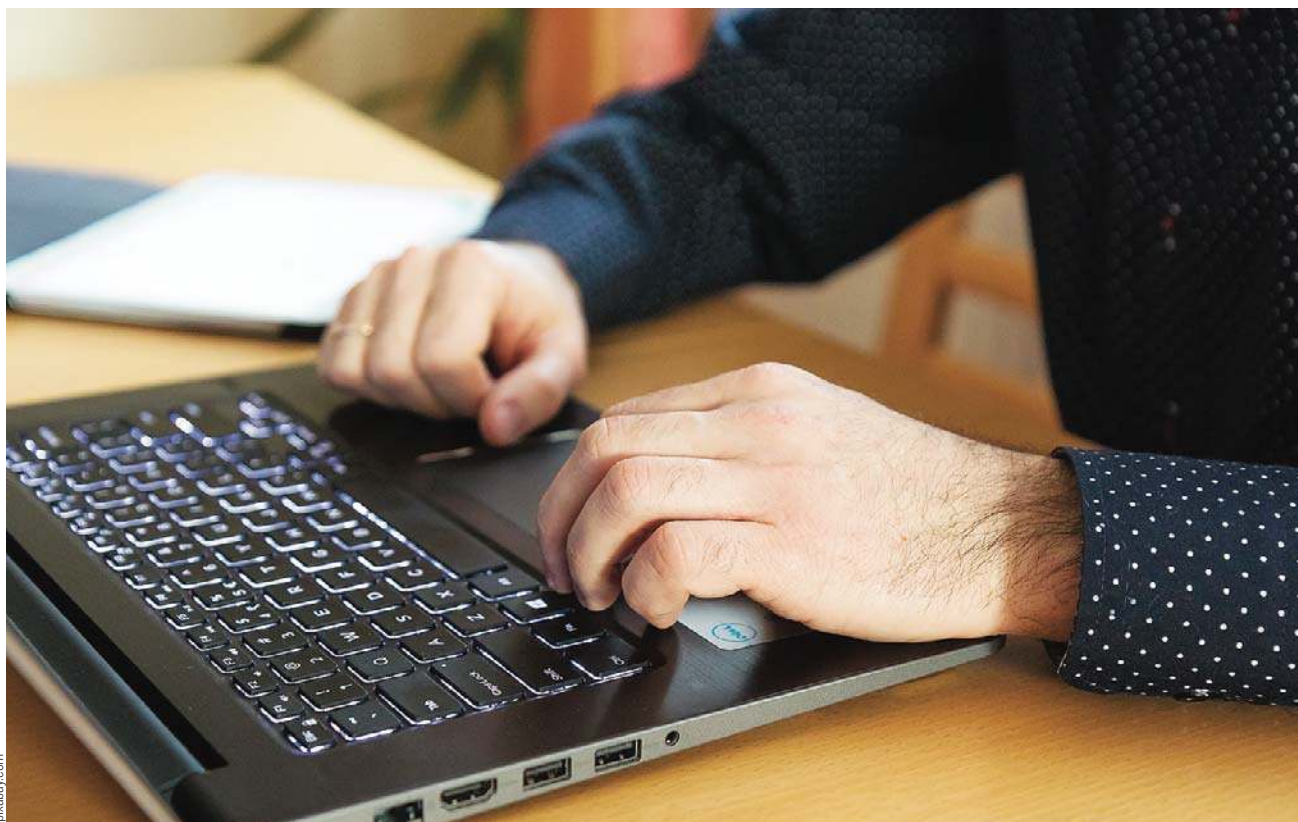


MŁAWA KOCHAM MOJE MIASTO!



WZIAŁ KREDYT I CAŁĄ KWOTĘ PRZEKAZAŁ OSZUSTOM

OSZUŚCI, PODAJĄCY SIĘ ZA PRACOWNIKÓW BANKU LUB FIRM KREDYTOWYCH, NAKŁANIAJĄ DO WZIĘCIA KREDYTU I WPŁATY PRZELEWU NA NIEZNANE KONTO, TO NIĆ NOWEGO. NIESTETY, POMIMO OSTRZEŻEŃ, WCIAŻ OKRADAJĄ KOLEJNE OSOBY. TYM RAZEM PIENIĄDZE STRACIŁ 26-LATEK. WZIAŁ KREDYT NA PONAD 70 TYSIĘCY ZŁ I CAŁĄ KWOTĘ PRZEKAZAŁ OSZUSTOM, REALIZUJĄC SZYBKIE PRZELEWY ELEKTRONICZNE. **S. 3**

MIEJSKI DZIEŃ DZIECKA

MŁAWA ||

S. 5



AMBASADOR MŁODEGO POKOŁENIA MŁAWY WYBRANY

KONKURS ||

S. 6



RENTA WDOWIA MOŻE JUŻ W TYM ROKU

FINANSE ||

S. 7



REKLAMA

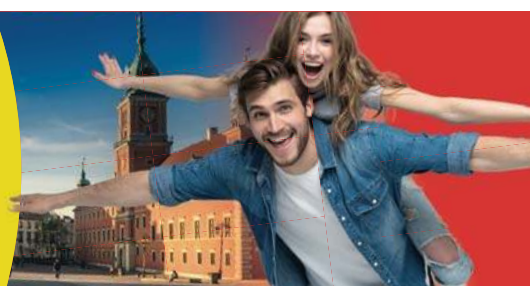




METROPOLIA WARSZAWSKA • MAZOWSZE

wawa.info

CODZIENNIE
NAJNOWSZE WIADOMOŚCI



40240TBP-F-K

NIEMAL POŁOWA POLAKÓW PRACOWAŁA PRZED 18 ROKIEM ŻYCIA

Prawie połowa (45 proc.) dorosłych Polaków przyznaje, że przed ukończeniem pełnoletności podejmowała się pracy zarobkowej - wynika z badania zrealizowanego przez Warsaw Enterprise Institute. Według 47 proc. badanych, była to głównie praca sezonowa przy zbiorze owoców i warzyw. Częściej doświadczenia z pracą przed 18. urodzinami mają mężczyźni (49 proc.) niż kobiety (41 proc.). Natomiast 46 proc. mężczyzn oraz 24 proc. kobiet wskazuje, że pracę rozpoczęło w wieku 15 lat lub wcześniej. Przeważnie pierwszą pracę Polaków była praca dorywcza (75 proc. badanych), podejmowana częściej przez mieszkańców małych ośrodków niż dużych miast (54 proc. względem 41 proc.). Ankietowani wskazali, że najpopularniejszą formą pracy w wieku nastoletnim było zbieranie owoców i warzyw (47 proc.). Popularność wielu zajęć zależy w dużej mierze od płci oraz wieku, np. kobiety częściej niż mężczyźni jako pierwsze płatne zajęcia podają: opiekę nad dziećmi lub starszymi czy pracę w charakterze hostessy, natomiast mężczyźni częściej wskazują prace porządkowe czy bycie instruktorem sportowym. Młodzi (do 34 lat) znacznie częściej niż pozostali wskazują, że ich pierwsze płatne zajęcia to była praca w gastronomii. „Wygląda na to, że nabywanie doświadczeń związanych z pracą przed 18 rokiem życia jest w Polsce niezwykle popularne, co – pozornie – kłóci się z danymi Eurostatu, z których wynika, że pomiędzy 15. a 19. rokiem życia w Polsce zatrudnienie znajduje tylko ok. 4–5 proc. osób. Pozornie, bo mowa o zatrudnieniu pełnowymiarowym i legalnym (etat)” - podkreślono w komunikacie. Z badania WEI wynika jednak, że niepełnoletni Polacy pracują przeważnie „na czarno”. Deklaruje to 70 proc. badanych mających doświadczenia z pracą przed 18 rokiem życia. Jeżeli młodociany dostaje jakąś umowę, to jest to zwykle zlecenie lub umowa o dzieło. 81 proc. najmłodszych badanych (grupa 18-24 lata) jako główny motyw podjęcia pracy w okresie nastoletnim podało chęć dorobienia na własne wydatki i przyjemności, a 12 proc. - kłopoty finansowe. Respondenci w wieku 25-34 lata wskazywali na kłopoty finansowe odrobinę częściej (22 proc.). W ciągu ostatnich 30 lat odsetek pracujących dorywczo nieletnich był mniej więcej taki sam i wynosił ok. 50 proc. Jednak ludzie mający obecnie od 25. do 34. lat są wyjątkiem, w ich przypadku spadł on do 40 proc.

Filip Ostrowski

BEZPŁATNE PORADY PRAWNE

Mieszkańcy Mławy mogą skorzystać z bezpłatnego doradztwa prawnego w następujących miejscach i godzinach: — ul. Graniczna 39 (Szkoła Podstawowa nr 4) w każdy poniedziałek w godz. 15:30-16:30 — w lokalu przy ul. Z. Padlewskiego 13, w każdą środę od godz. 15.00 do godz. 17.00. Przypominamy jednocześnie, że ze wsparcia psychologa możemy skorzystać: — w lokalu przy ul. Mariackiej 20 - w każdy wtorek od godz. 16.00 do godz. 18.00 — w lokalu przy ul. Padlewskiego 13 - w każdy czwartek od godz. 16.00 do godz. 18.00 Aby umówić się z psychologiem na spotkanie prosimy o kontakt telefoniczny pod numerem 23 654 56 38 w. 410/411 przy ul. 18 Stycznia 4. lok 25, bądź bezpośrednio u terapeutę. Specjaliści przyjmują w ramach Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych. Przypominamy również, że Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych powołana przez Burmistrza Miasta Mława do działań związanych z profilaktyką i rozwiązywaniem problemów alkoholowych oraz integracją społeczną osób uzależnionych od alkoholu pełni swoje dyżury. Wniosek o skierowanie na obowiązkowe leczenie odwykowe może złożyć do komisji członek rodziny lub jakakolwiek inna osoba, organizacja lub instytucja. Dyżury członków Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych odbywają się co dwa tygodnie w drugi i czwarty poniedziałek miesiąca od godziny 16.15 do godz. 18.00 w Mławie przy ul. Z. Padlewskiego 13. Kontakt z Komisją przez pracownika Wydziału Oświaty i Polityki Społecznej, w siedzibie wydziału przy ul. 18 Stycznia 4 lok. 25, bądź tel. 23 654 56 38 wew. 412.



WAŻNE ADRESY I TELEFONY

Pogotowie Ratunkowe - 999
Policja - 997
Straż Pożarna - 998
Straż Miejska - 986
Numer alarmowy z telefonu komórkowego - 112
Pogotowie elektryczne – 991
Pogotowie gazowe – 992
Pogotowie wodociągowe – 23 654 23 21
Pogotowie ciepłownicze – 23 654 35 06
Informacja PKP – 23 674-53-33, <https://www.e-podroznik.pl/>
Informacja PKS – 23 654 35 56
Postój TAXI – 23 654 35 76

Urząd Miasta Mława
Mława, ul. Stary Rynek 19, tel. 23 654 33 82, e-mail: info@mlawa.pl, sekretariat@mlawa.pl

Starostwo Powiatowe
Mława, ul. W. Reymonta 6, tel. 23 654 34 09,

e-mail: starostwo@powiatmlawski.pl

Sąd Rejonowy
Mława, ul. W. Reymonta 3, tel. 23 654 89 00, e-mail: adm@mlawa.sr.gov.pl

Urząd Skarbowy
Mława, ul. G.Narutowicza 19/7, tel. 23 654 34 98, e-mail: us1413@mz.mofnet.gov.pl

Zakład Ubezpieczeń Społecznych
ul. Z. Padlewskiego 31, tel. 23 655 00 31 32

Powiatowy Urząd Pracy
Mława, ul. Wyspiańskiego 7, tel. 23 654 39 18, e-mail: waml@praca.gov.pl

Prokuratura Rejonowa
Mława ul. J. Lelewela 4, tel. 23 654 36 19, e-mail: pr.mlawa@plock.po.gov.pl

Komenda Powiatowa Policji
Mława, ul. H. Sienkiewicza 1, tel. 23 654 43 43, e-mail: prasowy.kppmlawa@mazowiecka.policja.gov.pl

Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej
Mława, ul. Z. Padlewskiego 15, tel. 23 654 33 85, e-mail: mlawa@mazowsze.straz.pl

Straż Miejska
Mława, ul. Stary Rynek 19, tel. 23 654 64 34, e-mail: strazmiejska@mlawa.pl

Zakład Wodociągów, Kanalizacji i Oczyszczalnia Ścieków sp. z o.o.
Mława, ul. Płocka 106, tel. 23 654 60 70, e-mail: sekretariat@wod-kan-mlawa.com.pl

Gazownia Warszawska, Rozdzielnia Gazu w Mławie
Mława, ul. Płocka 96, tel. 23 655 01 62

Zakład Energetyczny Płock S.A Region Energetyczny Mława
Mława, ul. Warszawska 127

Samodzielny Zakład Opieki Zdrowotnej – Szpital
Mława, ul. A. Dobrowskiej 1, tel. 23 654 32 35, e-mail: sekretariat@szpitalmlawa.pl

Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych
ul. Padlewskiego 13, tel.: 23 654 56 38, wew. 412

NZOZ Ośrodek Terapii Uzależnień i Współuzależnienia w Działdowie, filia w Mławie
ul. Lelewela 9, tel.: 23 655 28 64

Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Mławie

ul. Padlewskiego 13, tel.: 23 654 36 34

Bezpłatna Infolinia Rzecznika Praw Obywatelskich
Pod numerem telefonu 800 676 676 działa bezpłatna Infolinia Rzecznika Praw Obywatelskich, czynna: poniedziałek: godz. 10:00 – 18:00 wtorek – piątek: godz. 8:00- 16:00 Połączenie możliwe jest zarówno z telefonów stacjonarnych, jak i telefonów komórkowych wszystkich sieci. Dzięki Infolinii można uzyskać podstawowe informacje o prawach człowieka i kompetencjach PRO. Droga ta można również dowiedzieć się wszystkiego o prawie antydyskryminacyjnym. Jeśli sprawa nie jest związana z kompetencjami PRO, pracownicy starają się wskazać rozmówcy instytucję, w której uzyska odpowiednią pomoc.

