WTOREK |19|03|2024|

DZIENNIK ELBLĄSKI

23 LATA

cena 3,49 zł (w tym 8% VAT)

BEZGORSETU NIERUCHOMOŚCI

ISSN 0137-9127 NR INDEKSU 350176 \\\ NAKŁAD 2 171 NR 45 (21 226)

ROZPOCZNIJ PRZYGOTOWANIA DO BIEGU PIEKARCZYKA I TRENUJ W BAŻANTARNI

s.14

SPORT CODZIENNIE

SUKCES MŁODYCH AZETESIAKÓW \20

GOŁDAPSKIE PIORUNY CIĄGNIE W ŚWIAT \22

WYGRANA NA AMERYKAŃSKIEJ PUSTYNI \23

ISSN 0137-9127
12
9 770137 912125

DUŻO DOBREGO PRZED NAMI \3

CZEKA NAS KOMUNIKACYJNY PARALIŻ? \5

ZBIERAJĄ NA STYPENDIA IM. MARCINA ANTONOWICZA \6

WIERZĘ W SZCZĘŚLIWE ZAKOŃCZENIA \10

PROMOCJA

2624otbp-b -P

eprasa.pl 876e72b91f

SZEF MON: NASTĘPNE KILKANAŚCIE MIESIĘCY BĘDZIE KLUCZOWE

Następne kilkanaście miesięcy będzie kluczowe dla bezpieczeństwa Polski ze względu na to, co może się wydarzyć w Ukrainie – powiedział wczoraj na konferencji wicepremier, minister obrony narodowej Władysław Kosiniak-Kamysz.

Szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz wziął udział w odbywającej się w poniedziałek w Warszawie konferencji z okazji 25. rocznicy przystąpienia Polski do NATO „Zapewniając Bezpieczeństwo, Odpowiadając na Wyzwania", zorganizowanej przez Fundację im. Kazimierza Pułaskiego.

Na pytanie, jakie kroki Polska powinna podejmować, aby wzmacniać jedność państw partnerskich zarówno w obszarze pomocy Ukrainie, jak i przygotowań do najgorszych scenariuszy, wicepremier powiedział, że obecnym zadaniem NATO jest myślenie o kolejnych 25 latach Sojuszu, a nawet o najbliższych 25 miesiącach. – Moim zdaniem następne kilkanaście miesięcy będzie kluczowe dla bezpieczeństwa Polski ze względu na to, co może się wydarzyć w Ukrainie. Nie można oswoić się z wojną, nie można jej zaakceptować – podkreślił.

Minister dodał, że trzeba pracować nad pobudzaniem świadomości społeczeństwa w stosunku do ewentualnych zagrożeń i gotowości na ich odparcie. – Siły zbrojne, obywatele, organizacje pozarządowe, instytucje państwowe – każdy pewien mieć określone miejsce. Dlatego tak dużo wysiłku kładziemy na to, by stworzyć najsilniejszą ustawę dot. obrony cywilnej – wyjaśnił. Dodał, że w tym tygodniu będzie nad nią pracował – razem z szefem MSWiA Marcinem Kierwińskim.

Fot. PAP/Radek Pietruszka

Wicepremier, szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz

Jako dobry przykład działania w tej kwestii wymienił Szwecję, gdzie istnieje Urząd ds. Ochrony Cywilnej. – Wszyscy jednego dnia zaczęli mówić o bezpośrednim zagrożeniu ryzykiem wojny wywołanej przez Rosję w Szwecji – wtedy jeszcze nie była ona członkiem NATO. To był jasny sygnał, żeby obudzić społeczeństwo, że nie możemy przyzwyczaić się do wojny – wyjaśnił.

Jak powiedział Władysław Kosiniak-Kamysz, fundamentalna różnica pomiędzy krajami Zachodu a Rosją polega na „docenianiu ludzkiego życia". – Federacja Rosyjska, a przed tym Związek Radziecki zawsze reprezentował to samo: brak szacunku do życia, nieliczenie się z własnymi stratami. Cywilizacja zachodnia nie może zaakceptować tego, że lecą bomby i giną dzieci – zaznaczył.

Wicepremier wskazał, że bycie w NATO to nie tylko sprawa wyboru militarnego, ale także wyboru cywilizacyjnego. – Polska zawsze udowadniała, że jesteśmy państwem Zachodu i stoimy po tej stronie – powiedział. – Umacniać te wartości, umacniać tę strukturę – apelował.

Jako działania, które można i należy podejmować, aby wspierać wschodnią flankę, NATO wymienił m.in. zlokalizowanie jak największej ilości sprzętu wojskowego na terytorium Polski i naszych najbliższych sojuszników oraz wspólne ćwiczenia i szkolenia wojskowe.

ŹRÓDŁO: PAP

RAPORT IFP: PROBLEMY ROLNIKÓW TO NIE ZIELONY ŁAD I ZBOŻE Z UKRAINY

Problemy rolników, choć realne, nie wynikają z Zielonego Ładu i zboża z Ukrainy – podała „Rzeczpospolita", powołując się na raport Instytutu Finansów Publicznych.

Zdecydowaliśmy się na ocenę głównych postulatów rolniczych nie po to, by kontrować postulaty rolnicze i stawiać się po którejkolwiek stronie konfliktu, ale po to, by pokazać złożoność problemu, z jakim borykają się rolnicy" – powiedział „Rzeczpospolitej" prezes zarządu i główny ekonomista Instytutu Finansów Publicznych Sławomir Dudek.

W raporcie „Ziarno niezgody: analiza protestów rolniczych" eksperci przypominają, że protesty rolnicze koncentrują się wokół żądań zaprzestania realizacji założeń Europejskiego Zielonego Ładu w rolnictwie oraz wprowadzenia całkowitego embarga na import produktów rolnych z Ukrainy.

„Na sztandarach protestujących rolników pojawiły się też hasła o zalaniu Polski zbożem z Ukrainy czy wręcz wzywające do wyjścia z UE (...). To kuriozum, bo rolnicy należą do głównych beneficjentów naszej akcesji unijnej" – ocenił Dudek.

Fot. PAP/Grzegorz Momot

Jak czytamy, od początku integracji do 2023 r. polskie rolnictwo otrzymało 67,1 mld euro (ok. 300 mld zł) w ramach wspólnej polityki rolnej. Z tego dwie trzecie poszło na płatności bezpośrednie, które stanowią wsparcie finansowe dla rolników, niezależnie od poziomu produkcji, reszta zasiliła m.in. inwestycje w rozwój obszarów wiejskich. Ponadto dzięki akcesji unijnej polskie rolnictwo dostało dostęp do rynku zbytu liczącego 450 mln konsumentów, a nasza żywność jest dostępna w całej Unii.

Według Dudka absurdem jest też mówienie o zalaniu Polski zbożem z Ukrainy. „Import zboża ukraińskiego w stosunku do naszej produkcji to mniej niż 3 proc." – powiedział ekspert „Rzeczpospolitej".

ŹRÓDŁO: PAP

CIAŁO NOWORODKA ZNALEZIONO NA ŚMIETNIKU

Policja z Gdyni zatrzymała trzy osoby w związku ze śmiercią noworodka. Dziecko odnaleziono w śmietniku po tym, gdy 24-letnia kobieta zgłosiła się do szpitala.

W sobotę po południu otrzymaliśmy informację o tym, że do szpitala (w Gdyni – PAP) została przewieziona 24-letnia kobieta, której obrażenia wskazywały na to, że urodziła dziecko. W trakcie prowadzonych czynności policjanci znaleźli zwłoki chłopczyka – podała w poniedziałek oficer prasowa gdyńskiej policji podkom. Jolanta Gruner, która wyjaśniła, że wykonano oględziny z udziałem prokuratora i biegłego lekarza medycyny sądowej.

Rzeczniczka Prokuratury Okręgowej w Gdańsku prok. Grażyna Wawryniuk dodała, że w związku ze śmiercią noworodka zatrzymano trzy osoby: 24-latkę (prawdopodobnie matkę dziecka) oraz dwoje członków jej rodziny.

Zaznaczyła, że kobieta zgłosiła się do szpitala z bólami. Lekarz stwierdził, że mogło dojść do porodu. – Kobieta wskazała funkcjonariuszom miejsce ukrycia zwłok; był to śmietnik – przekazała Wawryniuk.

Prokurator zadecydował o przewiezieniu ciała noworodka na sekcję zwłok.

ŹRÓDŁO: PAP

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

REDAKTOR NACZELNY
Maciej Matera
zarzad@gazetaolsztynska.pl

ZASTĘPCA REDAKTORA NACZELNEGO
Igor Hrywna

REDAKTORZY WYDANIA
Igor Hrywna wydawca@gazetaolsztynska.pl
Barbara Barczuk
Zuzanna Leszczyńska
Michał Podolak sport@gazetaolsztynska.pl

WYDANIE ONLINE internet@gazetaolsztynska.pl
514 800 549

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

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

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

CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ
tel. 514 800 517

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

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

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

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

NAKŁAD KONTROLOWANY
ZWIĄZEK KONTROLI DYSTRYBUCJI PRASY

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

eprasa.pl 876e72b91f

DUŻO DOBREGO PRZED NAMI

Dzisiejsza, 57 sesja sejmiku województwa warmińsko-mazurskiego, będzie najprawdopodobniej ostatnią w jego VI kadencji. O wyzwaniach, jakie stoją przed samorządem województwa w najbliższych latach, rozmawiamy z Marcinem Kuchcińskim, marszałkiem województwa.

— Niedawno stwierdził pan, że najbliższym czasie nasz region czeka wiele dobrego. To optymizm, czy rzeczywiście są podstawy, żeby tak myśleć?

— Zdecydowanie jedno i drugie. Myślę, że o wiele łatwiej jest osiągać sukcesy, czy to prywatne, czy zawodowe, myśląc pozytywnie. Ja myślę pozytywnie w każdym aspekcie i to tyczy się również przyszłości Warmii i Mazur. Mamy przepiękny, dobrze rozwijający się region, w którym żyje wielu inspirujących ludzi sukcesu. Mamy dobrych gospodarzy miast, powiatów, gmin czy sołectw, którzy każdego dnia pracują po to, by ich „małe krainy" stawały się lepsze. Mamy przed sobą duże perspektywy unijne i wiążące się z tym ciekawe projekty do zrealizowania, które będą cieszyły nas przez lata. To, co dla mnie najważniejsze — mamy jako region partnera w postaci rządu, który rozmawia z nami i wspólnie szuka dobrych rozwiązań. Już niebawem zostanie w tym zakresie podjęta uchwała, która da nam 125 mln zł rządowego programu rozwoju północno-wschodnich obszarów przygranicznych. Dużo dobrego przed nami.

— Co może pan powiedzieć o najbliższych wyzwaniach, jakie stoją przed panem i Zarządem Województwa?

— Przede wszystkim chcemy zapewnić naszym mieszkankom i mieszkańcom jak najlepsze warunki do życia. Dokładamy wszelkich starań, by województwo warmińsko-mazurskie było miejscem, w którym każdy czuje się dobrze i bezpiecznie i może realizować swoje marzenia. Jeśli chodzi o konkrety, to ważne będzie dobre wykorzystanie wszystkich środków unijnych, które do nas trafią. To właśnie fundusze europejskie w największym stopniu pozwalają nam zmieniać nasz krajobraz. Będziemy też z pewnością zabiegać o uczestnictwo w każdym zewnętrznym programie, który pozwoli nam sfinansować już omówione projekty czy przyszłe pomysły. Dużym zadaniem, które przed nami stoi, jest zapewnienie równego dostępu do miejsc pracy, służby zdrowia, szkoły czy kultury szczególnie na terenach wiejskich.

— Kołami napędowymi gospodarki regionu mają być tzw. inteligentne specjalizacje. Dziś mamy ich cztery. Czy ta lista jest zamknięta, czy będziemy szukać innych, nowych ścieżek rozwoju?

fot. https://www.facebook.com/MarcinAndrzejKuchcinski

— Przede wszystkim chcemy zapewnić naszym mieszkankom i mieszkańcom jak najlepsze warunki do życia. Dokładamy wszelkich starań, by województwo warmińsko-mazurskie było miejscem, w którym każdy czuje się dobrze i bezpiecznie i może realizować swoje marzenia — mówi Marcin Kuchciński

— Zawsze dążymy do rozwoju i rozmawiamy o innowacjach. Nasz region jest pod pewnymi względami specyficzny. Mamy duży obszar, duże odległości między miastami, do tego dochodzi zamknięta granica z Rosją, która mocno nas ogranicza i to widać. Musimy szukać nowych, kreatywnych rozwiązań na pobudzenie gospodarki. Mogę zdradzić, że trwają konsultacje na temat kolejnej specjalizacji, ale jest jeszcze zbyt wcześnie, by powiedzieć o konkretach...

— Pana zdaniem, z punktu widzenia przyszłości regionu, co jest dziś kluczowe — rozwój innowacyjnej gospodarki, zapobieżenie depopulacji regionu czy też marginalizacji terenów przygranicznych w związku z obecną sytuacją geopolityczną? Czy są inne wyzwania?

— Myślę, że wszystko, co pan wymienił, ma dziś znaczenie. To, co najbardziej zajmuje nam głowę, to wspomniana granica. Dla takich miast jak Braniewo, Bartoszyce, Gołdap, Kętrzyn czy Węgorzewo to duży hamulec. Dzięki impulsowi, jaki dał nam premier Donald Tusk, już niebawem przekazane pieniądze pozwolą na poprawę infrastruktury drogowej, rozwój zielonej i niebieskiej infrastruktury dla ochrony środowiska naturalnego, stworzenie warunków do rozwoju zrównoważonej turystyki czy poprawę stanu infrastruktury edukacyjnej, zdrowotnej i społecznej.

— Nasz region rozwija się w dużej mierze dzięki funduszom europejskim; na razie te płyną szerokim strumieniem. Co, jeśli pieniędzy z Brukseli będzie dużo mniej?

— Zacznijmy od tego, że każdy wie, jak pieniądze unijne zmieniają nasz region. Nie ma osoby, której by te zmiany nie dotknęły w bardziej lub mniej pośredni sposób. Nie wyobrażam sobie sytuacji, w której moglibyśmy nie mieć tych środków do dyspozycji albo by tych środków było mniej. Na całe szczęście, tak jak pan redaktor zauważył, fundusze unijne płyną, przed nami cała nowa perspektywa FEWiM oraz KPO. Tak jak już mówiłem, koncentrujemy się na dobrym wykorzystaniu danej nam szansy i zapewniam, że będziemy przygotowani na różne możliwe scenariusze.

ANDRZEJ MIELNICKI

MALUCH+ PO NOWEMU

W poniedziałek odbyło się w Olsztynie spotkanie konsultacyjne wojewody Radosława Króla i przedstawicieli samorządów z wiceministrą resortu rodziny pracy i polityki społecznej Aleksandrą Gajewską. Przedstawicielka rządu zaprezentowała propozycje zmian w programie Maluch+.

Mamy ponad 5,5 mld zł, które możemy wykorzystać na tworzenie nowych miejsc opieki nad małymi dziećmi. Są środki i mamy możliwości. Będziemy robić wszystko, żeby gminy z nich skorzystały — zadeklarowała Aleksandra Gajewska.

Wiceministra zauważyła, że na Warmii i Mazurach 56 proc. gmin nie gwarantuje żadnej formy opieki nad dziećmi w wieku do 3 lat. To dokładnie 65 gmin, w których nie ma żadnej placówki opieki wczesnodziecięcej.

— Będziemy zmieniać program rządowy, zwiększając pulę środków dofinansowania z dotychczasowych 36 tys. zł. do 57 tys. zł dopłaty do stworzenia jednego miejsca opieki — podkreśliła Aleksandra Gajewska.

Zgodnie z informacjami przekazanymi przez przedstawicielkę rządu ministerstwo 1 marca wstrzymało nabór wniosków do programu Maluch+. Ma być wznowiony jeszcze w tym miesiącu, ale już na nowych zasadach. Przerwa w naborze to według wiceministry czas potrzebny na konsultacje proponowanych zmian.

fot. https://www.facebook.com/radoslawkrolpsl

— Zwiększamy dofinansowanie na nowe miejsca opieki do około 57 tys. złotych i umożliwiamy gminom ubieganie się o dodatkowe środki z KPO — powiedział wojewoda Radosław Król

— Chcemy, żeby nie było barier w dostępie do opieki wczesnodziecięcej — zadeklarowała Aleksandra Gajewska. — Tu, na Warmii i Mazurach, 65 gmin, gdzie nie ma dostępu do tej formy opieki, zyskuje dzisiaj unikatową szansę, żeby to zmienić. Będziemy ten proces wspierać — podkreśliła.

Gospodarz spotkania, wojewoda warmińsko-mazurski Radosław Król, przyznał, że w województwie są nadal liczne białe plamy w dostępie do opieki wczesnodziecięcej. Zauważył, że zwiększenie puli dotacji do 57 tys. zł. pozwoli zasadniczo zmienić tę sytuację.

— To środki, dzięki którym będzie można dokonywać remontów i inwestycji, dostosowywać nowe obiekty do pracy przede wszystkim żłobków, bo to o nie przecież głównie chodzi na naszym terenie — stwierdził Radosław Król. — Będzie też wsparcie finansowe dla tych rodziców, których nie stać na posyłanie dziecka do żłobka — dodał.

— Spotykaliśmy się wcześniej w ministerstwie i mogę powiedzieć, że nasz głos został wysłuchany, dowodem są te zmiany — powiedział z kolei wicewojewoda Mateusz Szauer, który nadzoruje w urzędzie Wydział Polityki Społecznej. — Jesteśmy przygotowani na wdrażanie nowych zasad programu — zadeklarował.

STANISŁAW KRYŚCIŃSKI

eprasa.pl 876e72b91f

JESTEM KOBIETĄ VINTAGE

— Dobra stylizacja potrafi zrobić wiele dobrego. Buduje poczucie własnej wartości. Może dla niektórych to tylko szmatki, ale one naprawdę robią robotę — mówi znana z TikToka, Instagrama i YouTube'a Szafiarka Dorka, czyli Dorota Świętoniowska z Olsztyna.

fot. Zbigniew Woźniak

— Realizujmy siebie, myślmy o sobie, bo jak same tego nie zrobimy, to nikt za nas tego nie zrobi — podkreśla Dorota Świętoniowska

— Napędza pani kobiety do działania...

— Najważniejsze jest to, żeby realizować swoją pasję. Nawet jeśli jest to uprawianie ogródka, to warto to robić. Zwłaszcza jeśli kobieta w ciągu swojego życia nie miała na to czasu. Wiadomo — dom, rodzina, dzieci, mąż... Często nasze sprawy osobiste schodzą na drugi plan. To jest przykre, ale niestety tak jest. Wszystko jest ważniejsze, a my same jesteśmy na szarym końcu. Dlatego emerytura to świetny czas, żeby w końcu zacząć się realizować.

— Ale jak się przemóc?

— Mam trochę kontrowersyjne podejście do tematu. Będę mówiła o modzie, bo to moja działka. Idź najpierw do przymierzalni, żeby przymierzyć znakomitą stylizację, na przykład odwzorowaną na moich, a później — gdy już widać całość — czujesz... jak się czujesz. Wtedy zaczynasz w siebie wierzyć, a ludzie mówią, że świetnie wyglądasz. Okazuje się wtedy, że wszystko jest w twoim zasięgu. Bo nie da się przekonać, że coś jest super, dopóki nie zaczniesz działać w tym zakresie. Niestety często jest tak, że wszystko zamyka się w fazie gadania i bardzo często na nim się kończy. Nie gadajmy, działajmy.

— A jak pani zaczęła działać?

— Przez przypadek. Kupiłam sobie na wyprzedaży jakąś fajną rzecz, wystylizowałam się i wrzuciłam, ot tak, film na TikToka. Ludzie zaczęli to komentować. Często pojawiało się słowo „slay", którego nie rozumiałam, a które pisali młodzi ludzie. Nie wiedziałam, co myśleć: „czy oni mnie obrażają?". A okazało się, że to duży komplement. („slay" to określenie czegoś, co robi wrażenie albo kogoś, kto wzbudza podziw, imponuje, „poraża", np. atrakcyjnym wyglądem — red.) I to mnie wtedy utwierdziło przekonaniu, że to, co robię, jest fajne. Bo ja przez długi czas wrzucałam do internetu tylko prywatne zdjęcia swoich stylizacji — dla przyjemności. Ale gdy się okazało, że dziewczyny w komentarzach prosiły mnie, żebym pokazała coś jeszcze, to zaczęłam to robić. Bo one w gonitwie dnia codziennego potrzebowały podpowiedzi, jak się ubierać i co z czym łączyć. Pisały, że zawsze rano, przy porannej kawie, czekają, aż pokażę im swój outfit. I że to „robi im dzień". Do tego wstawiam fajną muzykę i mówię coś od siebie. Takich stylizacji nie widuje się na ulicach.

— Czyli przyjemne z pożytecznym.

— Często pokazuję też, co będzie dopiero modne. I przez to zbieram hejty. Ludzie boją się nowości i zmian. Na przykład kiedyś halkę noszono w najgłębszych warstwach ubrania, a teraz świetnie wygląda jako suknia balowa slip dress założona na przykład na uroczystość rozdania Oscarów. Albo ludzie się dziwią, gdy pokazuję stylizacje ze skarpetkami, za co dostaję niesamowite baty. Mówią, że wyglądam jak „Janusz w klapkach". A ja im odpowiadam: „wyjdźcie ze swojej głowy, spójrzcie na to z innej perspektywy!". Chociażby dlatego, że wraca dziś trend na lata 80. i 90. Nie bójmy się zmian, bo one nie są złe! Niestety ludzie tego nie wiedzą i dlatego hejtują. A dlaczego by nie odważyć się i nie dokonać jakiejś stereotypowej zmiany? Zróbmy coś świeżego!

— Odważyła się pani wziąć udział w programie TVN „The Traitors. Zdrajcy".

— Bardzo podoba mi się formuła programu oparta na grze „Mafia". To jest coś, czego jeszcze w polskiej telewizji nie było. Rozgrywka jest dość mroczna i wyciąga z ludzi różne emocje i instynkty, z którymi nie mieli na co dzień do czynienia. Dlatego pomyślałam, że warto spróbować. Potraktowałam to jako fajną przygodę. Bo dzisiejsza sześćdziesiątka to jak kiedyś czterdziestka. Dlatego kobiety vintage, czyli w moim wieku, mają mnóstwo możliwości jeszcze przed sobą. Niestety jest taka tendencja, że kobiety w wieku emerytalnym spycha się na margines, mężczyzn zresztą też. Ale kobiety szczególnie — uważane są za stereotypowe babciny w chusteczce, na działeczce, w kapciuchach, z kotem albo wnukami przy boku. I ma się wrażenie, że one już nic nie wnoszą do świata ani nic nie chcą od niego. Ale one chcą, tylko tkwią w tych stereotypach. Dlatego pokazuję, że można inaczej. Że można budować siebie i przeżywać coś niesamowitego.

— W pierwszym odcinku została pani wyeliminowana, ale znów jest pani w grze.

— Wróciłam, razem z pozostałymi uczestnikami. Można więc kibicować mi od nowa. Tym bardziej że w programie dużo się dzieje.

— Każda kobieta lubi świetnie wyglądać. Nie tylko w telewizji, ale przede wszystkim na co dzień.

— Dobra stylizacja potrafi zrobić wiele dobrego. Buduje poczucie własnej wartości. Może dla niektórych to tylko szmatki, ale one naprawdę robią robotę. Panują stereotypy, które nie zmieniają się od lat. Mówią, że musisz być chuda, młoda i wysoka. I że ubranie ma wyszczuplać. Ale ty zaakceptuj sylwetkę taką, jaką masz! Bo właśnie taka, jaka jesteś, jesteś cudna, piękna i fantastyczna! Ubierz się tak, żeby dobrze się czuć we własnej skórze, wtedy będziesz promieniała. Korygowanie sylwetki przez ubiór prowadzi niestety do tego, że codziennie stajesz przed lustrem i zamiast dobierać świetny outfit, pogłębiasz swoje kompleksy, bo znowu sobie przypominasz: „ojejku, to mam niefajne, tego mi brak, a tego mam za dużo". Codziennie się utwierdzasz, że nie jesteś dość dobra, by świetnie wyglądać.

— Często wynosimy to też z domu...

— Nigdy nie zajmowałam się modą zawodowo. Od zawsze była to jednak moja pasja. Pamiętam, jak mama szyła mi ubrania na podstawie wykroju z „Burdy". Pamiętam też, jak inni wtedy na mnie dziwnie patrzyli. Miałam na sobie „niemieckie wykroje", a tam przecież już modę znano. U nas trochę to inaczej wyglądało...

— Wszyscy w szkole w mundurkach, fartuszkach...

— Tak, wychowywaliśmy się z automatu w jednolitej masie. Teraz jest inaczej. I dziś, przyznam, przeżywam najszczęśliwsze lata swojego życia. Kocham modę i sprawia mi to ogromną przyjemność. To moje hobby, moja pasja. Nie czekajmy jednak na emeryturę. Każda z nas powinna mieć swój czas. Realizujmy siebie, myślmy o sobie, bo jak same tego nie zrobimy, to nikt za nas tego nie zrobi. Kobieta w społeczeństwie w dalszym ciągu jest multifunkcyjna, ale coraz bardziej świadoma, że musi również sobie poświęcać czas. Tylko wtedy życie jest spełnione i satysfakcjonujące.

