy dziś algorytmy, które z wielką dokładnością potrafią wychwycić w skórze zmiany nowotworowe. Ale otrzymując taki wynik i lekarz i pacjent mogą zapytać, skąd algorytm wie, że tak rzeczywiście jest. I tu zaczynają się schody, bo lekarz swój tok rozumowania przed postawieniem określonej diagnozy może nam szczegółowo objaśnić. Algorytm takiego komfortu nam nie da. Gorzej: często sposób i procedury, na podstawie których uzyskał określony wynik, są dla nas kompletnie niezrozumiałe. Często określa się to zjawisko jako black box effect — efekt czarnej skrzynki. Nawet jeśli wyniku nikt nie kwestionuje, często pozostaje pytanie: jak algorytm go uzyskał. A to już wywołuje kolejny problem — problem kontroli algorytmu. Lekarzy w różny sposób, ale jednak stale kontrolujemy. Potencjałem algorytmu jest jego dostępność i dyspozycyjność: pracuje przecież 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu, a zatem w ciągu tygodnia jest w stanie przebadać tysiące konkretnych przypadków. Nie męczy się i nie bierze urlopów. Ponadto, człowiek może być też czasem źródłem błędu — bywa przecież zmęczony, roztargniony, ulega wielu emocjom. Jeśli algorytm popełnia błąd, czyni to systemowo, we wszystkich badaniach tak samo. Z jednej strony zatem wielka efektywność, ale z drugiej potrzeba stałej kontroli, by do tych błędów systemowych dochodziło jak najrzadziej.

— W okulistyce — nomen omen! — bardzo wyraźnie widać, jak oczywiste są korzyści ze sztucznej inteligencji — mówi prof. Grzybowski. — Zacznijmy od tego, że przybywa nam osób chorych. Wynika to z rosnącej długości życia, ale i z faktu, że wzrasta częstość występowania wielu chorób cywilizacyjnych. Coraz więcej ludzi cierpi z powodu otyłości, cukrzycy... Dziś o wiele więcej osób umiera z powodu cukrzycy właśnie, niż z powodu głodu na świecie. Paradoks, ale tak jest...! A zatem dłuższe życie i więcej chorób stanowią dla systemu ochrony zdrowia prawdziwe wyzwanie, bo dla większej liczby pacjentów potrzebujemy więcej lekarzy. A nie ma co liczyć na to, że lekarzy będzie więcej. Średni czas, jaki lekarz poświęca pacjentowi podczas wizyty, też stale maleje: w USA to 7 minut, z czego 5 zajmuje



eprasa.pl 85bb994f82

Prof. Andrzej Grzybowski podczas tegorocznej konferencji Amerykańskiej Akademii Okulistycznej (listopad 2021) jako pierwszy Polak otrzymał prestiżową nagrodę „Founders' Award" Międzynarodowego Towarzystwa Chirurgii Refrakcyjnej (International Society of Refractive Surgery). W rankingu Expertscape Worldwide Ranking prof. Andrzej Grzybowski sklasyfikowany został na 1. miejscu na świecie w dziedzinie leczenia zaćmy i na 2. miejscu w dziedzinie operacji usuwania zaćmy. Właśnie ukazała się książka pod redakcją dr. Andrzeja Grzybowskiego: „Artificial Intelligence in Ophthalmology". To obecnie najbardziej kompletne źródło wiedzy o sztucznej inteligencji w okulistyce na świecie. Ukazała się w październiku, a już kupiło ją ponad 3 tys. czytelników, co dowodzi, jakie zainteresowanie budzi sztuczna inteligencja.

elektroniczna dokumentacja medyczna. Na jakikolwiek kontakt z pacjentem pozostają zatem 2 minuty! Problem coraz większego pośpiechu w medycynie i braku czasu dla pacjenta możemy określić jako medycynę powierzchowną. Sztuczna inteligencja może okazać się pomocna, by wybrnąć i z tych problemów i z paradoksów. Gdyby mogła odciążyć lekarzy i odwrócić tę proporcję: by z tych 7 minut na pacjenta przypadało 5, a na dokumenty — 2, byłby to już bardzo duży sukces. Wiem, że to myślenie nieco idealistyczne, ale musimy jakoś ten świat przyszłości planować, wysoko mierzyć i stawiać duże wyzwania. Naszym celem jest medycyna głęboka, która z jednej strony wykorzystuje wszystkie atuty sztucznej inteligencji we wczesnym wykrywaniu chorób, określaniu ryzyka zachorowania oraz wyborze leczenia zindywidualizowanego dla pacjenta, a z drugiej strony pozwoli lekarzowi poświęcić więcej czasu na kontakt z pacjentem, by mu wytłumaczyć te bardzo trudne wyliczenia.

W Polsce w lutym 2020 r. mieliśmy nieco ponad 140 tys. lekarzy. Jeśli dodać do nich dentystów, liczba sięga niemal 180 tys. Przy populacji niemal 38 mln Polaków łatwo obliczyć, że jeden specjalista przypada na ponad 200 osób. Warto jednak pamiętać, że ponad 50 tys. lekarzy, a więc więcej niż jeden na trzech(!), ma powyżej 60 lat. Kto się zatem dziwi, że AI jest w stanie spowodować prawdziwą rewolucję technologiczną?

Czy AI zastąpi lekarzy?

Czy wizja przychodni lub szpitali, w których ludzi leczą bezbłędne, ale i pozbawione emocji roboty — ma szansę w najbliższym czasie stać się realna? Miejmy nadzieję, że skończy się na — tylko i aż — wsparciu personelu medycznego. Specjalne algorytmy będą po prostu wspierać lekarzy w codziennych działaniach: wypełniać dokumentację, proponować wstępną diagnozę, zapewniać stały monitoring pacjenta i wdrażanie odpowiedniego leczenia w nagłych sytuacjach.

Nawet zatem jeśli część środowiska lekarskiego obawia się, że sztuczna inteligencja zastąpi lekarzy, że stracą pracę, to ja — sądząc po brakach na każdym polu funkcjonowania służby zdrowia — jako pacjentka obawiam się raczej, że dla mnie wizyta u lekarza może skończyć się rozmową z robotem...!

— Ja też problemów z pracą dla lekarzy nie przewiduję — uspokaja prof. Grzybowski. — Zacznijmy od tego, że relacja lekarza czy jakiegokolwiek pracownika ochrony zdrowia z pacjentem jest tak wyjątkowa, tak intymna, że nikt i nic ich pacjentowi nie zastąpi. A już na pewno nie zastąpi jej wydruk komputerowy z zaleceniami lub głos jakiegoś komputerowego bota. Poza tym zwłaszcza te poważne choroby, jak nowotwór, wymagają bardzo dużej uwagi lekarza, ale i jego umiejętności psychologicznych oraz zwykłej empatii. Tego nie zastąpi żaden algorytm. Chodzi o to, by one odciążyły lekarzy w tej pracy administracyjnej.

Z pewnością są tacy, którzy słysząc „sztuczna inteligencja w medycynie", już knują swoje niecne zamiary...

— Sama w sobie sztuczna inteligencja może być nadużywana — uważa prof. Grzybowski. — Znamy to z doświadczenia, co chwilę słyszymy w reklamach o zmiataczach wolnych rodników i nanotechnologiach. Często wiele pojęć naukowych wykorzystuje się, by zwiększyć zaufanie do danego produktu i jego sprzedaż. Podobnie będzie z tą inteligencją i algorytmami. Tu dodatkowa trudność polega też na tym, że nie da się ich tak łatwo zweryfikować. A algorytm musi być rzetelny. Poza tym potrzebne są odpowiednie, bardzo precyzyjne regulacje. Obecnie w Unii Europejskiej taki algorytm zarejestrować o wiele łatwiej niż w USA. Ale ja, mimo realnych problemów i potencjalnych zagrożeń, jakie z zastosowania algorytmu mogą wynikać, uważam, że sztuczna inteligencja w medycynie jest w stanie przynieść nam wiele korzyści. Miejmy nadzieję, że wkrótce odpowiednie regulacje pozwolą w Unii, ale i w Polsce rejestrować takie algorytmy, których przydatności i wiarygodności nikt nie zakwestionuje, a które rzeszom pacjentów przyniosą szybszy dostęp do wysokiej jakości medycyny.

Celem nadrzędnym jest zatem najszersza możliwa współpraca ludzi — zarówno lekarzy, jak i pacjentów — z technologiami cyfrowymi. I to już będzie niesamowicie ważny oraz przełomowy krok w rozwoju medycyny. Żeby jednak nie było jak na tym karykaturalnym obrazku autorstwa pana Krzysztofa ps. „Silumin", na którym jeden chomik pyta: o co chodzi ciągle z tą sztuczną inteligencją? A drugi mu odpowiada: „Brakuje własnej, to kombinują z protezą."...!

REKLAMA

1621otbc-B -P

eprasa.pl 85bb994f82

PRZYCHODZĄ TU TYLKO MILI LUDZIE

BEZ SERA, BEZ JAJEK, BEZ MLEKA — ZA TO Z OGROMNĄ PORCJĄ PASJI I SZCZYPTĄ MIŁOŚCI. WŁAŚNIE TAKIE CIASTA POWSTAJĄ W JEDYNEJ W ELBLĄGU WEGAŃSKIEJ KAWIARNI, W KTÓREJ PRZY WSPARCIU MAMY, SWOJE MARZENIA REALIZUJE JOANNA LUTOWSKA.

Kamila Kornacka
k.kornacka@dziennikelblaski.pl

Przyznam, że nie do końca miałam pomysł na nazwę — chciałam, żeby było wiadomo, że serwujemy słodkości bez alergenów i składników pochodzenia zwierzęcego, a z drugiej strony od dziecka kochałam zapach bzu, który rósł nieopodal mieszkania mojej babci — zaczyna właścicielka kawiarni Bez w Elblągu.

Joanna Lutowska po raz pierwszy zamarzyła o takim lokalu, oglądając serial „Przyjaciele".

— ODKĄD PAMIĘTAM, PRZYGOTOWYWAŁAM W DOMU PRZERÓŻNE SŁODKOŚCI, A JUŻ KIEDY BYŁAM NASTOLATKĄ, ZACZĘŁAM PRACOWAĆ W GASTRONOMII. DZIŚ MOGĘ POWIEDZIEĆ, ŻE MI SIĘ UDAŁO — MAM WŁASNĄ KAWIARNIĘ, W KTÓREJ CZUJĘ SIĘ JAK W DOMU — I CHYBA NIE TYLKO JA, BO CZĘSTO SŁYSZĘ OD GOŚCI, ŻE NIE CHCE IM SIĘ WYCHODZIĆ, BO JEST U MNIE TAK MIŁO — PRZYZNAJE ELBLĄŻANKA.

Ale Bez poza przyjemną atmosferą oferuje coś jeszcze — ciasta, na które pozwolić sobie może niemal każdy — cukrzycy, alergicy i osoby, które wystrzegają się w swojej diecie produktów odzwierzęcych.

fot. archiwum prywatne

Joanna Lutowska: Wiele osób kieruje się ciekawością — zastanawiają się, jak smakuje ciasto bez jajka, bez mleka

— Sama nie toleruję laktozy. Pamiętam, że kiedyś musiałam dobrze kombinować, by coś upiec, bo w sklepach nie było jeszcze tak szerokiego asortymentu jak dziś. Pewnego razu zajrzałam do wegańskiej kawiarni w Trójmieście i doznałam pozytywnego szoku — okazało się, że mogę zjeść tam wszystko. To dało mi do myślenia, że właśnie takich miejsc ludziom brakuje — opowiada Joanna.

Mama razem z Joanną

Dziś Bez jest jedyną wegańską kawiarnią w Elblągu, a ciasta, które nie tylko ładnie wyglądają, ale i przepysznie smakują, nie zawierają glutenu, alergenów i cukru.

— Najbardziej cieszy mnie błysk w oczach najmłodszych gości, którzy do tej pory z różnych względów nie mogli jeść słodyczy, a nagle wchodzą do mnie i wiedzą, że tutaj mogą spróbować wszystkiego — cieszy się właścicielka kawiarni.

Joannie w pieczeniu pomaga mama. — Wszystko powstaje tutaj — na miejscu. W piątki i soboty potrafimy siedzieć w kuchni nawet do drugiej w nocy, ale pracujemy nad tym, by już tak nie robić — śmieje się moja rozmówczyni.

Czy zdrowe ciasta są trudniejsze do wykonania?

— Moim zdaniem nawet tworzenie tych tradycyjnych to sztuka. A jeżeli chodzi o wegańskie — dziś jest już na pewno dużo łatwiej — jajka można zastąpić siemieniem lnianym, wykorzystywać roślinne śmietany i bezmleczne czekolady. Są jednak takie przepisy, w których jajka to numer jeden i bardzo trudno znaleźć dla nich dobry odpowiednik. Największym wyzwaniem do tej pory była dla mnie beza, ale w końcu udało mi się opracować solidną recepturę i teraz już wychodzi za każdym razem — zdradza Joanna.