Telefony zaufania dla osób w depresji:
Antydepresyjny Telefon Forum Przeciw Depresji, tel. 22 594 91 00 (w każdą środę i czwartek od 17.00 do 19.00). ITAKA – antydepresyjny telefon zaufania tel. 22 484 88 01 (w poniedziałki i czwartki od 17.00 do 20.00). Ośrodek Interwencji Kryzysowej – pomoc psychiatryczno-pedagogiczna, tel. 22 855 44 32 lub Ośrodek Interwencji Kryzysowej, tel. 22 837 55 59 (poniedziałek – piątek od 8:00 do 20:00). Telefon Zaufania dla Osób Dorosłych w Kryzysie Emocjonalnym, tel.: 116 123 (od poniedziałku do piątku od godz. 14.00-22.00). Młodzieżowy Telefon Zaufania, tel. 192 88 lub Bezpłatny telefon zaufania dla dzieci i młodzieży, tel. 116 111, codziennie od 12:00 do 02:00.

WZIĄŁ KREDYT I CAŁĄ KWOTĘ PRZEKAZAŁ OSZUSTOM

Oszuści, podając się za pracowników banku lub firm kredytowych, nakłaniający do wzięcia kredytu i wpłaty przelewu na nieznane konto, to nic nowego. Niestety, pomimo ostrzeżeń, wciąż okradają kolejne osoby. Tym razem pieniądze stracił 26-latek mieszkający w pow. działdowskim. Wziął kredyt na ponad 70 tysięcy zł, całą kwotę przekazał oszustom, realizując szybkie przelewy elektroniczne.

Oszukany mężczyzna dał się przekonać, że ktoś wziął na jego dane kredyt gotówkowy. Zadzwoiła do niego kobieta, podająca się za pracownika informacji kredytowej. Oznajmiła, że nieznany sprawca wziął kredyt gotówkowy, posługując się kontem i danymi 26-latka. Aby wyzerować kredyt, mężczyzna musi sam złożyć wniosek o kredyt gotówkowy a pozyskane w ten sposób pieniądze, wpłacić na konto robocze. W ten sposób kredyt zostanie anulowany.

Mężczyzna zastosował się do wskazówek, pobrał pieniądze w bankach na terenie Mławy i Działdowa. Ponad 70 tysięcy zł wpłacił następnie we wpłatomacie, posługując się przesyłanymi przez oszustów kodami szybkich płatności elektronicznych. Gdy cała kwota trafiła do przestępców, zorientował się, że został oszukany. O zdarzeniu powiadomił policję.

Policja radzi – zanim dokonasz zakupu jakiegokolwiek przedmiotu przez Internet, sprawdź wiarygodność sprzedawcy – ta prosta zasada dotyczy także ofert wystawianych za pomocą portali społecznościowych. Jeśli „znajomy” żąda natychmiastowego przelewu na konto, powinno to



26-latek wziął kredyt i całą kwotę przekazał oszustom, realizując szybkie przelewy elektroniczne.

wzbudzić Twoje podejrzanie. Zachowaj ostrożność i nie udostępniaj kodów szybkich płatności elektronicznych.

Atak haka na konto – co zrobić?

1. Zmiana hasła - w przypadku podejrzenia aktywności związanej z naszym kontem, pierwsze, co powinniśmy zrobić – jeżeli jest taka możliwość – to zmienić hasło do logowania się na naszym koncie. Najlepiej w tym celu wybrać dobre, mocne hasło, zawierające duże i małe litery, a także znaki specjalne i cyfry. Nie powinniśmy używać haseł, które wykorzystywaliśmy w innych miejscach.

2. Wylogowanie innych sesji - niektóre serwisy społecznościowe, jak chociażby Facebook, umożliwiają otwieranie wielu sesji, na różnych urządzeniach. Dzięki temu możemy korzystać z Facebooka równocześnie na komputerze i telefonie. Facebook umożliwia także wgląd w aktywne sesje (<https://www.facebook.com/settings?tab=security>). Możemy podejrzec, jakie urządzenia i w jakiej lokalizacji, są obecnie zalogowane do naszego konta i wylogować je.

3. Dwustopniowa autoryzacja - obecnie większość serwisów społecznościowych i kont

pocztowych, oferuje możliwość podniesienia poziomu bezpieczeństwa poprzez dodatkową autoryzację np. wysłanie SMS'a na nasz telefon w chwili logowania czy podpięcie aplikacji generującej tokeny.

4. Zweryfikuj swoje dane i aktywność - w pierwszej kolejności sprawdź, czy osoba, która zalogowała się na twoje konto nie zmieniła danych i sposobu resetowania hasła (np. maila, który jest używany do resetowania hasła). Taki zabieg pomógłby przestępcy zresetować na nowo hasło i ponownie zalogować się na twoje konto.

W drugiej kolejności sprawdź aktywność na swoim koncie. W szczególności, czy nie były wysyłane do znajomych wiadomości z prośbą o pożyczanie pieniędzy lub z linkiem do strony infekującej złośliwym oprogramowaniem. Sprawdź także polubienia, komentarze i znajomych, a w przypadku konta e-mail wysłane wiadomości.

Jak zgłosić atak na konto internetowe na policję?

Cyberprzestępcy mogą wyrządzić wiele krzywd. Ukraść pieniądze, włamać się na skrzynkę pocztową i ukraść dokumenty

lub grozić, że roześlą kompromitujące zdjęcia do znajomych. Niezależnie od rodzaju wyrządzonej krzywdy, ofiary powinny szukać pomocy na policji.

Zgłoszenie może pomóc w odzyskaniu pieniędzy lub złapaniu oszusta. Zrobimy też dobry uczynek dla innych. Bardzo możliwe, że organy ścigania pomogą udaremnić przestępcy dalszy proceder.

Aby pomóc organom ścigania, należy jak najlepiej udokumentować sprawę. Powinniśmy wynotować najważniejszych fakty i daty. Opiszmy pierwsze symptomy ataku i kiedy je zauważyliśmy. Jeśli to możliwe, posłużmy się zrzutami ekranu – na przykład podejrzanego linku, w który kliknęliśmy lub wiadomości w mediach społecznościowych. Następnie skupmy się na opisanie działań, jakie podjęliśmy w celu zabezpieczenia lub odzyskania konta.

opr. jk



POLICJA OSTRZEGA – PRAWDZIWY PRACOWNIK BANKU NIGDY NIE ZAŻĄDA ZŁOŻENIA WNIOSKU KREDYTOWEGO I WPŁATY PIENIĘDZY NA NIEZNANE KONTO, TYM BARDZIEJ Z WYKORZYSTANIE KODÓW SZYBKICH PŁATNOŚCI ELEKTRONICZNYCH. JEŚLI JAKIŚ TELEFON Z BANKU LUB INFORMACJI KREDYTOWEJ WZBUDZI TWÓJ NIEPOKÓJ, IDŹ DO ODDZIAŁU SWOJEGO BANKU I PRZEDSTAW SYTUACJĘ. W TEN SPOSÓB UNIKNIESZ POWAŻNYCH KŁOPOTÓW.

REKLAMA

Zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. z 2023 r. poz. 344 z późn. zm.)

BURMISTRZ MIASTA MŁAWA

informuje, że w dniach od 04.06.2024 r. do 03.07.2024 r. na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Mława, ul. Stary Rynek 19, oraz w Biuletynie Informacji Publicznej na stronie internetowej www.mlawa.pl podano do publicznej wiadomości wykaz nieruchomości przeznaczonych do zbycia. Wykaz obejmuje nieruchomość oznaczoną w ewidencji gruntów m. Mławy jako działka nr 4599, obręb 10, o pow. 0,12209 ha, położoną przy ul. Wiktora Altera.

72240tm1-a-M

Przedsiębiorco! Przedsiębiorco! Przedsiębiorco!

Centrum Obsługi Inwestora i Eksportera działające w strukturach Urzędu Marszałkowskiego Województwa Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie serdecznie zaprasza do udziału w spotkaniu informacyjno-warsztatowym

„START DO EKSPORTU DLA SEKTORA MŚP”.

Liczba miejsc ograniczona.



Więcej szczegółów dotyczących spotkania na stronie

<https://formzglaszwarmia.webankieta.pl/>



KONFERENCJA O ZDROWIU PSYCHICZNYM DLA MŁODZIEŻY I DOROSŁYCH

W mławskim kinie odbyła konferencja dla młodzieży i dorosłych „Zadbaj o zdrowie w swojej głowie”. Spotkanie została zorganizowana przez Stowarzyszenie „Stawiam na Siebie” w ramach Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii.

W Mławie odbyła konferencja dla młodzieży i dorosłych „Zadbaj o zdrowie w swojej głowie”. Sala kina została wypełniona po brzegi chętnymi i bardzo zainteresowanymi tematem uczniami szkół ponadpodstawowych, pedagogami szkolnymi, psychologami, nauczycielami, rodzicami.

Konferencja została zorganizowana przez Stowarzyszenie „Stawiam na Siebie” w ramach Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii i została dofinansowana z budżetu Miasta Mława.

Czterech prelegentów poruszyło bardzo ważne problemy w których aktualnie borykają się młodzi ludzie - dlatego młodzież sięga po używki, jak rozpoznać sygnały myśli samobójczych, budowanie pewności siebie



188240trb-k-M

po wyjściu z uzależnienia oraz głos rodzica o jego roli w chorobie zaburzenia odżywiania. Na zakończenie o problemach natury psychicznej widzianych oczyma młodzieży wypowiedzieli się radni Młodzieżowej Rady Miasta Mława.

Pan Piotr Wlizio, pedagog, który od ponad 20 lat inicjuje wydarzenia o charakterze profilaktycznym opowiedział o zmaganiach z problemem zażywania substancji psychoaktywnych na terenie Żuromina, zwłaszcza o ostatnich infor-

macjach o śmiertelnych ofiarach wśród mieszkańców po zażyciu fentanyli i zatrzymaniu dealerów przez policję. Zdaniem Pana Piotra przede wszystkim tylko systemowe działania powodujące zrozumienie źródła problemu, uświadomienie młodzieży drugiej strony nałogu mogą ukrócić proceder.

Pan Leszek Dowgiałło, profilaktyk, wykładowca akademicki, doradca, autor publikacji profilaktycznych w bezpośredni i bardzo kontaktowy sposób prowadził

ożywiony wykład, czasami dyskusję z młodzieżą o relacjach rodzinnych, ważnym wieku aktywnym kontakcie z rodzicami, zasadach kształtowania równowagi emocjonalnej w kontekście rozpoznawania sygnałów myśli samobójczych. Pan Leszek w sugestywny sposób przedstawił proces myśli suicydalnych, który świadczy o poważnym kryzysie, a wczesne wykrycie przyczyny, reagowanie na wysyłane sygnały może uratować potencjalnego samobójcę.

Pani Ilona Katarzyna Montana (z domu Felicjańska), była vice miss Polonia, autorka książek, opowiedziała o swojej drodze z uzależnieniem od alkoholu, publicznym przyznaniem się do nałogu oraz procesie budowania pewności siebie i walce o uzyskanie równowagi emocjonalnej.

Głosem rodzica było wystąpienie pani Marii Koźlakiewicz, która w bardzo



osobisty i ciekawy sposób przedstawiła rolę rodziców nastolatki - córki w diagnozie oraz przejściu przez proces chorobowy zaburzenia odżywiania.

Konferencja odbyła się pod patronatem Burmistrza Miasta Mława, a uczestniczył w niej zastępca burmistrza Marcin Burchacki.

REKLAMA

REKLAMA

KONSTAŁ PRODUCENT

GARAŻE blaszane | BRAMY garażowe
KOJCE dla psów | WIATY | KONTENERY

Najniższe **CENY** | Różne wymiary | Dogodne **RATY** | Transport cały **KRAJ**

www.konstal-garaze.pl
505-526-036

GARAŻE WZNOWIENIE | **MONTAŻ GRATIS** | **AUTOMATYKA DOBRAM**

29-642-34-61 | 22-100-45-96 | 89-650-30-43 | 24-368-32-17
25-740-57-38 | 509-574-644 | 23-683-10-85 | 86-225-23-11

188240trb-k-M

METROPOLIA WARSZAWSKA • MAZOWSZE

wawa.info

**CODZIENNIE
NAJNOWSZE
WIADOMOŚCI**

Informacje z Mazowsza 54

W tym tygodniu program informacyjny zawierał wiadomości z Mazowsza i Mazowsze oraz z Mazowsza i Mazowsze.

