

**CZYTAJ
NAS:**

• **CO TYDZIEŃ
W GAZECIE**
• **CODZIENNIE
W INTERNECIE**

Nr 7 (981)
WTOREK 14.02.2023

NOWY KURIER mławski.pl

ISSN 1731-9056 NR INDEKSU 382302
NAKŁAD PONIŻEJ 15000 EGZ.

CENA 2,80 zł
(w tym 5% VAT)

DZIERZGOWO GRUDUSK LIPOWIEC MŁAWA RADZANÓW STRZEGOWO STUPSK SZREŃSK SZYDŁOWO WIECZFNIA WIŚNIEWO

UDERZYŁ 11-LETNIEGO CHŁOPCA I ZABRAŁ MU TELEFON!

W MŁAWIE, PODCZAS SPACERU 11-LETNI CHŁOPIEC ZOSTAŁ ZAATAKOWANY PRZEZ NIEZNANEGO MU MĘŻCZYZNĘ, KTÓRY UDERZYŁ GO I SIŁĄ ODEBRAŁ TELEFON, PO CZYM UCIEKŁ. **CZYTAJ WIĘCEJ NA STR. 4**

ISSN 1731-9056



0 7

9 771731 905506 >

UWAGA NA OSZUSTÓW! STRACIŁA PIENIĄDZE Z KONTA

Z ŻYCIA MŁAWY ||

S. 3

BAL KARNAWAŁOWY W SP 7

EDUKACJA ||

S. 5

SPRAWDZAMY, JAK IDZIE MŁAWIANCE W SPARINGACH

SPORT ||

S. 16



■ Policja ostrzega przed metodą oszustów na tzw. „zdalny pulpit”. 41-letnia mławianka straciła ostatnio w ten sposób ponad 4 tysiące zł.



■ W środę odbył się bal karnawałowy uczniów klas 1-3 szkoły podstawowej nr 7 w Mławie. W tym dniu sala gimnastyczna zamieniła się w czarowaną krainę.



■ — Ostro pracujemy i ładujemy akumulatory. Śnieg, nie śnieg — trzeba się odpowiednio przygotować, bo praca wykonana w zimę będzie rzutować na cały rok — mówi Piotr Rzepka, trener Mławianki.

W FERIE SKORZYSTAJ Z BONU TURYSTYCZNEGO

Rozpoczęte na Mazowszu ferie to okazja, żeby skorzystać z Polskiego Bonu Turystycznego. Można dzięki niemu opłacić wyjazd na narty czy zimowisko. Na mieszkańców województwa mazowieckiego czeka ponad 90 tys. nieaktywnych bonów.

Na Mazowszu dzieci rozpoczęły już zimową przerwę od nauki. Rodzice, którzy jeszcze nie wykorzystali bony turystyczne mają okazję, by wykupić dziecku wyjazd czy inne atrakcje turystyczne na ten wolny czas. Bon przysługuje na dziecko, które ma prawo do świadczenia lub dodatku wychowawczego „Rodzina 500+”.

— Ferie w województwie mazowieckim rozpoczynają się od 13 lutego i trwają do 26 lutego. To idealny moment na wykorzystanie bonu turystycznego. Z Polskich Bonów Turystycznych można korzystać od połowy sierpnia 2020 r. Bon przysługuje na dziecko, które ma prawo do świadczenia lub dodatku wychowawczego „Rodzina 500+”. Na każde dziecko można otrzymać 500 zł, a w przypadku

dziecka z orzeczoną niepełnosprawnością 1000 zł — informuje Wojciech Ściwarski, rzecznik prasowy ZUS w województwie mazowieckim.

BONEM MOŻNA PŁACIĆ ZA USŁUGI HOTELARSKIE I IMPREZY TURYSTYCZNE NA TERENIE POLSKI ORAZ JEDNODNIOWE WYCIEZKI WRAZ Z ATRAKCJAMI PRZEWIDZIANYMI W RAMACH DANEJ OFERTY NP. PRZEWODNIKIEM BĄDŹ TRANSPORTEM. PŁATNOŚCI BONEM PRZYJMUJĄ PODMIOTY, KTÓRE ZAREJESTROWAŁY SIĘ NA LIŚCIE PROWADZONEJ PRZEZ POLSKĄ ORGANIZACJĘ TURYSTYCZNĄ. OBECNIE



for Pixabay

JEST ICH PONAD 28 TYS. W CAŁYM KRAJU. ICH LISTĘ MOŻNA SPRAWDZIĆ NA STRONIE POLSKIEJ ORGANIZACJI TURYSTYCZNEJ.

Aby otrzymać bon nie trzeba składać wniosku. Jest on dostępny wyłącz-

nie na Platformie Usług Elektronicznych (PUE ZUS). Można go aktywować w dowolnym momencie, po podaniu danych kontaktowych (adres e-mail i numer telefonu komórkowego). Płatności bonem są realizowane poprzez SMS. Chcąc zapłacić za usługę trzeba pokazać

specjalny numer przypisany do bonu, a następnie jednorazowy kod autoryzacyjny, który przyjdzie na wskazany numer telefonu.

— Bon turystyczny można wykorzystać do 31 marca 2023 roku. Bonem turystycznym musimy zapłacić do tego dnia, lecz na wycieczkę możemy pojechać latem. Ważna jest tutaj data zapłaty, a nie data realizacji bonu — dodaje rzecznik.

Osoby, które nie mają jeszcze swojego profilu na PUE ZUS, a chcą skorzystać z bonu, mogą go założyć w każdej chwili, samodzielnie przez internet, albo w każdej placówce ZUS.

— W WOJEWÓDZTWIE MAZOWIECKIM AKTYWOWANO NAJWIĘCEJ BONÓW TURYSTYCZNYCH.

MIESZKAŃCY MAZOWSZA DO TEJ PORY AKTYWOWALI PONAD 550 TYS. BONÓW TURYSTYCZNYCH. ZA WYPOCZYNEK SWOICH DZIECI PRZY ICH POMOCY WYDALI PRAWIE 430 MLN ZŁOTYCH. W NASZYM REGIONIE NA AKTYWACJĘ CZEKA JESZCZE PONAD 90 TYS. BONÓW — INFORMUJE RZECZNIK.

Dla osób, które mają pytania związane z funkcjonowaniem bonu turystycznego Zakład Ubezpieczeń Społecznych uruchomił specjalną infolinię (codziennie w godz. 7-20) pod numerem 22 11 22 111, a pytania można też zadawać pisząc na adres: bon@zus.pl.

źródło: ZUS

PRAWIE POŁOWA ANKIETOWANYCH CHCE OBNIŻENIA WIEKU EMERYTALNEGO

44,8 proc. ankietowanych uważa, że wiek emerytalny należałoby w Polsce obniżyć; 32,4 proc. jest za tym, żeby wiek emerytalny został podniesiony — wynika z sondażu IBRiS dla Radia ZET.

Zsondażu wynika też, że 20,4 proc. popiera pozostawienie wieku emerytalnego na obecnym poziomie (65 lat dla mężczyzn, 60 lat dla kobiet) a 2,4 procent ankietowanych nie ma w tej sprawie zdania.

>> Jak czytamy na stronie internetowej Radia ZET, poparcie dla podniesienia lub obniżenia wieku emerytalnego zależy od preferencji politycznych.

Za podniesieniem wieku emerytalnego opowiada się 31 proc. wyborców obozu rządzącego oraz 43 proc. zwolenników opozycji. Za wcześniejszym niż obecnie przechodzeniem na emeryturę jest 44 proc. wyborców opozycji i 43 proc. popierających Zjednoczoną Prawicę.

W sondażu IBRiS zapytał też Polaków, co sądzą o pomysły, by wiek emerytalny kobiet i mężczyzn został



for Pixabay

Prawie 50 proc. ankietowanych uważa, że wiek emerytalny należałoby w Polsce obniżyć

zrównany i wynosił 65 lat. Takie rozwiązanie popiera 35,2 proc. ankietowanych, a 42,6 proc. jest przeciw. W tej kwestii nie ma zdania 22,2 proc. Wśród osób popierających zrównanie wieku emerytalnego 34 proc. to kobiety, a 37 proc. mężczyźni. Przeciw takiemu rozwiązaniu jest 41 proc. kobiet i 44 proc. mężczyzn.

Za zrównaniem wieku emerytalnego kobiet i mężczyzn opowiada się 63

proc. wyborców opozycji i 3 proc. wyborców obozu rządzącego. Przeciw jest 72 proc. zwolenników Zjednoczonej Prawicy i 23 proc. popierających opozycję.

Sondaż Instytutu Badań Rynkowych i Społecznych IBRiS na zlecenie Radia ZET został przeprowadzony w dn. 20-21.01.2023 r. metodą CATI na ogólnopolskiej próbie 1100 osób. źródło: PAP

UWAGA NA OSZUSTÓW! MŁAWIANKA STRACIŁA PIENIĄDZE Z KONTA

Policja ostrzega przed metodą oszustów na tzw. „zdalny pulpit”. — 41-letnia mławianka straciła ostatnio w ten sposób ponad 4 tysiące zł. Pokrzywdzona, podczas rozmowy telefonicznej z nieznanym mężczyzną, dała się namówić na zainstalowanie oprogramowania, służącego do zdalnej obsługi urządzeń mobilnych. Oszust, podając się za konsultanta obiecywał korzystną inwestycję na rynku kryptowalut — przybliży szczegóły tego zdarzenia asp. szt. Anna Pawłowska, rzeczniczka prasowa mławskiej policji.

Mławianka odebrała telefon z nieznanego numeru. Dzwońnięcy mężczyzna podał się za konsultanta i zaproponował korzystną inwestycję na runku kryptowalut, służąc pomocą.

— MĘŻCZYZNA TEN POLECIL KOBECIE ZAINSTALOWANIE NA SWOIM TELEFONIE APLIKACJI, DZIĘKI KTÓREJ MOŻE JEJ SKUTECZNIEJ POMÓC. BYŁA TO APLIKACJA SŁUŻĄCA DO ZDALNEJ OBSŁUGI TELEFONU. W TRAKCIE ROZMOWY KOBIETA ZAINSTALOWAŁA APLIKACJĘ



Zdjęcie ilustracyjne | Fot. pixabay.com

— relacjonuje asp. szt. Anna Pawłowska, rzeczniczka prasowa komendy powiatowej policji w Mławie.

— Po chwili pokrzywdzona zakończyła rozmowę niezainteresowana

ofertą, jednak aplikacji nie odinstalowała. Po krótkim czasie otrzymała powiadomienia z banku o przelewach. Natychmiast powiadomiła policję. Udało się zablokować dostęp do konta banko-

wego — dodaje oficer prasowa KPP Mława.

Policja ostrzega — oszuści coraz częściej wykorzystują metodę „na zdalny pulpit”. Kradzież pieniędzy odbywa się dosłownie na oczach pokrzywdzonych.

— Internetowi przestępcy posługują się różnymi wariantami, chodzi jednak o to, by skłonić ofiarę do zainstalowania programu zdalnej obsługi komputera, a potem polecić jej, by zalogowała się do swojego konta w banku. Najczęściej wykorzystywanym przez oszustów wariantem jest namawianie ofiary do skorzystania z usługi umożliwiającej szybkie pomnożenie gotówki. Gdy zainteresowana osoba natyka problemy techniczne, „konsultant” wspiera ją przez zdalny pulpit i dosłownie na oczach ofiary, czyści jej konto — tłumaczy asp. szt. Anna Pawłowska.

CO ROBIĆ?

• przede wszystkim kieruj się zdrowym rozsądkiem.

Obietnica superatrakcyjnej inwestycji to najczęściej metoda działania oszustów; • pamiętaj — tylko posiadacz konta może się do niego logować i wykonywać transakcje. NIGDY NIKOMU nie udostępniaj swojego konta bankowego i danych logowania;

• jeśli „konsultant” proponuje Ci zainstalowanie oprogramowania zdalnej obsługi urządzenia, możesz być pewien, że to oszustwo; • jeśli osoba podająca się za pracownika banku żąda zverifikowania Twoich danych i danych konta lub zainstalowania jakiegokolwiek oprogramowania, rozłącz się i zadzwoń do biura obsługi klienta Twojego banku, korzystając z innego telefonu;

red, źródło: KPP Mława

WIEDZA NA TEMAT RENTY DOŻYWOTNIEJ W POLSCE SUKCESYWNIE ROŚNIE

Z najnowszej badania opinii, w którym Fundusz Hipoteczny DOM przebadał ponad 1000 polskich seniorów, wynika, że 91 proc. z nich wie o istnieniu renty dożywotniej.

Ponad połowa ankietowanych, bo 51 proc. uważa, że ta usługa może być wsparciem finansowym dla emeryckiego budżetu. Najważniejszym powodem, który wstrzymuje seniorów przed podpisaniem umowy renty dożywotniej, jest chęć przekazania mieszkania spadkobiercom — tak twierdziło 48 proc. osób biorących udział w badaniu.

