WTOREK
01|07|2025

DZIENNIK ELBLĄSKI

24 LATA

cena 3,99 zł (w tym 8% VAT)

ISSN 0137-9127 NR INDEKSU 350176 \\\ NR 100 (21470)

BEZGORSETU
NIERUCHOMOŚCI

CO TO BĘDZIE, CO TO BĘDZIE? ANO UPAŁ BĘDZIE!

SPORT

MIELI POWALCZYĆ, NO I POWALCZYLI! \13

TURNIEJ OLDBOJÓW ORAZ BARAŻE \16

ISSN 0137-9127
27
9 770137 912125

DZIEWCZYNY Z NASZEGO REGIONU ZACHWYCIŁY NA GALI \8

DZIŚ ONE MAJĄ SWOJE ŚWIĘTO \5

WIDZI TYCH, KTÓRYCH INNI NIE ZAUWAŻAJĄ \9

ZALI CAŁY ZAKON TU LEŻY? \10

PROMOCJA

1525otbp-a-M

eprasa.pl 9336f160a0

BRAKOWAŁO W POLSCE TAKIEGO MIEJSCA

— Polska kinematografia to koło zamachowe gospodarki — powiedział wczoraj wiceminister kultury i dziedzictwa narodowego Maciej Wróbel. Wskazał, że resort kultury chce wspierać filmowców oraz produkcje filmowe. Ma się to przyczynić do rozwoju kultury oraz wzmocnienia polskiego przemysłu.

Fot. Olsztyński Dom Filmowy

Olsztyński Dom Filmowy mieści się przy ulicy Lubelskiej 33, w zmodernizowanym budynku dawnej kotłowni

Wiceminister kultury Maciej Wróbel wraz z marszałkiem Senatu Małgorzatą Kidawą-Błońską odwiedzili wczoraj Olsztyński Dom Filmowy, centrum kultury i twórczości audiowizualnej, które stworzył Warmińsko-Mazurski Zakład Doskonalenia Zawodowego, a o którego otwarciu „Gazeta Olsztyńska" informowała w ubiegłym tygodniu.

Wiceminister kultury Maciej Wróbel powiedział, że cieszy się, iż to miejsce powstało na mapie województwa warmińsko-mazurskiego. Przypomniał, że 65 procent kosztów produkcji filmowych to wydatki związane z organizacją planu filmowego, np. wynajmu pojazdów, zakupu energii, noclegów, cateringów.

— To pieniądze, które trafiają do polskich przedsiębiorców. Można śmiało powiedzieć, że polska kinematografia to koło zamachowe naszej gospodarki. Jeśli pieniędzy na film będzie więcej, jeśli wprowadzimy ulgi podatkowe, rozwiniemy wspieranie funduszy filmowych, to powstanie nowa jakość. Polska stanie się na mapie Europy atrakcyjniejszym partnerem dla międzynarodowych producentów — stwierdził.

Dodał, że resort ma plany dotyczące kinematografii opierające się na nowych technologiach przy produkcji i postprodukcji filmów. — Wybudujemy magazyny na taśmę filmową dla produkcji, które powstały lata temu i wymagają szczególnej opieki. Dużo czasu spędzamy nad planem dotyczącym polskiego kina, ponieważ wierzymy w to, że przyczyni się nie tylko do rozwoju samej kultury, ale i do wzmocnienia siły polskiej gospodarki — zaznaczył.

Jak podkreślił, nieodłącznym elementem jest współpraca z różnymi sektorami, w tym kształcenie ludzi na potrzeby filmu, także tych osób, które pracują na najniższym szczeblu i wspierają produkcje. — Zależy nam na tym, by decentralizować produkcję filmową, by małe miejscowości również zarabiały pieniądze. Zachęcamy samorządy województw do tworzenia regionalnych funduszy filmowych — dodał wiceminister Wróbel i wspomniał, że niedawno taki fundusz powstał w województwie lubuskim.

Marszałek Senatu Małgorzata Kidawa-Błońska powiedziała, że kultura i przemysły związane z kulturą to bardzo duży sektor.

— Do tego, by robić filmy, potrzebne są rzesze ludzi. Brakowało w naszym kraju miejsca, gdzie można się uczyć zawodów oświetleniowca, wózkarza, elektryka, charakteryzatora czy montera scenografii. Jeśli myślimy poważnie o rozwoju tej branży, to te zawody są niezbędnie potrzebne. Cieszę się, że powstało takie miejsce i że powstało ono w regionie — powiedziała.

Dyrektor Warmińsko-Mazurskiego Funduszu Filmowego Bogumił Osiński przypomniał, że regionalny fundusz dofinansował 47 produkcji filmowych, w tym tak uznane jak nominowany do Oscara film Jerzego Skolimowskiego „Io". — Dysponujemy bazą lokacji filmowych w wydaniu printowym, dystrybuowanym na targach i imprezach filmowych — wspomniał.

Dyrektor Gdyńskiej Szkoły Filmowej Jerzy Rados podkreślił, że Olsztyński Dom Filmowy powstał z marzeń. — Gdyńska Szkoła Filmowa pokazała, że można profesjonalizować filmowe zawody w regionie. Naszym celem jest powołanie filii wydziału operatorskiego Gdyńskiej Szkoły Filmowej, która zapewni edukację w tym trudnym zawodzie, wymagającym trzyletniego kursu kształcenia. Chcemy wspierać Olsztyński Dom Filmowy i liczymy na to, że współpraca będzie owocna — dodał.

Olsztyński Dom Filmowy mieści się przy ulicy Lubelskiej 33, w zmodernizowanym budynku dawnej kotłowni. Inwestycję zrealizował Warmińsko-Mazurski Zakład Doskonalenia Zawodowego w Olsztynie, a całkowity koszt prac przekroczył milion złotych. Projekt powstał z inicjatywy prezesa Radosława Szutowicza, dyrektora Sebastiana Koguta oraz twórcy i dyrektora programowego Wiesława Jackowskiego (DronX System).

PAP

SILNY WSTRZĄS SEJSMICZNY NA POLACH FLEGREJSKICH

Trzęsienie ziemi o magnitudzie 4,6 zanotowano wczoraj na Polach Flegrejskich na południu Włoch. Wstrząs był wyraźnie odczuwalny również w Neapolu. To drugi najsilniejszy od 40 lat wstrząs w rejonie kaldery, czyli zagłębienia superwulkanu o średnicy 13 km, pod którą znajduje się jezioro płynnej lawy.

W centrum kaldery Pól Flegrejskich znajduje się miasto Pozzuoli, zamieszkane przez około 80 tysięcy osób. Na całym tym obszarze mieszka ponad 300 tys. osób.

Notowana tam w ostatnich latach zwiększona aktywność sejsmiczna budzi coraz większy niepokój ludności. Władze pracują nad planami ewakuacyjnymi.

Silny wstrząs, który nastąpił przed godz. 13, z epicentrum w miejscowości Bacoli, wywołał panikę. Wiele osób natychmiast wybiegło na ulice ze swoich domów. Stwierdzono tam niewielkie szkody. W rejonie Neapolu wstrzymany został ruch pociągów w związku z koniecznością kontroli trakcji.

Wstrząs również o magnitudzie 4,6, najsilniejszy od 40 lat, zanotowano wcześniej 13 marca.

PAP

POLSKI ASTRONAUTA NA ŁĄCZACH

Polska Agencja Kosmiczna poinformowała że w trakcie swojego pobytu na orbicie polski astronauta Sławosz Uznański-Wiśniewski czterokrotnie połączy się na żywo z polskimi dziećmi i młodzieżą.

Misja Ax-4 z udziałem Sławosza Uznańskiego-Wiśniewskiego dotarła 26 czerwca na Międzynarodową Stację Kosmiczną (ISS). Astronauci spędzą na orbicie dwa tygodnie. W tym czasie Uznański-Wiśniewski m.in. będzie przeprowadzał 13 eksperymentów przygotowanych przez polskich naukowców; zrealizuje też program edukacyjny.

Jednym z punktów tego programu są wydarzenia edukacyjne dla dzieci, młodzieży i studentów, które odbędą się w Łodzi, Wrocławiu, Rzeszowie i Warszawie.

Każde z wydarzeń to około 8 godzin różnorodnych aktywności edukacyjnych: warsztaty, prelekcje, panele tematyczne i pikniki naukowe. W każdym ze spotkań będzie uczestniczyło ok. 300 osób – są to głównie uczestnicy konkursów kosmicznych organizowanych przez POLSA od jesieni 2024 r., ale też dzieci, młodzież i nauczyciele ze szkół, w których szczególnie aktywnie realizowana jest „ścieżka kosmiczna".

PAP

OGŁOSZENIE

BURMISTRZ MIASTA I GMINY MŁYNARY

informuje, że w siedzibie Urzędu Miasta i Gminy w Młynarach zostały wywieszone na okres od dnia 27.06.2025 r. do dnia 18.07.2025 r. wykazy nieruchomości komunalnych, położonych na terenie miasta i gminy Młynary, przeznaczonych do dzierżawy i sprzedaży w drodze bezprzetargowej na rzecz użytkowników wieczystych i w drodze przetargu nieograniczonego. Niniejszą informację podaje się do publicznej wiadomości poprzez jej ogłoszenie w prasie lokalnej „Dziennik Elbląski" oraz w Biuletynie Informacji Publicznej tutejszego urzędu: www.bip.mlynary.pl i na stronie www.mlynary.pl.

11925see1-a-M

WYDAWCA
GALINDIA Sp. z o.o.
ul. Tracka 7B
10-364 Olsztyn

REDAKTOR NACZELNY
Maciej Matera
zarzad@gazetaolsztynska.pl

DYREKTOR ZARZĄDZAJĄCY
Agnieszka Weder-Grygielewicz

ZASTĘPCY REDAKTORA NACZELNEGO
Michał Podolak,
Igor Hrywna,
Andrzej Mielnicki,
Barbara Barczuk

REDAKTORZY WYDANIA
Barbara Barczuk wydawca@gazetaolsztynska.pl
Andrzej Mielnicki
Artur Dryhynycz sport@gazetaolsztynska.pl

WYDANIE ONLINE internet@gazetaolsztynska.pl tel. 514 800 549

GAZETAOLSZTYNSKA.PL
redakcja@gazetaolsztynska.pl
tel. 502 499 515

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

REKLAMA W OLSZTYNIE
ul. Tracka 7B
tel. 885 998 201
reklama@gazetaolsztynska.pl

CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ
tel. 514 800 517

REDAKCJA W ELBLĄGU
tel. 505 766 681
gazeta@dziennikelblaski.pl

REKLAMA W ELBLĄGU
tel. 604 408 305
reklamy@dziennikelblaski.pl

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

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

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 9336f160a0

CO TO BĘDZIE, CO TO BĘDZIE? ANO UPAŁ BĘDZIE!

WARMIA, MAZURY I POWIŚLE SZYKUJĄ SIĘ NA NADEJŚCIE PRAWDZIWEJ FALI UPAŁÓW. INSTYTUT METEOROLOGII I GOSPODARKI WODNEJ OSTRZEGA, ŻE TEMPERATURY W NAJBLIŻSZYCH DNIACH MOGĄ SIĘGNĄĆ NAWET 35 STOPNI CELSJUSZA. JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ NA EKSTREMALNE WARUNKI I ZADBAĆ O SIEBIE, BLISKICH ORAZ ZWIERZĘTA?

Według Agnieszki Prasek, rzecznika prasowego i synoptyka IMGW— PIB, już od środy region Warmii, Mazur i Powiśla czekają wysokie temperatury. I to tak wysokie, że warto się do tego termicznego skoku odpowiednio przygotować. Warto też pomyśleć o bezpieczeństwie, szczególnie starszych osób i dzieci.

— Jeszcze dziś będzie umiarkowane zachmurzenie, a temperatury osiągną do 24 stopni Celsjusza. Natomiast od środy spodziewamy się już wyższych temperatur. Będzie nadal słonecznie i zrobi się naprawdę upalnie, bo temperatury będą dochodzić nawet do 31 stopni Celsjusza — informuje „Gazetę Olsztyńską" pani Prasek.

Najgoręcej będzie w czwartek, kiedy to temperatura może wzrosnąć nawet do 34, a lokalnie nawet do 35 stopni Celsjusza. — Będzie upalnie, słonecznie — dodaje synoptyk. W piątek spodziewane jest lekkie ochłodzenie do około 25 stopni Celsjusza, związane z przejściem frontu atmosferycznego, co może przynieść przelotne opady deszczu i burze. Mimo to temperatury nadal pozostaną wysokie, lokalnie do 26 stopni Celsjusza. Koniec weekendu i początek przyszłego tygodnia ponownie przyniosą wzrost temperatur do 29-30 stopni Celsjusza.

Fot. Zbigniew Woźniak

DŁUGOTERMINOWE PERSPEKTYWY

Patrząc na długoterminowe prognozy, Agnieszka Prasek z IMGW — PIB podkreśla, że lato w regionie będzie charakteryzowało się temperaturami powyżej wieloletniej normy, opady zaś powinny być w normie. — Tutaj nie mówimy konkretnie o liczbie dni z upałem czy ilości deszczu, ale mówimy tutaj o tendencji, że będzie ona powyżej wieloletniej normy z tego okresu — wyjaśnia.

