Masz **moc!**

Przekaż **1% podatku**
Podaruj dzieciom **lepsze życie**

KRS 0000148747 | www.**przyszloscdladzieci**.org

5120OTBS-S-K

ŚRODA
01|04|2020

DZIENNIK ELBLĄSKI.pl

strefa 3 młodości

cena 2,90 zł \\\ (w tym 8% VAT)

ISSN 0137-9127 NR INDEKSU 350176 \\\ NAKŁAD 3 623 NR 76 (20196) \\\ NA TERENIE POZOSTAŁYCH POWIATÓW UKAZUJE SIĘ JAKO GAZETA OLSZTYŃSKA

Fot. Zbigniew Woźniak

Większa izolacja, ograniczenia w sklepach, godziny dla seniorów, #zostańwdomu

\3

eprasa.pl c3dcc7945e

Z tarczą, czy na tarczy?

GOSPODARKA || O ile kolejne restrykcje, które wprowadza rząd w związku z pandemią, mogą zapobiec rozprzestrzenianiu się koronawirusa, tak tarcza antykryzysowa nie ochroni firm i ludzi. To opinia wielu przedsiębiorców, którym widmo bankructwa zagląda w oczy.

Od dziś nad gospodarką ma unosić się tzw. tarcza antykryzysowa, czyli pakiet ustaw, mających pomóc firmom i ich pracownikom przetrwać skutki epidemii koronawirusa. Plan ratunkowy opiewa na kwotę 212 miliardów złotych — ok. 10 proc. PKB. Z jednej strony to dużo, z drugiej przedsiębiorcy są rozczarowani, bo to wsparcie jest za małe, nie obejmie wszystkich. I chcą już nowelizacji świeżo co uchwalonej specustawy.

Trudno się temu dziwić, skoro czeka nas trzęsienie ziemi w gospodarce. Recesja — a jak głęboka, tego nikt nie jest dziś w stanie dokładnie określić.

— Prognozowana recesja będzie nieporównywalna z czymkolwiek od przynajmniej 1929 roku — przyznał premier Mateusz Morawiecki.

Tym bardziej więc wszyscy chcieliby schronić się pod tarczą, którą na te ciężkie czasy jakie mamy, zaproponował rząd, a uchwalił parlament. Jednak pomoc w tarczy dotyczy głównie mikrofirm, tych zatrudniających do 9 pracowników, które mogą liczyć na umorzenie składek ZUS na trzy miesiące czy na 5 tys. zł pożyczki. Umorzenie ZUS dotyczy też samozatrudnienia.

Dlaczego akurat mikrofirmy znalazły się pod szczególnym nadzorem? Jedni tłumaczą to tym, że tworzą nieco ponad 30 proc. naszego PKB, inni, że im trudniej przetrwać w kryzysie, bo zanim duży schudnie, to mały już umrze. Owszem 96 proc. podmiotów gospodarczych na Warmii i Mazurach to firmy zatrudniające do 9 osób. Tak więc wzięcie ich pod państwowy klosz wydaje się być słuszne, choć inaczej wygląda to jak popatrzy się na zatrudnienie. Trzeba długo wertować statystyki, żeby znaleźć dane dotyczące poziomu zatrudnienia w firmach. Najnowsze dotyczące firm zatrudniających do 9 pracowników są sprzed dwóch lat. I z danych GUS wynika, że w 2018 roku w Polsce było 2 mln 146 tys. mikroprzedsiębiorstw, w których pracowało 4 mln 173,2 tys. osób. Warto to odnieść do Warmii i Mazur. W 2018 roku w regionie liczba pracujących bez służb mundurowych, jak nam podał dyrektor WUP w Olsztynie, wynosiła 457 tys. osób. A z danych GUS wynika, że dwa lata temu w naszym regionie w 59,7 tys. firmach do 9 pracowników zatrudnionych było 115,4 tys. osób. Zatem tylko co czwarty zatrudniony pracował w mikrofirmie.

Fot. Grzegorz Czykwin

Branża, w której funkcjonują Termy Warmińskie, ponosi przez pandemię ogromne straty

W tarczy małe i średnie przedsiębiorstwa mogą liczyć także na dofinansowanie płac pracowników. Tyle że wiele małych i średnich firm, które wskutek decyzji administracyjnych musiały przerwać pracę, nagle zostało bez dochodów.

— Zamknęliśmy Termy nie dlatego, że chcieliśmy, ale dlatego, że musieliśmy z uwagi na sytuację zagrożenia koronawirusem oraz w trosce i bezpieczeństwo pracowników, bo gości nie ma — mówi Elżbieta Lendo, Lendo Hotels Group, który zarządza Termami Warmińskimi — To sytuacja nadzwyczajna — nie ma gości, więc siłą rzeczy jesteśmy w stanie postoju.

Branża, w której funkcjonują Termy Warmińskie ponosi przez pandemię ogromne straty. Czy tarcza antykryzysowa spełnia oczekiwania administratorki lidzbarskiego zespołu basenów?

— Za dużo odroczeń, za mało umorzeń — uważa Elżbieta Lendo. — Ratujmy się, ale na kredyt — to żadne rozwiązanie. Ta tarcza nie wnosi niczego. Komunikowana na dziś forma pomocy jest nie tylko niewystarczająca ale, nie bójmy się tego powiedzieć, znikoma i z pewnością nie ocali przedsiębiorców oraz przede wszystkim nie gwarantuje bezpieczeństwa pracowników. Dotyczy małych przedsiębiorstw. Odraczanie płatności niewiele daje, bo przecież nie sprzedamy w lipcu podwójnie pokoi hotelowych, czy biletów. Oczekujemy raczej zwolnienia z płatności, a nie ich odroczenia. Najpilniejszym działaniem jest wsparcie płynności przedsiębiorstw. To, co w tej chwili proponuje rząd to nie jest wsparcie, to dla wielu firm tylko wydłużanie agonii.

Czarno widzą swoją przyszłość hotelarze na Warmii i Mazurach, bo hotele stoją puste.

— Sytuacja jest dramatyczna — mówi Małgorzata Jędrzejczyk, dyrektor hotelu Robert's Port koło Mikołajek, których zatrudnia 80 osób na umowach o pracę. — Nie ma gości, a rachunki rosną. Co z tego, że nam odroczą płatność ZUS, podatku, przecież za trzy miesiące będziemy musieli to zapłacić, a skąd wziąć pieniądze? Goście masowo odwołują rezerwacje i chcą zwrotu zaliczek, a firmy odwołały wszystkie konferencje. Nam najbardziej w tej chwili zależy na utrzymaniu miejsc pracy. Liczmy na to, że po trzech miesiącach już wszystko zacznie wracać do punktu wyjścia. Dlatego tak nam zależało, żeby „tarcza" zaczęła już obowiązywać, żebyśmy wiedzieli, co mamy robić, jakie dostaniemy dofinansowanie. A dzisiaj dalej nic nie wiemy.

Przypomnijmy tez, że od dziś hotele i inne miejsca noclegowe zostały przez rząd zamknięte.