ADA ROMANOWSKA

eprasa.pl 876e72b91f

CZEKA NAS KOMUNIKACYJNY PARALIŻ?

Jutro kierowcy w całym województwie mogą spodziewać się nie lada problemów, bo rolnicy zapowiedzieli, że 20 marca zablokują główne drogi na Warmii i Mazurach. Sparaliżowany zostanie m.in. dojazd do Olsztyna.

Po raz pierwszy rolnicy zaprotestowali w drugiej połowie lutego. Wówczas zablokowali drogi regionu, a następnie pojawili się w Olsztynie. Do stolicy regionu przyjechało wówczas około tysiąca osób, a ulice blokowało w tych dniach 500 ciągników. Protestujący podkreślali, że tańsze i niekoniecznie sprawdzone pod względem jakości zboże zalało rynek, czyniąc produkcję nieopłacalną. Głównym postulatem rolników jest odejście od założeń tzw. unijnego Zielonego Ładu. Protestują także przeciwko – jak to ujmują – niekontrolowanej dostawie zboża z Ukrainy do Polski. Rolnicy za absurdalną uznają również konieczność ugorowania 4 proc. powierzchni swojego areału.

– Produkcja naszych zbóż staje się nieopłacalna. Zalegają one tonami w naszych magazynach, bo nikt nie chce ich skupować, bo na skupach magazyny są załadowane zbożem z Ukrainy – mówił jeden z protestujących.

BLOKADA S7

Teraz rolnicy zapowiadają kolejny protest. Zaplanowano go na 20 marca. W tym dniu zablokowane zostaną główne drogi regionu.

– Sytuacja jest elastyczna – mówi Katarzyna Kozłowska, rzeczniczka olsztyńskiego oddziału Generalnej Dyrekcji Dróg Krajowych i Autostrad. – W piątek mieliśmy zgłoszonych 24 lokalizacji blokad. Informacje te zbieramy z urzędu wojewódzkiego, do których spływają dane z gmin. – Ciągle prowadzone są rozmowy. Po cichu liczymy, że nie dojdzie do blokad. Nie wnikamy w istotę protestu. Naszym celem jest zapewnienie jak najbardziej bezpiecznego i płynnego ruchu.

Rolnicy mają zablokować m.in drogę ekspresową S7 przy S7 węzeł Olsztynek Zachód (na wysokości miejscowości Sudowa) oraz S7 węzęł Pawłowo.

– Spotkałem się już z protestującymi rolnikami. Jest nadzieja, że zrezygnują z blokady S7 przy węźle na wysokości miejscowości Sudowa – mówi „Gazecie Olsztyńskiej" Robert Waraksa, burmistrz Olsztynka. – Pozostać ma blokada przy węźle Pawłowo. Ruch ma odbywać się drogami serwisowymi.

Mimo rezygnacji z jednej lokalizacji burmistrz Waraksa nie ukrywa, że nie obędzie się bez problemów. – Trzeba pamiętać, że blokada ma trwać od godz. 7 do godz. 19. Na pewno wpłynie to na kłopoty z ruchem w kierunku Warszawy i od Warszawy. Na terenie naszej gminy mamy wiele zakładów pracy, do których muszą dojechać ich pracownicy. Będą mieli z tym problemy.

ROLNICY NA WAŻNYM RONDZIE POD OLSZTYNEM

Czy rolnicy pojawią się w Olsztynie?

– Na tę chwilę nie mamy takich informacji – stwierdził Patryk Pulikowski z biura prasowego Urzędu Miasta Olsztyn.

To jednak nie oznacza, że nie będzie problemu z dojazdem do Olsztyna, ponieważ rolnicy zapowiadają blokadę ronda DK51 przed Dywitami. W ciągu dnia pokonują je tysiące mieszkańców okolicznych miejscowości pracujących w stolicy regionu.

Rolnicy nie zamierzają też poprzestać na jednodniowych akcjach. Na 30 dni, jak wynika w GDDKiA Olsztyn, zablokowany ma zostać przejazd do drogowego przejścia granicznego w Grzechotkach z Rosją.

– Protest będzie polegał na całkowitej blokadzie przez pierwsze 12 godzin, następnie będzie przepuszczany jeden pojazd na godzinę. Organizator przewiduje możliwość zawieszania i odwieszania strajku z informacją na 12 godzin przed – czytamy w informacji GDDKiA Olsztyn.

Tak długo ma również być blokowane rondo na obwodnicy Olecka w kierunku Ełku.

– Blokada drogi traktorami po obydwu stronach drogi (z pozostawieniem tzw. korytarza bezpieczeństwa przy osi jezdni) – informują drogowcy.

GDZIE MOGĄ BYĆ BLOKADY?

Zgłoszone lokalizacje blokad (stan na 18 marca):

Grzechotki – DK22, słupek drogowy 437 w okolicach DPG Grzechotki

Bartoszyce – rondo DK51 na trasie Bartoszyce – Olsztyn

Górowo Iławeckie – rondo na DW512 na odcinkach Bartoszyce – Górowo Iławeckie – Lidzbark Warmiński

Olecko – DK65 (rondo na obwodnicy Olecka) Ełk – Olecko

Wieliczki – DW655

Dywity – rondo przy osiedlu Sterowców w Dywitach DK51

Olsztynek – S7 węzeł Grunwald

Olsztynek – S7 węzeł Olsztynek Zachód (na wysokości m. Sudowa)

Łukta – rondo na DW530 i 527 oraz droga wjazdowa do Łukty od strony Morąga

Biskupiec – rondo przy ul. Mickiewicza wyjazd z Biskupca w kierunku Szczytna i Olsztyna DK57

Lubomino – DW507 w Lubominie – skrzyżowanie z drogą na Wapnik z blokadą tej drogi, kończąca się przy kościele, łącznie z blokadą drogi w kierunku Lidzbarka Warmińskiego (ul. Szymanowskiego). Zablokowane będą zjazdy na ul. Konopnickiej, ul. Świerczewskiego, ul. Sportową, ul. Kolejową, a także zjazd za torami na drogę polną w lewo w kierunku Ornety.

Orzysz – Orzysz – skrzyżowanie ul. Wojska Polskiego – ul. Ełcka – ul. Giżycka. Planowana trasa przejścia: Orzysz – ul. Wojska Polskiego (rampa kolejowa); Orzysz – ul. Ełcka (cmentarz); Orzysz – ul. Giżycka (stacja benzynowa).

Biała Piska – DK58 oraz DW667

Pisz – rondo Mazurskie w Piszu i przejścia po pasach, przejazd i blokada drogi 63 do Ronda Stanisława Mikołajczyka i przejścia po pasach

Miłomłyn – węzeł Miłomłyn Płn., zablokowana droga krajowa S7 w obu kierunkach (Gdańsk, Warszawa).

Działdowo – DW542, DW545 i DW544 – rondo ulic Męczenników, Małłka, Olsztyńska

Uzdowo – DW538 i DW542

Marcinkowo – DK16 przejazd od Marcinkowa do ronda i z powrotem do CPN Bagienice

Sorkwity – DK16 przy Urzędzie Gminy Sorkwity ul. Olsztyńska

Litwinki – S7 w miejscowości Litwinki (pod wiaduktem)

Kanigowo – S7 na węźle Północnym w m. Kanigowo pod wiaduktem

Giżycko – m. Kąp skrzyżowanie DK63 i DW655

Ryn – ul. Partyzantów 5 przy parkingu Zajazd pod Kasztanami w Rynie

Bogaczewo – węzeł Bogaczewo S7

W Stawigudzie sąd zakazał

13 lutego 2024 r. Urząd Gminy w Stawigudzie otrzymał zawiadomienie o zamiarze organizacji „Zgromadzenia publicznego zaplanowanego na terenie gminy Stawiguda". Organizator wskazał, że miało ono się rozpocząć 20 lutego o godz. 9 i miało potrwać do dnia 27 lutego do godz. 9.

– Miało ono polegać na całkowitej blokadzie ronda znajdującego się na zjeździe z drogi ekspresowej S51 w kierunku Warszawy, zablokowaniu dróg serwisowych S51 przyległych do tego ronda oraz zjazdów i wyjazdów z tego ronda. Blokadą miała być objęta także cała droga gminna, która przylega do tego ronda – ul. Biedronkowa, biegnąca w kierunku Unieszewa w stronę lasu.

Michał Kontraktowicz, wójt gminy Stawiguda wydał decyzję zakazującą odbycia wskazanego wyżej zgromadzenia. Uznał, że może zagrażać „mieniu w znacznych rozmiarach".

Protestujący zaskarżyli tę decyzję do sądu. Ten ostatni odrzucił skargę. Zdaniem sądu sytuacja taka doprowadziłaby w efekcie także do tego, że lokalna społeczność mogłaby pozostać bez dostaw podstawowych artykułów spożywczych.

eprasa.pl 876e72b91f

ZBIERAJĄ NA STYPENDIA IM. MARCINA ANTONOWICZA

Obrazy mamy już wystawione na sztalugach. W tym roku mamy bardzo wiele ciekawych przedmiotów, które są darami od licznego grona ofiarodawców, między innymi marszałka województwa oraz naszego wojewody czy prezydenta miasta — mówi Danuta Gomolińska, dyrektor III LO im Mikołaja Kopernika w Olsztynie.

OD DZIEŁ SZTUKI PO PRZYPRAWY

Wśród przedmiotów, które będzie można już wśrodę po południu wylicytować, są między innymi banknoty i monety z kolekcjonerskiej serii przekazane przez NBP. Jest także ceramika warmińska, przyciągająca oko biżuteria, duża kolekcja niezwykle ciekawych książek, w tym albumy, ale także zestawy budzących zmysły przypraw.

Z Instytutu Pamięci Narodowej przyszły książki i gry, które robiły furorę podczas Mistrzostw Gier Planszowych, w których regionalny etap niedawno odbył się w Olsztynie. Z dzieł sztuki jest piękna kapliczka autorstwa Melanii Olędzkiej oraz obraz Krystyny Sól. W sumie na aukcję trafi kilkanaście obrazów: jest wśród nich także piękny portret Marszałka Józefa Piłsudskiego przekazany przez Władysława Kałudzińskiego oraz dzieło artysty z tak wyrobionym nazwiskiem jak Marcin Radziszewski czy obrazy Bogumiły Kowiel.

— W programie artystycznym są występy uczniów III Liceum. Koncert otworzy hymn „O Warmio Moja Miła" w wykonaniu trębacza, który jest uczniem naszej szkoły — mówi Danuta Gomolińska.

W kawiarence będą dostępne wypieki uczniów i ich mam. Każda z klas zobowiązała się dostarczyć jedno ciasto. Wypieki z kawiarenki już tradycyjnie, podczas każdej edycji koncertu charytatywnego, cieszą się dużym zainteresowaniem gości. A dochód z ich sprzedaży jest ważnym wpływem na fundusz stypendialny.

PROGRAM STYPENDIALNY

— Zbieramy na stypendia, które pozwalają uzdolnionym uczniom na rozwijanie swoich pasji. Są bardzo potrzebne, szczególnie teraz, kiedy każdy liczy się z każdym wydatkiem — mówi Władysław Kałudziński, pomysłodawca programu stypendialnego im. Marcina Antonowicza. — W tym roku, wzorem poprzedniej edycji, każde z przyznanych stypendiów będzie wynosiło 2000 zł — dodaje.

Z programu stypendialnego im. Marcina Antonowicza od chwili jego powstania skorzystało ponad 250 uzdolnionych licealistów z regionu. Corocznie przyznawanych jest ok. 15 stypendiów. Otrzymują je uczniowie szkół średnich. Przede wszystkim z Olsztyna, ale także m.in. z Ełku i Iławy. Tegoroczna zbiórka jest 14. z rzędu i odbywa się w III LO w Olsztynie.

Program stypendialny w 2004 roku zainicjowało Stowarzyszenie Represjonowanych w Stanie Wojennym Regionu Warmińsko-Mazurskiego „Pro Patria", któremu przewodniczy Władysław Kałudziński. Współorganizatorem zbiórek od samego początku jest III Liceum Ogólnokształcące im. Mikołaja Kopernika z Olsztyna. Fundusze w znacznym stopniu pochodzą z licytacji dzieł sztuki przekazywanych przez lokalnych artystów.

KIM BYŁ MARCIN ANTONOWICZ?

Marcin Antonowicz jest ofiarą komunistycznego reżimu. Zginął tylko dlatego, że był studentem Uniwersytetu Gdańskiego. Do tragedii, która doprowadziła do jego śmierci, doszło 19 października 1985 roku. Tego dnia przypadała rocznica porwania i umęczenia księdza Jerzego Popiełuszki, kapelana „Solidarności". Milicjanci zatrzymali Marcina przy ulicy Dworcowej w Olsztynie i zabrali do milicyjnego stara. Kilkanaście minut później został znaleziony na ulicy w ciężkim stanie, nieprzytomny, z krwiakiem mózgu.

Kiedy trafił do szpitala jako osoba niezidentyfikowana, dyżur lekarski miała jego mama. Zrozpaczona kobieta rozpoznała swojego syna. Marcin Antonowicz walczył o życie dwa tygodnie. Zmarł 2 listopada.

Pogrzeb Marcina Antonowicza zamienił się w wielką manifestację patriotyczną. Uczestniczyło w niej kilkanaście tysięcy osób. W grudniu 2004 roku imię Marcina Antonowicza nadano ulicy w dzielnicy Osiedla Generałów. Upamiętnia go również tablica w kościele pw. Najświętszego Serca Jezusowego w Olsztynie. Prezydent Polski śp. Lech Kaczyński przekazał jego rodzicom nadany mu pośmiertnie Krzyż Kawalerski Orderu Odrodzenia Polski.

— Marcin był przykładnym studentem, ale także patriotą. Reprezentował te wartości, które powinien mieć młody człowiek, który dąży do odkrywania prawdy — podkreśla Władysław Kałudziński.

WARTO POMAGAĆ

Koncert, który odbędzie się już wśrodę, poprowadzą Bożena Ulewicz i Wojciech Ruciński, którzy są weteranami skutecznie prowadzonych inicjatyw charytatywnych, między innymi Wenty Dobroczynnej Akcji Katolickiej Archidiecezji Warmińskiej.

Organizatorzy podkreślają, że od wysokości dochodu ze zbiórki i aukcji zależy ostateczna ilość stypendiów. O tym, komu je przyznać, na początku czerwca każdego roku decyduje kapituła, do której należy 10 osób. Kandydatów wskazują dyrekcje szkół.

— W sumie przez wszystkie lata w ręce uzdolnionej młodzieży przekazaliśmy już pół miliona złotych — mówi Władysław Kałudziński.

— Zapraszamy już wśrodę 20 marca o godzinie 17.00 do naszej szkoły przy ulicy Sybiraków 3 w Olsztynie — zachęca Danuta Gomolińska.

STANISŁAW KRYŚCIŃSKI

fot. www.tomek.strony.ug.edu.pl

Pogrzeb Marcina Antonowicza zamienił się w wielką manifestację patriotyczną. Uczestniczyło w niej kilkanaście tysięcy osób

Już jutro w III LO w Olsztynie odbędzie się 14. edycja koncertu charytatywnego na rzecz „Stypendium im. Marcina Antonowicza" dla uzdolnionych licealistów. Do tej pory z programu skorzystało kilkuset uczniów, a łączna zebrana kwota sięgnęła pół miliona złotych.

fot. Kamil Foryś

Licytacja na jednym z poprzednich koncertów

REKLAMA

komunikat

MIEJSKI OŚRODEK SPORTU I REKREACJI W ELBLĄGU

podaje do publicznej wiadomości wszystkich zainteresowanych, iż na tablicy ogłoszeń w siedzibie MOSiR przy ul. Karowej 1 w Elblągu oraz na stronie **http://www.bip.mosir.elblag.eu/** od dnia 18.03.2024 r. do dnia 07.04.2024 r. zostały zamieszczone wykazy nieruchomości przeznaczonych do dzierżawy/najmu z zasobów Gminy Miasta Elbląg.

6524see1-a -P

REKLAMA

licytacja

OBWIESZCZENIE O DRUGIEJ LICYTACJI NIERUCHOMOŚCI

Termin i miejsce licytacji: druga publiczna licytacja nieruchomości odbędzie się 15 maja 2024 roku w Urzędzie Skarbowym w Olsztynie (pokój 316) o godzinie 10:00. **Oznaczenie nieruchomości:** udział ½ w nieruchomości, w skład której wchodzą działki gruntu nr 484, 485 i 487 o łącznej powierzchni 4,64 ha położone w miejscowości Lamkowo, gmina Barczewo, powiat olsztyński, województwo warmińsko-mazurskie. Nieruchomość posiada dostęp do drogi publicznej powiatowej poprzez drogi gminne – działki nr 480, 486, 426 i 360. Dla nieruchomości Sąd Rejonowy w Olsztynie VI Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr OL10/00027345/8. Wartość szacunkowa udziału ½ w nieruchomości wynosi **225 250,00 zł.** Cena wywołania: **157 675,00 zł.** Wadium: **22 525,00 zł.** Sprzedaż nie jest opodatkowana podatkiem od towarów i usług.

Naczelnik Urzędu Skarbowego w Olsztynie

31024otbr-a -P

licytacja

OBWIESZCZENIE O TRZECIEJ LICYTACJI NIERUCHOMOŚCI

Naczelnik Urzędu Skarbowego w Iławie

podaje do publicznej wiadomości, że 23 kwietnia 2024 roku o godzinie 10:00 w Urzędzie Skarbowym w Iławie przy ul. Wojska Polskiego 26, pokój 16, odbędzie się trzecia publiczna licytacja nieruchomości stanowiącej lokal mieszkalny o numerze 3, o powierzchni użytkowej 67,28 m^2, wraz ze strychem o powierzchni 49,22 m^2, pomieszczeniem gospodarczym o powierzchni 27,77 m^2 i udziałem 192/1000 w częściach wspólnych budynku i w gruncie, na którym znajduje się budynek oznaczony w rejestrze gruntów numerem 179/8, położony w miejscowości Babięty Wielkie (adres: Babięty Wielkie 17A), gmina Susz, powiat iławski, województwo warmińsko-mazurskie, dla którego Sąd Rejonowy w Iławie V Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą o numerze EL1I/00062171/8. Wartość szacunkowa nieruchomości wynosi 102 500,00 zł.

Cena wywołania wynosi 66 625,00 zł (w trzeciej licytacji cena wywołania jest równa 65% oszacowanej wartości nieruchomości).
Wadium: 10 250,00 zł.

Szczegółowe informacje znajdują się na tablicy ogłoszeń oraz na stronie internetowej Urzędu Skarbowego w Iławie: **https://www.warminsko-mazurskie.kas.gov.pl/pl/urzad-skarbowy-w-ilawie/ogloszenia/obwieszczenia-o-licytacji.**

31124otbr-a -P

eprasa.pl 876e72b91f

SĘDZIOWIE ZAJMĄ SIĘ PREZESAMI

Dzisiaj Kolegium Sądu Okręgowego w Olsztynie zaopiniuje wnioski ministra sprawiedliwości w sprawie odwołania kilku sędziów z naszego regionu. Chodzi między innymi o Michała Lasotę, prezesa olsztyńskiego sądu okręgowego i Macieja Nawackiego, prezesa olsztyńskiego sądu rejonowego.

W miniony poniedziałek Ministerstwo Sprawiedliwości poinformowało, że ruszyła procedura odwołania łącznie dziewięciu prezesów i wiceprezesów sądów – okręgowego i rejonowych – z okręgu olsztyńskiego. Chodzi m.in. o prezesa SO Michała Lasotę i prezesa SR w Olsztynie Macieja Nawackiego.

Rzecznik Sądu Okręgowego w Olsztynie sędzia Adam Barczak poinformował, że na 19 marca został wyznaczony termin najbliższego posiedzenia Kolegium Sądu Okręgowego w Olsztynie. — Przedmiotem obrad Kolegium ma być zaopiniowanie wniosku ministra sprawiedliwości w sprawie odwołania z funkcji prezesa i wiceprezesów Sądu Okręgowego w Olsztynie, prezesa i wiceprezesów Sądu Rejonowego w Olsztynie oraz prezesów Sądów Rejonowych w Bartoszycach, Biskupcu i Kętrzynie — poinformował sędzia Barczak. I dodał, że w związku z wszczęciem procedury odwołania z funkcji prezesa i wiceprezesów Sądu Okręgowego w Olsztynie minister sprawiedliwości wskazał sędziego Sądu Okręgowego w Olsztynie Wacława Bryżysa do wykonywania funkcji prezesa Sądu Okręgowego w Olsztynie jako najstarszego służbą sędziego pełniącego funkcję przewodniczącego wydziału w tym Sądzie Okręgowym.

Sędzia Wacław Bryżys zadecydował, że najbliższe posiedzenie Kolegium Sądu Okręgowego w Olsztynie odbędzie się 19 marca o godz. 10.

Jak podało Ministerstwo Sprawiedliwości, szef MS Adam Bodnar, informując w poniedziałek Kolegium Sądu Okręgowego w Olsztynie o zamiarze odwołania prezesa Macieja Nawackiego, uzasadnił ten zamiar nadużywaniem przez niego władzy wobec sędziego Pawła Juszczyszyna. — Kolejnym argumentem przemawiającym za odwołaniem sędziego Nawackiego jest jego druga kadencja jako członka Krajowej Rady Sądownictwa, która nastąpiła w sytuacji, w której (...) wśród sędziów było powszechnie wiadome, że KRS ukształtowana ustawą z 8 grudnia 2017 r., nie spełnia kryteriów niezależności od władzy wykonawczej i ustawodawczej — głosi komunikat MS.

Prezes Nawacki napisał zaś w poniedziałek na platformie X, że „walec bezprawia dotarł do Olsztyna". — Spokojnie, pracuję dalej dla Polski. Jutro posiedzenie Krajowej Rady Sądownictwa — dodał.

Jednocześnie – jak poinformował resort – minister wystąpił z wnioskiem do Kolegium SO w Olsztynie o wyrażenie opinii w sprawie odwołania prezesa Michała Lasoty oraz wiceprezesów Marcina Czapskiego i Tomasza Kosakowskiego. Jak dodano, wobec całej trójki zastosowano ponadto zawieszenie w pełnieniu czynności.

W odniesieniu do sędziego Lasoty wniosek ministra został uzasadniony – jak to określono – nadużywaniem przez tego sędziego funkcji zastępcy rzecznika dyscyplinarnego sędziów „poprzez wszczynanie postępowań dyscyplinarnych wobec sędziów stosujących prawo europejskie". W tym kontekście MS również wymieniło wszczęcie postępowania dyscyplinarnego wobec sędziego Juszczyszyna.

— Kolejnym argumentem, uzasadniającym odwołanie Lasoty, był jego dwukrotny udział w procedurze konkursowej przed KRS, ukształtowaną ustawą z 8 grudnia 2017 r., w celu objęcia stanowiska sędziego sądu okręgowego, a następnie sędziego sądu apelacyjnego — dodało Ministerstwo Sprawiedliwości.

Także – jak głosi informacja resortu – „w odniesieniu do sędziów Czapskiego i Kosakowskiego wniosek ministra sprawiedliwości został uzasadniony ich udziałem w procedurze konkursowej przed KRS, ukształtowaną ustawą z 8 grudnia 2017 r., w celu objęcia stanowisk sędziów sądu okręgowego".

Minister sprawiedliwości chce także odwołania prezesa Sądu Rejonowego w Bartoszycach sędziego Mirosława Skowyry, prezesa Sądu Rejonowego w Biskupcu sędziego Tomasza Turkowskiego oraz prezesa Sądu Rejonowego w Kętrzynie sędziego Tomasza Cichockiego.

(PAP)

ALI/ SDD/

„ISTNY CYRK" SPODOBAŁ SIĘ WIDZOM I JUROROM

Ostródzki Teatr Przebudzeni zajął I miejsce na Festiwalu Teatrów Amatorskich „Szpulka" w Sokołowie Podlaskim. Aktorzy z Ostródy zaprezentowali spektakl „Istny Cyrk".

Czyż nie każdy z nas nosi w sobie łgarza, kuglarza, pajaca... bo to się nam opłaca? Nadchodzi era, nowy czas, kiedy odmieńcy zdobędą świat! — napisali aktorzy z Ostródy na swoim profilu na FB. — I zdobyliśmy na Festiwalu Teatrów Amatorskich „Szpulka" naszym „Istnym Cyrkiem" pierwsze miejsce! Wracamy z Sokołowa Podlaskiego bogatsi o kolejne wrażenia, doświadczenia i znajomości. Ogromne gratulacje dla zdobywców Grand Prix SAFO z Rydułtowy. Gratulacje i podziękowania dla organizatorów i wolontariuszy! — podzielili się wrażeniami aktorzy Teatru Przebudzeni.

Fot. Karolina Chomka/FB Teatr Przebudzeni

Na IV Festiwal Teatrów Amatorskich „Szpulka" zgłoszono 39 przedstawień. Po analizie nadesłanych nagrań do udziału zakwalifikowanych zostało 16 teatrów z całej Polski, w tym Teatr Przebudzeni z Ostródy. Spektakle na festiwalowej scenie były prezentowane przez trzy dni.

