Masz moc! www.przyszloscdladzieci.org
Przekaż 1% podatku Fundacji „Przyszłość dla Dzieci”
Daj dzieciom siłę do walki z chorobą! KRS 0000148747
FUNDACJA PRZYSZŁOŚĆ DLA DZIECI
122otbp-B -P

PIĄTEK\NIEDZIELA |14-16|01|2022|

# DZIENNIK ELBLĄSKI

21 LAT

cena 4,50 zł (w tym 8% VAT)

WEEKEND

ISSN 0137-9127 NR INDEKSU 350176 \\ NAKŁAD 13 477 NR 9 (20710)

Fot. archiwum GO/Michał Skroboszewski

# SPRAWA „KULAWEGO” WRACA DO ELBLĄGA \5

## KOBIETY MUSZĄ WIERZYĆ W SWOJĄ MOC \10

## WSŁUCHUJĘ SIĘ W TO, CO SZEPCZE MI LAS \11

## SPORT CODZIENNIE \22-24

ISSN 0137-9127
9 770137 912156 02

DZIENNIK ELBLĄSKI
OD 21 STYCZNIA WIĘCEJ
LOKALNYCH
INFORMACJI!!!
4522otbr-a-K

eprasa.pl b7b7fc9e3f

# POLSKĘ MIAŁ W SERCU

Z INICJATYWY INSTYTUTU PAMIĘCI NARODOWEJ NA BUDYNKU KOMENDY MIEJSKIEJ POLICJI W OLSZTYNIE ZOSTAŁA ODSŁONIĘTA PAMIĄTKOWA TABLICA POŚWIĘCONA PPŁK. JANOWI NIEMIERSKIEMU. DELEGATURA IPN W OLSZTYNIE MA TEŻ NOWEGO SZEFA.

**ANDRZEJ MIELNICKI**
a.mielnicki@gazetaolsztynska.pl

W Rzeszowie ma swoją ulicę, a od wczoraj w Olsztynie pamiątkową tablicę. Na budynku Komendy Miejskiej Policji w Olsztynie została uroczyście odsłonięta tablica poświęcona podpułkownikowi Janowi Niemierskiemu. Tablicę poświęcił arcybiskup Józef Górzyński, metropolita warmiński.

Kim był ppłk Jan Niemierski ps. Kasperski (1886–1941)? Postać podpułkownika przybliżył dr Paweł Warot, naczelnik Delegatury IPN w Olsztynie.

Niemierski urodził się w podolsztyńskich Butrynach w chłopskiej rodzinie. Jako nastolatek pojechał do Frankfurtu nad Odrą, gdzie w 1906 r. ukończył gimnazjum. Następnie odbył jednoroczną służbę wojskową w 1. Pułku Grenadierów w Królewcu. Potem aż do wybuchu I wojny światowej pracował jako urzędnik bankowy w Metzu. W czasie wojny służył w niemieckiej armii, współpracując jednocześnie z Polską Organizacją Wojskową. Po zakończeniu działań wojennych, w listopadzie 1918 r. wstąpił do Wojska Polskiego, gdzie jako dowódca 3. kompanii 6. Pułku Piechoty 1. Dywizji Piechoty brał udział w walkach pod Lidą i Wilnem.

Przed plebiscytem 1920 r. na Warmii i Mazurach został odwołany z frontu i mianowany komendantem naczelnym Straży Mazurskiej, która podlegała Oddziałowi II Sztabu Ministerstwa Spraw Wojskowych. Celem Straży była obrona ludności popierającej przyłączenie ziem plebiscytowych do Polski przed bojówkami niemieckimi. Po przegranym plebiscycie wrócił do 6. Pułku Piechoty będąc kolejno: dowódcą kompanii, dowódcą batalionu i zastępcą dowódcy pułku. W 1934 r. w stopniu podpułkownika przeszedł w stan spoczynku, a w kolejnym roku został wybrany na prezydenta Rzeszowa. Na początku 1940 r. został aresztowany przez Gestapo i 5 kwietnia 1941 r. osadzony w niemieckim obozie koncentracyjnym Auschwitz-Birkenau, gdzie został zamordowany.

— Dzisiaj IPN zostawia ślad pamięci po Polaku z wyboru — podkreślił dr Karol Nawrocki, prezes IPN, dodając, że po wybuchu II wojny światowej to, co mogło czekać Jana Niemierskiego, to była niechybna śmierć za przywiązanie do Polski. Znalazł się na listach proskrypcyjnych jako nieuleczalny Polak, jako Polak którego serce bije i będzie biło dla Polski. Dlatego został aresztowany i zamordowany.

Fot. Andrzej Sprzączak

Tablicę poświęcił arcybiskup Józef Górzyński

Po uroczystości odbyła się konferencja prasowa, na której prezes IPN poinformował o zmianach kadrowych w olsztyńskiej delegaturze. Nowym naczelnikiem delegatury będzie dr hab. Karol Sacewicz (od 17 stycznia), dla którego będzie to powrót na to stanowisko, bo już kierował delegaturą w latach 2017-2019.

Prezes IPN podziękował dotychczasowemu naczelnikowi delegatury dr. Pawłowi Warotowi za pracę, ale mimo pytań dziennikarzy nie zdradził, jakie ma plany wobec niego. Jak nieoficjalnie dowiedzieliśmy się, dr Paweł Warot ma być dyrektorem oddziału IPN w Gdańsku.

Dr Karol Nawrocki, prezes IPN

Dr hab. Karol Sacewicz: — Zrobimy dobrą robotę edukacyjną, naukową, z czego pan prezes, a przede wszystkim IPN, na pewno będą dumni

## Był Polakiem z wychowania i wyboru — rozmowa z dr. Karolem Nawrockim, prezesem IPN.

**— Dlaczego IPN uhonorował akurat ppłk. Jana Niemierskiego? Dlaczego tablica zawisła akurat na budynku KMP w Olsztynie?**

— Jan Niemierski był Polakiem z wychowania i wyboru, bo wychowywał się w patriotycznej rodzinie, która kultywowała tradycje polskości i dał temu najlepszy wyraz wstępując do Polskiej Organizacji Wojskowej, a potem zostając komendantem Straży Mazurskiej. Tak więc Jan Niemierski jest przykładem tych Polaków, którzy żyli w czasach dla polskości nieoczywistych na tych terenach, mimo że było tu wielu znakomitych Polaków. Jan Niemierski jest ich symbolem, najlepszym przykładem. Dlatego warto przypominać te czasy, tych, którzy podejmowali ryzyko, żeby pielęgnować tę polskość na Warmii i Mazurach. A w związku z tym, że był komendantem Straży Mazurskiej, a więc dzisiejszym odpowiednikiem komendanta miejskiego policji, to tablica zawisła na budynku policji.

**— Mamy zmianę warty w olszyńskiej Delegaturze IPN. Czym jest to podyktowane?**

— Generalnie ogólną strategią IPN, której celem jest jak najlepsze, jak najefektywniejsze wykorzystanie wiedzy i kompetencji pracowników naszego Instytutu. Dlatego dr Paweł Warot przestał być naczelnikiem delegatury IPN w Olsztynie. Bardzo cenię to, co zrobił przez te dwa lata będąc naczelnikiem delegatury. Robił wiele wspaniałych rzeczy. Wydał kilka zasadniczych publikacji. Wymienię tu monografię Wojewódzkiego Urzędu Bezpieczeństwa Publicznego w Olsztynie, był bardzo aktywny w mediach. Przygotował budynek, w którym po remoncie będzie mieściła się delegatura IPN.

**— Czy to prawda, że dr Warot będzie teraz dyrektorem oddziału IPN w Gdańsku?**

— Z całą pewnością ma do tego predyspozycje, żeby pokierować którymkolwiek z oddziałów w Polsce. Czy tak się stanie, zobaczymy w piątek.

**— Nowym naczelnikiem delegatury w Olsztynie będzie dr hab. Karol Sacewicz, który już pełnił tę funkcję. To docenienie jego zasług?**

— Tak, to docenienie pracy prof. Sacewicza, który był już naczelnikiem delegatury, ale z przyczyn prywatnych, rodzinnych nie mógł wtedy dalej pełnić tej funkcji. Teraz wraca. To doskonały naukowiec, łączy wrażliwość na polską historię, szczególnie w badaniu ruchu antykomunistycznego z szerszą perspektywą zmagań z komunizmem w XX wieku na całym świecie. Jest wyróżniającym się pracownikiem, dostał nagrodę prezesa IPN. Jestem przekonany, że poradzi sobie na tym stanowisku.

**— W IPN powstało Biuro Nowych Technologii. Czy chodzi tu o przybliżenie historii w sposób multimedialny?**

— Taki jest cel, żeby przekładać dotychczasowy dorobek IPN na nowe technologie, wirtualną rzeczywistość. Jesteśmy w fazie przygotowywania gry komputerowej, która będzie udostępniona na platformie IPN, a będzie odnosić się do roku 1920. Tu dodam, że pierwsze regionalne Biuro Nowych Technologii mieścić się będzie w Olsztynie.

**WYDAWCA**
GRUPA WM Sp. z o.o.
ul. Tracka 5,
10-364 Olsztyn

**REDAKTOR NACZELNY**
Maciej Matera
m.matera@gazetaolsztynska.pl

**ZASTĘPCY REDAKTORA NACZELNEGO**
Igor Hrywna
Dawid Żmuda
Bartosz Orliński

**REDAKTORZY WYDANIA**
Barbara Barczuk wydawca@gazetaolsztynska.pl
Beata Brokowska
Igor Hrywna
Artur Dryhynycz sport@gazetaolsztynska.pl

**WYDANIE ONLINE** internet@gazetaolsztynska.pl
89 539 74 83

**GAZETAOLSZTYNSKA.PL**
redakcja@gazetaolsztynska.pl
tel. 89 539 74 83

**PRENUMERATA E-WYDAŃ**
prenumerata@gazetaolsztynska.pl
89 539 76 63

**REKLAMA W OLSZTYNIE**
ul. Tracka 5
tel. 89 539 74 53, 89 539 77 77
reklama@gazetaolsztynska.pl

**CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ**
tel. 89 539 74 80, 81, 82

**REDAKCJA W ELBLĄGU**
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 55 611 46 00
gazeta@dziennikelblaski.pl

**REKLAMA W ELBLĄGU**
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 55 236 18 02, 55 611 46 01
reklamy@dziennikelblaski.pl

**DRUK**
Drukarnia Prasowa
GRUPY WM Sp. z o.o.
Olsztyn, ul. Tracka 7
tel. 89 539 74 21

NAKŁAD KONTROLOWANY
ZWIĄZEK KONTROLI DYSTRYBUCJI PRASY

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

eprasa.pl b7b7fc9e3f

# TYLE ŚNIEGU! JEST CO WSPOMINAĆ!

TAKICH ZIM, JAKIE BYŁY PRZED LATY, TO MŁODZI NIE ZNAJĄ. RĘCE, CHOĆ W RĘKAWICZKACH, PIEKŁY OD MROZU. NA ULICACH TWORZYŁY SIĘ TUNELE ZE ŚNIEGU. PODRÓŻE POCIĄGIEM PRZYPOMINAŁY WALKĘ O PRZETRWANIE: WODĘ NA HERBATĘ PRZYGOTOWYWAŁO SIĘ ZE ŚNIEGU.

Fot. Arch. prywatne

Zima z dawnych lat. Zdjęcie przesłał nam pan Marian Wiśniewski, nasz czytelnik

**ALEKSANDRA TCHÓRZEWSKA**
a.tchorzewska@gazetaolsztynska.pl

Była zima stulecia, kiedy szłam na sylwestra — wspomina pani Teresa, dziś olsztynianka, niegdyś mieszkanka Lidzbarka Warmińskiego. — I choć teraz nie przypomnę sobie nazwy klubu, w którym się bawiłam, to do dzisiaj pamiętam, że szłam... tunelami. Ale to były śnieżne tunele. Wysokie, potężne. Tyle śniegu napadało!

Dopóki pani Teresa była dzieckiem, mroźne zimy były jej nie straszne. Wręcz przeciwnie: przynosiły radość. — Do dzisiaj pamiętam ręcznie robiony wełniany sweter z golfem, czarne spodnie-narciary i zawiązywane, wysokie kamasze. Ja ubierałam się tak, jak mama kazała, ale moja siostra była mniej pokorna. Pamiętam, jak w szkole zdejmowała wełnianą bieliznę, która ją gryzła.

W drodze do szkoły kusiła wielka góra. A potem przyszedł czas, że i szkoły zamknięto, bo rury pękały z mrozu. W latach 60-tych miała panować też grypa, więc dzieci dostały dużo wolnego.

Było tak zimno, że nawet fosa zamarzła. — I jeździliśmy po niej na łyżwach. Nikt się nie bał, bo lód był gruby i solidny. Na mojego tatę, wówczas mężczyznę przed 40-tką, pokazywano palcami: „Taki stary i na łyżwach!". To były zupełnie inne czasy. Ja wtedy robiłam piruety i jeździłam do tyłu. Mój tata był szewcem, łyżwy dla siebie i dla mojego rodzeństwa robił sam. Używał starych butów.

Pani Elżbieta, nasza czytelniczka pamięta, jakby to było wczoraj. — 1978 rok, przed sylwestrem. W Zakopanem 2 stopnie. Zapowiadają, że idzie duży mróz od północy. Miałam ze świeżo poślubionym mężem spędzać sylwestra w Zakopanem. Ale po tych wiadomościach postanowiliśmy szybko zbierać się do Olsztyna, żeby napalić w piecu. Bo co, jak rury popękają....? — pani Elżbieta zabiera nas w sentymentalną podróż. — Wyjechaliśmy dzień przed sylwestrem. Pociąg relacji Kraków-Ełk dojechał do Olsztyna z 18-godzinnym opóźnieniem. A to był pośpieszny! Po drodze zatrzymywał się kilka razy w polu. Zamarzały semafory. Maszyniści nie wiedzieli czy mają czerwone światło, czy zamarzł semafor. W pociągu było strasznie zimno. Maszynista wychylał się, zgarniał śnieg do czajnika i gotował pasażerom wodę do picia, żeby się rozgrzali. Ostatni raz pociąg zatrzymał się przy wjeździe do Olsztyna. Czekaliśmy długo na zielone światło. Dwóch Węgrów jadących do Dobrego Miasta czy Lidzbarka Warmińskiego na imprezę, wyszło z pociągu i „utonęło" w śniegu po szyję. Ledwo ich udało się wspólnymi siłami wyciągnąć. Jak się potem okazało, sylwestra spędzili na Dworcu Głównym w Olsztynie w kanciapie, w której pani sprzątająca trzymała swoje narzędzia pracy. Nie mogli jechać dalej, ani wrócić do siebie...

Pan Piotr także pamięta, że w kuszetce nawet wody na herbatę zabrakło. Ale jechał w styczniu 1979 roku. — Kuszetkowy, w trakcie postoju w polu wyskakiwał po śnieg, żeby podróżnym zrobić coś gorącego do picia — opowiada.

To dowód na to, że zima potrafiła przysporzyć kłopotów. Ale dzieciakom — przede wszystkim radości. Sanki? Nie wszyscy ich potrzebowali. — Jeździło się na wszystkim: na dużych metalowych miskach wyciągniętych z babcinych skarbów, na workach wypchanych słomą lub sianem. Każdy chciał być lepszy od kolegi czy koleżanki — opowiada Sabina Brzostek, która wychowywała się we Franciszkowie (gm. Iława). — Żadne upadki czy otarcia nas nie zrażały. Było bardzo dużo śniegu. Robiliśmy sobie obozy: dziewczynki z dziewczynkami, chłopcy z chłopcami. Lepiliśmy bałwany, budowaliśmy igloo, kopaliśmy tunele. Oczywiście była wojna na śnieżki. A w szkole wszyscy okupowali jedyny piec kaflowy w klasie, żeby się ogrzać.

Pani Sabina wspomina, że nie przeszkadzały przemoczone rękawiczki. — Często z mężem wspominamy te czasy. Dzieci z rodziny, które słyszą nasze opowieści, zazdroszczą nam przygód i wspomnień. Mama pozwalała nam na wiele, bo nam ufała. Byliśmy rozważni. A teraz dzieci słyszą: „Nie idź tam, bo się poślizgniesz". Dzieci nie mają tej fantazji, pomysłowości, jaką my mieliśmy. Chodzą i nie wiedzą co ze sobą zrobić.

Czasami panią Sabinę złapie tęsknota za prawdziwą zimą, taką z dawnych lat. Zwłaszcza, jak nadchodzą święta. — Musi być biało, bo tylko wtedy jest bajecznie! — przekonuje.

Nasi internauci wspominają górkę dla odważnych, która była między Jarotami i Nagórkami. Teraz jest tam Lidl i nowe bloki, ale kiedyś... — ... była nawet wyrzutnia! wspomina pani Barbara. Zjeżdżającym odwagi nie brakowało, bo ślizgali się w piętnaście osób na wielkim gumoleum.

Z kolei pani Aleksandra z Olsztyna pamięta bajecznie biały las. — Z całą rodziną wędrowaliśmy zimą po lesie. Wyglądał jak zaczarowany. Mama przygotowywała herbatę w termosie. Nawet przy dużym mrozie chodziło się po trzy - cztery godziny. Jeździłam też na łyżwach po jeziorze. Oczywiście, teraz nikomu tego nie polecam, ale kiedyś, przy tak niskich temperaturach lód był nie do złamania. Jedynie czego miło nie wspominam, to jak mama przed wyjściem na mróz smarowała mi twarz wazeliną. Świeciłam się jak bombka — wspomina ze śmiechem.

Martyna, internautka: — Pamiętam taką zimę, kiedy były zaspy po samą szyję. Chodziłam wtedy do szkoły. Raz jechałam autem z wujkiem z Olsztyna do domu. Zakopaliśmy się podczas drogi, a był jeszcze kawałek do domu. Musiałam w środku nocy dalej iść na piechotę i zawołać pomoc. Traktor wyciągał auto z zasp i... też się zakopał. Tyle było śniegu! Jest co wspominać.

Synoptycy zapowiadają, że w najbliższych dniach czekają nas temperatury dodatnie. Dziś w Olsztynie popada i będzie wiał silny wiatr. W sobotę czeka nas słoneczny dzień. Temperatura wyniesie 2 stopnie Celsjusza. Opadów śniegu możemy się spodziewać od niedzieli, ale nie ma nadziei, żeby się utrzymał, bo temperatury przez kolejny tydzień będą dodatnie.

Fot. Arch. prywatne

eprasa.pl b7b7fc9e3f

# JAK CHRONIĆ DZIECI PRZED PIĄTĄ FALĄ?

GDY WYBUCHŁA PANDEMIA, MOGLIŚMY BYĆ SPOKOJNI O DZIECI. ALE IM DALEJ W LAS, TYM TRUDNIEJ ZE ZDROWIEM NAJMŁODSZYCH. CORAZ WIĘCEJ ZAKAŻONYCH TRAFIA DO SZPITALI. SZCZEGÓLNIE ZAKAŹNA DLA DZIECI OKAZAŁA SIĘ DELTA. A W NATARCIU JEST OMIKRON...

**ADA ROMANOWSKA**
a.romanowska@gazetaolsztynska.pl

Od początku pandemii w Polsce na COVID-19 zmarło już ponad 100 tysięcy osób. To niemal najgorsze dane w całej Europie. Liczba nowych zakażeń wciąż utrzymuje się na wysokim poziomie. To, ile osób codziennie umiera, też niepokoi. Rosną zakażenia u dzieci. Na początku pandemii uważano, że dzieci chorują na COVID-19 dużo rzadziej niż dorośli. Od kilku tygodni te statystyki wyglądają zupełnie inaczej. Coraz więcej dzieci otrzymuje pozytywny wynik testu na koronawirusa. Większość przechodzi infekcję łagodnie, ale niestety, z miesiąca na miesiąc przybywa w szpitalach także małych pacjentów w ciężkim stanie. W grudniu w szpitalu dziecięcym w Olsztynie zmarł 15-latek zakażony wirusem SARS-CoV-2. Był to pacjent z wieloma bardzo ciężkimi schorzeniami występującymi od urodzenia. Nie był zaszczepiony. Pomimo intensywnego leczenia, nie udało się uratować chłopca.

Z kolei pod koniec grudnia w Gdańsku po zarażeniu SARS-CoV-2 pod respiratorem leżał 10-latek.

### Największe kłopoty po zakażeniu

Dr Paweł Grzesiowski, pediatra, immunolog i ekspert Naczelnej Rady Lekarskiej ds. walki z COVID-19 zwraca uwagę, że sytuacja jest trudna.

— To jest coś, czego nie widzieliśmy rok temu. Dzieci były w dużo lepszej sytuacji. W tej chwili oddziały pediatryczne są pełne przypadków dzieci, które mają ciężki przebieg COVID. Wirus doskonali możliwości zakażania wszystkich grup wiekowych, dlatego dzieci, które mogą być szczepione, powinny być jak najszybciej zgłaszane do szczepień — podkreśla lekarz. Jednocześnie zwraca uwagę, że zakażenie to jedno, a walka o zdrowie po zakażeniu to drugie. Zwraca uwagę na 16-letniego chłopca, który walczy z powikłaniami po chorobie, z tzw. long covid.

— Chłopak uczęszczał do szkoły sportowej, był w świetnej formie fizycznej. COVID-19 przeszedł „umiarkowanie". Ale największe kłopoty zaczęły się dopiero po ustąpieniu choroby. Od lipca chłopak cierpi na zespół przewlekłego zmęczenia, apatię, brak koncentracji, bóle głowy oraz napadową tachykardię. Z powodu tych dolegliwości musiał zrezygnować z treningów — podkreśla dr Paweł Grzesiowski.

### Wirus ma potencjał

Czwarta fala epidemii mocno uderzyła w dzieci. Obecnie stanowią nawet jedną czwartą wszystkich chorych. To ogromny skok i ewidentnie efekt wariantu Delta, który wywołuje zakażenia u dzieci znacznie częściej niż poprzednie warianty. I niestety, dotyczy to także zjawiska long covid. Wirus ma również ogromny potencjał uruchamiania autoprzeciwciał, co może przełożyć się w przyszłości na występowanie różnych chorób autoimmunologicznych, jak te krótkoterminowe — zapalenie wielonerwowe Guillain-Barre czy zapalenie mięśnia sercowego, jak i odległe: jak cukrzyca typu I, łuszczyca, toczeń trzewny czy PIMS.

To ostatnie powikłanie polega na uogólnionym stanie zapalnym, który uszkadza różne tkanki i narządy, czego skutkiem są typowe objawy: wysoka gorączka oraz cechy uszkodzenia różnych narządów. PIMS może też doprowadzić do niewydolności serca dziecka. W Polsce najczęściej PIMS objawia się wysypką, zapaleniem spojówek, a także objawami z przewodu pokarmowego: biegunką, wymiotami, bólem brzucha. Dziecko wygląda na ciężko chore, czuje się coraz gorzej każdego dnia. Do szpitala dzieci te trafiają najczęściej między czwartą a szóstą dobą objawów. Na szczęście to powikłanie, które trudno przeoczyć, więc dzieci trafiają pod opiekę lekarza najczęściej na czas.

Do tej pory w Polsce zarejestrowano ok. 500 przypadków PIMS. Pierwszą, bardzo wysoką falę PIMS mieliśmy na przełomie listopada i grudnia 2020 roku. Później była druga fala, zimowo-wiosenna. Jak podaje Puls Medycyny, w tej chwili jesteśmy na początku kolejnej fali PIMS w Polsce. Trudno jednak przewidzieć, jakie będą jej rozmiary.

Fot. pixabay.com

Zgodnie rozporządzeniem Ministra Zdrowia szczepienia mogą być realizowane już od piątego roku życia

> Objawy, które mogą świadczyć o tym, że dziecko ma COVID-19 to m.in. gorączka, kaszel, ból gardła, czy ból głowy. Można je pomylić ze zwykłym przeziębieniem. Pojawiają się też: utrata węchu, smaku, nudności, wymioty, bóle brzucha, biegunka, bóle mięśni, zmęczenie, zmiany skórne, zapalenie krtani i zapalenie zatok.

### Ciasno w szpitalach

Na oddziałach pediatrycznych odnotowuje się rekordowe liczby hospitalizacji. To są dzieci zarówno z obciążeniami, jak i wolne od nich, zupełnie dotychczas zdrowe, które chorują na COVID-19 bardzo ciężko.

Teraz dzieci miały przerwę w nauce stacjonarnej, bo wróciły do szkół w poniedziałek, więc zakażeń notuje się mniej. Ale może to być bomba z opóźnionym zapłonem. Bo rozprzestrzenia się wariant Omikron. A dzieci tak samo mocno „roznoszą chorobę" jak dorośli. Najmłodsi są spontaniczni i niezwykle trudno im utrzymać reżim sanitarny w szkole. Nie noszą maseczek i nie zachowują dystansu. Poza tym jest to grupa, która bardzo transmituje wirusa, a jest jeszcze mało wyszczepiona.

— Nastąpiło rozluźnienie i powróciliśmy do bardzo złych nawyków. Przyzwalamy na to, że dziecko trochę chore może iść do żłobka, przedszkola i szkoły. Przez to dzieci szybko się od siebie zarażają. Dlatego mamy dziś masową skalę zachorowań. Dzieci mają też słabszą odporność niż dorośli, dlatego tak „wszystko szybko łapią". Odporność również musi dojrzeć, z wiekiem staje się coraz lepsza — zauważa lek. Sławomir Ogórek z Poradni Medycyny Rodzinnej. — Covid nauczył nas, że trzeba się izolować. I tak samo robić trzeba przy infekcjach rożnego typu. Rodziców to złości, bo dziwią się, że z zakatarzonym dzieckiem muszą siedzieć przez tydzień w domu. Ale dzięki temu u dziecka nie rozwinie się infekcja i przede wszystkim nie zarazi innych. Oczywiście zachęcam do szczepień, które uchronią przed ciężką chorobą oraz powikłaniami. Zgodnie z ostatnim rozporządzeniem Ministra Zdrowia szczepienia mogą być realizowane już od piątego roku życia.

Szczepienie przeciw COVID-19 chroni dzieci również przed PIMS nawet w 91 proc.

— Żadne zaszczepione dziecko nie trafiło z powodu PIMS na reanimację. To jest dla pediatrów bardzo ważna informacja — twierdzi prof. Leszek Szenborn, kierownik Katedry oraz Kliniki Pediatrii i Chorób Infekcyjnych Uniwersyteckiego Szpitala Klinicznego we Wrocławiu. — Bez szczepień dzieci nie da się zatrzymać epidemii COVID-19.

### Minister uspokaja

Powrót dzieci do szkoły nastąpił zgodnie z planem 10 stycznia. Nikt nie może mieć jednak pewności, jak długo dzieci będą się uczyć, zanim trafią na kwarantannę. Czy jest się zatem czego obawiać?