ANDRZEJ MIELNICKI, LUB

REDAKTORZY WYDANIA
Monika Nowakowska 89 539 75 00
Mirosław Wieczorek 89 539 74 60
Beata Brokowska 89 539 75 90
Artur Dryhynycz sport@gazetaolsztynska.pl

WYDANIE ONLINE
internet@gazetaolsztynska.pl

REDAKTOR NACZELNY
Igor Hrywna

ZASTĘPCY REDAKTORA NACZELNEGO
Monika Nowakowska
Bartosz Orliński

GAZETAOLSZTYNSKA.PL
redakcja@gazetaolsztynska.pl
tel. 89 539 75 00, 89 539 74 83

PRENUMERATA
89 539 76 65
prenumerata@gazetaolsztynska.pl

REKLAMA W OLSZTYNIE
ul. Tracka 5
89 539 77 77
reklama@gazetaolsztynska.pl

CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ
ul. Partyzantów 28,
tel. 89 527 74 80, 82

REDAKCJA W ELBLĄGU
ul. Rybacka 35
82–300 Elbląg
tel. 55 611 46 00
fax 55 236 17 51

REKLAMA W ELBLĄGU
ul. Rybacka 35
tel./fax 55 236 16 99
reklamy@dziennikelblaski.pl

WYDAWCA
GRUPA WM Sp. z o.o.
ul. Tracka 5
10–364 Olsztyn

PREZES
Jarosław Tokarczyk

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 c3dcc7945e

Trzymaj dystans i zostań w domu

PRAWO || Wczoraj premier Mateusz Morawiecki ogłosił nowe obostrzenia wprowadzone z powodu pandemii. Od dziś obowiązują ograniczenia liczby osób w sklepach, godziny tylko dla seniorów, ograniczenia w poruszaniu, zostają zamknięte parki.

Musimy zrobić wszystko, by uniknąć najgorszego scenariusza i ograniczyć epidemię koronawirusa – powiedział wczoraj premier Mateusz Morawiecki podczas specjalnej konferencji. Ogłosił nowe, kolejne obostrzenia na czas epidemii, z których większość obowiązuje już od dziś. Do kiedy? Na razie, jak powiedział premier, przez dwa tygodnie.

* Sklepy i punkty usługowe – 3 osoby na kasę.
* Targowiska – 3 klientów na 1 punkt handlowy.
* Placówki pocztowe – 2 osoby na 1 okienko pocztowe.
* W weekendy wielkopowierzchniowe sklepy budowlane będą zamknięte.
* Od 2 kwietnia wszyscy klienci sklepów będą robić zakupy w jednorazowych rękawiczkach.
* W godzinach od 10 do 12 sklepy i punkty usługowe mogą obsługiwać jedynie osoby powyżej 65 roku życia.
* W pozostałych godzinach sklepy i lokale usługowe są dostępne dla wszystkich, także dla osób powyżej 65 roku życia
* Hotele i inne miejsca noclegowe zostają zamknięte. Mogą działać wyłącznie wtedy, gdy przebywają w nich osoby w kwarantannie lub izolacji, a także personel medyczny. Nie dotyczy to osób w delegacji.
* Od 1 kwietnia obowiązuje automatyczna kwarantanna dla bliskich osób w kwarantannie.
* Zamknięte zostają wszystkie zakłady fryzjerskie, kosmetyczne, salony tatuażu i piercingu. Wizyty w domach nie wchodzą w grę.
* Zawieszenie zabiegów rehabilitacyjnych i masaży.
* Zakaz wychodzenia z domu osób do 18 roku życia bez opieki dorosłego.
* Zakaz korzystania z parków, plaż, bulwarów, promenad oraz rowerów miejskich.

Fot. Adam Guzi KPRM

Premier Mateusz Morawiecki apelował do Polaków: Zostańcie w domu

* 2 metry tyle ma wynosić minimalna odległość między pieszymi. Dotyczy to także rodzin i ich bliskich. Nie dotyczy: rodziców z dziećmi wymagającymi opieki (do 13 roku życia), osób niepełnosprawnych i ich opiekunów.
* Od 2 kwietnia zasada podróżowania zbiorowym transportem publicznym „tylu pasażerów, ile wynosi połowa miejsc siedzących" zostaje rozszerzona na pojazdy transportu niepublicznego.
* Pracodawcy od 2 kwietnia będą musieli zapewnić dodatkowe środki pracownikom. Stanowiska pracy muszą być oddalone o co najmniej 1,5 metra. Pracownicy mają obowiązek używania rękawiczek, a także mieć dostęp do płynów dezynfekujących.
* W dalszym ciągu nie można wychodzić z domu poza: dojazdem do pracy, udaniem się po niezbędne zakupy i usługi związane z zawodową działalnością, wykupem lekarstw, wyjściem do lekarza, opieką nad bliskimi, wyprowadzeniem psa. Poruszać się mogą wolontariusze działający na rzecz walki z koronawirusem.

Czy będzie można biegać i jeździć rowerem? – zapytał jeden z dziennikarzy. Minister zdrowia Łukasz Szumowski odpowiedział, że chociaż uprawianie sportu nie zostało zakazane, odradza taką aktywność. – Nie jest tak, że mamy prawo biegania, uprawiania sportów. Traktujmy to jako niezbędny środek higieny zdrowia psychicznego. Chodzi o to, żeby wyjść, przewietrzyć się krótko i do domu – powiedział.

ŹRÓDŁO: KANCELARIA PREMIERA

Sejm zajmował się wczoraj specustawą z poprawkami senatorów do tarczy antykryzysowej. Senat zwiększył przyznane środki na ochronę przedsiębiorstw i miejsc pracy oraz zdrowie, a także wykreślił zapisy niezwiązane z ratowaniem życia ludzi i firm – zmiany w Kodeksie wyborczym i odnoszące się do Rady Dialogu Społecznego, dodane przez Sejm.

Główne poprawki senatorów:

* zwolnienie firm z płacenia podatków i opłat od firm na czas stanu epidemii lub stanu nadzwyczajnego z nią związanego. Podatki musiałyby zostać spłacane, ale nie wcześniej niż po 90 dniach od ustania stanu zagrożenia epidemicznego. Nie byłyby za to również pobierane odsetki za zwłokę.
* zwolnienie z opłacania składek ZUS na trzy miesiące dla małych i średnich przedsiębiorstw (do 9 osób oraz o samozatrudnionych o przychodzie poniżej 3-krotności przeciętnego wynagrodzenia)
* pożyczki dla firm w wysokości 40 tysięcy złotych
* zasiłki dla rodziców lub opiekunów prawnych dzieci do 12. roku życia
* przyznanie 20 miliardów złotych na ochronę zdrowia ze środków Unii Europejskiej
* obligatoryjne, cotygodniowe testy dla pracowników służby zdrowia
* specjalny dodatek za pracę w godzinach nadliczbowych, w wysokości 50 procent wynagrodzenia dla pracowników placówek, w których leczeni są pacjenci zakażeni koronawirusem.

GAZETA OLSZTYŃSKA ZAWSZE POD RĘKĄ.
ZAPRENUMERUJ E-WYDANIE: KUPGAZETE.PL

eprasa.pl c3dcc7945e

KOLEJNY PRZYPADEK W REGIONIE

Jak informuje Krzysztof Guzek, rzecznik Warmińsko-Mazurskiego Urzędu Wojewódzkiego w Olsztynie, 58 osoba zakażona koronawirusem w regionie to młoda kobieta z powiatu nowomiejskiego, z transmisji lokalnej, stan dobry, w izolacji domowej. W kraju odnotowano 83 nowe przypadki zakażenia koronawirusem, potwierdzone pozytywnym wynikiem testów laboratoryjnych. Ministerstwo Zdrowia poinformowało również o śmierci 70-letniej kobiety zarażonej koronawirusem, która była hospitalizowana w Tychach. W sumie liczba osób zakażonych koronawirusem w Polsce wynosi 2215/32 (wszystkie pozytywne przypadki/ w tym osoby zmarłe). Dane są z wczoraj z godz. 15.