Bezsernik i tofurnik

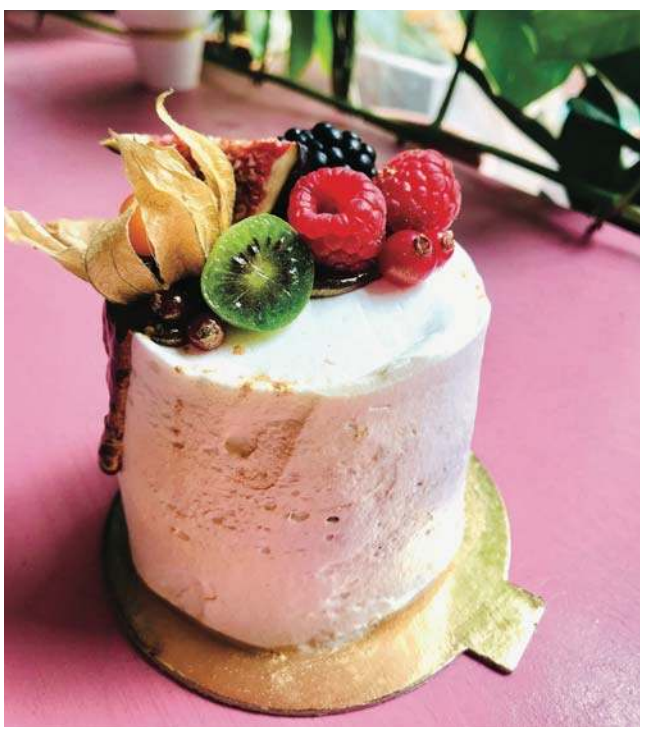
I dodaje: — Mamy w swojej ofercie między innymi bezsernik, jagielnik, tofurnik, szarlotkę i ciasto marchewkowe — widzę, że ludzie chcą próbować nowości, ale w nieco tradycyjnym wydaniu — najczęściej decydują się chyba na wegańskie odpowiedniki sernika. Ale ciasta to nie wszystko — serwujemy bezglutenowe naleśniki i od niedawna sałatki — zapakowane w słoiczki. Czasami wykonanie indywidualnego zamówienia na ciasto czy tort to prawdziwe wyzwanie, zwłaszcza gdy lista składników, które mogę wykorzystać do upieczenia tortu to zaledwie kilka produktów.

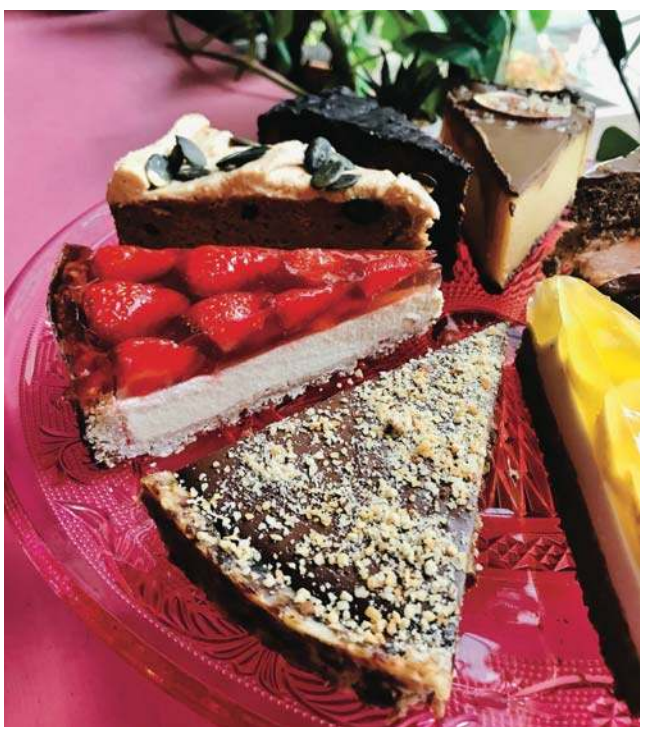
Lokal, choć powstał dopiero w maju tego roku, może pochwalić się rosnącą popularnością.

— Oczywiście w wakacje ruch był dużo większy — turyści odwiedzali nas bardzo chętnie. Jak jest po sezonie, dopiero sprawdzamy. Co ciekawe, po niedzielnej mszy przychodzi do nas sporo seniorów — zwłaszcza cukrzyków, którzy mają wiedzę na temat bezpiecznych zamienników cukru i zaglądają do nas regularnie, bo mają pewność, że tu dostaną ciasto, które im nie zaszkodzi. Wiele osób kieruje się ciekawością — zastanawiają się, jak smakuje ciasto bez jajka, bez mleka — ale ja mam wrażenie, że ostatnio zapanował trend przestawiania się na dietę bez produktów odzwierzęcych. Roślinny świat rozwija się, a ja już zauważyłam, że weganie i wegetarianie to chyba zupełnie inne charaktery, bo do mojej kawiarni przychodzą sami mili ludzie — cieszy się Joanna.

Bez powstał w trudnych dla przedsiębiorców czasach, ale jak przyznaje jego właścicielka, był to jej zdaniem ostatni moment, by spełnić swoje marzenie o kawiarni.

— Wydawało mi się, że ludzie będą mieli ochotę wyjść w końcu z domów i kiedy już mogli, czekało na nich zupełnie nowe miejsce na mapie Elbląga. Pandemia jest dla nas nadal wielką niewiadomą, jako firma musimy być elastyczni. W ciągu kilku miesięcy nawet w naszej branży ceny produktów poszły mocno do góry. Na szczęście to już nie te czasy, że człowiek otwiera lokal i pompuje w niego pieniądze tak długo, aż padnie. Dziś rozwiązań jest więcej, a bardzo pomocna jest choćby sprzedaż przez internet — a przy okazji — warto śledzić @bez/_elblag na instagramie i facebooku, bo właśnie tam informujemy o aktualnej ofercie i promocjach — zachęca rozmówczyni. I podsumowuje: — Czasy nie są łatwe, a gdzieś tam z tyłu głowy jest strach o to, co przyniesie jutro. Ale ja cieszę się tym, co jest dzisiaj i stawiam na rozwój.





eprasa.pl 85bb994f82

WSZYSTKO ZACZĘŁO SIĘ OD OKŁADKI

POZA SUKCESAMI SPORTOWYMI ODNOSI TEŻ ZAWODOWE I SPEŁNIA SIĘ W ROLI OJCA. 16 LAT CIĘŻKICH TRENINGÓW DOPROWADZIŁO GO DO MIEJSCA, W KTÓRYM JEST TERAZ. — A WSZYSTKO ZACZĘŁO SIĘ OD OKŁADKI JEDNEJ GAZETY — WSPOMINA KULTURYSTA DAMIAN JĘDRZEJEWICZ.

Kamila Kornacka
k.kornacka@gazetaolsztynska.pl

Damian Jędrzejewicz pochodzi z Elbląga. Tutaj zaczęła się jego przygoda ze sportem.

— Zaczynałem w Szkole Podstawowej nr 11, która wychowuje koszykarzy. Później trafiłem do IV Liceum Sportowego, by do klasy maturalnej przenieść się już do Kwidzyna — to z tamtejszym klubem podpisałem swój pierwszy kontrakt — wspomina 34-latek.

Plan na życie Damian miał już ustalony — studia na Akademii Wychowania Fizycznego i Sportu, kariera koszykarza, a w międzyczasie podjęcie pracy na stanowisku nauczyciela WF-u. Te założenia zweryfikowało jednak życie.

— Kiedyś wpadła mi w ręce gazeta Men's Health. Moją uwagę przykuł model na okładce — zaimponowała mi jego sylwetka — atletyczna budowa ciała zawsze robiła na mnie wrażenie — przyznaje mój rozmówca.

Na poważnie treningi na siłowni zaczęły się jednak dopiero gdy Damian miał osiemnaście lat. Wcześniej — jak przyznaje — „pakowanie" trochę go śmieszyło.

— Kiedy mieliśmy z kolegami po 13-14 lat spotykaliśmy się co prawda w piwnicznej siłowni, ale to wyglądało bardziej jak pajacowanie, a nie konkretny trening. Chłopcy w wieku dojrzewania, mając w ręce może 20 centymetrów, chodzili, jakby w rękawach poupychali po dwa telewizory. Moje podejście do siłowni zmieniło się w Kwidzynie, gdy jako zawodnik tamtejszej drużyny koszykarskiej, miałem po dwa, a nawet trzy treningi dziennie — niektóre z nich właśnie na siłowni. Wtedy też zobaczyłem na żywo nasze gwiazdy kulturystyki i znów byłem pod wrażeniem ich sylwetek. I wreszcie zapragnąłem wyglądać jak ten facet z okładki — opowiada Damian.

Wkrótce przyszedł też czas na weryfikację planów zawodowych.

— Przeniosłem się do Gdańska, gdzie kończyłem już AWFiS. Zacząłem też studia z inżynierii gazowniczej na Politechnice Warszawskiej. Zorientowałem się, jakie są realia związane z pracą w szkole — wynagrodzenie nauczyciela nie zachęcało. Trafiłem więc do spółki gazowniczej i tam rozwijałem się zawodowo. Dziś tworzę koncepcje sieci gazowych — praca jest bardzo satysfakcjonująca — wymaga sporej kreatywności i niestandardowego myślenia — mówi sportowiec.

I dodaje: — Jak widać, można być wielowątkowym w swoim życiu i to się opłaca. Dzięki temu moja praca hobbystyczna, czyli bycie trenerem personalnym, jest bardziej atrakcyjna. Wśród znajomych, którzy zawodowo spędzają na siłowni wiele godzin, widzę już oznaki wypalenia zawodowego. Za to ja, kiedy wstaję zza biurka i wyłączam komputer, nie mogę się doczekać treningu.

To właśnie w Gdańsku Damian poznał swojego pierwszego trenera i zaczął przygotowywać się do debiutu na Mistrzostwach Polski, które odbyły się w 2013 w Kielcach.

— Pamiętam, że byłem 15 na 18 uczestników — ciężko przyjąłem porażkę, bo jako koszykarz odnosiłem już sukcesy, byłem też reprezentantem kadry województwa. Nie zniechęciłem się jednak — zaznacza Damian.

Lata mijały, a sportowiec poszerzał swoją wiedzę z zakresu żywienia i suplementacji. Przez cały czas pracował tak ciężko, jak tylko mógł. Przełom nastąpił w roku 2017.

Fot. archiwum prywatne

— Udało mi się znaleźć federację promującą kulturystykę naturalną — czyli bez dopingu. Na kolejny rok — 2018 — szykowałem się do międzynarodowych mistrzostw, które odbywały się w Bukareszcie. W Rumunii udało mi się zdobyć swój pierwszy złoty medal w kategorii powyżej 180 centymetrów wzrostu. W 2019 wystartowałem w Mistrzostwach Europy — zająłem nieszczęśliwe czwarte miejsce, ale było to wynikiem mojego błędnego postrzegania kulturystyki naturalnej. Myślałem, że mój wysoki wzrost — 195 centymetrów — obliguje mnie do większej masy. Taki jest przecież ogólny cel kulturystyki — by rozbudowywać mięśnie, ale kulturystyka naturalna stawia na jak największe docięcie — musi być widoczna separacja wszystkich mięśni. Żeby to osiągnąć, trzeba zrobić bardzo dużą redukcję tkanki tłuszczowej — wyjaśnia kulturysta.

Wkrótce w życiu Damiana przyszły kolejne zmiany.

— W 2020 zostałem ojcem — to był wspaniały, ale jednocześnie trudny rok. Moja córka zaraziła się sepsą i otarła o śmierć. Na szczęście przeżyła, ale kolejną diagnozą była neutropenia dziecięca, czyli znaczny spadek odporności — opowiada sportowiec.

Aby nie narażać zdrowia dziecka, zrezygnował z wizyt w profesjonalnej siłowni.

— Zszedłem do piwnicy. Dysponując sztangą i dwoma hantlami, a przede wszystkim wiedzą i ogromną determinacją, robiłem swoje. Treningi aerobowe zamieniłem na spacery z córką — chodziłem więc z wózkiem tak, jakbym bardzo spieszył się na autobus i zdarzało nam się, że byliśmy szybsi od biegaczy, którzy z niedowierzaniem obserwowali, jak wyprzedza ich chłop z wózkiem — wspomina ze śmiechem Damian.

W tym roku sportowiec zaliczył kolejne starty. Mistrzostwa Świata w Bukareszcie przyniosły piąte i szóste miejsce, wyjątkowo po nich — w wyniku zmian organizacyjnych spowodowanych pandemią — odbywały się Mistrzostwa Europy.

— BYŁEM DUMNY Z WYNIKÓW, KTÓRE OSIĄGNĄŁEM W BUKARESZCIE, BO OBSADA BYŁA BARDZO MOCNA, A JA CHCĘ RYWALIZOWAĆ Z NAJLEPSZYMI.

Miałem jednak sportowy niedosyt, postanowiłem więc wziąć udział w Mistrzostwach Europy, choć byłem już naprawdę wyczerpany. Końcówka przygotowań to walka z samym sobą, ciężka praca nad własną psychiką, której przyświeca jeden cel — wytrwać — mówi kulturysta.

Damian chciał wejść na wyżyny swoich możliwości. Znacznie ograniczył ilość przyjmowanych kalorii i jeszcze więcej trenował.