Projekty artystyczne w kampanii edukacyjnej

Nowy przedmiot w szkole: "To będzie"

40240trb-k-M

Niedzielną imprezę oficjalnie otworzyli ze sceny mławskiego parku oraz powitali uczestników Dyrektor Miejskiego Domu Kultury w Mławie Edyta Suszek, Burmistrz Miasta Mława Piotr Jankowski oraz Zastępca Burmistrza Miasta Mława Marcin Burchacki. A później była już tylko świetna zabawa na terenie całego miejskiego ogrodu oraz na ulicy przy głównym wejściu – i nie przeszkodziły jej nawet, krótkotrwale na szczęście, opady deszczu pod sam koniec imprezy.

Estradą plenerową zawładnęły dziecięce zespoły artystyczne oraz soliści, prezentujący widzom znakomite wykonania wesołych piosenek oraz różnych tańców – w tym tych tradycyjnych, będących kulturowym dziedzictwem naszego kraju. Około 14:00 natomiast wystąpili na niej finaliści konkursu Eko-show, którzy odebrali nagrody za swoje oryginalne i pouczające spektakle na temat dbałości o ekologię w naszym mieście.

Cały park zastawiony był stoiskami z atrakcjami dla najmłodszych oraz tych nieco starszych. Swoje namioty miały m.in. Urząd Miasta Mława, jednostki mu podległe, służby mundurowe i leśnicy. Dużą popularnością cieszyły się wśród dzieci – i to nie tylko, jak mogłoby się wydawać, chłopców – pojazdy ratownicze i interwencyjne straży pożarnej, policji

MIEJSKI DZIEŃ DZIECKA - TEGO DNIA WSZYSCY BYLIŚMY DZIEĆMI!

CZY MIEJSKI DZIEŃ DZIECKA A.D. 2024 MOŻNA UZNAĆ ZA UDANY? ROZRADOWANE BUZIE NAJMŁODSZYCH MÓWIĄ SAME ZA SIEBIE. ZRESZTĄ NIE TYLKO ICH – RÓWNIEŻ DOROŚLI MOGLI SIĘ TEGO DNIA COFNAĆ W CZASIE I ŚWIETNIE SIĘ BAWIĆ. BO TEGO DNIA WSZYSCY BYLIŚMY DZIEĆMI!



i straży miejskiej oraz stanowiska, w których można było „wejść” do wirtualnej rzeczywistości. Nie mogło też zabraknąć charakterystycznych dla podobnych wydarzeń dmuchańców, straganów z zabawkami, budek z przekąskami oraz placu zabaw, gdzie można było sprawdzić swoje refleks i kondycję.

Nie lada gratką była dla wielu możliwość spotkania z burmistrzami Piotrem Jankowskim i Marcinem Burchackim przechadzającymi się parkowymi alejami oraz prowadzącymi



rozmowy z mieszkańcami w namiocie Urzędu Miasta Mława. Tam też dzieci mogły sprawdzić swoją wiedzę na temat ich święta oraz Mławy w quizie z nagrodami, poukładać gigantyczne puzzle 3D, zagrać na wielkiej grze planszowej, pobawić się kolorowanymi (które później każdy mógł podziwiać w wyeksponowanej galerii), zrobić sobie zdjęcie w oryginalnej ramce czy też przetestować – ku przestrodze – alkoholę.

Zwieńczeniem Miejskiego Dnia Dziecka były miniaturowe piłki nożnej przygotowane przez stowarzyszenia Fly High i Joker Mława: pierwszy – dzieci, drugi – samorządowców. W tym ostatnim – meczu przyjaźni pod hasłem „Wspólnie dla Mławy” – zmierzyły się reprezentacje Urzędu Miasta Mława i Starostwa Powiatowego w Mławie.

Atrakcje, jakie w niedzielę 2 czerwca przygotowali dla mławian i gości liczni partnerzy wydarzenia, można by wymieniać jeszcze długo.

Krzysztof Napierski / KSM



UMOWA NA 25 MILIONÓW PODPISANA

Miasto Mława podpisało z Narodowym Funduszem Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Warszawie umowę na dofinansowanie projektu mającego na celu wzrost odporności obszaru miasta na zmiany klimatu, w tym zwłaszcza poprzez zwiększenie retencji wód opadowych i zastosowanie metod naturalnych bazujących na właściwości terenów zielonych. Mowa o projekcie „Zintegrowane przedsięwzięcia

infrastrukturalne dostosowujące teren Miasta Mława do zmian warunków pogodowych poprzez poprawę retencji i zarządzanie wodami opadowymi” w ramach programu Fundusze Europejskie dla Polski Wschodniej 2021-2027. Wartość dofinansowania wynosi 25 215 623,37 zł, a całkowity koszt realizacji zadania – 29 665 440,04 zł. Projekt będzie realizowany w latach 2024-2027. W ramach projektu planowane są:

- wymiana nawierzchni na asfaltową ulic, m.in.: Malinowej, Poziomkowej, Wiśniowej, Kaplicznej, Prusa, Orzeszkowej, Traugutta, Chopina, Dmowskiego, Republiki Pinczowskiej, Brzozowej, Sosnowej, Żabieniec, Promyk, Parkowej, Krajowskiego, Korczaka, Nadrzecznej, Osiedlowej, Świerkowej, Wierzbowej;

- stworzenie zielonych ogrodów deszczowych przy mławskich publicznych podstawówkach;

- zielone przystanki Mławskiej Komunikacji Miejskiej przy ulicach Stary Rynek i Mariackiej;
- zagospodarowanie terenów zielonych przy zbiornikach retencyjnych, m.in.: ul. Mickiewicza, LG, Ciechanowska, Obrońców Mławy;
- budowa zielonej infrastruktury przy Alei św. Wojciecha i ul. Banku Miast;
- wprowadzenie zielono-niebieskiej infrastruktury na skwerze u zbiegu ulic Żwirki i Sądowej, a także przy ul. Rynkowej oraz na skwerze przy ul. Okrężnej;



- wzmocnienie naturalnej retencji na terenie pomiędzy

ulicami Warszawską i Ogrodową.

WSR, KSM

AMBASADOR MŁODEGO POKOLENIA MŁAWY WYBRANY

W ramach konkursu wyróżniono działalność młodych osób, nauczycieli, organizacji, instytucji, firm wspierających młode osoby. Konkurs „Ambasador Młodego Pokolenia Mławy” zorganizowany został przez Młodzieżową Radę Miasta Mława w porozumieniu z Burmistrzem Miasta Mława, dzięki przyznanej pomocy finansowej z budżetu Województwa Mazowieckiego w ramach Instrumentu „Mazowsze dla Młodzieży”.

Konkurs został przeprowadzony w 7 kategoriach:

1. Mecenasa Młodego Pokolenia (wiek bez ograniczeń);
2. Najprzyjaźniejszy nauczyciel w kategorii: szkoła podstawowa;
3. Najprzyjaźniejszy nauczyciel w kategorii: szkoła ponadpodstawowa;
4. Najprzyjaźniejsza firma wspierająca swoimi działaniami młodych ludzi;
5. Organizacja pozarządowa wspierająca działania na rzecz młodzieży;
6. Najciekawsze wydarzenie zorganizowane dla młodzieży w 2023 roku w Mławie;
7. Lider Młodego Pokolenia (do 25 roku życia).

Konkurs składał się z dwóch etapów: nabór uczestników konkursu do poszczególnych kategorii oraz głosowanie przez uczniów szkół podstawowych i ponadpodstawowych.

Głosowanie odbyło się w 15 szkołach, w których zostali wybrani Radni Młodzieżowej Rady Miasta Mława VI kadencji. Głosować mogli uczniowie klas IV – VIII szkół podstawowych oraz wszystkich klas szkół ponadpodstawowych. Głosownie polegało na za-



kreśleniu w każdej kategorii swojego wyboru oraz wrzucenie karty do urny.

Liczba osób uprawnionych do głosowania we wszystkich szkołach wyniosła 3.816 uczniów.

Liczba osób którzy oddali swój głos we wszystkich szkołach - 3.145 uczniów.

W poszczególnych kategoriach zwycięzcami zostali: Mecenasa Młodego Pokolenia - Krzysztof Koziatek, nauczyciel wychowania fizycznego w Szkole Podstawowej nr 6, trener w Klubie Sportowym „Zawkrze Mława”;

Najprzyjaźniejszy nauczyciel w kategorii szkoła podstawowa:

Szkoła Podstawowa Nr 1 im. Hugona Kołłątaja - Andrzej Mielczarek

Szkoła Podstawowa Nr 2 im. Mikołaja Kopernika - Jarosław Genne

Szkoła Podstawowa Nr 3 im. dra Józefa Ostaszewskiego w Mławie - Arkadiusz Dłubisz

Szkoła Podstawowa Nr 4 im. Haliny Rudnickiej - Monika Agnieszka Brzozowska

Szkoła Podstawowej Nr 6 z Oddziałami Integracyjnymi im. Kornela Makuszyńskiego - Krzysztof Koziatek

Szkoła Podstawowa Nr 7 im. Zuzanny Morawskiej - Sylwia Grabowska

Katolicka Szkoła Podstawowa im. ks. Macieja Kazimierza Sarbiewskiego SI w Mławie - Paweł Zakrzewski
Społeczna Szkoła Podstawowa „Wyspianum” - Jolanta Bukowska oraz Joanna Wydra



Najprzyjaźniejszy nauczyciel w kategorii szkoła ponadpodstawowa:

Akademickie Centrum Kształcenia w Mławie - Anna Borkowska

Katolickie Liceum Ogólnokształcące im. ks. Macieja Kazimierza Sarbiewskiego SI - Paweł Zakrzewski

I Liceum Ogólnokształcące im. Stanisława Wyspiańskiego w Mławie - Anna Rychlicka oraz Elżbieta Śliwińska

Zespół Szkół Nr 1 im. Jerzego Ciesielskiego - Wojciech Poznański

Zespół Szkół Nr 2 im. Antoniny Mrozowskiej - Martyna Komur

Zespół Szkół Nr 3 im. Marszałka Józefa Piłsudskiego - Agnieszka Danielowicz

Zespół Szkół Nr 4 im. Obrońców Mławy z Września 1939 r. - Przemysław Olczak

Najprzyjaźniejsza firma wspierająca swoimi działaniami młodych ludzi - Karol Roniewicz, Kręgielnia „Planeta” Mława,

Organizacja pozarządowa wspierająca działania na rzecz młodzieży - Miejski Klub Sportowy „Mławianka Mława”, dyscyplina sportowa: piłka nożna, klub sportowy ze 100 letnią tradycją, szkoły zawodników w kilku wiekowych sekcjach w piłce nożnej, organizuje turnieje piłkarskie o różnym zasięgu,

Najciekawsze wydarzenie zorganizowane dla młodzieży w 2023 roku w Mławie - Mławskie Święto Rowerów, organizator Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji,

Lider Młodego Pokolenia - Kacper Witek, absolwent Szkoły Podstawowej nr 6, aktualnie uczeń I Liceum Ogólnokształcącego im. St. Wyspiańskiego, wiceprzewodniczący Młodzieżowej Rady Miasta Mława VI kadencji.

GRATUJEMY!
Wręczenie nagród, statuetek nastąpi na najbliższej Sesji Rady Miasta Mława, we wtorek 11 czerwca 2024 r. o godz. 13.00, na którą wszystkich zwycięzców serdecznie zapraszamy.

Agnieszka Puzio-Dębska

ZATRZYMANI NIETRZEŻWI I MŁODY KIEROWCA Z SĄDOWYM ZAKAZEM

Kilka razy w ciągu tygodnia, mławscy policjanci zatrzymują kolejnych nietrzeźwych kierujących lub kierowców, lekceważących sądowe zakazy. Za przestępstwa te grożą wysokie grzywny, utrata pojazdu oraz kary pozbawienia wolności. Wzmoczone działania kontrolne policji wspierają także przypadkowi świadkowie, którzy coraz częściej przekazują informacje o nietrzeźwych za kierownicą.

W sobotę wieczorem, na ul. Wójtostwo w Mławie, nietrzeźwy kierujący dostawczym fiatem, uderzył w ogrodzenie prywatnej posesji. Kluczyki odebrali mu przypadkowi świadkowie, którzy wezwali patrol. Jak ustalili interweniujący policjanci, samochodem kierował 52-letni obywatel Ukrainy. Przewoził trzech pasażerów. Nie posiadał uprawnień do kierowania. Był pod wyraźnym działaniem alkoholu,

nie poddał się jednak badaniu alкотестem. Pobrano mu krew do badań na zawartość alkoholu w organizmie. Został osadzony w policyjnym areszcie.

Po wytrzeźwieniu usłyszał zarzut kierowania pojazdem w stanie nietrzeźwości. Grozi mu wysoka grzywna, utrata pojazdu oraz kara do 3 lat pozbawienia wolności. Trwają dalsze czynności.

Tego samego wieczoru, na ul. Warszawskiej w Mławie, interweniujący



patrol ruchu drogowego zatrzymał nietrzeźwego kierującego fiatem seicento, który wyraźnie nie panował nad samochodem. 32-letni mieszkaniec pow. mławskiego, miał ponad 2 promile alkoholu. Nie posiadał uprawnień do kierowania ani badań technicznych fiata, którego kupił tego samego dnia. Seicento zostało zabezpieczone na policyjnym parkingu. Zatrzymanemu kierowcy grozi wysoka grzywna, utrata

pojazdu oraz kara do 3 lat pozbawienia wolności. Postępowanie prowadzi mławska komenda policji.