ORDYNATOR PACJENTEM

Ordynator Specjalistycznego Szpitala Wojewódzkiego w Olsztynie jest zakażony koronawirusem i przebywa w szpitalu w Ostródzie. Lekarz niedawno był na nartach w Austrii, gdzie prawdopodobnie się zaraził. Jego stan jest ciężki, ale stabilny. Jak zapewnia Janusz Dzisko, dyrektor sanepidu w Olsztynie, po powrocie z wakacji nie wykonywał żadnych czynności służbowych na terenie szpitala. Żaden inny lekarz nie jest zakażony koronawirusem. Żaden z oddziałów szpitalnych nie został zamknięty z powodu koronawirusa.

fot. WOT

WORD ZAWIESZA EGZAMINY

Wojewódzki Ośrodek Ruchu Drogowego w Olsztynie od 1 kwietnia zawiesza przeprowadzanie egzaminów w zakresie wszystkich kategorii prawa jazdy oraz kursów i szkoleń. Wniesione opłaty za egzaminy, kursy, szkolenia zachowują ważność. W tym okresie Biuro Obsługi Klientów będzie nieczynne.

POBIERAJĄ WYMAZY

Żołnierze WOT włączają się w akcję pobierania wymazów na obecność koronawirusa. Pierwszą brygadą, która rozpoczęła wsparcie służb sanitarnych była 4 Warmińsko-Mazurska Brygada OT. Jej żołnierze przeszli szkolenie w olsztyńskiej stacji sanitarno-epidemiologicznej. Na chwilę obecną brygada posiada trzydzieści dwuosobowych zespołów przydzielonych do poszczególnych powiatów. Każdy z takich zespołów pobiera średnio 20 wymazów dziennie. Działania są prowadzone w systemie stacjonarnym (na terenie placówek medycznych lub doraźnie zorganizowanych miasteczek polowych) lub mobilnie (w miejscu przebywania osób poddanych kwarantannie).

— Pobieranie wymazów nie jest skomplikowane, ale liczy się precyzja — mówi Monika Jabłońska-Buder, rzecznik prasowy 4 Warmińsko-Mazurskiej Brygady OT. — Żołnierze pobierają wymazy zachowując środki szczególnej ostrożności. Następnie próbki trafiają do stacji sanitarno-epidemiologicznej, która je bada i przekazuje wynik osobie badanej.

WYSZLI Z KWARANTANNY

Policjanci wspólnie z funkcjonariuszami WOT-u codziennie sprawdzają i zbierają informacje o tym, czy osoba objęta kwarantanną stosuje się do postanowień decyzji. Tak również dzieje się na terenie powiatu iławskiego. Jednak kolejne cztery osoby postanowiły nie przestrzegać 14-dniowej kwarantanny i ze swojego zachowania będą tłumaczyć się przed sądem.

MYŚLIWI SZYJĄ MASECZKI

Polscy myśliwi zorganizowali ogólnopolską akcję szycia maseczek dla pielęgniarek oraz lekarzy. W ramach tej akcji wspierają również pogotowia ratunkowe, hospicja, domy opieki. Maseczki trafiły już do hospicjum w Jaśkach koło Olecka.

— W chwili obecnej szyjemy 3 tys. maseczek, które zostaną przekazane domom opieki w Markowskich, Kowalach Oleckich oraz stacjom Krwiodawstwa. Nasze wsparcie kierujemy w te miejsca, które są potencjalnie w grupie zwiększonego ryzyka zachorowaniem i nie powinniśmy o nich zapominać — mówi Ewa Piątkowska-Klimaszewska, koordynatora regionu z Koła Łowieckiego „Dzik" w Olecku.

Maseczki szyte są przez ochotniczki z Pracowni Skieroławki w Piłakach Małych. RED.

fot. arch. prywatne

A może warto wziąć przykład z Czech?

Czesi biorą przykład z Korei Południowej, a my moglibyśmy postąpić podobnie. Chodzi o tzw. inteligentną kwarantannę. Zainspirował ich sukces Koreańczyków.

Cały świat walczy z pandemią koronawirusa. Jedni radzą sobie z tym lepiej, inni gorzej, a jeszcze inni średnio. O Czechach zrobiło się głośno, gdy zamówili dla obywateli maseczki z Chin. Zresztą, Czesi mają ciekawe podejście do pandemii. Maseczki noszą tu praktycznie wszyscy. Jest to obowiązek, a za wyjście z domu bez maseczki można dostać nawet 10 tysięcy koron mandatu. Do tej pory w Czechach stwierdzono ponad 2900 przypadków, a 23 okazały się śmiertelne. Wyleczonych — o czym dziwnym trafem nikt nie chce pisać — jest 25 osób. Rząd przedłuża restrykcje. Wyglądają podobnie do naszych — zamknięte szkoły, niektóre sklepy, instytucje kultury, obowiązkowy, dwumetrowy odstęp. Do 11 kwietnia. Ale Czesi planują już zniesienie ograniczeń — jeśli powiedzie się pewien eksperyment. Inteligentna kwarantanna, czyli pomysł z Korei Południowej. System polega na tym, że na specjalnej mapie pokazuje miejsce przebywania osoby, u której stwierdzono koronawirusa. Dane mają być dostępne do pięciu dni wstecz. Wszystko dla ograniczania kontaktu z zarażonymi. Dane będą dostarczane dzięki bankom i operatorom komórkowym. Koreę Południową stawia się za wzór walki z epidemią. W sumie słusznie, bo faktycznie epidemia tam zwalnia. Ale nie jest tak, że w ogóle jej nie ma. W poniedziałek wykryto 78 nowych zachorowań. Łącznie jest ich prawie 10 tysięcy. W niedzielę bilans ofiar śmiertelnych wyniósł 152 osoby, a w poniedziałek skoczył do 158. Wyzdrowiało 195 osób. Korea ma teraz największy problem z infekcjami przywiezionymi zza granicy. Wróćmy do kraju. Wprowadzenie inteligentnej kwarantanny w Polsce? Raczej nierealne, bo nie jesteśmy na takim etapie cyfryzacji. PJ

eprasa.pl c3dcc7945e

Trzynastka na prima aprilis

EMERYTURY || Pierwsi emeryci i renciści już dziś dostaną tzw. trzynastkę. Dodatkowe świadczenia wyniosą 1200 zł brutto, czyli 981 zł „na rękę". Pieniądze trafią do uprawnionych razem z kwietniową emeryturą lub rentą.

Dziś rusza wypłata tzw. trzynastek dla emerytów i rencistów. Dostanie je w kraju prawie 9 mln osób.