W sobotę 16 marca Teatr Przebudzeni pokazał „Istny Cyrk" w reżyserii Moniki Kazimierczyk i Dariusza Wychudzkiego. — Czeka nas cały wachlarz emocji, a granica między pięknem i brzydotą, normalnością i dziwacznością, świętością i obscenicznością stanie się umowna — zachęcali aktorzy teatru do obejrzenia spektaklu.

Spektakl zachwycił jury i publiczność i przyniósł im pierwsze miejsce! Teatr Przebudzeni działa przy Polskim Stowarzyszeniu na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną Koło w Ostródzie.

„PODWÓRKA Z NATURY": COŚ SIĘ KOŃCZY, COŚ SIĘ ZACZYNA

Zamykamy rozdział dotyczący rewitalizacji podwórek w dotychczasowej formule — informuje Paulina Żukowska z Wydziału Strategii i Funduszy Europejskich Urzędu Miasta Olsztyna. Ale to nie znaczy, że w tym roku nie będzie działań w terenie.

W ubiegłym roku Rada Miasta Olsztyna uchwaliła nowy dokument, na podstawie którego miasto Olsztyn będzie prowadzić działania rewitalizacyjne. Gminny Program Rewitalizacji Olsztyna, przyjęty na podstawie przepisów ustawy z 9 października 2015 r. o rewitalizacji, był tworzony przez niemal dwa lata, przy dużym zaangażowaniu mieszkańców oraz wielu innych podmiotów społecznych i publicznych. — Zamykamy więc też rozdział dotyczący rewitalizacji podwórek w dotychczasowej formule — mówi Paulina Żukowska z Wydziału Strategii i Funduszy Europejskich Urzędu Miasta Olsztyna. I dodaje: — W ramach poprzedniego programu rewitalizacji udało się wejść z działaniami na 17 podwórek. Teraz, wspólnie z mieszkańcami, chcemy podsumować efekty naszych prac, przyjrzeć się sukcesom i problemom oraz opracować nowy model działania, który pozwoli nam jeszcze efektywniej

fot. Ewa Mazgal

działać i zmieniać nasze podwórka.

— Zaczniemy od wielkiej inwentaryzacji podwórek na nowym obszarze rewitalizacji. Jednocześnie będziemy pracować nad podsumowaniem i oceną dotychczasowych działań, żeby w następnej kolejności spotkać się z mieszkańcami, specjalistami od własnych podwórek, i przedyskutować, co możemy poprawić oraz jak skutecznie i kompleksowo realizować program w nowej formule. Już niedługo będziemy ogłaszać plan działań — wyjaśnia Paulina Żukowska.

To nie znaczy, że w tym roku nie będzie działań w terenie. W Gminnym Programie Rewitalizacji Olsztyna oraz diagnozie, która stanowiła podstawę do jego opracowania, jednym z najbardziej problemowych obszarów, gdzie kumulują się problemy społeczne, przestrzenne, środowiskowe i techniczne, jest osiedle mieszkaniowe przy ul. Towarowej.

— Zaprosiliśmy do współpracy Miejski Zespół Profilaktyki i Terapii Uzależnień i wspólnie chcemy w tym roku zaproponować mieszkańcom tego osiedla udział w programie Podwórka z Natury — tłumaczy Paulina Żukowska. — Będzie to dla nas niemałe wyzwanie, ponieważ tym razem wchodzimy w społeczność, która o zmiany na swoim podwórku nie wnioskowała z własnej inicjatywy. Obecnie czekamy na wyłonienie organizacji pozarządowej, która nas wesprze w tej inicjatywie oraz pracujemy z MZPiTU, aby ustalić najlepszy plan działań.

Jak co roku Urząd Miasta w Olsztynie może liczyć na wsparcie studentów kierunku Architektura Krajobrazu Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego, którzy pomogą stworzyć koncepcję zagospodarowania.

eprasa.pl 876e72b91f

POLITYCY: TO JA MAM RACJĘ

Kontynuujemy nasz cykl, w którym politycy z Warmii i Mazur komentują wydarzenia polityczne z mijającego tygodnia bądź odnoszą się do kwestii, które uznają za warte społecznej uwagi.

URSZULA PASŁAWSKA
posłanka Polskiego Stronnictwa Ludowego

Ostatnia prosta i pełna mobilizacja! Już za 20 dni wybierzemy swoich radnych do rad gmin, powiatów, sejmików. Od Państwa decyzji zależy, czy będą to ludzie odpowiedzialni i sprawdzeni, którzy będą budować szkoły, drogi, mieszkania, skutecznie załatwiać sprawy ważne dla mieszkańców oraz naszych małych ojczyzn.

Takich kandydatów znajdziecie na listach Trzeciej Drogi. Wszystkich łączą kompetencje, doświadczenie, skuteczność. Każdy w samorządzie będzie wcielał w życie 12 Gwarancji Samorządowych Trzeciej Drogi. To m.in. przyjazna szkoła, tanie mieszkania także na wynajem, lepsza służba zdrowia, wspieranie lokalnych małych i średnich przedsiębiorców, chronienie środowiska. Nie kiedyś, ale tu i teraz. Nie gdzieś tam, ale w każdej polskiej gminie.

Ktoś mógłby zapytać: ale skąd pieniądze? Otóż już niedługo samorządy dostaną pierwsze transze z KPO. Warmia i Mazury otrzymają ponad 12 miliardów zł na inwestycje w miastach i gminach. Dlatego tak ważne jest, żeby w nowych samorządach byli ludzie kompetentni, którzy sprawnie i odpowiedzialnie zagospodarują środki.

Idziecie na wybory samorządowe?

PIOTR LISIECKI
Konfederacja

Obie strony politycznego sporu ekscytują się ostatnią wizytą prezydenta i premiera w USA. Obie strony usiłują przekonać nas, jak wielki mają wkład we wzrost obronności

Polski. Tymczasem na szczeblu lokalnym do tych wielkich wydarzeń możemy podchodzić jedynie z uśmiechem politowania. Nic nie zmienia się w sprawie obronności naszego pogranicza z Rosją. Nie rozwija się obrona cywila, nie mamy wyznaczonych miejsc ewakuacji, a schrony dla ludności cywilnej (pozostałość po czasach zimnej wojny) zarastają kurzem. Zdaniem Konfederacji zdecydowanie większy nacisk należy położyć na przysposobienie obronne społeczeństwa, szczególnie młodych ludzi. Tu dobrym rozwiązaniem byłoby przeszkolenie wojskowe w ramach zajęć w szkołach średnich. Również wielką wagę przykładamy do rozwoju strzelectwa sportowego, ale na tym polu największym hamulcowym w regionie jest olsztyńska policja. Odpowiedzialny za wiele odmów wydania pozwoleń sportowych do posiadania broni sportowej po zmianie komendanta wojewódzkiego policji miał zostać usunięty ze służby, a został awansowany na komendanta miejskiego policji. Z taką polityką w zakresie przysposobienia obronnego daleko nie zajedziemy. Upominamy się o stosowanie rzymskiej maksymy: „Si vis pacem, para bellum".

ANNA WOJCIECHOWSKA
posłanka Koalicji Obywatelskiej

W polskiej polityce jak zwykle dzieje się bardzo dużo. Nie sposób nie wspomnieć o wizycie premiera Donalda Tuska i prezydenta Andrzeja Dudy w USA. Była to bardzo ważne spotkanie, chociażby ze względu na to, że przez decyzję jednego z amerykańskich kongresmenów na Ukrainie nadal będą ginęli niewinni ludzie.

Odbyło się też pierwsze posiedzenie komisji śledczej w sprawie Pegasusa i przesłuchanie posła Jarosława Kaczyńskiego. Osobiście jestem tym przesłuchaniem rozczarowana, bo pan Kaczyński zasłania się niepamięcią i brakiem informacji. Prawdę mówiąc, jest to trochę żenujące, ale co zrobić, takie ma pan poseł prawo.

Chciałabym również wspomnieć spotkaniu w ramach trójkąta weimarskiego. W kontekście wojny na Ukrainie ranga tego wydarzenia jest ogromna, ponieważ jeżeli świat nie wesprze naszych sąsiadów, to oni sami sobie nie poradzą.

MARCIN KULASEK
poseł Nowej Lewicy, wiceminister aktywów państwowych

Jarosław Kaczyński stanął przed komisją ds. Pegasusa. Cytując samego Kaczyńskiego: „nic nie powiedział". Natomiast jego postawa bardzo wiele mówiła o samym Kaczyńskim i jego postrzeganiu świata. Według Kaczyńskiego najpierw jest on, potem długo, długo nic, następnie koledzy (bo nie koleżanki) z kierownictwa PiS, niżej prezydent Duda, dalej politycy opozycji. To nie mieści się w głowie, że świadek zeznający przed komisją śledczą odpowiada, że czegoś nie powie. Bez żadnego trybu. Zachowania dwóch posłów PiS, których zadaniem była ochrona Kaczyńskiego przez uporczywe zakłócanie pracy innych posłów, nie będę nawet komentował.

Mam dla Kaczyńskiego jednak złą wiadomość. Jego przygoda z komisją śledczą ds. Pegasusa jeszcze się nie skończyła. Myślę, że będzie on ponownie wezwany na świadka, aby skonfrontować się z zeznaniami komisji. Rozpozna tam pewnie ponownie wiele znajomych twarzy. Tak się bowiem składa, że tylko Lewica, KO i Polska 2050 oddelegowały do komisji posłów, którzy nie byli kiedyś klubowymi kolegami Kaczyńskiego. O pośle Wiplerze, posłankach Sroce i Kluzik-Rostkowskiej nie można tego powiedzieć. Ale dobrze, że zmądrzeli. Przynajmniej w kobiecej części. Bo ruchu z klubu PiS do Konfederacji nie można określić tym mianem.

JERZY SZMIT
prezes Fundacji im. Piotra Poleskiego, Prawo i Sprawiedliwość

Od kilku lat Grzymowicz z Szewczykiem odmawiali olsztyńskim pracownikom samorządowym godnych wynagrodzeń. Uważali, że płace to tylko obciążenie dla budżetu miasta, a ich podnoszenie jest marnotrawstwem. Sumienia obu panów nie wzruszały nawet strajki i spektakularne demonstracje uliczne pracowników ratusza. Urzędnicy byli naprawdę zdeterminowani, a tak ostry spór był czymś zupełnie nadzwyczajnym w polskim samorządzie. Temperaturę podniosła jeszcze informacja, że dla Grzymowicza – prezydenta i dla Rady Miasta pieniędzy w dziurawym „grzymowiczowym budżecie" jednak na podwyżki wynagrodzeń i diet wystarczyło. Co więcej, starczało też środków dla pupili Grzymowicza i Szewczyka pochowanych w zaułkach ratusza.

Tuż przed wyborami serca obu panów otworzyły się „na ludzi". I proszę bardzo: znalazły się także i pieniądze na podwyżki. I jest to znacząca kwota: 21 mln zł. Skąd naraz w budżecie Olsztyna, w którym zawsze na wszystko brakuje (z wyjątkiem ulubionych zabawek Grzymowicza) znalazła się taka „wolna" kwota? Czyżby Grzymowicz po 20 latach rządzenia nauczył się wreszcie racjonalnej gospodarki, a może doradził mu to Szewczyk albo Gornowicz? Wolne żarty! Ponad 70 proc. tych środków pochodzi z budżetu państwa, z subwencji rozwojowej.

Co to oznacza? Po pierwsze rządzący Olsztynem Grzymowicz z Szewczykiem nie potrafią tak zarządzać budżetem, aby wystarczało na godne płace dla pracowników samorządowych. Po drugie środki na subwencję rozwojową są zapisane w ustawie okołobudżetowej i zapewnione tylko na rok 2024. A zatem w tym roku jest to rodzaj pożyczki z budżetu Olsztyna na potrzeby kampanii wyborczej obu panów.

Polską rządzi ośmiogwiazdkowa koalicja. Coraz częściej słyszymy „pieniędzy nie ma i nie będzie". Czy w przyszłym roku zostaną w ustawie okołobudżetowej zapewnione środki na subwencję rozwojową, która pozwoli nadal na zwiększenie wynagrodzeń? A może trzeba będzie wesprzeć się kredytem albo coś sprzedać, bo na wzrost dochodów nie ma co liczyć.

Grzymowicz na szczęście już niedługo będzie prezydentem Olsztyna. Jednak na wszelki wypadek kandyduje do Rady Miasta, żeby mieć oko na poczynania protegowanego no i oczywiście pilnować swoich interesów.

eprasa.pl 876e72b91f

Fot. Wikipedia

Maria Skłodowska-Curie

Fot. newseria.pl

Magda Gessler

Fot. Emil Marecki

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

ILE KOBIET W STATYSTYCE?

Pełne i równe uczestnictwo kobiet we wszystkich aspektach życia społecznego jest podstawowym prawem człowieka. Tyle teoria. W praktyce na całym świecie, od polityki po pracę i rozrywkę, dziewczęta i kobiety w dużej mierze nie są dostatecznie reprezentowane.

Wiele danych statystycznych, suchych i w miarę obiektywnych, jasno wskazuje na zaburzoną równowagę płci na przestrzeni czasu. Wskazuje też, jak powolny jest postęp w tej kwestii. Zakorzenione w patriarchalnych normach i tradycjach — prawa kobiet są wciąż łamane i mają szkodliwe, negatywne konsekwencje dla osobistego, ekonomicznego i przyszłego dobrostanu kobiet i dziewcząt, ich rodzin i całej społeczności. Ile jeszcze pokoleń potrzeba, aby kobiety i dziewczęta mogły skorzystać ze swoich praw?

POLITYKA

W ciągu ostatnich 25 lat reprezentacja polityczna kobiet na świecie podwoiła się. Jednak oznacza to jedynie około 1 na 4 mandaty w parlamentach świata, które obecnie zajmują kobiety. Jesteśmy w dalszym ciągu znacząco niedostatecznie reprezentowane na najwyższych stanowiskach politycznych. W październiku 2019 r. głowami państwa było tylko 10 kobiet i 13 szefów rządów w 22 krajach, w porównaniu z czterema głowami stanu i ośmioma premierami w 12 krajach w 1995 r.

PRACA

W czerwcu 2019 r. lista Fortune 500 osiągnęła kamień milowy z największą liczbą kobiet na stanowiskach dyrektorów generalnych w historii. Chociaż każdy zysk jest zwycięstwem, całość przedstawia ponury obraz: spośród 500 dyrektorów naczelnych zarządzających najbardziej dochodowymi firmami — kobiety to tylko nieco poniżej 7 procent.

Różnice w aktywności zawodowej ze względu na płeć wśród dorosłych w wieku produkcyjnym (od 25 do 54 lat) utrzymywały się na stałym poziomie przez ostatnie 20 lat. Lepsza edukacja kobiet w niewielkim stopniu przyczyniła się do zmiany głęboko zakorzenionej segregacji zawodowej w krajach rozwiniętych i rozwijających się. Kobiety w dalszym ciągu wykonują nieproporcjonalnie dużą część bezpłatnej opieki i prac domowych.

KULTURA I NAUKA

Nagroda Nobla od 1901 r. została przyznana dotychczas 965 osobom. Tylko 65 zwycięzców to kobiety. Marie Curie została pierwszą kobietą-laureatką w 1903 r., kiedy wraz z mężem zdobyła wspólną Nagrodę w dziedzinie fizyki. Osiem lat później otrzymała indywidualną nagrodę w dziedzinie chemii — co czyni ją jedyną kobietą w historii, która dwukrotnie zdobyła Nagrodę Nobla. Chociaż na przestrzeni dziejów kobiety stały za wieloma odkryciami naukowymi, zaledwie 30 procent badaczy na całym świecie i 35 procent wszystkich studentów studiujących na kierunkach związanych ze STEM (ang. science, technology, engineering, mathematics: nauka, technologia, inżynieria i matematyka) — to kobiety.

DZIENNIKARSTWO

Jeśli chodzi o równość mężczyzn i kobiet w mediach informacyjnych, postęp praktycznie się zatrzymał. Według największego badania dotyczącego wizerunku, udziału i reprezentacji kobiet w mediach informacyjnych, przeprowadzonego na przestrzeni 20 lat w 114 krajach, jedynie 24 procent osób, o których słyszano, czytano lub oglądano w gazetach, wiadomościach telewizyjnych i radiowych — to były kobiety. Szklany sufit wciąż obejmuje też reporterki w nagłówkach gazet i doniesieniach z serwisów informacyjnych: według stanu na 2012 r. 37 procent artykułów zgłoszonych przez kobiety; kolejne badania przeprowadzone dekadę później nie wykazały żadnych zmian. Pomimo demokratyzujących obietnic, jakie niosą ze sobą media cyfrowe, słaba reprezentacja kobiet w tradycyjnych mediach informacyjnych znajduje również odzwierciedlenie w wiadomościach cyfrowych: te przygotowane przez kobiety stanowią jedynie 26 procent wszystkich zamieszczanych wiadomości internetowych i doniesień medialnych. Tylko 4 procent wiadomości tradycyjnych i cyfrowych wyraźnie kwestionuje stereotypy dotyczące płci — a to właśnie one wraz z niedostateczną reprezentacją kobiet w mediach odgrywają znaczącą rolę w kształtowaniu szkodliwych postaw wynikających z braku szacunku i przemocy wobec kobiet.

ROZRYWKA

Podobnie jak inne formy mediów, film i telewizja mają ogromny wpływ na kształtowanie kulturowego postrzegania i postaw wobec płci. Są kluczem do zmiany narracji w dyskursie o równości płci. Jednak analiza popularnych filmów w 11 krajach wykazała na przykład, że 31 procent wszystkich mówiących postaci to kobiety, a tylko 23 procent ma główną bohaterkę-kobietę. I liczba ta ściśle odzwierciedla odsetek kobiet filmowców (21 procent).

Rażącą niedostateczną reprezentację kobiet w przemyśle filmowym jaskrawo widać też w statystykach nagród filmowych. W 96-letniej historii Oscarów, tylko pięć kobiet było kiedykolwiek nominowanych w kategorii Nagroda dla najlepszego reżysera. Jane Campion pozostaje jedyną kobietą-reżyserką, która w swojej 72-letniej historii zdobyła najwyższą, najbardziej prestiżową nagrodę festiwalu filmowego w Cannes: Złotą Palmę. Jedynymi innymi kobietami, które otrzymały tę nagrodę — ale wspólnie — były aktorki Adèle Exarchopoulos i Léa Seydoux oraz reżyser filmu Abdellatif Kechiche. Jeśli obraz jest wart tysiąca słów, przesłanie jest warte milion: jeśli mamy zmienić stereotypowe wyobrażenia o płci i odzwierciedlić rzeczywistość kobiet, potrzebujemy więcej kobiet w filmie, na ekranie i poza nim.

SPORT

Sport ma moc inspirowania zmian i przełamywania stereotypów dotyczących płci — a kobiety dekadę po dekadzie pokazują, że są tak samo zdolne, odporne i silne jak mężczyźni pod względem fizycznym, ale także strategicznym, jako liderki i osoby zmieniające reguły gry. Ale w pierwszych nowożytnych igrzyskach olimpijskich w 1986 r. kobiet nie było. W kolejnych było ich 22, a mężczyzn — 975. Dziś igrzyska olimpijskie stały się największą imprezą sportową na świecie, w której równość płci rzeczywiście działa. Na Igrzyskach Olimpijskich w Tokio w 2020 r. liczba zawodniczek była prawie równa liczbie zawodników. Dążenie do równości płci w ostatnich latach w Ruchu Olimpijskim nabrało tempa, częściowo dzięki postępowym inicjatywom Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego (MKOl). Liczba zawodniczek znacznie wzrosła: z 34 procent całkowitej liczby kobiet w Atlancie w 1996 r. do nowego rekordu wynoszącego 48 procent w Tokio w 2020 r. oraz zobowiązania do osiągnięcia pełnej równości płci na Igrzyskach Olimpijskich w Paryżu w 2024 r.

Jednak mimo postępu kobiety w niektórych częściach świata nadal są wykluczane z niektórych dyscyplin sportowych i na całym świecie otrzymują znacznie niższe wynagrodzenie i nagrody pieniężne niż mężczyźni.

SZTUKA KULINARNA

Mimo że kobietom przypisano główne role w domowej kuchni, wyższe szczeble branży restauracyjnej pozostały stosunkowo zamknięte dla kobiet-kucharzy. Kobiety często muszą przezwyciężyć dyskryminację i odnaleźć się w kulturze, która zarówno gloryfikuje męskość, jak i milcząco toleruje molestowanie. W połączeniu z długimi, nieprzewidywalnymi i nieelastycznymi godzinami pracy, nieprzyjazną polityką rodzinną i opieką nad dziećmi oraz niższymi wynagrodzeniami — kobiety rozpoczynające działalność restauracyjną stają przed ogromnymi wyzwaniami. Liczby potwierdzają tę historię: obecnie niecałe 4 procent szefów kuchni z trzema gwiazdkami Michelin (najwyższa ocena, jaką można uzyskać) w wybitnym przewodniku po restauracjach — to kobiety.

Ot, suche dane statystyczne...

Magdalena Maria Bukowiecka

Korzystałam z danych ONZ.

eprasa.pl 876e72b91f

WIERZĘ W SZCZĘŚLIWE ZAKOŃCZENIA

Na co dzień zajmuje się prawem bankowym i umowami o roboty budowlane. Wieczorami pisze książki, które stały się bestsellerami. Rozmawiamy z Anną Rybakiewicz o jej ostatniej powieści – „Do końca moich dni".

Fot. Monika Klapiszewska

Anna Rybakiewicz – autorka bestsellerowych powieści obyczajowych. Absolwentka Wydziału Prawa Uniwersytetu w Białymstoku. „Do końca moich dni" jest jej czwartą książką (Wydawnictwo Filia)

— Radczyni prawna i pisarka. Pani udaje się z sukcesami funkcjonować w dwóch światach. Jak pani to robi?

— Pierwszą książkę pisałam bardzo długo. Nie miałam w głowie żadnego planu, który chciałam zrealizować. Nie zakładałam, że kiedykolwiek ją wydam. Pisałam z potrzeby serca. Siadałam do komputera, gdy miałam po prostu na to ochotę. Teraz mój tryb pracy zupełnie się zmienił. Mam ustalony z góry termin na oddanie książki, więc jestem bardziej systematyczna. Piszę praktycznie codziennie, często też w weekendy. Na szczęście wena mnie nie opuszcza. Cierpię jedynie na brak wolnego czasu, bo pracuję w kancelarii na pełen etat, więc pisanie książek zostawiam sobie na wieczór. Rzeczywiście praca radcy prawnego i pisarki to dwa różne światy. W tej pierwszej nie ma miejsca na emocje, zwłaszcza, że zajmuję się prawem bankowym i umowami o roboty budowlane. Może właśnie dlatego z taką pasją piszę swoje powieści, gdzie mogę w końcu dać się ponieść emocjom. Te dwie moje prace idealnie się uzupełniają, przynajmniej w moim przypadku.

— Zadebiutowała pani, dziś bestsellerową, „Lekarką nazistów". Co sprawiło, że wybrała pani tematykę II wojny światowej?

— Moja przygoda z pisaniem zaczęła się od wojennej opowieści mojego dziadka Józefa, który wraz z mamą i siostrą spędził niemalże sześć lat swojego życia w Kraju Ałtajskim. Nie chciałam, żeby ta historia została zapomniana, dlatego postanowiłam ją spisać, przede wszystkim z myślą o własnych dzieciach. Chciałam, żeby poznały dzieje naszej rodziny. Potem zaczęłam zgłębiać wojenne losy innych osób, moich sąsiadów i znajomych. Im więcej się dowiadywałam, tym odczuwałam silniejsze pragnienie, aby podzielić się tą wiedzą z innymi, ale w taki przystępny sposób. Powieść obyczajowa wydawała mi się rozwiązaniem idealnym. Mogłam w niej połączyć prawdziwe wydarzenia z fikcją literacką. Poza tym sama uwielbiam sięgać po powieści z historią w tle.

— Tematyka ostatniej pani książki „Do końca moich dni" to ponownie opowieść wojenna, tym razem o Polakach wywiezionych na Syberię. Tutaj inspiracją były wspomniane opowieści pani dziadka?

— Tak. Moja prababcia Maria wraz z dwójką malutkich dzieci została zabrana w ramach czwartej, ostatniej wywózki Polaków na Sybir. Enkawudziści zapukali do drzwi jej domu 20 czerwca 1941 roku. Z rodzinnych opowieści wiem, że Maria dostała szansę ucieczki. Pozwolono jej pójść po maszynę do szycia, którą miała w domu kuzynki. Mogła więc razem z dziećmi uciec, schować się gdzieś na polu czy w lesie i przeczekać najgorsze. Jednak musiałaby wtedy zostawić swojego męża samego. Nie znam powodów, dla których prababcia wróciła do domu z maszyną. Może bała się, że sama sobie nie poradzi albo że Sowieci i tak ją później złapią? A może myślała, że gdziekolwiek by ich nie wywieźli, to lepiej im będzie całą rodziną. Niestety Maria nie wiedziała, że enkawudziści szykowali dla jej męża coś o wiele gorszego aniżeli wywózka na Sybir. Pradziadek został w ostatniej chwili zabrany z pociągu. Sowieci planowali go rozstrzelać za pomoc w ukrywaniu polskiego oficera. Wybuch następnego dnia wojny niemiecko-sowieckiej ocalił mu życie. Tymczasem trzydziestodwuletnia Maria, pięcioletnia Wicia i siedmioletni Józio (mój dziadek) zamknięci w towarowym pociągu jechali w nieznane. Historia mojej rodziny była bazą dla mojej najnowszej powieści – „Do końca moich dni". Niemalże wszystko to, co przytrafia się głównej bohaterce Apolonii Dobkowskiej w Kraju Ałtajskim, wydarzyło się naprawdę.