>> Wiedza na temat renty dożywotniej w Polsce sukcesywnie rośnie. Fundusz Hipoteczny DOM od lat prowadzi badania dotyczące sytuacji ekonomicznej i spo-

łecznej emerytów. Pyta o ich zwyczaje, potrzeby i wiedzę na temat rozwiązań finansowych. Jeszcze dziesięć lat temu (w ankietach telefonicznych Funduszu Hipotecznego DOM) 60 proc. seniorów odpowiadało, że nie wie, na czym dokładnie polega renta dożywotnia. Dekadę temu o takim rozwiązaniu słyszało 40 proc. ankietowanych. W wielu przypadkach była to jednak wiedza powierzchowna. Aż 80 proc. emerytów deklaroowało chociażby, że nie zna różnicy pomiędzy rentą dożywotnią a odwróconym kredytem hipotecznym.



fot. Pixabay

— Z biegiem lat liczba osób, które wiedzą o istnieniu renty dożywotniej, wciąż rosła. Trzeba jednak przyznać, że gdy zadawaliśmy pytania bardziej szczegółowe, okazywało się, że ta wiedza wymaga uzupeł-

nienia. Przykładowo: zbadań, które zrealizowaliśmy rok temu, wynikało, że 61 proc. seniorów wciąż nie wie, że rentę z nieruchomości mogą otrzymać nie tylko właściciele mieszkań, ale również domów — mówi

Robert Majkowski, Prezes Funduszu Hipotecznego DOM.

WIEDZA ROŚNIE, ALE BARIERY WCIĄŻ SĄ TE SAME

Najnowsze badanie nie pozostawia złudzeń — 90 proc. ankietowanych słyszało o rencie dożywotniej, a 51 proc. uważa, że może być ona wsparciem finansowym dla osób starszych. Seniorzy, pytani o powody, które wstrzymują ich przed podpisaniem umowy, twierdzą, że najważniejszym z nich jest chęć przepisania miesz-

kania spadkobiercom (48 proc.), brak mieszkania na własność (14 proc.), obawa przed oszustwem (10 proc.). Blisko 20 proc. w ogóle nie interesuje się tego typu usługą. Wśród najczęściej wymienianych zalet renty dożywotniej są przede wszystkim względy ekonomiczne. Największą liczbą emerytów wskazuje, że są to dodatkowe pieniądze, które przychodzą regularnie i dają bezpieczeństwo finansowe. Prawie 1/4 ankietowanych (24 proc.) uważa, że jest to idealne rozwiązanie dla osób, które nie mają spadkobierców.

UDERZYŁ 11-LETNIEGO CHŁOPCA I ZABRAŁ MU TELEFON!

— W piątek (3 lutego) w Mławie, podczas spaceru 11-letni chłopiec został zaatakowany przez nieznanego mu mężczyznę, który uderzył go i siłą odebrał telefon, po czym uciekł. Chwilę po zgłoszeniu sprawca został ustalony i zatrzymany przez interweniujących policjantów. To 24-latek, pochodzący z terenu pow. sochaczewskiego. Usłyszał zarzut rozboju, a sąd zdecydował o jego aresztowaniu na 3 miesiące. Mężczyzna był już wcześniej karany — informuje komenda powiatowa policji w Mławie.

Do zdarzenia doszło w piątek wieczorem, na terenie Mławy. 11-letni chłopiec wyszedł z psem na spacer. Jak wynika ze wstępnych ustaleń, w pewnym momencie podszedł do niego obcy mężczyzna i zapytał o godzinę.

— CHŁOPIEC MIAŁ W KIESZENI TELEFON KOMÓRKOWY, MĘŻCZYZNA UDERZYŁ GO I SIŁĄ ODEBRAŁ TELEFON, PO CZYM UCIEKŁ.



Fot: KPP Mława



ZATRZYMANY 24-LATEK ZOSTAŁ OSADZONY W POLICYJNYM ARESZCIE. JAK SIĘ OKAZAŁO, BYŁ JUŻ WIELOKROTNIE KARANY.

Powiadomieni o zdarzeniu policjanci rozpoczęli poszukiwania sprawcy. Szybko ustalili jego wizerunek, chwilę później podejrzany o rozbój mężczyzna został zatrzymany przez interweniujący patrol z wydziału kryminalnego — relacjonuje asp. szt. Anna Pawłowska, rzeczniczka prasowa mławskiej policji.

POLICJANCI ODZYSKALI SKRADZIONY TELEFON. RANNY CHŁOPIEC ZOSTAŁ PRZEWIEZIONY DO SZPITALA

W CIECHANOWIE, GDZIE UDZIELONO MU POMOCY MEDYCZNEJ.

— Zatrzymany 24-latek został osadzony w policyjnym areszcie. Jak się okazało, był już wielokrotnie karany. Usłyszał zarzut rozboju w warunkach recydywy, grozi mu zatem kara nawet 18 lat pozbawienia wolności. Na wniosek prokuratora, decyzją sądu rejonowego w Mławie, został aresztowany na 3 miesiące — dodaje oficer prasowa komendy powiatowej policji w Mławie.

red, źródło: KPP Mława

KOLIZJA DROGOWA W GŁUŻKU, POSZKODOWANA TRAFIŁA DO SZPITALA

Wponiedziałek rano (6 lutego) w Głuzku doszło do zdarzenia drogowego, w którym ranna została jedna osoba. — Kierowca fiata uderzył w zaparkowanego opla, do którego wsiadała kierująca. Kobieta została przewieziona do szpitala — mówi asp. szt. Anna Pawłowska, rzeczniczka prasowa mławskiej policji.

Policja apeluje przy okazji o ostrożność, w wielu miejscach na drogach zalega warstwa lodu.

>>> Zdarzenie relacjonuje asp. szt. Anna Pawłowska, oficer prasowa komendy powiatowej policji w Mławie. — Jak ustalił interweniujący patrol ruchu drogowego, kierujący fiatem 25-letni mężczyzna wyjeżdżając z łuku



Fot: KPP Mława

Kierowca fiata uderzył w zaparkowanego opla, do którego wsiadała kierująca. Kobieta została przewieziona do szpitala — informuje mławska policja

drogi stracił panowanie nad pojazdem i uderzył w zaparkowanego opla, do którego wsiadała kierująca. Kobieta, z obrażeniami ciała została przewieziona do szpitala w Mławie. Trwają dalsze czynności w tej sprawie — mówi rzeczniczka mławskiej policji.

Policjanci apelują o zachowanie szczególnej ostrożności na drodze,

w wielu miejscach na terenie powiatu mławskiego zalega warstwa lodu.

— Takie warunki to prawdziwy sprawdzian umiejętności nawet dla doświadczonych kierowców. Chwila nieuwagi może doprowadzić do groźnego w skutkach zdarzenia — zauważa asp. szt. Anna Pawłowska.

red, źródło: KPP Mława

BEZPIECZNE FERIE NA TERENIE POWIATU MŁAWSKIEGO

Mławska policja już od kilku tygodni prowadziła działania profilaktycznie — kontrolne, dotyczące zapewnienia bezpieczeństwa podczas ferii zimowych. Od poniedziałku ferie przeniosły się na teren Mazowsza. Policjanci kontynuować będą wzmożone kontrole na drogach, zaplanowali także spotkania profilaktyczne dla dzieci.

Podczas zajęć policjanci wyjaśniają dzieciom zasady bezpieczeństwa w ruchu drogowym oraz zagrożenia dotyczące zimowych zabaw. Ostrzegają przed korzystaniem z zamrzniętych zbiorników wodnych czy zabawy w pobliżu jezdni, wyjaśniają zasady bezpieczeństwa obowiązujące na stoku. Tłumaczą co

zrobić, by być bezpiecznym w domu oraz podczas korzystania z Internetu.

Policjanci prowadzą również wzmożone działania kontrolno-prewencyjne na drogach, sprawdzają stan trzeźwości kierujących, stan techniczny pojazdów, warunki przewozu pasażerów. Szczególnym nadzorem objęte są także autokary

i busy. Policjanci sprawdzają też autokary przed zorganizowanym wyjazdem dzieci. Punkty kontroli wyznaczone są w dwóch miejscach, na terenie powiatu:

- Mława, ul. Kopernika (parking przy Al. Marszałkowskiej)

- Strzegowo, ul. Plac Wolności (przystanek autobusowy)

KONTROLE NALEŻY ZGŁASZAĆ Z KILKUDNIOWYM WYPRZEDZENIEM, INFORMACJA POD NUMEREM TEL. 47 703 62 17 (SEKRETARIAT WYDZIAŁU RUCHU DROGOWEGO KPP W MŁAWIE).

Policjanci apelują także o odpowiednie zabezpieczenia mienia podczas wyjazdów na ferie. O nadzór nad domem lub mieszkaniem warto poprosić zaufanego sąsiada. Podczas wyjazdów nie umieszczajmy w mediach społecznościowych postów, typu: „Wyjechaliśmy w góry,

świetnie się bawimy, długo nas nie będzie”. Taka informacja może trafić do osoby, która robi rozpoznanie przed włamaniem. Nie warto ryzykować. Działania kontrolne oraz profilaktyczno-edukacyjne potrwają do końca ferii.

źródło: KPP Mława (asp. szt. Anna Pawłowska)

BAL KARNAWAŁOWY W SP 7

MŁAWA\\\\ W środę 1 lutego odbył się bal karnawałowy uczniów klas 1-3 szkoły podstawowej nr 7. W tym dniu sala gimnastyczna zamieniła się w zaczarowaną krainę pełną kolorowych postaci z bajek, filmów i nie tylko. Dzieci wspaniale się bawiły w gronie szkolnych przyjaciół.

red, źródło: SP7 w Mławie



REKLAMA

APN Sentium
 Opieka z szacunkiem

Wyjeżdź jako opiekunka do Niemiec lub Holandii i zarób nawet do

1900€ netto!

Zadzwoń!
+48 500 401 901

NAJTRUDNIEJSZA DLA SENIORÓW JEST SAMOTNOŚĆ...

Samotność osób starszych to jeden z największych problemów. W Polsce mamy wiele mieszkań, w których czas spędzają samotni i starzy ludzie. Rodzina i sąsiedzi zapominają o człowieku, często mieszkającym za ścianą...

Człowiek starszy w naszym kraju uważany jest przez środowisko i rodzinę najczęściej wtedy, gdy znajdzie się w sytuacji, w której ze względu na nie-

samodzielność potrzebuje niezbędnej pomocy w czynnościach dnia codziennego i staje się dla najbliższych uciążliwym życiowym problemem. Zazwyczaj obowiązki sprawowania opieki nad

osobą starszą przekraczają możliwości psychiczne, fizyczne, a czasem i finansowe rodzin.

Wielu jest takich, którzy starością gardzą. Traktują ludzi u schyłku życia jak

niepotrzebny balast. Zachowują się z uwłaczającą pobłażliwością albo wrogim dystansem. Jednak nigdy na serio. Starsi ludzie nie pasują do świata, w którym zamiast być ze sobą, przenosimy się w wirtualny świat.

— Starość jest smutna i bardzo samotna. Niskie świadczenia emerytalne nie zaspokajają naszych podstawowych potrzeb — mówi pani Wiesława. — Często muszę wybierać, czy kupić chleb, czy też wykupić przepisane leki. Brakuje lekarzy geriatrów. Do specjalistów czeka się kilka miesięcy, a nawet lat, usługi opiekuńcze są odpłatne, a świadczenia z pomocy społecznej nie wystarczają. Anajgorsze jest to, że dzieci i wnuki też z czasem zapominają — dodaje ze smutkiem.

Z badań „Sytuacja społeczna osób w wieku 65+” zrealizowanego dla Stowarzyszenia mali bracia Ubogich przez ARC Rynek i Opinia wynika, że osoby po 65. roku życia najczęściej mieszkają w gospodarstwach jednopokoleniowych (78 proc.). Co trzecia osoba mieszka w gospodarstwie jednoosobowym (34 proc.) — odsetek ten wzrasta do 50 proc. w przypadku osób powyżej 80. roku życia. Problemy, z jakimi najczęściej mierzą się osoby starsze, to: problemy zdrowotne (55 proc.), utrata bliskich (46 proc.), zakończenie życia zawodowego (28 proc.), samotność/izolacja (17 proc.), brak pieniędzy (14 proc.), utrata samodzielności (13 proc.), nuda (13 proc.), brak poczucia bezpieczeństwa (12



Samotność jest realnym problemem, zwłaszcza w życiu codziennym seniorów

proc.) oraz poczucie bycia niepotrzebnym (10 proc.). Niemal co piąta osoba po 65. roku życia czuje się samotna, a odsetek ten istotnie wzrasta wśród osób powyżej 80. roku życia. Uczucia samotności doświadczają najczęściej osoby mieszkające w jednoosobowych gospodarstwach, przede wszystkim owdowiałe kobiety. Z samotnością próbują walczyć głównie poprzez zajęcia wykonywane w pojedynkę — np. oglądanie telewizji, czytanie czy rozwiązywanie krzyżówek...