— Niezmiennie nauka stacjonarna jest nam ogromnie potrzebna — i uczniom, i rodzicom, i nauczycielom, dlatego cieszę się, że dziś możemy wracać do trybu stacjonarnego — twierdzi Przemysław Czarnek, minister edukacji i nauki. Zauważa też, że szkoły i kontakty okołoszkolne nie są szczególnie dużym źródłem nowych zakażeń. — Jeśli to przeliczyć na wszystkie przypadki, to 3 proc. pochodzi ze szkół. Nie twórzmy atmosfery, że to dzieci są szczególnym wektorem zakażeń.

KONDOLENCJE

Pani

**Halinie Zaborowskiej-Boruch**

Zastępcy Prezydenta Olsztyna

wyrazy głębokiego współczucia
i słowa wsparcia po stracie

**Brata**

składają
Kierownictwo i Pracownicy
Urzędu Miasta Olsztyna

14422opb1-a-M

eprasa.pl b7b7fc9e3f

# SPRAWA KULAWEGO WRACA NA WOKANDĘ

KTO NIE SŁYSZAŁ O JEDNYM Z NAJDŁUŻSZYCH I NAJDROŻSZYCH PROCESÓW POLSKIEGO SĄDOWNICTWA? SPRAWA JANA R. ZNANEGO ZE STWORZENIA GROŹNEJ GRUPY PRZESTĘPCZEJ CIĄGNIE SIĘ OD 2006 ROKU, A W 2022 ZNÓW WRACA NA WOKANDĘ. ROZPRAWA ODBĘDZIE SIĘ W KWIETNIU.

**KAMILA KORNACKA**
k.kornacka@dziennikelblaski.pl

Kisielice. Miasteczko w powiecie iławskim położone nad Gardęgą zamieszkuje nieco ponad dwa tysiące mieszkańców. Jeden z domów należy do Jana R., pozornie idealnego obywatela, zasiadającego w radzie miejskiej i komisji do spraw bezpieczeństwa rolnika, który ma własną masarnię i spory majątek. Pieniędzmi zdarza mu się nawet dzielić z potrzebującymi rodzinami, a wielu mieszkańców Kisielic sporo mu zawdzięcza.

Mężczyzna w latach osiemdziesiątych uległ wypadkowi, który spowodował paraliż dolnych partii ciała, uniemożliwiając mu samodzielne poruszanie się. To jednak nie przeszkodziło Janowi w tym, by jakoś w okolicach 1998 wraz ze swoją żoną Elżbietą stanął na czele grupy przestępczej zajmującej się przemytem papierosów. Wkrótce ich działalność rozszerzyła się o handel alkoholem i środkami odurzającymi, które spod Iławy miały trafiać między innymi do Danii, Niemiec, Norwegii i Szwecji.

Ale to nie wszystko. „Kulawy" i jego ludzie zajmowali się też kradzieżami samochodów i wyłudzaniem odszkodowań komunikacyjnych na podstawione osoby. Tak zwane słupy stanowiły najczęściej właśnie te osoby, które były Janowi R. coś winne.

SZAJKĘ „KULAWEGO" TWORZYLI GŁÓWNIE MŁODZI MĘŻCZYŹNI W WIEKU OD 20 DO 30 LAT, BEZ MRUGNIĘCIA OKIEM WYKONUJĄCY JEGO POLECENIA. TO PRZEDE WSZYSTKIM ICH RĘKAMI KARAŁ TYCH, KTÓRZY W JAKIŚ SPOSÓB MU SIĘ SPRZECIWIALI.

A kary te bywały okrutne – ściskanie palców kombinerkami, wbijanie pod paznokcie igieł i szpilek, bicie po piętach, a nawet przewiercanie kości.

Niektórzy przypuszczają, że właśnie takim torturom poddawani byli przed śmiercią dwaj biznesmeni ze Szczecina, z którymi „Kulawy" prowadził przez jakiś czas interesy związane z przemytem papierosów. Kiedy zaczęli podejrzewać, że Jan R. oszukał ich na sporą sumę, postanowili odwiedzić go w Kisielicach. Ostatnia wiadomość, którą jeden z nich przekazał żonie, mówiła o tym, że sytuacja wymyka się spod kontroli. Później kontakt zarówno z Jerzym O., jak i Stanisławem B. bezpowrotnie się urwał.

Mężowie nie wracali, ale żony, nie chcąc, by ujawniono, że ich partnerzy są związani z nielegalnym biznesem, zwlekały z poinformowaniem odpowiednich służb o ich zaginięciu. Poszukiwania początkowo prowadziły na własną rękę. Miały nawet udać się do Kisielic, a życie uratowało im prawdopodobnie to, że w mieście „Kulawego" pojawiły się przed umówioną godziną.

Wreszcie 2 czerwca 2003, poważnie już martwiąc się o swoich bliskich, postanowiły zgłosić się na policję, tłumacząc, że ich mężowie pojechali do Jana R. w sprawie kupna samochodu. „Kulawy" w rozmowie z policjantami przyznał, że Jerzy O. i Stanisław B. faktycznie u niego byli, ale zaraz po rozmowie mieli ruszyć w drogę powrotną.

Fot. Ryszard Biel

Sprawa Jana R. ciągnie się od 2006 roku, a teraz znów wraca na wokandę

Przypadek chciał, że synowie zaginionych, rozwieszając w Malborku plakaty z wizerunkiem poszukiwanych, zauważyli na jednej z tamtejszych stacji benzynowych samochód wyposażony w charakterystyczne felgi – identyczne posiadało auto, którym biznesmeni udali się do Kisielic. Dzięki rozmowie z kierowcą udało się ustalić, w jakim warsztacie je kupił. Okazało się, że faktycznie trafił tam wóz, który miał zostać zniszczony i zatopiony, ale mechanicy postanowili wymontować i sprzedać sporo warte reflektory i wspomniane felgi. Wkrótce z dna rzeki wyłowiono spalony wrak samochodu, ale nie znaleziono w nim ciał zaginionych mężczyzn.

Latem 2003 generał Adam Rapacki powołał specjalny zespół składający się z iławskich policjantów i funkcjonariuszy Centralnego Biura Śledczego z Gdańska, Olsztyna i Szczecina, którym przyświecał jeden cel – rozpracowanie gangu „Kulawego".

Już 19 listopada 2003 podejrzany o kierowanie groźną grupą przestępczą Jan R. został zatrzymany w swoim domu przy ul. Nadjeziornej w Kisielicach. Na miejscu zabezpieczono kilka sztuk broni palnej, amunicję i osiem kilogramów materiałów wybuchowych. Niespełna rok później – 5 października 2004 zatrzymana została również żona mężczyzny — Elżbieta R. – podejrzewana o współkierowanie gangiem.

Dotychczas obawiający się o swoje życie świadkowie, wreszcie zaczęli zeznawać, a Jan R. usłyszał aż 32 zarzuty, między innymi te dotyczące kierowania zorganizowaną grupą przestępczą o charakterze zbrojnym i zorganizowaniem zabójstwa Jerzego O. i Stanisława B., których ciał do dziś nie odnaleziono, mimo przeszukania licznych lokalizacji.

19 kwietnia 2006 do Sądu Okręgowego w Elblągu wpłynął akt oskarżenia przeciwko zorganizowanej grupie przestępczej, na której czele mieli stać Jan i Elżbieta R. Na ławie oskarżonych zasiadło jeszcze kilkanaście innych osób. We wrześniu do procesu jako oskarżyciel posiłkowy włączyła się żona zaginionego Stanisława B.

Proces ruszył i miał trwać przez kolejnych pięć lat. Jan R. skutecznie wydłużał go, wykorzystując kruczki prawne – nie godząc się na przykład na zaliczenie niektórych akt sprawy w poczet dowodów bez ich odczytywania, zmusił sąd do odczytywania tysięcy stron dokumentów. Koszty procesu wciąż rosły – mężczyzna ze względu na swój stan zdrowia mógł przebywać na sali sądowej tylko przez kilka godzin i to w asyście ratowników medycznych, leżąc na specjalnym łóżku.

Jego zachowanie wzbudzało kontrowersje – w sądzie ubliżał wszystkim dookoła, miał też dowiedzieć się od skorumpowanego policjanta, jak nazywa się prowadząca czynności w jego sprawie funkcjonariuszka CBŚ i zapowiadać, że wybije jej rodzinę do dwudziestego pokolenia.

Swoje ostatnie słowo podczas pierwszego procesu „Kulawy" wygłaszał przez tydzień, a podczas odczytywania mu dożywotniego wyroku pozbawienia wolności za kierowanie gangiem i zabójstwa dwójki biznesmenów, zasnął. Już wtedy szacowano, że organizacja procesu Jana R. kosztowała państwo prawie cztery miliony złotych.

Ale to nie był koniec. W maju 2013 gdański sąd apelacyjny uchylił wyrok w części dotyczącej zabójstw i przekazał sprawę do ponownego rozpatrzenia, utrzymując jednak orzeczenie w zakresie pozostałych przestępstw. To związane z kierowaniem zbrojnym gangiem oznaczało dla „Kulawego" prawomocny wyrok 15 lat za kratami.

Pod koniec 2014 miał ruszyć kolejny proces, ale zabrakło Marcina K. – jednego z głównych oskarżonych, który stał na czele podgrupy elbląskiej. Skazany na prawie 3 lata więzienia za rozbój i znęcanie się ze szczególnym okrucieństwem i tak mógł liczyć na roczną przerwę w odbywaniu kary ze względu na zły stan zdrowia. Jeszcze w więzieniu ktoś postrzelił go bowiem w nogę. Marcin K. zapadł się pod ziemię i dopiero w maju 2015 za pośrednictwem swojego pełnomocnika przekazał, że weźmie udział w rozprawie, o ile cofnięta zostanie decyzja o jego tymczasowym zatrzymaniu. Wpłacił nawet 200 tysięcy poręczenia majątkowego i faktycznie decyzję cofnięto, nadal był jednak poszukiwany na podstawie europejskiego nakazu aresztowania.

Proces ruszył w lipcu 2015 i dopiero 31 maja 2017 Sąd Okręgowy w Elblągu ponownie skazał „Kulawego" za zorganizowanie zabójstw, ale nie na dożywocie, a na 25 lat więzienia – poszlaki okazały się bowiem niewystarczające, by można było zastosować najsurowszą karę. Marcin K. dostał 10 lat, a pozostała dwójka oskarżonych o uprowadzenie Stanisława B. i Jerzego O. po osiem.

Jak się okazuje, sprawa „Kulawego" jeszcze się nie zakończyła i wróci do Elbląga już w kwietniu tego roku. Do tematu powrócimy.

eprasa.pl b7b7fc9e3f

# JAK ŚCIĄGA POMOGŁA PIŁKARZOM

WŚRÓD ŻYCZEŃ, JAKIE OTRZYMAŁEM Z OKAZJI ŚWIĄT BOŻEGO NARODZENIA I NOWEGO ROKU, BYŁY NADESŁANE PRZEZ MOICH BYŁYCH UCZNIÓW, W TYM CZŁONKÓW KABARETU ŚCIĄGA Z GIŁAW. W TYM ROKU MIJA CZTERDZIEŚCI LAT, OD KIEDY PODCZAS MUNDIALU W HISZPANII, KIEROWANY PRZEZE MNIE I NAUCZYCIELA MUZYKI RYSZARDA WIECZORKA KABARET, ŚPIEWAJĄC W TELEWIZJI PIOSENKĘ „CORRIDA", WSPIERAŁ NASZYCH PIŁKARZY.

Nasi zdobyli wówczas trzecie miejsce, a telewidzowie uznali, że zespół jako maskotka miał na to osiągnięcie magiczny wpływ. I w grudniu jedna ze stacji sportowych przypomniała ten teledysk.

Jest styczeń 1982 roku, w którym miały odbyć się mistrzostwa świata w Hiszpanii. Do Olsztyna ma przyjechać ambasador Hiszpanii w Polsce, w ramach akcji promowania mundialu. Dziecięcy kabaret Ściąga z podolsztyńskich Giław ma już na koncie spore osiągnięcia, między innymi pierwszą nagrodę w przeglądzie zespołów estradowych w Olsztynie i Srebrną Rybkę na festiwalu teatrzyków dziecięcych w Biskupcu. Zwraca się do mnie dziennikarz, dawny kolega z podwórka, Tomasz Śrutkowski z propozycją występu na konkursie wiedzy o Hiszpanii, gdzie honorowym gościem będzie ambasador. — Macie w repertuarze coś o piłce? – pyta.

— Nie, ale mogę napisać z panem Wieczorkiem taką piosenkę, a będzie się to wiązało z mundialem — odpowiadam. I tak powstaje tekst o polskiej krowie, która wybiera się do Hiszpanii, aby promować polskie mleko i zarazem wspierać swoim dopingiem naszą drużynę narodową. Zaprezentowana w Olsztynie piosenka tak się podoba, że Tomasz Śrutkowski i filmowiec Janusz Ulatowski proponują nakręcenie teledysku, który mógłby wziąć udział w ogólnopolskim konkursie o tematyce mundialowej. Teledysk zostaje nakręcony w Giławach, na polu Marii Kręciejewskiej z „udziałem" jej poczciwej krasuli. Dzieci ze Ściągi występują w strojach zakupionych przez Stanisława Szozdę, wójta Purdy.

### Mijają dni, a tu nic

— Zostaliśmy „nakręceni", teledysk wysłano do Warszawy, czekamy na odzew – wspomina lider kabaretu Darek Wieczorek, syn Ryszarda. – Mijają dni, zaczyna się mundial, a tu nic. Nagle, przed meczem fazy grupowej z Peru woła mnie mama: „Darek, jesteście w telewizji!" Po meczu 22 czerwca 1982 roku, który wygrywamy 5:1 redaktor Jacek Żemantowski dzwoni do Tomka i mówi, że nadeszło do studia mnóstwo telefonów z prośbą, żeby piosenkę powtórzyć przed kolejnym meczem w grupie, bo przyniosła naszym szczęście. W kolejnym „meczu ze Ściągą" wygrywamy z Belgią 3:0, wszystkie bramki strzela Boniek. I znowu telefony od widzów z prośbą o piosenkę, bo tu kolejny sprawdzian w grupie, mecz z ZSRR. Na ten mecz zostajemy zaproszeni do studia do Warszawy, żeby pomóc naszym „na żywo". Wszędzie Ściąga jest rozpoznawana, a zaczyna się to już w pociągu, gdzie na życzenie podróżnych dzieciaki śpiewają „Corridę". Noc spędzamy w hotelu ZNP, gdzie zakwaterowani są również zomowcy. I oni nas też rozpoznają. Na godzinę przed meczem jesteśmy na Woronicza przed gmachem telewizji. Widzimy przed budynkiem transportery opancerzone, a w środku wojsko, bo przecież trwa stan wojenny. Czekamy, dzieciaki

Fot. archiwum prywatne

Rok 1982, kabaret Ściąga w telewizji

Ryszard Wieczorek na jednym z występów

jedzą w bufecie ciastka, my pijemy kawę, po czym zostajemy zaproszeni na plan. Spotkanie z największą widownią w Polsce trwa może z pięć minut. Kilka grzecznościowych słów ze strony dziennikarzy z pytaniami, gdzie leżą te Giławy (dzieci opowiadają z dumą, że na Warmii), coś o wsi, w jakich okolicznościach powstała piosenka i jaki wynik przewidujemy. Remis 0:0 z ZSRR w meczu, który oglądamy w towarzystwie żołnierzy wystarcza, żeby wyjść z grupy. Wracamy do Olsztyna obdarowani trzema mundialowymi piłkami z autografami Kazimierza Górskiego i Jana Tomaszewskiego, wcześniej podziwiając Warszawę z tarasu Pałacu Kultury, gdzie dzieci z Giław śpiewają na prośbę jednej z wycieczek „Corridę". W Olsztynie spóźniamy się na autobus do Giław, dzieci nocują więc u mnie w domu. W nocnym sklepie kupuję dla nich pięć bochenków chleba. Niestety potem, jeśli chodzi o mundial, było nieco gorzej, bowiem w kolejnym meczu Polacy przegrali z Włochami 0:2. W drużynie nie wystąpił jednak zawieszony za żółte kartki Boniek. „Bez Bońka i Ściąga nie pomogła!" – pisze w „Gazecie Olsztyńskiej" Tomek Śrutkowski. Okazuje się jednak, że dalej pomaga, bo wygrywamy w meczu o trzecie miejsce z Francją 3:2. „Ściąga" ze swoją piosenką triumfuje.

— TEN MECZ I NASZĄ PIOSENKĘ OGLĄDAŁAM U KOLEŻANKI – WSPOMINA CZŁONKINI KABARETU GRAŻYNA BOGUSKA.

Zabawa trwała w najlepsze. Do szkoły nadeszło 3,5 tysiąca listów, ukazały się reportaże między innymi w radiu i w prasie: „Głosie Nauczycielskim", „Świecie Młodych", „Przeglądzie Sportowym". Od kilku sponsorów dostaliśmy sprzęt piłkarski i do ćwiczeń gimnastycznych. A potem kabaret ruszył z występami w Polskę. Z czasem wszystko ucichło. Dzisiaj szkoła w Giławach już nie istnieje. W dziesięć lat później spotkali się w jej murach członkowie dawnego kabaretu. Relacjonowało to olsztyńskie radio. Telewizja zachowała w swoim archiwum „Corridę" i od czasu do czasu emituje ją na antenie.

### Większość wyjechała

A co stało się z tamtymi dziećmi ze „Ściągi"? Większość z nich, z rodzin warmińskich wyjechała. Mają już swoje dzieci. Rzadko zaglądają do Giław, bo poza nielicznymi znajomymi nie mają już żadnych krewnych, chyba że na cmentarzu. Korespondują ze sobą i ze mną na portalach społecznościowych, dzielą się sukcesami. Darek Wieczorek (jak niegdyś jego ojciec Ryszard) jest muzykiem, Dorota Neubaun, dzisiaj Wiśniewski, Adela Sikorska, dzisiaj Żubrzycki, Elżbieta Mazur, dzisiaj Huhn i Ewa Niedźwiecka mieszkają w Niemczech.

Teresa Murzyn, dzisiaj Wysocka, pracuje w Islandii, Bożena Cynk, dzisiaj Zink, pracuje w Szwajcarii, ale w Giławach ma dom. Grażyna Boguska, dzisiaj Perzanowska, mieszka w Grzegrzółkach, gmina Pasym. Bożena Makowska, dzisiaj Szewczuk — w Rumii na Pomorzu. Nie są mi znane losy Magdaleny Bohun. W tragicznym wypadku zginęła Elżbieta Makowska. Nie żyje też Ryszard Wieczorek. A w sumie przez sześć lat istnienia zespołu przewinęło się 60 uczniów. „Dzięki występowi w telewizji mogliśmy zwiedzić pół Polski. To były fajne czasy, wielka przygoda!" – pisze do mnie ze Szwajcarii Bożena Zink, która zamierza w przyszłości osiąść na stałe w Giławach.

**WŁADYSŁAW KATARZYŃSKI**

Darek, jak jego ojciec, pasjonuje się muzyką

Rok 1982. Zdjęcia z reportażu o zespole w „Gazecie Olsztyńskiej"

eprasa.pl b7b7fc9e3f

# TEATR, BANER, POLITYKA

DZIAŁACZE PIS Z OLSZTYNA UWAŻAJĄ, ŻE DYREKTOR OLSZTYŃSKIEGO TEATRU IMIENIA STEFANA JARACZA ZAMIAST KULTURĄ, ZAJĄŁ SIĘ POLITYKOWANIEM. TAK ODBIERAJĄ BANER, KTÓRY ZAWISŁ NAD WEJŚCIEM DO TEATRU. DLATEGO CHCĄ POWIESIĆ TAKŻE SWÓJ.

**KAROL GROSZ**
k.grosz@gazetaolsztynska.pl

Sporny baner zawisł nad wejściem do teatru po świętach Bożego Narodzenia. Na czarnym tle białymi literami napisano na nim: „Nie było dla nich miejsca w gospodzie". Jest to cytat z Ewangelii, ale zdaniem części mieszkańców Olsztyna nie o religię tutaj chodzi, ale o politykę. Tego zdania są też działacze olsztyńskiego PiS, którzy wczoraj zorganizowali konferencję w tej sprawie. Zdaniem Jerzego Szmita, przewodniczącego olsztyńskiego okręgu PiS, dyrektor teatru cytat potraktował instrumentalnie, a sam baner zawiera w sobie jednoznaczny i antyrządowy przekaz polityczny.

— Od momentu objęcia przez Zbigniewa Brzozę stanowiska dyrektora Teatru im. Stefana Jaracza w Olsztynie, na frontonie Teatru są umieszczane transparenty o charakterze społecznym i politycznym. Z treści na nich zamieszczanych oraz sposobu ich prezentowania wnosimy, że nie mają one ambicji artystycznych, ale stanowią przejaw uczestnictwa w dyskursie politycznym toczonym w Polsce — mówił Jerzy Szmit na konferencji prasowej zorganizowanej przed teatrem.

DZIAŁACZE PIS UZNALI, ŻE NA BUDYNKU TEATRU POWINIEN ZAWISNĄĆ BANER W SPOSÓB JEDNOZNACZNY WSPIERAJĄCY POLSKICH ŻOŁNIERZY, KTÓRZY WSPOMAGAJĄ TERAZ POGRANICZNIKÓW W OCHRONIE NASZEJ GRANICY Z BIAŁORUSIĄ.

Przypomnijmy, że służą tam także nasi żołnierze z 16. Dywizji Zmechanizowanej, której dowództwo mieści się w Olsztynie.

W związku z tym, lokalni działacze PiS zwrócili się do zarządu teatru o zgodę na zamieszczenie na froncie budynku baneru z napisem „Murem za polskim mundurem". Jerzy Szmit wystosował w tej sprawie pismo do dyrektora Zbigniewa Brzozy. Czytamy w nim, że przez zawieszenie tego banera „dyrekcja teatru (tak jak całe olsztyńskie środowisko teatralne) będzie mogła w ten sposób wyrazić obrońcom polskich granic głęboką wdzięczność za zapewnienie nam bezpieczeństwa i warunków do normalnego życia i pracy".

Fot. Karol Grosz

— Od momentu objęcia przez Zbigniewa Brzozę stanowiska dyrektora Teatru im. Stefana Jaracza w Olsztynie, na frontonie teatru są umieszczane transparenty o charakterze społecznym i politycznym — mówił Jerzy Szmit na konferencji prasowej zorganizowanej przed teatrem.

PiS zobowiązał się także do pokrycia kosztów związanych z wykonaniem, zawieszeniem i potem usunięciem banera.

Zdaniem Bożeny Ulewicz, radnej wojewódzkiej PiS, treści polityczne pojawiały się tam już wcześniej. — Kiedy na froncie teatru pojawił się czarny, mroczny napis „Stop nienawiści", to w niczym nie przeszkadzało to dyrekcji w zwalnianiu aktorów i wdawaniu się w procesy z działaczami Solidarności — mówiła radna Bożena Ulewicz.

Oprócz napisu na drzewcach od flag zawieszono koce termiczne. Zdaniem obecnego na konferencji Sławomira Jóźwiaka ze stowarzyszenia Warmia Underground jest to jasne odwołanie do sytuacji na granicy polsko-białoruskiej. Społecznik na schodach teatru stwierdził, że chętnie weźmie udział w zbiórce na rzecz ośrodka dla uchodźców w Kętrzynie, gdzie te koce powinny trafić. Jego zdaniem takie propagowanie swoich poglądów w instytucjach publicznych jest niedopuszczalne i nie powinno mieć miejsca, a rzeczy, które mogą przydać się uchodźcom, powinny zostać przekazane do specjalnych ośrodków pomocy.

Lokalni działacze swoje pismo złożyli w sekretariacie. Odbierająca je pracownica przekazała, że dyrektor odpowie na nie w najszybszym możliwym terminie.

Zapytaliśmy przewodniczącą Sejmiku Województwa Warmińsko-Mazurskiego Bernadetę Hordejuk jakie ma stanowisko wobec napisów pojawiających się na froncie teatru oraz czy baner proponowany przez Jerzego Szmita powinien pojawić się obok zawieszonego przez Zbigniewa Brzozę.

— NIE MIESZAŁABYM KULTURY DO POLITYKI. NIESTETY, OSTATNIMI CZASY WSZYSTKO JEST MIESZANE Z POLITYKĄ KRAJOWĄ, CO — JAK WIDZIMY — NIESTETY ODBIJA SIĘ NA POLITYCE LOKALNEJ.

Oceniając chęć powieszenia tego baneru, o którym mówi pan Jerzy Szmit, myślę, że jest to po prostu happening. Próba zaistnienia i pokazania czegoś. Nie wiem czego, i nie wiem czemu miałoby to służyć — powiedziała nam Bernadeta Hordejuk.

REKLAMA

**komunikat**

**Sąd Rejonowy w Elblągu**
**V Wydział Gospodarczy**
**Sekcja ds. Upadłościowych i Restrukturyzacyjnych**

w sprawie upadłościowej Józefa Jana Matczaka, przedsiębiorcy działającego pod firmą Zakłady Mięsne Matczak w Dąbrównie w upadłości likwidacyjnej, sygn. akt V GUp 10/12,

**zawiadamia, iż**

postanowieniem z dnia 17 grudnia 2021 roku, wydanym na posiedzeniu niejawnym, stwierdził zakończenie postępowania upadłościowego Józefa Jana Matczaka, przedsiębiorcy działającego pod firmą Zakłady Mięsne Matczak w Dąbrównie w upadłości likwidacyjnej.

**POUCZENIE**

Zgodnie z treścią art. 368 ust. 3, w zw. z art. 362 Prawa upadłościowego na postanowienie przysługuje zażalenie. Osoba uprawniona do zażalenia może je wnieść do Sądu Okręgowego w Gdańsku za pośrednictwem Sądu Rejonowego w Elblągu. Powinna je wnieść w terminie tygodnia od dnia opublikowania niniejszego obwieszczenia w Monitorze Sądowym i Gospodarczym do tutejszego sądu oraz uiścić na rachunek tutejszego sądu należną za zażalenie opłatę sądową w kwocie 200 zł (pod rygorem odrzucenia nieopłaconego zażalenia).