— Dorzuciłem między innymi godzinę pozowania. Kilka póz i to, w jaki sposób się zaprezentujemy na scenie, może zdecydować o zwycięstwie. Utrzymywałem bardzo niski poziom tkanki tłuszczowej — tak naprawdę przez cały rok byłem głodny — stwierdza mój rozmówca.

Mistrzostwa Europy odbyły się w Czechach, a Damianowi udało się zdobyć złoty medal w kategorii klasyczna sylwetka i kartę profesjonalisty, która umożliwi mu starty w zawodach o jeszcze wyższej randze.

— Kiedy trzymałem w rękach flagę, a w tle leciał nasz hymn — byłem rozwalony na łopatki, a łzy same płynęły. Myślę, że dla każdego, kto przez wiele lat ciężko pracuje, taki moment jest wspaniały — mówi Damian.

Dziś sportowiec ma jeden plan — odpoczynek.

— Chcę się trochę zregenerować, chociaż cały czas trenuję — nadal w piwnicy ze względu na zdrowie córki. Wiem jednak, że kluczem do sukcesu jest po pierwsze determinacja — podsumowuje Damian.

REKLAMA

Handlowe niedziele
12 i 19 grudnia
w godz. 9⁰⁰-15⁰⁰
gracja
* Wycięty z gazety kupon rabatowy ważny tylko w niedziele 12 i 19.12.2021 r.
Z tym ogłoszeniem kupisz BEZ MARŻY!*
NAJWIĘKSZA HURTOWNIA ODZIEŻY W OLSZTYNIE
ul. Wyszyńskiego 7
tel. 89 534 63 52
www.gracjaolsztyn.pl
122521otbr-A-G

Największa Hurtownia Odzieży w Olsztynie
Olsztyn, ul. Wyszyńskiego 7
tel. 89-534-63-52
gracja
www.gracjaolsztyn.pl
Z tym kuponem kupisz bez marży*
• oferta ważna do 18 grudnia 2021 r.
Hurtownia wprowadziła na stałe sprzedaż detaliczną
Serdecznie zapraszamy
• pon.-pt. 9.00-18.00
• sob. 9.00-15.00
* Do zakupu bez marży uprawnia tylko kupon z papierowego wydania gazety.
90021otbr-G-G

eprasa.pl 85bb994f82

SZUKAMY ZIMOWEGO BRZDĄCA

JAK CO ROKU PROWADZIMY PLEBISCYT ŚWIĄTECZNY BRZDĄC. ZWYCIĘZCY POWIATOWI TRAFIĄ NA PIERWSZE STRONY NASZYCH TYGODNIKÓW, REGIONALNI „GAZETY OLSZTYŃSKIEJ" /"DZIENNIKA ELBLĄSKIEGO".

Mamy nadzieję, że zechcą państwo pochwalić się zdjęciami swoich pociech. Plebiscyt rozgrywamy w poszczególnych powiatach i na szczeblu regionalnym. Nie ma podziału na chłopców i dziewczynki. Nadesłane zdjęcia zamieszczamy w naszych tygodnikach i w „Gazecie Olsztyńskiej"/ „Dzienniku Elbląskim" oraz na naszych stronach internetowych.

Zwycięzcy powiatowi trafią na pierwsze strony naszych tygodników, regionalni — „Gazety Olsztyńskiej"/„Dziennika Elbląskiego".

W PLEBISCYCIE MOGĄ BRAĆ UDZIAŁ DZIECI URODZONE PO 5 LISTOPADA 2009 ROKU.
PLEBISCYT TRWA DO 12 GRUDNIA 2021 ROKU I SWOIM ZASIĘGIEM OBEJMUJE WOJEWÓDZTWO WARMIŃSKO-MAZURSKIE.

Więcej informacji na gazetaolsztynska.pl i naszych stronach powiatowych. **red.**

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

DZISIAJ PREZENTUJEMY ZDJĘCIA MALUCHÓW, KTÓRE SĄ LIDERAMI W CZĘŚCI RANKINGÓW POWIATOWYCH

Fabian Truszczyński (20 miesięcy), Kurzętnik, powiat nowomiejski

Milena Rogozińska (4 latka), Rychnowo, powiat ostródzki

Hanna Granica (6 miesięcy), Nidzica

Zuzanna Szpot (3 lata), Elbląg

Filip Targoński (11 miesięcy), Giżycko

Nela Stankiewicz (5 miesięcy) Gołdap

Szymon Wójcik, Wozławki, powiat bartoszycki

Maja Ruda (Wilknity), powiat braniewski

Ida Kochanowska (Kętrzyn), 1 rok,

Iga Parol (7 miesięcy), Lidzbark Warmiński

Iga Moczydłowska (5 miesięcy), Olsztyn

Alan Dąbrowski, Stanowo, powiat iławski

eprasa.pl 85bb994f82

SOBOTA 4 GRUDNIA

Warsztaty teatralne dla dzieci

Olsztyn

Bezpłatne warsztaty teatralne dla dzieci w wieku 6 - 12 lat — w sobotę 4 grudnia w godzinach 10:00- 14:00 w Miejskim Ośrodku Kultury, w sali kameralnej kamienicy Naujacka, przy ul. Dąbrowszczaków 3 w Olsztynie. Uczestnicy dowiedzą się, czym jest scenografia teatralna, stworzą jej prototyp, a także będą mogli wczuć się w rolę aktora grającego w zbudowanej wspólnie scenografii. Organizatorką jest Justyna Sankowska, która na realizację zadania dostała stypendium artystyczne miasta Olsztyna. Udział bezpłatny, obowiązują zapisy: teatrzykwarminski@gmail.com.

NIEDZIELA 5 GRUDNIA

Premiera nowego wydania bajek

Lidzbark Warmiński

Oranżeria w Lidzbarku Warmińskim zaprasza na premierę nowego wydania książki autorstwa Ignacego Krasickiego „Bajki o zwierzętach" z ilustracjami Józefa Wilkonia w dwóch terminach: niedziela 5 grudnia, godz. 17:00 i w poniedziałek 6 grudnia, godz. 13:00. Publikacja powstała z inicjatywy Stowarzyszenia Kobiet „Miej Marzenia" oraz Oranżerii Kultury – Miejskiej Biblioteki Pedagogicznej.

Biskup Ignacy Krasicki – książę poetów polskich to znamienita postać historyczna Warmii. Józef Wilkoń to ikona polskiej ilustracji, współczesny artysta malarz znany na całym świecie, rzeźbiarz oraz historyk sztuki. Nazywany jest „malarzem zwierząt". Swój zwierzyniec tworzy w różnych technikach: od delikatnych akwareli i pasteli po monumentalne rzeźby z drewnianych bali i blachy. W recenzjach jego twórczości czytamy: „Wilkoniowe portrety zwierząt przenika czułość – począwszy od niewielkich szkiców po rzeźby pasażerów monumentalnej Arki".

Ważna informacja obowiązuje rezerwacja: tel. 517 262 146, mail: oranzeria@lidzbarkw.pl

WTOREK 7 GRUDNIA

Podróże dla każdego. Spotkanie z Jakubem Poradą

Olsztyn

Jakub Porada, znany dziennikarz i podróżnik, odwiedzi stolicę Warmii i Mazur. Spotkanie odbędzie się w 7 grudnia (wtorek) o godz. 18.00 w Planecie 11 (al. Piłsudskiego 38). Wstęp bezpłatny. Jeśli nie wiesz, w jaki sposób wybrać się w cotygodniową podróż za niewielkie pieniądze oraz jak umiejętnie wyszukać bilety, noclegi i stworzyć ciekawy plan weekendowych podróży, zapraszamy na spotkanie z Jakubem Poradą. Będziesz mógł na bieżąco obserwować proces polowania na okazje i promocje oraz zyskać praktyczną wiedzę na ten temat.

Jakub Porada jest specjalistą od taniego podróżowania, prowadzącym popularną serię w Dzień Dobry TVN: „Porada da Radę" oraz „Pora na Polskę". Obecnie prowadzi również podróżniczy cykl w TVN24 „Polska na Weekend". Jest autorem i prowadzącym program „Pokaż nam świat" w TVN24Bis, a także program „Porada na weekend" w Travel Channel.

WTOREK 7 GRUDNIA

Nowa wystawa w muzeum „Utkana opowieść"

Olsztyn

Muzeum Warmii i Mazur w Olsztyn, ul. Zamkowa 2, zaprasza od 7 grudnia na nową wystawę „Utkana opowieść. Warmińskie i mazurskie tkaniny ludowe ze zbiorów Muzeum Warmii i Mazur". Ekspozycja to kolekcja tkanin ludowych i została przygotowana w całości ze zbiorów własnych muzeum. Tkactwo na Warmii i Mazurach było zajęciem powszechnym. Jako rzemiosło uprawiane na własne potrzeby przetrwało jeszcze w czasach upowszechniania się tkanin produkcji fabrycznej.

Ekspozycja ukazuje wiejskie tkactwo regionu w sposób szeroki wraz z zagadnieniami związanymi z obróbką surowca i przygotowaniem przędzy. Zostaną zaprezentowane zarówno te dekoracyjne jak i odzieżowe: charakterystyczne dla regionu „płachty", tkaniny podwójne, pościelowe, kolorowe szmaciaki i uszyte z samodziałów elementy ubioru. Poprzez prezentację tych eksponatów pragniemy ukazać specyfik dawnego ludowego rzemiosła i piękno tkanin charakterystycznych dla Warmii i Mazur. Kuratorem wystawy jest kustosz Anna Czachorowska.

Muzeum od 1 października do 30 kwietnia jest czynne od 9 do 16 (w poniedziałek zamknięte).

DO 12 GRUDNIA

Dwie wystawy w BWA

Olsztyn

W Galerii Sztuki BWA w Olsztynie (al. Piłsudskiego 38) można oglądać dwie wystawy. W sali kameralnej — „Droga do nieoczekiwanego" prezentację twórczości nieżyjącego już artysty Mieczysława Romańczuka. To przegląd jego mniej znanej twórczości, kameralnej, skrytej w przestrzeni pracowni i w większości nigdy wcześniej nieprezentowanej. W dużej sali — „Wizerunki napięć" — retrospektywną wystawę malarstwa i grafiki prof. Wiesława Bieńkuńskiego z Akademii Pedagogiki Specjalnej w Warszawie, mieszkańca podolsztyńskiego Kaborna. Obie ekspozycje można oglądać do 12 grudnia w godz.: piątek-niedziela 11:00 - 19:00; wtorek- czwartek 10:00 - 18:00.

Fot. Beata Brokawska

Wystawa „Droga do nieoczekiwanego" Mieczysława Romańczuka

Wydarzenia w Wojewódzkiej Bibliotece Publicznej

piątek 3 grudnia, godz. 14.00

Poezja w szkole. O Beacie Obertyńskiej, Annie Achmatowej, Marinie Cwietajewej i własnej poezji...

Organizator: Warmińsko-Mazurska Biblioteka Pedagogiczna

Sala konferencyjna 3 (poziom I), WBP; ul. 1 Maja 5

7 grudnia

Wernisaż online 7.12, godz. 12.00. Wystawa czynna do 5 stycznia. Wystawa pt.: „Z Władywostoku do Olsztyna" Siergieja Gorbaczewa

Galeria Stary Ratusz WBP; ul. Stare Miasto 33

9 grudnia, godz. 17.30

Spotkanie autorskie online z Krzysztofem D. Szatrawskim i promocja jego tomiku „Wszędzie". Prowadzenie: Piotr Siwecki

Facebook WBP w Olsztynie: https://www.facebook.com/WBPOlsztyn/

10 grudnia, godz. 16.30-18.30

„Przerwa na czytanie" – warsztaty tworzenia zakładek w duchu upcyklingu.Pokój z widokiem, Stary Ratusz, WBP; ul. Stare Miasto 33. Masz w domu niepotrzebne wstążki, guziki, ścinki materiałów, tekturę? Zabierz je ze sobą na warsztaty. Z tego może powstać coś pięknego! Zapisy do 8 grudnia, e-mail: wypozyczalnia@wbp.olsztyn.pl.

14 grudnia, godz. 9.00-18.30

Jak korzystać z IBUK Libra? Indywidualne konsultacje – dlaczego warto, na jakich urządzeniach i jak korzystać z tej platformy. Czytelnia, Stary Ratusz, WBP; ul. Stare Miasto 33

16 grudnia, godz. 17.30

Spotkanie autorskie online z Zygmuntem Trusewiczem, autorem książki „Wileńskie tradycje olsztyńskiej chirurgii" wyróżnionej za wybitne walory edytorskie i poznawcze podczas gali Wawrzyn 2020. Facebook WBP w Olsztynie: https://www.facebook.com/WBPOlsztyn/

REKLAMA

przetarg

OGŁOSZENIE

Spółdzielnia Mieszkaniowa „Nad Jarem"

w Elblągu, ul. Korczaka 29

ogłasza przetarg nieograniczony na wymianę 26 szt. drzwi wejściowych do budynków mieszkalnych wielorodzinnych administrowanych przez SM „Nad Jarem". Termin realizacji zamówienia: do 30.04.2022 r.