Kolejnego dnia na terenie Mławy, patrol prewencji zatrzymał kierującego BMW, 21-letniego mławianina. Młody kierowca stracił prawo jazdy w ubiegłym roku. Kierował wbrew sądowemu zakazowi. Za przestępstwo to grozi kara do 5 lat pozbawienia wolności. Trwają dalsze czynności.

asp.szt. Anna Pawłowska

RENTA WDOWIA MOŻE JUŻ W TYM ROKU

Renta wdowia, czyli dodatkowe świadczenie po zmarłym małżonku, może wejść w życie jeszcze w tym roku. Prawdopodobnie reforma zostanie wprowadzona w modelu krocącym, ale niezależnie od tego byłoby to duże wsparcie dla wdów i wdowców.

Mówi się o tym od dawna, ale może teraz wreszcie coś się ruszy, bo jest klimat i co ważne, wola polityczna do wprowadzenia tzw. renty wdowiej. Projekt w tej sprawie jest już po pierwszym czytaniu w Sejmie i zajmuje się nim teraz Komisja Polityki Społecznej i Rodziny. Swoje uwagi do projektu przedstawiło sejmowej komisji Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej.

To tragedia, kiedy umiera mąż czy żona, a potem – jakby jeszcze było mało tego nieszczęścia – często pojawiają się kłopoty finansowe. Bo nagle w budżecie domowym jest tylko jedna emerytura, a wydatki nie zmalały, wręcz przeciwnie – teraz są coraz wyższe.

— Śmierć współmałżonka osoby starszej to oprócz emocjonalnego bólu także cios w domowy budżet, w portfel seniorki czy seniora, którzy stracili współmałżonka i pozostali ze wszystkimi kosztami gospodarstwa domowego sami — mówiła w Sejmie

Agnieszka Dziemianowicz-Bąk, minister rodziny, pracy i polityki społecznej, odnosząc się do projektu ustawy o rencie wdowiej. — Bo przecież kiedy znika jedna z małżonków, bynajmniej nie znika połowa kosztów utrzymania domu, mieszkania. Koszty energii, ogrzewania, koszty mediów – to wszystko zostaje na barkach już nie dwóch, a jednej osoby.

I przed tym finansowym ciosem państwo może i powinno chronić starsze osoby.

Albo jedno, albo drugie

Obecnie przepisy pozwalają korzystać ze świadczenia po zmarłym współmałżonku, ale w ograniczonym stopniu. Wdowa czy wdowiec mają prawo do renty rodzinnej. Ta w tym przypadku wynosi 85 proc. emerytury zmarłego współmałżonka. Jednak osiągając wiek emerytalny, musimy wybrać, czy chcemy dostawać swoją emeryturę, czy też korzystniejsze będzie dla nas pobieranie 85

proc. świadczenia po zmarłym współmałżonku.

Zwykle to kobiety dostają renty rodzinne, bo mają niższe emerytury niż mężczyźni. Powodów tego jest kilka – wiele razy już o tym pisaliśmy – a efekt tego jest taki, że średnio emerytury kobiet w Polsce są niższe o ok. 1000 zł niż mężczyźni.

To ma zmienić ustawa o rencie wdowiej, pod której projektem Lewica i OPZZ zebrały ponad 202 tys. podpisów. Projekt uwzględni działanie wstecz i prawo do renty wdowiej ma przysługiwać wszystkim osobom, które nabyły prawo do renty rodzinnej – ale co ostatecznie znajdzie się w ustawie, to zobaczymy.

Co ma się zmienić?

Projekt ustawy zakłada proste rozwiązanie. Otóż po śmierci współmałżonka wdowa lub wdowiec mogliby pobierać 50 proc. emerytury zmarłego małżonka, nie tracąc przy tym prawa do własnej emerytury, lub zdecydować się na pobieranie 100 proc. renty

rodzinnej po zmarłym małżonku i zachować połowę własnej emerytury.

Ale jest jeden warunek. Otóż kwota pobieranych świadczeń nie będzie mogła być wyższa niż trzykrotność przeciętnej emerytury w Polsce. Jak podał ZUS, przeciętna emerytura z ZUS w 2023 roku wynosiła 3389,51 zł brutto, czyli byłoby to ok. 10,1 tys. zł brutto miesięcznie.

Kiedy ustawa o rencie wdowiej mogłaby wejść w życie?

— Gdyby (projekt – red.) został przyjęty przez Sejm, zakładamy możliwość techniczną i finansową wdrożenia go w życie po około 6 miesiącach – stwierdziła szefowa resortu rodziny i pracy.

To oznacza, że mogłaby być wdrożona jeszcze pod koniec tego roku, choć mamy już koniec maja i pewnie będzie to bardziej początek przyszłego roku.

Jakie będą koszty wprowadzenia dodatkowego świadczenia? W uzasadnieniu

projektu padała kwota 13 mld zł rocznie. Ze względu na te koszty renta wdowia wypłacana byłaby stopniowo. Otóż w okresie przejściowym (w latach 2024 i 2025) osoba uprawniona przez pierwszych sześć miesięcy otrzymywałaby 15 proc. dodatkowego świadczenia, przez kolejne sześć miesięcy – 20 proc., a dopiero po roku – 50 proc. Jak ocenia ministerstwo, koszt wypłaty tzw. renty wdowiej na początek wyniósłby 8-10 mld zł rocznie. Z informacji resortu rodziny i pracy wynika, że obecnie jest ok. 600 tys. osób, które pobierają emeryturę i mają zawieszone renty rodzinne. Po wejściu przepisów o tzw. rencie wdowiej osoby te będą mogły złożyć wniosek o wypłatę połączonych świadczeń.

Nie tylko w Polsce

Projekt nie jest jednak doskonały, ma wady. Pomiędzy innymi chodzi o osoby żyjące w związkach nieformalnych, a dziś coraz więcej rodaków jest w takich związkach. Uwagi te muszą być wzię-



te pod uwagę podczas prac nad ustawą. Jednak dwie emerytury, a przynajmniej jedna w całości i część drugiej – czy to nie brzmi zbyt pięknie? Niekoniecznie, bo są kraje, gdzie jest możliwość łączenia świadczeń. Bez ograniczeń jest to dopuszczalne np. w systemie litewskim. W Czechach osoba uprawniona ma prawo do wyższego świadczenia w całości oraz do 50 proc. drugiego świadczenia. W Niemczech prawo dopuszcza możliwość łączenia świadczeń – ale w przypadku, gdy ich łączna wysokość przekracza ustalony limit, świadczenie obniża się o 40 proc. tego przekroczenia. Podobna zasada obowiązuje we Włoszech.

Jak pokazują badania, aż 70 proc. Polaków zapytanych o tzw. rentę wdowią opowiada się za takim rozwiązaniem.

Andrzej Mielnicki

PRZEZ 18 LAT DOCHODY MIESZKAŃCÓW WSI WZROSŁY 3,5-KROTNI

W latach 2004–2022 nominalne dochody ludności wiejskiej wzrosły ok. 3,5-krotnie, najwięcej z tytułu pracy poza działalnością rolniczą. Wieś stała się atrakcyjnym miejscem do życia – wynika z raportu „Polska wieś 2024. Raport o stanie wsi”.

Raporty, w których ukazywane są przemiany na polskiej wsi w aspektach: społecznym, technicznym, technologicznym oraz jakościowym wydawane są od 2000 r. przez Fundację na rzecz Rozwoju Polskiego Rolnictwa (FDPA). Tematem wiodącym 13. edycji tego wydawnictwa, która ukazała się niedawno, jest 20-lecie członkostwa Polski w UE.

Jak piszą autorzy części raportu poświęconej dochodom rolniczym – Barbara Chmielewska i Józef Stanisław Zegar, w ostatnim dwudziestolecu na jakość życia na wsi znacząco wpływała akcesja Polski do UE. W tym okresie znacznie

zmniejszył się dysparytet dochodów między ludnością wiejską a miejską, ale także poprawiły się warunki życia na wsi. „Wieś staje się coraz bardziej atrakcyjnym i pożądanym miejscem do życia także dla wielu mieszkańców miast” – wskazują autorzy raportu.

Z danych GUS wynika, że w latach 2004–2022 nominalne dochody ludności wiejskiej per capita wzrosły około 3,5-krotnie – najwięcej z tytułu pracy na własny rachunek poza działalnością rolniczą (5,1-krotnie), nieco mniej w przypadku dochodów z pracy najemnej (4,9-krotnie), a najmniej w przypadku dochodów z działalności rolniczej



(2,6-krotnie) i ze świadczeń społecznych (2,7-krotnie). Oznacza to, że dla większości mieszkańców wsi podstawowym źródłem dochodów jest praca poza rolnictwem.

W końcu XX wieku pojawiła się migracja ludności

z miast do wsi. Według autorów raportu, wieś jako miejsce zamieszkania ze względu m.in. na walory środowiskowe zaczęło wybierać coraz więcej osób zamożnych, na dobrze płatnych stanowiskach, często reprezentujących wolne zawody lub będących już na emeryturze. Takiej decyzji sprzyja np. upowszechnienie internetu, czy możliwość pracy zdalnej. „Mieszkanie na wsi stało się modne i jest tańsze” – czytamy w raporcie.

Autorzy zwracają uwagę, że migrujący na wieś nie tylko „podnoszą” średnią dochodów mieszkańców obszarów wiejskich, ale także wpływają na tworzenie i upowszechnianie

innowacji i na zmiany kulturowe. Obecnie na wsi przeważa ludność niezwiązana z gospodarstwem rolnym – w 2020 r. stanowiła 72 proc. populacji wiejskiej (w 2018 r. 65 proc.).

Na obszarach wiejskich trudniej jest o pracę, mieszkańcy wsi znajdują zatrudnienie głównie w pozarolniczych podmiotach gospodarki narodowej. Na koniec 2020 r. w takich przedsiębiorstwach mających siedzibę na obszarach wiejskich pracowało 1,9 mln osób, co stanowiło 20 proc. pracujących w kraju.

Najwięcej osób pracowało w firmach prowadzących działalność przemysłową i budowlaną (44,8 proc.).

Prawie co trzeci pracujący na wsi był zatrudniony w usługach, a co czwarty zajmował się handlem, naprawą pojazdów samochodowych, transportem, gospodarką magazynową, zakwaterowaniem, gastronomią, informacją i komunikacją.

Coraz mniej jest gospodarstw rolnych na wsi. W latach 2002–2020 ubyło ok. 1/3 gospodarstw rolnych, a wzrosła grupa gospodarstw „dwuzawodowych”, która obejmuje gospodarstwa utrzymujące się głównie z pracy najemnej (36 proc.). Spadł natomiast udział gospodarstw rolników do 31 proc. – wynika z raportu FDPA.

(PAP) Anna Wysoczyńska



W tym budynku po II wojnie zainstalował się Powiatowy Urząd Bezpieczeństwa Publicznego w Mławie. W okresie międzywojennym znajdował się w nim Bank Spółdzielczy (zdjęcie z okresu I wojny światowej)

Natychmiast po zajęciu miasta przez czerwonoarmistów rozpoczęły się gwałty, rabunki mienia, wyłapywanie żołnierzy podziemia antyhitlerowskiego a także tworzenie władz lokalnych z ludzi klasowo poprawnych, zupełnie nie nadających się do sprawowania określonych funkcji we władzach miasta.

Sytuacja podziemia antyhitlerowskiego, akonkretnie struktur Mławskiego Obwodu Armii Krajowej nie przedstawiała się dobrze. Po wkroczeniu 18 stycznia 1945 r. oddziałów Armii Czerwonej i zainstalowaniu przez sowieckiego komendanta wojennego – mjr Czerkasowa komunistycznych władz, rozpoczęła się natychmiast akcja wyłapywania żołnierzy podziemia.

W tym miejscu należy wspomnieć, że komendant Podokręgu Północnego Obszaru Warszawskiego 17 stycznia 1945 r. wydał rozkaz nakazujący rozwiązanie podległych mu oddziałów. Likwidacja pododdziałów obwodowych miała zakończyć się do końca stycznia 1945 r. Akcja „Burza” na terenie obwodu nie zastała przeprowadzona, więc nie zmobilizowano akowców, tym samym dekonspiracja była tu znacznie mniejsza.