— Nie ma jednej recepty na to, jak nie być samotnym, bo można w życiu mieć mnóstwo dzieci i zostać na starość samotnym albo być stanu wolnego, a mieć mnóstwo znajomych i przyjaciół — mówi pan Jan, który po śmierci żony mieszka sam. Mężczyzna ma 76 lat i emeryturę w wysokości 1500 złotych. — Po opłaceniu rachunków, wykupieniu podstawowych leków na życie zostaje mi jakieś 500

złotych. To tak na dzień wypada jakieś 16 złotych. To bardzo niewiele przy obecnych cenach. Mam dwójkę dzieci, ale każde ma swoją rodzinę, pracę, życie. Może gdybym się przyznał, że mi ciężko, to pewnie by mi pomogli, ale ja się wstydę, a oni wpadają do mnie tylko na chwilę... Nigdy nie pytają, czy czegoś potrzebuję, czasem córka jakiś kawałek ciasta czy pierogi przyniesie. Wnuki pamiętają o Dniu Dziadka, urodzinach, święta też spędzamy razem, ale większość dni spędzam samotnie, bo zdrowie już też nie takie, żeby chodzić na spacer. Straszna jest taka samotność. Jak żona żyła, to razem było nam różnie, porozmawialiśmy, oglądaliśmy telewizję, czasem do kina wyszliśmy czy na jakąś wystawę. Teraz bywa, że cały dzień nie mam do kogo się odezwać... Smutno mi i czuję się z tą samotnością źle. Czasem myślę, że śmierć jest lepsza niż taka samotność — dodaje ze smutkiem. Joanna Karzyńska

komunikat

Mława, 06.02.2023 r.

IRŚ.6740.1.1.2023

ZAWIADOMIENIE o wszczęciu postępowania

Zgodnie z art. 61 § 4 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. — Kodeks postępowania administracyjnego (Dz.U. z 2022 r., poz. 2000, ze zm.), w związku z art. 11d ust. 5 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz.U. z 2022 r., poz. 176, ze zm.) i art. 32, art. 33, art. 34 ust. 2, ust. 3 ustawy z dnia 7 lipca 1994 r. — Prawo budowlane (Dz.U. z 2021 r., poz. 2351, ze zm.) zawiadamia się, że w dniu 30.01.2023 r., zostało wszczęte na żądanie wnioskodawcy:

Zarząd Powiatu Mławskiego

reprezentowany przez
Powiatowy Zarząd Dróg w Mławie
ul. Stefana Roweckiego „Grota” 10, 06-500 Mława

z dnia 30.01.2023 r. postępowanie w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn: „Rozbudowa drogi powiatowej nr 2349 Żurominek — Stupsk (etap II) od km 1+939,00 do km 3+860,00 na działkach o numerach ewid. 26, 27, 31, 43, 44, 121, 158/2, 158/4, 158/5, 158/27, 159, 175, 179/2, 179/4, 186/1, 187/2, 202/14, 202/15, 202/16, 208, 214, 215, 225, 226, 229, 230/1, 280, 337, 377, 379, 386/1, 386/2, 387, 431, obręb nr 0008 Dunaj, jednostka ewidencyjna 141306_2 Stupsk, gmina Stupsk, powiat mławski, województwo mazowieckie.

Uwagi i wnioski dotyczące przedmiotowej sprawy w terminie 7 dni od daty podania niniejszej informacji do publicznej wiadomości należy zgłaszać w Wydziale Infrastruktury, Rolnictwa i Środowiska Starostwa Powiatowego w Mławie przy ul. Wyspiańskiego 8A (II piętro) od poniedziałku do piątku w godzinach pracy urzędu, tj. od 8.00 do 16.00.

Akta sprawysą do wglądu w Wydziale Infrastruktury, Rolnictwa i Środowiska Starostwa Powiatowego w Mławie przy ul. Wyspiańskiego 8A (II piętro, tel. 023 654 33 11).

Stosownie do przepisu art. 41 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. — Kodeks postępowania administracyjnego w toku postępowania strony oraz ich przedstawiciele i pełnomocnicy mają obowiązek zawiadomić organ o każdej zmianie swego adresu. W razie zaniedbania tego obowiązku doręczenie pisma pod dotychczasowy adres ma skutek prawny.

Ponadto zgodnie z art. 33 i art. 40 k.p.a.:

Jeżeli strona ustanowiła pełnomocnika, pisma doręcza się pełnomocnikowi. Jeżeli ustanowiono kilku pełnomocników, doręcza się pisma tylko jednemu pełnomocnikowi. Strona może wskazać takiego pełnomocnika.

Strona zamieszkała za granicą lub mająca siedzibę za granicą, jeżeli nie ustanowiła pełnomocnika do prowadzenia sprawy zamieszkałego w kraju, jest obowiązana wskazać w kraju pełnomocnika do doręczeń.

Pełnomocnikiem strony może być osoba fizyczna posiadająca zdolność do czynności prawnych.

W razie niewskazania pełnomocnika do doręczeń przeznaczone dla tej strony pisma pozostawia się w aktach sprawy ze skutkiem doręczenia.

Starosta Mławski
(-) Jerzy Rakowski

PROF. DR HAB. RYSZARD JUSZKIEWICZ (1928-2019) – HONOROWY OBYWATEL MIASTA MŁAWA

Ryszard Juskiewicz urodził się 1 stycznia 1928 roku w Janowie nad Orzycem, w ówczesnym powiecie przasnyskim (dziś jest to powiat nidzicki). Matka Władysława z domu Czaplicka pochodziła z drobnej szlachty poborzańskiej, a ojciec Władysław wywodził się z Wileńszczyzny.

Rodzina Juskiewiczów zamieszkała w pobliskiej wsi Zembrzus Mokry Grunt, gmina Janowo. Zakupili tam niewielkie gospodarstwo rolne z oszczędności zarobionych podczas wcześniejszego, 2-letniego pobytu we Francji (miejscowość Brouye, w departamencie Pas de Calais), gdzie ojciec pracował jako górnik w kopalni węgla. Przez rok Ryszard Juskiewicz uczęszczał tam do szkoły francuskiej.

Do wybuchu II wojny światowej młody Juskiewicz ukończył jeszcze 3 oddziały czteroklasowej Szkoły Powszechnej w Szemplinie Czarnym. Podczas okupacji hitlerowskiej, najprawdopodobniej w 1941 roku rodzice jak i inni mieszkańcy wsi zostali wysiedleni przez Niemców, ponieważ tereny te zostały włączone do poligonu Wehrmachtu.

W 1942 ROKU RODZINA JUSZKIEWICZÓW ZAMIESZKAŁA W MŁAWIE. JAK SIĘ PÓŹNIEJ OKAZAŁO RYSZARD JUSZKIEWICZ ZWIĄZAŁ SIĘ Z MIASTEM NA CAŁE SVOJE ŻYCIE. NAJPIERW PRACOWAŁ W NIEMIECKIEJ FABRYCE SZCZOTEK HANSA HAUSENA, GDZIE KTÓREGOŚ DNIA NARAŻIŁ SIĘ WŁAŚCICIELOWI ZAKŁADU, KTÓRY BYŁ ZDETERMINOWANY, ABY WYŚLAĆ MŁODEGO

CHŁOPAKA NA ROBOTY DO NIEMIEC, CO WIAZAŁO SIĘ NIEWĄTPLIWIE Z PEWNĄ ŚMIERCIA.

Według relacji mławianina Andrzeja Zagóńskiego, pracująca wówczas w dziale finansowym fabryki Hausena Polka, znajoma rodziny, o niemiecko brzmiącym nazwisku Czesława Klingbeil, uprosiła właściciela do zmiany decyzji, który zmienił zdanie, tym samym niechybnie ratując młodemu Ryszardowi życie. Od 1943 roku aż do końca okupacji Ryszard Juskiewicz pracował nadal w Mławie, jednak już w firmie murarskiej polskiego Niemca Piotrowskiego, jako pomocnik murarski.

Ojciec Władysław niemiennie pracował w fabryce szczotek. W tym samym czasie młody Ryszard brał udział w tajnym nauczaniu jako uczeń (do zakończenia okupacji zrealizował na tajnych kompletach program klas V, VI i VII szkoły powszechnej oraz połowę programu I klasy gimnazjum, jego nauczycielami byli: Jerzy Maślik i Stanisław Morawski, chłopcy którzy byli wówczas uczniami gimnazjum), a jednocześnie jako nauczyciel, uczący swoich młodszych kolegów, wśród nich byli m. in. Włodzimierz Kruszyński i Henryk Mączewski.

Po zakończeniu wojny Juskiewiczowie nie wrócili już na wieś. Ojciec zaczął pracować począt-



Ryszard Juskiewicz (1928-2019)

kowo na kolei szerokotorowej w Mławie-Wólce, a następnie wąskotorowej w charakterze konduktora, potem kierownika pociągu. Natomiast Ryszard Juskiewicz po egzaminie wstępnym, w lutym 1945 roku został przyjęty do drugiej klasy Państwowego Gimnazjum i Liceum Ogólnokształcącego im. Stanisława Wyspiańskiego w Mławie, które ukończył w 1949 roku, uzyskując jednocześnie maturę.

Następnie rozpoczął studia na Wydziale Prawa Uniwersytetu Warszawskiego. Studia prawnicze I stopnia ukończył w 1952 roku, natomiast stopień magistra prawa uzyskał

w 1959 roku. Równolegle studiował zaocznie historię na tym samym uniwersytecie, uzyskując w tym samym roku drugi tytuł magistra. W 1968 roku uzyskał stopień doktora nauk humanistycznych w zakresie historii za dysertację pt. „Mławskie Mazowsze w walce (1939–1945)”, napisaną pod kierunkiem prof. dr hab. Stanisława Herbsta. Rozprawa ta jeszcze w tym samym roku została wydrukowana przez Instytut Wydawniczy PAX w Warszawie i stanowi do dziś najcenniejsze źródło wiedzy dotyczące Ziemi Mławskiej w okresie okupacji niemieckiej.

W KSIĄŻCE AUTOR WYKORZYSTAŁ ZEBRANE PRZEZ SIEBIE DZIESIĄTKI RELACJI, KTÓRE ZAPOCZĄTKOWAŁY POWSTANIE UNIKALNEGO ZBIORU ŹRÓDŁOWEGO LICZĄCEGO W SUMIE OKOŁO 1500 WSPOMNIEŃ, LISTÓW I RELACJI OBEJMUJĄCYCH OKRES WOJNY, OKUPACJI I CZASÓW POWOJENNYCH. ROZPRAWĘ HABILITACYJNĄ PT. „WRZESIEŃ 1939 ROKU NA MAZOWSZU PÓŁNOCNYM” OBRONIŁ NA UNIWERSYTECIE MARII SKŁODOWSKIEJ-CURIE W LUBLINIE W 1991 ROKU. PRACA UKAZAŁA SIĘ W WERSJI KSIĄŻKOWEJ JUŻ 4 LATA WCZEŚNIEJ.

Zawodowo pracował od 1952 roku w wymiarze sprawiedliwości, początkowo jako aplikant sądowy w Sądzie Wojewódzkim dla województwa warszawskiego. Po ukończeniu aplikacji został skierowany do pracy w Sądzie Powiatowym w Mławie. Po rocznym okresie, kiedy orzekał zarówno w sprawach karnych jak i cywilnych został skierowany do spraw cywilnych, gdyż naraził się na zarzut „niezrozumienia polityki państwa” podczas rygorystycznych akcji egzekwowania obowiązkowych dostaw od rolników (często uma-

rzwał postępowania w tych sprawach lub też zawieszał wykonywanie kar pozbawienia wolności). Do 1987 roku pracował jako sędzia i przewodniczący wydziału cywilnego w Sądach Powiatowych w Mławie i Żurominie. Na krótko został mianowany Prezesem Sądu Rejonowego w Żurominie, a po jego likwidacji został Wiceprezesem Sądu Rejonowego w Mławie.

W czasie stanu wojennego i w następnych latach jako jeden z niewielu, wraz z żoną Anną nie podpisał tzw. „Łojalki”, szczególnie wymaganej od sędziów przez władze komunistyczne. Liczył się z represjami i zwolnieniem z pracy, które jednak nie nastąpiły aż do 1987 roku. Odwołano go wówczas z pełnionej funkcji, a w rezultacie ze służby pod zarzutami: niedyspozycyjności, klerykalizmu i posługiwania się w swojej pracy historią literaturą zachodnią. Zarzut główny dotyczył jednak jego działalności w mławskiej „Solidarności”, której był członkiem i doradcą w latach 1980-1982. Później przez kilka miesięcy pracował w przedsiębiorstwie w charakterze radcy prawnego.