Oferty należy składać do dnia 28.12.2021 r. do godz. 9.00 korespondencyjnie lub bezpośrednio w siedzibie Spółdzielni. Otwarcie ofert i wybór oferenta nastąpi w siedzibie Spółdzielni w dniu 28.12.2021 r. o godz. 10.00 bez udziału oferentów. Warunkiem uczestnictwa w przetargu jest wykupienie specyfikacji istotnych warunków zamówienia w cenie 50 zł przelewem opłaty na konto nr: 52 1020 1752 0000 0502 0003 1567.

Procedurę wykupu specyfikacji należy przeprowadzić drogą e-mailową (smnadjarem@elblag.pl) lub osobiście w siedzibie Spółdzielni. Zamawiającej przysługuje prawo swobodnego wyboru oferenta, jak również unieważnienie przetargu bez podania przyczyn.

46121see1-A -P

REKLAMA

Z okazji obchodzonego 5 grudnia

Międzynarodowego Dnia Wolontariusza

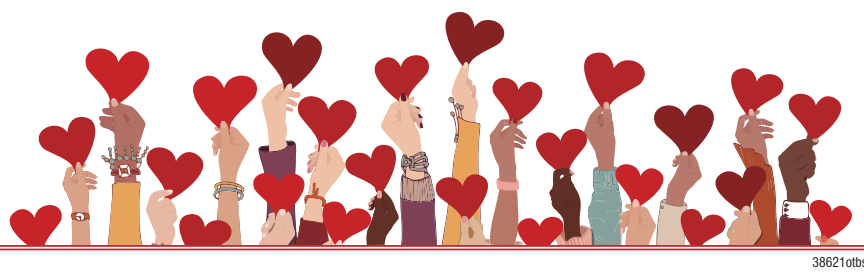
składamy wszystkim Wolontariuszom serdeczne podziękowania za pomoc potrzebującym, szczególnie w trudnym czasie pandemii, bezinteresowne zaangażowanie w sprawy lokalnych społeczności i mieszkańców regionu.

Dziękujemy Wam za serce, czas i wrażliwość.

Życzymy Wolontariuszom wiele satysfakcji z działalności, radości, nowych pomysłów i wyzwań, a także realizacji wszystkich planów i marzeń.

Gustaw Marek Brzezin
Marszałek
Województwa
Warmińsko-Mazurskiego

Bernadeta Hordejuk
Przewodnicząca Sejmiku
Województwa
Warmińsko-Mazurskiego



38621otbs-a-M

eprasa.pl 85bb994f82

KOT A SPRAWY LUDZKIE

ZIMA IDZIE — KOLEJ NA KOTY. PSOM WCALE NIE USTĘPUJĄ POPULARNOŚCIĄ W KONKURENCJI: PUPIL DOMOWY. WARTO TEŻ WIEDZIEĆ, JAK KOT DOMOWY MOŻE WPŁYWAĆ NA NASZE ZDROWIE. A ŻE WPŁYWA — NIKT NIE POWINIEN MIEĆ CO DO TEGO WĄTPLIWOŚCI...!

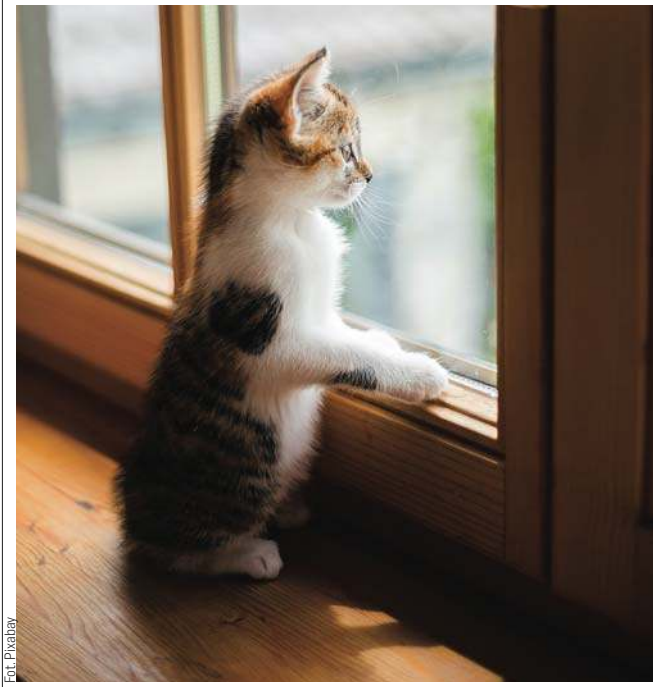
Magdalena Maria Bukowiecka
m.bukowiecka@gazetaolsztynska.pl

Jak wykazały badania, właściciele kotów żyją średnio nawet o 5 lat dłużej. Kto nie chce, niech nie wierzy, ale przebywanie z czworonogiem naprawdę przynosi pozytywne skutki. Z kolei głaskanie kota i jego mruczenie niejednemu przedstawicielowi homo sapiens poprawia nie tylko humor, ale obniża też poziom ciśnienia we krwi. Tym bardziej, że koty potrafią modulować częstotliwość dźwięków od 20 do 140 Hz, a niektóre rejestry działają na ludzki organizm skuteczniej niż fachowa terapia.

Kocie mruczenie wywołuje też wibracje do złudzenia przypominające te wykorzystywane w nowoczesnej ortopedii do leczenia złamań i naderwania mięśni. Towarzyszący mruczeniu dźwięk wzmacnia układ odpornościowy człowieka i pozytywnie wpływa na nasze krążenie krwi, ciśnienie i pracę serca, na układ nerwowy i psychikę. Obecność kotów w domu powoduje wytwarzanie się przeciwciał. Koty wyczuwają też emocje człowieka, a jeśli czują, że z właścicielem dzieje się coś niedobrego — starają się z całych sił załagodzić stres i poprawić nastrój. Oddziałują przez to bardzo korzystnie na nasz mózg i wpływają na zmniejszenie odczuwanego stresu oraz na wydzielanie hormonu szczęścia i spokojny sen. Delikatne drapanie i ugniatanie naszego ciała przez kocie pazurki działa natomiast jak akupunktura.

Z pewnością wiele osób słyszało historie o kotach, które wyczuwając choroby czy ból, kładą się w konkretnym miejscu, ogrzewając ciało swojego opiekuna i pomagają w leczeniu. Choć wydają się raczej legendami — mają naukowe podstawy. Miejsce, na którym położy się kot, robi się cieplejsze, a jak cieplejsze — to poszerzają się naczynia krwionośne i ta część ciała staje się lepiej ukrwiona, szybciej się goi, mniej boli.

Jeśli przebywanie i zabawa z kotem odpręża i poprawia humor — to także zmniejsza konsekwencje stresu i znacznie obniża zapadalność na schorzenia serca i układu krążenia. Specjaliści od chorób naczyniowych z Uniwersytetu Minnesota 10 lat obserwowali ok. 4,5 tys. pacjentów w wielu od 30 do 75 lat, spośród których 60 proc. posiadało futrzaka. Okazało się, że miłośnicy kotów przejawiają mniejsze skłonności do zawałów, a ryzyko ataku serca jest u nich o 30 proc. niższe niż u ludzi, którzy nie posiadali żadnego zwierzęcia futerkowego. Kolejne badania wykazały też, że właściciele kotów byli znacznie mniej narażeni na śmierć wskutek chorób sercowo-naczyniowych, w tym udarów.



Fot. Pixabay

Felinoterapia, której nazwa pochodzi od łacińskiego określenia kota „felis" i greckiego „therapeia", to jeden z rodzajów zooterapii, w której kontakt z kotem wykorzystuje się w procesie leczenia i rehabilitacji chorych. W Polsce dopiero zdobywa zwolenników, ale za granicą jest podstawą terapii wspomagających leczenie autystycznych dzieci, osób chorych psychicznie i starszych. Pomaga także przy resocjalizacji więźniów. Kontakt z kotem działa ponadto zbawiennie dla chorych na ADHD, artretyzm, chorobę Alzheimera, depresję, dystrofię mięśniową, niepełnosprawność fizyczną, nieśmiałość i wycofanie społeczne, stwardnienie rozsiane i zespół Downa.

Kot, codzienny towarzysz ludzkiego, pełnego udręk życia, jest też niezastąpionym lekarstwem na depresję. Odwraca uwagę od problemu, bo przecież nie swoimi chorobami — a nim się trzeba zajmować. Mało przejęty psychicznym stanem swojego właściciela — twardo domaga się zabaw, uwagi, towarzystwa, okazuje uczucia i na każdym kroku udowadnia, że to właśnie on jest niezastąpiony. Pomaga ponadto człowiekowi wyrabiać w sobie odpowiedzialną postawę i pewne rytuały, choćby regularne karmienie pupila. A fakt. Każdy właściciel kota to potwierdzi: jak już futrzany podopieczny zrobi się głodny — zdrowy czy chory, ruchliwy czy ze wszystkimi kończynami w szynach — rzucaj, człowieku, cokolwiek robisz i czym prędzej napełniaj kocią michę...! Ale fakt drugi: ten żelazny, niczym nie zmącony spokój kotów udziela się także właścicielowi... Dla znerwicowanych — jak znalazł.

Nie trzeba być jednak ciężko chorym, bo takiego dachowca przygarnąć. Koty stymulują przecież rozwój dzieci i pozytywnie wpływają na ich psychikę. Mile widziane są także w domach spokojnej starości: pacjenci są w znacznie lepszej kondycji, a tym samym żyją dłużej. Najbardziej znanym terapeutą jest kot Oscar, który od lat pozostaje zatrudniony na etacie w ośrodku rehabilitacyjnym dla seniorów w USA. Oscar przeczuwa każde pogorszenie stanu pacjentów i zanim ono nastąpi, „zawiadamia" o swojej diagnozie lekarzy. A poza tym, co tu dużo mówić: powrót do domu i powitanie ze stęsknionym kotem, który czasem wylewniej niż pies potrafi okazać i zniecierpliwienie czekaniem, i radość z powrotu i odzyskania właściciela wyłącznie dla siebie — rozweselą najbardziej strapione dusze i przegonią najmroczniejsze myśli...

Jaki kot może zostać terapeutą?

Jak widać, praktycznie każdy kocur potrafi pozytywnie wpływać na zdrowie i życie swojego opiekuna. Nie oznacza to jednak, że każdy kot ma odpowiednie cechy, by stać się profesjonalnym terapeutą. Jak zatem przebiega rekrutacja na stanowisko kociego lekarza i czym musi wykazać się kandydat, zanim zostanie przyjęty? W felinoterapii zazwyczaj wykorzystuje się koty, które ukończyły co najmniej pierwszy rok życia. Kandydat musi być zdrowy i posiadać niezbędne szczepienia. Ważna jest też jego socjalizacja i usposobienie: kot musi chętnie nawiązywać relacje z człowiekiem, lubić wspólne zabawy i dość łatwo akceptować zmiany otoczenia.

Felinoterapeuci najczęściej angażują w swoich gabinetach koty niektórych, konkretnych ras. Prym wiodą ragdolle, koty perskie, leśne norweskie i Maine Coony. A takie koty syjamskie to znane gaduły: wielu hodowców twierdzi, że przedstawiciele tej rasy potrafią przyzywać swojego opiekuna imieniem — pojedynczym lub złożonym dźwiękiem — które same mu nadały. Niektórzy terapeuci twierdzą z kolei, że lecznicze zdolności kota zależą od jego umaszczenia. I tak białe koty uważane są za najlepszych towarzyszy dla spokojnych osób, ponieważ dodają energii życiowej. Przeciwnie czynią koty czarne, które są w stanie uwolnić od nagromadzonej negatywnej energii, dlatego polecane są bardziej temperamentnym osobom. Rude koty poprawiają nastrój opiekuna, natomiast szare są mieszanką specyfiki białych i czarnych. Jak uważają naukowcy, do terapii najlepiej nadają się kotki, które wywierają na chorych znacznie lepszy wpływ niż kocury. Jako feministkę, ta ostatnia teoria w ogóle mnie nie dziwi...

Obalamy mity:

1: Pies z kotem nie mogą żyć pod jednym dachem.
Wielu myśli, że z powodu odmienności charakterów te zwierzęta to naturalni wrogowie. Jednak przyjaźń między nimi jest możliwa i wcale nierzadka. Większość psów toleruje obecność kota, pod warunkiem, że mądry opiekun nie szczuje ich nawzajem na siebie i nie stara się zaprzyjaźniać na siłę. Najlepiej, gdy szczeniak i kociak przybywają do domu jednocześnie.

2: Kot zawsze spada na cztery łapy i nie robi sobie krzywdy.
To fakt, że spadający kot stara się ustawić łapami w dół. Jednak nawet jeśli mu się to uda, nie znaczy, że wychodzi z opresji cało: przy zetknięciu z ziemią dochodzi niekiedy do rozbicia pyszczka, dotkliwych urazów wewnętrznych, choćby pęknięcia pęcherza, i złamań. Nie można więc od kociej zręczności oczekiwać zbyt dużo. Okna i balkony na piętrach muszą być zawsze zabezpieczone siatką.

3: Kota można go zostawiać samego na wiele godzin.
Choć zazwyczaj kot doskonale potrafi zająć się sobą i samotność znosi lepiej niż pies, samotny wcale nie jest szczęśliwy. Najlepiej, by miał do towarzystwa drugiego kota.