Niestety, pocieszające wiadomości dla rolników są zniuansowane. Region boryka się z suszą hydrologiczną. — Na tę chwilę niestety tutaj, w tym regionie są wydane ostrzeżenia hydrologiczne. Aby ta susza hydrologiczna mogła ulec zmianie, naprawdę musiałoby padać codziennie z konkretną ilością opadu. Takie opady nawalne lokalnie burzowe, one niestety nie zaspokajają tutaj potrzeb wód gruntowych — ostrzega rzecznik IMGW — PIB. Dodaje, że woda podczas takich opadów rozchodzi się na boki, a bardzo wysuszony grunt tworzy skorupę, która nie wchłania wody, prowadząc do lokalnych podtopień zamiast nawadniania gleby.

PORADNIK PRZETRWANIA

Ministerstwo Zdrowia oraz służby ratunkowe apelują o szczególną ostrożność podczas nadchodzącej fali upałów. Przedstawiamy kluczowe porady, które pomogą przetrwać gorące dni. Przedstawiciele władz uczulają, że podczas upałów nasze zapotrzebowanie na płyny wzrasta. Zamiast standardowych 1,5-2 litrów powinniśmy przyjmować nawet 3 litry płynów dziennie.

Najlepiej pić wodę niegazowaną, wysokozmineralizowaną, bogatą w elektrolity. Można dodać do niej szczyptę soli, która wiąże wodę w organizmie. Co ciekawe, zamiast wody prosto z lodówki zaleca się niesłodzoną, ciepłą herbatę z miętą — minimalizuje to ryzyko szoku termicznego, a mięta schładza organizm od środka. Unikaj kawy, napojów z dużą ilością cukru oraz alkoholu, które sprzyjają odwodnieniu.

W upalne dni radzi się jeść mniej i lżej. Stawiajmy na posiłki bogate w wodę, takie jak świeże warzywa i owoce. Arbuz, truskawki, ogórki i sałata to prawdziwi sprzymierzeńcy w walce z upałem, dostarczający cennych witamin i minerałów. Chłodniki, koktajle owocowo-warzywne typu smoothie oraz potrawy na bazie mleka czy wody również doskonale nawadniają organizm.

Zarówno lekarze, z którymi rozmawialiśmy, urzędnicy Ministerstwa Zdrowia, ale i nasze babcie, które dobrze wiedzą, jak sobie radzić z upałami, przestrzegają przed noszeniem zbyt małej ilości odzieży. Odsłonięte ciało szybciej oddaje wodę, co zwiększa ryzyko odwodnienia i poparzeń słonecznych. Zaleca się luźne, zasłaniające całe ciało ubrania z naturalnych tkanin (len, bawełna) w jasnych kolorach, które przepuszczają powietrze i wspomagają termoregulację. Konieczne jest nakrycie głowy, zakrywające również kark, a także okulary przeciwsłoneczne z dobrym filtrem UV. Pamiętaj, by ograniczyć opalanie do maksymalnie 2 godzin dziennie, stosując kremy ochronne.

SENIORZY I DZIECI

Starsze osoby i dzieci są najbardziej narażone na negatywne skutki upałów. Przedstawiciele władz apelują do nich, aby w miarę możliwości pozostawały w domach. Jeśli wyjście jest niezbędne, koniecznie należy założyć nakrycie głowy. W ciągu dnia zamykajmy okna i opuszczajmy żaluzje, zwłaszcza od nasłonecznionej strony, aby ograniczyć napływ gorącego powietrza. Okna otwierajmy nocą, gdy temperatura jest niższa.

Lekarze ostrzegają, że upały mogą zaostrzyć niewydolność serca, a chore osoby, zwłaszcza te przyjmujące leki odwadniające, są narażone na odwodnienie. Należy dbać o wyrównanie poziomu płynów, pijąc dużo wody mineralnej.

W przypadku wystąpienia objawów takich jak zawroty głowy, osłabienie, niepokój, dotkliwe pragnienie czy ból głowy należy natychmiast skontaktować się z dyspozytorem medycznym, dzwoniąc pod numer alarmowy 112, i jeśli to możliwe, przenieś się w chłodne miejsce.

OBOWIĄZKI PRACODAWCÓW

Pracodawcy mają konkretne obowiązki wobec swoich pracowników w okresie wysokich temperatur. Powinni zapewnić bezpłatne, zimne napoje. W przypadku pracy na otwartej przestrzeni napoje są obowiązkowe, gdy temperatura przekracza 25 stopni Celsjusza. W przypadku pracowników biurowych zatrudnionych w pomieszczeniach obowiązek ten pojawia się przy temperaturze powyżej 28 stopni Celsjusza. Gdy temperatura przekracza 30 stopni Celsjusza, nie wolno zatrudniać młodocianych pracowników.

W skrajnych przypadkach, gdy wysoka temperatura bezpośrednio zagraża zdrowiu lub życiu pracownika, ma on prawo przerwać pracę. Dobry pracodawca, dbający o swoich pracowników, może wprowadzić dodatkowe przerwy, zwłaszcza w najgorętszych porach dnia, i rotację na stanowiskach pracy, a także zapewnić klimatyzację w pomieszczeniach biurowych.

JAK ZADBAĆ O ZWIERZĘTA?

Nasi czworonożni towarzysze również cierpią z powodu upałów i potrzebują szczególnej opieki. Przedstawiciele władz uczulają, żeby zapewniać im... cień. Zwierzęta powinny unikać bezpośredniego słońca i przebywać w domu, pod zadaszeniem, w budzie lub pod drzewem.

Bardzo ważne jest to, by nasze ukochane pupile, ale także zwierzęta hodowlane miały stały dostęp do świeżej wody. Nie należy zbyt przejmować się podczas upałów sygnałem, którym jest brak apetytu u naszych podopiecznych. To normalne. Jednak oczywiście należy zapewnić zwierzętom dostęp do jedzenia.

Zarówno hodowcy, jak i właściciele zwierząt domowych powinni unikać serwowania swoim podopiecznym gwałtownych zmian temperatury. Nie polewaj więc psa lodowatą wodą z prysznica czy węża ogrodowego. Lepsze są okłady z wody o temperaturze pokojowej. Nagłe schłodzenie może wywołać szok termiczny.

JAN BERDYCKI

eprasa.pl 9336f160a0

MY OLECKO, MY SLOW HAPPY LIFE

W sobotę w Wando w Korei Południowej podczas międzynarodowego zjazdu sieci Cittaslow odbyło się uroczyste wręczenie nagród Video Contest Award 2025. Wśród tegorocznych laureatów znalazło się Olecko, które zdobyła główną nagrodę za film „My Olecko, My Slow Happy Life" („Moje Olecko, moje powolne, szczęśliwe życie").

Jego autorką jest Antonina Słyszewska, która wspólnie z Fundacją „Niewidzialna Ręka" oraz Młodzieżowym Klubem Rozwoju „Strefa Młodych" zaprezentowała film opowiadający o idei i działaniach promujących Olecko jako przestrzeń sprzyjającą spokojnemu i aktywnemu życiu. W swoim dziele podkreślili lokalne wartości: przyrodę, kulturę i inicjatywy społeczne, ukazując miasto w kontekście idei slow life.

Nagroda została przyznana w ramach corocznego konkursu Video Contest Award organizowanego przez Cittaslow International – stowarzyszenie zrzeszające obecnie 288 miast z 33 krajów. Tym samym obraz z Olecka wyróżnił się spośród wielu zgłoszeń z różnych państw, zdobywając międzynarodowe uznanie za kreatywne i angażujące przedstawienie lokalnych wartości.

Nagrodę w imieniu gminy odebrała Sylwia Wieloch, zastępca burmistrza Olecka.

Triumf w takim prestiżowym konkursie to nie tylko wyróżnienie dla twórców, ale również potężny impuls promocyjny dla Olecka. Obraz propagujący slow life, zaangażowanie młodzieży i lokalne środowisko może znacząco przyczynić się do zwiększenia zainteresowania miastem turystów, inwestorów oraz nowych członków sieci Cittaslow.

Dzięki zwycięstwu w Video Contest Award 2025 Olecko zyskało unikalną okazję do tego, by pokazać na arenie międzynarodowej tożsamość miasta, które z dumą promuje ideę spokojnego i świadomego życia, angażując przy tym lokalną społeczność. Jak potoczy się historia filmu? I jak wpłynie on na promocję Olecka? Na efekty z pewnością trzeba będzie trochę poczekać.

Fot. Fb Cittaslow Polska

Jak przyznają przedstawiciele Cittaslow Polska, tegoroczne zgromadzenie generalne Cittaslow to był czas podsumowań, ale przede wszystkim wymiany doświadczeń, wspólnego planowania i budowania jeszcze silniejszej międzynarodowej wspólnoty.

„Polska sieć Cittaslow – silna jak nigdy wcześniej – jest dziś jednym z kluczowych filarów tego globalnego ruchu. To efekt lat konsekwentnej współpracy kilkudziesięciu małych miast, które mimo różnic potrafią działać razem, wzajemnie się inspirować i realizować ambitne cele. Efekty tej współpracy mówią same za siebie: ponad 50 milionów euro pozyskanych dotychczas na lokalne inwestycje, kolejnych 50 projektów w realizacji – od działań ekologicznych po rozwój kultury, infrastruktury i jakości życia mieszkańców" – wyliczają.

Dziś Cittaslow to nie tylko międzynarodowa sieć – to wspólnota miast, które naprawdę wierzą, że mniej znaczy więcej, a jakość życia mieszkańców liczy się bardziej niż tempo rozwoju.

TOM

PROMOCJA

6624otbp-d-K

eprasa.pl 9336f160a0

DZIŚ ŚWIĘTO NAJLEPSZEGO PRZYJACIELA

— Coraz więcej młodych ludzi interesuje się losem zwierząt — mówi Anna Barańska, dyrektor olsztyńskiego schroniska dla bezdomnych zwierząt, z którą rozmawialiśmy z okazji obchodzonego dziś Dnia Psa.

1 lipca obchodzimy w Polsce Dzień Psa. Oby nie był to jedyny dzień, w którym doceniamy rolę psów w naszym życiu i zwracamy w ten sposób uwagę na potrzebę odpowiedzialnej opieki nad nimi.

Z ostatnich badań TNS Polska dotyczących zwierząt w polskich domach wynika, że ponad 80 procent respondentów posiadających zwierzę ma właśnie psa. Ich liczbę w naszym kraju szacuje się na około 7,5 miliona. Jednak nie wszystkie z nich mają szczęśliwy dom, bo około 86 tysięcy mieszka w schroniskach, a liczba ta z roku na rok wzrasta.

Fot. nadesłane

— Naszym zadaniem jest zapewnienie opieki bytowej oraz weterynaryjnej zwierzętom domowym z terenu Olsztyna, które z różnych przyczyn straciły swojego opiekuna lub zostały porzucone. Schronisko jest jednak tylko tymczasowym przystankiem dla psów i kotów, a naszym najważniejszym celem jest znalezienie im nowych, kochających właścicieli — podkreśla Anna Barańska, dyrektor olsztyńskiego schroniska dla bezdomnych zwierząt,.

— Obecnie w placówce mamy około 200 zwierząt — mówi dyrektor Anna Barańska. — Pozytywnym zjawiskiem jest fakt, że zwierzętami interesuje się coraz więcej młodych ludzi. I to nie jest moda, ale rzeczywiste zapotrzebowanie. To jest pocieszające.

ONE BYŁY OD ZAWSZE

Dyrektor Barańska dodaje, że zwierzęta towarzyszyły jej od młodości. — One były od zawsze. To psy i koty. Swoje emocje związane z nimi przełożyłam na pracę — mówi. — Jest też wielu wolontariuszy, którzy przychodzą, by wyprowadzać psy na spacer.

Nie wszystkie psy mają szczęśliwy dom, bo około 86 tysięcy mieszka w schroniskach, a liczba ta z roku na rok wzrasta

Dyrekcja schroniska na różne sposoby zachęca do adopcji zwierząt. Przykładem jest np. Festiwal Przyjaciół Zwierząt. „Wiosenne spotkanie w Olsztynie to wyjątkowe wydarzenie, które połączy edukację, rozrywkę i troskę o czworonożnych przyjaciół!" — czytamy w opisie wydarzenia.

Jednym z wolontariuszy, którzy wspierają działalność olsztyńskiego schroniska dla bezdomnych zwierząt, jest Piotr Sikorski. — Dla mnie relacje człowieka ze zwierzętami określają stopień wrażliwości. Jak wchodzę do schroniska, to od razu wyzwalają się pozytywne emocje — opisuje.

ZWIERZAK JAK Z BAJKI

Każdy pomysł, by zachęcić do adopcji bezdomnych zwierząt, jest doskonały. A ten, na który wpadli jakiś czas temu studenci pierwszego roku weterynarii Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego, był na dodatek niezwykle oryginalny. Zainicjowali akcję Zwierzak jak z Bajki. — Dwa etapy prac, czyli rozmowy ze schroniskiem oraz szukanie wolontariuszy, odbywały się jednocześnie — mówiła jej pomysłodawczyni Aleksandra Stangreciak. — Chętnych do pomocy nie trzeba było długo szukać. Uzbierała się pokaźna grupa młodych studentów Wydziału Medycyny Weterynaryjnej.