— Chciałabym zapewnić wszystkich świadczeniobiorców, że emerytury i renty są wypłacane na czas. Tak samo jest w przypadku dodatkowego świadczenie, czyli tzw. trzynastej emerytury. Pierwsze trzynastki pojawią się na kontach emerytów już 1 kwietnia — poinformowała prof. Gertruda Uścińska, prezes ZUS.

Aby otrzymać to świadczenie, nie trzeba nic robić, gdyż zostanie ono wypłacone wszystkim uprawnionym automatycznie, bez konieczności składania wniosku. Kwota świadczenia to dla każdego 1200 zł brutto. Z tego w większości przypadków trzeba potrącić zaliczkę na podatek dochodowy iskładkę zdrowotną, netto do wypłaty będzie 981 zł. Do renty rodzinnej, którą pobiera kilka osób, przysługuje jedna „trzynastka". ZUS podzieli ją wrównych częściach na każdą uprawnioną osobę. Na przykład jeśli jedną rentę rodzinną pobierają dwie osoby, to każda otrzyma po 600 zł brutto.

ZUS WYPŁACI TZW. TRZYNASTKI RAZEM ZE ŚWIADCZENIEM PRZYSŁUGUJĄCYM ZA KWIECIEŃ, W STANDARDOWYM TERMINIE PŁATNOŚCI EMERYTURY CZY RENTY. TERMINÓW PŁATNOŚCI W ZUS W REGIONIE JEST KILKA: 1, 5, 6, 10, 15, 20 I 25 DZIEŃ MIESIĄCA. O PIENIĄDZE Z KWIETNIOWEGO DODATKU NIE MUSZĄ SIĘ MARTWIĆ OSOBY Z DŁUGAMI.

Trzynastki nie podlegają zajęciom komorniczym, nawet jeśli trafią na konto bankowe. Dodatkowe roczne świadczenie pieniężne będzie mieć specjalny opis, dzięki czemu będzie je łatwo rozpoznać w przelewach i nie zostanie zajęte przez komornika.

Rzecznik prasowy Poczty Polskiej Justyna Siwek zapewnia, że pocztowcy doręczą wszystkie emerytury na czas.

— Poczta Polska wprowadza szczególne procedury w przypadku wypłat rent i emerytur dla osób objętych kwarantanną. Emerytury są komisyjnie przygotowane do wypłaty w placówce pocztowej i wkładane do tzw. bezpiecznych kopert, które następnie są doręczane pod wskazany adres przy zastosowaniu odpowiednich zasad bezpieczeństwa — zapewniła rzecznik Poczty Polskiej.

JEDNAK NIE WSZYSCY, KTÓRZY W TYM ROKU OSIĄGNĄ WIEK EMERYTALNY (60 LAT DLA KOBIET I 65 DLA MĘŻCZYZN), DOSTANĄ TRZYNASTE EMERYTURY. ZGODNIE Z PRZEPISAMI, ŻEBY DOSTAĆ DODATKOWE PIENIĄDZE, TRZEBA MIEĆ PRAWO DO EMERYTURY LUB RENTY USTALONE NA DZIEŃ 31 MARCA 2020 R.

KWOTA TRZYNASTKI TO DLA KAŻDEGO 1200 ZŁ BRUTTO.

To oznacza, że każdy, kto na emeryturę przejdzie później, nie dostanie pieniędzy. Ocenia się, że z tego powodu w tym roku ok. 200 tys. osób nie otrzyma trzynastki. Zdaniem niektórych jest to dyskryminacja, bo dlaczego kobieta urodzona 1 lutego 1960 roku ma dostać pieniądze, a kobieta urodzona 1 maja 1960 już nie otrzyma dodatkowego świadczenia w 2020 roku. Oprócz trzynastek rząd zapowiedział, że emeryci dostaną też w 2021 roku jeszcze czternastkę. Seniorom obiecało to PiS jeszcze przed wyborami parlamentarnymi. Projekt ustawy trafił do wykazu prac legislacyjnych. Jednak są istotne różnice w obu świadczeniach. Otóż o ile trzynastka ma być wypłacana co roku, tak nie wiadomo jak to miałoby być z czternastką. Na razie mówi się o jednorazowym świadczeniu, które miałoby zostać wypłacone w listopadzie i grudniu 2021 r. Ponadto nie wszyscy otrzymają pełną czternastkę. Ma obowiązywać próg dochodowy. Dodatkowe świadczenie równe wysokości minimalnej emerytury dostaną ci, których emerytura nie przekracza 2900 zł brutto.

Inni emeryci też dostaliby czternastkę, ale mniejszą, ich świadczenie ma być pomniejszone o kwotę, o jaką ich emerytura przekracza próg 2900 zł. Obowiązywałaby zasada złotówka za złotówkę. Takie były plany, ale czy ich nie przekreśli pandemia koronawirusa, która już wpędza polską gospodarkę w recesję? A jak nie będzie wpływów do budżetu, bo firmy nie będą miały dochodów i z czego zapłacić podatków, to rządzący będą musieli też ciąć wydatki.

ANDRZEJ MIELNICKI

GAZETA OLSZTYŃSKA ZAWSZE POD RĘKĄ.
ZAPRENUMERUJ E-WYDANIE: KUPGAZETE.PL

eprasa.pl c3dcc7945e

Politycy Porozumienia inaczej o wyborach

POLITYKA || Zjednoczona Prawica jest podzielona w sprawie terminu wyborów prezydenckich. Porozumienie Jarosława Gowina dopuszcza przeprowadzenie ich w późniejszym terminie niż 10 maja. PiS utrzymuje, że wybory odbędą się w terminie.

Nie milką echa nocnych głosowań z piątku na sobotę w Sejmie i przyjęcia kontrowersyjnych zmian w kodeksie wyborczym. Minęło kilka dni, a nawet politycy Zjednoczonej Prawicy przestali mówić jednym głosem w tej sprawie. Za przeprowadzeniem wyborów w zakładanym terminie 10 maja jest nadal Prawo i Sprawiedliwość. Jednak Porozumienie, które razem z PiS i Solidarną Polską tworzą koalicję rządową, zaczęło dopuszczać możliwość przesunięcia terminu wyborów ze względu na trwającą epidemię koronawirusa, a nawet natężenie zachorowań.

Takich własnie argumentów używa poseł Porozumienia z Olsztyna — Michał Wypij.

— Mieliśmy nadzieję, i tak to przedstawiał i projektował premier Mateusz Morawiecki oraz minister zdrowia Łukasz Szumowski, że od połowy kwietnia będziemy w stanie odmrażać kraj. Raporty epidemiologiczne wskazują, że niestety nie uda się to. Tym samym, wybory wydają się dzisiaj bardzo mało prawdopodobne — mówi polityk.

Poseł Michał Wypij ze zrozumieniem podchodzi też do argumentacji części samorządowców, którzy ślą apele do instytucji wyborczych o przesunięcie terminu wyborów, wskazując na realne problemy w ich przeprowadzeniu. To między innymi trudność w skompletowaniu składów komisji wyborczych, bo pod wpływem lęku o zarażenie wiele osób, z tych które zgłosiły się do pracy w nich, wycofują swoje zgłoszenia. To nie wszystko. Dalsze argumenty to coraz większe ograniczenia w kontaktach między ludźmi, niemożliwość bezpiecznego przygotowania lokali wyborczych, a nawet brak możliwości prowadzenia szkoleń członków samych komisji wyborczych. Koronnym argumentem jest też możliwość zarażenia się wirusem podczas sytuacji związanych z oddawaniem głosu w wyborach prezydenckich.