722see1-A -P

**przetarg**

UNIWERSYTET WARMIŃSKO-MAZURSKI W OLSZTYNIE

Wyciąg z ogłoszenia o przetargu ustnym nieograniczonym na sprzedaż nieruchomości stanowiących własność **Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie**

DGN DZIAŁ GOSPODARKI NIERUCHOMOŚCIAMI

| Nr | Nr działki nr księgi wieczystej | Pow. m² | Obręb m. Olsztyn | Szczegółowa lokalizacja | Przeznaczenie w MPZP | Cena wywoławcza netto (PLN) | Wadium (PLN) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. | **135** OL1O/00035798/7 | 1857 | 20 | ul. Stefana Okrzei 1A | Brak MPZP | 2 232 000 | 111 600 |
| 2. | **9 i 12/8** OL1O/00035151/0 | 4692 | 97 | ul. Pana Tadeusza 4A | **US3** – tereny sportu i rekreacji | 1 947 700 | 97 390 |
| 3. | **34/75** OL1O/00039688/1 | 4635 | 118 | ul. Wilczyńskiego | Teren zieleni izolacyjnej | 244 000 | 12 220 |

*** W przypadku nieruchomości zabudowanych, oznaczonych w wykazie numerami 1 i 2, podano cenę wywoławczą całej nieruchomości (grunt wraz z budynkami). W przypadku pozycji nr 2 powyższego wykazu zbywane jest prawo użytkowania wieczystego gruntu oraz własność zabudowań.**

**Przetarg odbędzie się w dniu 24 lutego 2022 r. o godz. 10.00 w Sali Posiedzeń Komisji Senackich w budynku Rektoratu ul. Oczapowskiego 2 w Olsztynie.**

1. Oferent zobowiązany jest do wniesienia wadium w formie pieniężnej (w PLN) na każdą nieruchomość oddzielnie, przelewem na rachunek Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie – Pekao SA, 08 1240 6292 1111 0011 0269 4418, w terminie **do 21 lutego 2022 r.** W tytule wpłaty należy wskazać nieruchomość będącą przedmiotem zainteresowania (numer działki ewidencyjnej zgodnie z wykazem określającym przedmiot przetargu).
2. Ze szczegółowymi informacjami na temat przetargu można zapoznać się w Dziale Gospodarki Nieruchomościami Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie, ul. Prawocheńskiego 4, pok. nr 111, 102, pod nr. tel. (089) 523-41-75, lub na stronie internetowej www.uwm.edu.pl/dgn/.
3. Ogłoszenie zostało umieszczone na tablicy ogłoszeń w Dziale Gospodarki Nieruchomościami Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie oraz na stronach internetowych www.uwm.edu.pl/dgn/ i www.bip.uwm.edu.pl.

131621otbr-a-M

eprasa.pl b7b7fc9e3f

Masz moc!

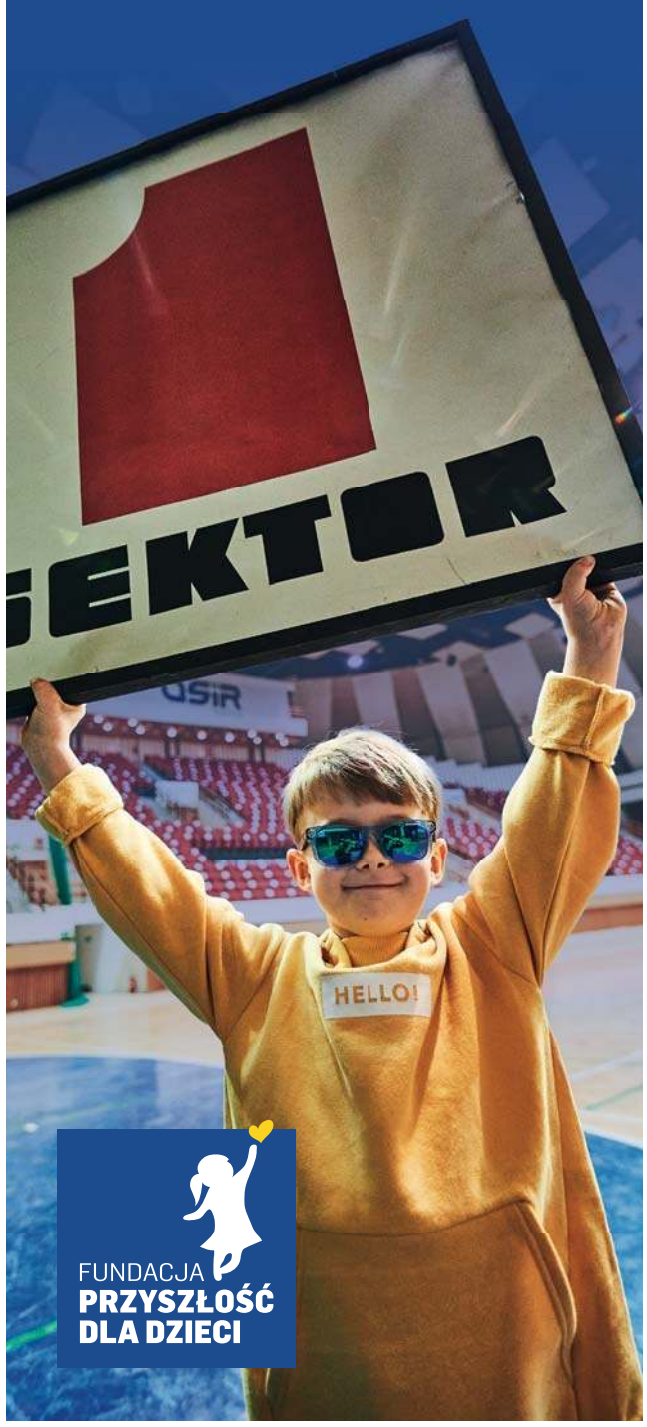
Przekaż 1% podatku

Fundacji „Przyszłość dla Dzieci”

Daj dzieciom siłę do walki z chorobą!

KRS 0000148747

www.przyszloscdladzieci.org




122otbp-D -P

# DAJMY IM LEPSZE ŻYCIE

ROZLICZAJĄC PIT ROCZNY PAMIĘTAJCIE PAŃSTWO, ŻE MOŻECIE PRZEKAZAĆ 1 PROC. PODATKU NA FUNDACJĘ „PRZYSZŁOŚĆ DLA DZIECI”, KTÓRA OPIEKUJE SIĘ CHORYMI I NIEPEŁNO-SPRAWNYMI DZIEĆMI Z TERENU NASZEGO WOJEWÓDZTWA. PRZEKAZANIE 1 PROC. DAJE SZANSĘ NA LEPSZE ŻYCIE NIEPEŁNOSPRAWNYM DZIECIOM.

JOANNA KARZYŃSKA
j.karzynska@gazetaolsztynska.pl

Rodzeństwo Wiktoria (6 lat) i Patryk (rok) są dziećmi Anny i Pawła z Giżycka. To ich małe szczęścia, które każdego dnia walczą z przeciwnościami losu i chorobami.

— Kochamy je nad życie i zrobimy wszystko, by były szczęśliwe i zdrowe — zapewniają rodzice. — Życie nie zawsze szykuje nam miłe niespodzianki. Tak było i w naszym przypadku. Dwójka chorych dzieci przewartościowała nasze życie, musieliśmy wiele zmienić, dostosować wszystko do potrzeb naszych dzieci. Nie jest łatwo, bo z tego powodu nie możemy pracować. Najważniejsze jest zdrowie dzieci.

Wiktoria do marca 2021 roku rozwijała się prawidłowo, nic nie niepokoiło rodziców ani lekarzy. Kiedy jednak rodzice zauważyli u córki objawy zmęczenia, zwiększone pragnienie oraz częstsze oddawanie moczu, udali się do lekarza. U Wiktorii zdiagnozowano cukrzycę typu 1 z kwasicą ketonową. Jedyną aktualnie dostępną formą leczenia jest intensywna insulinoterapia, polegająca na wstrzykiwaniu dawek insuliny do każdego posiłku. Ze względu na młody wiek Wiktorii, niezbędny okazał się zakup transmitera i sensora do pompy insulinowej. Te sprzęty są konieczne do dokładnego, ciągłego monitorowania glikemii. Po to, by kontrolować poziom cukru i zmniejszyć liczbę nakłuć w palec. Alarm w pompie insulinowej jest kluczowy, ponieważ pokazuje kiedy poziom cukru jest za niski. W razie potrzeby może automatycznie zatrzymać podawanie insuliny — po to, by nie dopuścić do ciężkiej, klinicznej hipoglikemii, która może doprowadzić nawet do śmierci.

— WIKTORIA CAŁY CZAS JEST POD NASZĄ BACZNĄ OBSERWACJĄ.

Spadki lub wzrost poziomu cukru zdarzyć się może o różnej porze dnia i w różnych sytuacjach — mówi Paweł, tata dziewczynki. — Człowiek czuje się bezsilny w obliczu choroby dziecka. Kiedy mała się źle czuje i mówi czasem, że nie chce już mieć tej choroby, że nie chce już mieć kolejnego wkłucia, oddałbym wszystko, żeby zabrać jej ból i chorobę. Problemem są też pieniądze, bo wszystko: leki, środki pielęgnacyjne itd. kosztuje. Staramy się, żeby córka jak najmniej odczuwała skutki choroby. Medycyna idzie cały czas do przodu i wierzymy, że kiedyś znajdzie się lek, który pozwoli jej żyć w miarę normalnie. Teraz każdego dnia boimy się o jej życie...

Refundowana jest tylko niewielka część rzeczy niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania z cukrzycą. Chociaż zestawy infuzyjne do pomp oraz pojemniki na insulinę są refundowane, to jednak dostępne są w ograniczonych ilościach. Dlatego trzeba część dokupować we własnym zakresie, a do tego dochodzą jeszcze koszty zakupu sensorów, pasków do glukometru, glukozy i środków higienicznych.

Patryk to młodszy brat Wiktorii. Chłopiec na świat przyszedł we wrześniu 2020 roku. Niestety, malec urodził się z poważną wadą układu moczowego i wodonerczem lewostronnym.

Fot. archiwum prywatne

Wiktoria jest podopieczną Fundacji „Przyszłość dla Dzieci”

Jej młodszy brat Patryk też jest pod opieką fundacji

Niedługo po narodzinach maluszek przeszedł zabieg przecięcia zastawki cewki tylnej.

— Długo czekaliśmy na drugie dziecko... Kiedy Ania zaszła w ciążę, nasza radość była ogromna— opowiada pan Paweł. — Niestety, okazało się, że chłopiec jest chory. Nie poddajemy się i walczymy o jego życie i zdrowie.

Mały Patryk musi stale przyjmować leki i regularne przechodzić badanie USG. Niedawno przeszedł również badanie scyntygrafii dynamicznej, które wykazało, że jedna z nerek jest w bardzo kiepskim stanie. W związku z tym, w lipcu 2021 roku, Patryk przeszedł kolejny zabieg. Rokowania są niepewne, ponieważ istnieje ryzyko pogorszenia się stanu nerki, która w tym momencie pracuje zaledwie w 12 proc. W przyszłości prawdopodobnie będzie usunięta. Druga nerka pracuje w 76 proc. Rodzice Patryka mają świadomość, że stan syna jest ciężki. Wiedzą, że wymaga stałego leczenia i rehabilitacji.

Rodzice zwrócili się o pomoc do naszej fundacji, bo koszty związane z leczeniem i rehabilitacją zarówno Wiktorii, jak i jej młodszego brata Patryka, wykraczają poza możliwości finansowe rodziny.

— Nasze życie kręci się teraz wokół naszych dzieci — mówią rodzice. — Nie ma nic gorszego niż patrzenie na chorobę swoich dzieci. Życie dało nam mocnego kopa, jednak nie poddamy się w walce o lepszą przyszłość i zdrowie naszych pociech. Marzymy, że nasze dzieci w przyszłości będą mogły żyć jak ich rówieśnicy. Dlatego potrzebne są środki na leczenie i rehabilitację. Bardzo dziękujemy za każdą darowiznę i przekazanie 1 procenta, bo to pomoże naszym dzieciom w przezwyciężaniu trudności — zapewniają.

TWÓJ 1 PROCENT MA MOC! MOŻE POMÓC W LECZENIU I REHABILITACJI PRAWIE 500 CHORYCH DZIECI, PODOPIECZNYCH FUNDACJI „PRZYSZŁOŚĆ DLA DZIECI”.

— Przekazując swój 1 proc. podatku, pomagasz naszej fundacji wspierać chore dzieci w leczeniu i rehabilitacji. To bardzo łatwe, nic nie kosztuje, a jest szlachetne i świadczy o świadomości potrzeb społecznych — mówi Iwona Żochowska-Jabłońska, dyrektor zarządzająca Fundacji „Przyszłość dla Dzieci”. — Prawie 500 dzieci, podopiecznych naszej fundacji czeka na Państwa pomoc. Kwota 1 proc., jako kwota przekazywana przez jedną osobę, jest małą sumą, ale bardzo ważną. Kilka czy kilkanaście złotych ofiarowanych przez wielu darczyńców składa się bowiem na sumę, dzięki której mamy szansę nieść pomoc chorym dzieciom.

Żeby przekazać 1 procent podatku, wystarczy wpisać w rozliczeniu numer KRS 0000148747. A już dziś można dokonać wpłaty na konto Fundacji „Przyszłość dla Dzieci”: 58 1240 1590 1111 0000 1453 6887

eprasa.pl b7b7fc9e3f

szynakameble
zawsze blisko ludzi

# W GRUPIE MEBLOWEJ SZYNAKA JUŻ PO RAZ 7 ZORGANIZOWANO WEWNĘTRZNĄ AKCJĘ CHARYTATYWNĄ SZYNAKA PACZKA

W Grupie Meblowej Szynaka pracownicy są jak jedna wielka rodzina, pomagają sobie nawzajem i troszczą się o siebie. Wiedzą, że codzienność to nie tylko praca, ale też budowanie koleżeńskich relacji każdego dnia. Wspólnie dzielą się radościami i wspierają w chwilach trudnych kiedy ktoś potrzebuje wsparcia i pomocy. Doskonale wiedzą, że dobry uczynek płynący prosto z serca jest w stanie odmienić cały świat osób, którym pomogą. Dzięki wzajemnemu współdziałaniu już po raz 7 zorganizowano w zakładach Grupy Meblowej Szynaka świąteczną akcję charytatywną Szynaka Paczka, polegającą na zbiórce wśród pracowników pieniędzy, za które zostały zakupione podarunki. W tym roku wsparcie otrzymały 2 rodziny pracowników, którzy znaleźli się w trudnej sytuacji materialnej. Do bohaterów świątecznej akcji powędrowały pościel, ręczniki, koce, sprzęt RTV i AGD, książki, zabawki, słodycze oraz środki czystości. Otwartymi sercami po raz kolejny udało się wywołać radość na twarzach osób, które choć o pomoc nie prosiły, tej pomocy bardzo potrzebowały. Tegoroczni bohaterowie Szynaka Paczki podczas wręczania prezentów nie kryli wzruszenia i zaskoczenia z ogromu prezentów. Na ich twarzach pojawił się uśmiech i łzy radości, będące najlepszym dowodem na to, jak ważna jest pomoc drugiemu człowiekowi. W okresie przedświątecznym zorganizowano także zbiórkę pieniędzy dla mieszkańca powiatu nowomiejskiego, który leczy się po udarze i choruje na stwardnienie rozsiane. Na domiar złego jesienne wichury zerwały dach z jego domu. Zebrane wśród pracowników środki pozwoliły zakupić Panu Wiesławowi żywność, koce, ręczniki, środki czystości i wiele innych artykułów pierwszej potrzeby. Wsparcie Fundacji Mortęskiej w postaci nowych mebli do mieszkań otrzymały 2 rodziny z miejscowości Safronka, które 1 sierpnia 2021 roku w wyniku wybuchu gazu straciły dach nad głową. Pomocą firmy objęte zostały również szpitale powiatowe w Wolsztynie, do którego trafiły meble do oddziału chirurgicznego, oraz w Iławie, którego pacjenci oddziału psychiatrycznego otrzymali upominki w postaci kubków, ręczników i środków czystości. Świąteczne paczki od firmy jak co roku otrzymali również wychowankowie Domu Dziecka w Pacółtowie k. Nowego Miasta Lubawskiego. Podarunki w postaci zabawek, gier oraz słodyczy sprawiły ogromną radość

podopiecznym i wychowawcom Domu Dziecka.

Każdego roku pracownicy Grupy Meblowej Szynaka wspierają również bezdomne zwierzęta. W ramach akcji Szynaka dla Bezdomnego Zwierzaka wspomagane są schroniska dla zwierząt zlokalizowane w miastach, w których funkcjonują zakłady Grupy Meblowej Szynaka. W tym roku wsparciem objęto stowarzyszenie Psia Przystań w Lidzbarku Welskim, któremu przekazano dziesiątki kilogramów suchej i mokrej karmy, koce, ręczniki i wiele innych potrzebnych rzeczy.

– Od powstania firmy Szynaka-Meble minęło 65 lat. Przez ten czas zmieniły się trendy, technologie, materiały i potrzeby światowego rynku. Mimo upływu czasu jedno w naszej firmie pozostało niezmienne w Grupie Meblowej Szynaka od pokoleń liczą się przede wszystkim ludzie. Nasze zakłady są ważną częścią lokalnej społeczności, w której wyrastaliśmy, funkcjonujemy i z której wywodzą się nasi pracownicy i ich rodziny. Tworzymy wspólnie jeden organizm, w którym każdy odpowiada za jego rozwój i funkcjonowanie. Bycie największym pracodawcą w województwie nakłada na nas szczególną odpowiedzialność. Prowadząc biznes, każdego dnia wywiązujemy się z roli wiarygodnego przedsiębiorcy i pracodawcy, członka społeczności lokalnej oraz dobrego sąsiada. Nasza odpowiedzialność nie kończy się na bramach naszych firm. Jesteśmy świadomi wpływu, jaki wywieramy na społeczeństwo, środowisko i gospodarkę. Płacimy podatki, by lokalne samorządy i instytucje mogły się rozwijać. Wspieramy kulturę, służbę zdrowia, straż pożarną, domy dziecka, naukę, sport i wiele innych dziedzin życia społecznego. Jesteśmy dumni, że działając globalnie, kreujemy przyszłość nie tylko naszych pracowników i naszych firm, ale przede wszystkim lokalnych miast, województwa i całego kraju. Cieszymy się, że nasi pracownicy tak chętnie angażują się w prowadzone w naszej firmie wewnętrzne i zewnętrzne akcje charytatywne. To namacalny dowód koleżeńskich więzi, jakie istnieją w naszej pracowniczej rodzinie. Takie działania pozwalają nam się jednoczyć i nieść pomoc potrzebującym. Świadomość tego, że wspólnie zrobiliśmy coś wartościowego dla innych, sprawia nam wiele radości i motywuje do dalszej pracy i dalszego działania – powiedział Michał Szynaka, Dyrektor Marketingu Szynaka-Meble Sp. z o.o.

822otbs-B -P

eprasa.pl b7b7fc9e3f

# KOBIETY MUSZĄ WIERZYĆ W SWOJĄ MOC

TROCHĘ Z PRZYMRUŻENIEM OKA, TROCHĘ Z DYSTANSEM, ALE PRZEDE WSZYSTKIM Z OLBRZYMIĄ ENERGIĄ I RADOŚCIĄ: TAK KATARZYNA ZARECKA NA INSTAGRAMIE OPISUJE SWÓJ SPORTOWY ŚWIAT. KTO BY POMYŚLAŁ, ŻE ZANIM WSKOCZY W WYGODNE LEGGINSY ROBI COŚ ZUPEŁNIE INNEGO?

**ALEKSANDRA TCHÓRZEWSKA**
a.tchorzewska@gazetaolsztynska.pl

Ćwiczy z ciężarkami, morsuje, a do pracy zabiera zdrowe i dietetyczne jedzenie. — Praca urzędnicza oznacza siedzenie w jednym miejscu, więc tego ruchu jest mało. A poza tym trzeba odreagować, bo nasi klienci są raczej niezadowoleni. Telefony są zazwyczaj z pretensjami i zarzutami. Pochwały raczej się nie zdarzają — opowiada Katarzyna Zarecka, urzędniczka z Olsztyna, która po godzinach prowadzi energetyczny profil na Instagramie@fit/_biurwa. Kolejnym aspektem jest zdrowie. I to, że mam 5-letniego synka, który na miejscu za długo nie usiedzi. Więc muszę za nim nadążyć!

Pani Kasia konto na Instagramie ma od wielu lat, ale początkowo nie był to kanał za pomocą którego docierała do innych. Wszystko zmieniło się podczas lockdownu.

— Kiedy siedziałam w domu z synem, stwierdziłam, że tak nie może być. Że trzeba coś robić. I jak tak będziemy wszyscy siedzieć na tej kanapie, to popadniemy w depresję. Pomyślałam, że warto ruszyć i siebie, i innych. Można przecież ćwiczyć oglądając telewizję np. na stepperze albo samodzielnie robić trening. Albo ćwiczyć na hula hop. Nie każdy ma warunki lokalowe czy finansowe, dlatego zaczęłam proponować aktywności na miarę możliwości każdego. Warto dotlenić się i zresetować. Każda aktywność fizyczna jest dobra. I może pomóc na smutki — przekonuje.

Właśnie podczas wybuchu pandemii @fit/_biurwa nabrała rozpędu. Nasza rozmówczyni zaczęła zdobywać coraz więcej obserwatorów. Jej partner kibicował jej działaniom.

— DAREK, MÓJ PARTNER, JEST MOIM PRZYJACIELEM, KTÓRY MNIE WSPIERA I MOTYWUJE DO DALSZYCH DZIAŁAŃ. NA INSTAGRAMIE DOSTAJĘ MNÓSTWO WIADOMOŚCI OD KOBIET, KTÓRE ŻALĄ SIĘ, ŻE NIE MAJĄ WSPARCIA ZE STRONY PARTNERA, A NAWET SĄ KRYTYKOWANE CZY WRĘCZ WYŚMIEWANE.

Często samej trudno się zmotywować, przydałby się power ze strony bliskiej osoby. Ja na szczęście taki mam — mówi z dumą.

Z jej Instagramowych zdjęć płynie olbrzymia energia i adrenalina. Nie brakuje także odważnych zdjęć, np. z morsowania.

— Każdy z nas występuje w kostiumie kąpielowym, ale nie każdy akurat w zimie. A niektórzy chodzą nawet i bez kostiumu latem — śmieje się zapytana o to, czy urzędniczce przystoją roznegliżowane zdjęcia. — Mój profil jest neutralny. Ja nikogo nie obrażam. I nie robię nic złego. Nie wygłaszam też swoich poglądów, właśnie z racji tego, że jestem urzędnikiem.

Po godzinach urzędniczej pracy pani Kasia prowadzi treningi z kettlebell (to odważniki do wyboru w różnym ciężarze, używane w treningu funkcjonalnym i wytrzymałościowym- red.). — Moja aktywność fizyczna w dużej mierze była związana właśnie z tą dyscypliną sportu. Trenowałam bardzo intensywnie przez kilka lat swojego życia z ciężarkami, brałam udział w zawodach na różnym szczeblu, również europejskim. Miałam treningi o 6 rano przed pracą, żeby wycisnąć z siebie jak najwięcej. I zdobywałam fajne wyniki — wspomina.

Fot. Arch. prywatne

Kasia Zarecka chce zarazić swoich followersów aktywnością

Potem okazało się, że pani Kasia pod sercem nosi małego Igora. — Kiedy okazało się, że jestem w ciąży, musiałam marzenia związane z ciężarkami odłożyć. Ale wróciłam. Wierzę, że wszystko jest możliwe, niezależnie od wieku. Czasem trzeba tylko dłużej poczekać na efekty albo bardziej się postarać. I tyle — kwituje.

Jej profil na Instagramie zaczął zdobywać coraz większą popularność. Postanowiła to wykorzystać.

— TO FAJNE NARZĘDZIE DO ZARABIANIA. ALE NAUCZYŁAM SIĘ, ŻE NAJWAŻNIEJSZE, ŻEBY KONTO BYŁO PRAWDZIWE.

Był taki moment, że z mojego konta zrobiła się tablica ogłoszeń. Tu suplementy, tu spodnie. Takie konto staje się niewiarygodne. Dziś wiem, że nie chcę się w to bawić. Ewentualnie mogę polecić np. jedynie te ubrania, w których sama chodzę i z których jestem zadowolona. Nie chcę, żeby ktoś mi coś narzucał — podkreśla.

SAMA NIE STOSUJE ŻADNYCH PROGRAMÓW MAJĄCYCH NA CELU UPIĘKSZANIE ZDJĘĆ. CHCE BYĆ AUTENTYCZNA. — CHCĘ MOTYWOWAĆ KOBIETY DO RÓŻNEGO RODZAJU ZMIAN W SWOIM ŻYCIU.

Nie tylko pod kątem wyglądu fizycznego czy aktywności. Zależy mi, aby kobiety przede wszystkim wierzyły w swoją wartość i moc. Wele z nas jest zagubionych lub zakompleksionych. Czasem stawiamy sobie za duże wymagania w codzienności. Chcę motywować kobiety do zmian, ale takich, które nie wymagają narzucania sobie rzeczy niemożliwych. Zachęcać do życia w harmonii z samą sobą i do zdrowego egoizmu. Moim największym marzeniem jest własne studio do pracy treningowej nad ciałem i nad umysłem. Mam nadzieję, że będzie mi kiedyś dane takim czymś się zajmować — podsumowuje z uśmiechem.

Trzymamy kciuki!

**SOCIAL MEDIA**
**Ostatnio na naszych łamach gościli:**

**20 stycznia** — Magdalena Maruszczak, makijażystka @magdalenamaruszczak
**31 grudnia** — Agata Szulc, kosmetolog @fiufiubyagataszulc
**24 grudnia** — Tomasz Hermann, triathlonista @tomasz/_run/_tri.
**17 grudnia** — Zuzanna Wilamowska, fotograf @miedzy/_kadrami
**10 grudnia** — Sylwia Gorączkowska, wizażystka @redmylipsart

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

eprasa.pl b7b7fc9e3f

# WSŁUCHUJĘ SIĘ W TO, CO SZEPCZE MI LAS

JEGO PROFIL NA TIKTOKU – TOMEK Z LASU, PO MIESIĄCU ISTNIENIA MIAŁ JUŻ TRZY MILIONY WYŚWIETLEŃ. TOMASZ PEISERT PORZUCIŁ POZNAŃ I ZAMIESZKAŁ NA WARMII. I PRZEKONUJE, ŻE ZAMIESZKANIE NA ODLUDZIU BYŁO NAJLEPSZĄ DECYZJĄ W JEGO ŻYCIU.

**KATARZYNA JANKÓW-MAZURKIEWICZ**
k.jankow@gazetaolsztynska.pl

**— Mieszka Pan w lesie, rozmawiamy telefonicznie. Nie ma pan problemu z zasięgiem?**

— Generalnie rzeczywiście tutaj nie ma zasięgu. Jest na to rozwiązanie. Trzeba zainstalować Internet satelitarny, z którego korzystają nadleśnictwa czy schroniska górskie. Wtedy Internet działa bez zarzutu.

**— To miejsce schowane wśród lasów. Jak Pan je znalazł?**

— Zupełnie przypadkowo. Szukaliśmy z żoną takiego miejsca, a nasze poszukiwania nie ograniczały się wyłącznie do Warmii i Mazur, a dotyczyły całej Polski. Rozglądaliśmy się za domem w lesie w zachodniopomorskim, lubuskim, w Wielkopolsce. Chcieliśmy, by było to miejsce jak najbardziej odludne. Los chciał, że znaleźliśmy naszą idealną leśniczówkę na Warmii.