REKLAMA

Lecznica Chirurgiczno-Ortopedyczna
„ESKULAP"
10-177 Olsztyn, ul. Brzozowa 14A
tel. 89 523 91 31, 507 771 719
Lekarze specjaliści:
Witold Kołtun
Maciej Uchowicz
Krystian Kaźmierczak
Artur Kunert
Andrzej Wencław
Danuta Orłowska-Kołtun
Natalia Zdanowska
Poradnie:
• urazowo-ortopedyczna
• preluksacyjna z USG
• zabiegi artroskopowe
• dermatologiczna
Zabiegi operacyjne w ramach „chirurgii jednego dnia"
Rejestracja telefoniczna
pn. 9.00-17.00, wt.-czw. 9.00-16.00
pt. 9.00-13.00
Umowa z NFZ
152220otbr-C-G

REKLAMA

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

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

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

eprasa.pl 85bb994f82

EUROPEJSKIE REGIONY ZAWITAJĄ NA MAZURY

Hasłem przewodnim tegorocznego VI Europejskiego Kongresu Samorządów będzie „Europa po pandemii: Jak odbudować lokalną gospodarkę?". Kongres odbywa się w Mikołajkach. Głównym partnerem kongresu Urząd Marszałkowski Województwa Warmińsko-Mazurskiego. Organizator najważniejszego szczytu polityczno-gospodarczego w Europie Środkowej, jakim jest Forum Ekonomiczne w Karpaczu, zaprosił do mazurskich Mikołajek najważniejsze europejskie osobistości. Politycy, naukowcy oraz przedsiębiorcy wezmą udział w Europejskim Kongresie Samorządowym. Wśród najważniejszych gości, którzy potwierdzili obecność, są: marszałkowie województw, prezydenci miast. Nie zabraknie reprezentantów ministerstw oraz prawie 20 posłów, wśród których będą m.in.: Sławomir Neumann, Iwona Arent, Jacek Protas, Michał Jaros, Marcelina Zawisza, Zdzisław Wolski oraz senatorowie Jerzy Wcisła i Małgorzata Kopiczko. Wśród gości zagranicznych znajda się m. in.: Victor Vaugoin, dyrektor Biura Łącznikowego Dolnej Austrii przy UE, (Austria) Mario Fava, przewodniczący Stowarzyszenia Samorządów Lokalnych Malty, Csaba Pataki, przewodniczący Rady Okręgu Satu Mare (Rumunia), Yaroslav Zhalilo, pierwszy zastępca dyrektora Ukraińskiego Narodowego Instytutu Studiów Strategicznych.

– Współpraca na linii rząd – samorząd jest konieczna do sprawnego funkcjonowania państwa. Tylko współdziałając władze mogą zapewnić Polakom poprawę poziomu życia – mówi Zygmunt Berdychowski, przewodniczący Rady Programowej Forum Ekonomicznego w Karpaczu i pomysłodawca samorządowej konferencji. Dodając, że by Polacy mogli lepiej żyć, potrzebne jest również wykorzystanie potencjału przedsiębiorców poprzez zapewnienie im sprzyjających warunków.

PIĄTEK 3 GRUDNIA
Spotkanie z bardem

Gietrzwałd
Centrum Kulturalno-Biblioteczne w Gietrzwałdzie zaprasza w piątek 3 grudnia o godz. 19 na Spotkanie z bardem. Pieśni Marka Grechuty zaśpiewa Krzysztof Lewandowski (gitara, śpiew) i przyjaciele: Irena Łesiów – skrzypce, Marek Salej – pianino, Paweł Kotarski – skrzypce, Ewald Wawrzyniuk – kontrabas, oraz Alicja Kucharzewska-Samko – śpiew, Anastazy Świeczkowski – gitara. Bilety: 30 zł, zapisy i rezerwacje: 89 512 32 90.

SOBOTA 4 GRUDNIA
Bezpłatny pokaz filmu „Solaris"

Olsztyn
Biblioteka Planeta 11, al. Piłsudskiego 38 w Olsztynie, zaprasza miłośników kina science-fiction o godz. 15:00 na pokaz filmu „Solaris" w reżyserii Stevena Soderbergha z 2002 roku, który jest ekranizacją jednej z najsłynniejszych powieści Stanisława Lema. Wstęp bezpłatny.

REKLAMA

117721otbr-a-M

UNOWOCZEŚNIAMY rolnictwo i obszary wiejskie

Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa

WSPIERAMY sektor rybacki

Już ponad 22 miliardy zł przekazała Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa warmińsko-mazurskim rolnikom i rybakom

Redakcja: Rozmawiamy z Leszkiem Potorskim, dyrektorem Warmińsko-Mazurskiego Oddziału Regionalnego ARiMR. Panie Dyrektorze, jaki był ten rok w Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa?

Leszek Potorski: Mijający rok był dla nas bardzo intensywny. Finalizowaliśmy pomoc udzielaną w ramach dotychczasowego budżetu na lata 2014-2020 i jednocześnie wdrażaliśmy nowe działania, by pomóc rolnikom w tym szczególnie trudnym czasie spowodowanym występowaniem Afrykańskiego Pomoru Świń (ASF). Nowością było też wsparcie, które objęło pszczelarzy. W naszym województwie skorzystało z niego 1479 pszczelarzy, którzy otrzymali łącznie 1,9 mln zł.

Red.: Jak wyglądało w tym roku rozpatrywanie wniosków?

L.P.: W całym województwie, w oddziale regionalnym w Olsztynie i w każdym powiecie w ramach biur powiatowych, zatrudniamy ponad 500 pracowników. Zajmują się oni obsługą wniosków składanych przez rolników i rybaków. Z przyczyn wynikających z pandemii wnioski te spływały do nas przy ograniczeniu wizyt osobistych. Zresztą o płatności bezpośrednie i dopłaty obszarowe w ramach PROW od tego roku można było ubiegać się wyłącznie za pośrednictwem aplikacji eWniosekPlus. Inne formy pomocy wymagały złożenia wniosku drogą elektroniczną, za pośrednictwem ePUAP, mogły być zostawiane we wrzutniach i przesyłane pocztą. Bez względu na drogę dostarczenia wszystkie docierały do pracowników Agencji, którzy mieli obowiązek starannie je rozpatrzeć w przepisowym terminie, by pieniądze docierały jak najszybciej do naszych beneficjentów.

Red.: A o jakiej skali pomocy mówimy? Ile spłynęło takich wniosków?

L.P.: O najpopularniejsze płatności bezpośrednie ubiegało się w tym roku 42 364 rolników. By mogli jak najszybciej otrzymać pieniądze, już 18 października rozpoczęliśmy wypłatę zaliczek na najwyższym dopuszczalnym w UE poziomie 70% i 85% (w przypadku płatności obszarowych PROW). Od 1 grudnia ruszyliśmy z realizacją płatności końcowych. Jak wielka to jest pomoc w skali naszego województwa, pokazuje kwota ponad 14 miliardów złotych wypłacona rolnikom łącznie przez Agencję od 2004 roku w ramach samych dopłat bezpośrednich. A przecież mamy jeszcze szereg działań w ramach kolejnych edycji PROW. Tu wypłaty wyniosły do tej pory łącznie ponad 7,7 miliarda złotych tylko w naszym regionie. Pamiętajmy też o pomocy krajowej.

Red.: No to są rzeczywiście imponujące kwoty! A czy ARiMR ma sztywno wytyczony plan przekazywania pieniędzy, czy działa elastycznie?

L.P.: Corocznie przyjmowane są wnioski na wspomniane dopłaty, na premie dla młodych rolników (już wypłacono kwotę 97,3 mln zł) oraz na rozpoczęcie pozarolniczej działalności gospodarczej (wypłacona została już kwota prawie 44 mln zł). Udostępniamy również możliwość uzyskania pomocy na działania inwestycyjne. Na najpopularniejszą modernizację gospodarstw rolnych w tym roku wpłynęło 720 wniosków, a na wszystkie działania inwestycyjne wypłaciliśmy 120 mln zł w 2021 roku.

Poza powtarzającymi się formami pomocy ARiMR reaguje na bieżące zagrożenia, jakim jest np. ASF. Trudna sytuacja na rynku trzody chlewnej wymagała opracowania instrumentów pozwalających działać zarówno prewencyjnie, jak i wspomagająco w odbudowie gospodarstw dotkniętych skutkami pomoru świń. Prowadziliśmy nabór wniosków na bioasekurację, poza tym można się było ubiegać o wsparcie umożliwiające wyrównanie kwoty utraconego dochodu wg określonych kryteriów, a także można było ubiegać się o pożyczki na sfinansowanie spłaty powstałego zadłużenia. Pomagamy także w przypadku szkód spowodowanych wystąpieniem niekorzystnych zjawisk atmosferycznych.

Red.: ARiMR wspiera także sektor rybacki, czy tak?

L.P.: Oczywiście. W 2021 roku zostały ogłoszone trzy nabory wniosków o dofinansowanie w ramach Programu Operacyjnego „Rybactwo i Morze" na lata 2014-2020. Łącznie dofinansowanie przekracza kwotę 47 mln zł.

Red.: Szacunek budzą te kwoty i szeroki zakres pomocy. Dobrze, że teraz wiemy, jak korzysta na tym nasze województwo.

L.P.: Robimy wszystko, by jak najszybciej i jak największe kwoty pomocy docierały do naszych beneficjentów. Pełna informacja jest dostępna pod nowym adresem strony internetowej www.gov.pl/web/arimr.

www.gov.pl/web/arimr

118921otbr-A-G

eprasa.pl 85bb994f82

„CZAR PÓŁNOCY” ZACHWYCIŁ PUBLICZNOŚĆ W OLECKU I GUSIEWIE

Ogromnym zainteresowaniem cieszył się zakończony w niedzielę I Polsko-Rosyjski Festiwal „Czar Północy”. Wejściówki na festiwal rozeszły się w kilka godzin.

To wyjątkowe wydarzenie – święto kultury rosyjskiej w Olecku i kultury polskiej w Gusiewie – było rezultatem współpracy transgranicznej pomiędzy Regionalnym Ośrodkiem Kultury w Olecku „Mazury Garbate” a Administracją Okręgu Miejskiego Gusiew w ramach projektu „Czar Północy – rozwój wspólnej turystyki festiwalowej Olecka i Gusiewa” dofinansowanego z Programu Współpracy Transgranicznej Polska-Rosja 2014-2020. Pierwsza część festiwalu odbyła w dniach 18-20 listopada w Gusiewie, natomiast finał festiwalu odbył się tydzień później (23-28 listopada) w Olecku.

W festiwalu w Olecku udział wzięli m.in. zaproszeni goście: Pan Sergiej Semionow – Konsul Generalny Federacji Rosyjskiej w Polsce, Pan Leszek Buller – dyrektor Centrum Projektów Europejskich, oraz Pan Miłosz Wielgat – zastępca kierownika Wspólnego Sekretariatu Technicznego Programu Współpracy Transgranicznej Polska – Rosja 2014-2020. W spotkaniu uczestniczył również Pan Aleksander Kitajew, Szef Administracji Okręgu Miejskiego Gusiew, który połączył się z uczestnikami online.

„Czar Północy” w Olecku rozpoczął się Festiwalem Bajki Rosyjskiej – ponad 500 dzieci obejrzało rosyjskie filmy animowane, spośród których wybrały, ich zdaniem, najlepszą bajkę festiwalu. Festiwalowy weekend rozpoczął się wernisażem malarstwa Tatiany Majewskiej i dwoma koncertami na żywo. Anna Federowicz z zespołem Lunar zachwyciła i wzruszyła publiczność fenomenalnym wykonaniem piosenek z repertuaru Anny German. Natomiast koncert w wykonaniu Aloszy Awdiejewa zapamiętamy na długo dzięki lirycznym balladom, opowieściom o słowiańskiej duszy oraz nieszablonowemu poczuciu humoru.

W sobotę uczestnicy festiwalu wzięli udział w warsztatach kulinarnych z kuchni pogranicza polsko-rosyjskiego oraz warsztatach plastycznych z malowania matrioszek. W programie były także spotkania z Rosją w tle: „Współczesna Rosja. Kultura i krajobrazy” – spotkanie z Andrzejem Malinowskim – podróżnikiem i nauczycielem; „Polacy w Rosji” – spotkanie z Marią Iwanową, wieloletnią dyrektor Domu Polskiego na Syberii, czy „Wspólna historia: Gusiew i Olecko” – wystawa i spotkanie z Elizą Ptaszyńską poświęcone historii tych miast. Wieczór zakończono koncertem muzyki klasycznej – wirtuozi Michał Mossakowski (fortepian) i Andrzej Wojciechowski (klarnet) swoim występem zaczarowali zebraną publiczność. Muzyczną część festiwalu zakończył koncert „Ballad i romansów rosyjskich” w wykonaniu wybitnej polskiej sopranistki Joanny Nawrot, która oczarowała wszystkich anielskim głosem i kreacją aktorską.

Festiwal zakończył się filmową niedzielą. Najmłodsi miłośnicy kina obejrzeli czwartą, ostatnią bajkę w ramach Festiwalu Bajki Rosyjskiej. Na nieco starszych odbiorców czekała prawdziwa uczta kinomana – przegląd festiwalowego kina rosyjskiego: nominowany do Oscara film „Niemiłość” w reżyserii Andrieja Zwiagincewa oraz film dokumentalny pt. „Andriej Tarkowski. W świątyni kina” w reżyserii Andrieja A. Tarkowskiego, opowiadający o życiu i twórczości kultowego rosyjskiego reżysera, który pozostawił po sobie osiem filmów uważanych za arcydzieła światowego kina.