Fot. archiwum GO

Minister nauki Jarosław Gowin, sekretarz stanu prof. Wojciech Maksymowicz, poseł Michał Wypij, politycy Porozumienia, które razem z PiS i Solidarną Polską tworzą koalicję rządową, zaczęło dopuszczać możliwość przesunięcia terminu wyborów prezydenckich

Poseł Michał Wypij przypomina jednak, że polskie prawo nie zwalnia samorządów z realizacji zleconych mu zadań, a takim własnie zadaniem zleconym samorządom jest organizacja wyborów na swoim terenie.

— Realizacja tego zadania przez władze samorządowe to jedna sprawa, a coraz widoczniejsza możliwość przeniesienia ich terminu to druga sprawa — stwierdza poseł Michał Wypij.

I faktycznie. Przepisy ustrojowych ustaw samorządowych przyznają prezesowi Rady Ministrów kompetencje nadzorcze polegające na bezpośredniej ingerencji w strukturę organów jednostek samorządu terytorialnego, do których należą m.in. zawieszenie organów jednostek samorządu terytorialnego i ustanowienie zarządu komisarycznego. Może to nastąpić w sytuacji określonego braku skuteczności w realizacji zadań publicznych przez samorząd terytorialny.

Do tej pory apele o zmianę terminów wyborów wysłało kilkunastu prezydentów, burmistrzów i wójtów. Najgłośniejszym echem odbiło się pismo skierowane przez prezydenta Olsztyna Piotra Grzymowicza do Krajowego Biura Wyborczego. Głośna poprawka 177, która została przyjęta w bloku z kilkoma innymi rozwiązaniami prawnymi tworzącymi tarczę antykryzysową, ma być odpowiedzią rządu na wątpliwości dotyczące możliwości przeprowadzenia wyborów 10 maja.

Zmiana w kodeksie wyborczym wprowadza możliwość głosowania korespondencyjnego osobom od 60 roku życia. Według części komentatorów sama poprawka jest jednak jedynie początkiem zmian w prawie wyborczym, które chce wprowadzić PiS. Nawet niektórzy politycy tej partii, nieoficjalnie przyznają, że dużą popularnością cieszy się w ich środowisku koncepcja wprowadzenia w przyszłości głosowania zdalnego. Nie precyzują jednak, kiedy takie zmiany miałyby być wprowadzone.

Poseł Michał Wypij jest już kolejnym parlamentarzystą Porozumienia z Warmii i Mazur, który przedstawił inny od PiS pogląd na termin wyborów prezydenckich. Wcześniej zrobił to poseł profesor Wojciech Maksymowicz.

— Rozumiem kolegów, którzy starali się umożliwić przeprowadzenie wyborów 10 maja. Tyle tylko, że przyroda tutaj rządzi, nie mam żadnych wątpliwości, niestety, że te kłótnie dotyczą czegoś, co w ogóle nie będzie miało miejsca. Nie da się ukryć, że sugestie premiera Gowina są tutaj słuszne, godne uwagi, myślę o wyborach za rok – powiedział profesor Wojciech Maksymowicz.

Przyzwolenie na zaprezentowanie innych od PiS poglądów dał sam prezes Porozumienia Jarosław Gowin, który jest wicepremierem i ministrem nauki i szkolnictwa wyższego. Minister Gowin już kilka dni temu ogłosił, że jego partia dopuszcza zmianę terminu głosowania, nawet o rok. W swoich najnowszych wypowiedziach dopuszcza nawet zmiany w konstytucji, żeby umożliwić przesunięcie wyborów w czasie.

SK

GAZETA OLSZTYŃSKA ZAWSZE POD RĘKĄ.
ZAPRENUMERUJ E-WYDANIE: KUPGAZETE.PL

eprasa.pl c3dcc7945e

Jest apel, by odwołać egzaminy

EDUKACJA || ZNP apeluje o odwołanie egzaminów: ósmoklasisty oraz maturalnego. Apel trafił do ministerstwa. Piszą też naukowcy PAN i maturzyści.

Szkoły przeszły w tryb pracy online. Od 25 marca jest to obowiązkowa forma prowadzenia zajęć. Mimo braku odpowiedniego przygotowania, to da się jednak jakoś realizować. Ale z egzaminami jest nieco inaczej. Jak udowadnia przykład z poniedziałku, gdy podczas próbnego egzaminu ósmoklasisty padły serwery. Co, gdy do podobnej sytuacji dojdzie podczas matur? Dlatego Związek Nauczycielstwa Polskiego apeluje o przeniesienie egzaminów ósmoklasisty i maturalnego.

Fot. Pixabay.com

„W związku z pandemią COVID-19 szkoły zostały zamknięte w 165 krajach, a sytuacja ta dotknęła 1,5 mld uczniów oraz 63 mln nauczycieli i pracowników oświaty na całym świecie. COVID-19 wywołał także kryzys w edukacji i jako społeczność szkolna musimy zrobić wszystko, by zminimalizować jego negatywne skutki. Jednak naszym podstawowym zadaniem w tej chwili jest ochrona życia i zdrowia uczniów i ich rodzin oraz nauczycieli i pracowników oświaty. Dlatego jako nauczyciele apelujemy o odwołanie kwietniowych i majowych egzaminów zewnętrznych" — czytamy w liście skierowanym do Ministerstwa Edukacji Narodowej.

ZNP proponuje również: „Ministerstwo edukacji w porozumieniu z nauczycielami oraz przedstawicielami uczelni wyższych powinno jak najszybciej wypracować adekwatną do obecnych warunków i bezpieczną formę rekrutacji do szkół ponadpodstawowych oraz na studia w roku 2020".

Egzamin ósmoklasisty zaplanowano w dniach 21- 23 kwietnia. Od poniedziałku Centralna Komisja Egzaminacyjna publikuje na swoich stronach arkusze do próbnego egzaminu. W ten sam sposób — od czwartku, 2 kwietnia, CKE ma tam zamieszczać arkusze próbnych egzaminów maturalnych. Matury planowo mają się rozpocząć 4 maja.

Dariusz Piontkowski, minister edukacji, dotychczas mówił, że terminy egzaminów nie są zagrożone. Zapowiedział też, że jeśli decyzja o ich odwołaniu zapadnie, to uczniowie dowiedzą się o tym najpóźniej... tydzień przed zaplanowanym terminem.

Oprócz ZNP o przeniesienie matur apeluje Komitet Nauk Pedagogicznych Polskiej Akademii Nauk. PAN sugeruje, żeby oceny na zakończenie szkoły wystawili nauczyciele.

A maturzyści? Też wystąpili z apelem. Choć bardziej ze stanowczym żądaniem.

„Domagamy się ogłoszenia przez rząd jasnego stanowiska w sprawie terminów matur" — napisali w liście skierowanym do rządu. „W sytuacji pandemii koronawirusa, która niewątpliwie odciska piętno na całym społeczeństwie, przystępowanie do matury byłoby narażeniem wielu uczniów i uczennic, a także nauczycieli i nauczycielek oraz członków komisji. Ponadto skutkami zamknięcia szkół są niewystarczające kontakty z nauczycielami, chaos spowodowany niską efektywnością zdalnych lekcji. W porównaniu do poprzednich roczników nasz nie ma takich samych możliwości przygotowania się do egzaminów, co może się przełożyć na ich wyniki" — dodają.