Niestety funkcjonująca na terenie obwodu sowiecka agentura, składająca się z dawnych działaczy KPP, aczkolwiek jakościowo i ilościowo słaba, odegrała niestety destrukcyjną rolę, zbierając istotne informacje na temat uczestników i struktur akowskich oraz innych organizacji niepodległościowych Polskiego Państwa Podziemnego. Potwierdzeniem destrukcyjnej roli jaką odegrali miejscowi komuniści była narada niewielkiej ich grupki, która odbyła się prawdopodobnie w styczniu 1944 roku, wśród których był agent AK. W raporcie obwodu stwierdzono: „Równocześnie z sytuacją wynikłą z przekroczeniem granicy Polskiej przez oddziały bolszewickie jest ożywienie się akcji komunistów w terenie. Znamienna jest uchwała, jaką komuniści mławscy jednomyślnie podjęli na zebraniu, które odbyło się z okazji przekroczenia naszych granic przez wojska bolszewickie. Uchwała ta brzmi: > wszystkich tych, którzy będą stawali na przeszkodzie nam, bez względu na to, czy to będzie jednostka, czy organizacja, należy zniszczyć. Przy opuszczaniu miasta przez Niemców bezwzględnie zniszczyć wszystkich narodowców i wszystkich tych, którzy

UWOLNIENIE WIĘŹNIÓW Z URZĘDU BEZPIECZEŃSTWA W MŁAWIE

II WOJNA ŚWIATOWA I OKUPACJA NIEMIECKA SPOWODOWAŁA W SPOŁECZEŃSTWIE POLSKIM STRASZLIWE SPUSTOSZENIA MATERIALNE I MORALNE. MŁAWA BYŁA JEDNYM Z MIAST W KTÓRYM SZCZEGÓLNICIE DAWAŁY SIĘ WE ZNAKI LATA HITLEROWSKIEJ OKUPACJI. DLATEGO Z DUŻYM NIEPOKOJEM MŁAWIANIE PRZEŻYLI PIERWSZE DNI I TYGODNIE PO „WYZWOLENIU” PRZEZ ARMIE CZERWONĄ, ŻOŁNIERZE Z WYZWOLICIELI, PRZYNAJMNIEJ NA POCZĄTKU, SZYBKO PRZEKSZTAŁCILI SIĘ W OKUPANTÓW, NIEWIELE RÓŻNIĄCYCH SIĘ OD HITLEROWSKICH.

jakąkolwiek współpracę podjęli z Rządem Polskim w Anglii. Wiadomość ta pochodzi bezpośrednio od uczestnika zebrania – pewna. Nazwiska przewodniczącego i uczestników są nam znane”.

Tak więc zbieranie danych rozpoczęto już w 1944 r., które zostały później wykorzystane do działań re-

presyjnych przez NKWD i powstający aparat UB. Niestety zdarzały się również przykre niespodzianki, którym była zdrada byłych partyzantów oddziału „Wiktora”, dowodzonego przez Stefana Rudzińskiego. Dwaj partyzanci: Stanisław Żebrowski z Łączna i Adam Szypulski z Wieczfnie poszli na współpracę

z komunistycznym aparatem i pomagali ścigać dawnych kolegów z podziemia. Te i inne działania spowodowały, że w mławskim areszcie wkrótce po „wyzwoleniu” znalazło się wielu żołnierzy podziemia jak również ludzi zupełnie niewinnych, nie związanych z konspiracją. Jednych kierowano do obozu

przejściowego w Ciechanowie, skąd następnie wywożono ich do łagrów na Syberii, innych do dalszego śledztwa w Toruniu. Wśród wywiezionych na Sybir znaleźli się m.in. Wincenty Wrotny ps. „Jedynak” – komendant miejscowej placówki AK w Mławie, Bronisław Czajkowski z Dłutowa – łącznik komendanta Obwodu AK Działdowo. Aresztowano nie tylko akowców. W ręce enkawudzystów dostał się Bernard Zieliński ps. „Sep” – wybitny działacz ruchu ludowego, szef wyszkolenia w Podokręgu BCH „Wkra”.

Ofiary późniejszych aresztowań zostali umieszczeni w areszcie w Mławie, znajdującym się w budynku przy ul. Reymonta 2, gdzie poddawano ich często brutalnym przesłuchaniom. Znaleźli się w nim zasłużeni żołnierze AK: Aleksander Hausman ps. „Olo” – szef Referatu III Obwodu AK Mława, Stefan Badyda ps. „Bar” – komendant placówki AK w Stupsku, Mirosław Tański ps. „Bury” oraz Stanisław Borzuchowski ps. „Niedźwiedź” – obaj funkcyjni z oddziału partyzanckiego „Wiktora”. W marcu 1945 r. zostali aresztowani przez grupę operacyjną UB z Mławy we wsi Dobródka m. in. Stanisław Waśniewski ps.

„Bończa” – komendant placówki AK w Wieczfn, Izidor Bukowski ps. „Burza” – dowódca drużyny oddziału „Wiktora” oraz Witold Pszczółkowski ps. „Wilk”, Jan Barański ps. „Rolnik” który zdołał uciec, przedstawiając fałszywe dokumenty. Zatrzymano też kilku akowców nieznanych z imienia i nazwiska. Wyłapywanie żołnierzy podziemia nabierało coraz większej dynamiki. Aresztowania przybierały coraz brutalniejsze formy. 27 maja 1945 r. grupa operacyjna mławskiego UB wtargnęła do wsi Ślubowo w powiecie przasnyskim w celu aresztowania byłego partyzanta oddziału „Wiktora” Adama Czaplickiego ps. „Torpeda”. Czaplickiego nie udało się zatrzymać, więc ubecy otoczyli dom państwa Zarębskich, w którym zamordowali zięcia Zarębskich, Tadeusza Długokęckiego oraz jego czteroletniego syna Janusza. Zmusili Irenę Długokęcką, która była wzaawansowanej ciąży, do wykopania grobu i pochowania obu ofiar. Na koniec aresztowali młodszą córkę Zarębskich a ich gospodarstwo spalili. Zbrodnia ta wywołała powszechne oburzenie i spowodowała radykalizację nastrojów ukrywających się konspiratorów. Jak przedstawiała się sytuacja mławskiego obwodu AK po decyzji Komendanta Głównego AK gen. Le-

opolda Okulickiego, który nakazał 19 stycznia 1945 r. rozwiązanie oddziałów obwodowych i zakończenie działalności konspiracyjnej, żeby nie dawać wojskowym władzom sowieckim i polskim komunistom pretekstu do represji. Jak wiadomo, nie zapobiegło to stosowania na masową skalę aresztowań i wywózkom w głąb Związku Sowieckiego. Wykonując rozkaz komendant obwodu Henryk Tysza ps. „Żurek” w lutym doprowadził do rozformowania oddziału „Wiktora”. Partyzanci rozeszli się do domów. Zdekonspirowani oficerowi obwodu, po licznych naradach uznali, że powinni opuścić teren powiatu mławskiego. Podkomendnym zalecali ostrożność w kontaktach z władzami komunistycznymi, nieujawnianie swojej przynależności do AK. Pozwolono wybranym podkomendnym wstępować do milicji w celu obserwowania poczynąń władz i pomagania ludziom związanym z podziemiem.

Brutalne działania enkawudzystów i polskiej bezpieki, nasilający się terror spowodował powrót części oficerów akowskich na teren byłego obwodu mławskiego. Przystąpiono do odbudowy struktur organizacyjnych podziemia na tym terenie, w celu samoobrony przed terrorem

komunistycznym. Żeby zastraszyć, przynajmniej część funkcjonariuszy UB i MO, a przede wszystkim uwolnić z aresztu przetrzymywanych partyzantów akowskich, zaplanowano napad na Powiatowy Urząd Bezpieczeństwa Publicznego w Mławie w nocy z 2 na 3 czerwca 1945 r. Akcję przeprowadzono według wcześniej ustalonego terminu, czyli w nocy z 2 na 3 czerwca. Jak ustalił prof. Ryszard Juskiewicz w napadzie budynek mławskiego UB wzięły udział dwie grupy złożone z byłych akowców, których zwerbowano tylko na tę akcję. Jedną zorganizowali i dowodzili ppor. Jan Nowakowski ps. „Aryman” i Waław Grabowski ps. „Puszczyk”. Znajdowali się m. in. Antoni Tomczak ps. „Malutki”, Jan Kocięcki ps. „Orlik” oraz trzech mieszkańców z Mławy: Jerzy Mandycz, Jan Chudy i Antoni Dzenis.

Drugim Oddziałem dowodził Zacheusz Nowowiejski ps. „Jeż”. W tym oddziale znaleźli się: Franciszek Adamkiewicz ps. „Piorun”, Czesław Bojarski, Jan Brzozowski, Stefan Budziszewski, Tadeusz Chodkowski ps. „Kartacz”, Henryk Humięcki ps. „Ordynas”, Bogdan Kossak, Jan Łowicki, Edmund Morawski, ps. „Lipa”, Leon Moszczyński, Wincenty Mroziński, Eugeniusz Nałęcz, Janusz Pio-

trowski, Jan Radzikowski, Jan Siekierski ps. „Czujny”, Mieczysław Szczepkowski ps. „Beton” i Bronisław Szymanowicz. Razem w akcji odbicia więźniów prawdopodobnie brało udział około 20 lub nawet 30 ludzi.

Akcję przeprowadzono w dniu, w którym w miejscowej „Lutni” odbywała się zabawa, na którą wybrało się sporo funkcjonariuszy mławskiego PUBP. Tym samym załoga budynku UB było osłabiona. Uczestnicy akcji zebrali się około godz. 23.00 2 czerwca przy szosie płockiej nad kanałem Seracz. Zespołem szturmowym i całością akcji dowodził Zacheusz Nowakowski ps. „Jeż”. Jan Nowakowski ps. „Aryman” stał na czele kilkusobowej grupy ubezpieczającej akcję. Jerzy Mandycz przerwał połączenie telefoniczne wychodzące z budynku UB.

Jak przebiegała akcja uwolnienia więźniów. W dniu 3 czerwca około godziny 130 do bramy wejściowej UB podeszło dwóch partyzantów ubranych w mundury z pistoletami maszynowymi – „Beton” i „Zając”, którzy konwojowali aresztowanego na niby partyzanta. Podali hasło brzmiące tej nocy „Warszawa” – „Leśna”. Wartownicy nie przeczuwając podstęp, wpuścili całą trójkę na dziedziniec. Kiedy zorientowali się w podstępie

zginęli od kul partyzantów. Tymczasem grupa szturmowa wpadła na wartownię, obezwładniła i rozbroiła pozostałych ubowców. Ponieważ celem akcji było uwolnienie więźniów, a nie rozprawa z UB. Sprawnie przeprowadzono wyprowadzenie prawie 40 aresztowanych z ubeckich piwnic. W trakcie akcji zginęło 3 funkcjonariuszy: Stanisław Oraczewski, Eugeniusz Lekański, Henryk Zbrzezny. Stanisław Chyliński został ciężko ranny. Wycofując się partyzanci obrzucili granatami i ostrzelali ubowców znajdujących się na piętrze budynku. W trakcie wycofywania się partyzantów z uwolnionymi więźniami małą uliczką Przechodnią (obecnie nie istniejącą, która znajdowała się obok budynku UB isądu, łącząca ul. Reymonta z ul. Żwirki) i dalej ulicą Leśną, grupa ubezpieczająca ostrzelała prowadzących natychmiastowy pościg pozostałych ubeków, w trakcie którego zginął jeden żołnierz sowiecki i polski. Uczestnicy akcji udali się szybko do lasu mławskiego i dalej do łowskiego, gdzie we wsi Krępa spotkali się wszyscy uczestnicy. Po przeczekaniu całego dnia w ukryciu, dokonano rozśrodkowania wszystkich zgromadzonych. Część udała się do Prus, część w kierunku Narzymbia, część wróciła do

Mławy. W trakcie powrotu do Mławy jeden z uczestników napadu – Jerzy Mandycz został zaskoczony przez patrol sowiecki na końcu ul. Olsztyńskiej, osaczony w ogrodzie państwa Anyszków, w sytuacji bez wyjścia popełnił samobójstwo. Sowietci penetrując dom Anyszków, zastrzelili czternastoletniego ucznia ze Szreńska, mieszkającego na stacji, ponieważ zbyt szybko schodził ze schodów.

Oprócz uwolnienia więźniów z aresztu UB akcja przyczyniła się do powstania paniki, głównie wśród mławskich Żydów – funkcjonariuszy UB, którzy w popłochu opuścili Mławę. Uświadomiła funkcjonariuszom resortu, że nie powinni czuć się bezkarni w swoich bezprawnych działaniach i muszą liczyć się z oporem społecznym. Odbiła się szerokim echem na Mazowszu, powodując polepszenie nastrojów wśród społeczeństwa, zastraszanego i prześladowanego przez sowieckich enkawudzystów imiejscowych ubowców. Zapewne wpłynęła na rozwój podziemia poakowskiego w dalszej perspektywie, choć nie przyniosła natychmiastowego rezultatu, w postaci utworzenia na bazie uwolnionych oddziału samoobrony.

Dr Leszek Arent,
członek zarządu Towarzystwa
Przyjaciół Ziemi Mławskiej



W pobliżu Dębu Niepodległości ulokowała się grupa ubezpieczająca napad (zdjęcie z okresu międzywojennego)

Numer PESEL w aplikacji mObywatel można było zastrzec od 17 listopada 2023 r. Umożliwiła to ustawa o zmianie niektórych ustaw w celu ograniczania niektórych skutków kradzieży tożsamości. Chodzi m.in. o walekę z wyludzeniem pieniędzy poprzez zaciąganie np. kredytu na inną osobę bez jej wiedzy i zgody.

Od 1 czerwca 2024 r. – zgodnie z ustawą o zmianie niektórych ustaw w celu ograniczania niektórych skutków kradzieży tożsamości – banki, instytucje kredytowe lub notariusze przed zawarciem umowy lub podjęciem czynności będą musiały sprawdzać w rejestrze, czy PESEL osoby, która np. chce wziąć kredyty lub zrobić wpis do księgi wieczystej, został zastrzeżony.

Jeśli mimo zastrzeżenia numeru PESEL np. udzieliła pożyczki, osoba poszkodowana, której dane skradziono, nie będzie musiała spłacać zadłużenia.