Wolontariusze byli podzieleni na odpowiednie sekcje i odpowiadali za konkretne zadania. Jak przyznawali pomysłodawcy przedsięwzięcia, olsztyńska uczelnia jest „pełna ślicznych modeli i modelek, uzdolnionych charakteryzatorek, osób odpowiedzialnych za tworzenie tekstów oraz wierszy, świetnych grafików, studentów znających tajniki Instagrama oraz Facebooka".

GRZEGORZ SZYDŁOWSKI

UBYWA WODY W MAZURSKICH JEZIORACH. POMOSTY NA LĄDZIE

Wracamy do problemu obniżania się poziomu wody w mazurskich jeziorach. W niektórych przypadkach linia brzegowa cofnęła się o 20-30 metrów.

Niski stan wód widać w portach i zatokach. Wiele pomostów bardziej wystaje ponad tafle wody, poszerzyły się plaże, na stromych brzegach rośliny porastają części, które przez lata były pod wodą. Sytuacja związana z poziomem wód w mazurskich jeziorach i rzekach jest zła — stwierdziła Joanna Szerenos-Pawilcz, rzeczniczka Wód Polskich w Białymstoku.

W tym roku od wiosny stan wody w mazurskich jeziorach jest rekordowo niski. Z tego powodu nie można pływać po rzece Pisie, szczególnie należy uważać też na jeziorze Roś. Na innych akwenach jest także dużo mniej wody. Sytuacja hydrologiczna budzi więc coraz większy niepokój zarówno wśród mieszkańców, jak i turystów. Mimo to drogi wodne na szlaku Wielkich Jezior Mazurskich wraz z początkiem maja zostały oficjalnie otwarte.

Aby umożliwić bezpieczną żeglugę, podjęto decyzję o ograniczeniu zrzutu wody do rzeki Pisy. Dzięki temu poziom wody w mazurskich jeziorach udało się ustabilizować, gwarantując odpowiednią głębokość na cały sezon żeglarski.

— Musieliśmy zatrzymać więcej wody w jeziorach, ograniczając jej odpływ do Pisy. Niestety oznacza to, że tamtejszy szlak wodny pozostanie zamknięty prawdopodobnie do końca sezonu — tłumaczy przedstawiciel Państwowego Gospodarstwa Wodnego „Wody Polskie".

Fot. MGOSIR Pisz
Tak dziś wygląda w Piszu plaża nad jeziorem Roś. Dawniej w tym miejscu była woda

Z obserwacji wynika, że na szlaku Wielkich Jezior Mazurskich ubyło około 40-50 centymetrów wody w porównaniu do ubiegłego roku.

— To było widać w trakcie majówkowego weekendu, kiedy mieliśmy kilkanaście interwencji technicznych. Większość z nich była pokłosiem tego, że ludzie wpływali na mieliznę albo na kamienie – powiedział Jarosław Sroka, prezes Mazurskiego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego.

Obecnie poziom wód na Mazurach wzrósł o 17 centymetrów powyżej dopuszczalnego minimum. To pozwala na żeglugę, ale w porównaniu do poprzednich lat sytuacja pozostaje niepokojąca: wody jest o około 30 centymetrów mniej niż zwykle.

Zwiększeniu retencji wody w zlewni jeziora Roś i tym samym przeciwdziałaniu skutkom suszy ma służyć budowa stopnia wodnego na rzece Pisie, o którą lokalne władze samorządowe zabiegały od kilkunastu lat. Ta inwestycja powoli staje się rzeczywistością. Cztery lata temu (w lutym 2021 roku) podpisana została umowa na opracowanie studium wykonalności budowy stopnia wodnego na rzece Pisie, w tym śluzy w Piszu. Planowana jest ona na lata 2026-2028. Koszty przedsięwzięcia szacowane są na około 100 milionów złotych. Obecnie trwają prace nad dokumentacją projektową, która ma być gotowa do końca 2025 roku.

Pisa łączy Wielkie Jeziora Mazurskie z Narwią, a budowa stopnia wodnego ma poprawić żeglowność na tej trasie.

ELŻBIETA ŻYWCZYK

eprasa.pl 9336f160a0

OCALONA PRZEZ KONIE

Monika Grobelna ze swojej pasji zrobiła zawód

Fot. Album prywatny

Pani Monika lubiła zwierzęta właściwie od zawsze, dlatego marzyła jej się weterynaria.

— Niestety, lenistwo wzięło górę i zamiast na weterynarię, poszłam na zootechnikę — mówi z uśmiechem. — Na studiach zaczęłam jeździć konno i można powiedzieć, że konie uratowały mi życie, bo byłam osobą bardzo nieśmiałą, wycofaną. Bałam się sama iść do sklepu, czy zadzwonić do kogoś. Konie dają nam wielki dar, uczą odwagi, stanowczości, zdecydowania, bo trzeba te cechy w sobie odnaleźć, żeby zapanować nad takim wielkim, silnym zwierzęciem. Jednak, obcując z końmi, trzeba też pamiętać, że to żywe zwierzę i musimy być wobec niego empatyczni, wiedzieć kiedy jest w dobrej kondycji, w jakim jest dziś humorze, czy mu nic nie dolega. Czytać komunikaty, które wysyła. Od tego zależy nasze bezpieczeństwo.

Po studiach pani Monika rozpoczęła pracę w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym w Szymanowie koło Morąga, gdzie prowadziła hipoterapię i rozwijała park zwierząt.

— Były tam już wtedy konie, które tak bardzo kochałam — wspomina. — To bardzo dobry pomysł, bo nie od dziś wiadomo, że kontakt dzieci ze zwierzętami ma działanie terapeutyczne. Park się rozwinął i w tej chwili jest tam naprawdę sporo zwierząt: owce, kozy, lamy, alpaki — wylicza pani Monika.

Tak więc wielbicielka zwierząt nie została weterynarzem, ale zajęła się hipoterapią i dogoterapią. W tym czasie poznała swojego przyszłego męża Marcina, zakochała się z wzajemnością i oboje postanowili założyć rodzinę. Na świat przyszły dwie córeczki. Dziś Weronika ma 10, a Marcelina 8 lat.

— Urlopy macierzyńskie i opieka nad dziećmi zajęły mi kilka lat. W tym czasie postanowiliśmy przeprowadzić się do Rogóża, gdzie mieszkała już siostra babci mojego męża, która zaproponowała nam wspólne mieszkanie, co było dla nas wspaniałym rozwiązaniem, ponieważ mąż pracował wówczas (i nadal pracuje) w Placówce Straży Granicznej w Bezledach. Raz, że miał bliżej do pracy, dwa, że zawsze chciałam mieszkać na wsi, gdzie można trzymać zwierzęta.

To właśnie mąż pani Moniki zachęcił ją pięć lat temu do tego, by założyła własną działalność i wykorzystała swoją wiedzę oraz doświadczenie w hipoterapii i dogoterapii.

Początkowo swoje dwa konie trzymała w stadninie koni w Kierwinach i tam pracowała. Łatwo nie było, bo niewiele osób wiedziało, że w tym miejscu można skorzystać z hipoterapii. Pierwszy rok był ciężki. Reklamy niewiele dawały, pomogła tzw. „poczta pantoflowa". Po trzech latach pani Monika kupiła kawałek ziemi w Rogóżu.

— To były dwa hektary po szkółce leśnej — opowiada. — Nadal je zagospodarowujemy, ale moje konie są wolnowybiegowe i dobrze, że są tam drzewa, bo konie nie lubią upałów. Dobrze się czują wśród drzew. Mają też zadaszenie.

Teraz pani Monika ma cztery konie. Pierwsza była klacz ze źrebakiem, który teraz ma trzy lata. Przyjechały do Rogóża z Mrągowa. Kolejny był wałach kupiony pod Szczytnem, a ostatni koń pochodzi z Kierwin.

Warto wiedzieć, że nie każdy koń nadaje się do hipoterapii i nauki jazdy konnej. To oczywiste, że musi być spokojny, opanowany.

— Takie konie to rzadkość — mówi Monika Grobelna. — Bardzo trudno je kupić. Ich właściciele niechętnie je sprzedają. Kupowanie zwierząt do terapii, to trochę loteria, a poza tym oczywiście trzeba z nimi ciągle pracować. Mnie się udało i nasze konie są bardzo bezpieczne. Na bezpieczeństwo zwracam szczególną uwagę, bo sama pod koniec studiów miałam poważny wypadek na koniu. Dbam więc o to, by moje zwierzęta były spokojne, a jazda bardzo bezpieczna.

Pani Monika ma w planach także dogoterapię. Pierwszy psi terapeuta już rośnie. To młody labrador.

— Zaczęliśmy go szkolić — mówi dogoterapeutka.

W nazwie firmy jest już miejsce dla tej działalności — brzmi „Ośrodek jazdy konnej i hipoterapii HiDo", gdzie „Do" odnosi się właśnie do dogoterapii.

Jakie ma pani Monika marzenia?

— Marzę o hali, żeby zajęcia prowadzić przez cały rok. W tej chwili odbywają się one od wiosny do jesieni i są uzależnione od pogody. Poza tym dążę do tego, by nasi goście czuli się u nas, jak u siebie w domu.

Do Rogóża na hipoterapię i jazdę konną przyjeżdżają przede wszystkim mieszkańcy powiatu lidzbarskiego i bartoszyckiego. Bardzo często są to dzieci, którym psycholog zalecił hipoterapię na przykład z ADHD, autyzmem, nadpobudliwością, napięciami mięśniowymi, rotacją bioder. Bo oprócz tego, że kontakt z końmi pomaga zwalczyć nieśmiałość, nabrać pewności siebie, wyciszyć emocje, to także uczy „chodzić bez nóg", czyli bardziej fizjologicznego poruszania się.

Z jazdy korzystają też osoby, które po prostu lubią konie.

— Mam przypadki, że rodzic przyjeżdżał z dzieckiem i w pewnym momencie decydował się sam wsiąść na konia i podjąć naukę jazdy — mówi Monika Grobelna. — Tak więc nie tylko dzieci się tutaj zmieniają, także dorośli.

A jak właściwie zmieniają się dzieci?

— Stają się bardziej ufne, odważne, spokojne. Kiedyś przyjechał do mnie dziadek z wnuczkiem, z ADHD. Tydzień później dziadek powiedział do mnie: „nie wiem, co pani mu zrobiła, ale niech pani robi to samo". Okazało się, że chłopiec po jeździe siedział spokojnie, wyciszony, przez dwie godziny, co mu się wcześniej raczej nie zdarzało. Dla mnie to jest najważniejsze w mojej pracy. To kiedy obserwuję dziecko, które na początku jest zlęknione, nieufne, a po jeździe konnej zsiada z konia rozpromienione, radosne, uśmiechnięte. Jest bardzo szczęśliwe. Wtedy i ja jestem szczęśliwa — przyznaje z radością pani Monika.

RED

— MOŻNA ŚMIAŁO POWIEDZIEĆ, ŻE KONIE URATOWAŁY MI ŻYCIE. BYŁAM OSOBĄ NIEŚMIAŁĄ I WYCOFANĄ, ALE TO WŁAŚNIE ONE – KTÓRE POKOCHAŁAM Z CAŁEGO SERCA – POMOGŁY MI SIĘ OTWORZYĆ — MÓWI MONIKA GROBELNA Z ROGÓŻA, W WOJEWÓDZTWIE WARMIŃSKO-MAZURSKIM. DZIŚ TO JEJ KONIE WSPIERAJĄ INNYCH, DAJĄC IM SIŁĘ I UKOJENIE.

eprasa.pl 9336f160a0

SZEROKIE WROGIEM WĄSKIEGO

Dobrze nie jest. Dobrze nie jest, bo — przynajmniej wizualnie i w swoich własnych oczach — w ogóle ostatnio nie idę wzdłuż. A za to coraz bardziej idę wszerz...! Jak to się dzieje, że my, kobiety, tak wielką wagę przywiązujemy do wyglądu zewnętrznego, z wielkim krytycyzmem oceniając zwłaszcza same siebie? I dlaczego szerokie jest znacznie gorsze od wąskiego...?

Generalnie dobrze nie jest też i dlatego, że w ogóle nie wspiera mnie społeczeństwo...! Kilka miesięcy temu, kiedy byłam może szersza, a może taka jak dziś — traf chciał, że zaprosiłam do naszej Telewizji GO zawodową dietetyczkę, osobę z odpowiednimi dyplomami, certyfikatami i wieloletnim doświadczeniem, od lat realnie pomagającą osobom z nadwagą i otyłością, od lat wskazującą złe i dobre nawyki żywieniowe, od lat pokazującą jak skutecznie od złych do dobrych przejść, nie doznając większego uszczerbku na zdrowiu. Rozmowa toczyła się swobodnie, a ja, świadoma swoich własnych centymetrów, napomknęłam, że całe życie walczę z nimi bez jakichkolwiek sukcesów. Pani dietetyk, ku mojemu zdziwieniu, nawet rozpaczy — a przypominam, że rzecz dzieje się przed kamera i wszystko to można osobiście sprawdzić! — mówi mi, że roztaczam wokół siebie tak dobrą energię i tyle radości życia, że ona sama w życiu nie zaproponuje mi jakiejkolwiek diety...!