Autorzy listu dali rządowi na odpowiedź 7 dni.

„W razie braku odpowiedzi podejmiemy kolejne działania, o których będziemy informować na bieżąco" — podkreślają.

Marcin Smolik, dyrektor CKE powiedział jednak, że terminy egzaminów na razie nie zostają zmienione, ale przyznał też, że to zależy od rozwoju sytuacji. To dość enigmatyczne, ale może oznaczać, że jakiś plan już w MEN jest. O komentarz w sprawie chcieliśmy poprosić oddział ZNP na Warmii i Mazurach, ale do zamknięcia wydania nie udało nam się skontaktować z jego prezesem. Do tematu wrócimy.

PAWEŁ JASZCZANIN

Wczoraj uczniowie pisali test z matematyki. Dzisiaj czas na język obcy nowożytny (angielski, francuski, hiszpański, niemiecki, rosyjski i włoski). Co ciekawe — egzamin nie odbył się we wszystkich szkołach. Niektóre postanowiły zrobić normalne lekcje, bo uczniowie mieli już kilka próbnych egzaminów.

196200TBS-H-K

eprasa.pl c3dcc7945e

Zabierajcie śmieci ze sobą do domów

ŚRODOWISKO || Niezrozumiałe jest zachowanie osób, które wypoczywają w podelbląskiej Jeleniej Dolinie. Zamiast dbać o to miejsce, zostawiają po sobie śmieci. Już teraz, przed sezonem letnim jest tu ich naprawdę dużo. Latem pojawiają się niemal codziennie.

Zdjęcie nadesłane do nas przez oburzonego czytelnika nie pozostawia złudzeń.

— Dlaczego nie dbamy o coś, co lubimy, gdzie spędzamy wolny czas? — pyta. — Przecież to absurd! W domach też się tak zachowujemy? Ja nie wiem, jak inni, ale przestaje mi się podobać odpoczywanie, kiedy obok widzę górę śmieci! A wystarczy zapakować swoje brudy do samochodu i za chwilkę wyrzucić do śmietnika pod domem. Tak niewiele, a jednak chyba bardzo dużo!

Gospodarzem tego terenu są Lasy Państwowe Nadleśnictwo Elbląg. — W związku z tym sprzątamy „Smoki" w Jeleniej Dolinie przez cały rok — zapewnia Jan Piotrowski z nadleśnictwa. — Teraz, przed okresem najbardziej intensywnego użytkowania tego popularnego miejsca wypoczynku elblążan sprzątamy raz w tygodniu. Później, gdy pojawi się tu więcej osób, będziemy sprzątali dwa razy w tygodniu oraz dodatkowo doraźnie w przypadku nadzwyczajnych sytuacji. I tak staramy się robić co roku.

Fot. Czytelnik

Nadleśnictwo Elbląg na sprzątanie i utylizację śmieci wydaje 100 tys. zł rocznie

Niestety, mimo wysiłku nie zawsze śmieci udaje się posprzątać, jeśli turyści nie chcą dbać o to miejsce. A wystarczy tak niewiele. Większą ilość śmieci można zabrać ze sobą i wyrzucić do śmietnika koło domu. Jeśli śmieci jest niewiele są tam aż cztery śmietniki. Tablica głosi jasno: „Turysto! Zostaw to miejsce w takim stanie, w jakim chciałbyś je zastać jutro".

Jak zauważa Jan Piotrowski, ten problem nie dotyczy tylko Jeleniej Doliny — W lasach pod Elblągiem nadleśnictwo utrzymuje wiele miejsc postoju, parkingów, punktów widokowych, ścieżek edukacyjnych czy szlaków turystycznych, na których również zabieramy śmieci pozostawione przez pseudoturystów.

Teraz, w czasach pandemii leśnicy odnotowują więcej ludzi w lasach. — Być może dlatego, że mamy więcej wolnego czasu, a może ludzie chcą wyjść na chwilę z domu i las wydaje się bezpiecznym miejscem — zastanawia się Jan Piotrowski. — My zawsze zapraszamy wszystkich do odwiedzania lasu. Jednak w związku z tym również śmieci zaczyna być w lesie coraz więcej.

A sprzątanie jest kosztowne. — Nadleśnictwo Elbląg na sprzątanie i utylizację śmieci ze „Smoków i innych miejsc zarządzanych przez nas w lasach wydaje co roku około 100 tys. zł — mówi Jan Piotrowski. — Problemem jest jednak to, że ludzie ciągle bezmyślnie śmiecą i to w miejscach, w których sami wypoczywają. Prosimy więc wszystkich o niezaśmiecenie i o zabieranie ze sobą śmieci do domu, a wtedy wspólnie uda nam się utrzymać to i inne miejsca w czystości.

NA

Hotelarze z Krynicy Morskiej wspierają lekarzy

Część lekarzy pracujących w szpitalach czy przychodniach chce na czas epidemii wyprowadzić się z domów, żeby po dyżurze nie zarazić członków rodziny.

Dlatego Okręgowa Izba Lekarska szuka miejsc dla nich noclegowych.

— Część z nas ma w rodzinach obciążone dzieci czy mieszka ze starszymi rodzicami, którzy w kontakcie z wirusem są jeszcze bardziej osłabieni. A powikłania mogą doprowadzić nawet do śmierci – mówi Dariusz Kutella, prezes Okręgowej Izby Lekarskiej w Gdańsku. — Każda sytuacja jest indywidualna i każdy indywidualnie musi ją ocenić.

Żeby pomóc lekarzom zadbać o zdrowie, OIL szuka miejsc, w których lekarze mogliby odpoczywać po dyżurach.

— Wiem, że część z nas chciałaby skorzystać z takich miejsc — dodaje Kutella. — Chodzi głównie o pensjonaty i hotele, w których czasowo mogliby przebywać lekarze.

Na apel odpowiedziała Lokalna Organizacja Turystyczna w Krynicy Morskiej. Co prawda Mierzeja jest dość daleko od szpitali, które zostały wytypowane do walki z wirusem, to jednak hotelarze zaoferowali bezpłatny wypoczynek personelowi medycznemu, gdy minie zagrożenie.

— Obecnie cała służba zdrowia walczy każdego dnia o zdrowie i bezpieczeństwo wszystkich Polaków — czytamy w piśmie podpisanym przez Adriana Bogusłowicza, prezesa LOT Krynica Morska, i wiceprezesa tej organizacji Marzenę Labudę. — Jesteśmy pełni podziwu, wdzięczności dla wszystkich służb medycznych, które z narażeniem własnego zdrowia a nawet życia walczą o zdrowie i życie zarażonych wirusem COVID-19. (...) doceniając ciężką prace medyków, pragniemy zaoferować im bezpłatny wypoczynek w naszych obiektach, jak tylko zwyciężą z koronawirusem.

Pomysł chwycił. Tylko jednego dnia od upublicznienia go, przedstawiciele LOT-u zebrali od przedsiębiorców z Krynicy Morskiej kilkadziesiąt tygodniowych pobytów.