W latach 1989-1993 sprawował mandat senatora I i II kadencji z ramienia Komitetu Obywatelskiego, reprezentując województwo ciechanowskie. Przez 3 lata pełnił również funkcję Dyrektora Głównej Komisji Badania Zbrodni przeciwko Narodowi Polskiemu. Kiedy zasiadał w Senacie przywrócono

ciąg dalszy na stronie 8

ciąg dalszy ze strony 7

mu także status sędziego razem z grupą kilkunastu innych sędziów usuniętych z wymiaru sprawiedliwości w latach osiemdziesiątych. Inicjował też kilka ustaw m. in. dotyczącą nadania Święta Wojska Polskiego na dzień 15 sierpnia w rocznicę słynnej bitwy warszawskiej z 1920 roku. Z ramienia Senatu RP został także wybrany do Krajowej Rady Sądownictwa.

Tytuł profesora nadzwyczajnego Wyższej Szkoły Pedagogicznej w Olsztynie otrzymał w 1996 roku, w której przez 3 lata kierował Zakładem Historii, Administracji, Parlamentaryzmu i Samorządności, prowadząc zajęcia ze studentami. Później został prorektorem Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej w Ciechanowie, współorganizatorem i inicjatorem powstania Instytutu Filologiczno - Historycznego w Mławie, do 2005 roku pełniąc funkcję dyrektora Instytutu.

W 1961 roku zawarł związek małżeński z Anną Zdąnowską. Z małżeństwa tego urodziło się dwoje dzieci: Piotr w 1962 roku i Monika w 1963 roku. Żona Anna zmarła w wyniku wypadku samochodowego w 1982 roku. Ponowny związek małżeński zawarł w 1985 roku z Ewą Jakubowską.

NALEŻY PODKREŚLIĆ, IŻ MŁODY JUSZKIEWICZ KOŃCZĄC STUDIA PRAWNICZE, POZOSTAWIŁ STOLICĘ I WRÓCIŁ W SVOJE UKOCHANE, RODZINNE STRONY. ZAMIESZKAŁ W MŁAWIE, Z KTÓRĄ NIGDY NIE STRACIŁ KONTAKTU I JAKO POCZĄTKUJĄCY SĘDZIA ROZPOCZĄŁ DZIAŁALNOŚĆ, TAKŻE NA NIWIE SPOŁECZNEJ.

W grudniu 1956 roku powstał Klub Inteligencji Mławskiej, którego był



Stawomir Kowalewski (z prawej strony), burmistrz Mławy oraz Michał Nowakowski (z lewej), przewodniczący Komisji Oświaty, Kultury i Sportu wręczają Prof. dr hab. Ryszardowi Juskiewiczowi akt nadania tytułu „Honorowy Obywatel Miasta Mława”

jednym z współtwórców i pierwszym prezesem. Dwa lata później podjął nową inicjatywę, angażując się w powołanie Towarzystwa Miłośników Ziemi Mławskiej (7 grudnia 1958 roku). Funkcję prezesa pełnił kilka kadencji. Inicjował wówczas dziesiątki niezwykle cennych inicjatyw, budował miejsca pamięci narodowej, kopce, tablice pamiątkowe, przygotowywał liczne wycieczki, wystawy, sesje naukowe, odczyty, tworzył miejsca rekreacji i organizował imprezy kulturalne i naukowe, bo to właśnie historia była jego największą życiową pasją.

W latach 60-tych XX wieku i kolejnych jako Prezes Towarzystwa Miłośników Ziemi Mławskiej organizował zjazdy kombatanów, co było wyjątkowe i niespotykane na skalę ogólnokrajową. Pierwsze takie spotkanie odbyło się 25 września 1960 roku w Mławie. Na zjeździe obecni byli m.

in. płk Stanisław Fedorczyk oraz ppłk Bronisław Schlichtinger. Kolejny Zjazd Kombatanów miał miejsce w 1962 roku, na którym Zarząd TPZM został obdarowany przez delegację żołnierzy 20

DP metalowymi częściami sztandaru 80 pp. W latach siedemdziesiątych zjazdy odbywały się zwykle we wrześniu przez dwa, trzy dni, przybywało na nie nawet 100 weteranów. W czasie tych zjazdów

odbywały się m. in. msze święte polowe, zwiedzanie bunkrów i oglądanie pola bitwy pod Mławą. Organizowano też wizyty w szkołach oraz inne uroczystości połączone z programami artystycznymi.

W 1994 roku odbył się Zjazd Weteranów Armii „Modlin”, który łączył się z 55. rocznicą wybuchu II wojny światowej. W czasie obchodów swoją obecnością zaszczyliło zjazd aż 125 żołnierzy (większość z nich miała już powyżej 75 lat) i niegdyś walczący pod Mławą otrzymali tytuł Honorowych Obywateli Miasta Mława. Łącznie wszystkich zjazdów odbyło się 15. Ostatni taki zjazd miał miejsce w 2004 roku. Powód ich zakończenia był prozaiczny: kombatanów było coraz mniej i od lat na spotkania przybywały w większości ich rodziny.

W 1963 roku dzięki staraniom Ryszarda Juskiewicza i osób z nim współpracujących reaktywowano w Mławie Muzeum Ziemi Zawkrzeńskiej. Placówka dwa lata później została upaństwowiona i z powodzeniem pełni swoją funkcję do dnia dzisiejszego. Aktualnie w muze-

um są prezentowane stale wystawy: archeologiczna, historyczna, przyrodnicza i sztuki. Jest też sala wystaw czasowych oraz Sala Papieska, w której gromadzone są pamiątki po papieżu Polaku - Janie Pawle II.

Również w 1963 roku, w setną rocznicę wybuchu powstania styczniowego został usypany w Mławie Kopiec Powstańców Styczniowych, na wzór krakowskiego Kopca Tadeusza Kościuszki. Nie była to jedyna inicjatywa prezesa Juskiewicza związana z tymi obchodami. Aby uczcić pamięć poległych bohaterów 1863 roku zorganizował ponadto sesję popularno-naukową, wydał publikację naukową oraz z jego inicjatywy została zmieniona nazwa ulicy Niborskiej na Zygmunta Padlewskiego.

W 1964 roku na trzecim zjeździe kombatanów dzięki inwencji Juskiewicza zostało utworzone Mauzoleum Żołnierzy Września, zlokalizowane na przedpolu Mławy, w rejonie Uniszek Zawadzkich. W tym samym roku na miejscu zbrodni niemieckiej na Kalkówce z 17/18 stycznia 1945 roku, gdzie zaraz po wojnie znajdowała się mogiła zwieńczona brązowym krzyżem, prezes Juskiewicz zainicjował wybudowanie Mauzoleum w formie betonowego sarkofagu ze stojącymi obok słupami symbolizującymi ludzi oczekujących na egzekucję.

W 1968 roku staraniami Profesora Juskiewicza została powołana w Mławie Stacja Naukowa im. Prof. Stanisława Herbsta. Prowadziła ona działalność badawczą i popularyzatorską. Zadaniem Stacji było gromadzenie ludzi o zainteresowaniach naukowych, prowadzenie seminarium doktoranckiego, organizowanie biblioteki naukowej, comiesięcznych spotkań z ludźmi nauki i kultury oraz utworzenie



Ryszard Juskiewicz i Michał Nowakowski (autor artykułu) w Sali Papieskiej MZZ w Mławie, 2008r.



Członkowie TPZM przed nieistniejącym już Dworem Rudowskich w Rumocze, 2009r.

periodyku naukowego. Stacja istniała do czasu reformy administracyjnej w 1975 roku. Reaktywowana została w 1996 roku, znowu przy udziale R. Juskiewicza. Był też wydawcą i redaktorem naczelnym ukazującego się rok rocznie, począwszy od lat dziewięćdziesiątych XX wieku periodyku „Ziemia Zawkrzeńska” oraz nadal prowadził szereg innych inicjatyw naukowych, kulturalnych, oświatowych i edukacyjnych o charakterze regionalnym.

Po upadku systemu komunistycznego w Polsce, w latach dziewięćdziesiątych utworzył prywatne Muzeum Juskiewiczów. W muzeum stworzył galerię ponad 100 portretów polskich dowódców, walczących w wojnie obronnej 1939 roku i dziesiątki innych eksponatów.

SZCZEGÓLNYM OBIEKTEM MUZEUM JEST CZOŁG T-34, STOJĄCY NA POSESJI JUSZKIEWICZÓW.

PONADTO WARTYM PODKREŚLENIA JEST NIEZWYKLE BOGATA BIBLIOTEKA SKŁADAJĄCA SIĘ Z OKOŁO 10 TYSIĘCY WOLUMINÓW ORAZ SWOISTE ARCHIWUM HISTORYCZNE PÓŁNOCNEGO MAZOWSZA LICZĄCE SETKI RELACJI, KTÓRE ZOSTAŁY ZEBRANE GŁÓWNIE PRZEZ SAMEGO AUTORA W CIĄGU WIELU LAT PRACY BADAWCZEJ.

Profesor Ryszard Juskiewicz praktycznie przez całe swoje życie prowadził badania nad przeszłością Mławy i północnego Mazowsza. Gros zainteresowań to jednak lata 1863–1953. Następstwem zaawansowanych badań naukowych nad tym terenem i w tych właśnie latach było kilkadziesiąt publikacji książkowych i kilkadziesiąt artykułów naukowych, popularnonaukowych i popu-

laryzatorskich. Wśród nich przede wszystkim: „Mławskie Mazowsze w walce” Warszawa 1968, „Bitwa pod Mławą” Warszawa (trzy wydania) 1979, 1987, 1999, „Wrzesień 1939 roku na Mazowszu Północnym” Warszawa 1987, „Powstanie Styczniowe na północnym Mazowszu” Warszawa 1992, „Losy Żydów mławskich w okresie II-ej wojny światowej” Mława 1994, „Działania militarne na Mazowszu Północnym i w korytarzu pomorskim 1920r.” Warszawa 1997, „Obrona Pułtusza i 13 pułk piechoty w wojnie 1939r.” Ciechanów 1999, „Mława - jej dzieje - lata 1914-1939” (trzy tomy) Mława 2004, „Po wielu latach... w 65 rocznicę Września” Mława 2004, „Walka niezłomnych – wyklętych na ziemi mławskiej w latach 1945 – 1953” Mława 2016 i wiele innych.

TRZEBA PODKREŚLIĆ, ŻE NIKT W POLSCE NIE WIEDZIAŁ WIĘCEJ NIŻ JUSZKIEWICZ NA TEMAT

BITWY MŁAWSKIEJ ORAZ DZIAŁAŃ MILITARNYCH NA MAZOWSZU PÓŁNOCNYM W WOJNIE OBRONNEJ POLSKI Z 1939 ROKU.

Należy zdecydowanie podkreślić, że w trudnych latach PRL-u był prekursorem regionalizmu, który dzięki właśnie takim ludziom jak on przeżywał renesans. Jako jeden z pierwszych w kraju, bo już w 1957 roku, kiedy to polityka państwa „zezwołała” na reaktywowanie ruchów regionalnych, pracował na rzecz podniesienia kultury i świadomości historycznej, odkrywał nowe źródła historyczne, promował historię lokalną i regionalną w różnorodnej formie. Regionalizm w rękach Profesora stał się swoistym instrumentem wychowywania patriotycznego, „zarażania” pasją oraz gorliwego promowania predylekcji do historii i kultury swojego miasta i okolicy, Ziemi Zawkrzeńskiej i północne-

go Mazowsza. Pod koniec lat 60-tych był organizatorem i gospodarzem II Krajowego Zjazdu Regionalnych Towarzystw Kultury, który odbył się w sali konferencyjnej Mławskiej Fabryki Obuwia. Pierwszy taki krajowy zjazd miał miejsce pod koniec lat 50-tych, w Kielcach, wówczas prawie 100-tysięcznym mieście, drugi właśnie w Mławie, miasteczku powiatowym.

Ryszard Juskiewicz za swoją pracę i zaangażowanie społeczne został odznaczony wieloma znakami zaszczytnymi. Wśród nich są m. in.: Krzyż Komandorski Orderu Odrodzenia Polski (2009), Krzyż Kawalerski Orderu Odrodzenia Polski (1989), Krzyż Armii Krajowej, Złoty Krzyż Zasługi (1960), Odznaka „Zasłużony dla miasta Mławy” (nr 1, 1998), Medal Zygmunta Glogera (1998), Tytuł „Mławianina Roku 2000” (2001), Medal „Zasłużony dla Wymiaru Sprawiedliwości - Bene Merentibus Iustitiae” (2014), Tytuł

Honorowego Obywatela Miasta Mława (2018) i wiele innych.

Prof. R. Juskiewicz zmarł w Mławie w godzinach przedpołudniowych w piątek 15 lutego 2019 roku. Pogrzeb odbył się 23 lutego, a ostatnia droga prowadziła z kościoła św. Trójcy na cmentarz parafialny św. Wawrzyńca, gdzie spoczął w rodzinnym grobowcu.

Nie raz stawiał sobie pytanie, gdzie jest moja najbliższa Ojczyzna, moja ziemia? Wszak wielokrotnie zmieniał miejsce pobytu. Cytując profesora odpowiadał (za wodzem indiańskim):

„MOJA ZIEMIA JEST TAM, GDZIE SPOCZYWAJĄ PROCHY MOICH PRZODKÓW I BLISKICH.