Jeszcze gorzej, że ze swoich rozterek, kompleksów i snów o chudości zwierzyłam się ostatnio chłopu. I co? Zamiast jak normalny chłop odpowiedzieć mi, że nigdy nie należałam do osób przesadnie szczupłych, że o chudych już nawet nie ma co wspominać — to nie! Najpierw usłyszałam coś o względności różnych przymiotników, którymi raczyłam siebie określić. Potem wspomniał coś — nomen omen — o niepotrzebnym przywiązywaniu wagi do tych przymiotników oraz ich znaczenia. A na koniec, nader natarczywie zaczął dopytywać, skąd u mnie takie negatywne nastawienie. No, z życia, a jeszcze bardziej z lustra!

Fot. Pixabay.com

Dlaczego my, kobiety, aż tak bardzo przejmujemy się swoim wyglądem?

A DO TEGO BRZYDKI...

Jest taki mem, jeden z moich najulubieńszych. Zdjęcie jest podzielone na dwie części: u góry widać grono kobitek, z których jedna zwierza się swoim 'siostrom', że jest gruba. — Kochana, jesteś piękna — odpowiadają jej siostry zgodnym chórem. — A poza tym masz cudowną osobowość i jesteś mega-seksowna...!

Z kolei dół obrazka to grupa kilku mężczyzn, z których jeden żali się, że jest gruby, a reszta kumpli — ku mojemu przerażeniu — wcale go nie pociesza. Nie — jeden dodaje nawet: — A do tego jesteś w chu...chro brzydki. Napijmy się...!

I całkiem możliwe, że coś w tym jest. Dlaczego my, kobiety, wciąż jesteśmy takie krytyczne — i to zarówno dla siebie samych, ale i dla siebie wzajemnie...? Dlaczego nawet mężczyźni nie są wobec nas aż tak krytyczni i deprymujący...? Jak walczyć z tym samokrytycyzmem i jak zaradzić tym tendencjom?

4 (NIEŁATWE) KROKI DO SZCZĘŚCIA

Przede wszystkim to my, kobiety, w porównaniu do mężczyzn, jesteśmy bardziej podatne na rozwój zaburzeń internalizacyjnych, takich jak depresja i lęk. Psychologia i medycyna potwierdzają też przypadki, kiedy to kobiety mają wielokrotnie niższą samoocenę niż mężczyźni. Co jednak wcale nie oznacza, że większość kobiet nie jest pewna siebie — a mimo to niski poziom samooceny może być dla nas problemem, ponieważ od dawna jest wskaźnikiem zdrowia psychicznego. Ma to zatem sens, że kobiety mają go mniej, prawda? Jeśli któraś z nas nie dostrzega zbyt wielkiej wartości własnej, niestety — ma tendencję do popadania w depresję i lęk.

I jeszcze gorsze niestety: rozwiązanie nie jest tak proste, jak się wydaje. Problem z samooceną polega bowiem na tym, że wymaga ona osiągnięcia pewnej wyższości nad innymi. Jeśli kobieta nie może sprostać temu standardowi, wpada w pułapkę samokrytycyzmu. Może nieświadomie powiedzieć: „Mam być w tym dobra! Dlaczego zatem popełniam błędy?" Ponadto, według psychologa Martina Seligmana nadmierne skupianie się na poczuciu własnej wartości może prowadzić do wzrostu ego i kobiecego narcyzmu.

Na szczęście współczucie dla samej siebie ratuje nas tam, gdzie zawodzi poczucie własnej wartości. Współczucie dla samej siebie odnosi się do naszej tendencji do bycia łagodnymi dla siebie w chwilach cierpienia. Zamiast tego zastępujemy zwykłe dobre i złe osądy, które same sobie wydajemy, bezwarunkową życzliwością. Mówimy sobie, że cierpienie jest czymś ludzkim i że bycie człowiekiem jest w porządku.

Synteza 71 badań przeprowadzona przez Lisę Yarnell i jej współpracowników wykazała, że kobiety są mniej współczujące wobec siebie w chwilach cierpienia. Różnica była niewielka i prawdopodobnie niewidoczna gołym okiem — niemniej jednak różnica w nastawieniu do siebie jest prawdziwa. Na szczęście nie musi to być status quo dla żadnej z płci. Zawsze można zwiększyć współczucie dla siebie poprzez praktykę.

Co robić, gdy my, kobiety zaczynamy siebie osądzać lub — co gorsza! — karać? Wystarczy, że pomyślimy o sytuacji, w której jesteśmy z siebie niezadowolone. Czy uważasz, że brakuje ci czegoś w pracy? W związku? To właśnie tam można zasiać nasiona współczucia.

1. ŚWIADOMA SWOJEGO WEWNĘTRZNEGO KRYTYKA

Wewnętrzny krytyk lub superego to część ciebie, która nigdy nie zapomina powiedzieć ci, jak okropna lub nieodpowiednia jesteś. Gdy doświadczasz trudności, bądź świadoma dialogu, który rozgrywa się w twoim umyśle. Czy twój wewnętrzny krytyk mówi, że jesteś głupia? Bezużyteczna? Być może twój wewnętrzny krytyk ma strategię krytykowania innych ludzi. Uświadomienie sobie tego negatywnego głosu jest pierwszym krokiem do oderwania się od niego.

2. BYCIE CZŁOWIEKIEM JEST W PORZĄDKU

Sprawiamy, że czujemy się źle, ponieważ nie chcemy popełniać więcej błędów. Ale czasami zapominamy, że porażki są całkowicie ludzkie. Kiedy zobaczysz swojego wewnętrznego krytyka, to świetny moment, by upewnić się, że jesteś tylko człowiekiem. Nie oznacza to, że stajesz się zadowolona z siebie i leniwa. Zamiast tego, potwierdź, że popełnianie błędów jest ludzkie. Bycie człowiekiem jest w porządku. Odkrycie, że nie różnimy się tak bardzo od reszty ludzkości, może zranić nasze ego, ale z pewnością sprawi, że porażka będzie mniej bolesna.

3. JA — MÓJ NAJLEPSZY PRZYJACIEL. ALBO NAWET PRZYJACIÓŁKA

Czasami jesteśmy winni traktowania naszych przyjaciół lepiej niż siebie. Jak zazwyczaj traktujesz przyjaciół w trudnych chwilach? Najprawdopodobniej traktujesz ich z jakąś formą życzliwości lub dobrej woli. Kobiety są bardziej skłonne do obejmowania i okazywania uczuć. Wyraź tę życzliwość wobec siebie poprzez gesty fizyczne. Kilka klepnięć po ramieniu lub oklasków mogą pomóc ci dodać otuchy w zmaganiach, z którymi się mierzysz.

4. WRÓĆ DO ŻYCIA TROCHĘ BARDZIEJ ŻYCZLIWA

Gdy już podejmiesz niezbędne kroki, by wyzdrowieć, wróć do życia z bardziej życzliwym dialogiem z samą sobą. Zmagania w życiu nie zmniejszą się, ale będziesz stawiać im czoła z bardziej zachęcającym sojusznikiem. Sobą samą.

Niby to wszystko proste, ale... Cóż czasem z tego, że pracujemy nad samymi sobą, staramy się wzmacniać własną wartość i pocieszać faktem, że wlazłyśmy w sukienkę kupioną na wakacjach w Maladze 10 lat temu...? Czasem jedno złe spojrzenie, jedno czyjeś warknięcie — i nasza walka z samokrytyką bierze w łeb, a z trudem zbudowane poczucie własnej wartości wali się z hukiem jak marnej jakości szałas na wietrze...

Moją wartość na koniec dobił redaktor Hrywna, który zadzwonił specjalnie do mnie, bo — jak nader autorytatywnie stwierdził — to ja w całej naszej redakcji jestem największą specjalistką od seniorów. I to nic, że w błąd wprowadził go ktoś zupełnie inny...!

MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA

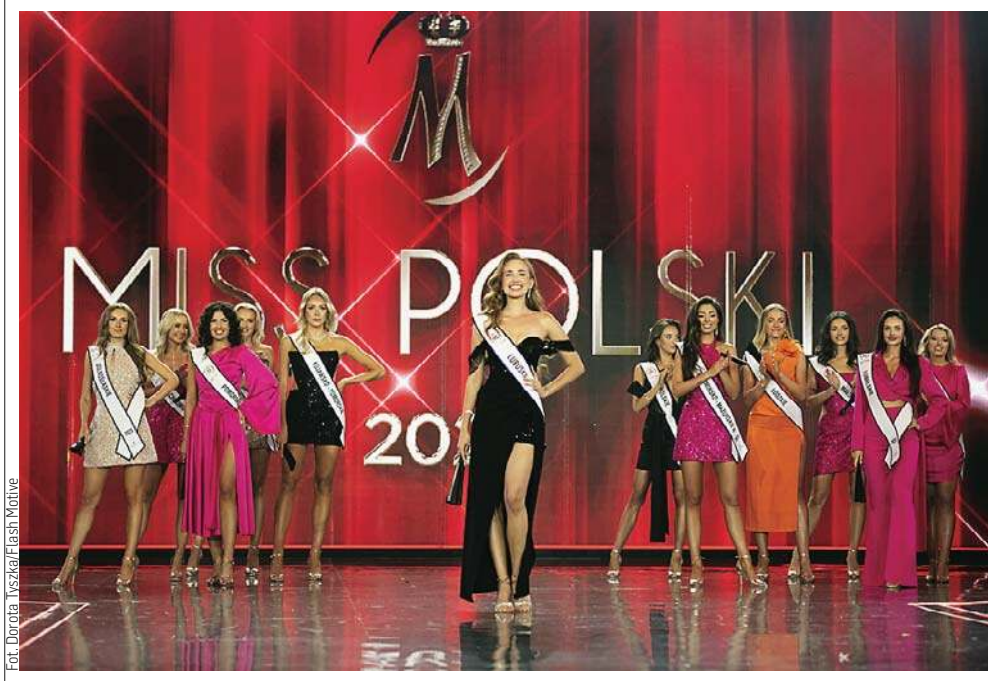
P.S. A może iść za radą jednej z kobitek, która napisała publicznie te twarde słowa: „Nie używam wagi, bo mnie menda pogrubia."...?

Korzystałam z materiałów na stronie medium.com.

eprasa.pl 9336f160a0

DZIEWCZYNY Z WARMII I MAZUR ZACHWYCIŁY NA GALI MISS POLSKI 2025

Choć korona Miss Polski 2025 trafiła do Oliwii Mikulskiej z województwa lubuskiego, niedzielna gala w Nowym Sączu okazała się wyjątkowo udana także dla reprezentantek Warmii i Mazur. W gronie 24 finalistek, które stanęły na scenie w światłach kamer, dwie kandydatki z naszego regionu wróciły z prestiżowymi tytułami.



Fot. Dorota Tyszka/Flash Motive

Gala Miss Polski 2025

Fot. Dorota Tyszka/Flash Motive

24 finalistki

Fot. Miss Polski

Julia Antoszkiewicz

Fot. Miss Polski

Izabela Wróblewska

Fot. Dorota Tyszka/Flash Motive

Top 5

Julia Antoszkiewicz z Działdowa zdobyła tytuł IV Wicemiss Polski 2025. Jej naturalność, klasa i charyzma zostały zauważone zarówno przez jurorów, jak i publiczność. Julia zachwyciła w każdej z prezentacji – od sukni ślubnych, przez stroje wieczorowe, aż po występ w klasycznych kreacjach by Shenobia i Kovalowe. Jej sukces to wyraźny dowód na to, że potencjał piękna i siły tkwi także z dala od wielkich metropolii.

Druga reprezentantka Warmii i Mazur, Izabela Wróblewska, również wróciła z tarczą. Zdobyła tytuł Miss Gracji 2025, przyznawany finalistce o najbardziej harmonijnym sposobie poruszania się, prezencji scenicznej i wdzięku. Jej obecność na scenie była wyważona i elegancka – przyciągała uwagę w subtelny, nienarzucający się sposób. Tytuł Miss Gracji to jedno z najbardziej prestiżowych wyróżnień komplementarnych w konkursie.

Tegoroczna gala była nie tylko pokazem urody, ale także siły kobiet, ich społecznej aktywności i odwagi do bycia sobą. Na scenie nie zabrakło wystąpień z przesłaniem – zarówno Oliwia Mikulska, jak i ustępująca Miss Polski 2024 Kasandra Zawal, podkreślały znaczenie działań społecznych i kobiecej solidarności. Zgromadzona publiczność i widzowie Polsatu zobaczyli finalistki jako osoby nie tylko piękne, ale i świadome swoich wartości.