ŁUKASZ RAZOWSKI

REKLAMA

przetarg

Zarząd Spółdzielni Mieszkaniowej „Odrodzenie" w Szczytnie, ul. Narońskiego 2, tel. 89 6242865

ogłasza przetarg nieograniczony na wymianę stolarki okiennej w lokalach mieszkaniowych członków Spółdzielni

Szczegółowe wymagania dotyczące przetargu oraz formy składania ofert określają szczególne warunki przetargu (do odebrania w siedzibie Spółdzielni). Szczegółowych informacji udziela Dział Techniczny Spółdzielni, tel. 89 6243146. Oferty (tylko listownie) wraz z wymaganym wadium w wys. 1000 zł (płatnym na konto Spółdzielni) należy składać do 21.04.2020 r. do godz. 14.00. Otwarcie ofert nastąpi 22.04.2020 r. Spółdzielnia zastrzega sobie prawo swobodnego wyboru oferty oraz możliwość unieważnienia przetargu bez podania przyczyn.

126220opb1-a-M

przetarg

Zarząd Spółdzielni Mieszkaniowej „Odrodzenie" w Szczytnie, ul. Narońskiego 2, tel. 89 6242865,

ogłasza przetarg nieograniczony na montaż nawietrzników w stolarce okiennej zamontowanej w lokalach mieszkaniowych członków Spółdzielni

Szczegółowe wymagania dotyczące przetargu oraz formy składania ofert określają szczególne warunki przetargu (do odebrania w siedzibie Spółdzielni). Szczegółowych informacji udziela Dział Techniczny Spółdzielni, tel. 89 6243146. Oferty (tylko listownie) wraz z wymaganym wadium w wys. 500 zł (płatnym na konto Spółdzielni) należy składać do 21.04.2020 r. do godz. 14.00. Otwarcie ofert nastąpi 22.04.2020 r. Spółdzielnia zastrzega sobie prawo swobodnego wyboru oferty oraz możliwość unieważnienia przetargu bez podania przyczyn.

126220opb1-b-M

przetarg

Zarząd Spółdzielni Mieszkaniowej „Odrodzenie" w Szczytnie, ul. Narońskiego 2, tel. 89 6242865,

ogłasza przetarg nieograniczony na renowację elewacji budynków mieszkalnych Spółdzielni na powierzchni ok. 4 000 m²

Szczegółowe wymagania dotyczące przetargu oraz formy składania ofert określają szczególne warunki przetargu (do odebrania w siedzibie Spółdzielni). Szczegółowych informacji udziela Dział Techniczny Spółdzielni, tel. 89 6243146. Oferty (tylko listownie) wraz z wymaganym wadium w wys. 2500 zł (płatnym na konto Spółdzielni), należy składać do 21.04.2020 r. do godz. 14.00. Otwarcie ofert nastąpi 22.04.2020 r. Spółdzielnia zastrzega sobie prawo swobodnego wyboru oferty oraz możliwość unieważnienia przetargu bez podania przyczyn.

126220opb1-c-M

eprasa.pl c3dcc7945e

Pomagają starszym, bo chcą

KĘTRZYN || Większość z dzwoniących, to ludzie „grubo" po 65+. Nie oczekują nie wiadomo czego. Nie proszą o wiele i często wybierają najtańsze produkty. Są wdzięczni, że ktoś chce im bezinteresownie pomóc w tym trudnym momencie.

Kętrzyńska infolinia dla seniorów działa już ponad tydzień. Do tej pory skorzystało z niej już kilkanaście osób. Pani Krystyna ma już prawie 80 lat i mieszka sama. Mąż zmarł kilka lat temu, a dzieci rozjechały się po innych krajach. Została sama i jakoś musi sobie z tym radzić. Wprawdzie na swoje zdrowie i samopoczucie za bardzo nie narzeka, ale w dobie zagrożenia koronawirusem woli nie ryzykować.

— Wierzę, że to się szybko skończy. Chcę trochę pożyć, żeby dzieci mogły do mnie przyjechać, żebym mogła jeszcze wnuki zobaczyć — dodaje kobieta.

Dlatego stosuje się do kierowanych za pośrednictwem mediów apeli i siedzi w domu.

— Pomagają mi sąsiedzi, ale oni mają też swoje sprawy, więc nie chcę ich non stop fatygować. Dlatego postanowiłam skorzystać z pomocy ze strony miasta. W końcu muszę coś jeść. A nie chcę chodzić po sklepach i narażać siebie i innych — twierdzi.

To właśnie dla pani Krystyny i osób w jej sytuacji — starszych, samotnych, niepełnosprawnych — działa kętrzyńska infolinia. Dzwoniąc pod numer 89 751 48 89 można uzyskać pomoc w robieniu niezbędnych zakupów. Linia działa od poniedziałku do piątku w godz. 8.00 - 18.00. Obsługują ją pracownice Miejskiej Biblioteki Publicznej, która z powodu wprowadzonych ograniczeń nie może prowadzić swojej normalnej działalności. Panie zbierają niezbędne informacje i przekazują je koordynatorowi wolontariuszy Januszowi Mazurkiewiczowi, który następnie dysponuje do zadań konkretne osoby. Osoba potrzebująca wsparcia otrzymuje informację, kto do niej się zgłosi i kiedy. Każdy wolontariusz posiada identyfikator ze zdjęciem, imieniem i nazwiskiem oraz pieczątką Urzędu Miasta. Wolontariusz przyjeżdża do takiej osoby

fot. AdobeStock

starszej i odbiera zapakowane w foliowy woreczek pieniądze i listę zakupów. Po wizycie w sklepie wraca, rozlicza się z pieniędzy okazując paragon i oddając zakupione rzeczy. Senior po odebraniu sprawunków i rozliczeniu składa podpis na Karcie Wolontariusza, potwierdzając bezproblemowy przebieg całej operacji. Społecznicy kontaktują się z potrzebującymi zachowując niezbędne środki ostrożności.

— Przez pierwsze dwa dni działania linii nie było jeszcze jakiegoś dużego ruchu. Teraz z takiej pomocy korzysta po kilka osób dziennie. Są obsługiwani przez ok. 10 wolontariuszy, którzy w większości wykorzystują do tego swoje prywatne samochody — mówi Janusz Mazurkiewicz. Do pomocy zaangażowani są ludzie dorośli. — Z wiadomych przyczyn nie możemy korzystać z młodzieży szkolnej — dodaje Mazurkiewicz.

Listy zakupów nie są jakieś imponujące. To podstawowe produkty, niezbędne do życia. Woda mineralna, soki, warzywa i owoce czy wędlina. Trafia się też karma dla zwierząt czy żwirek dla kota. Przeważnie są to rzeczy najtańsze. Dzwoniący nieraz się wstydzą i proszą o anonimowość. Zdarzają się też nietypowe prośby, w których wolontariusze nie są w stanie pomóc.

— Pojawiła się prośba o sprowadzenie do domu rehabilitanta. My się czymś takim nie zajmujemy, bo nie mamy takiej możliwości. Pomagamy tylko przy najważniejszych zakupach w sklepach spożywczych czy aptekach. Robimy też niezbędne opłaty — opowiada koordynator wolontariuszy.

Cieszyć może fakt, że w tych trudnych momentach są ludzie, którzy bezinteresownie chcą wspierać innych.

— Pomagam, bo chcę. Uważam, że to normalne. Tak trzeba — mówi wolontariuszka Iwona.