Oprócz wydarzeń kulturalnych i wymiany młodzieży w ramach projektu pn. „Czar Północy – rozwój wspólnej turystyki festiwalowej Olecka i Gusiewa” partnerzy zrealizowali także działania inwestycyjne. Dziecięco-Młodzieżowe Centrum w Gusiewie wzbogaciło swoje pracownie artystyczne, a w Regionalnym Ośrodku Kultury w Olecku powstała m.in. nowoczesna pracownia muzyczna ze studiem nagrań, natomiast Galeria Prawdziwej Sztuki w Olecku zyskała drugie życie.

Wartość całkowita projektu: 403 443,00 euro.

Dofinansowanie projektu: 361 978,70 euro.

Lider projektu (ROK „Mazury Garbate”): 169 742,30 euro.

Partner projektu: 192 236,40 euro.

Ten artykuł powstał przy wsparciu finansowym Unii Europejskiej w ramach Programu Współpracy Transgranicznej Polska-Rosja 2014-2020.

POLAND - RUSSIA
CROSS-BORDER
COOPERATION PROGRAMME
2014-2020

PROGRAMME
IS CO-FINANCED
BY THE EUROPEAN UNION

Za treść tego artykułu odpowiada całkowicie Regionalny Ośrodek Kultury w Olecku „Mazury Garbate” i w żaden sposób nie może on być traktowany jako stanowisko UE, Instytucji Zarządzającej lub Wspólnego Sekretariatu Technicznego Programu Współpracy Transgranicznej Polska – Rosja 2014-2020.

59321ocwo-A -P

eprasa.pl 85bb994f82

7221otbr-A-G

ZWIERZĘTA

sprzedam

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

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam

DZIAŁKI budowlane na granicy miasta Ełk, 3000m2, Bartosze, 608-452-972

GARAŻ ul. Kasprowicza, 694-488-477

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

STOWARZYSZENIE Prywatnych Właścicieli Domków Wypoczynkowych nad Jeziorem Wielkie Partęczyny ogłasza w dniu 11 grudnia, o godz.11, aukcję nieruchomości. Szczegóły na str. www.osrodekparteczyny.pl.

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

kupię

DOM, 602-611-957

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

LOKAL, 602-611-957

ZIEMIĘ, 502-646-575

do wynajęcia

ELBLĄG, kawalerka 37m2 na Zawadzie, cena:1300zł + kaucja, wolna od zaraz, 514-690-359.

PRACA

dam pracę

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

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

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

TRAKTORZYSTĘ, okolice Ełku, 608-452-972

W gospodarstwie , 85/715-16-50

W gospodarstwie mlecznym, 510-135-912

ZATRUDNIĘ wykwalifikowanych pracowników ogólnobudowlanych oraz pomocników, tel. 607-034-852

ZOOTECHNIKA; okolice Ełku, 608-452-972

AUTO-MOTO

kupię

CIĄGNIKI, auta , 502-646-575

USŁUGI

budowa | remont

BUDOWLANE, 502-811-658

ELEWACJE, 502-811-658

HYDRAULIK, 501-209-794

MALOWANIE, szpachlowanie, glazura, 782-241-921

POLBRUK, 502-811-658

REMONTY mieszkań, 783-543-814

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

inne

SZYCIE kołder, 665-434-450

HANDEL

KACZKI i gęsi z własnego chowu, sprawione lub żywe, 669-483-895

NOWY sklep z rowerami elektrycznymi. Najlepsze ceny. Wyprzedaż modeli 2021. Polovolt, ul. Kętrzyńskiego 5, Olsztyn. www.polovolt.com.

ROWERY elektryczne najlepsze ceny, www.polovolt.com. Tel. 733 977 877

MATRYMONIALNE

PANI po 50 pozna pana. (89) 761-28-36

RÓŻNE

sprzedam

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

NAUKA

MATEMATYKA, fizyka, chemia (dojazd) 607-056-387

ROLNICTWO

zwierzęta hodowlane

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

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

SPRZEDAM koguty i kury do uboju, waga 7 - 12 kg, Słabowo 28, gmina Ryn, 512-527-641

maszyny rolnicze

SPRZEDAM WYCINAKI, WYBIERAKI DO KISZONEK I KUKURYDZY, PRZEWRACARKI, BECZKOWOZY I INNE MASZYNY, 608-279-110

SPRZEDAM: MASZYNY ROLNICZE UŻYWANE 200 SZT. Kiwity tel.605-429-486, Ostróda tel.601-612-068, Węgorzewo , tel.539-448-102.

produkty rolne

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

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

Szukasz klientów?

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

wybierz profesjonalistów, wybierz nas

GAZETA OLSZTYŃSKA.pl

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

mp-otbr-7488-M

Panu

Jackowi Jarosińskiemu

oraz Jego Rodzinie

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

Ojca

składają
Zygmunt Tucholski, Wójt Gminy Elbląg,
oraz koleżanki i koledzy
z Urzędu Gminy Elbląg

45321see1-A -P

Nie umiera ten, kto pozostaje w sercach bliskich

Z głębokim smutkiem
przyjęliśmy wiadomość o śmierci
naszego wieloletniego pracownika

Marka Drzewoszewskiego

Wyrazy żalu i współczucia

Rodzinie i Bliskim

składają
Zarząd i pracownicy spółki Mega

45621see1-A -P

Pani

Marlenie Jacynie

szczere wyrazy współczucia
z powodu śmierci

Taty

składają
prokuratorzy i pracownicy
prokuratur okręgu elbląskiego

46221see1-A -P

Panu

Markowi Cymerysowi

głębokie wyrazy współczucia
z powodu śmierci

Ojca

składają
członkowie Rady Nadzorczej EPGK

45821see1-a-M

eprasa.pl 85bb994f82

Ci, których kochamy, nie umierają nigdy,
bo miłość to nieśmiertelność

Panu

Ryszardowi Wrońskiemu

wieloletniemu działaczowi samorządu rolniczego

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

ukochanej Żony

składa
Zarząd Warmińsko-Mazurskiej Izby Rolniczej
wraz z pracownikami

427721opb1-A -P

Koledze

Ryszardowi Wrońskiemu

Członkowi Zarządu Powiatu Elbląskiego

Jego Rodzinie i Bliskim

serdeczne wyrazy współczucia w trudnych chwilach
po śmierci

Żony

składa
Gustaw Marek Brzezin
Prezes Zarządu Wojewódzkiego PSL

427321opb1-A -P

Wyrazy szczerego współczucia,
żalu oraz słowa otuchy z powodu śmierci

Żony

Koledze **Ryszardowi Wrońskiemu**

składa Poseł na Sejm RP
Zbigniew Ziejewski

426821opb1-a-M

Pani **Alicji Szyszko**

wyrazy głębokiego żalu i szczerego współczucia
z powodu śmierci

Męża

składają
Mieszkańcy Domu Pomocy Społecznej w Jonkowie

425821opb1-b-M

Czasem cały świat oznacza mniej niż jeden człowiek, którego brak...

Droga Alu

z ogromnym smutkiem przyjęliśmy wiadomość
o śmierci Twojego Męża

Dariusza Szyszko

Jest nam niezmiernie przykro z powodu
utraty tak bliskiej Twojemu sercu Osoby.

Łączymy się

z Tobą i Twoją Rodziną

w żalu i smutku.

Dyrektor i pracownicy Domu Pomocy Społecznej
w Jonkowie z Filią w Dobrym Mieście

425821opb1-a-M

Wyrazy głębokiego i szczerego współczucia

Państwu **Markowi, Magdalenie i Michałowi Ciszkowskim**

z powodu śmierci

Syna, Brata

składają Rada Nadzorcza, Zarząd i pracownicy
firmy Meble Szkolne Olsztyn Sp. z o.o.

425921opb1-A -P

Pani **Iwonie Podgórskiej**

najszczersze wyrazy współczucia z powodu śmierci

Taty

składają Dyrektor, Grono Pedagogiczne i Pracownicy Administracji
Liceum Ogólnokształcącego nr 1 im. Jana Bażyńskiego
w Ostródzie

427921opb1-a-M

Ryszardowi Krawczykowi

oraz Rodzinie

wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

Teściowej

składają wspólnicy i pracownicy PB WITKA Sp. z o.o.

426921opb1-A -P

Bożenie i Ryszardowi Krawczykom

wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

Mamy i Teściowej

składają Mery i Krzysiek z rodziną

427121opb1-a-M

Danusi Jakubiec

składamy najszczersze wyrazy współczucia
z powodu odejścia ukochanego

Brata Jurka

Jesteśmy z Tobą.
Twoje siostry Bogna, Sylwia i Ania

426421opb1-a-M

Tomaszowi Danilewiczowi

wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

Taty

składają koleżanki i koledzy
z „Przemysłówki" PBP Holdingu sp. z o.o.

423521opb1-A -P

Boże po stokroć święty, mocny i uśmiechnięty (...)
dzisiaj, gdy mi tak smutno i duszno, i ciemno
– uśmiechnij się nade mną.
Ks. Jan Twardowski

Łączymy się w smutku po stracie

Mamy

z Naszym Kolegą

Tomaszem Majchrowiczem

Dyrekcja, Grono Pedagogiczne,
Administracja i Pracownicy Obsługi
III Liceum Ogólnokształcącego
im. Mikołaja Kopernika w Olsztynie

426021opb1-a-M

Pani **Zofii Kurzyńskiej**

wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

Męża Tomasza

składają sędziowie i pracownicy
Wojskowego Sądu Garnizonowego w Olsztynie

427221opb1-A -P

Z głębokim żalem i smutkiem przyjęliśmy wiadomość o śmierci

Tomasza Kurzyńskiego

Naszego Wieloletniego Pracownika.
Wyrazy głębokiego współczucia

Rodzinie i Bliskim

składają kierownictwo
oraz pracownicy prokuratur okręgu olsztyńskiego

426521opb1-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

mp-otbr-6786a-M

Byłej Radnej i Sołtys

Pani

Mariannie Kordal

oraz obecnej Sołtys
Pani

Monice Kordal

wyrazy głębokiego żalu i współczucia
w trudnych chwilach po śmierci

ś. † p.

Rafała Kordal

składają Wójt Gminy Sorkwity Józef Maciejewski
oraz Przewodnicząca Rady Gminy Mariola Plichta

427421opb1-A -P

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

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

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

Biuro Ogłoszeń, **OLSZTYN**, **plac Józefa Bema 5**
czynne w godz. 7.00-15.00
soboty – nieczynne
tel. 89-539-74-80, b.ogloszen@gazetaolsztynska.pl

www.pozegnania.net

Biuro Ogłoszeń, **ELBLĄG, ul. Rybacka 35**
tel. 55-236-18-02
pon.-pt. godz. 8.00-16.00

28919opb1-C-K

eprasa.pl 85bb994f82

31419opb1-a -C

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że 29 listopada 2021 r. odszedł Nasz Kochany Mąż, Tata, Dziadek i Teść

ś. † p.

Władysław Ryś

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się 6 grudnia 2021 r. (poniedziałek) w parafii Miłosierdzia Bożego przy ul. Barcza: o godz. 11.00 nastąpi pożegnanie Zmarłego i modlitwa różańcowa, o godz. 11.30 zostanie odprawiona msza święta pogrzebowa. Ceremonia pochowania odbędzie się na cmentarzu komunalnym przy ul. Poprzecznej.

Pogrążona w żałobie rodzina

423721opb1-A -P

Z ogromnym żalem przyjęliśmy wiadomość o śmierci

Justyny Kokot

Rodzinie i Bliskim

przekazujemy wyrazy głębokiego współczucia.

Uroczysta msza święta w intencji Zmarłej odbędzie się 11 grudnia 2021 r. (sobota) o godz. 19.00 w kościele NMP Ostrobramskiej przy ul. Pana Tadeusza 16A w Olsztynie. Grono przyjaciół

422521opb1-A -P

Z głębokim smutkiem zawiadamiamy, że 1 grudnia 2021 r. odeszła od nas w wieku 92 lat Nasza Kochana Mama, Teściowa, Babcia i Prababcia

ś. † p. **Jadwiga Pawłowicz**

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się w sobotę, 4 grudnia 2021 r., o godz. 13.30 pożegnaniem w kaplicy przy ul. Mariańskiej, skąd o godz. 14.00 nastąpi wyprowadzenie do kościoła pw. Chrystusa Odkupiciela Człowieka przy ul. Wyszyńskiego na mszę świętą żałobną. Ceremonia pochowania odbędzie się na cmentarzu komunalnym w Dywitach.

Pogrążona w żałobie rodzina

427021opb1-A -P

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że 30 listopada 2021 r. odszedł od nas w wieku 78 lat nasz kochany Mąż, Tata, Dziadek i Brat

ś. † p.

Ryszard Kaczyński

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się 4 grudnia 2021 r. o godz. 10.00 Mszą Świętą w kościele pw. Błogosławionej Franciszki Siedliskiej przy ul. Wilczyńskiego 7 w Olsztynie, po której nastąpi wyprowadzenie na cmentarz komunalny w Dywitach.