Zastrzeżony numer PESEL nie wpływa na sprawy urzędowe (np. wzięcie ślubu, zameldowanie się czy wyrobienie dokumentów), sprawy zdrowotne (np. wizyty u lekarza, pobyt w szpitalu czy wykupienie recepty), udział w wyborach, ważność dokumentów (np. dowodu osobistego, paszportu czy prawa jazdy), korzystanie z profilu zaufanego, podróżowanie (np. przekraczanie granicy, podróże lotnicze czy kupowanie biletów lotniczych), wykonywanie czynności służbowych (np. podpi-



sywanie umów w pracy), korzystanie z usług poczty (Poczta Polska może ubiegać się o dostęp do weryfikacji zastrzeżenia w rejestrze, ale nie ma takiego obowiązku ustawowego).

Zastrzeżenie można w każdej chwili cofnąć w aplikacji i serwisie mObywatel lub w urzędzie gminy. Zmiana automatycznie pojawi się w rejestrze.

Cofnąć zastrzeżenie numeru PESEL można bezterminowo – wtedy PESEL pozostanie niezastrzeżony do czasu ponownego zastrzeżenia lub wyznaczonego czasu automatycznego ponownego zastrzeżenia.

Przerwa między ponowną zmianą statusu za-

strzeżenia wynosi 30 minut. Oznacza to, że można w każdej chwili zastrzec PESEL lub cofnąć zastrzeżenie, ale już kolejna zmiana statusu zastrzeżenia może nastąpić dopiero po 30 minutach.

Zastrzeżenie numeru PESEL należy cofnąć, gdy planuje się np. podpisać umowę z firmami i instytucjami finansowymi, w tym bankami i instytucjami kredytowymi (np. umowę o kredyt, pożyczkę, zakup z płatnością ratową czy leasing), notariuszami (np. umowę o kupnie lub sprzedaży nieruchomości), operatorami telekomunikacyjnymi (np. gdy chce się otrzymać kopię swojej karty SIM).

ZASTRZEŻONY PESEL POMÓŻE UNIKNĄĆ WYLUDZENIA KREDYTU

OD 1 CZERWCA, JEŻELI KTOŚ ZACIĄGNIE KREDYT NA ZASTRZEŻONY PESEL, TO OBYWATEL, KTÓREGO NUMER ZOSTAŁ WYKORZYSTANY, NIE BĘDZIE MUSIAŁ SPŁACAĆ ZOBOWIĄZANIA. WSZYSTKIE INSTYTUCJE FINANSOWE, ZANIM UDZIELĄ KOMUŚ POŻYCZKI CZY PODPISZĄ UMOWĘ, BĘDĄ MUSIAŁY SPRAWDZAĆ REJESTR ZASTRZEŻENI NUMERÓW PESEL.

Od 1 czerwca, jeżeli obywatel zgłosi utratę dowodu osobistego jednocześnie zostanie automatycznie zastrzeżony jego numer PESEL. Nie wpłynie to jednak na wyrobienie nowego dowodu osobistego.

Zastrzeżenie PESEL nie zostanie automatycznie cofnięte, gdy uzyskamy nowy dowód osobisty. Jeśli chcemy je cofnąć, to musimy zrobić to elektronicznie w aplikacji, serwisie mObywatel lub stacjonarnie w dowolnym urzędzie gminy.

Z usługi można skorzystać bezpłatnie. Do tej pory z możliwości zastrzeżenia PESEL-u skorzystało ponad 2,7 mln osób w Polsce.

Związek Przedsiębiorstw Finansowych w Polsce szacuje, że do rejestru zastrzeżeń numerów PESEL może wpływać około 10 mln zapytań dziennie.

- W przypadku podmiotów z rynku finansowego zapytania do rejestru będzie trzeba składać nie tylko w procesie udzielania kredytu bądź pożyczki, ale również zakładając rachunek bankowy, rozpoczynając świadczenie usługi płatniczej, a nawet wypłacając gotówkę z rachunku bankowego, jeśli pojedyncza lub kolejna transakcja powoduje, że suma wypłat gotówkowych w danym dniu we wszyst-

kich placówkach danego podmiotu przekracza trzykrotność minimalnego wynagrodzenia za pracę (czyli od 1 lipca 2024 – 12 900 zł) – powiedział prezes Związku Przedsiębiorstw Finansowych w Polsce Marcin Czugań.

Oceniał, że nawet krótkotrwała niedostępność systemu może spowodować komplikacje.

- Niedostępność dłuższa niż 15 minut spowoduje konieczność wykonania dalszych czynności weryfikacyjnych klienta – zwrócił uwagę Czugań. To, jak daleko, będzie wymagało od klientów cierpliwości.

(PAP) Magdalena Gronek, mgw/ joz/

RUSZYŁY WAKACJE KREDYTOWE

Kredytobiorcy mogą korzystać z rządowych wakacji kredytowych dla osób, które spłacają zobowiązania w polskiej walucie. Spłatę kredytu będzie można zawiesić w tym roku na cztery miesiące. Rozwiązanie dostępne jest dla klientów, którzy zaciągnęli kredyt w złotych przed 1 lipca 2022 roku. Zawieszenie spłaty kredytu będzie możliwe na cztery

miesiące: na dwa w okresie od czerwca do sierpnia i na kolejne dwa - od września do grudnia. Wakacje kredytowe wydłużają okres kredytowania o tyle miesięcy, na ile klient zawiesił spłatę kredytu. Wsparcie w postaci wakacji kredytowych na 2024 r jest kontynuacją rozwiązania wprowadzonego w 2022 r. W latach 2022-2023 kredyto-

biorcy mogli zawiesić łącznie osiem rat. Sejm uchwalił nowelę ustawy o wsparciu kredytobiorców, która zakłada przedłużenie wakacji kredytowych także na 2024 rok, w połowie kwietnia; wnioski można było składać już w maju. Z wakacji kredytowych mogą skorzystać osoby, których rata przekroczy 30 proc. dochodu gospodar-

stwa domowego, liczonego jako średnia za poprzednie trzy miesiące, albo osoby, które mają na utrzymaniu co najmniej troje dzieci w dniu złożenia wniosku. Zawieszenie spłaty kredytu w tych okresach będzie przysługiwać w przypadku, gdy wartość udzielonego kredytu nie będzie przekraczała 1,2 mln zł.

(PAP) Łukasz Pawłowski, pif/ malk/



Zawieszenie spłaty kredytu będzie możliwe na cztery miesiące: na dwa w okresie od czerwca do sierpnia i na kolejne dwa - od września do grudnia.



Szukasz klientów?

e-mail: redakcja@kuriermlawski.pl

lepiej mieszkanie, może być do remontu lub zadłużone, POMOGĘ w spłacie długów, ZAPŁACĘ wysoką NAGRODĘ FINANSOWĄ za informację o takiej nieruchomości (jeżeli dojdzie do zakupu) tel. 661-435-785

NI-TATARY. Sprzedam dwie działki budowlane 11 i 17arów, 605-312-768 po16:00

NML 3 hektary ziemi ornej sprzedam w Jamielniku, 792-022-811.

NML Sprzedam dom w Nowym Mieście Lubawskim malowniczo położony, spokojna okolica, wolnostojący, możliwość zamieszkania dwóch rodzin, 693-609-997

NML Sprzedam działkę 10,5 ara w Kurzętniku ul.Betoniarska (nowe osiedle obok DINO), 500-581-039.

NML Sprzedam mieszkanie 60m2, pierwsze piętro, ul.Mickiewicza (nad przychodnią), Nowe Miasto Lubawskie, 500-581-039.

NML Sprzedam mieszkanie w miejscowości Kaczkę gmina Nowe Miasto Lubawskie o pow.29,63m2 z pomieszczeniem gospodarczym o pow.14,32m2, tel.798-063-864.

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL 503-103-703

WYNAJMĘ M-3 Nidzica Al.Wojska Polskiego, 3p., 784-137-922

WYNAJMĘ na tydzień lub powyżej domek letniskowy w Natolcu Małym. Tel.506-437-030

AUTO-MOTO

NML Sprzedam Opel Meriva 2007r., 1.7 diesel, jasno niebieski, koła 16 cali, zadbane 728-381-685.

NML Sprzedam Opel Meriva, 1.6 benzyna rok produkcji XI 2008, srebrny metalik, stan ogólny bdb., 724-147-443.

NML Sprzedam VW Polo 1.6 diesel 2009r., 180.000km, stan dobry, 694-986-147.

SKUP AUT stan obojętny+100km Nowe Miasto Lubawskie, tel.605-070-911.

SPRZEDAM skuter nowy 50km. Opłacony do31.07.2024, 4500zł, 535-037-961

USŁUGI

CZYSZCZENIE pierza, regeneracja poduszek, szycie kołder, 665-434-450

FIRMA ogólnobudowlana-budowa domów, hal, garaży, kurników, tynki, posadzki, ogrodzenia, docieplenia, układanie kostki brukowej, kucie betonu tel.609-293-996.

NAPRAWA RTV, 605-128-115

POTRZEBUJESZ ŁADOWARKO KOPARKI lub SAMOCHODU CIĘŻAROWEGO 4x4. Zadzwoń do firmy JANPOL Technologie, świadczymy usługi w korzystnych cenach. tel.602-136-815 lub 516-456-836.

USŁUGI BUDOWLANE- budowa domów, budynków inwentarskich, docieplenia, ogrodzenia, pokrycia dachowe, układanie kostki brukowej tel.725-217-093

WESELA od 289zł, Imprezy nad jeziorem. Elixir Hotelik, 602-715-753, www.elixirhotel.com

RÓŻNE

SPRZEDAM opał, podnośnik wózka widłowego, 606-513-447

ROLNICTWO

zwierzęta hodowlane

BYCZKI, jałoszki-sprzedam, 600-850-092

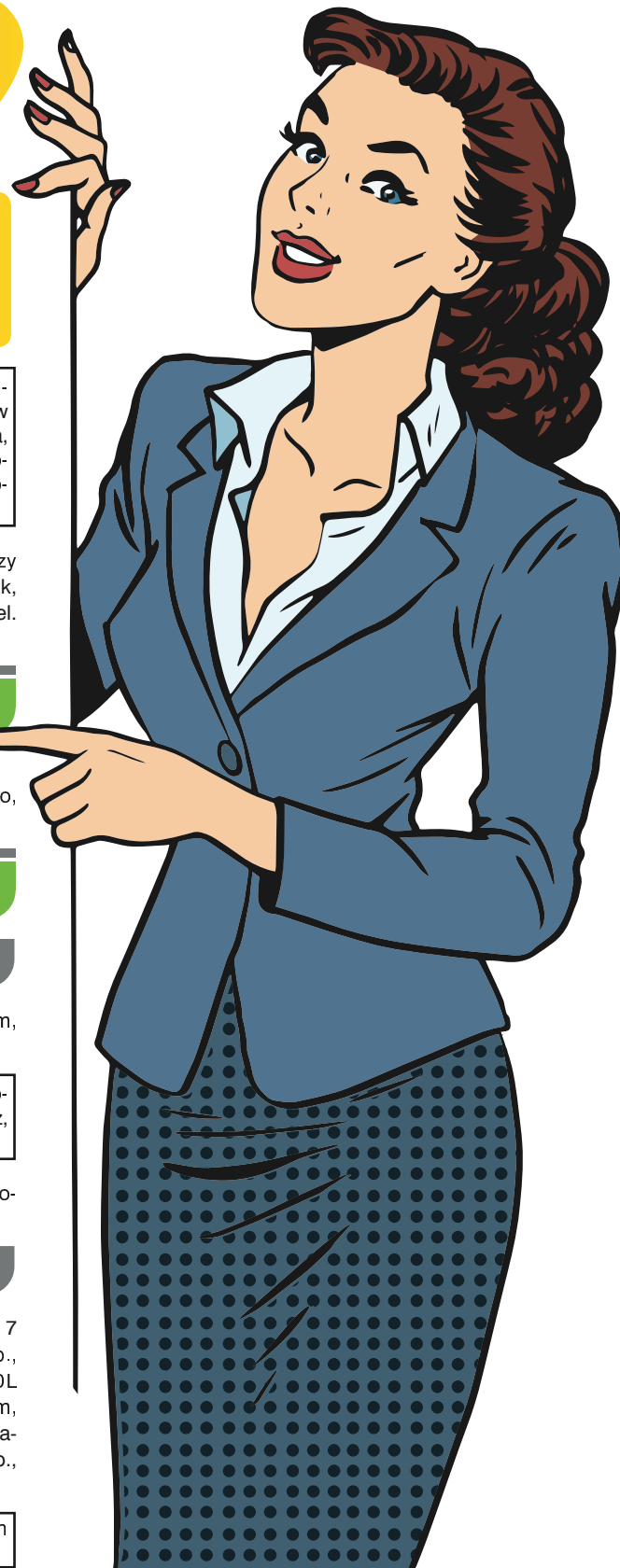
KURY Młode Nioski, Od Hodowcy, Szczepione, Dowóz, TANIO, 502-031-298

SKUP bydła rzeźne i eksportowe, 451-521-555

maszyny rolnicze

NML Sprzedam brony 20 i 7 polowe składane stan bdb., opryskiwacz ciągnany 1600L zbiornik nowy z przeładem, obsypnik kopców, rower zachodni na baterie stan bdb., 513-414-239.