Galę w Nowym Sączu prowadziły znane postacie: Agnieszka Hyży, Ilona Krawczyńska, Krzysztof Ibisz i Aleksander Sikora. Na scenie wystąpili m.in. Roxie, Justyna Steczkowska, Staszek Karpiel-Bułecka, zespół Pogwizdani oraz finalistki poprzednich edycji. Prezentacje uczestniczek wzbogacono o kreacje topowych polskich marek: Kovalowe, Relleciaga, Rogowskie Bridal i Mona Lissa. Uroczystość była zwieńczeniem wielotygodniowych przygotowań – zgrupowań, szkoleń i selekcji prowadzonych przez panel ekspercki, w którym znalazły się m.in. Ewa Wachowicz, Ada Fijał i Miss Supranational 2025 Eduarda Beaum.

Warmińsko-mazurskie może być dumne. Julia Antoszkiewicz i Izabela Wróblewska pokazały, że uroda z północy idzie w parze z wdziękiem i osobowością. Ich sukcesy są nie tylko indywidualnym osiągnięciem, ale i inspiracją dla młodych dziewczyn z naszego regionu – by marzyć odważnie i reprezentować siebie z klasą.

ALINA LASKOWSKA

eprasa.pl 9336f160a0

WIDZI TYCH, KTÓRYCH INNI NIE ZAUWAŻAJĄ

Pomaganie zwierzętom to życiowa pasja Ewy Dąbrowskiej z Ełku. Jej działania odmieniają życie setek bezdomnych kotów w regionie, a liczba osób zaangażowanych w pomoc zwierzętom rośnie z każdym rokiem.

Fot. Fb/Ewa Dąbrowska

Ewa Dąbrowska odnalazła swoje życiowe powołanie w ratowaniu zwierząt. Prowadzi w Ełku Ambasadę Braci Mniejszych – organizację dedykowaną pomocy bezdomnym kotom. Jej droga do tego miejsca była długa, pełna wyzwań i niesamowitej determinacji.

Życie pani Ewy – z wykształcenia przyrodniczki i technik weterynarii – było kiedyś całkiem normalne, wręcz przeciętne. Pracowała w korporacji, w dużym mieście, a czas upływał jej na odmierzaniu dni do kolejnego piątku. I pewnie byłoby tak nadal, gdy nie los, który pewnego dnia wytrącił ją z życiowego marazmu – niemal dziesięć lat temu wróciła w rodzinne strony, co odmieniło jej życie na zawsze.

— Odwiedziny babci skończyły się decyzją o pomocy i zajęciem się ukochanym członkiem rodziny. Babcia wymagała konkretnej opieki, a mi z Poznania było do niej najbliżej — wspominała.

To był moment, kiedy postanowiła zerwać z korporacyjną karierą i poszukać czegoś, co nada większego sensu jej życiu. Jeszcze nie wiedziała, że to, co znajdzie, stanie się całym jej życiem. Nieoczekiwanym zwrotem było przygarnięcie bezdomnego kota.

— Pierworodny kot Omyk ma dziś osiem lat. Znajdka zaważyła na całym moim życiu. To dzięki niemu zainteresowałam się tematem bezdomności zwierząt w Ełku — podkreślała Ewa Dąbrowska. Od tego momentu zaczęła działać na rzecz zwierząt, najpierw w ramach projektów edukacyjnych, a potem – już jako założycielka Ambasady Braci Mniejszych.bDla Ewy pomaganie zwierzętom to nie tylko obowiązek, ale i życiowa pasja. Jej działania odmieniają życie setek bezdomnych kotów w regionie, a liczba osób zaangażowanych w pomoc zwierzętom rośnie z każdym rokiem. Dzięki temu Ełk staje się miejscem, gdzie nie tylko ludzie, ale i zwierzęta mogą liczyć na wsparcie i opiekę.

— Mam poczucie życiowego sukcesu. To takie uczucie, gdy ma się pomysł na własne życie, a świat pozostawia się odrobinę lepszym — wyznaje.

I trudno się z nią nie zgodzić – Ewa Dąbrowska to kobieta, która swoją pasją i zaangażowaniem udowadnia, że jedno serce może zmienić życie wielu stworzeń.

Towarzystwo Miłośników Ełku jest najstarszą organizacją społeczną w Ełku. Istnieje od 1978 roku. Od 1983 roku Towarzystwo Miłośników Ełku przyznaje tytuł Ełczanina Roku. Inicjatywa ta ma na celu wyłonienie spośród mieszkańców Ełku, ludzi, którzy swą działalnością, pracą przyczyniają się do rozwoju miasta lub jego popularyzacji.

Pierwszym ełczaninem który zdobył ten zaszczytny tytuł był Jerzy Cichowicz, wielki społecznik i działacz PTTK, który również wierszami opisywał ciekawsze wydarzenia związane z miastem, jego kulturą i przyrodą. Tegoroczna gala przyznania tytułu Ełczanina Roku oraz nominowanych do tego tytułu odbyła się 16 czerwca w Hali Sportowej im. Leszka Błażyńskiego. W trakcie uroczystości na scenie wystąpili uczniowie Zespołu Państwowych Szkół Muzycznych w Ełku i zespół „Ale Babki" działający przy Ełckim Centrum Kultury.

— Pani Ewa Dąbrowska jest pasjonatką i behawiorystką zwierząt. Prowadzi Ambasadę Braci Mniejszych i zajmuje się pomocą bezdomnym kotom. Zwierzęta odgrywają ważną rolę w naszym życiu – wpływają pozytywnie na psychikę, zdrowie i relacje społeczne. Mogą być źródłem radości, wsparcia i towarzystwa dla nas i naszych dzieci, a szczególnie mogą ukształtować nasze życie i życie naszych dzieci. Jak często spotykamy chorych, okaleczonych czy zagubionych „braci mniejszych", jak nazywał je święty Franciszek z Asyżu, i przechodzimy obok nich obojętnie? Co jednak budzi w nas chęć pomocy? Serce, gotowe nieść wsparcie tym skrzywdzonym i potrzebującym zwierzętom. Takim sercem właśnie dysponuje pani Ewa — mówił w uzasadnieniu przyznania tytułu Ełczanki Roku 2024 właśnie Ewie Dąbrowskiej wiceprezes Towarzystwa Miłośników Ełku Zbigniew Achramowicz.

Fot. Fb/Ewa Dąbrowska

Fot. P. Tomkiewicz

Fot. P. Tomkiewicz

Fot. P. Tomkiewicz

I jak mówił dalej, po pracy w przychodni weterynaryjnej, pani Ewa cały swój wolny czas poświęca zwierzętom w potrzebie. Organizuje akcje sterylizacji oraz budowy domków dla bezdomnych zwierząt. Osobiście dokarmia i leczy zwierzęta – zwłaszcza koty – i szuka im odpowiednich domów adopcyjnych. W pracy kieruje się uwagą i determinacją. Występuje jako oskarżyciel posiłkowy w sprawach o znęcanie się nad zwierzętami i koordynuje pracę wolontariuszy. Pomaganie zwierzętom to jej życiowa pasja, dzięki której zmienia życie wielu stworzeń.

Ewa Dąbrowska nie kryła wdzięczności i wzruszenia. I jak mówi nagrodę dedykuje wszystkim, którzy pomagają bezdomnym kotom.

— Tytuł Ełczanki Roku to nie tylko zaszczyt, ale przede wszystkim dowód na to, że wartości, którymi się kieruję, mają znaczenie. Od lat obserwuję, jak w naszym mieście, w cieniu codziennego pośpiechu, istnieją ci, których potrzeby są marginalizowane, których głos nie jest słyszalny. Bezdomne zwierzęta, zwłaszcza koty, które są gdzieś zepchnięte totalnie na margines, często pozostają niewidzialne dla systemu, dla ludzi i dla prawa. Czasami to kwestia nieprawidłowych interpretacji prawnych, a czasami to zwykła obojętność. Ale jedno jest pewne – odpowiedzialność za tych, którzy sami o pomoc poprosić nie mogą, spoczywa na nas wszystkich. Wierzę, że pomaganie to coś więcej niż gest, coś więcej niż jednorazowa akcja. To misja, to wyższy sens, to sposób na życie. Każde działanie, nawet najmniejsze, ma znaczenie. Każdy ratunek, każde wyciągnięcie ręki, każda decyzja, by nie odwrócić wzroku, to cegiełki, które budują lepszy świat. I choć czasem wydaje się, że jesteśmy sami w tej walce, choć bywa trudno, choć niewielu pochyli się nad głosem tych najbardziej potrzebujących – wiem, że warto. Że jedna osoba może zrobić różnicę, że pasja może zmienić rzeczywistość. I dlatego dziś nie przyjmuję tej nagrody tylko dla siebie. Przyjmuję ją w imieniu wszystkich, którzy nieustannie działają dla dobra zwierząt, dla spraw, które nie są wygodne ani popularne, ale które wymagają naszego zaangażowania. Dziękuję wszystkim, którzy wierzą, że dobroć nie zna granic. Dziękuję każdemu, kto zamiast obojętności wybiera działanie. I proszę – nie przestawajmy. Bo kiedy łączymy siły, budujemy świat, w którym nikt – ani człowiek, ani zwierzę – nie jest pozostawiony sam sobie. Dziękuję bardzo — mówiła po otrzymaniu statuetki Ełczanki Roku 2024 Ewa Dąbrowska.

TOM

eprasa.pl 9336f160a0

ZALI CAŁY ZAKON TU LEŻY?

WAŻNA DATA
Bitwa po Grunwaldem odbyła się 15 lipca 1410 roku

Fot. arch. organizatora

Więc niezmierne szczęście rozjaśniło twarze zwycięzców, bo rozumieli wszyscy, że to był wieczór kładący koniec nędzy i trudom nie tylko dnia tego, ale całych stuleci.

A król, chociaż zdawał sobie sprawę z ogromu klęski, jednakże patrzył jakby w zdumieniu przed siebie i w końcu spytał – Zali cały Zakon tu leży?

Na to podkanclerzy Mikołaj, który znał przepowiednie świętej Brygidy, rzekł: – Nadszedł czas, iż wyłamane są ich zęby i odcięta jest ich ręka prawa!!

HENRYK SIENKIEWICZ „KRZYŻACY"

Przeżyjmy to jeszcze raz, wszak takich zwycięstw nigdy dość! Kolejny raz na Polach Grunwaldu staną naprzeciw siebie wojska polsko-litewskie i kwiat europejskiego rycerstwa wraz z zakonem krzyżackim. Zmierzą się w walce na śmierć i życie. Bitwa będzie zacięta, poleje się krew. Na polu bitwy pozostaną na wieki tysiące zbrojnych. A wieść o tym poniesie się w świat.

I świat o największej bitwie średniowiecznej Europy nigdy nie zapomniał. Także dzięki pasjonatom historii i rekonstruktorom, którzy każdego roku w lipcu stają na Polach Grunwaldu, by odtworzyć ten kawałek wspaniałej historii polskiego rycerstwa.

Już od 9 do 13 lipca 2025 roku pola Grunwaldu zamienią się w centrum średniowiecznego świata. XXVII Inscenizacja Bitwy pod Grunwaldem oraz towarzyszące jej wydarzenia stworzą wyjątkowy festiwal historii, tradycji i kultury rycerskiej.

Przez cały tydzień na uczestników czekają liczne turnieje rycerskie, zawody łucznicze oraz historyczne rozgrywki średniowiecznej piłki „bruchenball". Szczególnie warto zwrócić uwagę na Turniej Miecza Długiego „O Srebrny i Złoty Miecz Grunwaldu" oraz Mistrzostwa Polski w Walkach Rycerskich w wielu kategoriach, od seniorów po młodzież. Bo rośnie nam kolejne pokolenie zbrojnych.

W obozach rycerskich i rzemieślniczych można będzie zobaczyć pracę kowali, tkaczy, garncarzy, a także skosztować regionalnych potraw. Dla najmłodszych przygotowano konkursy, gry i turnieje oraz występy artystyczne i animacje.

Wieczorami na Grunwaldzkiej Scenie Kulturalnej rozbrzmiewać będą koncerty muzyki dawnej i folkowej, a także pokazy ognia i widowiskowe debiuty sceniczne. Tegoroczny program wypełnią występy zespołów Huskarl, Rustica, The Medievals oraz pokaz „Ignis fire show".

Kulminacyjnym punktem obchodów będzie rekonstrukcja legendarnej bitwy, w której weźmie udział ponad 1400 rekonstruktorów z całej Europy i nie tylko: z Niemiec, Włoch, Francji, Finlandii, Czech, Słowacji, Węgier, Rosji, Białorusi, Ukrainy, a nawet Stanów Zjednoczonych i Nowej Zelandii. Wydarzenie przyciąga co roku dziesiątki tysięcy widzów i stanowi największą inscenizację tego typu w Polsce. Początek wielkiej bitwy – sobota 12 lipca, godz. 15.

BCL

LENKA POTRZEBUJE NASZEJ POMOCY

W cichym zakątku Warmii i Mazur, w miejscowości Hartowiec mieszka 13-letnia Lenka Cichorska – pogodna dziewczynka o wielkich oczach i jeszcze większej woli życia. Choć nie mówi i nie chodzi samodzielnie, każdego dnia toczy trudną walkę. Jej przeciwnikiem jest rzadka choroba genetyczna: leukodystrofia z hipomielinizacją wywołana mutacjami w genie POLR3B.