**— W lesie znalazł Pan z kolei inspirację do prowadzenia konta na TikToku?**

— Założyłem konto na TikToku z ciekawości, żeby przekonać się, na czym polega. Już wtedy zauważyłem, że w większości tematyka postów jest podobna. Ktoś tam śpiewa, inny tańczy. Pomyślałem sobie, że może ja będę opowiadać o lesie. Motywować ludzi, inspirować. Okazało się, że po pierwszym miesiącu istnienia moje konto na TikToku – Tomek z lasu — miało już około trzech milionów wyświetleń. Kiedy to zobaczyłem, powiedziałem sobie: „No dobrze, warto to kontynuować, bo widocznie tego, co robię na TikToku nikt wcześniej nie robił". Ludzie zaczęli angażować się, oglądać. To zachęciło mnie, by robić to dalej.

**— Pan pokazuje też to prawdziwe życie, codzienność. Można powiedzieć – blaski i cienie mieszkania w lesie.**

— Tak, bo chcę przede wszystkim przełamywać stereotypy o życiu w środku lasu i dotrzeć do osób, które również chcą tak mieszkać, ale wahają się. Nie decydują się, bo obawiają się właśnie, jak wspomniała Pani na początku naszej rozmowy, że nie będzie dostępu do Internetu czy będzie problem z dojazdem do pracy. Tylko nie biorą pod uwagę, że pokonanie 20 kilometrów, które dzielą naszą pracę od leśniczówki, to kwestia dwudziestu minut. Tymczasem w mieście droga do pracy może zająć godzinę czy nawet więcej. Pokazuję więc, że zawsze jest rozwiązanie i nie ma czego się bać.

**— W Pana przypadku była to dobra decyzja?**

— Tak, choć oczywiście były chwile zwątpienia. Szczególnie, że przeprowadziliśmy się na Warmię w ubiegłym roku, w lutym. Był to więc środek zimy. Dwadzieścia stopni Celsjusza na minusie i pół metra śniegu. W domu było zimno, bo do ogrzewania mieliśmy tylko piece kaflowe. Można się było załamać. Jednak rozterki nie towarzyszyły nam zbyt długo. Po jednej z takich bardzo chłodnych nocy wyszliśmy o poranku z kawą w dłoni na zewnątrz. A tam przyroda. Ściana lasu, śpiew ptaków i cisza, której nie uświadczysz w mieście. To wystarczyło, byśmy przestali myśleć o negatywach, a zaczęli dostrzegać więcej pozytywnych stron.

**— Pan przecież był typowym mieszczuchem — Poznaniakiem, który nagle znalazł się w lesie.**

Fot. archiwum prywatne

Tomasz Peisert z żoną Aleksandrą nie wyobrażają sobie innego życia niż to w centrum lasu

— Wychowałem się na poznańskim blokowisku, na Ratajach. To był wieżowiec, ósme piętro. W sumie było mi tam dobrze. Ciepło, wygodnie, ale mnie zawsze ciągnęło do odludnych miejsc. Wakacje zwykle spędzałem na wsi, w Borach Tucholskich czy innych lasach. Tam czułem się dobrze. Nigdy jednak nie przeszło mi przez myśl, że kiedyś sam zamieszkam w środku lasu. Wydawało mi się to zupełnie nierealne, zarezerwowane wyłącznie dla wybrańców. Okazało się, że to całkiem realne i możliwe. W zasięgu zwykłego śmiertelnika. Okazało się też, że moja żona myśli podobnie jak ja, więc zmiana nie była dla nas problemem. Do tego oboje pracujemy zdalnie.

**— Przeprowadziliście się do lasu rok temu, w trakcie pandemii. To ona miała wpływ na podjęcie decyzji?**

— W pewnym stopniu. Kiedy wybuchła pandemia, nie mieszkaliśmy w bloku, a już w bliźniaku pod Poznaniem. Kupiliśmy też działkę i zamierzaliśmy budować dom. Mieszkaliśmy w bliźniaku, ale cały czas czuliśmy, że to wciąż jest nie to, czego chcemy. W końcu stwierdziliśmy, że będziemy szczęśliwi, kiedy zamieszkamy w środku lasu.

**— I teraz może Pan bez ograniczeń realizować swoją pasję, czyli bieganie. O czym też mówi Pan na swoim TikToku.**

Fot. archiwum prywatne

Leśniczówka w dniu, w którym Tomasz Peisert z żoną po raz pierwszy przyjechali poznać swój nowy dom

— Bieganie trenuję od 20 lat. Mieszkając w mieście musiałem jechać daleko poza jego granice, by móc pobiegać w lesie, bez wdychania spalin. Zawsze też chcieliśmy, by wokół naszego domu był prawdziwy las i to udało się zrealizować. Biegając nie spotykam ludzi, a jelenie, sarny, lisy. I to jest całkiem przyjemne.

**— W domu też ma Pan spory zwierzyniec.**

— Kiedy przeprowadzaliśmy się do lasu, miałem jednego psa. Już na miejscu adoptowaliśmy drugiego i dwa koty. I nie mogę zapewnić, że na tym się zakończy (śmiech).

**— TikTok dokumentuje więc całkiem nowe życie Pana rodziny?**

— Tak, to rodzaj współczesnego pamiętnika. Oczywiście są rzeczy, których nie pokazuję. Czasem ludzie dopytują się, czy pokażę, jak pracuje piec w piwnicy czy jak wyglądała wymiana dachu. Mi nie chodzi o to, by pokazywać wszystko. Chciałbym bardziej mówić o tym, jak wygląda życie w lesie. Przekazać, że wcale nie jest takie trudne, jakby się mogło wydawać. Chcemy przekonać, że nie ma się czego bać. Wiele osób pisze do nas, że mają pieniądze, pracują zdalnie, ale wciąż towarzyszy im strach, jak odnajdą się w tej sytuacji. Boją się, że dzieci nie będą miały dostępu do szkół, oni sami nie poradzą sobie z codziennością. My pokazujemy te najjaśniejsze strony mieszkania w środku lasu.

**— Pokazuje Pan pozytywy, a musiał pan zmierzyć się również z hejtem.**

— Myślę, że wszystko to, co nowe, wzbudza emocje. Mówię o lesie, a w dodatku pokazuję, że jestem szczęśliwy. A my raczej tego nie lubimy. Wolimy karmić się negatywnymi emocjami. Moi obserwatorzy pytają, co będzie z moim dzieckiem, które wyrośnie na dzikusa. Tłumaczę więc, że do kolegi, który mieszka 1,5 kilometra od naszego domu, dojedzie rowerem. To z dziesięć minut drogi. Mnóstwo dzieciaków w Polsce wychowuje się w ten sposób i wyrastają na ciekawych świata ludzi. Nasze dziecko ma dopiero pół roku, ale w przyszłości, kiedy dorośnie, to ono wybierze, czy będzie chciało tutaj zostać, czy też wyjechać do miasta. Jeśli więc zadecyduje, że chce mieszkać w centrum Warszawy, być politykiem, programistą czy dziennikarzem, nie będziemy mu tego zabraniać.

**— Jak poznaniak odnalazł się na Warmii?**

— Tak, to duża zmiana, bo okolice Poznania są mocno zurbanizowane. Natomiast Warmię znałem wcześniej, ponieważ moja żona pochodzi z Elbląga, więc często też bywałem na tych terenach. Te, przyznaję, na początku zrobiły na mnie wrażenie nieco egzotycznych. Łąki, pustkowia. To wszystko było dla mnie niespotykane. Jednak o wiele bardziej mi się tu podobało. I bardziej pasowaliśmy do Warmii niż do okolic Poznania.

**— TikTok, a co dalej?**

— Dalej chciałbym kontynuować życie w zgodzie z naturą, obserwować zwierzęta i wsłuchiwać się w to, co szepcze mi las. Chciałbym rozwijać swoje pasje i upajać się każdym nowym dniem. Być może w niedalekiej przyszłości wykorzystam także zgromadzone doświadczenie do tego, aby pomagać innym w sprzedaży podobnych nieruchomości. Często są to bowiem wspaniałe leśniczówki z potencjałem, położone w niezwykłych miejscach, ale właściciele nie potrafią wyłuskać ich walorów i dotrzeć do osób, które takich domów poszukują. A takich poszukujących jest wielu, co widać doskonale na moim TikTokowym profilu. Może zostanę więc leśnym agentem nieruchomości? Kto wie? (śmiech). Póki co, napisałem e-book „Zamieszkaj w lesie i żyj", który jest pierwszym w Polsce poradnikiem na temat leśnych nieruchomości.

eprasa.pl b7b7fc9e3f

# JAK ODŚWIEŻAĆ I POGŁĘBIAĆ WIARĘ?

W TYM ROKU JUŻ PO RAZ 25. ODBĘDZIE SIĘ DZIEŃ JUDAIZMU W KOŚCIELE KATOLICKIM W POLSCE. ŁĄCZY NAS NIE TYLKO WIARA, ALE I TYSIĄC LAT WSPÓLNEGO BYTOWANIA.

Centralne obchody jubileuszowego, 25. Dnia Judaizmu w Kościele katolickim w Polsce odbędą się 17 stycznia w Poznaniu pod hasłem „Moje myśli nie są myślami waszymi" (Iz 55,8). Program przewiduje m.in. modlitwę chrześcijan i Żydów przy symbolicznym grobie rabina Akivy Egera, nabożeństwo biblijne oraz wręczenie Nagrody „Menora Dialogu".

— Głównym celem Dnia Judaizmu jest przypominanie o źródłach wiary katolickiej i jej pogłębianie — powiedział Katolickiej Agencji Informacyjnej bp Rafał Markowski, przewodniczący Komitetu ds. Dialogu z Judaizmem Konferencji Episkopatu Polski.

— KOŚCIÓŁ UZNAJE, ŻE ZACZĄTKI WIARY KOŚCIOŁA RODZĄ SIĘ JUŻ W POWOŁANIU ABRAHAMA, HISTORII PATRIARCHÓW, HISTORII MOJŻESZA I PROROKÓW AŻ DO WCIELENIA SYNA BOŻEGO. MÓWIMY WIĘC O CAŁEJ HISTORII ZBAWIENIA.

Niestety, wydarzenie to wciąż nie ma w Polsce charakteru powszechnego, co, zdaniem biskupa, wynika z niezrozumienia istoty zarówno Dnia Judaizmu, jak i sensu dialogu międzyreligijnego.

### Niebezpieczeństwo czy szansa?

— Mam wrażenie, że dialog ten jest traktowany jako niebezpieczeństwo dla własnej tożsamości, a to nie jest prawda — stwierdził biskup. — To właśnie dialog międzyreligijny odkrywa specyfikę i tożsamość, zaś Dzień Judaizmu odkrywa specyfikę i tożsamość Kościoła, a także tradycję, z której wyrasta.

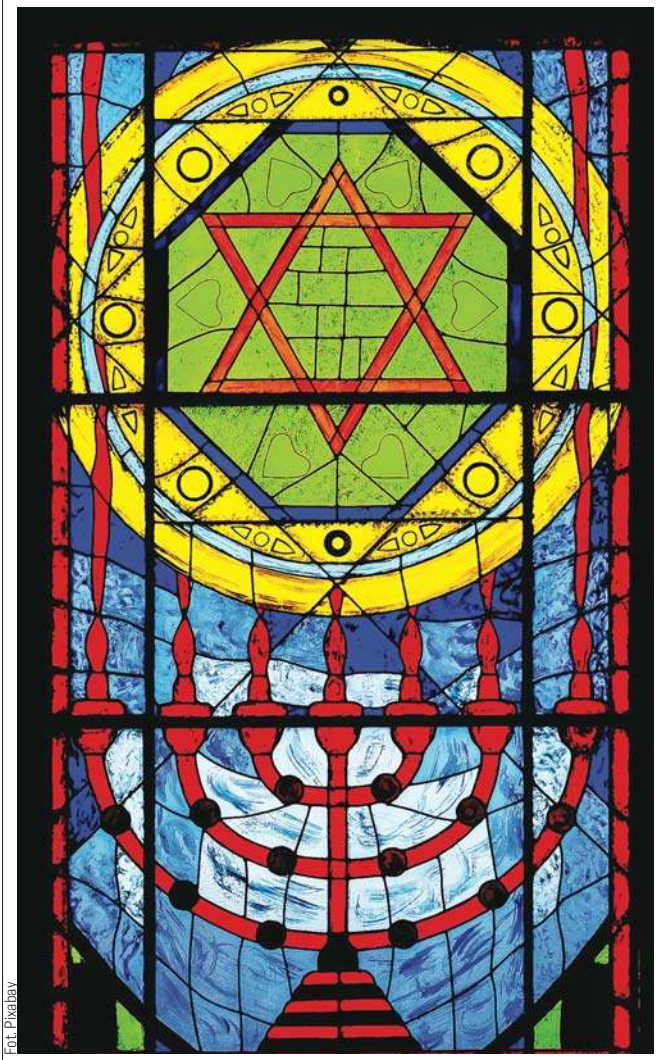
Pozytywne jest jednak to, że nie brakuje sygnałów mówiących o obchodzeniu Dnia Judaizmu w różnych częściach Polski, także w małych miejscowościach, i to z zaangażowaniem. Bp Markowski w rozmowie z KAI przypomniał, że prowadząc dialog międzyreligijny Kościół realizuje swoją misję ewangelizacyjną. Takie były motywy powołania przez papieża Pawła VI Sekretariatu ds. Niechrześcijan, który później został przemianowany na Papieską Radę ds. Dialogu Międzyreligijnego. Papież wskazywał, że Kościół, mimo dwóch tysięcy lat istnienia, nie dotarł jeszcze do wielu wspólnot ludzkich z misją głoszenia Ewangelii. Dużą rolę w dialogu chrześcijaństwa z judaizmem odegrał także Jan Paweł II. To on, jako pierwszy papież, przekroczył próg synagogi.

Program tegorocznego wydarzenia przewiduje m.in. modlitwę chrześcijan i Żydów przy symbolicznym grobie rabina Akiwy Egera, wspólne nabożeństwo biblijne oraz podsumowanie – z perspektywy żydowskiej i katolickiej – 25-letniej historii Dnia Judaizmu w Polsce.

Rabin Akiwa Eger ben Mosze, zwany także Akiwą Młodszym, żył na przełomie XVIII i XIX wieku i należał do najwybitniejszych talmudystów swego okresu. W 1815 roku został rabinem w Poznaniu, gdzie swoją funkcję pełnił aż do śmierci w 1837 roku. Tam również został pochowany na cmentarzu żydowskim. Niestety, w czasie II wojny światowej grób rabina wraz z całym cmentarzem został zrównany z ziemią. W 2007 roku rozpoczęto odbudowę cmentarza i grobu rabina. Wówczas to rabinowi Egerowi i jego najbliższej rodzinie wystawiono stylizowane macewy z napisami w języku hebrajskim.

### Pokorny, ale i szczery

Biskup w rozmowie z KAI ocenił też, że podjęta 25 lat temu przez Episkopat decyzja o ustanowieniu Dnia Judaizmu była bardzo dojrzała i przemyślana. — Chodziło o to, by przypominając o źródłach wiary katolickiej i źródłach Kościoła, nieustannie tę wiarę odświeżać, odnawiać i pogłębiać. To jest najgłębszy sens Dnia Judaizmu — podkreślił.



Fot. Pixabay

Witraż z gwiazdą Dawida i menorą

— JEŻELI CHCEMY TĘ MISJĘ SPEŁNIAĆ, TO NIE DOKONA SIĘ TO BEZ PROWADZENIA DIALOGU MIĘDZYRELIGIJNEGO. OCZYWIŚCIE MA ON SWOJE TRUDNOŚCI. MUSI ON BYĆ POKORNY, SZCZERY, ALE TEŻ GOTOWY DO KONFRONTACJI STANOWISK I WYMIANY MYŚLI.

Jednocześnie domaga się wzajemnego szacunku a nawet miłosierdzia — wskazał warszawski biskup pomocniczy.

Po raz pierwszy Dzień Judaizmu w Kościele katolickim w Polsce obchodzono w 1998 r. w Warszawie. Od tego czasu centralne obchody odbywają się w największych polskich miastach, a równocześnie w wielu innych miejscowościach.

USTANOWIONY PRZEZ EPISKOPAT DZIEŃ JUDAIZMU MA POMÓC KATOLIKOM W ODKRYWANIU JUDAISTYCZNYCH KORZENI CHRZEŚCIJAŃSTWA I PRZYPOMINAĆ, ŻE ANTYSEMITYZM JEST GRZECHEM. MA PRZYBLIŻAĆ NAUCZANIE KOŚCIOŁA PO II SOBORZE WATYKAŃSKIM NA TEMAT ŻYDÓW I ICH RELIGII.

Służy też posoborowemu wyjaśnianiu tekstów Pisma Świętego, które w przeszłości mogły być interpretowane w sposób antyjudaistyczny i antysemicki. Inicjatywa ma pomagać katolikom w odkrywaniu judaistycznych korzeni chrześcijaństwa, w pogłębianiu świadomości tego, że, jak przypominał Jan Paweł II, religia żydowska nie jest wobec katolicyzmu rzeczywistością zewnętrzną, lecz czymś wewnętrznym, oraz że stosunek Kościoła katolickiego do judaizmu jest inny, aniżeli do jakiejkolwiek innej religii, zaś wyznawców judaizmu można nazywać starszymi braćmi w wierze. Co roku centralne obchody Dnia Judaizmu organizuje inna polska diecezja wraz z powołanym w 1996 r. Komitetem ds. Dialogu z Judaizmem.

### Tysiąc lat wspólnej historii

Początki incydentalnego osiedlania się Żydów na ziemiach polskich wiązały się z wydarzeniami na zachodzie Europy.

— DO PRZEŚLADOWAŃ ŻYDÓW DOSZŁO JUŻ W OKRESIE PIERWSZEJ WYPRAWY KRZYŻOWEJ W LATACH 1096–1099 W NIEMIECKICH MIASTACH, TAKICH JAK SPIRA, WORMACJA, MOGUNCJA, KOLONIA, TREWIR, RATYZBONA CZY BAMBERG

— pisze Robert Szuchta w książce „1000 lat historii Żydów polskich". — Krzyżowcy napadali żydowskie dzielnice, mordowali i grabili mieszkańców.

Kolejne fale wystąpień antyżydowskich przetoczyły się przez Europę w wieku XIV. Żydzi znaleźli jednak azyl w Królestwie Polskim pod rządami Kazimierza Wielkiego. Król wydawał przywileje Żydom aż kilkukrotnie. Zawierały one m.in. zezwolenia na posiadanie przez nich określonej liczby domów i bożnicy, na założenie cmentarza, ustalały rodzaj i zakres dozwolonej działalności gospodarczej.

— Statuty kazimierzowskie najbardziej różniło od podobnych regulacji wydawanych przez władców niemieckich to, że zrównywały wartość życia Żyda i chrześcijanina. Zabójca Żyda miał być karany śmiercią — pisze Robert Szuchta. — Według kronikarza Jana Długosza na pozytywny stosunek króla Kazimierza Wielkiego do Żydów wpłynęła piękna krakowska Żydówka Estera, z którą pozostawał w miłosnym związku.

To Estera miała nakłonić króla Kazimierza do nadawania praw Żydom mieszkającym w Królestwie Polskim.

### Rozmawiali głównie w jidysz

— W drugiej połowie XVI wieku, za panowania króla Stefana Batorego, Żydzi polscy zaczęli odbywać regularne posiedzenia własnego sejmu, waadu — napisał historyk Stefan Bratkowski w artykule „Krótka historia Żydów w Polsce", jaki ukazał się w „Więzi". — Zasiadali w nim posłowie kahałów i rabini. Ustalały one prawa dla Żydów i m.in. to waadom powierzył król — już nie „seniorom", przez siebie mianowanym — rozdział obciążeń podatkowych.

Polscy Żydzi porozumiewali się głównie w języku jidysz. Ci jednak, którzy pozostawali w ciągłym kontakcie ze szlachtą oraz innymi partnerami spoza swego kręgu. Uczyli się języka polskiego oraz innych, którymi posługiwano się w Królestwie Polskim.

— Hebrajski znała tylko wykształcona elita — pisał we wspomnianym artykule Stefan Bratkowski. — Coraz więcej Żydów, pod ochroną szlachty, przesiedlało się na ziemie Rusi Kijowskiej i Białej. Z czasem w miasteczkach tych ziem, jak i na Mazowszu oraz Podlasiu, staną się oni większością. Na terytorium Królestwa Polskiego i Wielkiego Księstwa Litewskiego było więcej Żydów niż we wszystkich pozostałych państwach Europy razem wziętych – i tak miało być aż po wiek XX.

Niestety, dwudziestolecie międzywojenne naznaczone było wieloma animozjami. Naszą wspólną kartę historii brutalnie przerwał Holokaust. Obecnie do gmin żydowskich w Polsce należy ok. 4 tys. osób, natomiast społeczność Żydów w Polsce szacuje się na ok. 20 tys.

**WOJCIECH KOSIEWICZ**

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

eprasa.pl b7b7fc9e3f

# WYSTARCZAŁO ZAŚWIADCZENIE DWÓCH VOLKSDEUTSCHÓW

18 STYCZNIA W NASZYM REGIONIE OBCHODZIMY DZIEŃ PAMIĘCI OFIAR OBU TOTALITARYZMÓW NA WARMII I MAZURACH. DATA TA ZOSTAŁA WYBRANA NIEPRZYPADKOWO. WŁAŚNIE TEGO DNIA W 1945 ROKU NIEMIECKI OBÓZ W DZIAŁDOWIE (KL SOLDAU) ZAJĘŁY WOJSKA SOWIECKIE. SOWIECI UTWORZYLI W TYM MIEJSCU OBÓZ NKWD.

Wślad za niemiecką armią, która we wrześniu 1939 roku wkroczyła do Polski, podążały specjalne grupy operacyjne, które miały zwalczać „elementy antyniemieckie". Niestety, wspierali je obywatele polscy niemieckiego pochodzenia należący do Selbstschutzu.

Przed atakiem na Polskę Niemcy przygotowali listy inskrypcyjne, na których umieścili nazwiska kilkudziesięciu tysięcy Polaków, którzy zaraz po wybuchu wojny miały być natychmiast zamordowane.

Byli to głównie przedstawiciele inteligencji i duchowieństwa. — Niemcy realizowali plany przygotowane jeszcze na rok albo i wcześniej przed niemiecką agresją — pisze Andrzej Rutecki w publikacji zbiorowej „Niemieckie i sowieckie zbrodnie na Ziemi Działdowskiej w latach 1939-1945". — Świadomie, pragmatycznie, celowo planowano mordy na polskiej i żydowskiej ludności. W pierwszym rzędzie na warstwie przywódczej, na inteligencji, a w dalszej kolejności na innych przedstawicielach narodu polskiego. Hitler i jego podwładni często powtarzali, że naród polski ma być wyeliminowany, ma być wytępiony, niezależnie od wieku, płci: kobiety, dzieci, mężczyźni... — wyjaśnia Andrzej Rutecki.

W 1939 roku za armią wkraczała policja bezpieczeństwa: Einsatzgruppen der Sicherheitspolizei-EG. Na miejscu wspierana była przez niemiecką samoobronę, wspomniany na początku tekstu Selbstschutz.

Prowadzona przez nich akcja trwała do wiosny 1940 roku i miała na celu odszukanie i zabicie najbardziej aktywnych przedstawicieli polskiego społeczeństwa. Szacuje się, że Niemcy zamordowali wtedy ponad 100 tysięcy osób.

### Uwierzyli hitlerowskiej propagandzie

— Selbstschutz to organizacja paramilitarna, powstała jako oddolna i spontaniczna inicjatywa społeczności niemieckiej mieszkającej w Polsce, a początkiem jej działalności były liczne akcje dywersyjne organizowane na terenie całej Polski latem 1939 roku — pisze Andrzej Rutecki. Organizacja ta zajmowała się przede wszystkim dokonywaniem samorzutnych, a z czasem zorganizowanych egzekucji na obywatelach polskich. Rabowano też ich mienie.

Wielu mieszkających na terenie Polski Niemców, także z działdowskich Mazur, uwierzyło hitlerowskiej propagandzie skierowanej przeciwko Polakom i Żydom, których oskarżano o zbrodnie na volksdeutschach. — Sprawiało to, że przemoc wydawała się usprawiedliwiona. Myślano, że Selbstschutz będzie służył obronie ludzi, kultury i majątku niemieckiego na terenach II Rzeczypospolitej. Kiedy jednak przekonali się, że ich zadania polegały przede wszystkim na mordowaniu Polaków, wielu z członków tej paramilitarnej formacji nie wytrzymywało nerwowo — dodaje Andrzej Rutecki.

### Nieliczni pozostali lojalni wobec Rzeczypospolitej

— Koniecznie trzeba wspomnieć o Niemcach, obywatelach polskich, którzy byli lojalni wobec Rzeczypospolitej. Takich ludzi było niemało i po zajęciu Polski przez Wehrmacht

Fot. Wikipedia

Dowódcy inspektoratów Selbstschutzu: SS-Standartenführer Ludolf Jacob von Alvensleben, SS-Obersturmbannführer Erich Spaarmann, SS-Obersturmbannführer Hans Kölzow i SS-Sturmbannführer Christian Schnug.

często płacili oni za tę postawę najwyższą cenę: dla Rzeszy byli renegatami i zdrajcami. Bez wątpienia pojawiali się też bierni członkowie Selbstschutzu, którzy niekoniecznie chcieli uczestniczyć w terrorze — powiedział dr Marcin Przegiętka w rozmowie z Maciejem Foksem dla portalu IPN. Marcin Przegiętka jest współautorem książki „W cieniu Einsatzgruppen. Volksdeutscher Selbstschutz w okupowanej Polsce 1939-1940".

### Dowodzili oficerowie SS

Jak działał Selbstschutz? Pierwszym etapem było uwięzienie Polaków w aresztach i punktach zbiorczych w miejscowości, z której pochodzili. Potem wybierano osoby do rozstrzelania.

Członkowie Selbstschutzu dysponowali listami, na których były nazwiska Polaków, którzy stanowili ich zdaniem największe zagrożenie dla Rzeszy. Jak pisze Andrzej Rutecki, listy te powstawały na podstawie donosów pisanych przez obywateli polskich niemieckiego pochodzenia do swoich przełożonych. Członkowie samoobrony mieli jednak dużą swobodę w typowaniu ofiar. W większości przypadków wystarczało zaświadczenie dwóch volksdeutschów o antyniemieckiej postawie danego Polaka.

> PRZEZ OBÓZ KL SOLDAU PRZESZŁO OKOŁO 30 TYSIĘCY POLAKÓW, ZGINĄŁ CO DRUGI Z NICH

Do Selbstschutzu mogli wstępować volksdeutsche — mężczyźni w wieku od 17 do 45 lat, którzy byli zdolni do służby wojskowej. Jego szeregi zasilali ci, którzy byli wierni ideom Trzeciej Rzeszy. Choć wstępowanie do Selbstschutzu było dobrowolne, to w małych społecznościach volksdeutschów istniał zapewne rodzaj presji, by się zapisać, skoro inni już to zrobili.