Pogrążona w żałobie rodzina

425521opb1-a-M

Nie płaczcie nad moją nieobecnością.
Czujcie się blisko mnie i mówcie do mnie jeszcze.
Będę Was kochała z Nieba, jak kochałam na Ziemi

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że 26 listopada 2021 r. odeszła od nas na zawsze Nasza Kochana Córka, Siostra i Przyjaciółka

ś. † p. **Justyna Rzepska**

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się 4 grudnia 2021 r. (sobota) o godz. 13.30 odmówieniem Różańca w kościele pw. Znalezienia Krzyża Świętego i Narodzenia Najświętszej Marii Panny w Klebarku Wielkim, po czym o godz. 14.00 zostanie odprawiona Msza Święta Żałobna. Ceremonia pochowania urny z Prochami odbędzie się na cmentarzu komunalnym w Dywitach.

Pogrążona w bólu i żałobie rodzina

422221opb1-A-G

Umarłych wieczność dotąd trwa,
dokąd pamięcią im się płaci

Wyrazy głębokiego współczucia

Panu

Ryszardowi Wrońskiemu

Radnemu, Członkowi Zarządu Powiatu w Elblągu

z powodu śmierci

Żony

składają:

Przewodnicząca Rady Powiatu w Elblągu, Starosta Elbląski, Wicestarosta Elbląski, radni Rady Powiatu w Elblągu, Zarząd Powiatu w Elblągu

POWIAT ELBLĄSKI

45921see1-A -P

Warmiński
1987
ZAKŁAD POGRZEBOWY
dawniej market

OLSZTYN 895 355 300
ul. Lengowskiego 18-20 602 327 277
BISKUPIEC 897 152 093
ul. Armii Krajowej 4 608 680 642
POGOTOWIE POGRZEBOWE 89 527-09-09
Pomożemy Ci godnie pożegnać
614219opb1-E-G

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

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

ARKA
USŁUGI POGRZEBOWE
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-g-M

eprasa.pl 85bb994f82

O PIŁCE

I LIGA\\\ W niedzielę Stomil zagra ostatnie spotkanie w 2021 roku. Podopieczni Adriana Stawskiego w Gdyni zmierzą się z Arką. Ponieważ poprzedni mecz z Jastrzębiem został przełożony na marzec, więc olsztynianie mieli sporo czasu na solidne treningi i regenerację. Niestety, ostatnie opady śniegu wymusiły zmianę planów, w efekcie Stomil trenował na Dajtkach. - Pogoda pokrzyżowała nam plany, ale organizacyjnie udało się nam stanąć na wysokości zadania - ocenił trener Stawski. - Bardzo chcieliśmy zagrać z Jastrzębiem, nie udało się, więc teraz w bojowych nastrojach czekamy na mecz z Arką.

Sytuacja kadrowa zespołu jest dobra, jedynie kilku młodych zawodników zmaga się z przeziębieniami. Jedyny znak zapytania dotyczy występu Jonatana Strausa, który w Niepołomicach skręcił staw skokowy.
Arka w tym sezonie spisuje się poniżej oczekiwań kibiców, więc w październiku Dariusza Marca zastąpił trener Ryszard Tarasiewicz. Od tego momentu Arka u siebie wygrała wszystkie spotkanie, ale na wyjazdach przegrywa, więc nastroje w gdyńskim klubie zbytnio się nie poprawiły. W sierpniu w Olsztynie Arka zdobyła komplet punktów po golu zdobytym w ostatniej minucie spotkania.

REKLAMA

Szukamy kandydata/kandydatki na stanowisko:

Operator

Lokalizacja: Lubawa

Zaaplikuj teraz:

Główne zadania:
- obsługa maszyn produkcyjnych
- wypełnianie dokumentacji związanej ze stanowiskiem pracy
- bieżąca kontrola oraz utrzymanie dobrego stanu technicznego maszyn i urządzeń
- przeprowadzanie przeglądów i drobnych napraw, zapewniających wysoką jakość produkcji
- przestrzeganie procedur BHP, jakościowych oraz wartości IKEA

Oczekiwania:
- wykształcenie zawodowe (mile widziane średnie techniczne)
- znajomość parku maszynowego oraz narzędzi do obróbki drewna
- min. roczne doświadczenie jako operator maszyny CNC lub IMA albo Homag w firmie produkcyjnej z branży drzewnej
- umiejętność czytania rysunków technicznych
- umiejętność posługiwania się przyrządami kontrolno-pomiarowymi
- gotowość do pracy w systemie zmianowym
- umiejętność pracy i komunikacji w zespole

Dodatkowe informacje:
- **Lubisz aktywność fizyczną?** – mamy dla Ciebie kartę multisport
- **Chcesz zadbać o siebie i bliskich?** – oferujemy prywatną opiekę medyczną, bogaty program profilaktyki zdrowia, ubezpieczenia grupowe na życie, plan emerytalny
- **Chcesz się rozwijać?** – u nas będziesz mieć wiele okazji: programy szkoleniowe i rozwojowe, kursy językowe, dofinansowanie nauki, możliwość awansu
- **Lubisz zakupy?** – u nas za zakupy w IKEA zapłacisz znacznie mniej (zniżka pracownicza)
- **Chcesz mieć chwilę dla siebie?** – gwarantujemy płatną przerwę i smaczne obiady

Zgłoś się za pośrednictwem linku: https://smrtr.io/7j_Wv lub kodu QR
Na Twoje zgłoszenie czekamy do 23.12.2021 roku.

IKEA Industry POLAND Sp. z o.o. Oddział w Lubawie
Borek 3, 14-260 Lubawa, tel. (89) 645 58 00

IKEA Industry IKEA

1421otzl-B-G

- **Wyniki meczów zaległych:** Resovia - GKS Katowice 2:2, Chrobry Głogów - ŁKS Łódź 1:0.
- **20. kolejka, piątek:** Zagłębie Sosnowiec - Górnik Polkowice (18), Miedź Legnica - GKS Tychy (20.20 Polsat Sport Extra); **sobota:** Podbeskidzie Bielsko-Biała - GKS Katowice (12.30 Polsat Sport), ŁKS Łódź - Puszcza Niepołomice (15), Skra Częstochowa - Resovia (20); **niedziela:** Arka - Stomil (12.30 Polsat Sport), Chrobry Głogów - Widzew Łódź (15), GKS Jastrzębie - Korona Kielce (18); **poniedziałek:** Sandecja Nowy Sącz - Odra Opole (18).

PO 19 KOLEJKACH

1. Miedź	41	34:15
2. Widzew	38	35:21
3. Korona	32	25:19
4. Podbeskidzie	32	34:22
5. Sandecja	31	23:19
6. GKS Tychy	30	21:19
7. ŁKS Łódź	29	22:19
8. Chrobry	28	22:18
9. Skra	27	13:18
10. Arka	26	25:19
11. Odra	26	26:27
12. Resovia	24	21:22
13. Katowice	20	23:32
14. Puszcza	19	21:28
15. Zagłębie	18	22:30
16. Stomil*	**16**	**21:29**
17. Jastrzębie*	13	15:31
18. Górnik	13	17:32

* mecz zaległy

II LIGA\\\ W sobotę - w ostatniej przez zimową przerwą kolejce - Olimpia Elbląg podejmie Wigry Suwałki (godz. 13), natomiast Sokół zagra w Kaliszu (16). Wigry w tym sezonie spisują się słabo na wyjazdach, bo w 9 meczach zdobyły tylko 3 punkty (remisy z Lechem II Poznań, Wisłą Puławy i Motorem Lublin). W pierwszej rundzie w Suwałkach o porażce Olimpii zadecydował samobójczy gol Klaudiusza Krasy, kiedy to po strzale Patryka Mularczyka piłka odbiła się od młodzieżowca Olimpii i wpadła do bramki. - Sami byliśmy sobie winni, że wróciliśmy wtedy bez punktu - przyznał trener elblążan Tomasz Grzegorczyk. Olimpia ma zatem pewne rachunki do wyrównania. - To będzie bardzo trudny mecz - ocenił Grzegorczyk. - Wigry to wymagający przeciwnik, który w swoim składzie posiada doświadczonych zawodników. Dobrze grają w defensywie, w której pierwszoplanową postacią jest Tomasz Lewandowski, były piłkarz Olimpii. Musimy także uważać na ich grę z kontry i nie pozwolić im rozwinąć skrzydeł. Gramy przed własną publicznością, co przemawia na naszą korzyść. Kibice oczekują zwycięstwa, więc nie pozostaje nam nic innego jak tylko walka i jeszcze raz walka. Zagramy w najsilniejszym składzie - zakończył elbląski szkoleniowiec. Po tym spotkaniu żółto-biało-niebieskich czeka tygodniowe roztrenowanie, po którym udadzą się na zimową przerwę. Natomiast Sokół w ostatnim spotkaniu tego roku uda się w daleki wyjazd do Kalisza. W klubie z Ostródy są już praktycznie pogodzeni z faktem, że w następnym sezonie w II lidze już grać nie będą, ale chcą spaść z honorem i ... solidnym zastrzykiem gotówki. Co prawda Sokół jest na ostatnim miejscu w tabeli, a za to przewodzi w klasyfikacji Pro Junior System i do końca sezonu raczej nic się w tej kwestii nie zmieni, a to oznacza, że może liczyć na premię w wysokości 550 tysięcy zł brutto.
8 grudnia Sokół zamierza sprawdzić kilku zawodników z niższych lig. W tej grupie są: Mahamadou Bah (Mrągowia), Paweł Ewertowski, Szymon Zelmański, Szymon Modrzewski, Marcin Zdunek i Bartosz Kuczyński (wszyscy Motor Lubawa).
- **Wynik meczu zaległego:** Pogoń Siedlce - Ruch Chorzów 1:1.
- **20. kolejka, sobota:** Olimpia Elbląg - Wigry Suwałki (g.13), Pogoń Grodzisk Maz. - Radunia Stężyca (13), KKS 1925 Kalisz - Sokół Ostróda (16); **niedziela:** Pogoń Siedlce - Hutnik Kraków (12), Garbarnia Kraków - Wisła Puławy (12), Lech II Poznań - Znicz Pruszków (12), Motor Lublin - Śląsk II Wrocław (16), GKS Bełchatów - Ruch Chorzów (18); **poniedziałek:** Chojniczanka Chojnice - Stal Rzeszów (18.15 TVP Sport).

EM, JK, dryh

PO 19 KOLEJKACH

1. Stal*	45	39:12
2. Ruch	36	28:18
3. Chojnice	35	41:19
4. Lech II	32	20:17
5. Radunia	29	33:28
6. Olimpia	**29**	**19:19**
7. Wigry	28	22:19
8. Motor	27	30:19
9. Garbarnia*	27	26:22
10. Śląsk II	26	31:31
11. Wisła	26	34:30
12. Pogoń S.	24	26:34
13. Kalisz	24	20:23
14. Znicz	23	22:27
15. Pogoń G.	18	19:29
16. Bełchatów	15	15:31
17. Hutnik	12	14:33
18. Sokół	**9**	**10:38**

* mecz zaległy

eprasa.pl 85bb994f82

MISTRZ SPRAWDZI FORMĘ INDYKPOLU AZS

PLUSLIGA SIATKARZY\\\ W sobotę hala w Iławie „zapłonie". Wszystko za sprawą pojedynku Indykpolu AZS Olsztyn z Jastrzębskim Węglem, aktualnym mistrzem Polski. Początek meczu o godz. 14.45. Uwaga: wszystkie bilety już zostały sprzedane!

ARTUR DRYHYNYCZ
a.dryhynycz@
gazetaolsztynska.pl

Siedem zwycięstw z rzędu i czwarta pozycja w tabeli – tak wygląda obecna sytuacja Indykpolu AZS. W poprzedniej kolejce olsztynianie pokonali w Iławie Stal, ale łatwo nie było, bo potrzebowali do tego aż pięciu setów. Dodajmy, że po raz czwarty statuetkę dla najlepszego zawodnika meczu odebrał Torey DeFalco

- Pojedynek z Nysą był dla nas pewnego rodzaju wyzwaniem – przyznaje Taylor Averill, środkowy Indykpolu AZS. – Czasami ciężko jest o duże pokłady motywacji, kiedy grasz z zespołem z dołu tabeli. Inna sprawa, że rywale zaprezentowali się bardzo dobrze, zwłaszcza na zagrywce. Cieszę się, że ostatecznie udało nam się zwyciężyć - dodaje Amerykanin.

W sobotę przed siatkarzami z Olsztyna kolejne wyzwanie, i to znacznie trudniejsze, bowiem do Iławy zawita Jastrzębski Węgiel. Prowadzeni przez trenera Andrea Gardiniego goście są obecnie wiceliderem PlusLigi z dorobkiem 23 punktów (7 zwycięstw i 3 porażki). Wobec kontuzji podstawowego atakującego Stephena Boyera pierwsze skrzypce na ataku gra bardzo dobrze znany kibicom w Olsztynie Jan Hadrava (zawodnik Indykpolu AZS w latach 2016-2020). Poza tym do zespołu powrócili już Rafał Szymura i Szymon Biniek, którzy ostatnio przebywali na izolacji. Poza tym trzon zespołu stanowią: Benjamin Toniutti, Jurij Gładyr, Trevor Clevenot i Jakub Popiwczak.