— Pani też pokazuje, że wśród ludzi na wskroś złych zawsze są ci, którzy nie poddali się terrorowi i zachowali człowieczeństwo. To dzięki nim wielu osobom udało się przeżyć. Czy osoba z książki – Andriej, była osobą, która żyła naprawdę?

— Tak, Andriej jest postacią prawdziwą. Był jednym ze strażników pilnujących Polaków, którzy mieszkali w Kamyszence, tam gdzie trafili moi bliscy. W rodzinnym albumie mamy dwa zdjęcia zrobione na Syberii, na jednym z nich jest moja prababcia Maria i właśnie Andriej. Oboje siedzą na drewnianej ławeczce przed jednym z baraków. Ale postaci prawdziwych w tej książce jest znacznie więcej. Również żona komendanta – Wiera, istniała naprawdę. To ona uratowała Marię przed więzieniem, ostrzegając ją o zamiarach swojego męża i zaplanowanej przez niego rewizji w jej ziemlance. Gdyby Maria za kradzież państwowego zboża trafiła do więzienia, jej dzieci najpewniej zostałyby przewiezione do sierocińca. Potem ta sama Sowietka uratowała życie mojego dziadka, który zachorował na tyfus, dostarczając mu dodatkowe porcje jedzenia, a nawet kakao, które specjalnie sprowadziła dla niego aż z Barnauł.

— Po raz kolejny w książce pojawia się pani rodzinne Podlasie. Tym razem Łomża i Szczepankowo. Można powiedzieć, że ten wielokulturowy tygiel też sprzyja poszukiwaniom historii, które można opisać w książkach?

— Zdecydowanie tak. Uwielbiam wielokulturowość mojego Podlasia. Przed wojną w miejscowości, z której pochodzę, ponad połowa mieszkańców była pochodzenia żydowskiego. Szczyciliśmy się tym, że w naszej wiosce jest przepiękna synagoga, której na próżno było szukać nawet w sąsiednim mieście. W Łomży, w której obecnie mieszkam, wciąż jest wiele zabytków, które przetrwały wojenne czasy. Z wielką przyjemnością odkrywam te miejsca i poznaję historię ludzi, którzy tam mieszkali. Dzięki tej wielokulturowości nie zabraknie mi pomysłów na kolejne książki.

— Na okładce najnowszej powieści można przeczytać, że lubi pani żyć w zgodzie z naturą i nie stroni od nowych wyzwań. W pani książkach kobiety są silne, mimo że ktoś inny mógłby się na ich miejscu poddać. Ile jest pani w bohaterkach powieści?

— W każdej mojej opowieści jest cząstka mnie. Z Alicją z „Lekarki nazistów" łączy mnie chęć życia w zgodzie z własnym sumieniem. Astrid ze „Złodziejki listów", podobnie jak ja, jest wielką fanką literatury, zwłaszcza romansów. Mamy też podobny gust muzyczny. Z kolei Angela z „Agentki wroga" ma bujną wyobraźnię – wiadomo po kim (śmiech).

— Na zakończenie – czy jest pani romantyczką czy osobą twardo stąpającą po ziemi?

— Zdecydowanie jestem romantyczką. Wierzę w miłość i szczęśliwe zakończenia.

Katarzyna Janków-Mazurkiewicz

eprasa.pl 876e72b91f

W NASZYM MŁYNIE
JEST RODZINNA ATMOSFERA

Firma Młynomag działa na rynku już prawie 30 lat. Jej współwłaścicielką jest obecnie Joanna Myszkowska. Rodzinne przedsiębiorstwo ma swoją siedzibę z zabytkowym młynie w... Grodzkim Młynie koło Reszla. To właśnie stąd pochodzi mąka wykorzystywana przez większość lokalnych piekarni.

fot. archiwum prywatne

— Jest tu niepowtarzalny klimat, pachnie mąką i drewnem — mówi Joanna Myszkowska

— Zacznę może trochę przewrotnie... Dziadek młynarz, ojciec młynarz... A pani nie kusiło, żeby jednak pójść w innym kierunku?

— Dziadek miał młyn i był zarazem młynarzem. Mój tata był inżynierem, konstruktorem maszyn rolniczych. Dopiero będąc na emeryturze zajął się młynarstwem, choć dzieciństwo spędzał przy młynie swojego ojca. W wieku 64 lat założył naszą firmę i stał się współwłaścicielem młyna, ale już na wiele większą skalę. Był przede wszystkim przedsiębiorcą i ja też tak siebie postrzegam.

— Pani rodzina tchnęła życie w młyn w Grodzkim Młynie koło Reszla. Jak się pracuje w najstarszym tego typu działającym obiekcie w Polsce?

— Prawdopodobnie najstarszym. Pracuje się na pewno z sentymentem i dużą odpowiedzialnością. Ponad 600 lat tradycji zobowiązuje. Czujemy, że nasza rodzina tworzy współczesną historię tego wyjątkowego miejsca. Obiekt jest zabytkowy, mamy tu piękne wnętrza, drewniane belki, podłogi, komory na zboże i mąkę. Jest o wiele trudniej utrzymać to wszystko w dobrej kondycji i spełniać surowe wymagania obowiązujące w branży spożywczej, niż ma to miejsce nowych obiektach. Zależy nam jednak na tym, żeby maszyny i wnętrza zachować możliwie jak najdłużej. Jest tu niepowtarzalny klimat, pachnie mąką i drewnem. Młynomag to magiczny młyn!

— To również marka, którą tworzycie już prawie 30 lat lat. Początki jednak pewnie nie były łatwe?

— Zaczęłam pracę w młynie w 1995 roku, kilka miesięcy po uruchomieniu. Początki rzeczywiście nie były łatwe. Kiedy powstawała firma, był to czas dużej inflacji, drożejących kredytów. Obiekt był w złym stanie technicznym, trzeba było przeprowadzić remont, wyposażyć go ponownie w maszyny, które były sprowadzone z Niemiec. Po wojnie nie było tu produkcji, młyn stał pusty. Do lat 70-tych służył jako magazyn zbożowy, a potem już nic się nie działo. Podziwiam tatę za to, że ponownie tchnął życie w ten obiekt. Mimo trudności nie poddał się, dążył uparcie do celu, żeby uruchomić młyn. Jak już ruszyła produkcja to był kłopot ze zbytem, czasami z jakością, z maszynami, z kadrą. Wiadomo jak to jest, gdy się zaczyna. Minęły lata zanim dopracowaliśmy technologię i poznaliśmy tajniki produkcji dobrej mąki.

> — MŁYNARZ TO ZANIKAJĄCY ZAWÓD ZE WZGLĘDU NA POSTĘP TECHNOLOGICZNY. MAŁYCH MŁYNÓW JEST CORAZ MNIEJ, A NOWO POWSTAJĄCE OBIEKTY SĄ W PEŁNI ZAUTOMATYZOWANE.

— Jednak po tylu latach firma dorobiła się swojej pozycji na rynku?

— W skali kraju nie jesteśmy dużą firmą, ale jedyną tej wielkości na Warmii i Mazurach. Produkujemy dziennie około 70 ton mąki. Mąka trafia głównie do odbiorców w naszym regionie, a 25% naszej produkcji eksportujemy. Mąkę z Grodzkiego Młyna można nawet kupić w USA. Głównymi odbiorcami naszych produktów są jednak regionalne piekarnie.

— Co jest największym atutem waszych produktów?

— Moim zdaniem jest to wysoka, stała jakość. Mąka produkowana jest z regionalnych zbóż, surowce pozyskujemy od stałych dostawców, a w procesie produkcji nie stosujemy żadnych dodatków. Jest to po prostu czysta, dobra mąka, w 100% regionalna i naturalna.

— Jesteście firmą rodzinną. Jednak podobno nie tylko dlatego, że prowadzi ją pani rodzina?

— Obecnie prowadzę młyn z moim bratankiem Pawłem, który wszedł do spółki w 2021 roku i objął udział po moim bracie Andrzeju. Razem z nami pracuje mój mąż i syn i żona bratanka. Wśród naszych pracowników są dwa małżeństwa, bracia, ojcowie z synami i kuzyni. To sprawia, że panuje w młynie prawdziwie rodzinna atmosfera.

— Młynarz to zawód powoli wymierający. Ciężko jednak wyobrazić sobie nasze życie, kuchnię bez mąki?

— Młynarz to zanikający zawód ze względu na postęp technologiczny. Małych młynów jest coraz mniej, a nowo powstające obiekty są w pełni zautomatyzowane.

Mąka jest jednym z najstarszych przetworzonych produktów żywnościowych, używana przez ludzi od tysięcy lat. Pomimo różnych trendów żywieniowych, jest nieodzownym elementem naszej codziennej żywności – chlebów, bułek, makaronów, pizzy, pierogów itp. oraz głównym składnikiem naszych domowych wypieków. Nie wyobrażam sobie kuchni bez mąki.

Wojciech Caruk

CZYTAJ
NOWY PORTAL
WARSZAWA • RADOM • PŁOCK • OSTROŁĘKA • ŁOMŻA • SIEDLCE

warszawa • mazowsze
wawa.info

2523otbp-aa-K

eprasa.pl 876e72b91f

ROBIĘ TO, CO LUBIĘ i TO, CO CZUJĘ

Zaczynała równo dekadę temu. Teraz ma już na koncie kilka zawodów rangi międzynarodowej i osiągniętych sukcesów. Pomimo surowego startu od początku wiedziała instynktownie, w którym kierunku powinna zmierzać.Obecnie spełnia się jako zawodniczka bikini fitness i ambasadorka pracy z ciałem.

— Ćwiczę około 10 lat i przed podjęciem decyzji o starcie w zawodach nie miałam żadnego trenera, byłam samoukiem. Podpatrywałam dobrych trenerów (online), aby mieć dobry przykład. Przychodziłam na siłownię – trochę pobiegać, a to jakieś ćwiczenia na pośladki, ćwiczenia z gumami itd. Tak naprawdę porządne treningi, gdzie naprawdę ćwiczyłam wszystkie partie mięśniowe, zaczęły się na studiach, gdy wyjechałam do Białegostoku. Praktycznie po każdych zajęciach, codziennie, jechałam prosto na trening, z treningu do domu, robiłam sobie posiłki i kładłam się spać — opowiada Ewa, która studiowała wówczas w stolicy Podlasia filologię angielską, a ukończyła… kryminologię.

Jakkolwiek fitnesska z Ełku nie pracuje stricte w zawodzie i nie analizuje sprawców przestępstw, ich przyczyn oraz warunków, w jakich są dokonywane (tym właśnie zajmuje się kryminologia), to wysportowanie i żelazna kondycja przydają się jej w codziennej pracy. Ewa jest strażniczką miejską.

— Siła wypracowana dzięki treningom przydaje się w patrolu, szczególnie podczas interwencji z nietrzeźwymi osobami, gdy zachodzi potrzeba podniesienia takiej osoby lub pomocy w przemieszczeniu się. Zauważyłam też, że jak jest się w patrolu z mężczyzną i ma się do czynienia z nietrzeźwym panem, to często zachowuje się on w sposób agresywny w stosunku do nas, a jak w patrolu są dwie kobiety, jest zupełnie inaczej – taki pan jest miły, uprzejmy i nierzadko podnosi się też o własnych siłach — śmieje się strażniczka Wojciechowska i dodaje, że do tej pory nie miała na szczęście niebezpiecznych sytuacji.

ZDYSCYPLINOWANA

Ewa ma bardzo wdzięczny jak na kobietę wzrost, bo 164 cm, ale w tych nieco ponad 1,5 metra kryje się sporo energii. To zasługa sumiennych treningów i zdrowego trybu życia, jaki prowadzi 28-letnia ełczanka. Gdy studiowała, trenowała 5 dni w tygodniu. Oczywiście pojawiały się efekty, tym bardziej że Ewa zaczęła też bawić się z ciężarami i nie odmawiała sobie jedzenia. Rozbudowała sylwetkę, ale po pewnym czasie uznała, że to nie było to, czego chciała.

— Byłam troszeczkę większa i „zauważalna". Doszłam do takiego etapu, że uznałam, że chcę jednak być mniejsza i muszę schudnąć. Wcześniej zajeżdżałam się na siłowni totalnie i spędzałam na niej codziennie po 3-4 godziny, robiłam po 2 godziny cardio, 2 godziny treningu siłowego itd. Uznałam, że pędzę donikąd, że nie mam właściwie w tym celu i zadałam sobie pytanie, po co się tak zajeżdżam. Pomyślałam, że jeżeli mam coś takiego robić, to mogłabym to spożytkować, idąc w zawody sylwetkowe. Dlatego podjęłam współpracę z trenerem. On mi ułożył plan od A do Z – cały trening i dietę.

Sumienne treningi i pomoc specjalisty sprawiły, że zaczęła realizować się w nowej dla siebie formie – bikini fitness.

— Pozowanie na scenie i układ jest po to, aby uwydatnić to, co mam dobre, co dobrze wygląda. W bikini fitness liczą się przede wszystkim dobre proporcje.

Treningi pod okiem fachowca wpłynęły również na jej mental. Nabrała pewności, potrzebnej śmiałości. Był ten ktoś, kto dał jej impuls i zachętę do pokazania, na co ją stać. Pomógł wyznaczyć cel.

— Nie byłam osobą pewną siebie, nie lubiłam – i w sumie do dzisiaj nie lubię – atencji i być w centrum uwagi. Totalnie nie wyobrażałam sobie siebie na scenie, gdzie tak naprawdę o to chodzi, by być w centrum uwagi i walczyć o to, aby nawiązać kontakt wzrokowy z sędziami, publicznością itd. Zmieniło się to od czasu, gdy podjęłam współpracę z moim trenerem. On mnie podbudowywał i motywował, bo patrząc w lustro, nie widziałam tego, co on widział. Gdyby nie on, to bym tego nie osiągnęła. Mam za sobą już trzy zawody i za każdym razem, gdy wychodziłam na scenę, nabierałam pewności siebie i teraz czuję się na niej jak ryba w wodzie. Robię to, co lubię i to, co czuję — podkreśla nadal nieśmiała dziewczyna z Ełku na co dzień trenująca w tutejszym Calypso.

Ewa Wojciechowska, kandydatka w plebiscycie sportowym Rozmaitości Ełckich 23

fot. Ewa Wojciechowska

Ewa Wojciechowska trenuje, bo kocha sport – to jej największa życiowa pasja. Marzeniem ambitnej ełckiej fitnesski jest praca nad sylwetką. Z tej racji nie ma określonego celu jako takiego – tym jest po prostu podróżowanie drogą do zdrowego życia. Podkreśla, że nie chodzi o to, aby złapać króliczka, tylko o to, aby go gonić.

Ełczanka ma w stolicy Mazur sporą rodzinę, na której pomoc zawsze może liczyć. Jest również wielką miłośniczką zwierząt, zarówno psów, jak i kotów. Nie wyobraża sobie bez nich życia.

— Pierwszego pieska znalazłam, wiem, że został wyrzucony przez pewną panią. Zaczęłam też jeździć do schroniska pod Augustów, gdzie wyprowadzałam psy i patrząc na nie, pewnego razu powiedziałam sobie „nie wrócę bez jakiegoś". Wzięłam najstarszą (ok. 12 lat) jamnikowatą staruszkę. Miała też guza, którego jej zoperowałam — opowiada dodając, że zwierzęta kocha bardziej, niż ludzi.

Ewa lubi dobrą muzykę techno, z sentymentem wspomina serial „Gotowe na Wszystko". Inspiruje ją życie i dokonania legendy kulturystyki Arnolda Schwarzenneggera, a treningową dietę łamie czasami ulubionym omletem na słodko. Tu dyscyplinę musi trzymać szczególnie mocno, bo uwielbia gotować. Urocza ełczanka stara się prowadzić kompleksowe, zdrowe życie, gdzie rzetelny trening jest wsparty odpowiednią regeneracją, dbałością o urodę i właściwym odżywianiem. To jej przepis na sukces.

NA ZDROWEJ ŚCIEŻCE

Po rozpoczęciu przygody z bikini fitness udział w zawodach i zaprezentowanie sylwetki wypracowanej w pocie czoła wydawał się dla Ewy naturalną koleją rzeczy. We wrześniu 2022 roku, w trakcie nadarzyńskich targów kulturystycznych FIWE (fitness trade show) Ewa zdobyła pierwsze doświadczenia i tytuły w bikini fitness: I miejsce w kategoriach OPEN i „NOVICE"; II miejsce w kat. „Beginners" oraz IV w kat. „First Timers". Występ w pełni się udał, a okazję do podtrzymania świetnej passy fitnesska z Ełku miała już kilka dni później.

— Drugie zawody były dokładnie tydzień później (18 września) i walczyłam już o kartę pro, czyli zawodowca — tłumaczy fitnesska, która zdobyła na nich V miejsce w kat. OPEN; II w kat. „Beginners" i I miejsce w kat. „Novice".

Za swój wielki moment ełczanka uznaje ten z 29 X 22 r., gdy na międzynarodowych zawodach w niemieckim Frankfurcie nad Menem zdobyła II miejsce w kategorii – OPEN. Bardzo miło wspomina również cenne trofea zdobyte w kraju, np. jesienią ubiegłego roku, na zawodach NPC na targach FIWE, jakie odbyły się w warszawskiej hali Ptak Expo, Ewa wywalczyła dwa srebrne medale w dywizji bikini (kat. novice i open). Wysoko ceni sobie również srebrny medal na zawodach w Szwecji, czy czwarte miejsce w Mediolanie. Jej kolekcja przyrasta w trofea.

Udział w zawodach bikini fitness – na czele z przygotowaniami i procesem treningowym – jest kosztownym hobby. Bardzo ważną rolę pełni dieta oraz odpowiednia suplementacja. Tutaj przydaje się kreatyna, glutamina, jak zdrowe kwasy tłuszczowe oraz witaminy i minerały. Inwestując w siebie Ewa Wojciechowska zdobywa cenne tytuły jako adeptka bikini fitness, a jednocześnie jest doskonałym przykładem na to, że czasami warto „wyjść" ze swoją pasją do ludzi i się nią pochwalić. Zwłaszcza gdy poświęciło się jej mnóstwo cennego czasu i dokonało na jej rzecz wielu wyrzeczeń. Na końcu zawsze okazuje się, że było warto.

* Potwierdzeniem wysokiej sportowej klasy uroczej fitnesski z Ełku jest fakt, że w Plebiscycie na Najpopularniejszego Sportowca Powiatu Ełckiego 2023 Ewa Wojciechowska zajęła VII miejsce. Nagrodę wręczył jej Michał Kwiatkowski, prezes MZK w Ełku.

Maciej Chrościelewski

OGÓLNOPOLSKI MIESIĘCZNIK
Rolnicze abc
▪ PORADY SPECJALISTÓW
▪ AGROTECHNICZNE NOWOŚCI
▪ STYL ŻYCIA, NAUKA, ZDROWIE
Dostępny na poczcie, w punktach sprzedaży prasy,
w sieciach sklepów Dino, Społem, Polo Market, Auchan, Chorten, Stokrotka i Real oraz na www.kupgazete.pl i www.e-kiosk.pl

eprasa.pl 876e72b91f

MIAŁA ATAKI PANIKI | NIE WYCHODZIŁA Z DOMU

Dorota Szelągowska nie tylko inspiruje swoich fanów do robienia metamorfoz w mieszkaniach, ale także zaraża widzów pozytywną energią. Niewiele osób ma jednak świadomość, z jakimi problemami borykała się w swoim życiu prywatnym.

Projektantka wnętrz przyznaje, że był taki czas w jej życiu, kiedy zmagała się z nerwicą lękową i atakami paniki. W konsekwencji w ogóle nie wychodziła z domu i niemal stała się wrakiem człowieka. Na bazie własnych doświadczeń Dorota Szelągowska dobrze wie, że w takiej sytuacji konieczna jest pomoc specjalisty i odpowiednia terapia. Zdaje sobie też sprawę z tego, że osoby, które mają jakieś zaburzenia psychiczne, najczęściej wstydzą się do nich przyznać i tłumią wszystko w sobie, a to może tylko doprowadzić do tragedii.

Dorota Szelągowska nie tylko inspiruje swoich fanów do robienia metamorfoz w mieszkaniach, ale także zaraża widzów pozytywną energią. Niewiele osób ma jednak świadomość, z jakimi problemami borykała się w swoim życiu prywatnym.

– Jest trochę tak, że ludzie pojmują celebrytów jako jakichś bohaterów, którzy mają jedną twarz. Uwielbiają nas szufladkować i mówić na przykład: to jest ta Szelągowska, co ma wkurzający uśmiech i robi wnętrza, albo też słyszałam, że w ogóle nie robię tych projektów – mówi Dorota Szelągowska. – Natomiast my tak jak każdy człowiek jesteśmy różni, przeżywamy różne rzeczy, czasami to są małe lęki, czasami większe, czasami to są załamania nerwowe, depresje. Jest tego całe spektrum, więc warto o tym głośno mówić, żeby ludzie szukali pomocy, zaczęli chodzić do psychiatry, żeby też uwrażliwić ich bliskich, że to nie jest coś, co sprawia, że ktoś jest gorszy, głupszy. To nas dotyka i to jest wszędzie. Co drugi człowiek w tej chwili cierpi na różne problemy psychiczne.

Projektantka wnętrz nie wstydzi się mówić o swoich problemach i słabościach. Nie ukrywa tego, że ma za sobą trudny moment załamania, kiedy czuła się kompletnie bezsilna, odrzucona i niezrozumiana.

— Dwadzieścia lat temu miałam taki moment, że przez kilka miesięcy w ogóle nie wychodziłam z domu. Po prostu bałam się wszystkiego, miałam lęk, miałam non stop ataki paniki, więc myślę, że sięgnęłam swojego dna — wyznaje.

Ma też świadomość, że sama nie dałaby rady podnieść się z tego. By powrócić do codziennego funkcjonowania, musiała więc skorzystać z pomocy specjalistów.

— Znajduje się dobrego psychiatrę, zapieprza się na terapię, przechodzi się przez iks leków i robi się w sobie porządek. Wychodzenie z tego albo próba utrzymania się na powierzchni – każdy, kto dotknął problemów psychicznych własną głową, będzie wiedział, o co chodzi – to jest ciężka praca. To się nie dzieje w rok czy w dwa lata i naprawdę nie pomogą żadne afirmacje, cudotwórcy ani medytacyjne piosenki z YouTube'a, tylko trzeba iść do specjalisty — podkreśla.

Fot. newseria.pl

Dorota Szelągowska zdecydowała się publicznie mówić o swoim stanie psychicznym ku przestrodze i by dać wskazówkę oraz nadzieję tym, którzy znaleźli się w podobnej sytuacji. „Idźcie do psychiatry i na terapię, dajcie sobie pomóc – napisała w swoich social mediach przy okazji Światowego Dnia Walki z Depresją.

— Najważniejsze to jest zobaczyć światełko w tunelu i wyjść z niego. I czasami taki post głupiej celebrytki w internecie może dać to światełko. Będąc celebrytą, dostajesz w prezencie mnóstwo rzeczy, na które w ogóle nie zasługujesz i nie zapracowałaś. Ludzie do ciebie przychodzą, dają ci prezenty, uśmiechają się do ciebie i twoją powinnością jest też coś dać. I to jest przekroczenie bańki prywatności, granicy, którą ja w sumie lubię stawiać, natomiast wiem, ilu ludziom to moje gadanie pomogło. Więc jeżeli chociaż jedną osobę by to uchroniło, to dla mnie jest to warte całego hejtu, który przyjdzie z drugiej strony – dodaje.

Na depresję cierpi około 280 mln ludzi na świecie. Według szacunków Światowej Organizacji Zdrowia do 2030 roku będzie ona najczęściej występującą chorobą na świecie. Szacuje się, że w Polsce choruje na nią ok. 1,2 mln osób.