TĄ ZIEMIĄ JEST MŁAWA, TU BOWIEM SPOCZYWAJĄ MOI DZIADKOWIE, RODZICE I ŻONA ANNA”.

Michał Nowakowski,

historyk, nauczyciel, samorządowiec, członek Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Mławskiej

PSYCHOLOG DORADZA TERAPIĘ NATURĄ

Obniża poziom stresu, lęku, stanów depresyjnych. Reguluje ciśnienie krwi, wspomaga układ odpornościowy i zmniejsza odczuwanie bólu. Podnosi nasz nastrój, energię, a nawet poczucie wartości. Tyle dobrego możemy zaczerpnąć z kontaktu z samą naturą.

Jeśli mieszkasz w mieście i wydaje Ci się, że masz ograniczone możliwości, nie bardziej mylnego. Ogród, park, a nawet jedno drzewo może zapewnić dawkę terapeutycznej mocy.

W 2000 roku Glenn Albracht, australijski profesor upublicznił swoją teorię na temat syndromu zwanego psychoterratic. Terminem tym określa wywołującą stany lękowe i depresyjne traumę spowodowaną oddzieleniem i tęsknotą za naturą. Przeglądając się naszemu życiu, które przebiega w większości w zamkniętych wnętrzach, bardzo łatwo się temu schorzeniu poddać. Wbrew pozorom wystarczy jednak niewiele, aby odzyskać i dbać na co dzień o tę pełną dobrodziejstwa relację z przyrodą.

Oto kilka sposobów na terapeutyczny, pełen uważności kontakt z naturą, gdziekolwiek mieszkasz:

ZAFASCYNUJ SIĘ PRZYRODĄ

Aby skorzystać emocjonalnie, poznawczo i zdrowotnie z naturalnej uważności, nie wystarczy po prostu zerknąć na coś zielonego. Zatrzymaj się, zabaw się w ciekawskiego badacza, który zafascynowany jest wyglądem rozmaitych mieszkańców naszego naturalnego środowiska.

SPÓJRZ NA KSZTAŁT LIŚCI, JAK ZACHOWUJĄ SIĘ DRZEWA I WODA PODCZAS POWIEWU WIATRU, JAK ZACHOWUJĄ SIĘ KWIATY O PORANKU I WIECZORZE, CZY

JESTEŚ W STANIE ROZPOZNAĆ ŚPIEW PTAKÓW...

Ogranicza nas już tylko wyobraźnia. Uruchom więc wszystkie zmysły i z pełną fascynacją kontempluj przyrodę, wchodząc z nią w nieograniczony kontakt.

JEŚLI MASZ WYBÓR — UPRAWIAJ SPORT NA ZEWNĄTRZ

Tutaj znajdują się zwolennicy i przeciwnicy. Bo wiatr, bo deszcz, bo za gorąco na słońcu... Wymówek można znaleźć mnóstwo, ale i na każdą z nich rozwiązanie. I nie chodzi wyłącznie o ubiór lub wyposażenie. Jeśli jesteś osobą, która lubi komfort ponad wszystko, możesz śmiało podzielić sobie rok na sezony, w których częściej będziesz uprawiać sport wewnątrz oraz pory roku, w których przyjemnie będzie Ci spędzać czas na świeżym powietrzu. Nawet jeśli będą to dwa miesiące w roku, to zawsze coś, prawda? Pamiętaj, że już półgodzinny spacer na zewnątrz przynosi sporo benefitów dla naszego samopoczucia, więc niech chociaż on wejdzie w skład Twoich zdrowych nawyków przez cały rok.

WYCHODŹ NA ZEWNĄTRZ PODCZAS PRZERW W PRACY

Jeśli tylko danego dnia nie istnieje ryzyko, że napada Ci do obiadu, dlaczego nie zjeść go na świeżym powietrzu? Usiądź na ławce blisko jakiegokolwiek zieleni lub fontanny. Jeśli wystarczy Ci czasu po posiłku, po prostu podelektuj się świeżym powietrzem, barwą nieba i być może miłym towarzystwem, jeśli ktoś zechce dołączyć.



Zdjęcie jest ilustracją do artykułu Fot. unsplash.com

CZYTAJ NA ZEWNĄTRZ

Podobnie jak wyżej, mając wybór, gdy tylko nic nie stoi na przeszkodzie, zamiast czytać książkę lub prasę w czterech ścianach, wyjdź z domu. Ostatecznie może to być przecież nawet balkon, jeśli nic w pobliżu nie zakłóca Twojej koncentracji.

HODUJ ROŚLINY WE WŁASNYM DOMU

Jeśli masz ogród, masz ogromne szczęście! Jeśli nie, a Twoje otoczenie przypomina bardziej betonową dżunglę, wciąż nic nie stoi na przeszkodzie, aby czerpać korzyści z połączenia z naturą. Wzbogać wnętrze swojego mieszkania roślinami, dobierz je do własnego gustu i możliwości, zaopiekuj się nimi. Jeśli czujesz przemęczenie spowodowane pracą lub czymkolwiek innym, samo patrzenie na domową zieleni i odcięcie się od wszelkich innych bodźców przez dłuższą chwilę może dać dawkę odpoczynku i ukojenia.

MEDYTUJ POD DRZEWEM

Jeśli masz w pobliżu park lub las, znajdź drzewo,

które najbardziej Tobie odpowiada, usiądź pod nim, oprzyj się plecami i po prostu skup się na swoim oddechu. Jeśli masz swoją ulubioną formę medytacji, wybierz właśnie ją. Potem wsłuchaj się w otoczenie, spójrz, co wokół się porusza, jak przyroda emanuje kolorami i zapachami. Jeśli zechcesz, za każdym razem wybieraj to samo drzewo. Każdego dnia może spotkać Cię coś zupełnie nowego. Ten sam ptak może usiąść w innym miejscu, kwiaty zaczynają kwitnąć, nagle pojawia się gałąź na ziemi, której poprzednio nie było. Zwracaj uwagę na te niepozorne szczegóły.

PRZECHADZKA GOŁYMI STOPAMI

Pamiętasz, jak podczas dziecięcych zabaw na świeżym powietrzu Twoje stopy częściej nie miały nic na sobie, niż miały? Dlaczego tego nie kontynuować?

ZDEJMIJ BUTY, POŁĄCZ SIĘ Z NATURĄ W PEŁNYM TEGO SŁOWA ZNACZENIU. POCZUJ

ŁASKOTANIE TRAWY, DELIKATNOŚĆ PIASKU, TEMPERATURĘ, ZWRÓĆ UWAGĘ, W JAKI SPOSÓB STAWIASZ KROKI NA DANYM PODŁOŻU...

Zauważ, jak to uzienienie pięknie uspokaja umysł.

WDYCHAJ ZDROWOTNE AROMATY

Substancje zawarte w olejkach eterycznych większości roślin działają w niezwykle sposób zarówno na nasze zdrowie, jak i samopoczucie. Uspokajają, wyciszają, podnoszą nastrój. Jeśli jesteś więc w lesie lub parku, wdychaj powietrze pełną piersią, ponieważ właśnie poddajesz się wspólnie kuracji. Podejdź np. do sosny, przejdź dłonią po iglastej gałązce i poczuj ten przynoszący równowagę i lekko pobudzający aromat. Podobny efekt uzyskasz w domu, kupując dobrane dla siebie naturalne olejki aromaterapeutyczne i uwalniając ich zapach poprzez dyfuzor lub

kominek. Olejek sosnowy znajdziesz bez problemu, ale jeśli nie przepadasz za leśnymi zapachami we własnym wnętrzu, znajdź coś dla siebie. Dla przykładu, znana wszystkim lawenda uspokoi Cię przed snem, olejki cytrusowe natomiast doprowadzą do harmonii, obniżą poziom stresu i podniosą poziom energii. Upewnij się jednak, czy nie masz żadnych przeciwwskazań oraz, że kupujesz produkty w 100% naturalne i dobrej jakości.

CHCESZ WIEDZIEĆ I POCZUĆ WIĘCEJ?

W Japonii kąpiele leśne cieszą się dużą popularnością. Wzbogacają życie pod kątem zdrowotnym, psychologicznym, ale także mają znaczenie filozoficzne. Dr Qing Li, profesor Nippon Medical School w Tokio, w swojej książce „Shinrin-yoku. Sztuka i teoria leśnych kąpiei” opisuje, jak rozpocząć przygodę z nieograniczonym kontaktem z przyrodą. Znajdziesz tam mnóstwo przydatnych wskazówek oraz uzasadnień, jak dużą wartość ma relacja z naturą. Zapoznaj się z nią, może i dla Ciebie będzie to nowy, pełen korzyści nawyk? A w międzyczasie po prostu wyjdź na zewnątrz, gdziekolwiek jesteś. Twój umysł i ciało będą Ci za to wdzięczne.



Magdalena Kowalska

[illegible]

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

rozdzielają lądy na kontynenty; 58) rowerowy bywa z noskiem; 59) buty z futrzaną cholewką; 60) odzież; 61) Barkin, aktorka; 62) kończyca ze stopą; 63) żółty barwnik, ugięć; 64) potocznie o białej gorączce; 65) łoskot, hałas, raban; 66) władza po wojskowym zamachu stanu; 67) groźny wirus z Afryki; 68) górski żywiol; 69) imię von Jungingena, wielkiego mistrza krzyżackiego; 70) plynie przez Łomżę; 71) dba o środowisko naturalne; 72) ciało wszczepione do organizmu; 73) zimne - na choince; 74) dokumentacja procesu; 75) dziesiąta część procentu; 76) trzyma znaczek na kopercie; 77) Saudyjska, państwo; 78) skośny żagiel, bezansztalesk; 79) przeważnie główny pęd w mieście; 80) pewność siebie, śmiałość; 81) saharajska antypola krętoroga; 82) amerykański struś, nietoć; 83) klub piłkarski w Mediolanie; 84) mały baton; 85) jedno u cyklopa; 86) sala szkolna; 87) zaakceptowany uchodźca

PRACA

NML Zaopiekuję się starszą osobą, 511-483-708

OPIEKUNKA OSÓB STARSZYCH Przyjmę ofertę opieki nad osobą starszą, z zachowaną sprawnością ruchową, nieleżącą. Posiadam wieloletnie doświadczenie w pielęgnacji oraz pomocy w codziennych obowiązkach., 507-206-841

PRZYJMĘ ucznia w zawodzie DEKARZ z powiatu nowomiejskiego, tel.888-373-282.

ROZWIJAJĄCA się firma MOTO-WEST TRANSPORT SPZ O.O. zatrudni kierowcę kategorii C+E w transporcie międzynarodowym. Firma oferuje stabilne warunki zatrudnienia, atrakcyjne wynagrodzenie, ciekawą, pełną wrażeń pracę w przyjaznej atmosferze. CV proszę kierować na adres: biuro.moto-west@interia.pl, tel.509-951-960

USŁUGI murarskie-zlecę wykonanie wieńca-budynek gospodarczy (18mx9m) oraz wykonanie dachu, 782-180-083

WYSPECJALIZOWANA opiekunka medyczna z wieloletnim doświadczeniem, podejmie pracę na godziny (dzień i noc). Giżycko i okolice. 517-385-509

ZATRUDNIĘ pracownika do pracy w gospodarstwie. tel. 668-397-005

ZATRUDNIĘ pracownika na budowę -stany surowe. 508-129-819.

SPRZEDAM

DREWNO opałowe Nidzica/ Działdowo, 514-522-120

NML Sprzedam narzędzia ślusarskie sprawne po przeglądzie, dwie kanapy skórzane, lodówko- zamrażarkę dużą trzyletnią, kuchnię gazowo-elektryczną trzyletnią, bogate wyposażenie, 517-418-879

STOŁY, ławki ogrodowe, hamaki, budy dla psów, piaskownice, WC na działkę oraz 3 bryczki- sprzedam, dzwonić po godz.18.00, 56-474-71-52.

KUPIĘ

KUPIĘ motorower Simson,Wsk,motorynka mogą być niesprawne 505 431 881

KUPIĘ znaczki poniżej 1920r, 504-631-626

NIERUCHOMOŚCI

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

DO wynajmu mieszkanie umeblowane, 518-477-932

DZIAŁKĘ ROD 300M2 ul.Rajska Giżycko. 510-745-553

IŁAWA, sprzedam mieszkanie 62m2, parter, cena: 359.000zł, 513-774-018

KAWALERKĘ umeblowaną po generalnym remoncie, wynajmę, parter. Nidzica, 89-625-31-10

KUPIĘ mieszkanie w Nidzicy, 2 pokoje, ogrzewanie miejskie, parter/lp., 780-124-284

LOKAL do wynajęcia 16m2, Giżycko 500zł, 885-346-885

LUBAWA Wynajmę pokój ok.20m2, oddzielne wejście, C.O., WC, cena do uzgodnienia, Lubawa, 727-245-658 lub 605-893-942.