Jak wyglądali członkowie Selbstschutzu? Dowodzili nimi oficerowie SS przysłani z Rzeszy. Z kolei szeregowi członkowie Selbstschutzu na ogół pełnili służbę w ubraniach cywilnych i tylko opaska z nazwą na ramieniu świadczyła o ich przynależności do tej formacji. W Generalnym Gubernatorstwie używano zdobycznych polskich mundurów przefarbowanych na czarno. Improwizowano również z uzbrojeniem. Używano zarówno broni otrzymanej z magazynów policji niemieckiej i SS, jak i zdobytej w Polsce. Podobnie radzono sobie ze środkami lokomocji. Rekwirowano Żydom i Polakom rowery i samochody.

### Musiał udawać psa na łańcuchu

Organizacja ta działała również na terenie Działdowa, które przemianowano na Soldau. Areszt Selbstschutzu mieścił się w willi przy ulicy Piłsudskiego. Na budynku nazywanym domem kaźni, powiewała czarna gestapowska flaga. Przez areszt Selbstschutzu przeszło około tysiąca osób.

Przetrzymywano tutaj osoby zaangażowane jeszcze przed wojną w działalność patriotyczną i społeczną, a także tych, którzy zostali przyłapani na tzw. szmuglu, czyli nielegalnie kupowali lub sprzedawali żywność. Osadzając tutaj Polaków, członkowie Selbstschutzu załatwiali również prywatne porachunki.

Egzekucje wykonywano w piwnicach oraz w ogrodzie. Volksdojcze upokarzali i znęcali się nad aresztowanymi. Dla przykładu, jednemu z nich kazano udawać psa na łańcuchu. Na koniec i tak został rozstrzelany.

Niebezpieczeństwo czaiło się na ulicy. Niejaki Szmaglowski, członek Selbstschutzu, był postrachem miasta. Zaraz po wkroczeniu Niemców do Działdowa włożył czarny mundur. Nosił przy sobie krótką broń oraz pejcz, którym często bił napotkanych na ulicy Polaków za to, że mu się nie kłaniali i nie zdejmowali przed nim czapek. Zmuszał ich też do powitania: heil Hitler.

Po zakończeniu wojny większość członków Selbstschutzu nie poniosła kary za popełnione w Polsce zbrodnie. Wielu byłych działaczy tej organizacji zrobiło w Niemczech kariery polityczne, szczególnie w lokalnych władzach oraz działając w Ziomkostwach.

— Wydaje mi się, że stosunkowo szybko o nich zapomniano — mówił we wspomnianej rozmowie na portalu IPN dr Marcin Przegiętka. — Po pierwsze, po 1945 roku zbrodnie z pierwszej fazy okupacji, czyli z lat 1939–1940, były już zamierzchłą przeszłością, którą przyćmiły późniejsze wydarzenia: terror lat 1943–1944, Holokaust, stłumienie Powstania Warszawskiego. Po drugie, znaczna część członków i dowódców Selbstschutzu uciekła z Polski, a tych, których ujęto i sądzono, oskarżano przede wszystkim o popełnienie późniejszych zbrodni, z późniejszych lat okupacji — dodaje historyk. **WOJCIECH KOSIEWICZ**

**W tym roku obchody Dnia Pamięci Ofiar Obu Totalitaryzmów na Warmii i Mazurach odbędą się 18 stycznia w Działdowie.**

**12.00** - Msza Święta w kościele p.w. Św. Katarzyny Aleksandryjskiej
**13.00** - Złożenie wiązanek kwiatów pod tablicami upamiętniającymi Ofiary obozów w Działdowie oraz Błogosławionych Męczenników: abp. Antoniego Juliana Nowowiejskiego i bp. Leona Wetmańskiego (dziedziniec kościoła),
**13.30** - Uroczystości na placu obozowym KL Soldau, później nakazowo-rozdzielczego obozu NKWD (ul. Grunwaldzka) z udziałem wojskowej asysty honorowej:
**14.30** - Zakończenie uroczystości.

Książka pt.:"Niemieckie i sowieckie zbrodnie na Ziemi Działdowskiej w latach 1939-1945" w wersji elektronicznej dostępna jest na stronie internetowej Urzędu Marszałkowskiego w Olsztynie: warmia.mazury.pl

eprasa.pl b7b7fc9e3f

# BEZSENNOŚĆ — NIE TYLKO W SEATTLE

WSZYSCY JUŻ DAWNO CHRAPIĄ, A TY WCIĄŻ PRZEWRACASZ SIĘ Z BOKU NA BOK...? LICZENIE OWIEC, BARANÓW I WSZELKIEJ INNEJ ROGACIZNY NIE POMAGA. NAJWYŻSZY CZAS ZASIĘGNĄĆ POMOCY U MISTRZÓW FILOZOFII INDYJSKIEJ. LUB U SPECJALISTÓW Z AMERYKAŃSKIEJ ARMII!

**MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA**
m.bukowiecka@gazetaolsztynska.pl

Nie ma co mówić: sen to po prostu zdrowie. Żeby sprawnie funkcjonować w ciągu dnia, nie mieć problemów z koncentracją i zasobami energii — w nocy musimy się dobrze wyspać. Faktem jest, że nasze zapotrzebowanie na sen wraz z wiekiem obniża się. I choć to zawsze kwestia indywidualna, przeciętnie 25-latek potrzebuje od 6 do 11 godzin snu na dobę, a osoba powyżej 65. roku życia — już tylko od 5 do 9 godzin. Problem zaczyna się jednak wtedy, gdy albo nie możemy zasnąć wcale, albo zasypiamy snem płytkim, budzimy się na byle szelest i już tak leżymy w łóżku, oczekując brzasku lub zmiłowania pańskiego...!

Zatem ilość snu na dobę to jeden problem. Drugi stanowi jakość naszego snu. Chodzi bowiem o to, by jak najwięcej z przespanych godzin stanowił sen głęboki. Tylko on pozwala bowiem na najbardziej efektywną regenerację naszego organizmu.

Przyczyny bezsenności mogą być różne. Pierwszym winnym jest z reguły stres — wystarczy kilka niezałatwionych spraw, nadmiar wziętych na siebie obowiązków — i problemy ze snem mamy jak w banku. W bardziej skomplikowanych i wymagających już wizyty u specjalisty przypadkach bezsenność wywołują depresje, psychozy i zaburzenia lękowe oraz zespół niespokojnych nóg. Czasem przyjmowanie niektórych leków przyczynia się lub wręcz wywołuje problemy ze snem. Często jest też tak, że określona choroba, choćby przerost prostaty, zmusza do częstego oddawania moczu, nawet w nocy — i w ten sposób zaburza nasz zdrowy, spokojny sen.

Zanim jednak udamy się do lekarza pierwszego kontaktu — proponuję wypróbować kilka domowych, łatwych, a sprawdzonych w działaniu sposobów, by zwalczyć bezsenność i w końcu się wyspać.

### 1. Precz z niebieskim światłem!

Całe wieki nasz cykl sen-czuwanie regulowały wschody i zachody słońca. Dziś wszystko pokomplikowały sztuczne światło i smartfony. Wydzielana bowiem w naszym mózgu, a konkretnie w szyszynce melatonina — to hormon odpowiedzialny za senność lub jej brak. Gdy jest jasno, poziom melatoniny spada — i odwrotnie. Ale jak poziom melatoniny, a wraz z nim nasza senność mają rosnąć — gdy nasze oczy wciąż wpatrują się w intensywne światło monitora? Najgorsze ze wszystkiego jest niebieskie światło, które mózg interpretuje jako początek dnia — a zatem sygnał do rozbudzania organizmu. Rada: co najmniej godzinę przed snem odstaw smartfona, odejdź od komputera, wyłącz światło w pokoju. Z kolei w nocy, kiedy musisz skorzystać z łazienki — nie włączaj ostrego górnego światła. To najszybszy sposób, by się wybudzić. Wystarczy delikatna lampka, dzięki której nie połamiemy nóg, trafimy tam, gdzie trzeba, a mózg nie odbierze sygnału do pobudki.

### 2. Tajemnica tkwi w temperaturze

Miejsce, gdzie śpimy — też ma ogromne znaczenie. Przede wszystkim temperatura w sypialni nie powinna przekraczać 21 st. C. Dlatego w mojej sypialni tak rzadko zimą włączany jest kaloryfer. A za to w ciągu dnia, nawet w czasie największych mrozów przynajmniej na kilka minut otwieram okno. Chodzi i o wymianę powietrza, i o utrzymanie niższej niż w reszcie domu temperatury. Pościel ze sztucznych włókien? Zdecydowanie nie polecam. Najlepsza jest bawełna. Materac powinien być niezbyt miękki, ale i nie za twardy. Do tego kilka stron ulubionej książki i Morfeusz odwiedzi nas bez specjalnych zaproszeń!

### 3. Regularny tryb zasypiania

Starajmy się codziennie zasypiać i budzić mniej więcej o tych samych godzinach. Taki rytuał, który dotyczy także weekendów, pomoże nam „zaprogramować” mózg , a wraz z nim cały organizm przyzwyczai i do wybudzania, ale i do zasypiania. Wieczorne czynności — czy kolejne rytuały — to następny punkt wspomagający zdrowy sen. Relaksacyjna kąpiel z olejkami, delikatne dźwięki muzyki, wspomniana już

Fot. Pixabay

książka... W dzieciństwie też była przecież kąpiel, bajka, buzi i dobranoc...! Tak czy inaczej — przede wszystkim chodzi o wyciszenie ciała i umysłu. Jeśli planujesz położyć się spać o 23, to już o 21 masz zakaz rozmyślania o pracy, przeglądania czy nie daj Boże! — odpisywania na maile, planowania kolejnego dnia, wykonywania ćwiczeń fizycznych, grania i przeglądania mediów społecznościowych. To czas relaksu, rozluźnienia mięśni, spokojnego oddechu i medytacji.

### 4. Dieta przed snem ma znaczenie

Na 2 godziny przed snem powinniśmy też spożyć nasz ostatni posiłek. Pełny żołądek również nie sprzyja bowiem spokojnym snom — przeciwnie: raczej wywoła koszmary. Ostatni posiłek nie może być też zbyt obfity. Wystarczy mała kanapka, kilka łyżek sałatki warzywnej czy inna drobna przekąska. Pamiętajmy też, że wbrew obiegowej opinii przed snem możemy spożyć nieco węglowodanów, choćby ciemnego pieczywa, ziemniaków, makaronu. Dzięki nim organizm przyswoi tryptofan — aminokwas niezbędny w walce z bezsennością, którego nasz organizm nie umie wytworzyć samodzielnie. Zakaz z kolei dotyczy napoi energetyzujących, mocnej herbaty, kawy, czekolady i kakao. Sprzymierzeńcem dobrego snu nie jest także alkohol, który tylko na pozór wywołuje senność, a faktycznie spłyca sen i powoduje wybudzanie w środku nocy. Na lepszy sen napij się melisy lub herbatki z kozłka lekarskiego. Niezmiennie w zasypianiu pomaga też zwyczajny kubek ciepłego mleka.

### 5. Nic na siłę!

Jeśli mimo wszystko dalej nie możesz zasnąć — wstań! 30 minut przewracania się z boku na bok i liczenia w myślach tych nieszczęsnych baranków wystarczy. Zapal mało intensywne światło, najlepiej lampkę nocną i zajmij się czymś niezbyt stymulującym. Poczytaj lekką książkę lub... artykuł w gazecie. Jeśli pogoda akurat sprzyja, otwórz okno i pooddychaj dłuższą chwilę świeżym powietrzem. W dalszym ciągu staraj się wyciszyć umysł i ciało: nie myśl o problemach, które czekają na ciebie jutro, nie napinaj mięśni.

### 6. Mądrość hinduskich jogów i pomoc z US Army

A na koniec — ujawniamy dwie tajemnice! Pierwsza tkwi w odpowiednim oddychaniu i znana jest pod kryptonimem 4-7-8. Najpierw głęboko wdychamy powietrze przez 4 sekundy. Następnie na 7 sekund zatrzymujemy ten wdech — by przez następne 8 sekund powoli wypuścić powietrze z płuc. I tak 4 razy. Dla poprawienia koncentracji warto wykonywać tę czynność z zamkniętymi oczami, a czubkiem języka dotykać podniebienia. Metoda znana była już w starożytnych Indiach, a dzisiejsi naukowcy zapewniają, że sen nadejdzie w ciągu 57 sekund! Co tam zresztą naukowcy — ja sama stosuję hasło 4-7-8 i ręczę, że działa.

Metoda armii amerykańskiej jest nieco trudniejsza i już sam fakt, że żołnierze potrzebują 6 tygodni szkolenia, by się jej nauczyć — o czymś świadczy. Ale w nagrodę potem wystarcza im 2 minuty, by zasnąć. Zaczynamy od odpowiedniego miejsca: przy okopach i kulach świszczących nad głowami żołnierzy — nasze łóżko można uznać za niebiański zakątek. Zamykamy oczy i rozluźniamy wszystkie mięśnie twarzy. Zakaz mrugania, zaciskania zębów — tylko spokojnie oddychamy. Po twarzy rozluźniamy ramiona, jedną rękę (tę, którą piszemy), dłonie i nogi. Teraz musimy wyłączyć myślenie. Łatwo powiedzieć, trudniej zrobić, ale są 3 sposoby. Albo wyobrażamy sobie siebie w pokoju najczarniejszym z czarnych, na wygodnym łóżku pokrytym czarnym materiałem; albo wyobrażamy sobie, że płyniemy łódką po spokojnym jeziorze, a nad nami jest tylko błękitne niebo; albo w zapętleniu powtarzamy polecenie „nie myśl”. Ta wizualizacja, która akurat na nas działa — powinna już w ciągu 10 sekund sprowadzić sen.

Jeśli te metody nie dadzą rady waszej bezsenności — zostaje tylko lekarz. Ale pamiętajcie. Każda tabletka to obosieczna broń...

REKLAMA

dr n. med. MACIEJ BIERNACKI
SPECJALISTA CHIRURGII OGÓLNEJ I ONKOLOGICZNEJ
•chirurgia ogólna •chirurgia onkologiczna •żylaki •przepukliny •usuwanie drobnych zmian skórnych •leczenie chorób piersi •leczenie nowotworów przewodu pokarmowego
Olsztyn, al. Wojska Polskiego 39 (Lancet)
89 535 72 80 od godz. 13⁰⁰, 508 36 26 52
1322otbr-a-M

NZOZ „ARTERIA” PRYWATNE SPECJALISTYCZNE CENTRUM CHORÓB NACZYŃ
Olsztyn, ul. Kopernika 30 (parter, lok. 14, 15) pn.-pt., rej. w godz. 10⁰⁰-18⁰⁰, tel. 89 534-55-65
CHOROBY ŻYŁ I TĘTNIC
• diagnostyka
• leczenie zachowawcze
• skleroterapia żylaków
• laserowe leczenie żylaków!!!
• leczenie operacyjne żylaków
Specjaliści chirurgii naczyniowej i ogólnej:
Mariusz Błoniecki | Rafał Dryzner
Piotr Malinowski
Maciej Sadowski tel. 89 509 344 667
www.arteria.olsztyn.pl
1422otbr-a-M

Dr n.med. Piotr Malinowski Specjalista chirurgii ogólnej i naczyniowej
Dr n.med. Dariusz Michalik Specjalista chirurgii ogólnej i onkologicznej
Dr n.med. Jacek Nowak Specjalista chirurgii ogólnej i naczyniowej
Prywatna poradnia Chirurgii Ogólnej i Onkologicznej oraz Chorób Naczyń
pn.-pt. 16.30-18.30
Rejestracja telefoniczna: 89-534 23 33 w godz. 10.00-18.00
Adres: Olsztyn, ul. Pana Tadeusza 6 „PANTAMED”
2722otbr-a-M

CENTRUM REHABILITACJI NIEBIESKI HAMAK
dr n. med. Agnieszka Biernacka
Specjalista rehabilitacji medycznej:
■ konsultacje rehabilitacyjne dzieci i młodzieży
■ diagnostyka neurorozwojowa niemowląt
Informacja i rejestracja codziennie w godzinach 9:00-19:00 pod nr telefonu
665-282-412
Olsztyn, ul. Leśna 2
2822otbr-a-M

eprasa.pl b7b7fc9e3f

# NIEŚMIAŁOŚĆ NIE JEST SŁABOŚCIĄ

14 STYCZNIA OBCHODZIMY DZIEŃ OSÓB NIEŚMIAŁYCH. CZY NIEŚMIAŁOŚĆ MOŻE BYĆ PRZESZKODĄ W CODZIENNYM FUNKCJONOWANIU? A MOŻE TO W RZECZYWISTOŚCI CECHA RACZEJ POZYTYWNA?

**PAWEŁ SNOPKOW**
p.snopkow@gazetaolsztynska.pl

Wielu ludzi traktuje nieśmiałość jak prawdziwe przekleństwo. Czy słusznie?

— Zdecydowanie nie — twierdzi Ewelina Kowalska, kulturoznawca i copywriter. — Nieśmiałość nie jest żadną słabością ani wadą charakteru. Oczywiście niektóre jej formy wiążą się z psychicznymi dysfunkcjami. Ale nieśmiałość może też wynikać z ponadprzeciętnej inteligencji. Jeśli jesteś człowiekiem o wysokim poziomie intelektualnym, to zazwyczaj posiadasz lepszy wgląd we własne wnętrze. Gdy masz rozwiniętą samoświadomość, widzisz swoje wady i niedoskonałości. To sprawia, że zachowujesz się w sposób bardziej powściągliwy, nieśmiały.

Często nieśmiałość idzie w parze z wrażliwością.

— LUDZIE WRAŻLIWI SĄ EMPATYCZNI. MAJĄ BOGATY ŚWIAT WEWNĘTRZNY, ROZWINIĘTĄ WYOBRAŹNIĘ. TO BARDZO WARTOŚCIOWE OSOBY — OCENIA NASZA ROZMÓWCZYNI.

— Niestety, taka wrażliwość ma swoje minusy. Wrażliwą duszę łatwiej zranić. Wrażliwa dusza gorzej znosi konflikty i niezręczne sytuacje. W takich przypadkach nieśmiałość to naturalny mechanizm obronny. Pozwala uniknąć sytuacji, które narażają nas na niepotrzebny stres — podkreśla.

**Paradoks rozwoju**

— W towarzystwie osób nieśmiałych czuję się naprawdę komfortowo — kontynuuje pani Ewelina. — Nie znoszę rozwrzeszczanych ekstrawertyków. Denerwują mnie osoby z rozdmuchanym ego, które zawsze muszą być w centrum uwagi. Najczęściej nie mają one wiele ciekawego do powiedzenia. Poza tym z podejrzliwością odnoszę się do ludzi bardzo pewnych siebie. Zwykle taka postawa wynika z faktu, że nie widzisz własnych wad. Albo próbujesz zatuszować własne kompleksy. Paradoks rozwoju osobistego polega na tym, że im dłużej nad sobą pracujesz, tym bardziej dostrzegasz własne ograniczenia. Zaczynasz rozumieć, jak wiele masz jeszcze przed sobą. Proszę zwrócić uwagę na ludzi, którzy coś w życiu osiągnęli. Na wybitnych sportowców, muzyków, naukowców. Większość z nich to osoby dość skromne. Raczej nie przechwalają się swoimi umiejętnościami — wskazuje.

Nie ukrywa też, że sama jest trochę nieśmiała.

— Tę cechę odziedziczyłam po ojcu. I nie zamierzam się jej pozbywać — zapewnia. — Nieśmiałość uchroniła mnie przed wieloma wpadkami. Dlatego apeluję do wszystkich: dostrzegajmy także pozytywne strony nieśmiałości!

**Pod kloszem**

Zupełnie inne doświadczenia z nieśmiałością miał Adam Przybylski, olsztyński urzędnik oraz działacz na rzecz osób z niepełnosprawnościami.

— Od dziecka byłem chowany pod kloszem — zwierza się. — Bardzo dużo czasu spędzałem w domu. Wszystko przez moją niepełnosprawność. Nie chodziłem na wycieczki szkolne, ani na wyjścia klasowe. Mama obawiała się, że mogę upaść, a wychowawczyni tego nie zauważy. W efekcie rosłem w pewnej w izolacji. Nie miałem wyrobionych tzw. umiejętności społecznych.

Fot. pixabay.com

Dzieci bardzo wymagających rodziców mogą borykać się z problemem nieśmiałości

Powodowało to pewną nieśmiałość, która utrudniała mi kontakty z ludźmi.

Przeszkadzała też w innych sferach życia.

— JAKO OSOBA Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ NIE POTRAFIŁEM WALCZYĆ O SWOJE PRAWA — OPOWIADA NASZ ROZMÓWCA. — ZJADAŁ MNIE STRES. MIAŁEM TRUDNOŚCI Z ASERTYWNYM WYRAŻANIEM WŁASNYCH POTRZEB.

Nie umiałem prosić o pomoc, nie umiałem wyrażać własnego zdania. Bałem się odmowy. Gdy spotykałem się z odmową, to boleśnie ją przeżywałem. Tak więc moja nieśmiałość była dla mnie znaczną przeszkodą. Nie funkcjonowałem na takim poziomie, na jakim mógłbym funkcjonować. Brakowało mi wewnętrznej harmonii, bo nie wierzyłem w siebie — tłumaczy.

Pan Adam postanowił w końcu zmierzyć się ze swoimi ograniczeniami. Pomógł mu w tym udział w klubie Toastmasters. Jest to międzynarodowa organizacja, której członkowie uczą się technik skutecznego komunikowania i publicznego przemawiania.

— POZNAWAŁEM SZTUKĘ WYSTĄPIEŃ PUBLICZNYCH, STAWAŁEM NA SCENIE — WSPOMINA. — DZIĘKI TEMU ZACZĄŁEM SIĘ ZMIENIAĆ. PRZEDE WSZYSTKIM POMOGŁO MI JEDNAK TO, ŻE KOMUNIKOWAŁEM SIĘ Z RÓŻNYMI OSOBAMI.

Oczywiście z jednymi nawiązujesz lepszy kontakt, z innymi gorszy. Ale nie ukrywajmy, im częściej wychodzisz do ludzi, tym pewniej czujesz się w kontaktach interpersonalnych — konstatuje.

**Po prostu działam**

Dzisiaj pan Adam prowadzi zupełnie inne życie. Pracuje zawodowo, pomaga też innym niepełnosprawnym.

— Zdobycie zatrudnienia było dla mnie bardzo ważnym momentem — zauważa pan Adam. — Musiałem szukać, walczyć, dobijać się. Poza tym środowisko w pracy jest zupełnie inne, niż w domu. Zarówno koledzy z pracy, jak i przełożeni stawiają przede mną wyzwania, którym trzeba sprostać. To wszystko pozwala mi pogłębiać nawyki asertywności oraz wytrwałości. Zamiast wycofywać się od razu, po prostu działam.

Od niedawna nasz rozmówca ma nową pasję. Publikuje teksty w lokalnej prasie.

— Pisanie stało się dla mnie ważną formą wyrażania własnego ja — przyznaje.

Czasem pod jego artykułami pojawiają się agresywne komentarze. Nie zraża się tym.

— OCZYWIŚCIE LUBIĘ POZYTYWNE OPINIE — NIE UKRYWA. — ALE TYCH NEGATYWNYCH NIE TRAKTUJĘ W KATEGORIACH ATAKU NA MOJĄ OSOBĘ. DZIĘKI KRYTYCZNYM SŁOWOM DOWIADUJĘ SIĘ, CO JESZCZE MÓGŁBYM POPRAWIĆ.

Czasem nawet niezbyt przychylny głos może stać się szansą, by spojrzeć na dany temat z innej perspektywy. Oczywiście spotykam się z agresją słowną ze strony tzw. hejterów. Moim zdaniem w ogóle nie należy się nimi przejmować. Na początku nie jest łatwo, z czasem jednak człowiek łapie do tego dystans.

Pan Adam przezwyciężył własną nieśmiałość. Czy jego zdaniem omawiana cecha nie ma pozytywnych stron?

— W NIEKTÓRYCH PRZYPADKACH NIEŚMIAŁOŚĆ MOŻE BYĆ POMOCNA — ODPOWIADA PO CHWILI ZASTANOWIENIA. — POZWALA PRZYSTOPOWAĆ BRAWURĘ, KTÓRA JEST PRZECIWIEŃSTWEM ODWAGI.

Czasem krok w tył jest decyzją bardziej racjonalną. Nie zawsze warto wychodzić przed szereg, bo można na tym więcej stracić niż zyskać — podsumowuje.

**Granica normy**

Nieśmiałość potrafi chronić. Potrafi też zniszczyć. Jak wychwycić moment, gdy zaczyna się prawdziwy problem?

— Odpowiedź nie jest prosta — przyznaje Mateusz Zieliński, filozof oraz psycholog. — Weźmy na przykład lęk przed zagadaniem do nieznajomej dziewczyny w barze. Dla jednego faceta będzie to wielki problem. A inny, mówiąc kolokwialnie, oleje sprawę. Jeśli młody chłopak marzy o karierze aktora teatralnego, to strach przed sceną będzie dla niego wielkim utrapieniem. Ale dla chłopaka, który chce zostać motorniczym, już nie. To, czy dana osobliwość charakteru stanowi dla nas problem, zależy od naszych indywidualnych uwarunkowań i potrzeb — tłumaczy.

Tutaj dochodzimy do sedna.

— Dzieci bardzo wymagających rodziców mogą borykać się z problemem nieśmiałości — zauważa specjalista.

— ZDARZA SIĘ, ŻE OSOBY, KTÓRE DOŚWIADCZYŁY TRAUMY MOLESTOWANIA, GWAŁTU CZY INNYCH FORM PRZEMOCY, CIERPIĄ Z POWODU BARDZO NISKIEJ SAMOOCENY. ALE W TAKICH PRZYPADKACH NIEŚMIAŁOŚĆ JEST OBJAWEM.

Na sesjach terapeutycznych nie leczymy objawów, lecz docieramy do źródła i nad nim pracujemy. Jednym wystarczy kilka spotkań. Inni potrzebują wielu lat, gdyż muszą przepracować naprawdę ciężkie przeżycia.

I dodaje:

— Nieśmiałość — jako taka — nie jest chorobą. Nie musi też być przeszkodą w spełnianiu marzeń zawodowych. Praca z klientem czy sztuka wystąpień publicznych nie jest wymagana wszędzie. Wraz z postępem technologicznym pojawiają się profesje, w których ludzie nieśmiali świetnie się odnajdują — zauważa.

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

eprasa.pl b7b7fc9e3f

14 STYCZNIA

## Galeria Jednej Sylwetki: Robert Listwan

**Olsztyn**

Stary Ratusz WBP (Czytelnia Czasopism) | Olsztyn, ul. Stare Miasto 33 zaprasza na pierwsze spotkanie z nowego cyklu Galeria Jednej Sylwetki - prezentacja osób ze świata kultury z regionu Warmii i Mazur. Pierwszym gościem będzie Robert Listwan – znany w Polsce i na świecie artysta malarz.