Fot. Mateusz Lewandowski

W tym sezonie olsztynianie już siedem razy cieszyli się z wygranych meczów

Ostatnie dni są bardzo intensywne dla Jastrzębskiego Węgla: w sobotę mistrzowie Polski na wyjeździe pokonali GKS Katowice, a we wtorek w Lidze Mistrzów ograli bułgarski Hebar Pazardżik (oba spotkania po 3:0).

W sumie w grudniu olsztynianie rozegrają trzy spotkania (nie wliczając rozgrywek Tauron Pucharu Polski, gdzie rywalem Indykpolu AZS będzie SMS PZPS Spała) i wszystkie z czołowymi drużynami w tabeli. Będą to: Jastrzębski Węgiel (4.12 w Iławie), ZAKSA (10.12 w Kędzierzynie-Koźlu) i Projekt (19.12 w Warszawie).

Transmisja sobotniego meczu w Polsacie Sport, Radiu UWM FM i Radiu Olsztyn.

• **Inne mecze 10. kolejki, piątek:** ZAKSA Kędzierzyn-Koźle - GKS Katowice (17.30 Polsat Sport); **sobota:** Skra Bełchatów - Ślepsk Suwałki (17.30 Polsat Sport); **niedziela:** Asseco Resovia Rzeszów - Trefl Gdańsk (14.45 Polsat Sport), LUK Lublin - Cerrad Czarni Radom (17.30 Polsat Sport Extra), Stal Nysa - Cuprum Lubin (20.30 Polsat Sport); **poniedziałek:** Projekt Warszawa - Aluron Warta Zawiercie (20.30 Polsat Sport).

TABELA PLUSLIGI

1. ZAKSA	10-0	28	30:5
2. Jastrzębski	7-3	23	25:11
3. Projekt	7-3	21	23:15
4. Indykpol AZS	7-2	20	23:10
5. Zawiercie	7-2	19	21:13
6. Skra	6-3	17	23:16
7. Resovia	4-5	13	16:16
8. LUK	4-5	11	16:20
9. Katowice	4-5	10	14:20
10. Cuprum	2-7	9	14:22
11. Czarni	3-6	8	10:22
12. Trefl	2-7	7	10:21
13. Ślepsk	2-7	6	9:22
14. Stal	0-10	3	9:30

GAZETA OLSZTYŃSKA.
Oficjalny partner prasowy drużyny Indykpol AZS Olsztyn zaprasza na mecz
Drużynę Indykpol AZS Olsztyn wspierają:
INDYKPOL
www.indykpolazs.pl/bilety

REKLAMA

praca

Zarząd AGRO MAŁDYTY sp. z o.o. w Małdytach

ogłasza nabór ofert na stanowisko

PRZEDSTAWICIELA / DORADCY HANDLOWEGO W ZAKRESIE PRODUKCJI ROLNEJ

Szczegółowe informacje o naborze znajdują się na stronie internetowej spółki **www.agromaldyty.pl.**

9421mozm-A -P

praca

Zarząd Spółki AGRO MAŁDYTY sp. z o.o. w Małdytach

ogłasza nabór ofert na stanowisko

PREZESA ZARZĄDU SPÓŁKI

•

Szczegółowe informacje o naborze znajdują się na stronie internetowej spółki http://www.agromaldyty.pl/.

9421mozm-B-G

Burmistrz Susza

podaje do publicznej wiadomości, że w dniach od 29 listopada 2021 r. do 03 grudnia 2021 r. na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Suszu wywieszono na okres 21 dni wykazy nieruchomości przeznaczonych do wydzierżawienia.
Wykazy znajdują się w Biuletynie Informacji Publicznej prowadzonym przez Urząd Miejski w Suszu pod adresem: http://bip.susz.pl w zakładce Nieruchomości.

37921ilzi-a-M

komunikat

Wójt Gminy Rychliki

podaje do publicznej wiadomości, że na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Gminy w Rychlikach wywieszony został na okres 21 dni, licząc od dnia 03.12.2021 r., wykaz nieruchomości przeznaczonych do oddania w dzierżawę w drodze bezprzetargowej (kolejna umowa) oraz do przekazania w użyczenie w drodze bezprzetargowej. Treść wykazu do pobrania ze strony BIP UG w Rychlikach: **http://rychliki-ug.bip-wm.pl/public/** i strony Gminy Rychliki: **www.rychliki.pl.**

Szczegółowe informacje dotyczące nieruchomości przeznaczonych do oddania w dzierżawę i przekazania w użyczenie można uzyskać w UG w Rychlikach, pok. nr 2, tel. (055) 248-81-50 lub -55 wew. 29.

46021see1-A -P

Regionalna Dyrekcja Lasów Państwowych w Olsztynie
informuje o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu planu urządzenia lasu dla **nadleśnictwa Parciaki.**

Projekt planu urządzenia lasu wraz z prognozą oddziaływania na środowisko jest dostępny w siedzibie RDLP, ul. Kościuszki 46/48, Olsztyn, pok. nr 203, w godzinach 8.00-13.00, w terminie 30 dni od daty ogłoszenia.

Podstawa prawna: art. 51 Ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz.U. nr 199, poz. 1227) w ramach prac dotyczących sporządzenia planu urządzenia lasu dla nadleśnictw.

121121otbr-A -P

MOBILIS group

SPRZEDAŻ NIERUCHOMOŚCI PKS:

BAZA PKS W OSTRÓDZIE,
ul. Garnizonowa 14, 14-100 Ostróda

BAZA PKS W CIECHANOWIE
ul. Płocka 13, 06-400 Ciechanów

BAZA PKS W PIOTRKOWIE TRYBUNALSKIM,
ul. Wolborska 6b, 97-300 Piotrków Trybunalski

Więcej informacji na temat nieruchomości:
www.mobilis.pl/nieruchomosci,
tel. 795 490 578

121ekzo-a-M

eprasa.pl 85bb994f82

11. KOLEJKA I LIGI KOSZYKAREK: GROT AUTOMATYKA PABIANICE - KKS AGAPIT OLSZTYN 80:75 (19:22, 17:13, 25:21, 19:19)

MARATON Z PRZESZKODAMI

LEKKA ATLETYKA\\\ Podczas kwietniowych mistrzostw Polski w maratonie wygrała Aleksandra Lisowska. Zawodniczka AZS UWM wyrównała rekord kraju (2:26.08) i wywalczyła przepustkę na igrzyska do Tokio, po czym niedawno pojawiły się kłopoty...

Lekka atletyka jest sportem niesłychanie wymiernym. Tak w każdym razie jest w teorii, bo wygrywa ten, kto wyżej skoczy, dalej rzuci lub pierwszy przekroczy linię mety. Przejrzystość widowiska powoduje, że pomyłek sędziowskich mamy jak na lekarstwo, a u ich podstaw bynajmniej nie leżą motywacje sędziego Jaskóły, który w kultowym „Piłkarskim pokerze" przekonywał: „Ja jestem uczciwy. Zapłacili za 3:0 – będzie 3:0". Nad sędziami stoją jednak najróżniejszej maści „działacze", którzy niejednokrotnie - kierując się własną logiką i moralnością - potrafią wypaczyć sens sportowej rywalizacji.

REPREZENTUJĄCA BARWY AZS UWM OLSZTYN ALEKSANDRA LISOWSKA TO OBECNIE NAJLEPSZA POLSKA MARATONKA. W KWIETNIU W DĘBNIE PODOPIECZNA JACKA WOŚKA OKAZAŁA SIĘ BEZKONKURENCYJNA W POLSCE NA KRÓLEWSKIM DYSTANSIE 42 195 M: WYRÓWNAŁA DWUDZIESTOLETNI REKORD KRAJU I ZAKWALIFIKOWAŁA SIĘ NA IGRZYSKA OLIMPIJSKIE.

Tokijskie zmagania utalentowana biegaczka zakończyła na 35. miejscu, po czym udała się na zasłużony odpoczynek, by następnie w spokoju rozpocząć przygotowania do przyszłorocznych mistrzostw Europy w Monachium. Niespodziewanie nad olsztynianką w ostatnim czasie zawisły czarne chmury, bo - jak donosi portal bieganie.pl - rekordowy wynik z maratonu w Dębnie (2:26.08) nie będzie ratyfikowany. Mówiąc wprost, Lisowska może stracić i wynik, i rekord. Skądinąd przywołany powyżej portal sprawę opisuje w wyraźnie tendencyjny sposób, opatrując ją wymownym tytułem „Nielegalny rekord Polski w maratonie. Zmowa milczenia wokół kwalifikacji olimpijskich".

Fot. Emil Marecki

Aleksandra Lisowska (AZS UWM Olsztyn) z dumą prezentuje złoty medal wywalczony w Dębnie

Wyjaśnijmy zatem podstawowe kwestie. Specyfika biegów ulicznych polega na tym, że mężczyźni i kobiety niemalże obligatoryjnie wyruszają na trasę ze startu wspólnego. Wiadomym jest, że panie biegną ramię w ramię z panami, którzy nierzadko pełnią rolę tzw. pacemakerów, czyli osób pomagających w utrzymaniu właściwego tempa biegu. Ci, którzy kiedykolwiek startowali na ulicy, wiedzą, iż jest to powszechna praktyka, która w zasadzie nie budzi jakichkolwiek wątpliwości. Podobnie było podczas kwietniowych mistrzostw Polski, gdzie przedstawicielki płci pięknej zmagały się z dystansem w męskim towarzystwie. Ostatecznie po 146 minutach Aleksandra Lisowska jako pierwsza kobieta przekroczyła linię mety. Radość mieszała się z wyczerpaniem, ale najważniejsza była upragniona przepustka do Tokio. Była to wspaniała nagroda za wytrwałość, lata wyrzeczeń i dziesiątki tysięcy kilometrów pokonanych we wszystkich możliwych warunkach atmosferycznych. Gdzież zatem nastąpiło złamanie reguł? Dlaczego nazwisko pochodzącej z Braniewa zawodniczka ma zostać rychło wykreślone z listy rekordzistów Polski?

PRZYCZYNĄ REPERKUSJI MA BYĆ NIEPRZEPISOWA POSTAWA JEDNEGO Z MĘŻCZYZN, KTÓRY BIEGNĄC Z CZOŁOWĄ GRUPĄ KOBIET, NAJPIERW NIE WYTRZYMAŁ NARZUCONEGO TEMPA, A NASTĘPNIE SKRACAJĄC TRASĘ PONOWNIE DO NICH DOŁĄCZYŁ.

Wszystko fajnie, tylko gdzie w zaistniałej sytuacji rzekomy „faul" ze strony Oli, która wespół z trenerem twierdzi, że w ferworze walki nie zwracała uwagi na sprawcę całego zamieszania. Lisowska unika zabierania głosu w rzeczonej sprawie, jednak zmuszona do tłumaczenia się, że nie jest wielbłądem, oświadcza: „w sporcie wszystko weryfikuje wynik".

Gwoli kronikarskiego obowiązku odnotujmy, że w historii mieliśmy już podobne zdarzenia. Tyle tylko że o wiele bardziej kontrowersyjne! W 1992 roku walka o złoty medal olimpijski w biegu na 10 000 m toczyła się pomiędzy Kenijczykiem Richardem Chelimo i Marokańczykiem Chalidem Skahem. Gdy prowadząca dwójka zdublowała rodaka Skaha – Hammou Boutayeba, ten niespodziewanie przyspieszył, wysuwając się przed głównych aktorów spektaklu. Skonsternowanego Chelimo ewidentnie zaskoczyła wolta słabszego z Marokańczyków. Widowisko z każdą sekundą niebezpiecznie zmierzało w stronę groteski. Ostatecznie dzięki piorunującemu finiszowi wygrał Skah, ale skandal wisiał w powietrzu, bowiem spisek Marokańczyków wydawał się być szyty nazbyt grubymi nićmi. Ostatecznie do sprawy postanowiono podejść na chłodno, co finalnie doprowadziło do przyznania złotego medalu Skahowi, który przez dwadzieścia pięć okrążeń, podobnie jak Lisowska, po prostu robił swoje...

Swoistą tajemnicą poliszynela jest, że związkowi działacze nie pałają przesadną sympatią do duetu Lisowska-Wosiek. Lekcję poglądową mieliśmy już podczas komplementowania składu na igrzyska w Tokio, gdy dla trenera olsztyńskiej biegaczki niespodziewanie zabrakło miejsca w samolocie.

Wydaje się, że próba odebrania rekordu to klasyczne „szukanie dziury w całym", zaś efekt podjętych działań obliczony jest na „podcięcie skrzydeł". Za zawodniczką przemawiają wyniki, ale w starciu z „walcem" nadzorowanym przez doświadczonych w bojach jegomości, nie jest to decydujący argument. Pozostaje czekać i mieć nadzieję, że związkowi notable nie ulegną brzydkiej pokusie „rozjechania" ambitnej Aleksandry...

• 30 listopada Polski Związek Lekkiej Atletyki poinformował, że sprawa zostanie przekazana do Komisji Wyróżnień i Dyscypliny PZLA.

MICHAŁ PODOLAK

eprasa.pl 85bb994f82