Lenka jest jedyną osobą w Polsce, która zmaga się z tym schorzeniem.

Choroba ta postępuje powoli, ale bezlitośnie, odbierając sprawność i ograniczając samodzielność. Nadzieją na zatrzymanie jej skutków są regularne turnusy rehabilitacyjne. Pani Barbara, mama Lenki, mówi: – Rehabilitacja to jedyne, co pozwala Lence zachować to, co jeszcze ma: jej ruch, kontakt ze światem, uśmiech. Bez tego wszystko się cofa. Każdy tygodniowy turnus kosztuje nawet 7 tysięcy złotych. Takich turnusów potrzeba wiele – przez cały rok. Dla rodziny to ogromne wyzwanie finansowe.

Lenka ma jednak coś, czego nie da się kupić – ma oddanych przyjaciół. W miejscowości Tuczki lokalna społeczność pokazała, czym jest solidarność i serce. Odbył się tam charytatywny turniej piłki nożnej oraz rodzinny piknik, zorganizowane pod hasłem „Gramy dla Lenki z Hartowca". Na boisku pojawiły się drużyny gotowe nie tylko do sportowej rywalizacji, ale przede wszystkim do pomocy.

Fot. SK

Dzięki zaangażowaniu organizatorów, grupy W Rękach Młodych, sołectwa Tuczki, Koła Gospodyń Wiejskich w Tuczkach i firmy Budmar, udało się stworzyć niezapomniane wydarzenie.

Podczas niego zebrano aż 7 tysięcy złotych, które trafiły na konto Lenki. Jej rodzice, Barbara i Rafał Cichorscy, nie kryli wzruszenia: — To dla nas ogromne wsparcie. Takie dni jak dziś pokazują, że nie jesteśmy sami. Dziękujemy wszystkim z całego serca za obecność, zaangażowanie i dobre serce.

Lenka potrzebuje naszej pomocy teraz i na długo. Choroba nie czeka, a rehabilitacja to codzienna walka o to, by jej dzieciństwo nie było jedynie pasmem cierpienia. Możemy razem sprawić, by w tej walce nie była sama.

Aby pomóc Lence, uruchomiono zbiórkę internetową: https:/ zrzutka.pl/w88hwj.

RED/SK

RUSZYŁ SEZON KĄPIELOWY I PIERWSI BYLI... WANDALE

W Ostródzie mamy piękne plaże i kąpieliska, którymi administruje Ostródzkie Centrum Sportu i Rekreacji. Przygotowało plaże, na których od 21 czerwca już są ratownicy. Pierwsi jednak zameldowali się wandale, którzy zniszczyli zamontowane oznakowanie.

Plaże nad jeziorem Sajmino przy ul. Piaskowej oraz kąpielisko nad jeziorem Drwęckim przy ul. Turystycznej były w pełni gotowe od 21 czerwca, gdy pojawili się ratownicy, bo są to kąpieliska strzeżone. Pod ich okiem, bezpiecznie, można kąpać się od poniedziałku do niedzieli w godzinach 10:00-18:00 do dnia 31 sierpnia. I ustawiono znaki ostrzegawcze – każdy znak informuje o realnym zagrożeniu: głębokiej wodzie, silnym nurcie, zakazie kąpieli. One nie są dekoracją, tylko ostrzeżeniem. Ich brak może narazić kogoś na poważne niebezpieczeństwo. I te znaki na cel wzięli sobie wandale.

Fot. arch. OCSiR

— Niestety po dwóch dniach zauważyliśmy pierwsze akty wandalizmu — poinformowało OCSiR. — Zwracamy się z serdeczną prośbą o nieniszczenie znaków informacyjnych i zakazów umieszczonych na terenie kąpieliska. Znaki te mają kluczowe znaczenie dla bezpieczeństwa – informują o odpowiednim zachowaniu na pomostach, zakazach kąpieli, obecności ratownika. Ich celowe usuwanie, zamalowywanie czy uszkadzanie może prowadzić do tragicznych w skutkach sytuacji. Dbajmy wspólnie o porządek, bezpieczeństwo i komfort wypoczynku nad wodą. W przypadku zauważenia uszkodzonych lub zniszczonych znaków – prosimy o kontakt z obsługą kąpieliska lub ratownikiem.

Mamy jedne z najpiękniejszych plaż na Warmii i Mazurach. W TOP5 wybranym przez sztuczną inteligencję, pierwsze trzy miejsca przypadły plażom na Wielkich Jeziorach. Na czwartym miejscu znalazła się plaża w Ostródzie nad Jeziorem Drwęckim. A TOP5 najpiękniejszych plaż zamknęła plaża w Starych Jabłonkach nad jeziorem Szeląg Mały. I warto o nie dbać, nie niszcząc bezmyślnie.

Organizatorzy kąpielisk są zobowiązani do oznakowania miejsc do pływania i do zapewnienia ratowników. Jakość wody regularnie kontrolują tam służby sanitarne. Z danych sanepidu wynika, że w trakcie ubiegłorocznego sezonu tymczasowe zakazy kąpieli były wprowadzane głównie z powodu zakwitu sinic. Osoby planujące wypoczynek mogą sprawdzać czystość wody w kąpieliskach w serwisie kąpieliskowym Głównego Inspektoratu Sanitarnego – sk.gis.gov.pl.

BCL

eprasa.pl 9336f160a0

OLSZTYŃSKIE KINA

REPERTUAR MULTIKINO
Wtorek, 1 lipca
F1 / napisy: 10:40, 11:40, 12:50, 14:00, 15:00, 16:10, 18:20, 19:30, 20:45
M3GAN 2.0 / napisy: 14:40, 17:20, 20:00, 21:35
JAK WYTRESOWAĆ SMOKA / familijny / dubbing: 10:00, 11:20, 12:10, 14:10, 15:30, 17:00, 19:50
JAK WYTRESOWAĆ SMOKA / familijny / napisy: 20:30
LILO I STITCH / familijny / dubbing: 10:30, 11:50, 13:00, 15:00, 18:15
28 LAT PÓŹNIEJ / napisy: 15:10, 17:45, 20:20
MATERIALIŚCI / napisy: 12:30, 19:00
ELIO / familijny / dubbing: 10:10, 14:20, 16:40
HARRY POTTER I KAMIEŃ FILOZOFICZNY / dubbing: 17:30
ŚWINKA PEPPA POZNAJE DZIDZIUSIA / familijny / dubbing: 10:40
RYTUAŁ / napisy: 21:35
MISSION: IMPOSSIBLE – THE FINAL RECKONING / napisy: 11:10
OSZUKAĆ PRZEZNACZENIE: WIĘZY KRWI / napisy: 20:50

REPERTUAR HELIOS
Wtorek, 1 lipca
F1 / napisy: 10:40, 12:00, 14:00, 15:15, 17:00, 18:30, 20:15
M2GAN 2.0 / napisy: 13:30, 16:45, 17:45, 19:30, 20:45
JAK WYTRESOWAĆ SMOKA / familijny / dubbing: 9:30, 10:30, 12:45, 14:15, 16:00, 18:45
LILO I STITCH / familijny / dubbing: 10:15, 15:40, 18:15
28 LAT PÓŹNIEJ / napisy: 16:20, 19:45, 21:30
ELIO / familijny / dubbing: 10:00, 12:15, 14:30, 15:30, 17:15
MATERIALIŚCI / napisy: 10:50, 20:30
RYTUAŁ / napisy: 13:10, 21:45
MISSION: IMPOSSIBLE – THE FINAL RECKONING / napisy: 19:00
KARATE KID: LEGENDY / dubbing: 11:00

REPERTUAR AWANGARDA
Wtorek, 1lipca
Małe miłości – prod. Hiszpania: godz. 18.00
Wakacyjne remanenty: Dalajlama. Przez mądrość do szczęścia – prod. USA: godz. 18.00
Wiosna Juliette – prod. Francja: godz. 18.00
F 1 – prod. USA: godz. 19.30
Follemente. W tym szaleństwie jest metoda – prod. Włochy: godz. 19.45
Wakacyjne remanenty: Shambhala – prod. Nepal: godz. 19.45

CO, GDZIE, KIEDY?

6 lipca
Bitwa Regionów w Gietrzwałdzie – kulinarny akcent Festiwalu Piosenki Ludowej i Biesiadnej Gietrzwałd

Gietrzwałd rozbrzmi muzyką, śpiewem i zapachem regionalnych przysmaków. Wszystko za sprawą Festiwalu Piosenki Ludowej i Biesiadnej „U Noju na Warnii", który po raz kolejny zgromadzi mieszkańców i gości w atmosferze radości, tradycji i wspólnego świętowania. Jednym z najważniejszych punktów programu będzie I Etap Konkursu kulinarnego „Bitwa Regionów", organizowany przez Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa. W szranki staną Koła Gospodyń Wiejskich, prezentując swoje popisowe potrawy oparte na lokalnych recepturach i tradycjach. Rywalizacja będzie nie tylko okazją do wyłonienia najlepszych smaków regionu, ale także do uhonorowania dziedzictwa kulinarnego Warmii. **Godz. 11.00, Plac przy Amfiteatrze w Gietrzwałdzie.**

Warmiński 1987 ZAKŁAD POGRZEBOWY
dawniej market
OLSZTYN ul. Lengowskiego 18-20 895 355 300 602 327 277
BISKUPIEC ul. Armii Krajowej 4 897 152 093 608 680 642
POGOTOWIE POGRZEBOWE 89 527-09-09
Pomożemy Ci godnie pożegnać
725otbp-a-M

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

NIERUCHOMOŚCI
sprzedam
WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL 503-103-703

PRACA
dam pracę
FERMA drobiu, 668-047-381
ZATRUDNIĘ w gospodarstwie rolnym, 601-772-124

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że 28 czerwca 2025 r. odszedł od nas w wieku 78 lat
nasz kochany Mąż, Tata i Dziadek

ś. † p.

Zenon Turkowski

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się
2 lipca 2025 r. mszą świętą o godz. 10.00 w kościele
pw. Chrystusa Zmartwychwstałego przy ul. Żytniej 68
(os. Dajtki), po której nastąpi wyprowadzenie
na cmentarz komunalny w Dywitach.

Pogrążona w żałobie rodzina

76125opb1-a-M

Umiera się nie po to, by przestać żyć, lecz po to, by żyć inaczej.
Paulo Coelho

Koleżance **Sylwii Boraczyńskiej**
wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci
Taty
składają Dyrekcja oraz Koleżanki i Koledzy
ze SP nr 15 w Olsztynie

76225opb1-a-M

Panu dr. **Jackowi Michalakowi**
Prezesowi ZU ZNP w UWM w Olsztynie
Jego Rodzinie i Bliskim
wyrazy najgłębszego współczucia po śmierci
Mamy
składają koleżanki i koledzy
z ZNP w UWM w Olsztynie

75925opb1-a-M

Z wielkim smutkiem i żalem
przyjęliśmy wiadomość o śmierci

ś. † p.

Druha Marka Brzosko

Prezesa Ochotniczej Straży Pożarnej w Droszewie.

Jego poświęcenie, odpowiedzialność i serce,
które wkładał w każde działanie,
pozostaną na zawsze w naszej pamięci.

Najszczersze wyrazy współczucia,
wsparcia i otuchy w tych trudnych chwilach

Rodzinie i Bliskim Zmarłego

składają

Przewodnicząca Rady Miejskiej w Biskupcu
Alina Radziszewska

Burmistrz Biskupca
Kamil Kozłowski

76025opb1-a-M

Pani Doktor
Małgorzacie Stompór
oraz
Panu Profesorowi
Tomaszowi Stomporowi
szczere wyrazy współczucia z powodu śmierci
Mamy
składają Dziekan, prodziekani
oraz współpracownicy z Wydziału Lekarskiego
Collegium Medicum UWM w Olsztynie

75625opb1-a-M

Szanownemu Panu Profesorowi
Tomaszowi Stomporowi
oraz Szanownej Pani Doktor
Małgorzacie Stompór
wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci
Mamy
składa zespół Stacji Dializ Szpitala Wojewódzkiego w Olsztynie

75825opb1-a-M

Profesorowi
Tomaszowi Stompór
wyrazy szczerego współczucia z powodu śmierci
Mamy
składają pracownicy Przychodni „Zdrowie"
przy ul. Limanowskiego 17/19

76325opb1-a-M

JUŻ OTWARTE! DOM POGRZEBOWY OLSZTYN-DYWITY
USŁUGI POGRZEBOWE • pogrzeby urnowe od 4800 zł
OFERUJEMY:
* kremację w naszym krematorium * salę pożegnań z możliwością organizacji mszy pogrzebowej * nowoczesną chłodnię * trumny, urny * limuzynę pogrzebową marki Mercedes
Dom Pogrzebowy i Krematorium Drejka, Olsztyn, ul. Wadąska 50, tel. 48 731 108 108, e-mail: dompogrzebowy.olsztyn@gmail.com

31225otbr-d -G

eprasa.pl 9336f160a0

WOJSKOWE OKO TO CELNE OKO

STRZELECTWO SPORTOWE\\\ Podczas rozegranych w Norwegii wojskowych mistrzostw świata znakomicie spisał się Maciej Kowalewicz. Zawodnik, który na co dzień reprezentuje olsztyńską Gwardię, do Polski wrócił ze srebrnym i brązowym medalem!