**Piątek, 14 stycznia o godz. 17:00, Stary Ratusz na starówce.**

14 STYCZNIA

## W rytmie walca

Fot. Organizator

**Olsztyn**

Filharmonia Warmińsko-Mazurska w Olsztynie zaprasza w piątek (14.01), o godzinie 19.00, na koncert symfoniczny „W rytmie walca".

Wystąpią: Szymon Makowski – dyrygent, Orkiestra Symfoniczna Filharmonii Warmińsko-Mazurskiej.

**W programie wieczoru między innymi:**

Piotr Czajkowski – Walc z baletu Śpiąca królewna
Richard Strauss – Sekwencja walca nr 2 z opery Kawaler srebrnej róży / Zweite Valzerfolge aus Rosencavalier
Aram Chaczaturian – Walc z baletu Maskarada
Piotr Czajkowski – Walc z baletu Jezioro Łabędzie
Maurice Ravel – Walce szlachetne i sentymentalne / Valses Nobles et Sentimentales
Maurice Ravel – Poemat choreograficzny La Valse

**Bilety w kasie filharmonii lub przez stronę internetową.**

14 STYCZNIA

## Wieczory z Uranią

**Olsztyn**

Pierwszy w tym roku kalendarzowym odczyt w planetarium. Gościem będzie Ignacy Górecki z Polskiego Towarzystwa Astrobiologicznego, Warszawski Uniwersytet Medyczny, z odczytem zatytułowanym: „Choroba kosmiczna, uszkodzenia DNA i psychozy. O tych i innych wyzwaniach stawianych przed medycyną kosmiczną".

**Miejsce: Olsztyńskie Planetarium (sala projekcyjna), Olsztyn, Al. Piłsudskiego 38**
**Piątek, 14 stycznia, godz. 18:00.**
**Cena biletu: 1 zł**

15 STYCZNIA

## Koncert w świątecznym nastroju

**Ostróda**

W sobotę 15 stycznia o godz. 17 na zamku w Ostródzie odbędzie się „Koncert w świątecznym nastroju". Wystąpi Olsztyński Chór Collegium Baccalarum pod dyrekcją Agaty Wilińskiej. Chórzyści zaśpiewają kolędy m.in. „Gore gwiazda", ale także inne nastrojowe utwory. Akompaniament: Wiktor Żołnierek.

Na scenie pojawi się Ewa Łuszcz z Morąga, która zagra na handpanie. Jest to instrument, który składa się z dwóch wyprofilowanych i połączonych ze sobą stalowych półkul. Organizatorem koncertu jest Warmińsko-Mazurski Oddział Polskiego Związku Chórów i Orkiestr.

— To pierwszy koncert w tym roku, który organizuję — mówi Barbara Rytwińska, prezes Warmińsko-Mazurskiego Oddział Polskiego Związku Chórów i Orkiestr. — Zaczęłam współpracę z dyrektorem zamku w Ostródzie, który przystał na naszą propozycję — koncertu w świątecznym nastroju. Istnieje duża potrzeba wychodzenia naszych zespołów do publiczności, którym długotrwały lockdown uniemożliwił występowanie na żywo. Ludzie tęsknią za

Fot. Organizator

sobą, zarówno artyści, jak i słuchacze. Chórzyści Collegium Baccalarum z dyrygentką Agatą Wilińską przygotowali bardzo ciekawy program. A pani Ewa Łuszcz zagra na oryginalnym, pięknie brzmiącym instrumencie.

Dyrygentka Agata Wilińska podkreśla: — Chcielibyśmy wrócić do normalności, na scenę. Chórzyści przygotowali się do koncertu, chcielibyśmy, by w sobotni wieczór wróciły wspomnienia rodzinnych świąt. Ale zaśpiewamy także inne utwory, w tym piękną pieśń „Dona nobis" Mary Lightfood, znanej amerykańskiej kompozytorki.

**Miejsce koncertu: muzeum w Ostródzie, zamek, godz. 17.**
**Wstęp wolny. Organizatorzy proszą, by pamiętać o maseczkach.**

15 STYCZNIA

## Koncerty „Nowowiejski - kolędy znane i zapomniane"

Fot. Organizator

**Barczewo**

Centrum Kulturalno-Biblioteczne w Barczewie zaprasza na koncerty kolędowe z okazji 145 rocznicy urodzin i 76 rocznicy śmierci Feliksa Nowowiejskiego pt. Nowowiejski-kolędy znane i zapomniane. Wystąpi Zespół Wokalny Poznańskiej Ogólnokształcącej Szkoły Muzycznej II st. im. Mieczysława Karłowicza w Poznaniu.

**15 stycznia (sobota)**
**o godz. 11:00- Salon Muzyczny im. Feliksa Nowowiejskiego w Barczewie, ul. Mickiewicza 13**
**o godz. 15:00- Skarbiec Kultury Europejskiej w Barczewie**

DO 15 STYCZNIA

## Wystawa „Wróćmy na jeziora"

Fot. Organizator

**Szczytno**

Organizatorzy zapraszają do obejrzenia wystawy zorganizowanej w okazji Roku Krzysztofa Klenczona w Miejskiej Bibliotece Publicznej w Szczytnie. Wystawa składa się z 12 grafik zawierających fragmenty piosenek z repertuaru Krzysztofa Klenczona oraz zespołów, w których występował. Na każdej planszy umieszczony jest kod QR z piosenką.

16 STYCZNIA

## Pokaz nabytków 2021

Fot. Muzeum Warmii i Mazur

**Olsztyn**

Muzeum Warmii i Mazur, Olsztyn, ul. Zamkowa 2 zaprasza na pokaz najciekawszych nabytków z roku 2021. W minionym roku muzeum zgromadziło prawie 1000 nowych nabytków oraz darów.

**Niedziela 16 stycznia, godz. 11-13.**

16 STYCZNIA

## Noworoczne Show Trzech Tenorów

Fot. Organizator

**Nowe Miasto Lubawskie**

W Nowym Mieście Lubawskim odbędzie się Noworoczny Show Trzech Tenorów. Imprezę zaplanowano 16 stycznia w Kinoteatrze Harmonia o godz. 17. Przed publicznością wystąpi tercet Mariusz Ruta, Bartosz Kuczyk i Mirosław Niewiadomski. Nie będzie to muzyczna rywalizacja, ale wspólna zabawa. Oprócz największych tenorowych partii operowych i operetkowych pojawią się pieśni neapolitańskie, które pozwolą oczarować głosem publiczność. Każdy artysta ma bogaty repertuar, a układa się on w muzyczny bukiet, w którym będą dominować arie („Nessun dorma", „Wielka sława to żart", „La donna é mobile") i pieśni neapolitańskie („O sole mio", „Granada") albo piosenki z musicali i przeboje muzyki pop („Love me tender", „Podmoskownyje wieczera", „Canta y no llores"), po które tenorzy też chętnie sięgają. Nie zabraknie niespodzianek: Coena, Presleya, Sinatry czy nawet fragmentów muzyki popularnej i rozrywkowej.

**Bilety w cenie 45 zł w Miejskim Centrum Kultury w Nowym Mieście lub na stronie www.biletkup24.pl**

DO 17 STYCZNIA

## Areszt Sztuki w BWA

Fot. Organizator

Praca Alicji Borsiak

**Olsztyn**

Z okazji jubileuszu 15-lecia Warmińsko-Mazurskie Stowarzyszenie „Areszt Sztuki" prezentuje swoją wystawę Terytoria 2005-2021. Czas trwania wystawy do 16 stycznia. Miejsce: sala kameralna w BWA Galeria Sztuki w Olsztynie. Współpraca: Warmińsko-Mazurskie Stowarzyszenie „Areszt Sztuki". Aranżacja: Leszek Sokoll.

Wystawa jest w godzinach otwarcia galerii BWA 11:00-19:00.

Jak piszą przedstawiciele Aresztu Sztuki: „Jubileusz piętnastolecia, który powinniśmy świętować w ubiegłym roku trochę się przeciąga z powodu pandemii. Udało nam się jednak przygotować wystawę „Terytoria", którą w czerwcu i lipcu prezentowaliśmy w BWA w Pile. Teraz zaprezentujemy ją w naszym BWA w Olsztynie, z czego niezmiernie się cieszymy. Bo co prawda terytorium dla wielu z nas to coś więcej niż miejsce, jednak możliwość prezentacji w „domu" jest rzeczą bardzo ważną".

17 STYCZNIA

## Film o wypalonych nauczycielach

**Olsztyn**

Biblioteka Planeta 11 w Olsztynie (al. Piłsudskiego 38) zaprasza na seans Planetarnego Klubu Filmowego. W poniedziałek 17 stycznia o 19:15 widzowie obejrzą oscarowy dramat Thomasa Vinterberga z Madsem Mikkelsenem w roli głównej o czwórce wypalonych zawodowo nauczycieli, którzy postanawiają zweryfikować zasłyszaną teorię o tym, że umysł najlepiej pracuje po niewielkiej dawce alkoholu.

Po seansie dyskusja z udziałem Błażeja Gawrońskiego, dyrektora Miejskiego Zespołu Profilaktyki i Terapii Uzależnień.

Seans jest bezpłatny. A po nim słodki poczęstunek i losowanie wejściówek do kina Helios.

eprasa.pl b7b7fc9e3f

**18 STYCZNIA**

## Rowerowa podróż po zamkach Bośni i Hercegowiny

Fot. Organizator

**Olsztyn**

Spotkanie Turystów TRAMP odbędzie się we wtorek 18 stycznia o godz. 18:30 w Galerii Sowa w Olsztynie. Wstęp wolny.

Temat spotkania „Rowerowa podróż po zamkach Bośni i Hercegowiny" (Paweł Wielgan). Organizatorzy zapowiadają:

Podczas rowerowej podróży po Bośni i Hercegowinie odwiedzimy średniowieczne zamki i twierdze. Wypijemy turecką kawę w Mostarze, w Sarajewie zobaczymy ostrzelane blokowiska, odnajdziemy miejsce zamachu na arcyksięcia Franciszka Ferdynanda z 1914 roku i zwiedzimy muzeum tunelu, którym dostarczano żywność do Sarajewa podczas ostatniej wojny w Jugosławii. Następnie odwiedzimy Centrum pamięci Srebrenica – Potocari, miejsce upamiętniające śmierć ponad 8 tys. Bośniaków. Pojedziemy szlakiem bojowym komendanta Tito na miejsca wielkich bitew drugiej wojny światowej – pod Sutjeską i nad Neretwą oraz zobaczymy muzeum drugiej sesji AVNOJ (Antyfaszystowskiej Rady Wyzwolenia Narodowego Jugosławii) w Jajce. Odwiedzimy klasztor Derwiszów w Blagaju i wejdziemy na Górę Objawień w Medjugorie. Gościnni Serbowie będą nas częstować rakiją i jak zawsze poczujemy niezapomniany bałkański klimat.

**23 STYCZNIA**

## Koncert rodzinny ze Smokiem Kwintusiem i Fermatką — Let It Snow

**Olsztyn**

Mikołaj Ostrowski, Patrycja Rogalska – wokal, Warmia Brass Quintet w składzie: Szymon Kamrowski, Miłosz Kaczmar – trąbka, Paweł Szulc – waltornia, Aleksander Miśnikiewicz – puzon, Grzegorz Dybała – tuba, Aleksander Ostrowski, Wojtek Natkaniec – instrumenty perkusyjne.

Prowadzenie koncertu: Katarzyna Kropidłowska – Fermatka, Mateusz Mikosza – smok Kwintuś

W programie m.in.: Czajkowski „Dziadek do Orzechów" (fragmenty), piosenki świąteczne (Jingle Bells, White Christmas, Santa Claus is coming to town, Let it snow i wiele innych), Warmia Brass Quintet: — Pojawiliśmy się na olsztyńskiej ziemi już dawno, kilkanaście lat temu, ale skupialiśmy się głównie na sztuce, muzyce, koncertach, a nie promocji. Czasy się zmieniają, wymagania również, a zatem i my chcemy wyjść z nią w szeroki świat.

Pod nazwą Warmia Brass Quintet kryje się zespół kameralny, złożonym z pięciu muzyków, grających na instrumentach dętych blaszanych, pracujących na co dzień w Filharmonii Warmińsko-Mazurskiej.

Zespół tworzą świetni muzycy współpracujący z instytucjami kultury, szkołami oraz orkiestrami w całej Polsce: Szymon Kamrowski, Miłosz Kaczmar – trąbki, Paweł Szulc – róg, Aleksander Miśnikiewicz – puzon oraz Grzegorz Dybała – tuba.

**Miejsce: Sala koncertowa filharmonii, godz.11**

**26 STYCZNIA**

## Promocja zeszytu poetyckiego — online

Fot. Ewa Mazgal

Rozmowę poprowadzi Marek Barański

**Olsztyn**

Tym razem w tej serii poetyckiej biblioteka a „Trilinguis" prezentuje wiersz Andrzeja Zubkowicza. Autor wybrał do publikacji utwór „Lubił czytać", który został przetłumaczony na języki angielski i niemiecki. Ze względu na panującą obecnie sytuację epidemiologiczną zapraszamy do udziału w spotkaniu online. Rozmowę poprowadzi Marek Barański, który opublikował swój wiersz w serii Trilinguis jako pierwszy w 2013 roku. Gościem specjalnym będzie drukarz Marek Gardzielewski.

Seria „Trilinguis" to pomysł WBP na promocję poetów z regionu oraz prezentację tłumaczy z różnych krajów. Ta niezwykła publikacja zawierająca jeden wiersz w trzech językach powstała w Pracowni Starych Technik Drukarskich WBP w Olsztynie przy współudziale drukarza Marka Gardzielewskiego. Współpracował on z WBP przy wszystkich wydaniach serii. Do tej pory ukazało się osiem zeszytów z utworami Marka Barańskiego, Alicji Bykowskiej-Salczyńskiej, Kazimierza Brakonieckiego, Wojciecha Kassa, Zbigniewa Chojnowskiego, Krzysztofa D. Szatrawskiego, Bożeny Kraczkowskiej oraz Mirosława Słapika.

Publikacja jest drukowana techniką wypukłodruku. Całości dopełnia subtelne tłoczenie na okładce charakteryzujące serię. To bibliofilski rarytas wydany w nakładzie 150 ręcznie numerowanych egzemplarzy.

**Spotkanie odbędzie się w godz. 17-18 na Facebooku: https://www.facebook.com/WBPOlsztyn**

**19, 26 STYCZNIA**

## Aplikacje i dostęp do książek

**Olsztyn**

Stary Ratusz WBP (Wypożyczalnia Główna i Międzybiblioteczna) w Olsztynie, ul. Stare Miasto 33 organizuje indywidualne konsultacje, jak korzystać z aplikacji Empik Go oraz Legimi i mieć dostęp do e-książek, które lubisz. Porady udzielane są w wypożyczalni głównej w każdą środę w godzinach 12.00-14.00, w styczniu: 19, 26 stycznia. Kontakt: tel. 89 527 57 97, e-mail: wypozyczalnia@wbp.olsztyn.pl

**23 LUTEGO**

## Grand Orkiestra z Odessy — Pod dachami Paryża

**Olsztyn**

Paryż... Od stu lat oczy (i uszy) świata są zwrócone na piosenkę francuską, która urodziła się pod dachami Paryża, na Polach Elizejskich, pod Wieżą Eiffla, w Lasku Bulońskim i przy szklanej piramidzie przed Luwrem. To muzyka znaczona takimi nazwiskami jak Edith Piaf, Joe Dassin, Dalida, Mireille Mathieu. To kankan, kabarety (na czele z Moulin Rouge!), a nawet upiór — bo przecież to właśnie w gmachu opery paryskiej straszył bohater powieści i musicalu.

Co do musicali — wprawdzie niedawny pożar uszkodził katedrę Notre Dame, ale najsłynniejszy dzwonnik w historii nadal pojawia się na scenach muzycznych całego świata.

Olsztyńska filharmonia zaprasza na dwugodzinne spotkanie z muzyką francuską, dające okazję do wzruszeń i uśmiechu.

**DO 29 KWIETNIA**

## Konkurs Poetycki im. Michała Kajki

Muzeum Michała Kajki w Ogródku i Centrum Biblioteczno-Kulturalne w Orzyszu ogłaszają XVIII Ogólnopolski Konkurs Poetycki im. Michała Kajki. Mogą wziąć w nim udział wszyscy, niezależnie od przynależności do związków twórczych i stowarzyszeń, którzy na adres organizatora prześlą zestaw trzech niepublikowanych oraz nieocenianych w innych konkursach wierszy, opatrzonych godłem (pseudonimem). Zestawy wierszy należy nadsyłać w czterech kopiach. W konkursie nie mogą brać udziału osoby, wyróżnione lub nagrodzone w poprzednich edycjach.

Personalia, adres autora, numer telefonu, ewentualnie adres mailowy, należy dołączyć w zaklejonej kopercie opatrzonej tym samym godłem. Wiersze nadesłane na konkurs nie podlegają zwrotowi. O wynikach organizator powiadamia tylko laureatów. Zestawy będzie rozpatrywać jury w składzie: dr hab. Krzysztof Korotkich – literaturoznawca, Uniwersytet w Białymstoku, Teresa Radziewicz - poetka, laureatka Nagrody K.I. Gałczyńskiego Orfeusz Mazurski i Bartłomiej Siwiec - poeta, prozaik, krytyk literacki.

Zostaną przyznane trzy nagrody pieniężne – 2 000 zł, 1 000 zł, 500 zł. Jury zastrzega sobie możliwość innego podziału nagród. Wszyscy laureaci zobowiązani są do osobistego odbioru nagrody, podczas gali (w innym przypadku przechodzi ona do następnej edycji konkursu).

**Terminy:**

1. Nadsyłanie prac – 29 kwietnia 2022 r.;
2. Rozstrzygnięcia konkursu – 4 czerwca 2022 r.;
3. Gala przyznania nagród – przełom lipca i sierpnia 2022 r.

Wiersze należy nadsyłać na adres: Polana Kultury w Orzyszu, ul. Wojska Polskiego 9D, 12-250 Orzysz, z dopiskiem „Konkurs Michała Kajki". Dodatkowe informacje od godz. 8:00 do 16:00 pod numerem tel. 87 423 70 10 oraz na stronie michalkajka.pl

W roku 2021 organizatorzy otrzymali prawie 291 zestawów wierszy, nie tylko z Polski, ale również z zagranicy. Konkurs odbywa się pod patronatem m.in. „Gazety Olsztyńskiej".

REKLAMA

**przetarg**

Wyciąg z ogłoszenia Burmistrza Pasłęka o III przetargu ustnym ograniczonym

**Burmistrz Pasłęka**

**podaje do publicznej wiadomości, że ogłoszony został III przetarg ustny ograniczony na sprzedaż działek gruntu położonych przy ul. Słonecznej w Pasłęku: dz. nr 62/47, dz. nr 62/34, dz. nr 62/35, dz. nr 62/36, dz. nr 62/37, dz. nr 62/38, dz. nr 62/39, dz. nr 62/40.**

Działki gruntun stanowiące własność Miasta i Gminy Pasłęk, przeznaczone są pod budowę garaży. Posiadają urządzoną w Sądzie Rejonowym w Elblągu księgę wieczystą nr EL1E/00034557/9.

**Przetarg odbędzie się 16 lutego 2021 r. (środa) o godz. 9.00 w sali widowiskowo-kinowej Pasłęckiego Ośrodka Kultury, pl. św. Wojciecha 5, na dz. nr 62/47; na dz. nr 62/34 o godz. 9.30; na dz. nr 62/35 o godz. 10.00, na dz. nr 62/36 o godz. 10.30; na dz. nr 62/37 o godz. 11.00; na dz. nr 62/38 o godz. 11.30; na dz. nr 62/39 o godz. 12.00; na dz. nr 62/40 o godz. 12.30.**

Wysokość wadium za każdą działkę gruntu wynosi 500 zł. Ogłoszenie o przetargu wywieszono od 14 stycznia 2022 r. do 4 lutego 2022 r. na tablicy ogłoszeń na II piętrze Urzędu Miejskiego w Pasłęku, opublikowano na stronie internetowej www.paslek.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej www.bip.paslek.pl. Szczegółowych informacji na temat przetargu udziela Kierownik Referatu Rolnictwa i Gospodarki Gruntami tut. Urzędu, pok. nr 20, tel. 55 248 20 01 do 03 wew. 60 w godz. od 7.30 do 15.30.

1122see1-a-M

eprasa.pl b7b7fc9e3f

# PŁYTY CD BĘDĄ WYDAWANE TYLKO DLA KOLEKCJONERÓW?

W CIĄGU OSTATNICH KILKUNASTU LAT NOWE TECHNOLOGIE ZMIENIŁY NIE DO POZNANIA RYNEK MUZYCZNY. PRZENIESIENIE MUZYKI Z NOŚNIKÓW FIZYCZNYCH NA PLATFORMY STREAMINGOWE I DO INTERNETU ZMIENIŁO ZADANIA WYTWÓRNI MUZYCZNYCH I ZASADY ICH WSPÓŁPRACY Z ARTYSTAMI.

Cyfrowy serwis marketingowy wyparł promowanie utworów muzycznych m.in. w radiu. – To jest właśnie różnica: nie tylko muzyka jest ważna, żeby artysta „się słuchał" w nowych mediach – zauważa Sławomir Kochański z wytwórni Universal Music Polska. Fizyczna sprzedaż nośników muzyki, jakimi są np. płyty CD, odchodzi do lamusa, choć w Polsce i tak wciąż jest dosyć silna. Wkrótce jednak będą je kupować w zasadzie wyłącznie kolekcjonerzy.

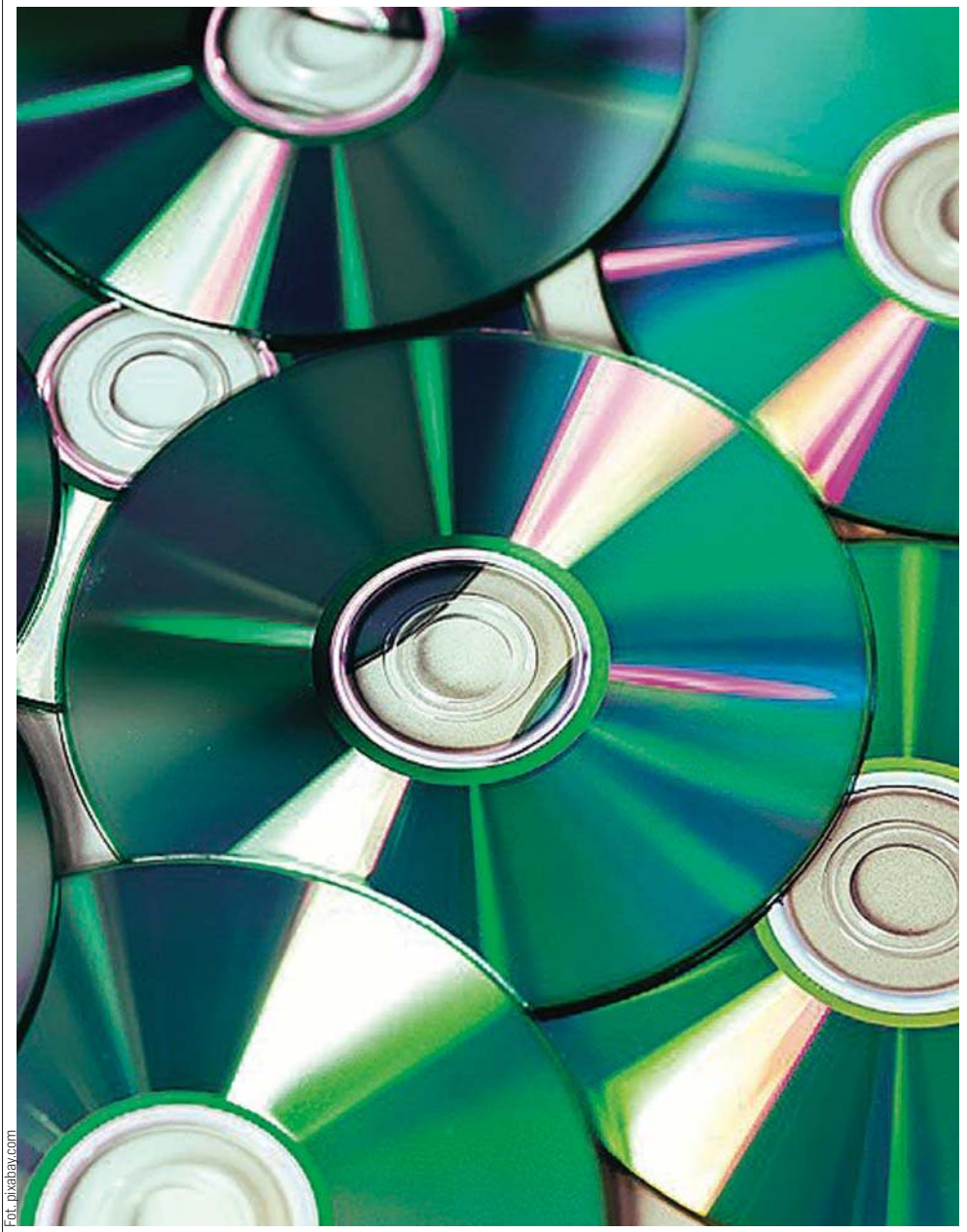
**Sprzedaż w dół**

Według marcowych analiz IFPI (International Federation of the Phonographic Industry), organizacji non-profit reprezentującej interesy przemysłu muzycznego z całego świata, światowe przychody z nagrań muzycznych wyniosły w 2020 roku 21,6 mld dol., co stanowi wzrost o 7,4 proc. rok do roku. Raport IFPI „Global Music Report" wskazuje, że był to szósty z rzędu rok wzrostu światowego przemysłu muzycznego po prawie dwóch dekadach stopniowego spadku. Największy spadek branża odnotowała w 2014 roku, kiedy przychody były najniższe od 20 lat, czyli na poziomie 14 mld dol., prawie o 10 mld dol. mniej niż 15 lat wcześniej. Wtedy wytwórnie płytowe i artyści poszli w ślady konsumentów, przyjmując, że przyszłość muzyki leży w dystrybucji cyfrowej.

– TECHNOLOGIA WPŁYNĘŁA NIESAMOWICIE NA PRZEMYSŁ MUZYCZNY, WSZYSTKO WŁAŚCIWIE ODWRÓCIŁA DO GÓRY NOGAMI. OKAZAŁO SIĘ, ŻE SPOSÓB KONSUMPCJI MUZYKI TAK BARDZO SIĘ ZMIENIŁ, ŻE MY JAKO NAJWIĘKSZA WYTWÓRNIA NA ŚWIECIE MUSIELIŚMY SIĘ DO TEGO TRENDU DOSTOSOWAĆ – PRZYZNAJE SŁAWOMIR KOCHAŃSKI.

– Musieliśmy zacząć inaczej się komunikować z odbiorcą, stawiać na inne rzeczy, odsunąć na drugi plan sprzedaż fizyczną. Jesteśmy jednym z najszybciej rozwijających się rynków na świecie pod kątem liczby subskrypcji płatnych, więc w szczególności technologia streamingowa bardzo zmieniła ekosystem, w którym się obracamy.