NML Kupię siedlisko, dom, mieszkanie tylko poniżej ceny rynkowej, Nowe Miasto Lubawskie +30km, 782-822-431.

NML Mieszkania trzypokojowe i dwupokojowe w centrum Biskupca Pom. wynajmę, 502-052-138.

NML MIESZKANIE do wynajęcia- trzypokojowe, dwupokojowe lub kawalerka, umeblowane, centrum Nowego Miasta Lubawskiego tel.880-705-282, tel.698-618-396.

NML Mieszkanie do wynajęcia w bloku, 3 pokoje, umeblowane, ul.Parkowa, Kurzętnik, 512-432-253.

NML Sprzedam duży dom z dużym gospodarczym budynkiem, działka 15 ar, Nawra 28, 696-348-176.

NML Sprzedam mieszkanie 41,7m2 w bloku, parter, ul.Grunwaldzka 20/3, Nowe Miasto Lubawskie, blisko centrum, 249.000zł do negocjacji, 503-586-473, 513-698-208.

NML Sprzedam mieszkanie w bloku 53m2, 2 pokoje, kuchnia z wyposażeniem, łazienka, przedpokój z zabudową, 2 piętro, winda, Mszanowo (nowe bloki), 609-636-198

SPRZEDAM dom z lokatorami,(Lubawa) lub zamienię na małe mieszkanie, tel.668078784 po 16.00

SPRZEDAM dwa lokale handlowe w centru Giżycka, 575-910-505

SPRZEDAM dwie działki budowlane uzbrojone. Gajewo/k.Giżycko, ul. Jaworowa-Jałowcowa. Pow. 1000m, 506331312

SPRZEDAM działkę budowlaną o pow.0,12a, uzbrojoną, Uzdowo, 785-541-026

SPRZEDAM gospodarstwo rolne -miejscowość Ogródki, gm.Barciany. Ziemia rolna, budynki gospodarcze, budynek mieszkalny. Więcej informacji: tel. 690-640-482

SPRZEDAM własnościowe, 3 pokojowe mieszkanie o pow.53,44m2, ul.Kopernika Nidzica, 602-749-014

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL, 503-103-703

WYNAJMĘ dwa mieszkania na ul.Kwiatowej w Lubawie, tel.509075473

WYNAJMĘ mieszkanie 38m centrum Giżycka, 506331312

WYNAJMĘ mieszkanie, 604-915-753

YOUHOUSE- Wycena i Sprzedaż Nieruchomości. Sprzedam ładne mieszkanie, Nowe Miasto Lubawskie, ul.Grunwaldzka, 4 piętro, 510-511-522.

AUTO-MOTO

ABSOLUTNIE kupię auta całe rozbite na złom bez oc odbiór lawetą, 887-813-007

KUPIĘ motocykle MZ, Jawę i inne stare motocykle, 504-631-626

NML Sprzedam Toyota Corolla, sedan, Prestige, 1.6 benzyna, 09/2016r., przebieg 71.200km, automat, skóra, perła, 502-052-138

NML Sprzedam Yamaha Virago 1100, 1993r., przebieg 30.000km, czarna oraz Honda 125, 1996r., przebieg 5.000km, czarna 56-474-71-52 po godz.18.00.

SPRZEDAM silnik Forda 2,5l IVECO 2,8 ze skrzynią biegów, 606-513-447

USŁUGI

! ! Kompleksowe remonty mieszkań, lokali, łazienki. 605-892-429

KOMPLEKSOWE remonty mieszkań. 668-229-231

KOMUNIE, Wesela, Imprezy nad jeziorem. Elixir Hotelik, 602-715-753, www.elixirhotel.com

NAPRAWA RTV. Giżycko, 605-128-115

NAPRAWA sprzętu AGD, 606-359-662.

OFERUJĘ kompleksowe usługi hydrauliczne. Maszynowe udrożnianie kanalizacji. 508397954

REMONTY ,793547242

TRANSPORT, przeprowadzki, 729-242-457

USŁUGI DEKARSKO- BLACHARSKIE Piotr Zawacki tel.888-373-282.

USŁUGI gazowe, hydrauliczne. 668-229-231

USŁUGI Hydrauliczne i Gazowe, Giżycko i okolice. 606 395 709

USŁUGI hydrauliczne, 508-491-711

USŁUGI remontowo- budowlane: wykończenia, docieplenia budynków, glazura, terakota, szpachlowanie, malowanie tel.517-647-634.

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

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

29230tr-a-M

WYKOŃCZENIA MIESZKAŃ i DOMÓW POD KLUCZ- WOLNE TERMINY, szpachlowanie, malowanie, ocieplanie i zabudowy poddaszy, montaż drzwi i okien, podwieszane sufity i ścianki GK, klejenie płytek, kładzenie paneli, tel.507-951-949

ŻWIROWNIA Kruklín, sprzedaż piasku, żwiru do betonu, pospółki do zasypek, ziemi ogrodowej, kamienia. Transport wywrotką., 692-228-536

RÓŻNE

KOSIARKA spalinowa roczna, Giżycko, 510-745-553

SPRZEDAM opał suchy oraz cegłę czerwoną, białą i szamotową, 606-513-447

SPRZEDAM wał-łukowy., 606-513-447

ZWIERZĘTA

SPRZEDAM żrebaki-ogierki 7 i 10 m-cy Węgorzewo 799-471-066

ROLNICTWO

zwierzęta hodowlane

BYCZKI, jałoszki sprzedam, 600-850-092

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

SKUP bydła rzeźne, eksportowe, cielaki, 451-521-555

maszyny rolnicze

NML Sprzedam kosiarkę rotacyjną, śrutownik ssąco- tłoczący, paleciak na tył ciągnika, 698-838-949

NML Sprzedam młynek do zboża elektryczny (fuchtel) 503-920-947.

NML Sprzedam siewnik Nordsten z agregatem, szer.3m, , 502-583-805

SKUP CIĄGNIKÓW i MASZYN ROLNICZYCH, 605-070-911

SPRZEDAM:ZBOŻA paszowe. Tel.606-505-511

UŻYWANE CZĘŚCI URSUS-ZETOR silniki; skrzynie biegów; tylne mosty; zwolnice; podnośniki; przednie napędy ;bloki; głowice i inne; możliwość wysyłki ceny od 100 zł. 601-598-983

ciągniki

KUPIĘ kombajn Bizon, 606-713-778

NML Sprzedam Ursus 1634, 1994r., stan bdb., 65.000zł, Łąkorz 13-334, 721-650-686

produkty rolne

KUPIĘ słomę, dużą ilość, 513-629-036

NML Sprzedam seradę, facełię, 508-580-030.

SPRZEDAM pszenicę jarą i ozimą, mieszanek, jęczmień. 506-524-720

SPRZEDAM pszenżyto, żyto, atrakcyjna cena, tel.516521874

SPRZEDAM słomę w belach, Ławice, 519-356-781

ZIEMIANKI Irga, Denar sprzedam, (89)645-81-64

IM DALEJ W LAS, TYM WIĘKSZA SATYSFAKCJA

Sięgnęłam po zeszyt i długopis i od razu się zniechęciłam, sądziłam, że nie dam rady. Przecież żeby napisać taką książkę, potrzeba dużo czasu! — wspomina Irmina Piątek, która rok temu wydała debiutancką książkę, a teraz szykuje następną.

— Swoją debiutancką książkę wydała pani w ubiegłym roku?

— Owszem. I nie spoczęłam na laurach, to pierwsza książka, ale nie ostatnia.

— O czym jest „Najcenniejszy lek”?

— Jest to tematyka obyczajowa. Wcieliłam się w rolę bohaterki, wymyślonej przeze mnie od początku do końca. Nie ma w niej wątków autobiograficznych. Lekkie, delikatne nawiązania do mojego życia osobistego, do moich doświadczeń, które się pojawiają w tej książce, są tak bardzo ogólne, że naprawdę nie ma co się doszukiwać opisu mojego prywatnego życia. Często się mnie o to pyta, więc zapewniam: wszystko jest zmyślane (śmiech). Tytułowy najcenniejszy lek to wcale nie krew, jak niektórzy myślą. Najcenniejszym lekarstwem mojej bohaterki stała się rodzina. Aż do pewnego momentu nie sądziła, że może ona tyle wnieść w jej życie i tyle dla niej zrobić. Połączyła też pewne fakty, ale to już za bardzo wiąże się z fabułą i nie chcę więcej opowiadać na ten temat.

Ale to właśnie dlatego przyszedł mi do głowy ten tytuł książki. Uważam, że do tej historii pasuje doskonale. Moja bohaterka ma na imię Mania. To młoda dziewczyna. W wieku nastu lat wyemigrowała za granicę, mieszka w Anglii. I to tam przeżywa różne perypetie, które wiążą się z jej przeszłością, przyszłością i teraźniejszością.

Okazuje się, że te wszystkie wydarzenia to dla niej motor napędowy i wielka mobilizacja, by podnieść się po każdym potknięciu. U niej głównym problemem była depresja. Nie-

stety, depresja to choroba XXI-wieku. Mogę jedynie zdradzić, że Mania wyszła z tego i radzi sobie świetnie. To znaczy: radziła sobie w pierwszej części. Myślę, że w drugiej części będzie sobie radziła tak samo dobrze, jak w pierwszej. Albo i jeszcze lepiej.

— Zaraz, zaraz! Ma pani już plan na drugą część tej historii?

— Oczywiście, że tak. Już nad nią prężnie pracuję. Na pewno będzie miała więcej zawitych wątków. Będzie bardziej zagmatwana. Natomiast wydaje mi się, że akurat w drugiej części zakończenie będzie szczęśliwe.

— W drugiej?! A w pierwszej?

— W pierwszej nie wszystko jest takie kolorowe, jakby się wydawało. Ale pozostawmy to w niedopowiedzeniu. Zachęcam do przeczytania, bo nie chcę zdradzać choćby rąbka tajemnicy. Po co zabierać czytelnikom magię czytania?

OD SAMEGO POCZĄTKU TAKI BYŁ PLAN. WIEDZIAŁAM OD DAWNA, ŻE NIE SKOŃCZĘ NA TEJ PIERWSZEJ KSIĄŻCE. MIAŁA TO BYĆ KONTYNUACJA PIERWSZEJ. JESZCZE KIEDY JĄ, TĘ PIERWSZĄ, PISAŁAM, WIEDZIAŁAM, CO BĘDZIE W DRUGIEJ. I DLATEGO ZAKOŃCZENIE PIERWSZEJ JEST TAKIE NIEJASNE, ZAWIESZONE W POWIETRZU.

— Dlaczego zaczęła pani pisać?

— To był czysty spontan. Stwierdziłam: co mi zależy, spróbuję swoich możliwości, swoich sił. Było to dwa lata temu, w sierpniu,



foto: archiwum prywatne

kiedy sięgnęłam po zeszyt i długopis (a najczęściej przygotowuję sobie kilka do wyboru). I od razu się zniechęciłam, sądziłam, że nie dam rady. Przecież żeby napisać taką książkę, potrzeba dużo czasu! Dużo poświęcenia i przede wszystkim - wyczerpania swojej wyobraźni. Natomiast im bardziej zagłębiałam się wlas, tym bardziej przynosiło mi to satysfakcję. I cały czas czułam, że muszę, że chcę. Że jest to moje kolejne wyzwanie, które muszę dokończyć. I dokonałam tego!

Jako mała dziewczynka nigdy nie chciałam pisać, nie marzyłam o tym. Nie jest to też jakoś blisko związane z moją drogą zawodową, a jestem salową w ławskim szpitalu. To była naprawdę spontaniczna decyzja. Napi-

szę książkę! Lecz... nie do końca wierzyłam, że zrealizuję ten plan. Sama osobie myślałam, że to tylko mój kolejny wymysł (śmiech). Może ewentualnie marzenie, którego nie uda mi się zrealizować... Ale jednak marzenia się spełniają, dałam radę! Oczywiście wymagało to ode mnie dużo poświęceń, ale warto było.

— Czy dobrze rozumiem, że pisała pani na kartce?

— O dziwo, w dzisiejszych czasach, gdy prawie nie rozstajemy się z elektroniką, ja... nie mogłam się skupić, pisząc na komputerze. Robiłam to zbyt wolno, a może raczej za szybko myślałam. Myśli się kłębiły, a dłonie nie nadążały. Pisanie w zeszycie sprawiło mi większą radość. A kiedy pisałam? Oczywiście wieczorami dostawałam największej

literackiej energii. I to było coś pięknego. Wyszło mi 925 stron rękopisu. Natomiast już wydana liczy 260 stron. Rękopis wysłałam do wydawnictwa i dość długo - według mnie - czekałam na odpowiedź. Wreszcie ją usłyszałam w słuchawce telefonu. To były cudne słowa: Musimy to wydać! — To dopiero musiała być radość!