W Skandynawii Maciej Kowalewicz, olimpijczyk z Paryża, wystąpił jako zawodnik Centralnego Wojskowego Zespołu Sportowego. Wraz z nim w strzelaniu na 300 metrów o medale rywalizowali jeszcze Tomasz Bartnik (Legia Warszawa, olimpijczyk z Paryża) i Wiktor Sajdak (TKS LOK Tarnów, medalista mistrzostw Europy juniorów).

STRZELANIE NA 300 METRÓW ZNACZNIE RÓŻNI SIĘ OD KONKURENCJI OLIMPIJSKICH. BROŃ JEST CIĘŻSZA, MA INNY ZAPŁON ORAZ WIĘKSZY KALIBER (6 ZAMIAST 5,6 MILIMETRA), A CO ZA TYM IDZIE SPORY ODRZUT. POZA TYM WIĘKSZA JEST TEŻ TARCZA (METR NA METR, A DZIESIĄTKA MA ŚREDNICĘ 10 CENTYMETRÓW).

W konkurencji Military Rapid Fire 3x20 strzałów bardzo ważny jest... czas. - W magazynku jest dziesięć sztuk amunicji. Po każdym strzale musimy broń przeładować, bo nie dzieje się to automatycznie. W postawie klęczącej mamy dwie dwuminutowe serie na oddanie dwa razy po dziesięć strzałów, takie same zasady obowiązują w postawie stojącej, natomiast w leżącej czas w każdej serii jest krótszy o 30 sekund - wyjaśnia Maciej Kowalewicz. - Przy tak dużym dystansie często na strzelnicy dużą rolę odgrywa wiatr, zwłaszcza w Military Rapid Fire, gdzie na oddanie strzałów mamy tylko dwie minuty, więc nie ma możliwości przeczekania wiatru. Co innego w konkurencji standard - tu na oddanie wszystkich strzałów mamy aż godzinę i 45 minut, więc w razie złych warunków wietrznych można spróbować je przeczekać.

W Norwegii Kowalewicz w eliminacjach konkurencji Standard wystrzelał 581 punktów, a dzień później w konkursie indywidualnym poprawił się jeszcze o dwa punkty, co dało mu ostatecznie 11. miejsce. - Jestem zadowolony, bo oba wyniki niewiele ustępują mojemu rekordowi życiowemu, który wynosi 586 punktów - przypomina olsztyński strzelec.

Zdecydowanie lepiej ekipa Kowalewicz-Bartnik-Sajdak wypadła w konkursach drużynowych, bo w konkurencji Standard Polacy zajęli drugie, a w Military Rapid Fire trzecie miejsce.

Za tydzień Maciej Kowalewicz weźmie udział w zawodach w Budapeszcie, a pod koniec lipca wyjedzie do Francji na mistrzostwa Europy.

ARTUR DRYHYNYCZ

Fot. archiwum domowe

Polscy dwukrotni medaliści wojskowych mistrzostw świata (od lewej): Wiktor Sajdak, Tomasz Bartnik i Maciej Kowalewicz

O PIŁCE

Juniorzy młodsi Stomilu awansowali do Centralnej Ligi Juniorów U-17, dzięki czemu w następnym sezonie młodzi piłkarze ze stolicy regionu będą rywalizowali z najlepszymi drużynami w kraju.
W sobotę podopieczni Marka Maleszewski zremisowali 1:1 z Puszczą Niepołomice, ale dzięki zwycięstwu na wyjeździe tydzień wcześniej zapewnili sobie awans.
Olsztynianie do barażów awansowali dzięki zwycięstwu w lidze wojewódzkiej. Stomil w tabeli wyprzedził m.in. Żuriego Olsztyn, Rozwój Iława i Ronę 03 Ełk.
W grudniu odbyło się losowanie par barażowych, więc już wtedy było wiadomo, że mistrz województwa warmińsko-mazurskiego trafi na najlepszą drużynę z województwa małopolskiego. Na południu Polski ligę wojewódzką wygrała Puszcza Niepołomice, która było gospodarzem pierwszego spotkania.
W Niepołomicach olsztynianie wygrali 2:1 po dwóch golach Włodzimierza Skowrona, więc do awansu w meczu rewanżowym wystarczał im remis. I też takim rezultatem ostatecznie zakończył się rewanż.
- Bardzo cieszymy się z awansu - mówi trener Marek Maleszewski. - Przeszliśmy bardzo długą drogą w lidze wojewódzkiej do tych baraży. Mieliśmy swoje kłopoty, ale udało się wygrać ligę i zagrać w barażach. W obu meczach zawodnicy pokazali stomilowski charakter.
W nowym sezonie Stomil w Centralnej Lidze Juniorów będzie rywalizował m.in. z Polonią Warszawa, Hutnikiem Kraków, Jagiellonią Białystok i Legią Warszawa.

*** Puszcza Niepołomice - Stomil Olsztyn 1:2 (0:2)**
0:1, 0:2 - Skowron (16, 19),
1:2 - Kocjan (62)
STOMIL: Krztoń - Zagórski, Kopeć, Mierzejewski (75 Michałowski), Jabłoński (50 Augustyniak), Chrobak, Osmolik, Smolicz, Skowron (65 Dramowicz), Kulesza (90 Janicki), Mościbrocki

*** Stomil Olsztyn - Puszcza Niepołomice 1:1 (0:0)**
1:0 - Mościbrocki (57),
1:1 - Kocjan (82 k)
STOMIL: Krztoń - Zagórski, Chrobak, Mościbrocki (77 Jabłoński), Osmolik, Skowron (80 Janicki) - Kopeć, Smolicz - Augustyniak (54 Dramowicz), Mierzejewski (87 Tokarski), Kulesza

Fot. Emil Marecki

Stomil Olsztyn awansował do Centralnej Ligi Juniorów U-17

>>> Cezary Kulesza, pełniący od czterech lat funkcję prezesa Polskiego Związku Piłki Nożnej, został wybrany na kolejną kadencję. Był jedynym kandydatem podczas Walnego Zgromadzenia Sprawozdawczo-Wyborczego Delegatów PZPN w Warszawie. Za Kuleszą opowiedziało się 98 delegatów, siedmiu było przeciw, a 11 wstrzymało się od głosu.
63-letni działacz piastuje to stanowisko od sierpnia 2021 roku, gdy zastąpił Zbigniewa Bońka, który kierował PZPN przez dwie kadencje.
Niespodziewanie w wyborach przepadli zgłoszeni przez Kuleszę kandydaci na wiceprezesów: Henryk Kula, Maciej Mateńko i Mieczysław Golba. Zarządzono więc przerwę w obradach, a po ich wznowieniu powrócono do głosowania. Ostatecznie Dariusz Mioduski został wiceprezesem ds. zagranicznych, Adam Kaźmierczak ds. organizacyjno-finansowych, a Sławomir Kopczewski ds. szkoleniowych.

Fot. PAP/Leszek Szymański

Prezes PZPN Cezary Kulesza

eprasa.pl 9336f160a0

MIELI POWALCZYĆ, NO I POWALCZYLI!

LEKKA ATLETYKA Czwartkową zapowiedź drużynowych mistrzostw Europy zatytułowaliśmy proroczo „Bukowieccy powalczą w Madrycie", bo Konrad (AZS UWM Olsztyn) był trzeci wśród kulomiotów, a Natalia poprowadziła do zwycięstwa sztafetę mieszaną 4x400 m!

Na kameralnym stadionie w Madrycie Konrad Bukowiecki zaczął rywalizację dość niemrawo (19,60 m), ale później kulomiot AZS UWM Olsztyn powoli się rozkręcał, w najlepszej próbie uzyskując 20,55 m, co dało mu awans nawet na drugie miejsce. Ostatecznie Polak zakończył zmagania na trzeciej pozycji, bo dalej od niego pchnęli Szwed Petersson (21,10) i Włoch Fabrri, którego 21,68 m jest nowym rekordem DME. Dzięki trzeciej lokacie Bukowieckiego polska drużyna wzbogaciła się o cenne 14 punktów.

- Mój wynik sprawia, że nie jestem smutny i zły. Ważne jest to trzecie miejsce i punkty dla drużyny. Dobrze, że wszystko poszło po mojej myśli, poza tym, że było bardzo gorąco, co powodowało, że w takim słońcu męczące było oczekiwanie na start.

PRZYJECHAŁEM TU Z CZWARTYM WYNIKIEM, A SKOŃCZYŁEM TRZECI, WIĘC MOGĘ BYĆ ZADOWOLONY.

Na treningach daleko pcham lżejszą kulą, więc wkrótce powinno przełożyć się to na moje występy w zawodach. Pewnie, gdybym w Madrycie zrobił ciut więcej, to byłbym drugi, bo Fabbri jest poza zasięgiem, ja jednak jestem gotowy pchać ponad 21 metrów - podkreślił Bukowiecki. - Mamy naprawdę fajną kadrę, odmłodzoną, która bije się o podium.

Natomiast Natalia Bukowiecka, żona Konrada, w spektakularny sposób zakończyła 11. edycję drużynowych mistrzostw Europy. Medalistka olimpijska z Tokio i Paryża pjawiła się na ostatniej zmianie kończącej zawody sztafety mieszanej 4x400 m. Przed nią pobiegli Maksymilian Szwed, Justyna Święty-Ersetic i Daniel Sołtysiak, a gdy Bukowiecka przejęła pałeczkę, polska sztafeta była trzecia. Ale na ostatniej prostej Natalia włączyła dopalacze, w efekcie jako pierwsza minęła linię mety. Czas biało-czerwonej sztafety - 3.09,43 - to rekord Polski oraz najlepszy tegoroczny wynik na świecie!

Fot. PAP/Paweł Skraba1

Konrad Bukowiecki podczas drużynowych lekkoatletycznych mistrzostw Europy w Madrycie

- UDOWODNILIŚMY, ŻE WCIĄŻ LICZYMY SIĘ W EUROPIE. POLSKA GÓRĄ - POWIEDZIAŁA DUMNA I SZCZĘŚLIWA NATALIA BUKOWIECKA.

- Jako drużyna jesteśmy w stanie robić duże rzeczy. W sztafecie pokazałam, że jest moc. Trzeba to teraz tylko przełożyć na starty indywidualne i będzie naprawdę dobrze - zakończyła Bukowiecka, która na lotnej zmianie uzyskała świetny międzyczas na poziomie 48,73!

Przed zawodami uważano, że Polacy powinni zająć piąte lub szóste miejsce, tymczasem skończyli na drugim! Zapracowali na to także m.in. Maria Andrejczyk (drugie miejsce w oszczepie), Maria Żodzik (druga w skoku wzwyż), Filip Rak (trzeci na 1500 m) oraz Kinga Królik (trzecia w biegu na 3000 m z przeszkodami).

Reprezentacja Polski ósmy raz z rzędu zakończyła drużynowe mistrzostwa Europy na podium. W 2019 i 2021 roku biało-czerwoni nawet zwyciężali, natomiast przed dwoma laty, podobnie jak teraz, cieszyli się ze srebra.

Z I dywizji ostatecznie spadły Ukraina, Finlandia oraz Litwa. Przeprowadzone w tym samym czasie rozgrywki II dywizji w Mariborze przyniosły z kolei awans Belgii, Słowenii oraz Norwegii. Kolejna edycja drużynowych mistrzostw Europy odbędzie się w czerwcu 2027 roku. Gospodarz wydarzenia nie jest jeszcze znany, ale istnieje możliwość, że zawody będą częścią Igrzysk Europejskich w Stambule.

DRYH

Klasyfikacja końcowa

1. Włochy	431,5
2. Polska	**405,5**
3. Niemcy	397
4. Holandia	384,5
5. Wlk. Brytania	381
6. Hiszpania	378
7. Francja	354,5
8. Portugalia	300
9. Szwecja	288,5
10. Szwajcaria	286
11. Czechy	283
12. Grecja	253
13. Węgry	244,5
14. Ukraina	231
15. Finlandia	220,5
16. Litwa	178,5

DWIE STRONY SIATKI

>>> Polacy przegrali z Brazylią 1:3 (21:25, 21:25, 25:21, 26:28) na zakończenie turnieju Ligi Narodów w Chicago. Była to druga porażka biało-czerwonych w ośmiu spotkaniach tegorocznego cyklu. Teraz podopiecznych trenera Nikoli Grbica czekają dwa tygodnie przerwy. Ostatni turniej fazy interkontynentalnej rozegrają od 16 do 20 lipca w Gdańsku. Polscy wicemistrzowie olimpijscy zagrają wtedy kolejno z Iranem, Kubą, Bułgarią i - w rewanżu za finał paryskich igrzysk - Francją. Siedem najlepszych zespołów zbiorczej tabeli plus gospodarze wystąpią później w turnieju finałowym, który odbędzie się w chińskim Ningbo między 30 lipca a 3 sierpnia. Ostatni zespół w tabeli zostanie natomiast zdegradowany, a jego miejsce zajmie drużyna legitymująca się najwyższym miejscem w międzynarodowym rankingu, która nie uczestniczy w tegorocznej edycji LN.