Już w 2020 roku muzyka cyfrowa stanowiła lwią część światowych przychodów z muzyki, a same usługi strumieniowania odpowiadały za 62 proc. całkowitej sprzedaży w branży. Według IFPI do końca 2020 roku z płatnej subskrypcji streamingu muzyki korzystało 443 mln ludzi. Z jednej strony przejście na dystrybucję cyfrową pogrążyło przemysł muzyczny, z drugiej – pomogło zahamować spadek. W latach 2001–2010 sprzedaż muzyki na nośnikach fizycznych spadła o ponad 60 proc. (do 14 mld dol.), z kolei sprzedaż muzyki cyfrowej wzrosła z zera do 4 mld dol., co nawet w niewielkim stopniu nie zrównoważyło spadku sprzedaży płyt CD. Dopiero pojawienie się i rozpowszechnienie usług strumieniowania muzyki sprawiło, że losy branży muzycznej zaczęły się odwracać. Jak wskazuje IFPI, w 2020 roku rynek europejski – drugi największy na świecie – urósł o 3,5 proc., ale wzrost w obszarze streamingu wyniósł ponad 20 proc.


Fot. pixabay.com

**Kiedyś wytwórnia odkrywała talenty**

Zmiany zachodzące od lat na rynku mają wpływ na wachlarz usług oferowanych przez wytwórnie muzyczne i ich współpracę z artystami.

– Kiedyś wytwórnia odkrywała talenty, budowała je zupełnie od zera. W tej chwili dajemy artystom pełny serwis na najwyższym poziomie. Dążymy do tego, żeby, po pierwsze, artysta, który jest z nami, znalazł się na wszystkich możliwych serwisach streamingowych na świecie, a jest ich teraz ponad 400. Specjalizujemy się w obsłudze artystycznej i marketingowej wykonawcy. Zależy nam na tym, żeby artyści dostali najlepszy możliwy cyfrowy serwis marketingowy i na to głównie stawiamy – wyjaśnia digital director w Universal Music Polska. – Kiedyś bazowało się głównie na radiu i innych tradycyjnych formach przekazu. Dzisiaj nacisk kładzie się na media cyfrowe i artysta różnymi sposobami, nie tylko muzycznymi, jest tam promowany. To jest właśnie różnica: nie tylko muzyka jest ważna.

**Nośniki na ważnych rynkach**

Nowy kanał dystrybucji muzyki, jakim jest internet, przekłada się na sprzedaż fizycznych nośników. O ile winyle przeżywają renesans, o tyle płyty kompaktowe odchodzą do lamusa. Według zrzeszenia amerykańskich wydawców muzyki Recording Industry Association of America (RIAA) sprzedaż albumów CD w Stanach Zjednoczonych spadła o 97 proc. od szczytu w 2000 roku. Potwierdza to analiza rynku muzycznego wykonana przez firmę Statista – w 2020 roku w USA sprzedano 31,6 mln albumów CD, co stanowi mniej niż 4 proc. przychodów branży muzycznej.

Z kolei podsumowanie 2021 roku przez British Phonographic Industry wskazuje na podobne trendy na brytyjskim rynku. Tamtejszą sprzedaż płyt CD wprawdzie pobudziły premiery nowych albumów Abby, Adele i Eda Sheerana, ale i tak odnotowała ona 12-proc. spadek (14 mln sztuk). Z kolei szacowany wzrost sprzedaży winyli to 10 proc. (5,3 mln sztuk). Poziom sprzedaży tego nośnika jest najwyższy od ponad trzech dekad. Streaming w ostatnim roku wzrósł o 25 proc. i dziś odpowiada za 83 proc. konsumpcji muzyki na brytyjskim rynku.

**Piractwo kwitnie?**

– Polska jest wbrew pozorom bardzo fizycznym rynkiem. Ludzie lubią kupować płyty, ustawiać je na półkach, ale z drugiej strony uruchamiają aplikację streamingową i słuchają muzyki, w ogóle nie odpakowując płyt. Jest tu więc element kolekcjonerstwa. On jest ważny np. w hip-hopie, który jest numerem jeden, jeśli chodzi o streaming w ogóle. W dalszym ciągu widzimy jednak, że z roku na rok liczba płyt sprzedawanych w sklepach jest mniejsza, a coraz więcej ludzi korzysta z aplikacji streamingowych – wyjaśnia Sławomir Kochański.

W jego opinii szeroko dostępna dystrybucja internetowa muzyki pozytywnie wpływa na skalę piractwa.

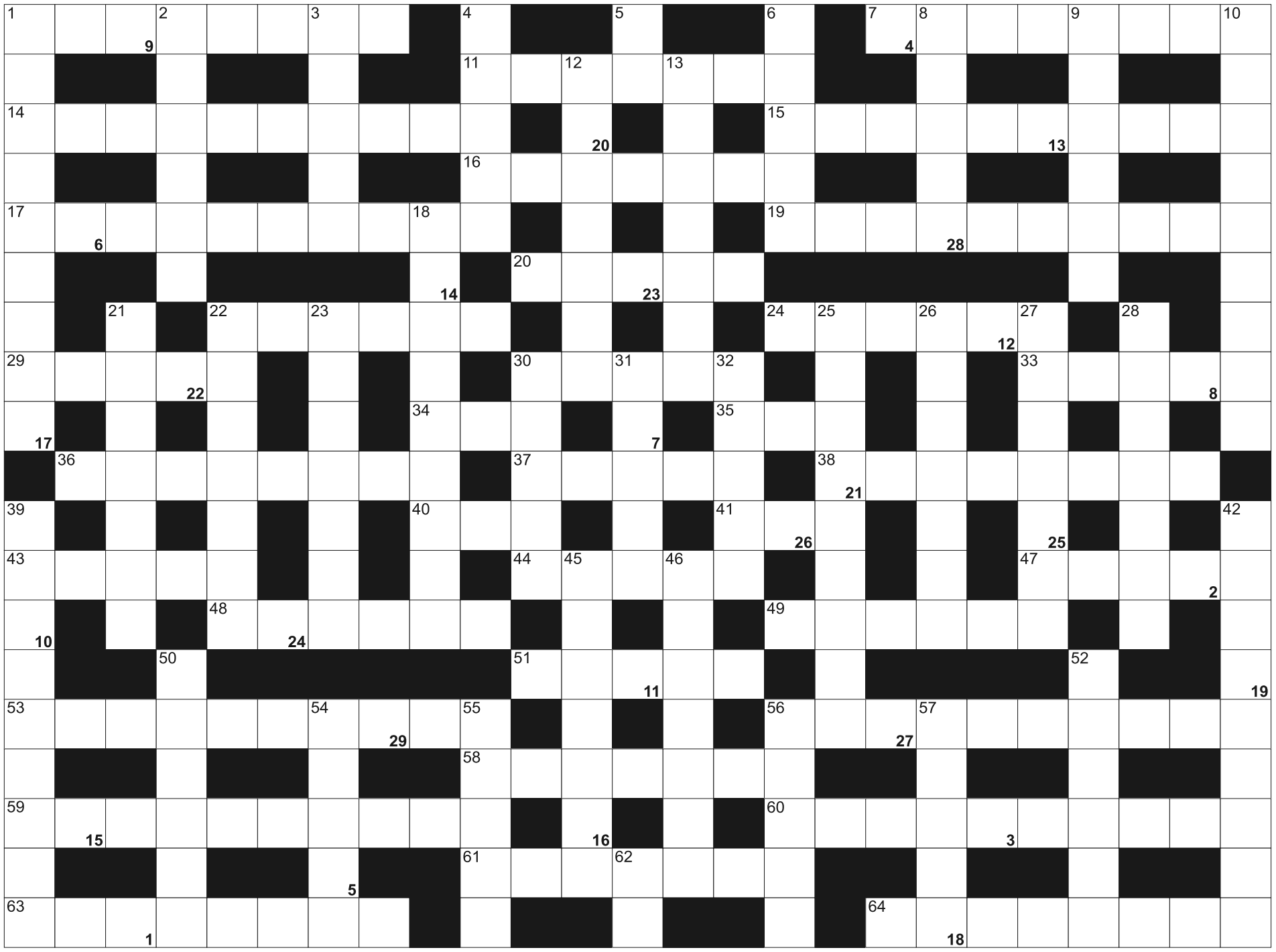
– SKALA PIRACTWA JEST DUŻO MNIEJSZA, BO DOSTĘPNOŚĆ MUZYKI ONLINE JEST TAK POWSZECHNA I PROSTA, ŻE NAWET NIE OPŁACA SIĘ „PIRACIĆ".

Oczywiście są serwisy darmowe, na których pojawiają się tzw. wrzutki muzyki, które nie są przez nas autoryzowane, ale są też narzędzia, żeby to szybko eliminować. W mojej ocenie piractwo w tej chwili się nie opłaca, bo serwisy streamingowe są bardzo dostępne – uważa Sławomir Kochański.

**ŹRÓDŁO: NEWSERIA.PL, OPR. BAR**

eprasa.pl b7b7fc9e3f

# Krzyżówka klasyczna z hasłem



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

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 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 | 26 | 27 | 28 | 29 | | | | | | | | | | | | | | | | |

**POZIOMO:** 1) rodzinne miasto Wojciecha Manna; 7) księga psalmów, modlitewnik i śpiewnik; 11) największy wulkan Nowej Zelandii; 14) wymiotnica prawdziwa inaczej; 15) pokrzyk wilcza jagoda; 16) olej szklany; 17) oświadczenie śmieciowe; 19) mąż Pandory; 20) dotyk lub smak; 22) antonim pychy; 24) kulka z włóczki; 29) marka japońskich autobusów; 30) pierwiastek Yb; 33) zwinięty papier; 34) wypłaca renty i emerytury; 35) próżniak, nierób; 36) największa z Wysp Kanaryjskich; 37) ironia, szyderstwo; 38) alfabet rosyjski inaczej; 40) dawny rosyjski władca; 41) Ugonoh, polski bokser; 43) wyspa ze stolicą Vanuatu; 44) pracuje w teatrze; 47) ryba, płoć kaspijska; 48) wiązany do koszuli; 49) "... na sukces", program telewizyjny; 51) wtorek lub środa; 53) święty żuk Egipcjan; 56) wyładowuje się w samochodzie; 58) cymbalista z "Pana Tadeusza"; 59) napis wyryty na nagrobku; 60) uczeń kończący szkołę średnią; 61) kawalerski przed ślubem; 63) zbombardowane wraz z Hiroszimą; 64) szybki wzrost cen.

**PIONOWO:** 1) poranny posiłek; 2) wycięcie w sukni; 3) cibora jadalna, migdał; 4) tworzy murawę; 5) adres identyfikacyjny komputera; 6) rosyjska waluta; 8) muł, osad na dnie stawu; 9) zdobycze, łupy wojenne; 10) wieczna to marzłoć; 12) jest nim pralka i zmywarka; 13) cudowny napój młodości; 18) wernalizacja inaczej; 21) pojemnik na skrzypce; 22) mały piesek w lokach; 23) skośne kluski ziemniaczane; 25) noszony na szyi; 26) jego stolicą Manama; 27) monarchini, władczyni; 28) lek "na niby"; 30) powoduje zapłon w silniku; 31) kraj nad Nilem; 32) Tony, były premier Wielkiej Brytanii; 39) Vettel, niemiecki kierowca wyścigowy; 42) owocowa z żelatyną; 45) wygłaszane przez księdza; 46) autor tekstu "Autobiografii"; 50) kolarski wypadek; 52) górski żywioł; 54) Elektronika, Muzyka, Prasa i Książki; 55) widmo, mara; 56) pożarowy lub powodziowy; 57) składnik gazu ziemnego; 62) wapń dla chemika.

## SUDOKU

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

019

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

020

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

021

eprasa.pl b7b7fc9e3f

Szukasz
**klientów?**

WYBIERZ PROFESJONALISTÓW
**WYBIERZ NAS!**

- docieramy do 1400000 odbiorców
- wykorzystujemy zaawansowane sposoby emisji i targetowania reklam
- dostarczymy Twoją ofertę do potencjalnych klientów na najpopularniejszych nośnikach
- zapewniamy pełne raportowanie efektów przeprowadzonych działań

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

mp-xxpo-7491-3x8a-M


## ZWIERZĘTA

### sprzedam

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

## NIERUCHOMOŚCI

### sprzedam

**DOM** w Stawigudzie, 512-372-218

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

**M-5** , 517-620-160

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

**WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL,** 503-103-703

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

### kupię

**DOM** Olsztyn okolica, 518-116-826

**KUPIĘ** ZA GOTÓWKĘ- mieszkanie, nieruchomość, działkę. Może być do remontu lub zadłużona, POMOGĘ w spłacie długu. ZAPŁACĘ 4000zł za informację o takiej nieruchomości. 661-435-785

**MIESZKANIE,** działkę lub zamienię AS, 603-584-180

### zamienię

**2-POKOJOWE** na Srebrnej na Zatorze AS, 603-584-180

**DOM** Stawiguda na mieszkanie, dom, lokal, magazyn, 512-372-218

**WWW.ZAMIANY.OLSZTYN.PL** mieszkań, domów, działek - zadzwoń zapytaj, 603-584-180

### poszukuję wynająć

**ZAGRANICZNA** firma wynajmie dom bez mebli na długi termin. Bez dzieci i zwierząt. Olsztyn i okolice. Zadzwoń, 508-066-299

### do wynajęcia

**WYNAJMĘ** mieszkanie 2 pokoje, 519-814-632

## PRACA

### dam pracę

**FERMA** indyków, 668-047-381

**FIRMA** REMAX (KRAZ: 7765) oferuje pracę w Niemczech bez znajomości języka niemieckiego. Załadunek paczek kurierskich, sortowanie surowców wtórnych, pracownicy śmieciarek. Zapewniamy zakwaterowanie i transport. Premie do 250 euro. Tel. 727 001 705 www.remax-praca.pl

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

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

**KUCHARZ** od zaraz, 606-643-429 krys-stan@wp.pl

**MURARZY-** zbrojarzy , 667-947-124

**POMOC** DENTYSTYCZNA, CV ZE ZDJĘCIEM NA mail: kontakt@m.dent.olsztyn.pl

**POSZUKUJĘ** na stałe mężczyzny do pomocy w opiece nad osobą na wózku inwalidzkim po wypadku, kontaktową, sprawną umysłowo. Możliwość zamieszkania, warunki dobre. Województwo warmińsko-mazurskie. 502-568-898, 731-593-825

**PRACOWNIKA** do hodowli bydła, okolice Ełku, 608-452-972

**PRACOWNIKA** do obsługi koparkoładowarki Cat w okolicach Ełku, dowolne godziny pracy, wynagrodzenie do uzgodnienia, 608-452-972

**TRAKTORZYSTĘ,** okolice Ełku, 608-452-972

**ZATRUDNIĘ** mężczyznę do gospodarstwa rolnego, wynagrodzenie, wyżywienie, zamieszkanie, 693-229-761, 723-378-497

**ZATRUDNIĘ** w gospodarstwie rolnym dojenie krów i zadawanie paszy, 505-733-350

**ZATRUDNIĘ** w gospodarstwie rolnym, 601-772-124

**ZOOTECHNIKA;** okolice Ełku, 608-452-972

## AUTO-MOTO

### sprzedam

**SPRZEDAM** Suzuki Grand Vitara XL7, 2.0 TDI, 2004, 4x4, 512-284-273

**TOYOTA** Yaris, 513-236-178; 89 677-92-72

## USŁUGI

### budowa | remont

**GLAZURA,** terakota, malowanie, hydrauliczne, panele, 50-20-60-413

**HYDRAULIK,** 501-209-794

**KOPARKA** Long Reach 16m, 889-321-899

**REMONTY** mieszkań, 783-543-814

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

**WYCINKA** drzew niebezpiecznych, 889-321-899

### inne

**SZYCIE** kołder, 665-434-450

## RÓŻNE

### sprzedam

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

## ROLNICTWO

### zwierzęta hodowlane

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

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

### maszyny rolnicze

**SPRZEDAM** sprawny rozsiewacz do nawozu-lej, 606-713-778

### ciągniki

**KUPIĘ** ciągniki plus maszyny rolnicze. Mogą być do remontu, 699-258-994


nie musisz
*wychodzić*
z domu...

mp-xxpo-7491-42-M

380-31419opb1-b-M

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

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

**WWW.POZEGNANIA.NET**

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

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

28919opb1-C-380-M


eprasa.pl b7b7fc9e3f

Pogrążeni w głębokim smutku zawiadamiamy,
że 11 stycznia 2022 r. odeszła od nas nasza najukochańsza
Mama, Babcia, Prababcia i Siostra

ś. † p. **Alicja Kołodziejska**

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się 17 stycznia 2022 r.
o godz. 12.45 w kaplicy przy ul. Mariańskiej, skąd o godz. 13.15
nastąpi wyprowadzenie na mszę świętą do kościoła
pw. Najświętszej Maryi Panny Królowej Polski i Świętych
Archaniołów Michała, Rafała i Gabriela przy ul. Kromera 2A,
a następnie na cmentarz komunalny przy ul. Poprzecznej.
Pogrążona w żałobie rodzina

14122opb1-a-M

Z głębokim żalem i smutkiem zawiadamiamy,
że 13 stycznia 2022 r. odeszła do Domu Ojca

ś. † p.

**Irena Wołyńska**

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się
17 stycznia 2022 r. o godz. 10.00 Mszą Świętą
w kościele pw. Najświętszego Serca Pana Jezusa
przy ul. Kopernika. Ceremonia pochowania
odbędzie się na cmentarzu komunalnym
przy ul. Poprzecznej.

Pogrążona w żałobie rodzina

EZ_14.01-M

Panu

**Jackowi Kołodziejskiemu**

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

**Mamy**

składają Zarząd oraz pracownicy
MPEC Sp. z o.o. w Olsztynie

13622opb1-a-M

Pogrążonym w żałobie

Najbliższym zmarłego

**Henryka Łaganowskiego**

wyrazy współczucia
składają Koledzy z PIB „Przem-Gri" Sp. z o.o. w Olsztynie

14322opb1-a-M

*Żyjemy tak długo, jak długo trwa pamięć o nas*

Panu

**Robertowi Bielińskiemu**

Radnemu Rady Powiatu w Elblągu

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

**Matki**

składają: Przewodnicząca Rady Powiatu,
Starosta Elbląski, Zarząd Powiatu
oraz radni Rady Powiatu w Elblągu

922see1-a-M

**Iwonie Kamińskiej**

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

**Mamy**

składają koleżanki i koledzy
z Wydziału Spraw Obywatelskich
Urzędu Miasta Olsztyna

14622opb1-a-M

Z głębokim smutkiem zawiadamiamy, że 12 stycznia 2022 r.
zmarła nasza ukochana Mama, Babcia i Prababcia

ś. † p. **Halina Przytocka**
lekarz pediatra.

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się 17 stycznia 2022 r.
o godz. 9.15 w kaplicy przy ul. Mariańskiej, skąd o godz. 9.30
nastąpi wyprowadzenie na mszę świętą do kościoła
pw. Świętego Jakuba (katedra) przy ul. Staszica,
a następnie na cmentarz komunalny przy ul. Wadąskiej w Dywitach.
Pogrążona w żałobie rodzina

14022opb1-a-M

Panu

**Jarosławowi Tokarczykowi**

wyrazy najgłębszego współczucia z powodu śmierci

**Mamy**

składa Poseł na Sejm RP
Jacek Protas

1622lwwl-a-M

Państwu

**Jarosławowi i Beacie Tokarczykom**

szczere wyrazy współczucia
z powodu śmierci

**Mamy i Teściowej**

składa
Jan Harhaj
Starosta Lidzbarski

1722lwwl-a-M

**Rodzinie i Bliskim**

zmarłej

**Jadwigi Konarzewskiej-Kruszewskiej**

wieloletniej ordynator
Oddziału Neurologicznego WSZ w Elblągu

wyrazy szczerego współczucia i żalu

składają
dyrekcja i pracownicy WSZ w Elblągu

1322see1-a-M

Pani

mgr farm. **Beacie Siemianowskiej**

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

**Mamy**

składają
Członkowie Okręgowej Izby Aptekarskiej w Olsztynie

14222opb1-a-M

Pani

**Małgorzacie Gibas-Skibko**

wyrazy szczerego współczucia, żalu i słowa otuchy
z powodu śmierci

**Mamy**

składają dyrekcja oraz koleżanki i koledzy
z Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Olsztynie

15022opb1-a-M

SACRUM

KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE

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

GODNIE – SOLIDNIE – Z SZACUNKIEM

Całodobowy przewóz zmarłych

320520opb1-d-M

ARKA USŁUGI POGRZEBOWE

ARKA
Elżbieta Michałowska Anna Michałowska

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

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

www.arkaolsztyn.pl

Całodobowy przewóz zmarłych

614619opb1-i-M

Warmiński 1987 ZAKŁAD POGRZEBOWY

dawniej market

OLSZTYN 895 355 300
ul. Lengowskiego 18-20 602 327 277

BISKUPIEC 897 152 093
ul. Armii Krajowej 4 608 680 642

POGOTOWIE POGRZEBOWE 89 527-09-09

Pomożemy Ci godnie pożegnać

614219opb1-g-M

ARKADIA
Olsztyn, ul. Jagiellońska 52/85

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

Zbigniew Jarmużewski kom. 602 514 880
Joanna Kamińska kom. 691 410 360
Andrzej Domasiewicz kom. 602 514 888

Gwarantujemy godną
i kulturalną posługę

614419opb1-f-M

eprasa.pl b7b7fc9e3f

# DRUGOLIGOWCY MYŚLĄ O WIOŚNIE

**PIŁKA NOŻNA**\\\ Obaj nasi drugoligowcy rozpoczęli już przygotowania do rundy wiosennej. Zdecydowanie gorsza jest sytuacja w Ostródzie, bo nie dość, że Sokół zajmuje ostatnie miejsce, to jeszcze na pierwszym treningu było tylko 17 zawodników.

Sokół - budując kadrę na ten sezon II ligi - bazował głównie na piłkarzach wypożyczonych. No i właśnie dwóch z nich postanowiło wrócić do swoich macierzystych klubów: obrońca Mateusz Bondarenko kolejny raz spróbuje przebić się do składu I-ligowego GKS Jastrzębie, natomiast Jan Flak zamienił Sokoła na II-ligową Wisłę Puławy. Poza tym Sebastian Rugowski walczy o miejsce w składzie Stomilu - obecnie z olsztyńskim pierwszoligowcem jest na zgrupowaniu w Mrągowie.

W efekcie w pierwszych zajęciach wzięło udział zaledwie 17 ostródzkich piłkarzy. - Jest to oczywiście zdecydowanie za mało - nie ma wątpliwości trener Hubert Błaszczak, który w tej sytuacji sprawdza formę wyróżniających się piłkarzy z naszego regionu: Rafał Kruczkowski to wychowanek GKS Wikielec (ostatni rok spędził w Olimpii Grudziądz), Mateusz Jońca ma za sobą debiut w I lidze, a jesienią zaliczył całkiem solidną rundę w III-ligowym GKS Wikielec, natomiast spory awans może zaliczyć Mateusz Sobotka ze Startu Nidzica, który do tej pory grał jedynie w lidze okręgowej. Ale jednocześnie Sobotka ma też propozycję występów w juniorach Stomilu, gdzie dobrze go pamiętają z okresu gry olsztynian w Centralnej Lidze Juniorów Młodszych. Poza tym na testach pojawił się także bramkarz Mateusz Prochoń z Karkonoszy Jelenia Góra.

Fot. Sokół Ostróda

Na testach w Sokole Ostróda przebywa Mateusz Jońca

- W tej chwili trudno powiedzieć, czy zespół będzie budowany na zawodnikach z Warmii i Mazur - przyznaje Błaszczak. - Na pewno jednak chcemy, żeby tacy piłkarze byli w kadrze, bo staramy się myśleć długofalowo. Jednocześnie będziemy także szukać wzmocnień spoza województwa. Duża grupa zawodników przyjedzie do nas na testy w przyszłym tygodniu, kiedy zagramy dwa spotkania sparingowe.

W okresie przygotowawczym ze względów finansowych Sokół nie wyjedzie na obóz przygotowawczy, więc Hubert Błaszczak jest w trakcie opracowywania planu obozu dochodzeniowego w Ostródzie. W okresie przygotowawczym Sokół zagra szereg sparingów: na początek w środę z Olimpią Olsztynek, 22 stycznia ze Stomilem, a następnie formę ostródzian sprawdzą: Polonia Lidzbark Warmiński, GKS Wikielec, Olimpia Grudziądz i Motor Lubawa.

Bez względu na przebieg przygotowań oraz ewentualne wzmocnienia zespół z Ostródy ma niewielkie szanse na pozostanie w II lidze, bo do bezpiecznego miejsca traci aż 11 punktów.

Zdecydowanie lepsze nastroje panują w Elblągu, bo Olimpia zimową przerwę spędza na szóstym miejscu w tabeli, tracąc do wicelidera tylko 6 punktów (do I ligi awansują dwa czołowe zespoły).

W pierwszych zajęciach udział wzięło 28 zawodników, którzy w sobotę o godz. 12 na sztucznej nawierzchni przy ul. Skrzydlatej rozegrają wewnętrzny sparing. W kadrze znaleźli się m.in. Dominik Kozera i Dawid Winiarski, dwaj wychowankowie, którzy do tej pory występowali w IV lidze.

- Kolejne tygodnie to przygotowania specjalne wraz ze zgrupowaniem dochodzeniowym - wyjaśnia trener Tomasz Grzegorczyk, którego podopieczni w tym czasie rozegrają siedem sparingów. - A w rundzie wiosennej chcemy włączyć się do walki o awans. Oby tylko omijały nas kontuzje i kartki.

Przypominamy, że w Olimpii nie zagra już Klaudiusz Krasa, bowiem przeszedł do pierwszoligowej Resovii Rzeszów.

• **Sparingi Olimpii:** 22.01 - Arka Gdynia (wyjazd), 28.01 - Bałtyk Gdynia (Elbląg, g. 17), 5.02 - Stolem Gniewino (Elbląg, g. 17), 8.02 - Pogoń Szczecin (wyjazd), 12.02 - Olimpia Grudziądz (Świecie), 19.02 - GKS Przodkowo (Elbląg, g. 12), 19.02 - Jeziorak Iława (Elbląg, g. 14).