SKUP CIĄGNIKÓW i maszyn rolniczych, tel.605-070-911.



PRACA

ZATRUDNIĘ murarzy i pracowników budowlanych, tel.609-293-996.

ZATRUDNIĘ pracowników budowlanych oraz murarzy tel.725-217-093.

SPRZEDAM

DREWNO opałowe tylko w powiecie Nowomiejskim i ławskim sprzedaję- brzoza, buk, sosna oraz rozpałka sosnowa i brykiet olchowo-bukowy, zapewniam transport tel.697-768-908.

NML Sprzedam ULE drewniane dwu letnie z pszczołami, marka Dadant, 450zł, 503-895-135.

SPRZEDAM drewno opałowe, anio. Transport do 50km od Vidzicy, 798-662-300

SPRZEDAM KOMBAJN BIZON-SUPER 1988r. ze stołem do rzepaku i siewczkarnią,szerokie koła,stan dobry., 695 691 342

NIERUCHOMOŚCI

!-KANCELARIA NIERUCHOMOŚCI-GUTKOWSKI; jesteśmy dla Państwa od XXw., **NIERUCHOMOŚCI-SPRZEDAŻ- KUPNO-WYNAJEM,** ława-Niepodległości 8/13, www.gutkowski-nieruchomosci.pl, e-mail: ilawa@gutkowski-nieruchomosci.pl, tel. 89/649-31-19, 604-222-552

KUPIE NIERUCHOMOŚĆ. nai-

nowy KURIER
mlawski.pl

TU WARTO BYĆ I MIŁO SPĘDZIĆ CZAS!

Kolejny aktywny tydzień w Mławie przed nami. Podpowiadamy naszym Czytelnikom oraz turystom co dzieje się w naszym powiecie w najbliższym czasie. Jak i gdzie można aktywnie i ciekawie spędzić czas.

Mława 05.06.2024

I Liceum Ogólnokształcące im. S. Wyspiańskiego i Towarzystwo Miłośników Twórczości Tekli Bądarzewskiej w Mławie organizują siódmą już edycję Powiatowego Święta Nauki im. prof. Tadeusza Korzybskiego. Tegoroczna odsłona będzie przebiegała pod hasłem „Zmierzyć się z Grzebskim – 2024”. Wydarzenie objął swoim patronatem Burmistrz Miasta Mława.

Wydarzenie odbędzie się w środę 5 czerwca 2024 r. w sali gimnastycznej I LO w Mławie (uroczyste otwarcie zaplanowano na godz. 10:00). W programie przewidziano m.in. projekcję filmu edukacyjnego o prof. Tadeuszu Korzybskim; prezentację dorobku Stanisława Grzebskiego – matematyka, historia, filologia klasycznego oraz numizmatyka, patrona

roku 2024 w Mławie i na Mazowszu; konkursy: matematyczno-fotograficzny „Geometria w obiektywie”, fotograficzny „Widziane w Mławie”, wiedzy „Matematyka z Grzebskim” i na pracę w formie lapbooka „Patron Roku 2024 – Stanisław Grzebski”; a także gry edukacyjne „Wodne wyzwania”, „Reporterzy i reporterki” i „Otwórz się na globalne wyzwania”.

Mława 13.07.2024

W sobotę 13 lipca br. w godz. 10.00-21.00 na ul. Kopernika i terenie Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji odbędzie się Jarmark Wojciechowy.

Coraz bliżej do DNI MŁAWY 2024, które w tym roku rozpoczną się 13 lipca. Nieodłączną imprezą towarzyszącą im od lat jest Jarmark Wojciechowy. W tym roku również podtrzymamy tra-



dycję, ale zmienimy lokalizację wydarzenia. Jarmark odbędzie się na ul. Kopernika i terenie Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji. Potrwa kilka godzin dłużej niż zazwyczaj.

Jarmark Wojciechowy odbędzie się w sobotę 13 lipca w godz. 10.00-21.00 na ul. Kopernika i terenie Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji.

Wystawców zainteresowanych sprzedażą rękodziela, swojskiej żyw-

ności, artystycznych prac i promowaniem swoich firm zachęcamy do zapoznania się z regulaminem i formularzem zgłoszeniowym dołączonym do artykułu. Termin przyjmowania zgłoszeń mija 5 lipca 2024 r.

Udział w mławskim jarmarku to doskonała okazja do pochwalenia się swoimi produktami, nawiązania znajomości, a dla miejscowych jeden z nielicznych w roku momentów, kiedy

mogą porozmawiać z marlarzami, antykwariuszami, rzemieślnikami oraz zakosztować pysznych wypieków przygotowanych według domowych receptur. Wierzmy, że tylko dzięki Państwu zaangażowaniu Mława w tym dniu zamieni się w miejsce spotkań ludzi pełnych pasji, entuzjastów sztuki, poszukiwaczy skarbów i kronikarzy naszej miejscowej tradycji. Do wystawienia swoich stoisk zachęcamy bywalców z regionu, ale również tych, którzy nie mieli jeszcze okazji poznać specyfiki i atmosfery jarmarku. Wszelkich informacji udzielamy telefonicznie lub e-mailowo.

Miejski Dom Kultury w Mławie
tel. (23) 654-35-85
e-mail: sekretariat@mdkmlawa.com

Osoba prowadząca – Dominika Lipińska.

Klub Zgrana Mława zaprasza na Planszówkowe Piątki – cykliczne spotkania w Miejskim Domu Kultury w Mławie dedykowane miłośnikom gier planszowych. Przyjść może każdy, bez względu na wiek, po uprzednim zapisaniu się pod nrem tel. 23 654 35 85 (liczba miejsc ograniczona). Spotkania rozpoczynają się o godz. 17:00.

Cały czas do wspólnego rekreacyjnego biegania (nie na wyścigi) w ramach spotkań z cyklu „Biegaj w Mławie” zachęca Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Mławie. Treningi są organizowane w soboty o 9:00 na powietrzu lub w obiektach zamkniętych. Zajęcia są prowadzone pod okiem wykwalifikowanych trenerów.

opr.jk

ĆWICZENIA JEDNOSTEK OCHRONY PRZECIWPÓŻAROWEJ W BUDYNKU WIELORODZINNYM W MŁAWIE



Pożar w garażu podziemnym w budynku wielorodzinnym z usługami i handlem przy ulicy Napoleńskiej to scenariusz trzydniowych ćwiczeń funkcjonariuszy Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Mławie.

W ramach zapoznania strażaków z ewentualnymi zagrożeniami i trudnościami podczas

prowadzenia działań ratowniczo-gaśniczych w budynku wielorodzinnym w Mławie kierownictwo mławskiej komendy w uzgodnieniu z zarządcą w/w budynku zorganizowało strażackie ćwiczenia. Założenie do ćwiczeń zakładało pożar samochodu osobowego w garażu podziemnym oraz dwie osoby poszkodowane.



W ćwiczeniach udział wzięli funkcjonariusze z poszczególnych zmian służbowych jednostki ratowniczo-gaśniczej mławskiej komendy. Ponadto w ostatnim dniu ćwiczeń uczestniczyli również druhowie z jednostek ochotniczych straży pożarnych w Turzy

Małej, Szydłowa i Rzęgnowa. W ramach ćwiczeń ratownicy doskonalili umiejętności praktyczne i wyrabiali prawidłowe nawyki podczas działań ratowniczo-gaśniczych ze szczególnym uwzględnieniem pożarów wewnętrznych. Ponadto zrealizowano cele



dodatkowe, a wśród nich m.in. rozpoznanie operacyjne obiektu wraz z terenem przyległym, wdrożenie i zastosowanie odpowiedniej procedury medycznej w przypadku osób poszkodowanych, doskonalenie umiejętności praktycznych w zakresie prowadzenia działań ratowniczo-gaśniczych na tego typu obiektach. Na

koniec, uczestnicy ćwiczeń zostali zapoznani z budynkiem oraz omówiono rozwinięcie bojowe i wszelkie czynności podejmowane przez strażaków podczas manewrów co pozwoliło wybrać najkorzystniejsze formy działań ratowniczo-gaśniczych przy tego typu zdarzeniach.

ml. asp. Paweł Stanisławski

Mizoginia — niestety! — jest szeroko praktykowana od tysięcy lat. Znajduje to odzwierciedlenie w sztuce, literaturze, strukturze społeczeństwa ludzkiego, wydarzeniach historycznych, mitologii, filozofii i religii na całym świecie. Przykładem mizoginii jest przemoc wobec kobiet, która obejmuje przemoc domową oraz, w jej najbardziej ekstremalnych formach, mizoginistyczny terroryzm i zabójstwa kobiet. Mizoginia często opiera się również na molestowaniu seksualnym, przymusie i technikach psychologicznych mających na celu kontrolowanie kobiet oraz na prawnym lub społecznym wykluczeniu kobiet z pełnego obywatelstwa. W niektórych przypadkach mizoginia nagradza kobiety za akceptację niższego statusu.

Mizoginię można rozumieć zarówno jako postawę jednostek, przede wszystkim mężczyzn, ale i jako szeroko rozpowszechniony zwyczaj lub system kulturowy. Czasami mizoginia objawia się w oczywisty i odważny sposób — innym razem jest bardziej subtelna lub zamaskowana w sposób zapewniający wiarygodne zaprzeczenie.

W myśli feministycznej mizoginia obejmuje także odrzucenie kobiecych cech. Gardzi instytucjami, pracą, hobby czy zwyczajami związanymi z kobietami. Odrzuca wszelkie aspekty mężczyzn, które są postrzegane jako kobiece lub niemęskie. Według Oxford English Dictionary angielskie słowo „mizoginia” powstało w połowie XVII w. z greckiego ‘miso’ — nienawiść oraz ‘gune’ czyli kobieta. Słowo to było rzadko używane, dopóki nie zostało spopularyzowane przez feminizm drugiej fali w latach 70. XX w.

Przykłady? Aż nadto...

Czym jest mizoginia? Uprowadzeniem i kobiet. Poniżaniem ich w rozmowie — choćby poprzez używanie seksistowskich przezwisk lub obraźliwych uwag. Próba kontrolowania zachowań



kobiet. Używaniem zastraszającego lub upokarzającego zachowania w celu zniszczenia pewności siebie kobiety i osłabienia jej. Dyskryminacją kobiet, na przykład wtedy, gdy nie oferuje się kobiecie pracy, do której ma kwalifikacje, ponieważ jest kobietą, lub zakłada się, że nie może czegoś zrobić, ponieważ jest kobietą. Mizoginia to także podwójne standardy: mężczyźni są traktowani pobłażliwie, a kobiety — krytykowane. Mizoginia jest traktowaniem kobiet inaczej niż mężczyzn w środowisku społecznym i zawodowym. To ponadto groźby, agresywne, zastraszające lub brutalne zachowanie, wykonywanie niechcianych komentarzy lub załatów o charakterze seksualnym, w tym nawoływania, prześladowanie, gapienie się, dotykanie, robienie zdjęć bez zgody, narażenie na napaść na tle seksualnym i gwałt. Zachowanie kontrolujące, pewne siebie i egocentryczne — to również mizoginia.

Według ruchów feministycznych mizoginia istnieje zarówno w wyniku ról płciowych, jak i jako sposób na ich egzekwowanie. Historycznie patriarchalnych społeczeństwach kobiety

zachęcane do zajmowania ról wspierających mężczyzn. Chociaż powszechnie uważa się, że poziom praw kobiet radykalnie poprawił się w XX w., wiele kobiet na początku XXI w. w dalszym ciągu spotykało się i spotyka z ostrymi reakcjami, a nie wsparciem mężczyzn, gdy podejmuje role, stanowiące dla mężczyzn wyzwanie. Kobiety od dawna borykają się z mizoginią i seksizmem w zdominowanym przez mężczyzn świecie sportu. W 1967 r. biegaczka Kathrine Switzer była pierwszą kobietą, która oficjalnie wzięła udział w maratonie bostońskim — a i tak do historii przeszła chwila, gdy menadżer wyścigu w połowie wydarzenia próbował ją wykluczyć. Dziś większość zawodowych sportswomen nadal otrzymuje niższe wynagrodzenie niż ich koledzy. W polityce często przywołuje się mizoginię, aby wyjaśnić pogardliwe traktowanie, z jakim czasem ze strony przeciwników, kolegów, wyborców i mediów spotykają się kobiety-politycy w USA i innych krajach. Mizoginia objawia się w instytucjach edukacyjnych, miejscu pracy i innych dziedzinach — jako różnica w wynagradzaniu kobiet i mężczyzn, dysproporcje w zakresie urlopów rodzicielskich i ogólnie

MIZOGINII MÓWIMY „NIE”!

MIZOGINIA TO NIENAWIŚĆ, POGARDA I /
LUB UPREDZENIE WOBEC KOBIET LUB
DZIEWCZĄT. JEST FORMĄ SEKSIZMU,
KTÓRA WPROWADZA KOBIETY
W POCZUCIE NIŻSZEGO STATUSU
SPOŁECZNEGO W PORÓWNANIU
Z MĘŻCZYZNAMI, PODTRZYMUJĄC
W TEN SPOSÓB SPOŁECZNE ROLE
PATRIARCHATU.

nie równe traktowanie. Kobiety w dalszym ciągu rzadziej zajmują stanowiska kierownicze w korporacjach: na liście Fortune 500 w 2021 r. znalazło się tylko 41 kobiet na stanowiskach dyrektorskich.