ŹRÓDŁO: NEWSERIA, OPR. BAR

DOROTA SZELĄGOWSKA
urodziła się w Trypolisie w Libii w 1980, gdzie do jesieni 1981 mieszkała z rodziną. Po powrocie do Polski jej rodzice rozwiedli się, wychowywała ją mama Katarzyna Grochola i babcia Lidia.
Jest absolwentką Społecznego Liceum Ogólnokształcącego nr 5 w Milanówku. Studiowała dziennikarstwo i stosowane nauki społeczne, jednak żadnego kierunku nie ukończyła. Ukończyła kurs projektowania wnętrz.
W 1998 została prowadzącą program młodzieżowy TVP1 Rower Błażeja, którego później była wydawcą. Była felietonistką magazynów „Malemen", „Pani", „Olivia" i „Polska The Times". Współpracowała z TVN przy produkcji programów rozrywkowych Moja krew i Taniec z gwiazdami oraz programu śniadaniowego Dzień dobry TVN. Pracowała także przy produkcji teledysków kilku artystów, takich jak Dorota Miśkiewicz czy Tomasz Makowiecki.
Prowadziła Polskie lato w TVP1, Pytanie na śniadanie w TVP2 i Dietosferę w Kuchnia TV.
Była gospodynią programów w Domo+: Dach nad gwiazdami, Hotelove oraz Domy gwiazd.
Od 2014 prowadzi programy o tematyce wnętrzarskiej w kanałach należących do grupy TVN Discovery: była prowadzącą Dorota Was urządzi, Polowanie na kuchnie, Weekendowe metamorfozy Doroty oraz Wielkanocne metamorfozy Doroty w TVN Style, Polowanie na mieszkanie i Totalne remonty Szelągowskiej w TVN, Domowe rewolucje, Tu jest pięknie, Dorota inspiruje, Metamorfozy Doroty Szelągowskiej w HGTV. Prowadzi także własne biuro projektowe.
W 2024 roku została jedną z jurorek programu kulinarnego TVN MasterChef Nastolatki.

NIE WSZYSCY BLISCY MOTYWUJĄ KOBIETY PROWADZĄCE BIZNES

— Wyniki badania nie napawają optymizmem — oceniła raport „Bizneswoman Roku: Polki i przedsiębiorczość 2023" Magda Dziewguć z Sukcesu Pisanego Szminką.

54 proc. kobiet prowadzących biznes wskazuje, że ma do czynienia z motywowaniem do działania przez bliskich, natomiast 17 proc. spotyka się z wyrzutami, że zaniedbuje obowiązki domowe — wynika z raportu pt. „Bizneswoman Roku: Polki i przedsiębiorczość 2023".

Z publikacji przygotowanej przez organizację wspierającą przedsiębiorczość kobiet, czyli Sukces Pisany Szminką, wynika, że choć 89 proc. ankietowanych kobiet (czyli prowadzących biznes bądź planujących taką działalność) uważa, iż obowiązki domowe powinny być dzielone sprawiedliwe na wszystkich członków rodziny, to 40 proc. z nich deklaruje, że samodzielnie wykonuje większość prac domowych, a 14 proc. przyznaje, że wszystkie obowiązki spoczywają na nich.

Z kolei zapytane, jak bliscy odnoszą się do ich działalności biznesowej, ponad połowa badanych wskazała, że częściej ma do czynienia z motywowaniem do działania (54 proc.) niż z demotywacją (17 proc.). Z docenieniem spotyka się 53 proc. respondentek, natomiast z wyrzutami i wymówkami dotyczącymi zaniedbywania obowiązków domowych - 17 proc.

W raporcie zaznaczono, co piąta (20 proc.) badana przyznała, że wśród bliskich spotyka się z niekonstruktywną krytyką swoich przedsięwzięć zawodowych, a co czwarta (25 proc.) nie może liczyć na ich wsparcie. Jedynie 3 proc. uczestniczek badania określiło, że to partner/partnerka wypełnia większość obowiązków i taki sam odsetek powierza prace domowe zatrudnionej w tym celu osobie. Okazuje się również, że chociaż 45 proc. respondentek wskazuje, iż domownicy rozmawiają z nimi na temat problemów firmy, to 36 proc. przyznaje, że częściej bliscy unikają rozmów na ten temat.

— Wyniki badania nie napawają optymizmem — oceniła współorganizatorka konkursu Bizneswoman Roku Magda Dziewguć z Sukcesu Pisanego Szminką, cytowana w raporcie. Podkreśliła, że równy podział obowiązków domowych między partnerami jest warunkiem koniecznym do budowania sukcesu zawodowego bizneswomen. — Kobiety przeciążone pracami domowymi nie podejmują tak chętnie wyzwań rozwojowych a wręcz celowo ograniczają rozwój kariery. Rolą wspierających partnerów powinno być równe uczestnictwo w codziennych obowiązkach domowych, a także aktywne rodzicielstwo — powiedziała.

Konkurs Sukces Pisany Szminką Bizneswoman Roku od 15 lat nagradza polskie przedsiębiorczynie oraz liderki i liderów działających na rzecz równości, różnorodności i włączania. Jako pierwszy konkurs tego typu nagradza także mężczyzn, którzy wspierają kobiety i realizują politykę różnorodności i włączania. Od powstania konkursu wręczono ponad 140 statuetek. Historia pokazała, że laureatki i finalistki poprzednich edycji zyskały nie tylko rozgłos, a przede wszystkim możliwości ogólnopolskiego i międzynarodowego rozwoju, nawiązując wartościowe kontakty i pozyskując inwestorów.

PAP

eprasa.pl 876e72b91f

ROZPOCZNIJ PRZYGOTOWANIA DO BIEGU PIEKARCZYKA I TRENUJ W BAŻANTARNI

Dokładnie 9 czerwca rusza jubileuszowa XV edycja Elbląskiego Biegu Piekarczyka. Jeśli poszukujesz wsparcia i profesjonalnych wskazówek przed startem, serdecznie zapraszamy do udziału we wspólnych treningach biegowych z Bartnicki Team Elbląg.

Bartnicki Team Elbląg to grupa doświadczonych biegaczy, którzy trenują razem, przygotowując się do zawodów. Są uczestnikami licznych imprez sportowych i doskonale wiedzą, jak prawidłowo rywalizować, pobiec na określony czas i utrzymać doskonałą kondycję. Podczas biegu pełnią także rolę tzw. pacemakerów, czyli pomocników na trasie popularnie nazywanych „zajączkami". Każdy z nich będzie nadawał odpowiednie tempo, aby przekroczyć linię mety z czasem 45, 50, 55 lub 60 minut.

TRENUJ W BAŻANTARNI

Zespół przyjmie z otwartymi ramionami także nowe osoby, które nie tylko chcą poprawić swoje wyniki, ale również tych, którzy po prostu chcą rozwijać swoje umiejętności w tej dyscyplinie sportu. Treningi odbywają się w poniedziałki, środy i piątki o 18:30, zbiórka przy Muszli Koncertowej w Bażantarni. Spotkanie rozpoczyna się klasyczną rozgrzewką, a sam bieg prowadzi leśną trasą. Wspólny trening trwa około godziny, a tempo jest dostosowane do możliwości wszystkich uczestników. Udział jest bezpłatny, a dobry rezultat gwarantowany.

ZAPISY NA BIEG TRWAJĄ

Jeżeli jeszcze zastanawiasz się nad wzięciem udziału w Biegu Piekarczyka, mamy dla Ciebie dobrą radę – nie zwlekaj z decyzją! Listy startowe zapełniają się w bardzo szybkim tempie, a Mini Bieg Piekarczyka lada moment dobije do limitu 600 uczestników. Opłata za udział w Biegu Głównym wynosi 60 złotych, a od 9 maja 70 złotych. Warto zatem skorzystać z bieżącego progu cenowego i zaoszczędzić przysłowiową dyszkę. Wejdź na elektronicznezapisy.pl i postępuj zgodnie ze wskazówkami wyświetlanymi na ekranie.

MOSIR ELBLĄG

Bieżące informacje o wydarzeniu będą dostępne na stronie www.biegpiekarczyka.pl.

XXI WIEK ZAWITAŁ DO MIEJSCOWOŚCI DRULITY

Kolejne gospodarstwa w gminie Pasłęk mogą korzystać z nowoczesnej infrastruktury. Wartą niemal milion złotych inwestycję zakończono w Drulitach.

Uczestniczyłem w symbolicznym otwarciu i przekazaniu do użytku rozbudowanej sieci kanalizacji sanitarnej oraz zmodernizowanej oczyszczalni ścieków w miejscowości Drulity. Przypomnę, że przez wiele lat znaczna część Drulit nie była podłączona do sieci kanalizacji sanitarnej. Dlatego w 2022 roku wykonana została dokumentacja projektowo-kosztorysowa na rozbudowę sieci kanalizacji sanitarnej. Koszt tej dokumentacji wyniósł 39 360 zł — przypomniał Wiesław Śniecikowski, burmistrz Pasłęka.

Jak dodał, zgodnie z opracowaną dokumentacją w budżecie na 2023 rok zabezpieczone zostały niezbędne fundusze, co pozwoliło na wykonanie przez Przedsiębiorstwo Usług Wodno-Kanalizacyjnych Sp. z o.o. w Pasłęku sieci kanalizacji sanitarnej grawitacyjnej o długości 472 metrów i sieci kanalizacji tłocznej o długości 255 metrów wraz z przepompownią ścieków i przyłączem elektroenergetycznym. Koszt tych robót wyniósł 795 tys. zł, z kolei koszt nadzoru nad prawidłowością realizowanych robót stanowił kwotę 21 tys. zł.

— Powyższe działania umożliwiły podłączenie do kanalizacji sanitarnej wszystkich nieruchomości w Drulitach dotychczas nieposiadających ww. przyłączy, a tym samym przyczyniły się do zawarcia 13 nowych umów na dostawę nieczystości płynnych do zmodernizowanej oczyszczalni ścieków. Aby kompleksowo zapewnić prawidłowe funkcjonowanie gospodarki ściekowej w miejscowości Drulity, także dokonana została modernizacja oczyszczalni ścieków. Wymieniono i zainstalowano szereg nowych urządzeń, w tym między innymi wymieniono wszystkie pompy zraszające i osadowe, całą instalację elektryczną wraz z szafą elektryczną zasilającą przepompownię, zamontowano nowy zbiornik wraz z przepompownią, co pozwoliło na płynne odbieranie ścieków bez ich zastoin w kolektorach sanitarnych oraz razem z przepompownią wykonano nowy rurociąg tłoczny i wymieniono starą, niesprawną i źle posadowioną koszokratę na nową, która została zamontowana w specjalnej betonowej komorze — opisuje włodarz miasta.

fot. Zdjęcie ilustracyjne, UWM

Całkowity koszt wszystkich robót związanych z rozbudową sieci kanalizacji sanitarnej i modernizacją oczyszczalni ścieków w Drulitach wyniósł 985 360 zł

To wszystko pozwoliło na płynne działanie układu technologicznego oczyszczania ścieków oraz wyłączenie z eksploatacji przestarzałych i awaryjnych urządzeń. Koszt modernizacji oczyszczalni ścieków wyniósł ok. 130 tys. zł.

— Zatem całkowity koszt wszystkich robót związanych z rozbudową sieci kanalizacji sanitarnej i modernizacją oczyszczalni ścieków w Drulitach wyniósł 985 360 zł, a realizacja tych robót przyczyniła się do uporządkowania gospodarki ściekowej w miejscowości Drulity i zarazem przyczyniła się do zaspokojenia potrzeb mieszkańców w tym zakresie — podkreślił burmistrz Śniecikowski.

RAZ

W GMINIE ŚMIERDZI

W Potowie zaczęło... śmierdzieć. W gminie Rychliki rozpoczęto testy instalacji kanalizacyjnych w poszukiwaniu nieszczelności.

Urzędnicy z gminy Rychliki działają szybko i skutecznie, aby rozwiązać problem z nieprzyjemnymi zapachami wydobywającymi się z kanalizacji sanitarnej w Potowie. Po spotkaniu z mieszkańcami, którzy skarżyli się na uciążliwe zapachy, rozpoczęło się tzw. zadymianie, mające na celu sprawdzenie potencjalnych nieszczelności w sieci kanalizacyjnej, przyłączach indywidualnych oraz instalacjach w poszczególnych mieszkaniach.

Jak podaje urząd gminy, wyniki testów okazały się zaskakujące. Wbrew pierwotnym przypuszczeniom mieszkańców większość domowych instalacji nie spełniała odpowiednich standardów bezpieczeństwa i szczelności. Podczas zadymiania prawie we wszystkich sprawdzanych lokalach pojawił się biały dym oparty na parze wodnej, wskazujący na miejsca, w których występowały nieszczelności w połączeniach lub rurach.

fot. UG Rychliki

Podczas zadymiania prawie we wszystkich sprawdzanych lokalach pojawił się biały dym

Warto podkreślić, że tam, gdzie kanalizacja została wykonana poprawnie, dym nie występował, a mieszkańcy potwierdzali, że dolegliwości zapachowe były minimalne lub wręcz nieobecne.

W tej sytuacji każdy z właścicieli lokali został wezwany do podjęcia działań naprawczych. Konieczne będzie dokonanie przeróbek instalacji, tak aby rury były szczelne, a syfony skutecznie zatrzymywały zapachy z rur kanalizacyjnych. Jest to kluczowy krok w zapewnieniu komfortu mieszkańcom Potowa oraz poprawie warunków sanitarnych w całej miejscowości.

OPR. RAZ

eprasa.pl 876e72b91f

Fot. mat. org.

19 MARCA
Otwarcie wystawy „Ryszard Czerniewski (1932-2017) – Lidzbark Warmiński, fotoreportaże, lata 70 i 80 XX wieku. Zbiory Archiwum MWiM"
Lidzbark Warmiński
Prace zgromadzone na tej wystawie pochodzą z bogatej kolekcji fotografii autorstwa Ryszarda Czerniewskiego, wybitnego fotoreportera, który przez lata dokumentował życie społeczne, kulturalne i polityczne naszego regionu. Jego zdjęcia stanowią nie tylko cenny zapis historyczny, ale także wzruszający portret codzienności i wydarzeń tamtych lat. Wystawa stanowi nie tylko podróż w przeszłość, ale także okazję do refleksji nad zmianami, jakie zaszły w naszym regionie i społeczeństwie w ciągu ostatnich kilkudziesięciu lat. Pragniemy podziękować Ryszardowi Czerniewskiemu za jego niezwykłe talenty artystyczne oraz za to, że dzięki swojej pracy pozostawił nam dziedzictwo, które będziemy mogli doceniać i pielęgnować przez wiele lat.
Godz. 17.00, Muzeum Warmińskie, Pl. Zamkowy 1.

19 MARCA
Podróże po Planecie
Olsztyn
Podróże po Planecie: Ekwador i Kolumbia – wyprawa życia i śmierci – spotkanie z podróżnikiem Szymonem Staszkiewiczem.
Godz.18.00, Biblioteka Multimedialna Planeta 11, al. Piłsudskiego 38.

19 MARCA
Prelekcja „Ekwador i Kolumbia – wyprawa życia i śmierci"
Olsztyn
Kolejna podróż po Planecie. Tym razem bibliotekarze zapraszają do zachwycającego Ekwadoru i barwnej Kolumbii, a przewodnikiem będzie Szczepan Stańczykiewicz – podróżnik pasjonat, który odwiedził sześć kontynentów i zgromadził pokaźną kolekcję fotografii (ponad 150 tys. zdjęć). Podczas spotkania gość opowie o swojej podróży do Ameryki Południowej, poznamy bogatą kulturę tych krajów, najpiękniejsze zakątki przyrodnicze oraz perełki architektoniczne.
Godz. 18.00, Biblioteka Multimedialna Planeta 11, al. Piłsudskiego 38.

19 MARCA
28. Dni Kultury Francuskiej i Frankofonii
Olsztyn
Pluralistyczna tożsamość kulturowa: spotkanie z literaturą frankofońską. Literatura frankofońska - „literatura obca", „literatura emigracyjna", czy może „literatura światowa"? Jaki jest odbiór literatury frankofońskiej we Francji? Prowadzenie: Corentine Nicolas--Graffard i Claire Delobelle. Spotkanie będzie tłumaczone na język polski.
Godz. 18.15, Centrum Polsko-Francuskie, ul. Dąbrowszczaków 39 (I p.)

19 MARCA
Koncert „10 Tenorów – 5 lecie"
Olsztyn
Piątka dziesiątki? A może dziesiątka na piątkę? Oto 10 tenorów obchodzi pięciolecie swoich tras koncertowych po całej Polsce. Z okazji tego muzycznego jubileuszu odbywa się specjalne tournée, podczas którego naszych Dziesięciu Wspaniałych będzie wykonywać najpiękniejsze piosenki ze swojego repertuaru oraz prezentować największe przeboje.
Godz. 19.00, Filharmonia Warmińsko-Mazurska, ul. Głowackiego 1.

20 MARCA
Współczesne marzanny
Olsztyn
Instalacja artystyczna postaci inspirowanych ludowymi kukłami i podaniami o Marzannie. Reprezentacja trudnych emocji, które chcemy zostawić za sobą wraz z nadejściem jaśniejszego czasu.
Godz. 12.00, Amfiteatr im. Czesława Niemena (sala kameralna), ul. Okopowa.

20 MARCA
Wiosenny kiermasz w Starostwie Powiatowym
Olsztyn
Na kiermaszu piękne, unikalne rękodzieło o tematyce związanej z Wielkanocą i nadchodzącą wiosną. Twórcami wyjątkowych rzeczy są uczestnicy: Warsztatów Terapii Zajęciowej w Grazymach, Warsztatów Terapii Zajęciowej w Olsztynku oraz PSONI Koło w Biskupcu.
Godz. 9.00, Starostwo Powiatowe, pl. Bema 5.

20 MARCA
Wernisaż wystawy „Żyjący świat jezior Warmii i Mazur"
Olsztyn
Ekspozycję tworzą barwne fotogramy przedstawiające bioróżnorodność naszych jezior. Zdjęcia ukazują charakterystyczne gatunki zwierząt, roślin oraz pejzaże wybranych jezior Warmii i Mazur. Autorami zdjęć są znani fotograficy: R. Czerwiński, M. Wieliczko, I. Dziugieł, J. Dutkiewicz. Uzupełnieniem części fotograficznej będą eksponaty ptaków, raków oraz ryb związanych z naszymi jeziorami.
Godz. 17.00, Muzeum Przyrody (Salon Błękitny), ul. Metalowa 8.

21 MARCA
Spotkanie autorskie z poetą Wojciechem Kassem
Olsztyn
Spotkanie autorskie z poetą Wojciechem Kassem i promocja tomu poezji „Otwarte na klucz".
Wojciech Kass (ur. 1.09. 1964 r. w Gdyni) – poeta, eseista, diarysta. W 1989 roku ukończył filologię polską na Uniwersytecie Gdańskim. W 1997 roku osiadł na Mazurach, gdzie wraz z żoną Jagienką opiekuje się Muzeum K.I. Gałczyńskiego w Praniu oraz od 2001 roku jego oddziałem – Muzeum Michała Kajki w Ogródku. Ogłosił blisko 20 książek, w tym tomów poetyckich, a wśród nich kilka uhonorowanych prestiżowymi nagrodami.
Godz. 18.00, Wojewódzka Biblioteka Publiczna, ul. Stare Miasto 33.

21 MARCA
Dzień równonocy wiosennej
Olsztyn
W programie:
— spotkanie w Mikołajem Kopernikiem
— pokaz 9. Olsztyńskiego Batalionu Dowodzenia

— warsztaty plastyczne:
- wykonanie napisu „Wiosna zaczyna się w Olsztynie"
- wykonanie zakładki z tablicą astronomiczną
- wykonanie wiosennego emblematu w postaci konwalii.
Godz. 11.00, Zamek Kapituły Warmińskiej (dziedziniec), ul. Zamkowa 1.

21 MARCA
Warsztaty bałtyjskie
Olsztyn
Wyniki interdyscyplinarnych badań w Starym Rypinie (Starorypin Prywatny, gm. Rypin, woj. kujawsko-pomorskie) pozwalają w sposób wieloaspektowy rekonstruować dzieje tego średniowiecznego kompleksu osadniczego. Ich rezultaty wskazują, iż Stary Rypin, zarówno w okresie wczesnego, jak i późnego średniowiecza pełnił kluczową rolę w krajobrazie kulturowym międzyrzecza Wisły, Drwęcy i Skrwy - historycznej ziemi dobrzyńskiej. Ośrodek ten został wymieniony już w tzw. falsyfikacie mogileńskim, to tam funkcjonowało co najmniej od 1326 roku pierwsze rypińskie civitas oraz sprowadzono zakon Bożogrobców, i ufundowano kościół pod podwójnym wezwaniem Błogosławionej Dziewicy Marii i apostołów Piotra i Pawła.
Godz. 17.00, Muzeum Warmii i Mazur, ul. Zamkowa 2.

22 MARCA
Biuro Regionalne Polskiej Agencji Rozwoju Przedsiębiorczości w Olsztynie (BREO) zaprasza przedsiębiorców na warsztat pt.: „GOZ w praktyce - jak Twój biznes może skorzystać na wdrożeniu gospodarki obiegu zamkniętego".
Agenda :
11:00-11:05 Otwarcie warsztatu
Agnieszka Stajszczak – p.o. Dyrektora, Biuro Regionalne PARP w Olsztynie
11:05:11:35 Wsparcie transformacji firm w kierunku Gospodarki Obiegu Zamkniętego
Małgorzata Wójcik – Starszy Specjalista, Biuro Regionalne PARP w Olsztynie
11:35-11:45 Źródła finansowania szkoleń z Gospodarki Obiegu Zamkniętego dla MŚP
Olga Kiełczykowska- Dyrektor ds. sprzedaży – Inspire Consulting sp. z o.o. Operator Środków dla MŚP w woj. warmińsko-mazurskim.
11:45-12:00 Przerwa kawowa
12:00- 14:30 Część warsztatowa
Marianna Rytlewska, Karolina Niedziółka - INNOWO The Institute of Innovation and Responsible Development
14:30-15:00 Networking
Godz. 11.00, Warmińsko-Mazurska Agencja Rozwoju Regionalnego, plac Generała Józefa Bema 3.

22 MARCA
Koncert Małach/Rufuz
Olsztyn
Usłyszycie największe hity zarówno ze wspólnych jak i solowych projektów. Przede wszystkim jednak najważniejszym punktem koncertu będą najnowsze kawałki, zagrane specjalnie dla Was na żywo!
Godz. 19.30, Scena Zgrzyt, ul. Nowowiejskiego 15.