— Oczywiście te uczucia w pracy w sobie tłumiliłam, ale owszem, tak było. Radości było i nadal jest mnóstwo. I mam nadzieję, że moja książka jest w stanie w czytelniku także wzbudzić różnorakie uczucia: radość, smutek, szczęście. A w drugiej części wykrzesam z siebie jeszcze więcej!

— A co potem? Po tych dwóch powieściach?

— One będą zamkniętą całością. A potem nie

porzucę pisanie. Już w głowie się kumulują kolejne pomysły. Jedną z pielęgniarek, z którymi pracuję, zasugerowała, że kolejny powinien być kryminał. Sama czytam przede wszystkim powieści obyczajowe. Staram się też czytać kryminały, ale trudno mi się jak na razie do nich przekonać. A moje ulubione dwie autorki to Tess Gerritsen oraz Colleen Hoover. Lekkość pióra, bogata wyobraźnia - to jest to, co mnie inspiruje.

— Wróćmy do wątku dziecka, które miało być wybawieniem dla Mani...

A pani mówi, że ta powieść to pani drugie dziecko...

— Tak, rzeczywiście.

Dziecko miało być lekiem na całe zło, a raczej na przykrości, życiowe perypetie. Takim światelkiem. I mój syn też jest dla mnie światelkiem. Dlatego dziecko Mani dostało imię po moim Jędrzeju. To urocze, jak dzieci odbierają pewne rzeczy. Na przykład mój synek twierdzi w przedszkolu, że to książka o nim (śmiech).

— Czy ktoś czytał tę książkę, zanim zdecydowała się pani ją wydać? Był pierwszym recenzentem?

— Trzymałam ją raczej w tajemnicy. Bliskim znajomym puściłam trochę pary z ust, ale samą treść starałam się zatrzymać dla siebie. Aż do momentu wydania. Pamiętam ten dzień, gdy dostałam paczkę z wydrukowanymi już książkami. Od razu ją otworzyłam. To było niesamowite uczucie. Trzymałam w dłoni jeden egzemplarz i byłam z siebie dumna. To, co przez tyle miesięcy tworzyłam, wreszcie ujrzało światło dzienne.

Edyta Kocyła-Pawłowska

POLACY NAJLEPSI W DUECIE

SKOKI NARCIARSKIE\\\\ Piotr Żyła i Dawid Kubacki wygrali w Lake Placid pierwszy w historii Pucharu Świata konkurs duetów. Wcześniej odbyła się rywalizacja indywidualna, w której zwyciężył Niemiec Andreas Wellinger. Dawid Kubacki był piąty.

W konkursie indywidualnym po pierwszej serii prowadził Ryoyu Kobayashi. Japończyk ustanowił rekord skoczni – 136 m i miał 7,0 pkt przewagi nad drugim Austriakiem Michaeliem Hayboeckiem. Wellinger plasował się dopiero na piątym miejscu ze stratą 8,6 pkt.

Ostatecznie jednak reprezentant naszych zachodnich sąsiadów wyprzedził Kobayashiego o 8,5 pkt. W finale Wellinger uzyskał 125,5 m, a Japończyk – zaledwie 114. Trzeci Tschofenig stracił do zwycięzcy 9,1 pkt.

Najlepszy z Polaków, Dawid Kubacki, w pierwszej serii skoczył 119,5 m, co dało mu 10. miejsce. Drugi skok był jednak wyraźnie lepszy. 126 m pozwoliło Kubackiemu awansować na piątą lokatę. Od Wellingera okazał się gorszy o 11,6 pkt, a do podium zabrakło mu tylko 2,5 pkt.

Siódme miejsce zajął lider klasyfikacji generalnej PŚ Norweg Halvor Egner Granerud, który na podium nie znalazł się pierwszy raz po 12 konkursach z rzędu. Tym samym nie udało mu się wyrównać rekordowej serii Janne Ahonena. Fin w sezonie 2004/05 w najlepszej trójce plasował się w 13 kolejnych startach.

13. miejsce zajął Aleksander Zniszczoł, a Piotr Żyła był 19. Po pierwszej serii odpadli 36. Paweł Wąsek i 41. Jakub Wolny.

Do USA, które goszczą zawody PŚ po 19 latach przerwy, nie poleciał Kamil Stoch. Trzykrotny mistrz olimpijski po słabych występach w Willingen trenuje w kraju.



Dawid Kubacki i Piotr Żyła

W klasyfikacji generalnej PŚ Granerud wciąż prowadzi z dużą przewagą. Drugiego Kubackiego wyprzedza o 229 punktów. Trzeci Anze Lanisek ma 456 pkt straty.

WYNIKI:

1. Andreas Wellinger (Niemcy) 264,5 pkt (129,0 m/125,5 m)
2. Ryoyu Kobayashi (Japonia) 256,0 (136,0/114,0)
3. Daniel Tschofenig (Austria) 255,4 (129,0/120,0)
4. Timi Zajc (Słowenia) 254,6 (130,0/120,0)
5. Dawid Kubacki (Polska) 252,9 (119,5/126,0)
6. Domen Prevc (Słowenia) 252,0 (122,0/129,5)
7. Halvor Egner Granerud (Norwegia) 251,0 (124,5/117,0)
8. Karl Geiger (Niemcy) 250,4 (127,5/120,5)
9. Michael Hayboeck (Austria) 248,9 (129,0/117,0)
10. Markus Eisenbichler (Niemcy) 243,3 (117,5/130,0)
- ... 13. Aleksander Zniszczoł (Polska) 236,2 (118,5/123,0)



W klasyfikacji generalnej PŚ Dawid Kubacki zajmuje drugie miejsce

19. Piotr Żyła (Polska) 226,7 (114,5/116,5)
36. Paweł Wąsek (Polska) 100,8 (111,0)
41. Jakub Wolny (Polska) 95,1 (108,0)

KLASYFIKACJA GENERALNA PŚ (21 Z 32 ZAWODÓW):

1. Halvor Egner Granerud (Norwegia) 1552 pkt
2. Dawid Kubacki (Polska) 1323
3. Anze Lanisek (Słowenia) 1096
4. Stefan Kraft (Austria) 1018
5. Piotr Żyła (Polska) 816
6. Ryoyu Kobayashi (Japonia) 659
7. Manuel Fettner (Austria) 584
8. Andreas Wellinger (Niemcy) 563
9. Timi Zajc (Słowenia) 492

10. Daniel Tschofenig (Austria) 456
- ... 13. Kamil Stoch (Polska) 423
30. Paweł Wąsek (Polska) 131
35. Aleksander Zniszczoł (Polska) 79
50. Jan Habdas (Polska) 10
53. Tomasz Pilch (Polska) 8
60. Stefan Hula (Polska) 4

HISTORYCZNY KONKURS

Po rywalizacji indywidualnej odbył się pierwszy w historii Pucharu Świata w skokach narciarskich konkurs duetów. Najlepsi w nim okazali się biało-czerwoni, którzy wystąpili w składzie Piotr Żyła i Dawid Kubacki. Na drugim miejscu uplasowali się Austriacy Daniel Tschofenig i Stefan Kraft, a na najniższy stopień podium wskoczyli Japończycy Naoki Nakamura i Ryoyu Kobayashi.

Polacy Austriaków wyprzedzili o 13,2 pkt, a Japończyków o 24,1 pkt. Do zawodów przystąpiło 13 par. Po pierwszej serii odpadli najsłabsi Rumuni, a w finale wystąpiło osiem najlepszych duetów.

W pierwszej serii Piotr Żyła skoczył 123,5 m, a Dawid Kubacki – 128 m. Dawalo im to drugie miejsce, ze stratą 11,1 pkt do Tschofeniga (127 m) i Krafta (130,5 m).

W drugiej serii słabiej spał się Tschofenig, uzyskując zaledwie 115,5 m. 122 m Żyły oraz 127 Kubackiego pozwoliło Polakom objąć prowadzenie. Przed finałem o 11,2 pkt wyprzedzali Niemców Karla Geigera i Andresa Wellingera.

W decydującej rozgrywce podopieczni tren-

era Thomasa Thurnbichlera nie popełnili błędów i przypieczętowali zwycięstwo. Żyła skoczył 127,5 m, a Kubacki – 127.

– Do ostatniego skoku mogłem podejść ze spokojem, bo po wcześniejszych równych próbach miałem przewagę. To na pewno da nam kopa na resztę sezonu – powiedział tuż po zwycięstwie Kubacki.

Miejsca na podium nie zdołali utrzymać Niemcy. Geiger wylądował na 122,5 m, a Wellinger skoczył pół metra mniej. Ostatecznie o 2,5 pkt wyprzedzili ich Japończycy, którzy oddali skoki na 118,5 m (Nakamura) i 128 m (Kobayashi). W nieoficjalnej klasyfikacji indywidualnej najlepszy był Kubacki. Drugą notę miał Kraft, a trzecią Kobayashi. Żyła uzyskał siódmy wynik.

Na zakończenie rywalizacji w Lake Placid odbędzie się konkurs indywidualny.

WYNIKI:

1. Piotr Żyła/Dawid Kubacki (Polska) 800,8 pkt (268,1/263,9/268,8)
2. Daniel Tschofenig/Stefan Kraft (Austria) 787,6 (279,2/234,3/274,1)
3. Naoki Nakamura/Ryoyu Kobayashi (Japonia) 776,7 (261,9/254,3/260,5)
4. Karl Geiger/Andreas Wellinger (Niemcy) 774,2 (261,7/259,1/253,4)
5. Domen Prevc/Timi Zajc (Słowenia) 760,5 (246,2/256,8/257,5)
6. Marius Lindvik/Halvor Egner Granerud (Norwegia) 748,2 (248,6/251,5/248,1)

Klasyfikacja Pucharu Narodów

1. Austria	4189 pkt
2. Norwegia	3605
3. Polska	3394

Źródło: PAP

WYNIK TO TYLKO CZĘŚĆ SPORTOWEGO ŻYCIA

Mateusz Krawiecki to jedna z ciekawszych postaci rywalizujących w OCR. Doświadczony weteran: 6 medali mistrzostw Polski i brąz mistrzostw Europy, za nim 115 runmageddonów. 69 razy stawał na podium, 28 razy jako zwycięzca. Niezła statystyka.

Proporcje ciała i swobodna mobilność w kontroli motorycznej muszą iść w parze, aby na mecie z szacunkiem czekać na pokonanych. Nawet jak w płucach nie brakuje tlenu, przeszkoda potrafi poskładać każdego z elity. Czasami trzeba zagrać o całą pulę. Różnie się to później kończy – przyznaje Mateusz Krawiecki. Wynik to tylko część jego sportowego życia...

Mówi Mateusz Krawiecki:
— Trenuję, bo lubię. Nic na siłę. Jestem sportowcem na własnym etapie. Trenuję od 7 do 12 razy w tygodniu. Do ogromnych wymagań sprawności ogólnej dokładam w roku 4-6 tys. km w terenie. Jestem wegetarianinem. Poprzez holistyczne podejście do fizyczności, kontuzje czasami tylko szepczą w zmęczeniu.

CZUJĘ SIĘ I JESTEM TRENEREM RUCHU, MOTORYCZNYM PRZEWODNIKIEM W MEDYCZNEJ UMIEJĘTNOŚCI PRZYWRACANIA SPRAWNOŚCI. POMAGAM ODKRYĆ INNYM TO, CO ZNISZCZYŁO PIĘTNO WYGODY. MOJA CODZIENNOŚĆ OBRACA SIĘ W SPORCIE. W FIT STACJI ODTWARZAM RUCHOWE WZORCE I ZABIERAM BÓL TYM, KTÓRZY UFAJĄ, ŻE SPORT MOŻE GO POKONAĆ. WIARA W NIEGO POWODUJE, ŻE CZARODZIEJSKA MOC BUDZI PASJĘ I PROSI O POZOSTANIE W NIEJ.

W zawodzie trenera pracuję 8 lat. Nie trzeba być specjalistą, aby zauważyć w jakim kierunku fizycznej sprawności pochyła się społeczna jakość tej funkcji. Z bólowymi odczynami przychodzą do studia coraz młodsze osoby. Lata 80, 90-te, to był jeszcze czas wariactwa podwórek i łak. Na każdym placu coś się działo. Pełne popołudnia w fizyczności oznaczyły trwale nasze roczniki. Nikt nas nie woził do szkoły, nikt nie uważał, że pot jest wrogiem cywilizacji. Naturalne odruchy przysiadu, wspinania, biegania, z którymi rodzą się dzieci, zostały zablokowane przez nas samych. Wszyscy znamy przyczyny.

Jedziemy do szkoły, siadamy w ławce. Na przerwie przycupnięci ze smartfonem zawieramy znajomości. Wracamy do domu i zanurzamy się z powrotem w statyczny świat. Koordynacja — to słowo powoli będziemy musieli odgrzebywać w słownikach, aby zrozumieć jego sens.