**EM, JK, DAD**

## SPRINTEM

**PIŁKA RĘCZNA**\\\ Dzisiejszym meczem z Austrią Polacy rozpoczną udział w mistrzostwach Europy (g. 20.30, Eurosport 1). Niestety, na ostatniej prostej kadra doznała sporego osłabienia. Najpierw koronawirus wyeliminował z udziału w imprezie Rafała Przybylskiego i Dawida Dawydzika, natomiast już po przybyciu na Słowację okazało się, że pięciu kolejnych zawodników ma wynik pozytywny (Adam Morawski, Piotr Chrapkowski, Jan Czuwara, Kacper Adamski i Damian Przytuła). W tej sytuacji trener Patryk Rombel podjął decyzję o dowołaniu pięciu graczy z listy rezerwowej: Melwin Beckman (HK Aranas, Szwecja), Mikołaj Czapliński, Krzysztof Komarzewski (obaj Wisła Płock), Maciej Zarzycki (Gwardia Opole), Mateusz Zembrzycki (Azoty Puławy). W kolejnych meczach grupowych Polacy zagrają z Białorusią (16 stycznia, g. 20.30) i Niemcami (18 stycznia, g. 18).

>> Pozostali kadrowicze: Ariel Pietrasik (St. Gallen, Szwajcaria), Arkadiusz Moryto (Łomża Vive Kielce), Bartłomiej Bis (Górnik Zabrze), Kamil Syprzak (Paris Saint Germain, Francja), Maciej Gębala (SC Lipsk, Niemcy), Maciej Pilitowski (MKS Kalisz), Mateusz Kornecki (Łomża Vive), Michał Daszek (Wisła Płock), Michał Olejniczak (Łomża Vive), Patryk Walczak (Vardar, Macedonia), Piotr Jędraszczyk (Piotrkowianin Piotrków Trybunalski), Przemysław Krajewski (Wisła Płock), Szymon Sićko (Łomża Vive).

* W 13. kolejce Superligi Start zagra w Kielcach i będzie zdecydowanym faworytem niedzielnego meczu (początek o g. 15). Jest więc szansa, że elblążanki trochę się odkują za ostatnią porażkę 23:29 z Eurobudem JKS Jarosław. - Za dużo popełniliśmy błędów, co rywale wykorzystywali, wychodząc szybką kontrą. Żeby osiągać dobre wyniki, musimy grać skuteczniej w ataku, dlatego pracujemy nad wyeliminowaniem tych błędów - stwierdza trener Marcin Pilch. - Teraz gramy z Koroną, która walczy o pierwsze zwycięstwo w tym sezonie, więc kielczanki mogą nam napsuć sporo krwi. Kielecki beniaminek w Superlidze gra bardzo słabo - podopieczne trenera Pawła Tetelewskiego jedyny punkt wywalczyły z Młynami Koszalin (25:25, karne 2:4). Ale w Elblągu też powodów do radości nie ma, bo Start jest na przedostatnim miejscu. - Chcemy awansować w tabeli, więc każdy inny wynik niż nasze zwycięstwo będzie sporą niespodzianką - stawia sprawę jasno elbląski trener, który w Kielcach nie będzie mógł wystawić do gry wypożyczonej z Truso Nikoli Owczarek, bo tym razem Owczarek będzie reprezentowała swój macierzysty klub w mistrzostwach Polski juniorek. Poza tym pod znakiem zapytania stoi występ Joanny Wołoszyk (kontuzja palca), natomiast do gry powróci Wiktoria Kostuch.

>> **Inne mecze 13. kolejki, sobota:** KPR Kobierzyce - Eurobud JKS Jarosław (12.45), Perła Lublin - Piotrcovia Piotrków Tryb. (17), Młyny Stoisław Koszalin - Zagłębie Lubin 24:31 (13:19).

**PO 12 KOLEJKACH**

| | | |
|---|---|---|
| 1. Zagłębie | 36 | 403:312 |
| 2. Perła | 30 | 362:282 |
| 3. Kobierzyce | 21 | 317:287 |
| 4. Eurobud | 21 | 301:314 |
| 5. Piotrcovia | 18 | 309:310 |
| 6. Koszalin* | 11 | 297:339 |
| 7. Start | 9 | 284:345 |
| 8. Korona | 1 | 297:381 |

* mecz więcej

• W sobotnim meczu 1/16 finału Pucharu Polski Warmia Energa podejmie w Biskupcu superligową Sandrę SPA Pogoń Szczecin (początek o godz. 17). Dla ekipy ze stolicy Warmii i Mazur będzie to świetny sprawdzian przez meczami o ligowe punkty (pierwszy rozegrają 22 stycznia w Biskupcu). Los tak chciał, że spotkają się dwa zespoły, które w rozgrywkach ligowych spisują się znacznie poniżej oczekiwań: Pogoń zajmuje ostatnie miejsce w Superlidze, natomiast Warmia Energa jest przedostatnia w Lidze Centralnej.

Warto przypomnieć, że olsztynianie mają za sobą udane zgrupowanie w Rynie, gdzie trener Igor Stankiewicz skoncentrował się na budowaniu motoryki i treningach w hali. Organizatorzy przygotowali specjalną oprawę meczową oraz zapowiadają liczne konkursy dla kibiców. Po rywalizacji na parkiecie do gry wejdą dzieci, dla których poprowadzony zostanie Kids Camp powered by Energa, czyli trening z zawodnikami Warmii Energi Olsztyn.

**DAD, JK**

REKLAMA

**praca**

Szpital Powiatowy w Biskupcu

SZPITAL POWIATOWY im. Jana Mikulicza w Biskupcu

**ogłasza konkurs na stanowisko**

**koordynatora Oddziału Ginekologiczno-Położniczego**

oraz

**zatrudni lekarzy specjalistów do pracy na tym oddziale.**

Szczegółowe warunki konkursu na stronie szpitala: www.szpital-biskupiec.pl, dodatkowe informacje: aweraksa@szpital-biskupiec.pl.

122otba-a-M

**Burmistrz Pasłęka**

uprzejmie informuje, że na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Miejskim w Pasłęku (II piętro) został wywieszony wykaz przeznaczonych do sprzedaży nieruchomości stanowiących własność Miasta i Gminy Pasłęk. Wykaz wywieszono od 14 stycznia 2022 r. do 4 lutego 2022 r. i zamieszczono na stronach internetowych Urzędu https://paslek.pl/ oraz https://bip.paslek.pl/.

1122see1-c-M

**przetarg**

Wyciąg z ogłoszenia Burmistrza Pasłęka o I przetargu ustnym nieograniczonym

**Burmistrz Pasłęka**

**podaje do publicznej wiadomości, że ogłoszony został I przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż działki gruntu położonej Pasłęku przy ul. Dworcowej: dz. nr 34/33 o pow. 34 m²**

– cena wywoławcza 2.820 zł, wysokość wadium 560 zł.

Działka gruntu stanowiąca własność Miasta i Gminy Pasłęk, przeznaczona jest pod budowę garażu. Posiada urządzoną w Sądzie Rejonowym w Elblągu księgę wieczystą nr EL1E/00033717/2.

**Przetarg odbędzie się 15 lutego 2022 r. (wtorek) o godz. 9.00 w Sali Rycerskiej na parterze tut. Urzędu Miejskiego w Pasłęku, pl. św. Wojciecha nr 5**

Ogłoszenie o przetargu wywieszono od 14 stycznia 2022 r. do 4 lutego 2022 r. na tablicy ogłoszeń na II piętrze Urzędu Miejskiego w Pasłęku, opublikowano na stronie internetowej www.paslek.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej www.bip.paslek.pl.

Szczegółowych informacji na temat przetargu udziela Kierownik Referatu Rolnictwa i Gospodarki Gruntami Urzędu, pok. nr 20, tel. 55 248 20 01 do 03 wew. 60 w godz. od 7.30 do 15.30.

1122see1-b-M

eprasa.pl b7b7fc9e3f

# SPORTOWIEC BEZ BARIER

**PLEBISCYT**\\\ Przypominamy listę kandydatów rywalizujących w kategorii sms-owej Sportowiec bez Barier. Głosowanie trwa do 14 lutego.

Tradycyjnie lista jest otwarta, więc na adres sport@gazetaolsztynska.pl można przysyłać propozycje swoich kandydatów, z tym że pod uwagę bierzemy jedynie sukcesy odniesione w 2021 roku. Na Sportowca bez Barier głosujemy tylko sms-owo. Sms-y wysyłamy na numer 7248 (2,46 zł brutto), w treść wpisując jedynie kod przydzielony wybranemu przez nas sportowcowi (kody są zaznaczone na czerwono).

Głosujemy do 14 lutego, a nazwiska plebiscytowych laureatów i zwycięzców wszystkich kategorii sms-owych ogłosimy 26 lutego na tradycyjnym balu. Listy kandydatów są na sport.wm.pl.

**SPORTOWIEC BEZ BARIER**

- **Dominik Czyż** (bowling niewidomych i słabowidzących, OKS WiM Olsztyn) **go.spb.1**
- **Sylwester Flis** (hokej na sledgach, Atak Elbląg) **go.spb.2**
- **Piotr Kołodziejczuk** (kolarstwo niewidomych i słabowidzących, OKS WiM Olsztyn) **go.spb.3**
- **Mieczysław Kontrymowicz** (bowling niewidomych i słabowidzących, OKS WiM Olsztyn) **go.spb.4**
- **Katarzyna Orzechowska** (strzelectwo pneumatyczne niewidomych i słabowidzących, OKS WiM Olsztyn) **go.spb.5**
- **Monika Pudlis** (parakolarstwo, Smok Orneta) **go.spb.6**
- **Rafał Rocki** (lekka atletyka, Atak Elbląg) **go.spb.7**
- **Ryszard Suder** (szachy niewidomych i słabowidzących, OKS WiM Olsztyn) **go.spb.8**
- **Joanna Świderska** (siatkówka na siedząco, Atak Elbląg) **go.spb.9**
- **Artur Wąsowicz** (siatkówka plażowa, Atak Elbląg) **go.spb.10**
- **Adam Wiśniewski** (judo, Atak Elbląg) **go.spb.11**
- **Mariusz Wojdag** (siatkówka plażowa na siedząco, Atak Elbląg) **go.spb.12**
- **Rafał Wojtowicz** (siatkówka na siedząco/siatkówka plażowa, Atak Elbląg) **go.spb.13**

## SPORT TV

**PIĄTEK**

- **Biathlon.** Puchar Świata w Ruhpolding: sztafeta kobiet (14 Eurosport 1, 14.20 Polsat Sport)
- **Łyżwiarstwo figurowe.** ME w Tallinie: taniec rytmiczny (11.20 Polsat Sport), program krótki par tanecznych (13.30 Eurosport 2), program dowolny solistów (17, 20.30 Polsat Sport Extra, 19.45 Eurosport 2)
- **Narciarstwo alpejskie.** PŚ w Wengen: zjazd mężczyzn (12.15 Eurosport 1)
- **Narciarstwo dowolne.** PŚ w Nakisce: skicross (20.15 Polsat Sport News); Puchar Świata w Deer Valley: jazda po muldach (21.50 Eurosport 2, 22 Polsat Sport News)
- **Piłka nożna.** Liga angielska: Brighton & Hove Albion - Crystal Palace (20.55 Canal+ Sport); liga francuska: Nice - Nantes (20.55 Canal+ Sport 2, 20.55 nSport+, 20.55 Eleven Sports 1)
- **Piłka ręczna.** ME mężczyzn: Niemcy - Białoruś, Polska - Austria (17.50 Eurosport 2, 20.20 Eurosport 1)
- **Siatkówka.** PlusLiga: Cuprum Lubin - Trefl Gdańsk (20.30 Polsat Sport)
- **Skoki narciarskie.** PŚ w Zakopanem: trening (15.30 TVP Sport), kwalifikacje (17.55 TVP Sport, 18 TVP 1, 18 Eurosport 1)
- **Snooker.** Turniej Masters w Londynie (15.45, 22.15 Eurosport 1)
- **Tenis.** Turniej ATP w Adelajdzie (11.30 Eurosport 2)

**SOBOTA**

- **Biathlon.** PŚ w Ruhpolding: sztafeta mężczyzn (14.20 Polsat Sport News)
- **Koszykówka.** Energa Basket Liga: Śląsk Wrocław - Asseco Arka Gdynia (17.30 Polsat Sport Extra); liga hiszpańska: UCAM Murcja - Hereda San Pablo Burgos (20.40 nSport+, 20.45 Sportklub); NBA: Milwaukee Bucks - Toronto Raptors (00.00 Canal+ Sport)
- **Łyżwiarstwo figurowe.** ME: program dowolny par tanecznych (12.30 Eurosport 2, 12.35 Polsat Sport Extra), program dowolny solistek (17 Polsat sport News, 20 Polsat Sport Extra)
- **Narciarstwo alpejskie.** PŚ w Zauchensee: zjazd kobiet (10.30 Eurosport 1); PŚ w Wengen: zjazd mężczyzn (12.15 Eurosport 1)
- **Piłka nożna.** 2. liga angielska: Luton - Bournemouth (13.25 Eleven Sports 2); liga angielska: Manchester City - Chelsea, Aston Villa - Manchester United (13.25, 18.25 Canal+ Sport), Wolverhampton - Southampton (15.55 Canal+), Newcastle - Watford (15.55 Canal+ Family, Canal+ Sport 2); liga włoska: Sampdoria - Torino, Salernitana - Lazio, Juventus - Udinese (14.55, 17.55, 20.40 Eleven Sports 1); Puchar Hiszpanii: Girona - Rayo Valecano, Real Betis Balompie - Sevilla (18.25, 21.25 TVP Sport); liga francuska: Saint-Etienne - RC Lens (16.55 Eleven Sports 2, 16.55 nSport+), Paris Saint-Germain - Stade Brestois (20.55 Eleven Sports 2, 20.55 Canal+ Sport); liga holenderska: Feyenoord - Vitesse (19.55 Polsat Sport News); liga portugalska: Benfica - Moreirense (18.55 Eleven Sports 2)
- **Piłka ręczna.** ME: Słowacja - Litwa, Słowenia - Dania (17.50, 20.20 Eurosport 2)
- **Siatkówka.** PlusLiga: Indykpol AZS Olsztyn - Ślepsk Suwałki, Stal Nysa - Skra Bełchatów, LUK Lublin - ZAKSA Kędzierzyn-Koźle (14.45, 17.30, 20.30 Polsat Sport)
- **Skoki narciarskie.** PŚ w Zakopanem: konkurs drużynowy (15.55 TVP Sport, 16 Eurosport 1, 15.55, 17.05 TVP 1)
- Snooker. Turniej Masters w Londynie (16.15 Eurosport 2, 19.45 Eurosport 1)
- **Snowboard.** PŚ w Simonhöhe: drużynowy slalom gigant równoległy (9.05 Eurosport 2)
- **Tenis.** Turniej ATP w Adelajdzie: finał gry pojedynczej (8.30 Eurosport 1).

**DAD**

## SPRINTEM

**SKOKI NARCIARSKIE**\\\ Podczas Pucharu Świata w Zakopanem polska ekipa wystąpi bardzo osłabiona - najpierw kontuzji doznał Kamil Stoch, po czym okazało się, że Dawid Kubacki i Paweł Wąsek maja pozytywny wynik na obecność koronawirusa. W efekcie w sobotnim konkursie drużynowym Polska będzie rywalizować bez dwóch podstawowych zawodników.

**W tej sytuacji o punkty Pucharu Świata powalczą:** Piotr Żyła, Jakub Wolny, Andrzej Stękała, Aleksander Zniszczoł, Maciej Kot, Tomasz Pilch, Klemens Murańka, Kacper Juroszek i Stefan Hula.

**TENIS STOŁOWY**\\\ Dekorglass Działdowo przegrał z Borussią Dusseldorf w pierwszym meczu ćwierćfinałowym Ligi Mistrzów.

**• Dekorglass Działdowo – Borussia Dusseldorf 0:3**

Truls Moregard – Qiu Dang 2:3 (7:11, 11:9, 14:12, 9:11, 0:6), Jakub Dyjas – Anton Kallberg 1:3 (11:13, 4:11, 13:11, 9:11), Patryk Lewandowski – Kristian Karlsson 0:3 (3:11, 8:11, 7:11)

Zespół trenera Michała Dziubańskiego wystąpił bez swoich zagranicznych gwiazd – Taimu Arinobu i Liao Cheng-Tinga. W szeregach Dekorglassu pojawił się za to wicemistrz świata w grze pojedynczej Truls Moregard. Skład klubu z Warmii i Mazur uzupełnili Jakub Dyjas oraz zdobywający dopiero międzynarodowe doświadczenie Patryk Lewandowski. Przed rewanżem, który odbędzie się 23 stycznia, tenisiści stołowi Dekorglassu są w bardzo trudnej sytuacji. Aby awansować do półfinału, mistrzowie Polski muszą zwyciężyć 3:0 i stracić tylko dwa sety. W odmiennej sytuacji jest Enea Siarkopol Tarnobrzeg, która po zwycięstwie na wyjeździe z francuskim TT Saint Quentin 3:0 (w setach 9:0!) jest już praktycznie w półfinale Ligi Mistrzyń.

**PIŁKA NOŻNA**\\\ Remigiusz Sobociński, który ma na koncie 202 mecze w Ekstraklasie, po 10 latach odchodzi z trzecioligowego GKS Wikielec. 11 marca Sobociński skończy 48 lat, ale to nie znaczy, że postanowił zakończyć karierę! Nic z tego, bo wiosną będzie grał w Ossie Biskupiec Pomorski, która zajmuje czwarte miejsce w grupie 2 klasy okręgowej.

**ZICO**

61. PLEBISCYT

NA 10 NAJPOPULARNIEJSZYCH SPORTOWCÓW WOJ. WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO

**GŁOSUJĘ NA:**

1. .....
2. .....
3. .....
4. .....
5. .....
6. .....
7. .....
8. .....
9. .....
10. .....

Pełna lista kandydatów dostępna na **www.gazetaolsztynska.pl**
Kupon należy dostarczyć do **14 lutego 2022 r.** na adres: **Grupa WM Sp. z o.o., 10- 364 Olsztyn, ul. Tracka 5, z dopiskiem „Plebiscyt".**

Imię i nazwisko .....

Adres .....

Tel. .....

E-mail: .....

**1. TAK / NIE*** Oświadczam, że zapoznałem się i akceptuję regulamin Plebiscytu, który jest dostępny w siedzibie spółki i na stronie internetowej www.gazetaolsztynska.pl, oraz że zapoznałem się z informacją o przetwarzaniu danych osobowych, którą zamieszczono w § 8 regulaminu.

**2. TAK / NIE*** Oświadczam, iż wyrażam dobrowolną zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych na potrzeby przeprowadzenia plebiscytu i wyłonienia zwycięzcy nagrody na podstawie regulaminu Plebiscytu.

**3. TAK / NIE*** Oświadczam, iż wyrażam dobrowolną zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych w celach marketingowych, w tym otrzymywania informacji handlowych drogą elektroniczną na podany wyżej adres poczty e-mail i numer telefonu, realizowanych przez Grupę WM Sp. z o.o. w Olsztynie.

Data i czytelny podpis .....

* Właściwą odpowiedź należy zakreślić. W przypadku niewyrażenia zgody w pkt 2 oświadczenia uczestnik Plebiscytu nie będzie brał udziału w losowaniu nagród.

PARTNER STRATEGICZNY

citi citi handlowy

PATRONI HONOROWI

Wojewoda Warmińsko-Mazurski Artur Chojecki

Marszałek Województwa Warmińsko-Mazurskiego Gustaw Marek Brzezin

Starosta Olsztyński Andrzej Abako

PARTNER BRĄZOWY

OLSZTYN

O!GRÓD Z NATURY

2821otbp-B -K


eprasa.pl b7b7fc9e3f

W LIDZE MISTRZÓW SIATKARZY ZAKSA KĘDZIERZYN-KOŹLE PRZEGRAŁA 2:3 (-17, 16, -18, 22, -12) Z CUCINE LUBE CIVITANOVA

# OBY ŚLEPSK ICH NIE OŚLEPIŁ

**PLUSLIGA SIATKARZY**\\\ W sobotę w Iławie Indykpol AZS podejmie Ślepsk Suwałki. Goście w tym sezonie spisują się bardzo słabo, m.in. w pierwszej rundzie w swojej hali z olsztynianami nie wygrali nawet seta. Początek o godzinie 14.45.

W styczniu Ślepsk rozegrał dwa mecze i obydwa przegrał, o ile jednak porażka z Zawierciem była raczej wliczona w koszty, o tyle 1:3 z lubelskim beniaminkiem na pewno było sporym rozczarowaniem. W efekcie zespół z Suwałk do tej pory zdobył tylko 9 punktów - warto w tym miejscu przypomnieć, że w ubiegłym sezonie po 14 kolejkach tych punktów miał 17. Regres jak widać jest bardzo duży, dlatego w sobotę ekipa trenera Andrzeja Kowala za wszelką cenę będzie chciała przełamać złą passę.

JEDNAK OLSZTYNIANIE MYŚLĄ O TYM SAMYM, BOWIEM PO NIEZŁYM POCZĄTKU TERAZ TYLKO PRZEGRYWAJĄ (0:3 Z JASTRZĘBIEM, 0:3 Z ZAKSĄ, 2:3 Z PROJEKTEM, 0:3 Z RESOVIĄ, 1:3 ZE SKRĄ). OSTATNI RAZ INDYKPOL AZS ZE ZWYCIĘSTWA CIESZYŁ SIĘ 28 LISTOPADA, KIEDY W IŁAWIE DOPIERO W PIĘCIU SETACH POKONAŁ STAL.

Jak na razie siatkarze z Olsztyna chwalą sobie współpracę z Javierem Weberem, który w grudniu zastąpił zbyt nerwowego Marco Bonittę. Zadowolony jest m.in. Torey DeFalco: - Weber wprowadził diametralnie zróżnicowany system treningowy, który bardzo mi odpowiada. Cieszę się z możliwość nauki nowych siatkarskich perspektyw czy elementów taktyki - przyznał Amerykanin. Oby tylko ta nauka jak najszybciej przyniosła efekty...

A POZA TYM MOŻE WARTO TEŻ POMYŚLEĆ O WSPÓŁPRACY Z PSYCHOLOGIEM, BO W DECYDUJĄCYCH MOMENTACH SIATKARZE „ZIELONEJ ARMII" SKRZYDŁA HUSARII ZAMIENIAJĄ NA SKRZYDŁA MUCHY, W EFEKCIE WYSTARCZY, ŻE RYWALE UDERZĄ KILKA RAZY MOCNIEJ GAZETĄ I PO SECIE.

Przypomnijmy, że w Rzeszowie olsztynianie prowadzili 21:18, a ze Skrą nawet 22:18, ale i tak oba te sety przegrali. Dlatego ze Ślepskiem punktów stracić już nie mogą, bo wtedy ich miejsce w czołowej ósemce stanie pod dużym znakiem zapytania, chociaż LUK jeszcze teraz się raczej nie zbliży, ponieważ trudno przypuszczać, by poradził sobie z ZAKSĄ.

A wracając do sobotniego meczu w Iławie, to po dwóch stronach siatki staną Amerykanie Torey DeFalco i Joshua Tuaniga, którzy jeszcze stosunkowo niedawno razem grali w Long Beach State - w 2018 i 2019 roku zdobyli z tym klubem tytuł mistrzów NCAA.

Fot. Mateusz Lewandowski

Atakuje Karol Butryn, który w tym sezonie zdobył 243 punkty dla Indykpolu AZS Olsztyn

Poza tym w tym tygodniu władze Iławy przedłużyły umowę z Indykpolem AZS, dzięki czemu mecze PlusLigi nadal będą rozgrywane w tym mieście. Poprzednia umowa zakończyła się 31 grudnia - na jej podstawie Iława zapłaciła olsztyńskiemu klubowi 100 tysięcy złotych. O warunkach finansowych nowej umowy władze miasta poinformowały na swojej stronie internetowej: „Iława będzie gościła siatkarzy PlusLigi do końca 2022 r. Na dokończenie rozgrywek sezonu 2021/2022 i rozpoczęcie sezonu 2022/2023 zabezpieczono w budżecie łączną kwotę 150 000 zł. Środki te pokryją zapotrzebowanie drużyny Indykpolu AZS-u Olsztyn w zakresie zakwaterowania i wyżywienia podczas meczów, opłaty sztabu medycznego, transportu oraz opłat licencyjnych. Dodatkowo ICSTiR zobowiązało się do udostępnienia i przygotowania obiektu hali sportowo-widowiskowej do meczów zgodnie z wymogami PlusLigi".

Warto wyjaśnić, że część tych pieniędzy wróci do miejskiej kasy, bowiem Iława ma prawo do 30 procent wpływów z biletów. Poza tym „siatkarskie widowiska oznaczają przychody dla branży turystycznej i gastronomicznej. Nie można zapominać o promocji Iławy w ogólnopolskich mediach".

- Cieszę się, że kontynuujemy współpracę z jednym z najlepszych klubów siatkarskich w Polsce. Pełne trybuny iławskiej hali podczas meczów są dowodem trafności podjętej decyzji - nie ma wątpliwości burmistrz Iławy Dawid Kopaczewski.

• **Inne mecze 16. kolejki, piątek:** Cuprum Lubin - Trefl Gdańsk (20.30, Polsat Sport); **sobota:** Stal Nysa - Skra Bełchatów (17.30, Polsat Sport), LUK Lublin - ZAKSA Kędzierzyn-Koźle (20.30, Polsat Sport); **niedziela:** Jastrzębski Węgiel - Asseco Resovia Rzeszów (14.45, **awansem z 18. kolejki**, Polsat Sport); GKS Katowice - Aluron Warta Zawiercie (17.30 Polsat Sport); **mecze przełożone:** Jastrzębski Węgiel - Projekt Warszawa, Cerrad Czarni Radom - Asseco Resovia Rzeszów.

**DAD, ZICO**

**PLUSLIGA**

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1. ZAKSA | 14-0 | 40 | 42:6 |
| 2. Jastrzębski | 12-3 | 38 | 40:11 |
| 3. Zawiercie | 12-3 | 33 | 37:20 |
| 4. Skra | 11-4 | 33 | 40:22 |
| 5. Projekt | 10-4 | 29 | 34:23 |
| 6. Resovia | 8-7 | 25 | 29:24 |
| 7. Indykpol AZS | 7-7 | 21 | 26:25 |
| 8. LUK | 6-9 | 17 | 23:34 |
| 9. Katowice | 5-9 | 14 | 21:33 |
| 10. Czarni | 5-9 | 13 | 17:34 |
| 11. Trefl | 4-10 | 13 | 18:30 |
| 12. Cuprum | 3-11 | 12 | 20:35 |
| 13. Ślepsk | 3-11 | 9 | 13:35 |
| 14. Stal | 1-14 | 6 | 14:42 |

GAZETA OLSZTYŃSKA.
Oficjalny partner prasowy drużyny Indykpol AZS Olsztyn zaprasza na mecz
Drużynę Indykpol AZS Olsztyn wspierają:
INDYKPOL
OLSZTYN
O!GRÓD Z NATURY
WARMIA MAZURY
IŁAWA
livingroom
POLMLEK
INTER PARTS
szynakameble
PRZEMYSŁÓWKA HOLDING
AdiFeed
PROteinBIOTIC
PZU
Mercedes-Benz Auto Idea
DAMIX
eyesportwear.com
DBK GROUP
Partner meczu
Węgorzewo

eprasa.pl b7b7fc9e3f