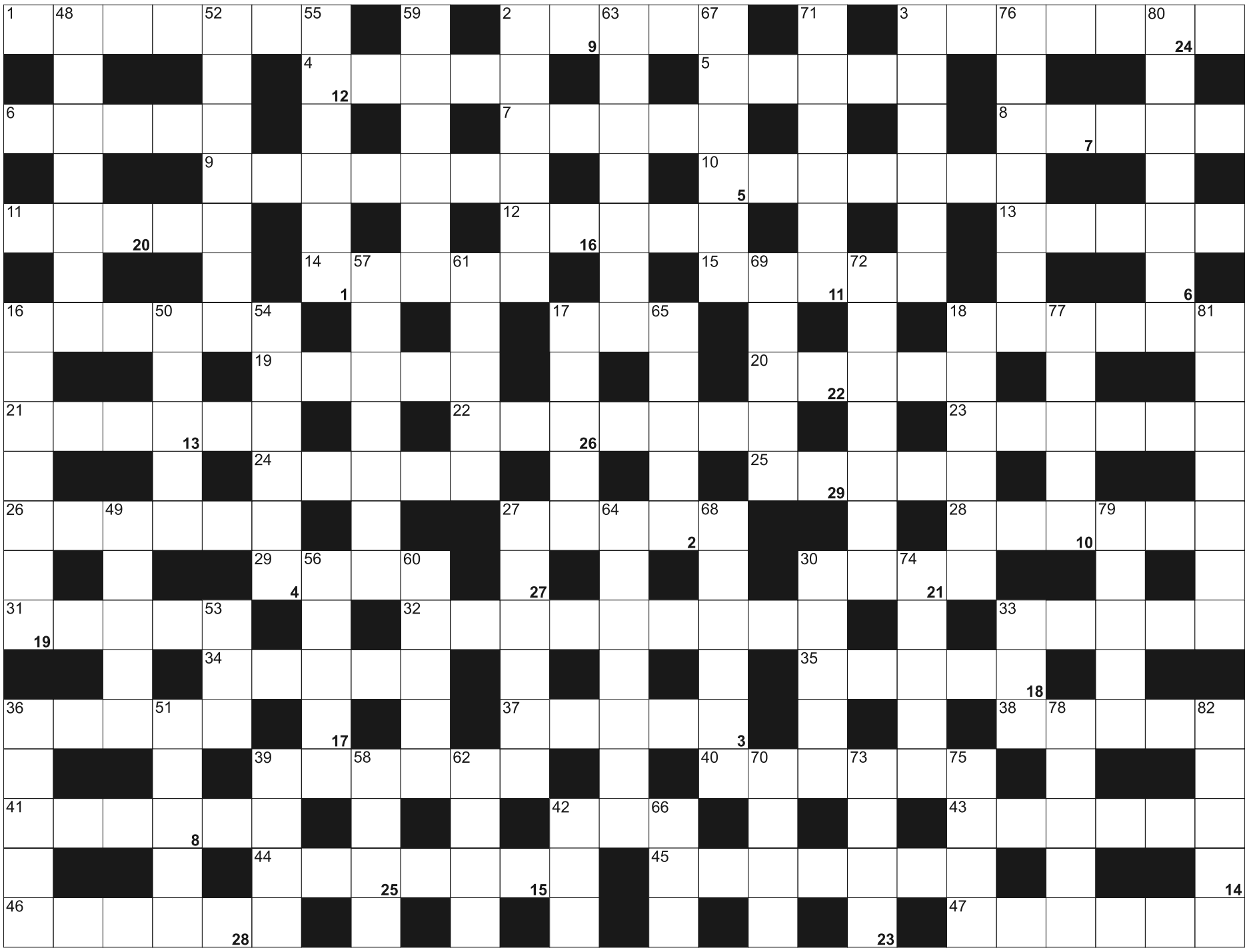
HELIOS REPERTUAR
Centrum Handlowe Aura, Olsztyn, al. Piłsudskiego 16

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

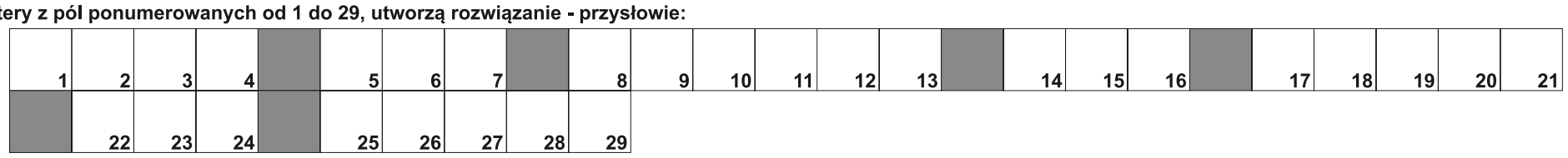
ZA DUŻY NA BAJKI 2 / familijny / od 7 lat: 13:40, 15:00, 15:50, 17:15, 18:00
UROJENIE / napisy: 14:10, 18:45, 21:15
MEAN GIRLS / napisy: 12:15, 15:40, 20:00
MIŁOŚĆ BEZ OSTRZEŻENIA / napisy: 19:45
BĘKART / napisy: 20:15
DIUNA: część druga / napisy: 13:30, 15:30, 19:00, 20:30
DIUNA: część druga / dubbing: 12:10, 17:00
KUNG FU PANDA 4 / familijny / od 6 lat / dubbing: 12:00, 13:00, 15:15, 16:30, 17:30
TYLKO NIE TY / napisy: 12:45, 17:45
BIAŁA ODWAGA: 19:30, 21:00
SAMI SWOI. Początek: 18:15
STREFA INTERESÓW / napisy: 13:15
GREEN BOOK / napisy: 10:30

eprasa.pl 876e72b91f

Krzyżówka klasyczna z hasłem



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



POZIOMO: 1) ze stolicą w La Paz; 2) część czosnku; 3) miejsce częściowego trawienia pokarmu; 4) promowe miasto w Szwecji; 5) wyziewy z kuchni; 6) Małgorzata dla przyjaciół; 7) stora, zasłona; 8) na niebie po deszczu; 9) restauracja portowa; 10) badania opinii społecznej; 11) Hamamelis; 12) tworzywo skóropodobne; 13) piaszczyste nad morzem; 14) fińska marka telefonów komórkowych; 15) jednostka masy brylantów; 16) domowe papcie bez tyłów; 17) płynie przez Innsbruck; 18) starożytna poetka z Lesbos; 19) graniczy z Czadem i Algierią; 20) wskazujący lub serdeczny; 21) Marek, polski pisarz fantastyk "Święta śmiechu"; 22) muza poezji lirycznej; 23) Kwintus Horacjusz Flakkus, poeta rzymski; 24) chan Hunów, najmłodszy ze znanych synów Attyli; 25) mówca, orator; 26) dr., rywal Delecty; 27) naszyjnik z drogich kamieni; 28) broszka lub klips; 29) chwyt, sztuczka; 30) biblijny bratobójca; 31) stolica emiratu Dubaj; 32) jednostka ciśnienia; 33) władze uczelni; 34) mały Antek; 35) Schulz, pisarz "Sklepy cynamonowe"; 36) mała, wąska czekolada; 37) rączy rasowy koń, ogier; 38) klika, koteria; 39) łąka leśna; 40) oklaski, brawa; 41) liczba o wratości poniżej zera; 42) afrykańska antylopa; 43) konkurenci; 44) Salman, autor "Szatańskich wersetów"; 45) inne do włosów, inne do paznokci; 46) zaburzenia mowy i artykulacji; 47) "Lilla ...", sztuka Juliusza Słowackiego

PIONOWO: 2) niewierność małżeńska; 3) poręcza spłatę kredytu; 16) Staff, autor "Snów o potędze"; 17) ścieżka dźwiękowa otwierająca album; 18) bunkier przeciwlotniczy; 27) aparat filmowy; 30) przewód izolowany; 33) np. winegret do sałaty; 36) górna część dresu; 39) bucha z czajnika; 42) przenosi cechy dziedziczne; 48) płaszcz z kapturem, dawny strój podróżny; 49) ojczyzna dalajlamy; 50) w drzwiach; 51) cieśnina łącząca Zatoki Perską z Omańską; 52) dawna budowla ze skrzydłami; 53) Chrzciciel i Matejko; 54) ulotka reklamowa dołączana do gazety; 55) Azocar Patricio, były chilijski prezydent; 56) rzecz w stylu lat minionych; 57) harmonijka ustna; 58) w kopercie; 59) przed środą; 60) Katarzyna dla najbliższych; 61) ypsylon; 62) rzeka w płd. Polsce, płynie przez Pińczów; 63) wyrabiany z karkówki wieprzowej; 64) Pieter, malarz holenderski, uczył Rembrandta; 65) filtrują krew; 66) na pasiece; 67) Wojciech, malarz, współautor "Bitwy pod Racławicami"; 68) mieszkanka Aten; 69) A dla elektryka; 70) zawiązki kwiatów; 71) Apoloniusz, trener Adama Małysza; 72) siłaczka, zapaśniczka; 73) jasnogórski lub smoleński; 74) japońska motomarka; 75) nagłe zwiększenie szybkości; 76) mieszka na Łotwie; 77) jednostka pojemności elektrycznej; 78) Shaw, pisarz "Młode lwy"; 79) główna szata liturgiczna kapłana do mszy; 80) zdawany przez studenta; 81) schronił się w obcym kraju; 82) grecka bogini mądrości

SUDOKU

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

256

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

257

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

258

eprasa.pl 876e72b91f

NIERUCHOMOŚCI

DOM.WM.PL

SPRZEDAM

mieszkania

OLSZTYN, Zatorze, Puszkina, 43,30 m2, 318000 zł, 2 pok., 2-pokojowe mieszkanie z dużym balkonem na 3p/4 , Mieszkanie dla młodej rodziny , czynsz z funduszem 600 zł . więcej www.as.olsztyn.pl 603 584 180 AS Małgorzata Dyrda lic. 3079, *36/**AS.***

OLSZTYN, Zatorze, Moniuszki, 44,70 m2, 329000 zł, 2 pok., Mieszkanie na 2p/ 41m w tym piwnica 3,70 . Sprzedaż lub zamiana na 2-pokojowe na Jarotach lub sprzedam AS 603 584 180, *42/**AS.***

OLSZTYN, Zatorze, Katowicka, 47 m2, 390000 zł, 3 pok., 3-pokowe mieszkanie na 3p /4 z balkonem , ogrzewanie z miasta sprzedaż lub zamiana na mniejsze . Mieszkanie zadbane nie wymaga nakładów . Zapraszam 603 584 180, *43/**AS.***

domy | siedliska

MICHAŁKI, Gm. Pasym Michałki, 110 m2, 385000 zł, 5 pok., 1985 rok, Szereg skrajny we współwłasności w malowniczej wsi Michałki z widokiem na jezioro . Więcej www.as.olsztyn.pl 603 584 180 Małgorzata, *53/**AS.***

MOSTKOWO, Mostkowo Gm. Łukta, 153 m2, 299000 zł, 5 pok., Połowa domu z działką 4400 m . stodołą , oborą sprzedaż lub zamiana na mieszkanie 2-pokojowe . Mogą spokojnie mieszkać 2 rodziny góra , dół .Więcej www.as.olsztyn.pl 603 584 180, *42/**AS.***

OLSZTYN, Brzeziny, 400 m2, 1600000 zł, 9 pok., 1985 rok, Dom wolnostojący duży doskonały dla dużej rodziny lub pod działalność na ładnej działce 1185m. nieruchomość , utrzymana zadbana . Więcej 603 584 180 Małgorzata Dyrda lic.3079, *75/**AS.***

działki | grunty

BARCZEWO, Ruszajny, Ruszajny, 4,56 ha, 480000 zł, Działka 4,56 ha ogrodzona w całości , obsadzona drzewami na działce las i miejsce na siedlisko od Barczewa 1,30 km a praktycznie to Barczewo www.as.olsztyn.pl 603 584 180, *51/**AS.***

DRWĘCA, Gm. Lidzbark Warmiński, 27000 m2, 140000 zł, Działka rolna 2,70 ha równa , sucha obecnie łąka . Więcej 603 584 180, *55/**AS.***

RUNOWO, Gm. Lidzbark Warmiński, 5323 m2, 245000 zł, Działka we wsi Runowo zabudowana budynkami murowanymi . 603 584 180, *52/**AS.***

KUPIĘ

mieszkania

OLSZTYN, Kupię działkę rolną , budowlaną , rekreacyjną 603 584 180, *51/**AS.***

OLSZTYN, „AS" Poszukuję dla klientów mieszkania 2-pokojowego na oś. Pojezierze , Centrum możliwość zamiany itp. 603-584-180 , 89 539-02-00, *66/**AS.***

OLSZTYN, 3 pok., Poszukuję mieszkania 3-pokojowego lub 4-pokojowego na Jarotach, Pieczewie, Nagórkach; do III pietra. 603-584-180 lub 89 539-02-00, *55/**AS.***

OLSZTYN, 72 m2, 4 pok., Poszukuję dla klientów 4-pokojowego mieszkania na parterze lub 1p. chętnie Pojezierze , Nagórki , Jaroty lub zamiana Zapraszam 603 584 180, *47/**AS.***

domy | siedliska

" AS" OLSZTYN, POSZUKUJĘ DLA KLIENTA DZIAŁKI REKREACYJNEJ, ŁADNIE POŁOZONEJ LAS, WODA Z DOMKIEM ALE TO NIE WARUNEK DO 20 KM. OD OLSZTYNA. 603-584-180 lub 89 539-02-00, *93/**AS.***

OLSZTYN, Poszukuję dla klientów domu w Olsztynie na oś. Mazurskim , Mlecznym , Likusach , Dajtkach 603-584-180 , 89 539-02-00, *05/**AS.***

działki | grunty

" AS" OLSZTYN, POSZUKUJĘ SIEDLISKA , DOMU NA WSI 603-584-180 , 89 539-02-00, *79/**AS.***

"AS" OLSZTYN, Olsztyn I Okolice, DZIAŁKĘ BUDOWLANĄ REJON OLSZTYN I OKOLICE. 89 539-02-00 LUB 603-584-180 POSIADAM KONKRETNYCH KUPUJĄCYCH. as@as.olsztyn.pl, *500/**AS.***

OLSZTYN- OKOLICE, Olsztyn - Okolice, Kupię działkę budowlaną rejon Olsztyn i okolice 603 584 180, *75/**AS.***

WARMIA I MAZURY, Warmia, Poszukuję działki rekreacyjnej z domkiem w atrakcyjnym wypoczynkowym miejscu . Zapraszam do składania ofert to nic nie kosztuje 603 584 180, *85/**AS.***

WARMIA-MAZURY, Poszukuję działki rolnej 603-584-180, *80/**AS.***

ZAMIANA

mieszkania

OLSZTYN, Zatorze, Katowicka, 30 m2, 123 zł, 2 pok., 2-pokojowe małe mieszkanie 30m/4p. kwaterunkowe z możliwością wykupu . Ogrzewanie miejskie . ZAMIENIĘ NA - większe 3 lub 4 pokojowe , pomogę spłacić dług , więcej www.zamiany.pl 603 584 180, *86/**AS.***

OLSZTYN, 30 m2, 4 zł, „AS" Zamiany Mieszkań , Domów Własnościowych , Lokatorskich , Gminnych Również Zadłużonych Inne Oferty ZAPRASZAM 89-539-02-00 , 0-603-584-180 www.zamiany.olsztyn.pl, *60/**AS.***

OLSZTYN, Jaroty, Mroza, 32 m2, 299000 zł, 1 pok., 2000 rok, Kawalerka z wnęką na sypialnię , dużym balkonem na 1p. ZAMIANA na mieszkanie większe w Olsztynie lub po za miastem , właściciel rozważa również mały lub pół domku więcej 603 584 180, *23/**AS.***

OLSZTYN, Zatorze, Kasprowicza, 35 m2, 1 zł, 2 pok., 2-pokoje , kwaterunkowe 1p , ogrzewanie teraz piecowe ale można zmienić , czynsz na 1-osobę 270 zł ZAMIANA na mniejsze Olsztyn lub Barczewo 603 584 180, *27/**AS.***

OLSZTYN, Zatorze, Moniuszki, 44,70 m2, 320000 zł, 2 pok., Zamienię 2-pok /2p na Moniuszki , ogrzewanie miejskie na podobne na Jarotach 2-pokojowe do 2 piętra ZAPRASZAM 603 584 180, *53/**AS.***

OLSZTYN, Jaroty, Herdera, 48 m2, 360000 zł, 2 pok., 1990 rok, Mieszkanie pełna własność na 3p/48 , łazienka z oknem , balkon ZAMIANA na mniejsze na niskim piętrze , doskonała lokalizacja wszędzie blisko . www.zamiany.olsztyn.pl 603 584 180, *32/**AS.***

OLSZTYN, Zatorze, Poprzeczna, 66,50 m2, 385000 zł, 3 pok., 3-pokojowe mieszkanie do kapitalnego remontu , ogrzewanie miejskie , doskonała lokalizacja . Blisko autobusy , sklepy , szkoła . www.as.olsztyn.pl 603 584 180, *98/**AS.***

Małgorzata Dyrda licencja 3079
AS NIERUCHOMOŚCI
mieszkania-domy-działki-kredyty
Małgorzata Dyrda
10-503 Olsztyn
pl. Konstytucji 3 Maja 3
(vis a vis dworca)
tel. 89 539 02 00, 603 584 180
www.as.olsztyn.pl as@as.olsztyn.pl
AS
619obb1-b-M

Jak znaleźć nadawcę ogłoszenia? To proste!
Przy każdym ogłoszeniu znajduje się skrót nazwy biura nieruchomości, którego reklama z telefonem i adresem umieszczona jest na górze każdej strony.
Biuro nieruchomości Olsztyn ulica..... tel. .....
BO
1219obb1-b-M

1324otbp-b-K

eprasa.pl 876e72b91f

NIERUCHOMOŚCI ABRYS
Bożena Marcinkowska, licencja 11976
DOMY, MIESZKANIA, DZIAŁKI
KREDYTY
Olsztyn, 11 listopada 7/3
(w pobliżu ratusza, vis-a-vis C.H.Jakub)
tel. 89 523-71-61
664-174-484, 533-023-134
WWW.ABRYS.NIERUCHOMOSCI.PL
ABR
119obb1-b-M

KOMPLEKSON
Nieruchomości, ubezpieczenia
mgr Krystyna Sulejewska
10-512 Olsztyn
ul. Kopernika 29, pok. 215
tel./fax (0-89) 533-56-86
komplekson1@wp.pl
KO.
319obb1-b-M

KOSYL - NIERUCHOMOŚCI
Stanisław Witold Kosyl licencja 7139
pl. Pułaskiego 7, klatka nr 2
„Manhattan", wejście od ul. Kościuszki
kom. 601-82-96-22
tel./fax 089-523-78-78
www.kosyl-nieruchomosci.pl
e-mail: biuro@kosyl-nieruchomosci.pl
KOS
419obb1-c-M

LEGIShouse
NIERUCHOMOŚCI
Emil Kucharski – licencja 16178
Olsztyn, al. Piłsudskiego 2/8 lok.113
tel./fax (89) 650-17-18
tel. kom. 660 590 596
e-mail: nieruchomosci@legishouse.pl
www.legishouse.pl
ALH
219obb1-b-M

JAK ZNALEŹĆ NADAWCĘ OGŁOSZENIA?
Biuro nieruchomości
Olsztyn
ulica.....
tel. .....
BO
TO PROSTE!
Przy każdym ogłoszeniu znajduje się skrót nazwy biura nieruchomości, którego reklama z telefonem i adresem umieszczona jest na górze każdej strony.
BO/2
1219obb1-a-M

SPRZEDAM

mieszkania

OLSZTYN, Śródmieście/Zatorze, Limanowskiego 9, 38,20 m2, 239000 zł, 2 pok., 1961 rok, IIIp./4, ATRAKCYJNE, ciche mieszkanie, duża oddzielna kuchnia 7m2, salon 14m2, sypialnia 8m2, ładny duży balkon. Budynek po termomodernizacji, ładne klatki (nowe piony CO, wod-kan). tel. 660 590 596, *LEG-MS-516/**ALH***

OLSZTYN, Olsztyn, Dworcowa 10, 48,10 m2, 419000 zł, 3 pok., 1970 rok, Mieszkanie w wieżowcu na V piętrze. Powierzchnia 48 m2. Mieszkanie po remoncie, do wprowadzenia. Cena 419 000 złotych. Kontakt 533023134, *ABR 11571/**ABR***

OLSZTYN, Pojezierze/Kormoran, Dworcowa, 48,80 m2, 329000 zł, 2 pok., 1982 rok, 11p /11 (budynek z windą) ATRAKCYJNE!, pięknie wykończone mieszkanie; gotowe do wprowadzenia; bez dodatkowych nakładów, DUŻA kuchnio-jadalnia, salon, sypialnia, łazienka tel.660 590 596, *LEG-MS-49/**ALH***

OLSZTYN, Podgrodzie, Gałczyńskiego, 58,94 m2, 350000 zł, 3 pok., 1985 rok, Komfortowe, I piętro, rozkładowe, kameralne w budynku mieszkają tylko 2 rodziny,balkon loggia,Pilnie sprzedam, *2/2019/**KO.***

OLSZTYN, Jaroty, Boenigkau, 60,4 m2, 60,4 zł, 4 pok., 1980 rok, Mieszkanie przy ulicy Boenigka, metraż 60,4 m2 - cztery pokoje, trzecie piętro. Idealne jako inwestycja - do wynajmu. Cena 446 960 złotych. Kontakt 533023134, *ABR 11715/**ABR***

OLSZTYN, Pojezierze, Dworcowa, 61,50 m2, 437000 zł, 2 pok., 2001 rok, Budynek z 2001 r.! (jedyny budynek w nowej technologii na ul. Dworcowej), I PIĘTRO, 2/3 pokoje (możliwość powrotu do 3 pokoi), duży balkon, niski czynsz 330,17 zł, mieszkanie środkowe tel. 660 590 596, *LEG-MS-504/**ALH***

OLSZTYN, Centrum, Głowackiego, 69,43 m2, 420000 zł, 3 pok., M-4 komfortowe mieszkanie z ogródkiem, miejsce postojowe przy budynku, I piętro, w II kondygnacyjnym budynku, gotowe do wprowadzenia się. Polecam!, *1/2021/**KO.***

OLSZTYN, Podgrodzie/Mleczne, Iwaszkiewicza, 72,20 m2, 499000 zł, 4 pok., 1989 rok, IIIp./IV, ATRAKCYJNE!, cztery oddzielne pokoje, oddzielna kuchnia, łazienka i wc; duży balkon i piwnica 5,70m2. Budynek po termomodernizacji, ładne klatki schodowe; wokół dużo zieleni tel. 660 590 596, *LEG-MS-517/**ALH***

OLSZTYN, Jaroty, Edwarda Turowskego 8, 93 m2, 599000 zł, 4 pok., 2000 rok, Duże mieszkanie dwupoziomoe przy ul Turowskiego na trzecim piętrze. Pow.93 m2, trzy pokoje, duży salon z jadalnia, dwie łazienki (prysznic i wanna). Dwa balkony.Cena 599000zł.kontakt 664174484, *ABR-11623/**ABR***

OLSZTYN, Centrum, Wyzwolenia, 94,80 m2, 649000 zł, 3 pok., Mieszkanie przy ulicy Wyzwolenia. Pierwsze piętro, bardzo przestronne. Kamenica wpisana do rejestru zabytków, do końca roku możliwość skorzystania z ulgi.Cena 649000zł. Kontakt 533023134, *ABR 11519/**ABR***

STARY OLSZTYN, Bartąg/Stary Olsztyn, Stary Olsztyn, 157,39 m2, 899000 zł, 5 pok., ATRAKCYJNY! DOM z 2014 r., NOWOCZESNA BRYŁA, świetnie utrzymany(stan do wprowadzenia), pięknie zagospodarowana działka, blisko oś. Jaroty, szybki dojazd do centrum Olsztyna tel. 60 590 596, *LEG-DS-512/**ALH***

domy | siedliska

GIETRZWAŁD, Gietrzwałd 33 C, 212 m2, 2499000 zł, 3 pok., Luksusowa rezydencja w Gietrzwałdzie, tuż przy lesie. Dom nowoczesny, parterowy, z garażem.wybudowany w 2020 roku. Pow. działki 24068m2. Zamontowana fotowoltaika. Cena 2499000 zł. Kontak 664174484., *ABR-11508/**ABR***

OLSZTYN, Szczęsne, Szczęsne, 101 m2, 399000 zł, 4 pok., Piękny nowy dom w miejscowości Szczesne w zabudowie bliźniaczej, działka 350m2, jednorodzinny , garaż, stan surowy zamknięty, 4 Pokoje + kuchnia ,łazienka . atrakcyjna cena 399000zł.Polecam!, *12/2021/**KO.***

OLSZTYN, Gutkowo, Bałtycka 176, 150 m2, 590000 zł, 6 pok., 1960 rok, Dom parterowy z uzytkowym poddaszem w Gutkowie o pow.150 m2 - do kapitalnego remontu z roku 1960. Działka ma pow.1448 m2. na działce budynek gospodaczy.Dojazd droga asfaltową. Tel.533023134, *ABR-11598/**ABR***

OLSZTYN, Słoneczny Stok, 250 m2, 859000 zł, 11 pok., 1982 rok, Dom w pobliżu Kortowa, można przekształcić na Mały akademik . 11 pokoi, 3 poziomy, 3 łazienki. Możliwość rozbudowy.Ciepła woda i ogrzewanie miejskie. / www.kosyl-nieruchomosci.pl /Tel. 664-71-31-20, *5/**KOS***

OLSZTYN, Gutkowo, Jastrzębia, 255 m2, 799000 zł, 6 pok., 1980 rok, Dom wolnostojący w Gutkowie, nieopodal jeziora.Podpiwniczony , parter i pierwsze piętro. Możliwość zamieszkania przez dwie rodziny. Powierzchnia domu 255 m2, działka 831 m2. Kontakt 533023134, *ABR-11493/**ABR***

OLSZTYN, Centrum, Lipowa, 263 m2, 1380000 zł, 5 pok., 2001 rok, Dom przy ulicy Lipowej w Olsztynie, podpiwniczony, tuż przy centrum. Pow.263 m2, działka 1452 m2 zagospodarowana. Cena 1380 000 zł. Kontakt 664174484., *ABRDS11385/**ABR***

OLSZTYN, Redykajny, Hozjusza 1A, 425 m2, 3000000 zł, 7 pok., Rzydencja na Redykajnach. Dom wybudowany w roku 2013, nowoczesny z budynkiem garażowym. Dom parterowy z użyt. poddaszem, pow. domu 425 m2, pow.działki 4000 m2. Cena 3000 000 zł. Kontakt 664174484., *ABR_11644/**ABR***

OLSZTYNEK, Świerkocin, Świerkocin, 40000 m2, 450000 zł, Piękne siedlisko nad jeziorem, pow działki 4 ha, budynki gospodarcze do remontu(stodoła , obora) nowy projekt domu, posesja ogrodzona, można kupić działki 30 zł/m 2(od 1500-do 2000 m 2), *4/**KO.***

SZAŁSTRY, Gm Jonkowo, Szałstry, 250 m2, 800000 zł, 6 pok., Siedlisko w miejscowości Szałstry blisko jeziora ,działka 2500m2, + budynki gospodarcze; stodoła, garaż, kurnik, ogród , po remoncie sprzedam cena; 800000 zł Polecam!, *14/201/**KO.***

działki | grunty

GOŁOGÓRA, 3944 m2, 272136 zł, Działka rolna z wydanymi warunkami zabudowy w Gołogórze. Powierzchnia 3944 m 2 - cena 272 136 złotych. Płaska, usytuowana tuż przy drodze. Kontakt 533023134, *ABRGS11214/**ABR***

KRETOWINY, Kretowiny, Kretowiny, 700 m2, 90000 zł, Działka przepięknie położona z widokiem na jezioro. Położona w malowniczym miejscu. Cudowny widok. Działka rolna z przeznaczeniem rekreacyjnym., *11145dz/**KO.***

ŁUGWAŁD, Ługwałd, Ługwałd, 1750 m2, 90 zł/m2, Działka z aktualnym pozwoleniem na budowę. Atrakcyjnie położona . dobry dojazd. W sąsiedztwie zabudowa domów jednorodzinnych. POLECAM, *1295/op/**KO.***

OLSZTYN, 2,5Km Od Olsztyna Wilimowo, Okazja-Pilne, 10686 m2, 95000 zł, 1,1 ha Olsztyn-Wilimowo . Działka rolno -budowlana .Uzbrojona.Dojazd drogą utwardzoną. Bardzo atrakcyjna cena., *dział 4666/**KO.***