Inwalida ruchowy, to brutalne słowo naciska domofon do drzwi naszej sprawności. Homo computerus — nowa istota zaczyna zapełniać osiedla. Starsze roczniki otoczone wymówką braku czasu i postępującego dyskomfortu ciała rezygnują z aktywności wchłaniając postępujący upadek dynamizmu wnętrza. Na końcu tej drogi czeka rehabilitacja. Nie każdego stać na ten naprawczy finansowo proces. Zrozumienie przyczyny i skutku jest dłuższe niż kilka zabiegów, które i tak nic nie poskładają.

Czy naprawdę nie mamy w sobie minimalnej potrzeby sportu, aby życie stało



Mateusz Krawiecki w trakcie startu w zawodach OCR (biegi przeszkodowe)

się łatwiejsze? Godzina treningu 2-3 razy w tygodniu, to tylko 1,5 % tygodnia.

W swojej propozycji jestem obok szkolnego wychowania fizycznego. Zrozumienie ciała w poprawnym działaniu staje się składową zabawową aktywności dzieci podczas naszych zajęć. Dorośli, to inny segment potrzeb. Lata zaniedbań są bezwzględne.

NIE MOŻEMY PODDAWAĆ SIĘ UPŁYWOWI CZASU I CZEKAĆ TYLKO NA CUD. PRAWDZIWE CUD ZAWDZIĘCZAMY TYLKO SOBIE. MAMY PRAWO

DO OCZEKIWANIA SPRAWNOŚCI. MOŻEMY JE WYEGZEKWOWAĆ TYLKO PRACĄ. ZASAD WEWNĘTRZNEJ KONSTYTUCJI NIKT NIE PRZESKOCZY.

Mam doświadczenie w tym, co robię dla siebie i innych. Już na pierwszym treningu mogę ocenić jak wspólnie możemy upiec sprawnościowy sukces. Najważniejsze jednak są trzy pierwsze spotkania. Są jak randki. Oczekujemy ich w emocji. Oceniamy i poddajemy się ocenie. Jak zaiskrzy,

to jest szansa na trwały związek. Pamiętam dziewczynę, która chciała się po prostu wyrwać z domu. Mieć chociaż dwie godziny dla siebie w tygodniu wolne od domowego kieratu przyjemności. Tylko na pewno bez biegania — zastrzegła na początku. „To nudny sport, nie kręci mnie”. Bolące kolana dołożyła do pakietu wymówek. Ogląda motoryczna zmieniła wszystko. Teraz zanim przyjdzie na trening, to biega 3 x w tygodniu. Wciągnęła męża i siostrę w ten świat.

Jest też druga strona medalu. Bardziej smutna w ocenie. Słomiany zapal, karnet zakupiony przez przyjaciół, rodzinę, dzieci. Kilka wizyt i rezygnacja. Tak też się zdarza. Powroty wtedy są trudniejsze. Wiemy, co nas czeka. Jak nastąpią, są jednak trwałe pomimo, że jest gorzej niż miesiące, czasami lata wcześniej. Batację przegrywamy w głowie. W niej kielkuje ziarenko sukcesu.

30% moich podopiecznych pragnie zgubić zbędne kilogramy, 40% poszukuje drzwi do sprawności i sposobu na ucieczkę od bólu, 20% utrwała wzorce ruchowe i traktuje trening jak społeczną potrzebę bycia z ludźmi o podobnych oczekiwaniach. Jeden na dziesięciu, to sportowcy, którzy wspomagają ciało w stabilizacji i motoryce, aby osiągnąć wynik.

Kontuzje to wypadkowa wielu składowych. Z tym wyzwaniem też muszę sobie poradzić, aby pomóc innym. To nie musi być stracony czas dla sportu. Jak przepracujemy, jej konsekwencje pozostają ogromną wartością wiedzy, po której wszędzie ślizgaliśmy się w zaliczeniu.

Wychowanie fizyczne w obowiązku szkolnym jest nauką o potrzebie własnej fizyczności. Można dyskutować o nim godzinami okładając się argumentami racji wynikających z własnej oceny. Jednak te 45 minut aktywności, jaka by ona nie była, zostawia ślad łańcucha fizyczności.

PAMIĘTAM SWOJE WF-Y. GRALIŚMY U KSIĘDZA NA PODWÓRKU, BO NIE BYŁO GDZIE. SPRAWDZIAN NA KM BIEGALIŚMY PO SZUTRZE DO FIGURKI I Z POWROTEM. NIKT NIE NARZKAŁ. DZIEWCZYNY NIE BAŁY SIĘ ROZMAZANEGO MAKIJAŻU. NIE BYŁO BAZY SPORTOWEJ TAK OBECNEJ TERAZ NA KAŻDYM KROKU.

Piękne sale, bieżnie. Szkoły pełne wykwalifikowanych nauczycieli z dyplomami i certyfikatami. Czego więc brakuje, aby odpalić wewnętrzny mechanizm w uśmiechu zmęczenia? Może mentorów, nauczycieli, którzy poza kwalifikacjami są wzorem do naśladowania, a nie etatowym przywódcą. To trudny segment dyskusji. Szczególnie wtedy jak spojrzymy na rolę w-fu w społecznym oczekiwaniu, w którym indywidualna potrzeba kłóci się ze zbiorowymi nakazami podstawy programowej. Szkolny sport mieści się w konflikcie między tymi, co chcą coś zmienić w nim, a tymi, którzy oczekują, aby trwał w etacie — zauważa Mateusz.

Tyle zdążyłem zanotować podczas krótkiej wizyty u Mateusza. Wrócimy do niego.

Paweł Hofman, trener lekkiej atletyki

CZEKAJĄC NA LIGĘ... SPRAWDZAMY, JAK IDZIE MŁAWIANCE W SPARINGACH

PIŁKA NOŻNA\\\ — Ostro pracujemy i ładujemy akumulatory. Śnieg, nie śnieg — trzeba się odpowiednio przygotować, bo praca wykonana w zimę będzie rzutować na cały rok — mówi Piotr Rzepka, trener Mławianki.

Po 17. meczach rundy jesiennej sezonu 2022/23 drużyna z Mławy zajmuje siódme miejsce w tabeli III ligi. Mławianka rozgrywki wznowi w pierwszy weekend marca (4-5.03), gdy to uda się na wyjazd do Łowicza. A jak mecz z Pelikanem na jego terenie, to zapewne w niedzielę.

Do tego momentu zespół trenera Piotra Rzepki będzie przygotowywał się szlifując formę przed inauguracją drugiej części sezonu. — Dotychczas rozegraliśmy pięć sparingów. W pierwszym przegraliśmy na wyjeździe ze Zniczem Pruszków 0:3, następnie ulegliśmy w test-meczu ze Stomilem Olsztyn 0:4 — wspominał w rozmowie z nami (w czwartek 9 lutego) początek gier kontrolnych szkoleniowiec Mławianki. Obaj wymienieni sparingpartnerzy grają na co dzień w II lidze, a więc o klasę wyżej niż drużyna z Mławy.

Następnie Mławianka pokonała 5:1 Spartę Brodnica (IV liga), przegrała 1:8 z GKS-em Wiekielec, liderem IV ligi warmińsko-mazurskiej (ale pamiętać trzeba, że Mławianka zwłaszcza w drugiej połowie zagrała w rezerwowym składzie), a ostatnio pokonała 3:2 CK KS Troszyn (także IV liga, tyle że mazowiecka), a także przegrała w sobotę 11 lutego. Ekipa trenera Rzepki, ponownie na swoim terenie, tego dnia próbowała swych sił w sparingu z Żabkovią Żabki (IV liga mazowiecka), mecz zakończył się wynikiem 0:1 (więcej o tym sparingu w kolejnym wydaniu gazety).



Sparing Mławianka Mława — CK KS Troszyn (wynik 3:2)

— **OSTRO PRACUJEMY I ŁADUJEMY AKUMULATORY. ŚNIEG, NIE ŚNIEG — TRZEBA SIĘ ODPOWIEDNIO PRZYGOTOWAĆ, BO PRACA WYKONANA W ZIMĘ BĘDZIE RZUTOWAĆ NA CAŁY ROK — MÓWI PIOTR RZEPKA, TRENER MŁAWIANKI.**

Poniżej relacje z trzech meczów kontrolnych (Sparta, Wiekielec i Troszyn), pochodzą one z klubowych mediów Mławianki.

MŁAWIANKA — SPARTA BRODNICA 5:1

MŁAWIANKA: Piotrowski (zawodnik testowany) - Rutkowski (Kurowski), M. Rogalski (Dobek-Pietrowski), Komorowski, Skudynowski (Olczak), Felipe da Silva, Mich. Stryjewski (Kostyk), zaw. testowany, zaw. testowany.

wany, zaw. testowany (G. Rogalski), Mat. Stryjewski (Bryks), zaw. testowany (Odillon)

Swoisty maraton sparingowy ma za sobą Mławianka Mława. Najpierw wsam sobotnie południe Duma Zawkrza zmierzyła się z IV-ligową Spartą Brodnica. W składzie Naszej drużyny na ten mecz nie brakowało zawodników stanowiących trzon jedenastki oraz kilku nadal testowanych piłkarzy.

Mławianka w ten mecz nie weszła dobrze tracąc bramkę już na początku, jednak z minuty na minutę przejmowała inicjatywę stwarzając coraz więcej okazji. Dwa strzały Michała Stryjewskiego wyładowały jeszcze na słupku, jednak co się odwlecze to... Do wyrównania doprowadził pięknym strzałem Mateusz Stryjew-



Zespół z Mławy grał już test-mecz m.in. z II-ligowym Stomilem

ski. Całkowitą przewagę naszej drużyny udało się udokumentować jeszcze czterema bramkami. Gole zdobyli ponownie Mateusz Stryjewski, zawodnik testowany (dwie bramki) oraz Joao Odillon.

MŁAWIANKA MŁAWA — GKS WIKIELEC 1:8

MŁAWIANKA: zawodnik testowany (Kostia Simaszkowski) - Kurowski (Szempliński), Karwiński, Tom (Aleks Iwański), Olczak, Matyjasik (Kwapiński), G. Rogalski, Kostyk (Brzeziński), Kacper Wydra, Nikolas Dąbrowski, Bryks,

Następnym przeciwnikiem był lider IV ligi warmińsko-mazurskiej GKS Wiekielec. Nasza drużyna wyszła w mocno zmienionym składzie. Trzon stanowili młodzi zawodnicy, którym ciężko było nawiązać walkę z dużo lepszym przeciwnikiem. Mimo ob-

jęcia prowadzenia (bramkę zdobył Kacper Wydra) z minuty na minutę to drużyna spod Hławy pokazywała klasę pokonując ostatecznie Mławiankę 8:1.

MŁAWIANKA MŁAWA — CK KS TROSZYN 3:2 (0:1)

Bramki dla Mławianki: samobójcza, Odillon, Mateusz Stryjewski
MŁAWIANKA: Piotrowski (zaw. testowany) - Skudynowski (Powążka), M. Rogalski (Dobek-Pietrowski), Komorowski (zaw. testowany), Bryks, Rutkowski (Kurowski), Mat. Stryjewski, Kostyk (G. Rogalski), Felipe da Silva (zaw. testowany), Sobotka (Tworek), Mich. Stryjewski (Olczak), zaw. testowany (Odillon),

Kolejny test-mecz w drodze do rozpoczęcia rundy wiosennej ma za sobą Mławianka Mława. Tym razem przy ul. Kopernika 38 zawitała dobrze znana

z IV-ligowych zmaganiów drużyna KS CK Troszyn.

W pierwszej części obie ekipy wystąpiły w teoretycznie najlepszych jedenastkach. O dziwo, od początku meczu więcej do powiedzenia mieli goście spod Ostrołęki, co chwile stwarzając zagrożenie pod naszą bramką. To właśnie po jednej ze składowych akcji objęli prowadzenie. W pierwszej partii Mławianka stworzyła jedną bardzo groźną sytuację, jednak okazji sam na sam nie wykorzystał testowany przez Dumę Zawkrza napastnik.

Wynikiem 0:1 zakończyła się pierwsza część i początek drugiej także nie przyniósł zmiany na korzyść Mławianki. Co więcej, po faulu w polu karnym i wykorzystanej jedenastce Troszyn podwyższył prowadzenie. Stan 0:2 wpłynął jednak mobilizująco na naszą ekipę. Gra zaczęła wyglądać coraz lepiej. Najpierw po rzucie wolnym i zamieszaniu w polu karnym padła bramka samobójcza zawodnika gości (początkowo wydawało się, że zdobył ją nasz zawodnik Dobek-Pietrowski). Wynik wyrównał Joao Odillon umiejętnie dokładając nogę w zamieszaniu w polu karnym, a następnie na 3:2 pięknym strzałem z prawej nogi popisał się Mateusz Stryjewski.

Wynik do końca się nie zmienił, w naszej drużynie wystąpiło kilku testowanych oraz młodych zawodników. Szczególnie nasza młodzież w końcowej fazie meczu zaprezentowała się bardzo korzystnie.

zico, źródło: Mławianka Mława