Mizoginia w sieci

Retoryka mizoginistyczna jest w sieci wszechobecna i z biegiem czasu staje się coraz bardziej agresywna. Obejmuje zarówno indywidualne próby zastraszania i oczerniania kobiet, zaprzeczanie nierówności płci (neoseksizm), jak i próby skoordynowane, zbiorowe, choćby brygady wyborcze i kampanie antyfeministyczne. Mizoginia w sieci może prowadzić do napotykania przez kobiety przeszkód, gdy próbują zaangażować się w publiczną i polityczną sferę wirtualnego świata ze względu na agresywny charakter tych przestrzeni. Stąd wielokrotnie powtarzane apele środowisk pro-kobiecych, by uregulować i prawnie usunąć internetową mizoginię zarówno za pomocą środków rządowych, jak i pozarządowych.

Najbardziej prawdopodobnymi celami mizoginistycznych ataków skoordynowanych grup są kobiety widoczne w sferze publicznej, które otwarcie mówią o zagrożeniach, jakie otrzymują, oraz kobiety kojarzone z feminizmem. Autorzy mizogi-

nistycznych wiadomości są zazwyczaj anonimowi lub z innych powodów trudni do zidentyfikowania. Ich retoryka zawiera mizoginistyczne epitety i drastyczne obrazy. Koncentruje się na wyglądzie fizycznym kobiet. Przy czym ataki te nie zawsze mają charakter wyłącznie internetowy.

Zły język

Obelgi i groźby kierowane pod adresem różnych kobiet są zazwyczaj bardzo podobne. Jude Doyle, amerykańska pisarka i feministka oraz jedna z kobiet, która jakiś czas temu stała się celem ataków w sieci, zauważyła „w przeważającej mierze bezosobowy, powtarzalny i stereotypowy charakter” molestowania oraz fakt, że „nas wszystkich nazywa się w ten sam sposób i tym samym tonem”.

Badanie z 2020 r. opublikowane w czasopiśmie „New Media & Society” omawia również, w jaki sposób język w sieci może przyczyniać się do mizoginii w wersji online. Autorzy szczególnie krytykują Urban Dictionary, twierdząc, że język użyty w definicjach jest mizoginistyczny i antyfeministyczny, i że po prostu nie jest słownikiem współpracującym.

W badaniu z 2021 r. opublikowanym na posiedzeniu Association for Computational Linguistics

zauważono, że mizoginia w Internecie przedstawia się inaczej w różnych kontekstach. Na przykład hiszpańskie dyskusje internetowe pokazują silniejszą obecność dominacji; włoska mizoginia charakteryzuje się wieloma stereotypami i uprzedmiotowieniem; angielska mizoginia w Internecie najczęściej polega na dyskredytowaniu kobiet; a duńskie dyskusje wyrażają przede wszystkim neoseksizm.

Z czego to?

Nasuwa się zatem pytanie: z czego rodzi się mizoginia? Wobec braku równej i przeciwnej historii systemowych i strukturalnych nierówności wywieranych przez kobiety przeciwko mężczyznom, jakie jest źródło męskiej złości wobec kobiet? Używając obiektywnego systemowo-strukturalnego, który można zastosować do śledzenia władzy w hierarchiach — widać, że mizoginia ma swoje korzenie w jednym źródle: w tym, jak szkolimy chłopców w naszej kulturze męskości opartej na dominacji.

W męskości opartej na dominacji zنعamy się nad chłopcami, począwszy od niemowlęstwa, pozbawiając ich ekspresji emocjonalnej i więzi. Kiedy chłopiec okazuje emocje lub zbyt dużą potrzebę kontaktu, zostaje zastraszony, a jego męskość — kwestionowana. W ten sposób szkolimy naszych młodych synów w zakresie uniwersalnych ludzkich zdolności w zakresie relacji, takich jak empatia, troska, współczucie i więź ponad różnicami, w zamian wypychając ich w naszą dominację opartą na hierarchicznej kulturze męskości, w której musimy dominować nad otaczającymi nas ludźmi, aby utrzymać nasz status i potwierdzić naszą męskość.

Jeśli zatem prawią mizogini tkwi w wychowaniu chłopców — to akurat my, kobiety, mamy największą szansę to zmienić!

Magdalena Maria Bukowiecka

Korzystałam ze stron london.gov.uk, remakingmanhood.medium.com oraz z Encyclopædia Britannica

BERGAMOTKA NIE TYLKO W MENU FRANCUZA

Uwielbiam francuskie kino, a w nim — jak to na Francuzów przystało — zawsze wielką rolę gra kuchnia. I to bez względu na temat fabuły. A jeśli już Francuzi coś na ekranie pichcą, nader często pojawia się na ekranie potrzeba zakupu i użycia bergamotki. Co to jest i czy to smaczne?

Bergamotka (Citrus bergamia) to żółto-zielony owoc cytrusowy rosnący na wybrzeżu południowych Włoch. Czyli już się robi przyjemnie, bo i Francja, i Włochy leżą w ścisłym kręgu moich zainteresowań nie tylko wakacyjnych. Nie wspominając o Grecji...! Tradycyjnie i od wieków używa się jej do aromatyzowania żywności, ale też do produkcji pachnących dezodorantów i perfum. Dawniej stosowano bergamotkę również do leczenia ran powstałych w wyniku infekcji bakteryjnych, na bóle zębów, a nawet na łagodzenie malarii.

Tymczasem ostatnio bergamotka — jeden ze składników zdrowej dla serca i nie tylko diety śródziemnomorskiej — została przebadana pod kątem leczenia różnych schorzeń, od depresji i stanów lękowych po wysoki poziom cholesterolu. I co dzielni naukowcy tam konkretnie znaleźli?

Zapach bergamotki...

Bergamotka ma korzenny, cytrusowy zapach. Odpowiada za wyrazisty smak herbaty Earl Grey, a w smaku jest gorzkawa — przypomina grejpfruta. Och...!

Co tam jest?

Godne uwagi składniki bergamotki obejmują flawonoidy, czyli składniki odżywcze o właściwościach przeciwutleniających. Poza tym zawiera też limonen i linalol, czyli składniki nadające bergamotce zapach — to właśnie one zostały zbadane pod kątem ich pozytywnego wpływu na stany lękowe i depresję. Z kolei octan linalilu ma działanie podobne do antybiotyku, z tym że jest naturalny. Ale w bergamotce znajdziemy też kumaryny, które mogą powodować nadwrażliwość na światło słoneczne.

Kiedy i jak stosować bergamotkę?

W zależności od składu bergamotkę można wdychać, przyjmować doustnie lub nakładać na skórę lub włosy. Oczywiście najlepszy jest świeży owoc, ale specjaliści polecają też olejek eteryczny — produkt wysoce stężony, zwykle w celu zmniejszenia toksyczności rozcieńczany woleju nośnikowym, takim jak oliwa z oliwek. Olejki eteryczne można nakładać na skórę lub wdychać za pomocą dyfuzora, często przez 15 do 30 minut dziennie. Olejków eterycznych nie należy przyjmować doustnie.

Możemy też używać ekstraktu z bergamotki o wysokiej zawartości flawonoidów: nakładamy go na skórę lub przyjmujemy doustnie. Badania laboratoryjne wykazały, że sok z bergamotki ma przeciwutleniające i może pomóc w łagodzeniu oznak starzenia.

Korzyści zdrowotne

Olejek eteryczny z bergamotki badano pod kątem następujących schorzeń: lęku, depresji, nadciśnienia, wysokiego cholesterolu, cukrzycy typu 2, problemów ze snem, łuszczycy, stłuszczeniowej choroby wątroby, a nawet problemów z pozbyciem się tłuszczu brzuszego. Zbadano też jej wpływ na zespół metaboliczny: połączenie schorzeń, które łącznie mogą prowadzić do chorób serca, udaru mózgu i cukrzycy typu 2). I co z tych badań wyszło?

Bergamotka może obniżyć wysoki poziom cholesterolu i lipidów — jest jednym z najskuteczniejszych nutraceutyków (produktów spożywczych) obniżających poziom cholesterolu. Uważa się, że podobnie jak statyny (leki na cholesterol dostępne na receptę) — działa na szlak reduktazy HMG-CoA. U dorosłych przyjmowanie doustnie od 500 do 100 mg

dziennie ekstraktu bergamotki lub flawonoidów bergamotki przez maksymalnie 180 dni poprawiło panel lipidowy poprzez obniżenie cholesterolu całkowitego nawet o 31 proc., trójglicerydów nawet o 39 proc., a cholesterolu lipoprotein o małej gęstości (LDL — tzw. zły cholesterol) — nawet o 40 proc. Dla porównania terapia dużymi dawkami statyn ma na celu obniżenie poziomu cholesterolu LDL o około 50 proc.

Bergamotka zwiększa również poziom cholesterolu lipoprotein o dużej gęstości (HDL — „dobrego cholesterolu”), obniżając ryzyko chorób serca. Jej wpływ na cholesterol zwykle widać po 30 dniach stosowania.

Bergamotka może pomóc zmniejszyć stan zapalny w organizmie. Po badaniu z 2015 roku naukowcy doszli do wniosku, że przeciwzapalne właściwości bergamotki mogą być korzystne w leczeniu scho-

rzeń takich jak nieswoiste zapalenie jelit.

Bergamotka może zmniejszać też uczucie lęku i depresję. Teoretycznie olejek eteryczny z bergamotki ma właściwości uspokajające. Badania na zwierzętach wykazały, że obniża reakcję stresową organizmu poprzez blokowanie osi podwzgórze-przysadka-nadnercza (HPA). Jedno badanie przeprowadzone na 41 zdrowych studentkach wykazało, że wdychanie bergamotki — olejku eterycznego zmieszanego z wodą w dyfuzorze — przez 10 minut poprawia nastrój. Zmniejszyło także zmęczenie i poziom kortyzolu, czyli hormonu stresu. Inne badanie przeprowadzone na 57 dorosłych (głównie kobietach) w ośrodku zdrowia psychicznego wykazało, że 15 minut aromaterapii bergamotką poprawiło ich pozytywne uczucia. Inne badanie z udziałem 60 kobiet po porodzie wykazało, że wdychana bergamotka

pomaga w leczeniu depresji. Uczestniczki wdychały odparowany olejek eteryczny (zmieszany z wodą w dyfuzorze) przez 15 minut dziennie.

Bergamotka pomaga też zasnąć. Olejek eteryczny z bergamotki jest powszechnie stosowany jako aromaterapia w leczeniu bezsenności — powoduje senność poprzez aktywację przywspółczulnego układu nerwowego, co pomaga naszemu organizmowi się zrelaksować. Jak wynika z małego badania z udziałem 48 osób, olejek eteryczny z bergamotki poprawił jakość i czas snu oraz poranną czujność.

A komu tego wszystkiego mało — jedno z badań pokazuje, że osobom chorym na schizofrenię przyjmowanie suplementów bergamotki może pomóc myśleć jaśniej. Osoby biorące udział w badaniu uzyskały lepsze wyniki w kilku testach poznawczych po zażyciu bergamotki. Choć oczywiście konieczne są dalsze badania.

Czy bergamotka jest dobra dla mnie?

Bergamotka to dla większości bezpieczny wybór: wiąże się z niskim ryzykiem skutków ubocznych. Choć pewne środki ostrożności należy zachować: unikać bergamotki powinni wszyscy uczuleni na nią lub na jej składniki. Niektórzy ludzie doświadczają skutków ubocznych, takich jak zawroty głowy, skurcze mięśni i zgaga, gdy przyjmują bergamotkę jako przyprawę do posiłków. Z kolei olejek eteryczny z bergamotki może powodować oparzenia słoneczne lub uszkodzenia skóry. Kto używa go w ten sposób, powinien odczekać co najmniej 12 godzin przed ekspozycją na słońce. Warto też zachować ostrożność podczas stosowania bergamotki w czasie ciąży, karmienia piersią lub u dzieci. W szczególności olejki eteryczne mogą wpływać na poziom hormonów.

Bergamotka może powodować spadek poziomu cukru we krwi: u pacjentów z cukrzycą poziom cukru we krwi może osiągnąć niebezpieczny poziom. Stąd, stosując suplementy bergamotki, ważne jest, by te poziomy stale monitorować. Ale nawet u osób bez cukrzycy bergamotka może utrudnić lekarzom kontrolowanie poziomu cukru we krwi podczas operacji. Dlatego eksperci zalecają zaprzestanie stosowania suplementów bergamotki na dwa tygodnie przed operacją.

Należy również zachować ostrożność podczas stosowania bergamotki z lekami takimi jak statyny na cholesterol. Badania pokazują, że bergamotka może nasilać działanie statyn, ale może również zwiększać ryzyko wystąpienia działań niepożądanych, takich jak ból mięśni.

Magdalena Maria Bukowiecka

Korzystałam ze stron verywellhealth.com, medicalnewstoday.com i webmd.com.



MAGAZYN TURYSTYCZNY

Świat — Polska — Warmia & Mazury



DLA MIŁOŚNIKÓW PODRÓŻY



Magazyn można zakupić w salonikach prasowych, salonach Empik,
na dworcach i lotniskach, a także online przez strony internetowe **kupgazete.pl** i **e-kiosk.pl**
Reklama i prenumerata – **509 712 242**