SZĄBRUK, Sząbruk, Sząbruk, 1200 m2, 120000 zł, Działka budowlana objęta MPZP , malowniczy krajobraz, w pobliżu zabudowa jednorodzinna, w niedalekiej odległości wszystkie media (woda, prąd, gaz, kanalizacja). tel. 660 590 596, *LEG-GS-420/**ALH***

lokale użytkowe

OLSZTYN, Jaroty, 423,31 m2, 1590000 zł, 7 pok., 1991 rok, Ip./2, ATRAKCYJNY! SALA 245 m2! + pomieszczenia biurowe. W lokalu prowadzony jest Fitness Club, gotowe szatnie, łazienki, Możliwość nabycia z wyposażeniem i sprzętem siłowym. tel 660 590 596, *LEG-LS-501/**ALH***

SZĄBRUK, Sząbruk, Sząbruk, 1246,70 m2, 595000 zł, Obiekt produkcyjno-magazynowy składający się z hali produkcyjnej wraz z zapleczem socjalno-biurowym o powierzchni 1246,70 m2, zabudowany na działce 3112 m2.Cena 790 000, 00 zł brutto tel.660 590 596, *LEG-HS-197/**ALH***

garaże

OLSZTYN, Pojezierze, Dworcowa 13, 16 m2, 69000 zł, Garaż (z kanałem) stanowiący segment środkowy w ciągu przyległych do siebie garaży. Garaże położone w głębi osiedla dojazd od ul. Pana Tadeusza, ul.Kołobrzeskiej i ul.Soplicy. Tel. 660 590 596, *LEG-MS-532/**ALH***

KUPIĘ

mieszkania

OLSZTYN, Zatorze, 3 pok., KUPIĘ 2 - 3 pokoje na ZATORZU !!! -- Kupię 2-3 pokoje na Zatorzu !!! -- Kupię 2-3 pokoje na Zatorzu !!! --Może być do remontu !!.--- www.kosyl-nieruchomosci.pl/ tel. 664-71-31-20, *8/**KOS***

OLSZTYN, Centrum, Olsztyn, POSZUKUJEMY do kupna; Mieszkań, Domów, Działek, Siedlisk, dla naszych klientów, w Olsztynie i okolicach Tel.608108174, Pilnie! zadłużone też kupimy. Zadzwoń, *15/2021/**KO.***

OLSZTYN, 40 m2, 2 pok., Poszukujemy mieszkań 1-2 i 3 -pokojowych dla naszych klientów, w różnej lokalizacji... MOGĄ BYĆ DO REMONTU... www.kosyl-nieruchomosci.pl / Kontakt - 664-71-31-20; 601-82-96-22, biuro- 89-523-78-78, *18/**KOS***

domy | siedliska

OKOLICE OLSZTYNA, siedliska tanio, / ***KO.***

OKOLICE OLSZTYNA, 150 m2, Poszukujemy dla naszych klientów, DOMY, SIEDLISKA w różnej lokalizacji... MOGĄ BYĆ DO REMONTU... www.kosyl-nieruchomosci.pl / Kontakt - 664-71-31-20; 601-82-96-22, biuro- 89-523-78-78, *9/**KOS***

DO WYNAJĘCIA

mieszkania

OLSZTYN, Grunwaldzkie, 42 m2, 1600 zł, 2 pok., 2002 rok, Mieszkanie do wynajmu , dwa pokoje,drugie piętro. Umeblowane na osiedlu Grunwaldzkim. Cena wynajmu 1600 złotych + media.Wolne od lutego 2024 roku. Kontakt 533023134, *ABR 11391/**ABR***

domy | siedliska

OLSZTYN, Oś. Mazurskie, Www.Legishouse.Pl, 170 m2, 4900 zł, 6 pok., 1997 rok, DOM w pełni umeblowany i wyposażony (AGD,RTV); WYSOKI standard; Działka 270 m2; piękny ogród; BLISKO centrum; garaż na dwa pojazdy. Cena najmu 4900 zł + opłaty eksploatacyjne tel. 660 590 596, *151766/**ALH***

RÓŻNOWO, Gmina Dywity, Www.Legishouse.Pl, 230 m2, 4900 zł, 5 pok., Piękny przestronny dom,duża działka,2 garderoby,2 łazienki,garaż na 2 auta.Woda,kanalizacja i sieć gazowa miejska,dojazd drogą asfaltową, w pobliżu posesji przystanek autobusowy. tel.660 590 596, *95679/**ALH***

WORYTY, Woryty, 120 m2, 4900 zł, 4 pok., Do wynajmu nowoczesny dom w Worytach, wybudowany w 2021 roku. Powierzchnia 120 m2, działka 1100 metrów. Salon , otwarta kuchnia, trzy sypialnie, łazienka. Cena 4 900 złotych + media. Kontakt 533023134, *ABR 11561/**ABR***

lokale użytkowe

OLSZTYN, Śródmieście, 11 Listopada 7, 150 m2, 14850 zł, 1 pok., Lokal usługowo - handlowy tuż przy Starówce, narożny o pow.150 m2. Wejście do lokalu z chodnika. Pow. 150 m2 (sala sprzedaży , pomieszczenie magazynowe). Czynsz najmu 99 zł za m2 . Kontakt 533023134, *ABR-11621/**ABR***

OLSZTYN, Jaroty, Wilczyńskiego 17, 57 m2, 2800 zł, 1 pok., Do wynajmu lokal na Jarotach, w ciagu innych loakali użytkowych. Wejście z chodnika, duża witryna. Pow.57 m2 , obecnie w lokalu jest sklep odzieżowy. Czynsz wynajmu 2800 netto. Kontakt 533023134, *ABR-11670/**ABR***

OLSZTYN - BUTRYNY, Zatorze, Borowa, 35,51 m2, 1775,50 zł, 1 pok., 2017 rok, NOWO ODDANY DO UŻYTKU! Parter, witryna bezp. przy ciągu pieszo-komunikacyjnym od ul. Jagiellońskej,parking przed budynkiem.Wejście od ulicy i środka osiedla.Czynsz 1775,50+VAT 23%+opł.,tel 660 590 596, *LEG-LW-384/**ALH***

eprasa.pl 876e72b91f

GO

#rzetelnaGO

RZETELNE DZIENNIKARSTWO

JESTEŚMY ZORIENTOWANI NA REGION!

1886 2024 138 LAT

BĄDŹ NA BIEŻĄCO!

ZWIERZĘTA

sprzedam

SPRZEDAM amura, karpia i tołpygę - do dalszej hodowli. Bornity 18, gm. Pieniężno, 669-483-895.

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam

DZIAŁKI rolne do zabudowy 3300m2 i 4329m2 bez pośrednika 10 km od Olsztyna, graniczą z lasem, jezioro 2km. 696-141-074

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL 503-103-703

PRACA

dam pracę

FIRMA MP Group z siedzibą w Barczewie, ul. Prosta 6 poszukuje pracowników na stanowisko ślusarza /spawacza/ montera zabudów samochodowych. Praca jednozmianowa od poniedziałku do piątku godz. 7-15. Atrakcyjne wynagrodzenie. Umowa o pracę. 609-515-253

SPRZĄTACZKĘ praca w okolicach Warszawy z zakwaterowaniem, 660-795-386

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie rolnym, 601-772-124

TURYSTYKA

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

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

USŁUGI

budowa | remont

MALOWANIE, szpachlowanie, 504-720-494

USŁUGI REMONTOWO-WYKOŃCZENIOWE, 508-813-761

ZDROWIE I URODA

GINEKOLOG, 790310034.

SACRUM

KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE

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

GODNIE – SOLIDNIE – Z SZACUNKIEM

Całodobowy przewóz zmarłych

320520opb1-d-M

ARKA

USŁUGI POGRZEBOWE

ARKA
Elżbieta Michałowska Anna Michałowska

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

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

www.arkaolsztyn.pl

Całodobowy przewóz zmarłych

614619opb1-i-M

Koleżance

Annie Burniewicz-Tuzimek

wyrazy szczerego współczucia, otuchy i wsparcia duchowego w trudnym czasie po śmierci

Teścia

składają Kuratorzy Okręgowi, Kuratorzy Karni i Rodzinni oraz Pracownicy Sekretariatu Zespołów Kuratorskiej Służby Sądowej w Olsztynie

44224opb1-a -P

Panu

Mariuszowi Czarneckiemu

wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

Taty

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

44424opb1-a -P

Wyrazy szczerego współczucia koleżance

Gosi Fyda

z powodu śmierci

Taty

składają Zarząd Firmy Easysofa wraz z Pracownikami

44824opb1-a-M

Podziękowania za wyrazy współczucia i udział w uroczystości pogrzebowej mojego Syna

ś. † p.

Andrzeja Rudzińskiego

składam Rodzinie, Przyjaciołom, Sąsiadom, Współpracownikom i Studentom Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego.

Zofia Barbara Rudzińska

44924opb1-a-M

ARKADIA
Olsztyn, ul. Jagiellońska 52/85

tel. 89 526 67 53, 665 175 125
całodobowe przewozy zmarłych

www.zuparkadia.olsztyn.pl

Gwarantujemy godną i kulturalną posługę

103923opb1-c-P

380-31419opb1-b-M

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

WWW.POZEGNANIA.NET

Biuro Ogłoszeń, **OLSZTYN**
plac Józefa Bema 5, tel. **514-800-517**
czynne w godz. 7.00-15.00
soboty – nieczynne
b.ogloszen@gazetaolsztynska.pl

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

28919opb1-C-380-M

eprasa.pl 876e72b91f

SUKCES MŁODYCH AZETESIAKÓW

SIATKÓWKA\\\ Juniorzy młodsi AZS UWM Olsztyn awansowali do półfinału mistrzostw Polski, pokonując w kortowskiej hali swoich rówieśników z Krosna, Radomia i Wrocławia. Młodym siatkarzom kibicował wiceminister sportu Ireneusz Nalazek.

Wyniki spotkań AZS UWM Olsztyn

AZS UWM Olsztyn – Karpaty MOSiR Krosno 3:0

AZS UWM Olsztyn – RCS Czarni Radom 3:0

AZS UWM Olsztyn – Tauron Gwardia Wrocław 3:1

Ireneusz Nalazek ze świętującymi triumf graczami AZS-u

Fabian Jurga został wybrany MVP meczu pomiędzy AZS-em Olsztyn a Tauronem Gwardią Wrocław

Olsztynianie nie mieli sobie równych podczas turnieju, który w dniach 15-17 marca odbył w legendarnej kortowskiej hali. W trzech spotkaniach stracili zaledwie jednego seta i pewnie zameldowali się w półfinale mistrzostw Polski.

Zmaganiom młodych adeptów siatkówki, które jak zawsze przysporzyły mnóstwo emocji, z uwagą przyglądał się wiceminister sportu Ireneusz Nalazek.

– Rozpoczynałem swoją przygodę z siatkówką dokładnie w tym samym wieku, w jakim są bohaterowie ćwierćfinałowego turnieju w ramach mistrzostw Polski juniorów młodszych – powiedział Ireneusz Nalazek, który stwierdził, że wprawdzie mocno trzyma kciuki za całą polską młodzież, to jednak jego serce jest przy olsztyńskich zespołach.

– Siatkówka wiele mi w życiu dała, a lata spędzone na parkietach stolicy Warmii i Mazur zapamiętam do końca życia. Sport to fantastyczna zabawa, dlatego z wielką chęcią oglądam zmagania młodzieży, wierząc, że w przyszłości z tych młodych ludzi wyrosną wielcy mistrzowie. Ale nawet jeżeli tak się nie stanie, to pozytywne emocje zostaną w nich na długo – powiedział minister Nalazek, który na zakończenie turnieju wraz z Jerzym Mrozem (prezes Warmińsko-Mazurskiego Związku Piłki Siatkowej) i Cezarym Mrozem (prezes Fundacji Huberta Jerzego Wagnera) wręczyli puchary oraz statuetki dla najlepszych zawodników.

NOWE KOSZULKI REPREZENTACJI

PIŁKA NOŻNA\\\ Od półfinałowego barażu o awans do mistrzostw Europy z Estonią (21 marca – PGE Narodowy) podopieczni Michała Probierza będą grać w nowych koszulkach.

Reprezentacja Polski rozpoczęła w Warszawie zgrupowanie przed decydującymi meczami o awans do mistrzostw Europy.

Do poniedziałkowego południa w hotelu w Warszawie było już kilkunastu piłkarzy, kolejni systematycznie dołączają. Zbiórka wyznaczona jest do godz. 15, ale nie będzie wtedy jeszcze kompletu.

„Ostatni stawi się Bartosz Slisz z klubu Atlanta United, prawdopodobnie wieczorem. On dopiero niedawno, w nocy polskiego czasu, wystąpił w meczu w lidze MLS" – powiedział PAP rzecznik prasowy reprezentacji Polski Emil Kopański.

Rzecznik przyznał, że sytuacja zdrowotna kadrowiczów na ten moment wygląda dobrze. Nie ma informacji o żadnych kontuzjach reprezentantów.

W treningach, jak dodał, ma uczestniczyć również Paweł Dawidowicz, który w niedzielnym meczu jego Verony z Milanem (1:3) w Serie A doznał lekkiego urazu stawu skokowego.

Biało-Czerwonych czeka ostatni etap walki o awans do tegorocznych mistrzostw Europy w Niemczech. W półfinale swojej ścieżki barażowej podejmą 21 marca w Warszawie znacznie niżej notowaną Estonię, a w ewentualnym finale zagrają pięć dni później na wyjeździe z lepszym z pary Walia – Finlandia.

W przypadku porażki w półfinale z Estonią, podopieczni Probierza zagrają 26 marca towarzyski mecz z przegranym z pary Walia – Finlandia.

Wiadomo już, że od meczu z Estonią będą występować w nowych strojach (wkrótce również kadra młodzieżowa oraz kobieca), zaprojektowanych przy wykorzystaniu najnowszych technologii, zapewniającej m.in. odpowiednią wentylację.

Jak podkreślono na stronie PZPN, gdzie zamieszczono materiał wideo, biała koszulka domowa to zwrot w stronę klasyki, z charakterystycznym czerwonym kołnierzykiem. W centralnym miejscu koszulki umieszczone jest godło, powiększone w porównaniu z poprzednimi strojami.

„Po raz pierwszy w historii wyjazdowego zestawu koszulka posiada oryginalny graficzny wzór, z trzema odcieniami czerwieni nakładającymi się na siebie, tworząc bogaty efekt gradientu" – dodano.

Jak dowiedziała się PAP, wiadomo już, w jakim komplecie strojów zagra kadra Probierza dwa najbliższe mecze.

„Z Estonią wystąpimy na biało-czerwono-biało. Jeżeli później zmierzymy się z Walią, to stroje będą całe białe, a jeśli z Finlandią – całe czerwone" – zapowiedział Emil Kopański.

ŹRÓDŁO: PAP

PUCHAR PONOWNIE POJEDZIE NA ŚLĄSK

SIATKÓWKA\\\ BKS Bostik ZGO Bielsko-Biała po raz ósmy w historii zdobył Puchar Polski. Zawodniczki ze Śląska po emocjonującym meczu pokonały ŁKS Commercecon Łódź 3:2.

ŁKS Commercecon Łódź – BKS Bostik ZGO Bielsko-Biała 2:3 (25:20, 24:26, 23:25, 25:22, 12:15)

ŁKS Commercecon Łódź: Julita Piasecka, Kamila Witkowska, Valentina Diouf, Amanda Campos, Aleksandra Gryka, Roberta Ratzke – Paulina Maj-Erwardt (libero) – Zuzanna Górecka, Paulina Zaborowska, Anastazja Hryszczuk

BKS Bostik ZGO Bielsko-Biała: Paulina Majkowska, Julia Nowicka, Paulina Damaske, Joanna Pacak, Kertu Laak, Martyna Borowczak – Julia Mazur (libero) – Regiane Bidias, Aleksandra Stachowicz, Majka Szczepańska-Pogoda, Nikola Abramajtys

W półfinałowych meczach turnieju PP, który siódmy raz z rzędu został rozegrany w Nysie, ŁKS pokonał PGE Rysice Rzeszów 3:2, a BKS 3:0 UNI Opole.

Bielszczanki na początku finału meczu słabo przyjmowały zagrywkę. Co prawda początkowo było 4:4, ale po chwili ŁKS prowadził już 8:4 przy serwisie Valentiny Diouf. Trener BKS Bartłomiej Piekarczyk próbował ratować sytuację i poprosił o czas, ale po wznowieniu gry jego podopieczne straciły dwa kolejne punkty.

Łodzianki nie wygrały jednak tej odsłony bez wysiłku. Trzy razy rywalki zmniejszały straty do zaledwie dwóch punktów (było 11:9, 19:17, 20:18). Przy stanie 24:20 dla łodzianek Roberta Ratzke zdobyła punkt bezpośrednio z zagrywki.

Chociaż w drugiej partii bielszczanki wypracowywały sobie przewagę kilku punktów na początku i pod koniec seta (4:0 i 23:20), to zakończył on się po grze na przewagi. Decydujący punkt przy wyniku 25:24 po ataku z lewego skrzydła zdobyła dla nich Martyna Borowczak.

W połowie trzeciego seta BKS znowu miał duże problemy z przyjęciem zagrywki – w tym przypadku Kamili Witkowskiej – i zrobiło się 17:9 dla ŁKS. Wówczas mało kto się spodziewał, że jego końcówka znowu będzie zacięta, a górą będą rywalki. Ostatecznie po asie serwisowym Julii Nowickiej zespół z Bielska-Białej wygrał 25:23.

ŁKS zdołał doprowadzić do tie-breaka. W nim od początku nieznaczną przewagę miały bielszczanki, a strony drużyny zmieniły przy ich prowadzeniu 8:6. ŁKS zdołał wyrównać na 9:9, ale potem ponownie lepiej spisały się siatkarki BKS, które odskoczyły na 14:10. Potem straciły dwa punkty, ale przy trzecim meczbolu postawiły kropkę nad „i".

MVP spotkania wybrano rozgrywającą triumfatorek Julię Nowicką.

Poprzednio bielszczanki były najlepsze w PP w 2009 roku. Wówczas w finałowym meczu w Olsztynie pokonały Muszyniankę Fakro Muszyna 3:0. Na boisku wśród pokonanych grała wtedy Aleksandra Jagieło, która teraz jest prezesem BKS.

ŹRÓDŁO: PAP

eprasa.pl 876e72b91f

KONGRES PRZYSZŁOŚCI

SAMORZĄDY I GOSPODARKA 2024

19|03|2024

Hotel Omega w Olsztynie

Olsztyn, ul. Sielska 4A

- Interesujące prelekcje i dyskusje
- Inspirujący goście
- Stoiska wystawiennicze
- Strefa networkingowa

Zaprojektujmy przyszłość regionu!
Bądź z nami na Kongresie Przyszłości

WSTĘP BEZPŁATNY - ZAPRASZAMY DO UDZIAŁU!

ORGANIZATORZY

GAZETA OLSZTYŃSKA | DZIENNIK ELBLĄSKI | wawa.info warszawa • mazowsze

PATRONI HONOROWI

WOJEWODA WARMIŃSKO-MAZURSKI Radosław Król

MARSZAŁEK WOJEWÓDZTWA WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO Marcin Kuchciński

STAROSTA OLSZTYŃSKI Andrzej Abako

PATRONAT HONOROWY Prezydent Olsztyna Piotr Grzymowicz

Patronat Honorowy Witold Wróblewski Prezydent Elbląga

PREZYDENT MIASTA EŁKU Tomasz Andrukiewicz

PARTNERZY

WARMIŃSKO-MAZURSKI URZĄD WOJEWÓDZKI W OLSZTYNIE

WARMIA MAZURY

OLSZTYN

O!GRÓD Z NATURY

Miasto Ełk

ełk tu wracam

POWIAT DZIAŁDOWSKI

POWIAT ELBLĄSKI

POWIAT EŁCKI

Powiat Kętrzyński

POWIAT MRĄGOWSKI

POWIAT NIDZICKI

POWIAT OLSZTYŃSKI

POWIAT PISKI

KĘTRZYN

GMINA MIEJSKA NOWE MIASTO LUBAWSKIE

GMINA BARCIANY

NIDZICA 100% MAZURY GMINA NIDZICA

GMINA PIECKI

GMINA SUSZ

PWIK EŁK

1987 SZABELSKI PIEKARNIA • CUKIERNIA

BANK SPÓŁDZIELCZY W SZCZYTNIE rok zał. 1910

VOLVO NORD AUTO

budimex

KOMEC

PGK KOMUNALNIK Sp. z o.o.

PEC EŁK Przedsiębiorstwo Energetyki Cieplnej w Ełku Sp. z o.o.

STBU GRUPA MAK

ARBET INVESTMENT GROUP

Warmińsko-Mazurskie Centrum Chorób Płuc w Olsztynie

FUNDACJA WSPARCIA NAUKI I BIZNESU

URZĄD PRACY Wojewódzki Urząd Pracy w Olsztynie

LEROY MERLIN

eko mazury Przedsiębiorstwo Gospodarki Odpadami

Polska Strefa Inwestycji

Warmińsko-Mazurska Specjalna Strefa Ekonomiczna

OMEGAHOTEL ★★★

KOYA RESTAURACJA

NFZ Narodowy Fundusz Zdrowia

NIEPUBLICZNY OŚRODEK DOSKONALENIA NAUCZYCIELI Cyfrowy Dialog

Fundusze Europejskie | Rzeczpospolita Polska | Dofinansowane przez Unię Europejską

PARP Grupa PFR

Warmińsko-Mazurska Agencja Rozwoju Regionalnego S.A. w Olsztynie

enterprise europe network

EUROPE DIRECT Warmia i Mazury

PATRONI MEDIALNI

GAZETA OLSZTYŃSKA | DZIENNIK ELBLĄSKI | wawa.info warszawa • mazowsze | GOTV | MAM MARKI WARMII I MAZUR | BIZNES WARMII I MAZUR | TVP 3 OLSZTYN | POLSKIE RADIO OLSZTYN

26240TBP-H

eprasa.pl 876e72b91f

GOŁDAPSKIE PIORUNY CIĄGNIE W ŚWIAT

PŁYWANIE\\\ Oskar i Laura Kozłowscy z Gołdapi stawiają pierwsze kroki w Pucharze Świata w pływaniu w płetwach i myślą o starcie w Mistrzostwach Europy Juniorów na Litwie. Szkolenie w mniej popularnej odmianie pływania prowadzi MUKS Piorun Gołdap.

Niedawny wyjazd do Aix-En-Provance we Francji był trzecim międzynarodowym startem zawodników z Gołdapi w zawodach z cyklu Pucharu Świata. 16-letni Oskar Kozłowski, rywalizujący w najstarszej kategorii juniorów, w najlepszym starcie został sklasyfikowany na 6. miejscu. O trzy lata młodsza Laura należała do grona najmłodszych zawodniczek podczas zawodów i dzielnie stawiła czoła rywalkom. Ich klubowym trenerem jest Adam Kozłowski, były mistrz oraz rekordzista Polski w pływaniu, ale przede wszystkim tata. Genów się nie oszuka.

Piorun to jeden z wielu klubów pływackich w regionie. Szkolenie w pływaniu w płetwach odbywa się jednak tylko w Gołdapi i po sąsiedzku w Amfiprionie Olecko. W Polskim Związku Płetwonurkowania zrzeszonych jest kilkanaście klubów, a zawodnicy rywalizują w Mistrzostwach Polski oraz Klubowym Pucharze Polski. Gołdapscy zawodnicy cały czas startują także w pływaniu klasycznym. 13-letni Juliusz Walkiewicz otrzymał właśnie powołanie do kadry młodzików województwa warmińsko-mazurskiego, co dla gołdapskiego klubu jest dużym wyróżnieniem.

– Zainteresowaliśmy się pływaniem w płetwach, gdy wybuchła pandemia. Wcześniej przez ponad dziesięć lat trenowaliśmy w Piorunie tylko pływanie „bose" – mówi Adam Kozłowski, gołdapski trener pływania. – Specyfika treningu w pływaniu w płetwach jest inna, ale staramy się łączyć obie konkurencje. Oskar jest obecnie najstarszym zawodnikiem w klubie, który trenuje 8-9 razy w tygodniu. Na ostatnich mistrzostwach Polski w pływaniu bosym zajmował 11. miejsce, więc w tym roku pojedziemy także na Letnie Mistrzostwa Polski.

W pływaniu w płetwach startuje się w monopłetwie oraz w zwykłych płetwach, tzw. bifinach, na różnych dystansach. Monopłetwa zakładana jest na obie nogi. Zawodnicy wykonują ruchy kończyn dolnych, jak w stylu motylkowym, a ręce układają do strzałki. Pokonują odcinki od 50 do 800 metrów, oddychając przez rurkę. Przy wykorzystaniu pary płetw pływacy startują na kilku dystansach kraulem (50, 100, 200 i 400 m), także oddychając przy pomocy „fajki".