LIGA NARODÓW

1. Brazylia	20	23:8
2. Polska	**18**	**21:10**
3. Włochy	17	21:12
4. Japonia	15	18:11
5. Francja	15	19:12
6. Ukraina	15	19:14
7. Niemcy	15	19:16
8. Argentyna	13	17:15
9. Kuba	13	18:17
10. Iran	12	17:18
11. Bułgaria	11	14:15
12. Słowenia	11	13:16
13. USA	10	13:17
14. Kanada	11	15:17
15. Chiny	7	8:19
16. Turcja	6	8:18
17. Holandia	4	9:22
18. Serbia	3	7:22

Polacy utrzymali prowadzenie w rankingu FIVB po drugim tygodniu rywalizacji w Lidze Narodów, ale znacząco zmalała ich przewaga nad wiceliderami z Francji. Na podium wskoczyli Włosi, a spory awans zaliczyli też Brazylijczycy.

RANKING FIVB

1. Polska	**396,13**
2. Francja	365,40
3. Włochy	357,46
4. Brazylia	343,27
5. Japonia	333,17
6. USA	332,30
7. Słowenia	317,04
8. Niemcy	274,74
9. Argentyna	269,71
10. Kuba	259,11

>>> Johannes Tille podpisał dwuletni kontrakt z Indykpolem AZS Olsztyn. W przeszłości Tille grał w klubach niemieckich, sezon 2021-22 spędził we Francji, po czym przeniósł się do Berlin Recycling Volleys, z którym trzykrotnie sięgnął po mistrzostwo Niemiec, Puchar Niemiec i Superpuchar Niemiec. Tille jest również jednym z czołowych rozgrywających reprezentacji Niemiec. - Jednym z powodów, dla których zdecydowałem się podpisać kontrakt z Indykpolem AZS, jest oczywiście postać Moritza Karlitzka. To jeden z moich najlepszych przyjaciół z reprezentacji Niemiec i mówił o klubie same dobre rzeczy - o kibicach, atmosferze, całym środowisku. Dlatego ważne dla mnie było, aby trafić do drużyny, która ma solidną strukturę, wspaniałą halę i wiernych fanów. Słowa Moritza sprawiły, że poczułem, iż naprawdę chcę być częścią tej ekipy. Cieszę się również, że Olsztyn oferuje piękne otoczenie z wieloma jeziorami, co daje możliwość wychowywania naszego dziecka razem z żoną w spokojnym i przyjaznym miejscu - przyznał Johannes Tille.

Fot. indykpolazs.pl

Johannes Tille

>>> Ogłoszono terminarz sezonu zasadniczego PlusLigi. Rywalizacja rozpocznie się 22 października i od razu czeka nas kolejka w środku tygodnia, do tego z prawdziwym hitem ZAKSA Kędzierzyn-Koźle – Aluron CMC Warta Zawiercie. Nowy sezon PlusLigi będzie inny niż poprzednie. Wystąpi w nim tylko 14 drużyn, ale pomimo tego będzie sporo grania. W pierwszej części sezonu zasadniczego cztery kolejki rozegrane zostaną w środku tygodnia, w tym ta inaugurująca nowe rozgrywki.

*** 1. kolejka (22.10, środa):** Indykpol AZS Olsztyn – JSW Jastrzębski Węgiel, Steam Hemarpol Norwid Częstochowa – Bogdanka LUK Lublin, ZAKSA Kędzierzyn-Koźle – Aluron CMC Warta Zawiercie, PGE Projekt Warszawa – InPost ChKS Chełm, Cuprum Stilon Gorzów – PGE GiEK Skra Bełchatów, Ślepsk Malow Suwałki – Asseco Resovia Rzeszów, Trefl Gdańsk – Barkom Kazany Lwów.

>>> Szymon Gregorowicz, 31-letni libero, który przez dwa lata reprezentował barwy Aluronu CMC Warty Zawiercie, zasili szeregi Stilonu Cuprum Gorzów.

DRYH

eprasa.pl 9336f160a0

Szukasz klientów?
e-mail: reklama@gazetaolsztynska.pl

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

SPRZEDAM

mieszkania

OLSZTYN, Podgrodzie, Borkowskiego(Gotowca), 48 m2, 420000 zł, 3 pok., 3-pokojowe mieszkanie na 1p. stan do remontu zjadł ząb czasu , spokojne miejsce , blisko do Kortowa - doskonałe pod inwestycję , sklepu , komunikacji , zielonych miejsc 603 584 180 www.as.olsztyn.pl, *53/**AS.***

OLSZTYN, Os. Grunwaldzkie, Grunwaldzka, 68 m2, 455000 zł, 3 pok., Mieszkanie sprzedaż lub zamiana 3pokoje / 3p , więcej www.as.olsztyn.pl 603 584 180, *75/**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.***

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.***

MICHAŁKI, 1308 m2, 183000 zł, Michałki GM. Pasym działka pod zabudowę jednorodzinną na działce prąd przy działce woda , kanalizacja więcej www.as.olsztyn.pl 603 584 180, *53/**AS.***

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

WÓJTOWO, Bławatna, 1362 m2, 185000 zł, Działka w planie zagospodarowania na osiedlu domków jednorodzinnych , sąsiednie działki zabudowane . Przy drodze woda , prąd . Zapraszam Małgorzata Dyrda lic. 3079 603 584 180, *73/**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, 340000 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, 395000 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.***

eprasa.pl 9336f160a0

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

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

Biuro nieruchomości
Olsztyn
ulica.....
tel. .....
BO

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.
BO/2
1219obb1-a25-M

SPRZEDAM

mieszkania

OLSZTYN, Podgrodzie, Ul. Borkowskiego, 32,57 m2, 309000 zł, 2 pok., 1977 rok, III p. /4, ATRAKCYJNE, po remoncie, nowe instalacje, środkowe. Pokój z aneksem 15,07 m2, oddzielna sypialnia 8,55 m2, łazienka z wc 3,00 m2, p.pokój 5,29 m2, piwnica 2,48 m2, tel. 660 590 596, *LEG-MS-592/**ALH***

działki | grunty

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

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 w Olsztynie. Dowolna lokalizacja --Może być do remontu !!.--- www.kosyl-nieruchomosci.pl/ tel. 664-71-31-20, *8/**KOS***

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, 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

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***

lokale użytkowe

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***

5024otbp-b-K

eprasa.pl 9336f160a0

W PIERWSZEJ RUNDZIE BANK SPÓŁDZIELCZY W SZCZYTNIE WOJEWÓDZKIEGO PUCHARU POLSKI (26-27 LIPCA) WEŹMIE UDZIAŁ 118 PIŁKARSKICH DRUŻYN.

TURNIEJ OLDBOJÓW ORAZ BARAŻE

PIŁKA NOŻNA Podczas weekendu oldboje z Warmii i Mazur z drugiego miejsca w grupie wywalczyli awans do ogólnopolskich finałów, poza tym rozegrano rewanżowe mecze barażowe, których stawką były występy w okręgówce w zbliżającym się sezonie.

Fot. wmzpn.pl

Oldboje z Warmii i Mazur awansowali do wrześniowego ogólnopolskiego finału, który zostanie rozegrany na Śląsku

Gospodarzami Makroregionalnego Turnieju Eliminacyjnego Mistrzostw Polski Oldboyów były Olsztynek i Barczewo. Pierwotnie w turnieju miały rywalizować cztery zespoły, jednak w ostatniej chwili wycofała się reprezentacja Podlaskiego Związku Piłki Nożnej. W efekcie o dwa miejsca premiowane awansem rywalizowały Warmińsko-Mazurski ZPN, Mazowiecki ZPN i Łódzki ZPN.

Faworytem turnieju było Mazowsze, jednak ekipa z Warmii i Mazur też sroce spod ogona nie wypadła, dzięki czemu kibice obejrzeli zacięty i - co najważniejsze - zakończony remisem 2:2 mecz. W tej sytuacji o awansie miały zadecydować pojedynki obu tych zespołów z Łodzią, która okazała się zdecydowanie najsłabszym uczestnikiem turnieju. Reprezentanci Warmii i Mazur ograli ją 5:2, niestety, Mazowsze zwyciężyło aż 8:1, dzięki czemu zakończyło rywalizację na pierwszym miejscu. Ale gospodarze też mają powody do radości, bowiem drugie miejsce też gwarantowało awans do ogólnopolskich finałów, które od 21 do 25 września z udziałem ośmiu zespołów zostaną rozegrane na Śląsku.

- MAZOWSZE BYŁO NIE TYKO FAWORYTEM NASZEGO TURNIEJU, ALE JEST TAKŻE GŁÓWNYM KANDYDATEM DO WYGRANIA MISTRZOSTW POLSKI - WYJAŚNIA EMIL WOJDA, DYREKTOR BIURA WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO ZWIĄZKU PIŁKI NOŻNEJ. - MIMO TO WALCZYLIŚMY Z NIM JAK RÓWNY Z RÓWNYM, A W KOŃCÓWCE MIELIŚMY NAWET DWIE-TRZY STUPROCENTOWE SYTUACJE. WYSTARCZYŁO JEDNĄ Z NICH WYKORZYSTAĆ I WTEDY TO MY CIESZYLIBYŚMY SIĘ Z WYGRANIA TURNIEJU.

Drugie miejsce to jednak też sukces, który jest efektem pewnych istotnych zmian organizacyjnych - do tej pory w rozgrywkach centralnych uczestniczył zespół, który został mistrzem Warmii i Mazur (aktualnym jest Warmlift Oldboys Olsztyn), natomiast teraz zostali do niego włączeni najlepsi zawodnicy z innych klubów, dzięki czemu w Olsztynku kibice obejrzeli w akcji nie mistrza, a reprezentację województwa.

W mistrzostwach Polski oldbojów rywalizują piłkarze, którzy ukończyli 42 lata. W ekipie Warmii i Mazur właśnie w tym wieku jest Marcin Łukaszewski, znakomity napastnik Błękitnych Pasym, który wielu bramkarzy doprowadził już do płaczu. Tym razem jednak nie zagrał... Dlaczego? - Niestety, w ostatnim meczu sezonu w klasie okręgowej doznałem bolesnej kontuzji naciągnięcia mięśnia, która do tej pory ciągnie się za mną. Ale beze mnie chłopcy też dali sobie radę, mam więc nadzieję, że trener powoła mnie na wrześniowe finały. Nie ukrywam, że bardzo chciałbym pojechać na Śląsk, bo miałbym wreszcie okazję być jednym z najmłodszych na boisku. Przecież na co dzień w lidze gram z chłopakami, od których jestem dwa razy starszy - kończy ze śmiechem 42-latek z Pasymia.

TABELA TURNIEJU

1. Mazowiecki ZPN	4	10:3
2. WMZPN	**4**	**7:4**
3. Łódzki ZPN	0	3:13

>>> Podczas weekendu sześć zespołów (trzy z obu grup okręgówki oraz wicemistrzowie klasy A) rozegrało rewanżowe mecze barażowe, których stawką były występy w okręgówce w sezonie 2025/26. W barażach uczestniczyło osiem klubów, ale Iskra Narzym - po porażce 0:7 z Mazurem - zrezygnowała z przyjazdu na rewanż do Pisza. W tej sytuacji gospodarze rozegrali mecz przyjaźni dawni zawodnicy Mazura kontra obecni, który ci drudzy wygrali 8:6, a potem wszyscy razem świętowali powrót do okręgówki.

Przed rewanżem w znakomitej sytuacji była także Gwardia Szczytno (5:1 z Wałszą), spore szanse na obronę przed spadkiem miała Cresovia (3:1 z Błękitnymi Stary Olsztyn), jedynie w parze Radomniak Radomno – Unia Susz każdy wynik mógł być możliwy (2:2). Ostatecznie jednak Radomniak pewnie wygrał 3:0, dzięki czemu po dwóch latach powrócił do okręgówki. - O naszym awansie zadecydowała szersza kadra - wyjaśnia Adam Hulewicz, kierownik drużyny. - W obu meczach mieliśmy po 20 piłkarzy, natomiast Unia miała jedynie po 13-14 zawodników. To chyba przeważyło. Jesteśmy klubem, którego nie stać na jakieś spektakularne wzmocnienia, na pewno będziemy szukać młodzieżowców, bo z nimi zawsze jest problem. Generalnie jednak zespół będzie oparty na zawodnikach, którzy wywalczyli awans.

*** Wyniki rewanżów:** Błękitni Stary Olsztyn - Cresovia Górowo Iławeckie 2:5 (w pierwszym meczu 1:3), Mazur Pisz - Iskra Narzym 3:0 walkower (7:0), Wałsza Pieniężno - Gwardia Szczytno 2:2 (1:5), Radomniak Radomno - Unia Susz 3:0 (2:2).

>>> Baraże o pozostanie w klasie A: MKS Jeziorany - Jurand Barciany 3:2 po dogrywce, Zagłada Lisów - Osa Ząbrowo 2:1; **finał:** Jeziorany - Zagłada 3:1 (Jeziorany utrzymały się w klasie A).

ARTUR DRYHYNYCZ

eprasa.pl 9336f160a0