– Pływanie w płetwach jako nieco bardziej niszowe na pewno daje szanse na osiąganie sukcesów, które w szkoleniu dzieci i młodzieży są ważnym elementem mobilizującym do pracy – tłumaczy Adam Kozłowski. – To fajna alternatywa i urozmaicenie żmudnego treningu pływackiego. Mamy w klubie grupę młodych, utalentowanych i ambitnych zawodników, którzy chcą się rozwijać. Najmłodsi są zapatrzeni na osiągnięcia Oskara i Laury, więc liczę, że uda się wychować kolejnych zawodników pływających na bardzo dobrym poziomie.

W pływaniu w płetwach Oskar należy do najlepszych juniorów w krajowej stawce i regularnie zdobywa medale mistrzostw Polski. W ubiegłym roku podczas zawodów na Węgrzech stawał kilkukrotnie na podium juniorskiego Pucharu Świata w rywalizacji zawodników z kilkunastu krajów. Jego o trzy lata młodsza siostra Laura notuje wyniki, które już teraz stawiają ją w czołówce krajowej w tej odmianie pływania wśród kobiet. Laura na Węgrzech również stawała na podium, pokonując znacznie starsze zawodniczki.

Przed liderami gołdapskiego klubu pracowite miesiące. W planach są jeszcze dwa starty w Pucharach Świata, choć wyjazdy do Włoch oraz USA to duże koszty. Klub liczy także, że gołdapianie staną przed szansą rywalizacji o medale Mistrzostw Europy Juniorów na Litwie. Tym bardziej że z Gołdapi do Kłajpedy to niemal rzut beretem.

– Wyjazd na Mistrzostwa Europy jest uzależniony od naszego związku, który musi powołać reprezentację i zgłosić zawodników. Oskar ma już minimum do kadry narodowej, a z osiąganymi czasami mógłby wystartować na Litwie – dodaje Adam Kozłowski. – Laura jako bardzo młoda zawodniczka może powalczyć o nominacje, bo robi w ostatnim czasie bardzo szybkie postępy i jest coraz wyżej w rankingach krajowych. Będziemy się starać, aby start na Litwie doszedł do skutku. Cieszymy się, że w naszej lokalnej społeczności są sponsorzy, którzy nas wspierają w organizacji drogich wyjazdów. Zapraszamy do współpracy kolejne osoby i instytucje, które chciałby pomóc w realizacji pasji naszych zawodników.

W Piorunie szkoli się wielu młodych, utalentowanych pływaków, a starty w zawodach w płetwach ma na koncie coraz większe grono. Na zawody rangi Klubowego Pucharu Polski regularnie jeździ kilkuosobowa reprezentacja Pioruna. Gołdapianie właśnie zainaugurowali nowy sezon, startując w Kościerzynie, gdzie, w największym skrócie, znów zdobyli worek medali.

ŁUKASZ SZYMAŃSKI

Fot. Archiwum klubu

Oskar (od lewej), Laura i Adam Kozłowscy na zawodach Pucharu Świata we Francji

W krajowych zawodach Piorun rywalizuje w coraz większym gronie

SPRINTEM

PIŁKA NOŻNA (KLASA OKRĘGOWA)\\\

Wyniki 17. kolejki (Grupa 1):
Victoria Bartoszyce — Węgoria Węgorzewo 3:3, Cresovia Górowo Iławeckie — MKS Jeziorany 3:1, GKS Stawiguda — Łyna Sępopol 8:2, Naki Olsztyn — MKS Korsze 0:1, Błękitni Pasym — Warmia Olsztyn 1:4, Czarni Olecko — Wilczek Wilkowo 5:1, Orlęta Reszel — Śniardwy Orzysz 3:1, Gwardia Szczytno — Pisa Barczewo 1:0.

GRUPA 1

1. Pisa	42	75:15
2. Orlęta	42	60:24
3. Korsze	35	43:28
4. Śniardwy	30	32:25
5. Cresovia	27	27:22
6. Stawiguda	27	43:37
7. Węgoria	24	40:44
8. Naki	23	41:38
9. Błękitni	22	38:39
10. Czarni	21	35:38
11. Wilczek	20	29:44
12. Victoria	20	21:25
13. Gwardia	20	29:35
14. Jeziorany	15	34:64
15. Warmia	15	27:42
16. Łyna	6	19:73

Wyniki 17. kolejki (Grupa 2):

• Delfin Rybno — Kormoran Zwierzewo 0:4 (0:2)
0:1 — Gadomski (3), 0:2 — Sokołowski (28 k), 0:3 — Kędzierski (52), 0:4 — Gadomski (90+4)

• Unia Susz — Ossa Biskupiec Pomorski 1:2 (1:0)
1:0 — Czarzasty (8), 1:1 — Wiśniewski (69), 1:2 — Konicz (82)

• Drwęca Nowe Miasto Lubawskie — Polonia Pasłęk 0:1 (0:1)
0:1 — Sawicki (23)

• Wałsza Pieniężno — Huragan Morąg 0:2 (0:0)
0:1 — Dec (66 k), 0:2 — Zaleski (83)

• Tęcza Miłomłyn — Czarni Rudzienice 1:3 (1:0)
1:0 — Gajdziel (26), 1:1 — Karczewski (59 k), 1:2, 1:3 — Kozicki (66, 76)

• Iskra Narzym — MKS Działdowo 3:0 (2:0)
1:0 — Cieszkowski (15 k), 2:0 — M. Rynkowski (32), 3:0 — Osiński (77)

• Sokół Ostróda — Start Nidzica 2:0 (0:0)
1:0 — T. Śnieżawski (75), 2:0 — Chmielewski (90+4)

• Zatoka Braniewo — Płomień Turznica 7:1

GRUPA 2

1. Polonia	41	55:22
2. Sokół	41	46:17
3. Start	37	60:24
4. Zatoka	35	60:20
5. Ossa	35	53:37
6. Huragan	34	53:35
7. Unia	27	36:32
8. Czarni	24	40:35
9. Płomień	22	36:44
10. Drwęca	22	35:36
11. Iskra	22	37:35
12. Wałsza	19	33:49
13. MKS	12	24:48
14. Tęcza	11	22:46
15. Kormoran	10	19:49
16. Delfin	0	14:74

JERZY KUCZYŃSKI

eprasa.pl 876e72b91f

WYGRANA NA AMERYKAŃSKIEJ PUSTYNI

TENIS Iga Świątek pokonała Marię Sakkari 6:4, 6:0 w finale turnieju rangi WTA 1000 w kalifornijskim Indian Wells. Dzięki wygranej w USA Polka umocniła się na czele światowego rankingu. Teraz Igę Świątek czeka kolejne wyzwanie – turniej w Miami.

Wynik finału:
Iga Świątek (Polska, 1) – Maria Sakkari (Grecja, 9) 6:4, 6:0

Świątek zaczęła od mocnego uderzenia. Już po kilkunastu minutach prowadziła 3:0. Zajmująca 9. miejsce w światowym rankingu Sakkari otrząsnęła się, odrobiła przełamanie i mecz na trochę się wyrównał. Jednak 22-latka z Raszyna ponownie przełamała rywalkę w 10. gemie, co pozwoliło jej wygrać seta.

Druga partia to absolutna dominacja Świątek. W całym secie rywalka zdołała wygrać tylko... pięć piłek. W końcówce, sfrustrowana z bezsilności, wyglądała, jakby chciała, żeby ten mecz już się skończył.

Spotkanie trwało godzinę i osiem minut, czyli podobnie jak wszystkie poprzednie, poza ćwierćfinałem, w którym Dunka Caroline Wozniacki skreczowała na początku drugiego seta z powodu kontuzji stopy.

W pierwszej rundzie Świątek miała „wolny los". W drugiej meczu pokonała Amerykankę Danielle Collins 6:3, 6:0, następnie rozprawiła się z rozstawioną z numerem 26 Czeszkę Lindę Nosková 6:4, 6:0. W 1/8 finału Świtek pokonał Julię Putincewą z Kazachstanu 6:1, 6:2, a w półfinale Ukrainkę Martę Kostiuk (nr 31) 6:2, 6:1.

Łącznie w drodze do triumfu Świątek straciła tylko 21 gemów. Mniej zanotowały tylko Monica Seles w 1992 roku (12) i Steffi Graf w 1994 (16), ale wówczas turniej miał skromniejszy format, bo panie rozegrały po pięć meczów.

To 19. w karierze tytuł Świątek w imprezie rangi WTA, a drugi w Indian Wells. Sakkari w finale wystąpiła po raz 10, a triumfowała zaledwie dwukrotnie.

Polka ma na koncie cztery porażki w finałach WTA. Według serwisu „OptaAce" żadna tenisistka w Erze Open nie zdobyła więcej niż 19 tytułów w pierwszych 23 finałach. Również 19 miały Chris Evert, Gail Sherriff i Nancy Richey.

Historia meczów Świątek z Sakkari to dobra ilustracja postępu, jaki podopieczna trenera Tomasza Wiktorowskiego zrobiła od sezonu 2022, gdy zaczęła się ich współpraca. Greczynka była górą trzykrotnie w 2021 roku, ale w kolejnym dwa spotkania wygrała Świątek. Ich poprzedni mecz, właśnie dwa lata temu, również miał miejsce w finale w Indian Wells. Wówczas Sakkari zdołała ugrać o gema więcej; uległa 4:6, 1:6.

Był to 50. w karierze mecz Świątek z zawodniczką z Top 10 listy WTA i 36. zwycięstwo. Więcej wygranych w pierwszych 50 starciach ze światową czołówką zanotowała tylko Martina Navratilova – 44.

PIĄTY SZLEM

Prestiżowa impreza w Indian Wells nazywana jest „piątym Wielkim Szlemem" i startują w niej wszystkie najlepsze tenisistki. W tym samym czasie rozgrywany jest tam turniej mężczyzn.

W parze z prestiżem idą też nagrody pieniężne. Świątek zarobiła za triumf 1,1 mln USD.

W tym tygodniu zaczyna się turniej w Miami, który Świątek wygrała w 2022 roku, kompletując, jako czwarta w historii, „Sunshine Double". Dwa razy w karierze wygrać imprezy w Indian Wells i Miami w jednym sezonie udało się tylko Niemce Steffi Graff (1994 i 1996).

„BYŁAM NA TYLE SKONCENTROWANA I NA TYLE DOBRZE WIEDZIAŁAM, CO POWINNAM ZROBIĆ, ŻE WSZYSTKO WYCHODZIŁO IDEALNIE" – POWIEDZIAŁA PO WYGRANYM MECZU IGA ŚWIĄTEK.

– Pod koniec meczu rzeczywiście czułam, jakby kort był większy po drugiej stronie, bo byłam na tyle skoncentrowana i na tyle dobrze wiedziałam, co powinnam zrobić, że wszystko wychodziło idealnie. W drugim secie po prostu grałam tak, jak na początku pierwszego, ale nie było tego momentu, gdzie wpuściłam Marię w grę. Cały czas koncentrowałam się na odpowiednich rzeczach i nawet w ostatnim gemie nie przeszło mi przez myśl, że spotkanie może się skończyć, bo raczej starałam się przekierowywać myśli na to, co powinnam zrobić – przyznała Świątek w rozmowie z Canal+.

W trakcie pierwszej partii, gdy raszynianka zanotowała przestój i pozwoliła wrócić Greczynce do gry, można było usłyszeć rady, które członkowie zespołu dawali polskiej zawodniczce. Psycholog Daria Abramowicz radziła, by skoncentrowała się na własnych zagraniach.

– To jest coś, co wiem, ale warto czasami przypomnieć. Wiadomo, że uwagi z boksu nie będą skomplikowane, jednak faktycznie w pierwszym secie zaczęłam trochę myśleć o tym, czy coś zmieniłam, czy rywalka coś zmieniła, że nagle przegrałam trzy gemy z rzędu. Koncentracja na sobie, żeby poprawiać rzeczy, nad którymi miałam kontrolę, przyniosło pożądany skutek – zaznaczyła Polka.

– Czasami pojawiają się myśli, że jestem blisko, że mogłabym wygrać, że właściwie mam wszystkie narzędzia, żeby tego dokonać, ale nie robię tego celowo. To nie są rzeczy, na których chcę się koncentrować, nie chcę o tym myśleć. Wolę się skupiać na tym, co muszę zrobić, żeby zwyciężyć. Muszę jednak zaakceptować to, że czasami takie przemyślenia się pojawiają, bo już wygrałam parę turniejów; wiem, że stać mnie na to, żeby triumfować w takich meczach – przyznała polska zawodniczka.

Jaką nagrodę Iga Świątek zafunduje sobie za drugie trofeum w tym sezonie?

– Nie wiem, szczerze mówiąc. Na pewno liczę na kilka dni wolnego w Miami, chociaż pewnie będą tylko dwa, bo na więcej nie możemy sobie pozwolić. Mamy fajny wynajęty apartament przy plaży, tak że na pewno pójdę na plażę i odpocznę. Teraz chcę jeszcze wejść do jacuzzi – zdradziła 22-letnia tenisistka.

* Teraz tenisistki przenoszą się do Miami. W pierwszej turnieju Magdalena Fręch zagra z Włoszką Camilą Giorgi, a Magda Linette z Ukrainką Łesią Curenko. Najwyżej rozstawiona Iga Świątek do rywalizacji przystąpi od drugiej rundy, a jej rywalką będzie Fręch lub Giorgi.

W trzeciej rundzie potencjalną przeciwniczką Świątek, która w Miami triumfowała w 2022 roku, jest ponownie Czeszka Linda Noskova (nr 26). Na tym etapie spotkały się w ubiegłym tygodniu w Indian Wells.

W tej samej ćwiartce co liderka światowego rankingu znalazła się Amerykanka Jessica Pegula (nr 5), a w połówce jest jej rodaczka Coco Gauff (nr 3).

Fręch na liście WTA jest 43., a Giorgi sklasyfikowano na 106. pozycji. Doświadczona, 32-letnia Włoszka ma w dorobku cztery wygrane turnieje. Panie grały ze sobą wcześniej tylko raz – Polka była górą w pierwszej rundzie Wimbledonu 2022.

Natomiast Linette (54 WTA) ma z Curenko (37 WTA) bilans 1-1. Na zwyciężczynię czeka Czeszka Barbora Krejcikova (nr 18).

Mecze pierwszej rundy zaplanowano na wtorek i środę.

W Miami rywalizować będą też mężczyźni, a wśród nich rozstawiony z numerem siódmym Hubert Hurkacz.

Fot. PAP/Marcin Cholewiński

Iga Świątek w minionym tygodniu potwierdziła, że aktualnie jest najlepszą tenisistką na świecie

Czołówka rankingu tenisistek WTA Tour – stan na 18 marca:

1. (1) Iga Świątek (Polska)	**10715 pkt**
2. (2) Aryna Sabalenka (Białoruś)	8195
3. (3) Cori Gauff (USA)	7150
4. (4) Jelena Rybakina (Kazachstan)	5848
5. (5) Jessica Pegula (USA)	5035
6. (6) Ons Jabeur (Tunezja)	4118
7. (8) Qinwen Zheng (Chiny)	4050
8. (7) Marketa Vondrousova (Czechy)	4015
9. (9) Maria Sakkari (Grecja)	3825
10. (10) Jelena Ostapenko (Łotwa)	3493
...	
47. (43) Magdalena Fręch (Polska)	**1270**
55. (54) Magda Linette (Polska)	**1190**
189. (195) Katarzyna Kawa (Polska)	**398**

ŹRÓDŁO: PAP

eprasa.pl 876e72b91f

VIII KONGRES PRZYSZŁOŚCI
SAMORZĄDY I GOSPODARKA 2024

9.00-11.00 – OFICJALNA CZĘŚĆ – SALA CONCORDIA
Powitanie gości oraz wystąpienia Partnerów
Wręczenie statuetek: MARKI WARMII I MAZUR 2024 | CZEMPIONY BIZNESU 2023 | NAJPOPULARNIEJSZY SAMORZĄDOWIEC 2024

SALA CONCORDIA

11.00-12.30 SAMORZĄDY | **Olsztyn 2024-2029 – miasto przyszłości**
- Robert Szewczyk, Przewodniczący Rady Miasta Olsztyna, kandydat na Prezydenta Olsztyna
- Czesław Jerzy Małkowski, radny Olsztyna, kandydat na Prezydenta Olsztyna
- Monika Rogińska-Stanulewicz, radna Olsztyna, kandydatka na Prezydenta Olsztyna
- Mirosław Arczak, radny Olsztyna, kandydat na Prezydenta Olsztyna
- Marcin Możdżonek, kandydat na Prezydenta Olsztyna
- Grzegorz Smoliński, kandydat na Prezydenta Olsztyna
- Bartosz Grucela, kandydat na Prezydenta Olsztyna

moderator: Igor Hrywna

12.30-13.30 ENERGETYKA | **Od śmieci do atomu**
- Urszula Pasławska, Poseł na Sejm RP
- Maciej Romanowski, Starosta Elbląski
- Jacek Wiśniowski, Burmistrz Lidzbarka Warmińskiego
- Ryszard Niedziółka, Burmistrz Kętrzyna
- Wojciech Płachetka, Dyrektor Generalny XOOG Klastrów Energii PSA

moderator: Andrzej Mielnicki

13.30-14.30 BEZPIECZEŃSTWO NARODOWE | **Wojsko – to nie tylko bezpieczeństwo, to istotny element napędowy gospodarki**
- Marcin Kulasek, Sekretarz Stanu w Ministerstwie Aktywów Państwowych
- Marek Budzisz, historyk, publicysta, ekspert ds. Rosji i postsowieckiego Wschodu
- Karol Motyka, Starosta Braniewski
- por. mgr Agnieszka Pasko, Dyrektor Centrum Edukacji Mundurowej w Ełku
- ppłk Paweł Supiński, Dowódca 44 Batalionu Lekkiej Piechoty Obrony Terytorialnej w Ełku

moderator: Mariusz Korpoliński

14.30-16.00 PRZYSZŁOŚĆ WARMII I MAZUR | **Perspektywy rozwoju Warmii, Mazur i Powiśla**
- Gustaw Marek Brzezin, Senator RP
- Mateusz Szauer, Wicewojewoda Warmińsko-Mazurski
- dr hab. Anita Frankowiak, prof. UWM, Pełnomocnik Wojewody Warmińsko-Mazurskiego ds. Protokołu Dyplomatycznego
- Lidia Wójtowicz, Dyrektor Departamentu Polityki Regionalnej Urzędu Marszałkowskiego Województwa Warmińsko-Mazurskiego
- Jacek Kosmala, Burmistrz Nidzicy
- Józef Blank, Burmistrz Nowego Miasta Lubawskiego

moderator: Igor Hrywna

16.00-17.00 KOBIETY | **Współczesne kobiety – kompetentne liderki**
- Olga Semeniuk-Patkowska, Poseł na Sejm RP
- dr hab. Anita Frankowiak, prof. UWM, Pełnomocnik Wojewody Warmińsko-Mazurskiego ds. Protokołu Dyplomatycznego
- Wioletta Śląska-Zyśk, Dyrektor Warmińsko-Mazurskiego Centrum Chorób Płuc w Olsztynie

moderator: Zuzanna Leszczyńska

SALA NAUTICA 1

11.00-12.00 RYNEK PRACY | **Młodzi na rynku pracy – przełamywanie schematów**
- Bożena Piątek, Dyrektor Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Olsztynie
- Łukasz Michnik, Rzecznik Prasowy Nowej Lewicy
- Jolanta Agata Opaluch, Dyrektor Zespołu Szkół nr 1 im. J. Śniadeckiego w Ełku
- Radosław Typa, przedsiębiorca, kierowca rajdowy
- Krzysztof Karwowski, Prezes Zarządu Banku Spółdzielczego w Szczytnie

moderator: Beata Januszczyk, Dyrektor Powiatowego Urzędu Pracy w Szczytnie

12.00-13.00 BIZNES | **Start-up to niezależność, innowacyjność czy ryzyko? I co dalej, aby rozwijać swój biznes?**
- Agnieszka Stajszczak, p.o. Dyrektora Biura, Starszy Specjalista ds. Współpracy z Przedsiębiorcami, Polska Agencja Rozwoju Przedsiębiorczości, Biuro Regionalne w Olsztynie
- Krzysztof Komosa, Wiceprezes OZEOS Sp. z o.o.
- Patryk Kamiński, pomysłodawca i współzałożyciel start-upu Waterly

moderator: Bartosz Gołębiowski

13.00-14.00 RYNEK PRACY | **Mazury – idealne miejsce do workation**
- Agnieszka Pietrowicz, Dyrektor Parku Naukowo-Technologicznego w Ełku
- Piotr Pancer, Dyrektor Suskiego Ośrodka Kultury
- Piotr Burczyk, Z-ca Dyrektora Departamentu Koordynacji Promocji Urzędu Marszałkowskiego Województwa Warmińsko-Mazurskiego
- Hubert Górski, Fundacja Wsparcia Nauki i Biznesu

moderator: Paweł Tomkiewicz

14.00-14.45 KOBIETY | **W zgodzie z samą sobą**
- Jola Taperek, certyfikowana trenerka mentalna, dyplomowana trenerka biznesu i mentorka
- Ewa Najmowicz, trenerka fitness

moderator: Anna Głazek

14.45-15.45 SPOTKANIE AUTORSKIE | **Polityka międzynarodowa - spotkanie z autorem**
- Marek Budzisz, historyk, publicysta, ekspert ds. Rosji i postsowieckiego Wschodu

moderator: Maciej Matera

15.45-16.45 DEWELOPERSTWO | **Perspektywy lokalnego rynku nieruchomości na tle Polski**
- Andrzej Bogusz, Prezes Arbet Investment Group
- Beata Dąbrowska, ekspert finansowy, NOTUS Finanse SA
- Renata Zawadzka, agent nieruchomości, Freedom Nieruchomości Sp. z o.o.
- Grzegorz Gosk, Dyrektor ds. Rozwoju Biznesu STBU Brokerzy Ubezpieczeniowi Sp. z o.o.
- Grzegorz Michalecki, Członek Zarządu Banku Spółdzielczego w Szczytnie

moderator: Ada Romanowska

16.45-17.45 PROMOCJA REGIONU | **Szlakiem Świętej Warmii przez powiat olsztyński**
- Andrzej Abako, Starosta Olsztyński
- Monika Sztorc, przewodniczka turystyczna
- Jakub Wilk, ZULI Miodosytnia Warmińska

moderator: Jola Wiszniewska

SALA NAUTICA 2

11.00-12.00 EKOLOGIA – EKONOMIA | **3E, czyli Ełk – Ekonomia – Ekologia**
- Tomasz Andrukiewicz, Prezydent Ełku
- Wojciech Dziekoński, Prezes Zarządu Przedsiębiorstwa Energetyki Cieplnej w Ełku Sp. z o.o.
- Waldemar Klimach, Główny Energetyk Przedsiębiorstwa Wodociągów i Kanalizacji Sp. z o.o. Ełk

moderator: Paweł Tomkiewicz

12.00-13.00 KOBIETY | **Empatyczna Liderka – jak w miejscu pracy kształtować odporność psychiczną i dbać o dobrostan mentalny swój i zespołu**
- Jola Taperek, certyfikowana trenerka mentalna, dyplomowana trenerka biznesu i mentorka
- Bożena Rogowska, coach
- Marta Kamińska, Wójt Gminy Barciany

moderator: Anna Glazek

13.00-14.00 EDUKACJA | **Warsztaty STEAMowe dla nauczycieli**
- Monika Lentacz, Dyrektorka NODN Cyfrowy Dialog
- Karol Zieliński, Trener Kompetencji Cyfrowych, Cyfrowy Dialog

moderator: Monika Lentacz

14.00-15.00 EDUKACJA | **Warsztaty STEAMowe dla nauczycieli**
- Monika Lentacz, Dyrektorka NODN Cyfrowy Dialog
- Karol Zieliński, Trener Kompetencji Cyfrowych, Cyfrowy Dialog

moderator: Monika Lentacz

15.00-16.00 WSPÓLNA EUROPA | **20 lat w Unii Europejskiej – i co dalej?**
- Irena Petryna, Pełnomocnik Wojewody Warmińsko-Mazurskiego do spraw analiz w zakresie służby zdrowia
- Beata Deka, Dyrektor Przychodni Specjalistycznej w Olsztynie
- Robert Waraksa, Burmistrz Olsztynka
- Roman Lewandowski, Dyrektor Wojewódzkiego Szpitala Rehabilitacyjnego dla Dzieci w Ameryce

moderator: Magdalena Maria Bukowiecka

16.00-17.00 EDUKACJA | **Warsztaty STEAMowe dla nauczycieli**
- Monika Lentacz, Dyrektorka NODN Cyfrowy Dialog
- Karol Zieliński, Trener Kompetencji Cyfrowych, Cyfrowy Dialog

moderator: Monika Lentacz

17.00-18.00 ZDROWIE | **Zdrowie – między rządem a samorządem**
- Sylwia Jaskulska, Wicemarszałkini Województwa Warmińsko-Mazurskiego
- lek. med. Irena Kierzkowska, Dyrektorka Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego w Olsztynie
- dr nauk med. Tomasz Waśniewski, prof. UWM, Ordynator Oddziału Klinicznego Ginekologiczno-Położniczego i Ginekologii Onkologicznej Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego w Olsztynie

moderator: Magdalena Maria Bukowiecka

KONGRES PRZYSZŁOŚCI GAZETA OLSZTYŃSKA DZIENNIK ELBLĄSKI wawa.info warszawa • mazowsze

eprasa.pl 876e72b91f