— Obecnie mam sporo wolnego czasu. Kino, siłownie, biblioteka są zamknięte, dlatego chciałam wykorzystać efektywnie wolny czas i zdecydowałam się pomagać starszym osobom — dodaje Ewelina.

Seniorzy potrafią też okazywać wdzięczność swoim pomocnikom.

— Starsze osoby cieszą się na widok kogoś, kto przynosi im zakupy, czasami nawet płaczą. Niektórzy początkowo wstydzili się prosić o dodatkowe załatwienie prostych spraw. Uważają, że i tak dużo dla nich robimy przynosząc im podstawowe zakupy. Za każdym razem staram się im tłumaczyć, że to wcale nie jest wstyd prosić o dodatkową pomoc — opowiada Ewelina.

Przy tej okazji wolontariusze proszą też o pomoc i wyrozumiałość właścicieli sklepów i inne osoby robiące zakupy.

— Ze względu na wprowadzone w sklepach ograniczenia musimy nieraz czekać w bardzo długich kolejkach. Prosimy o obsługiwanie naszych społeczników poza kolejnością, o przepuszczanie w tych kolejkach. My nie robimy tego dla siebie. Często jest tak, że wolontariusz wykorzystuje w ten sposób swoją przerwę w pracy i ma ograniczony czas — prosi Janusz Mazurkiewicz.

WOJCIECH CARUK

Imiona niektórych osób występujących w tekście zostały na ich prośbę zmienione.

GAZETA OLSZTYŃSKA ZAWSZE POD RĘKĄ.
ZAPRENUMERUJ E-WYDANIE: KUPGAZETE.PL

eprasa.pl c3dcc7945e

Przeżył sto lat i z uśmiechem czeka na kolejne urodziny

GDY PAN JÓZEF JANUSZKIEWICZ PRZYSZEDŁ NA ŚWIAT, BYŁO PO I WOJNIE ŚWIATOWEJ. LUDZIE ŻYLI JESZCZE W STRACHU I BIEDZIE. KIEDY WCHODZIŁ W DOROSŁE ŻYCIE, WYBUCHŁA DRUGA WOJNA. JEGO DŁUGIE ŻYCIE MIAŁO BLASKI I CIENIE. TAK W SKRÓCIE WYGLĄDA HISTORIA STULATKA Z JEDWABNA.

Papież Jan Paweł II w „Liście do ludzi w podeszłym wieku" pisał: „Cechą cywilizacji prawdziwie ludzkiej jest szacunek i miłość do ludzi starych, dzięki którym mogą oni czuć się żywą częścią społeczeństwa". Setne urodziny zawsze wywołują wiele pozytywnych emocji. W końcu dożyć tylu lat to niebagatelna sprawa. Niewielu jest ludzi, którzy doczekują takiego wieku. Do tego nielicznego grona dołączył w sobotę 28 marca mieszkający w Jedwabnie pan Józef Januszkiewicz.

Sto lat to piękny wiek, nacechowany szczególną wartością, którą tworzyły lata doświadczeń naznaczone blaskami i cieniami codziennego życia. To przeogromna skarbnica prawdy o czasach, których pan Józef był i jest naocznym świadkiem. Ten mężczyzna przeżył II wojnę światową, cały PRL i upadek komunizmu. 100 lat życia to nie tylko piękny wiek, lecz również historia życia na przestrzeni dwóch wieków.

— Sto lat, to czas, który wydaje się nie do osiągnięcia.To czas, w którym zebrać można mnóstwo doświadczeń i mądrości, przeżyć wspaniałe chwile szczęścia i niezmierzonej radości — przyznaje pan Józef. — Nigdy bym nie pomyślał, że dane będzie mi przeżyć cały wiek, doświadczyć trudów i radości z nim związanych. Szybko przeleciał ten czas...

Fot. archiwum prywatne

Pan Józef z żoną i synami oraz swoją mamą

Pan Józef urodził się w miejscowości Budki Borowskie, powiat Sarny na Wołyniu, jako piąte dziecko w rodzinie.

— Mój tata z pierwszą żoną, która zmarła młodo, miał dwóch synów — Kazika i Olka. Z małżeństwa z moją mamą — Teofilą urodziło się jeszcze 6 dzieci: Leontyna, ja, Władek, Janek, Jadwiga i Ewa — tłumaczy. — Z całego rodzeństwa żyję tylko ja i najmłodsza siostra Ewa, która ma teraz 85 lat.

TRUDNY CZAS WOJENNY

Kiedy wybuchła II wojna światowa pan Józef miał 19 lat. Młody człowiek musiał zmierzyć się z wojenną rzeczywistością. Stracił brata Olka, który zginął pod Berlinem i spoczął w grupowej mogile nad Nysą. Pan Józef został wzięty do wojska. Mężczyzna zaznał głodu, strachu, tęsknoty... Napatrzył się też na ludzką śmierć i tragedie. Brał udział w Powstaniu Warszawskim. Został ranny w kamienicy na 1 piętrze pod bramą Czerniakowską. Odłamek z moździerza ranił mu szyję i rękę. Długo trwała jego rekonwalescencja.

Pani Bronisława, żona naszego bohatera, mieszkała natomiast w Rokitnie. Tam się poznali. Kobieta jest 5 lat młodsza od męża. Rodzina pana Józefa i pani Bronisławy była już na liście do wywózki na Sybir, ale przyszedł front i nie zostali wywiezieni.

Minęło 77. lat od zmasowanego ataku ukraińskich nacjonalistów na polskie miejscowości na Wołyniu. W lipcu 1943 roku zaatakowano około stu polskich wsi, w wyniku czego zginęło kilka tysięcy Polaków. W sumie podczas zbrodni wołyńskiej, w latach 1943-44, z rąk ukraińskich nacjonalistów zginęło około 100 tysięcy Polaków . Pan Józef i jego żona nie mogą wymazać z pamięci tamtego czasu i tego, co widzieli na własne oczy.

— Ukraińcy chcieli zabić wszystkich, których się dało. Źle traktowali ludzi, mordowali, bili, katowali. Chcieli, żeby Ukraina była bez innych narodowości. Polaków traktowali jak największych wrogów, w sposób bezwzględny i okrutny. Palili wioski, mordowali i wrzucali ludzi do studni — wspomina pan Józef. — Tego co widzieliśmy, nie zapomnimy do końca życia.

— Na moich oczach mordowali tatę. Związali go, rzucili na ziemię i tak długo tłukli kijami aż zmarł. Nam kazali na to patrzeć. Ten widok mam do dziś przed oczami. Chciałabym wymazać tamten czas z pamięci ale się nie da. Mijają lata i im człowiek starszy tym częściej wraca do wspomnień z przeszłości. Nie jest to łatwe... Wciąż sprawia ból — wspomina ze łzami pani Bronisława..

SĄ MAŁŻEŃSTWEM PONAD 70 LAT

Przyjechali do Nidzicy 5 maja 1945 roku, zamieszkali jednak w Jedwabnie. 6 czerwca 1946 roku zawarli związek małżeński w kościele w Butrynach, ponieważ w Jedwabnie nie było księdza. Do ślubu pojechali wozem.

— Ksiądz, przy którym składaliśmy przysięgę małżeńską powiedział, że to pierwszy ślub jaki daje po wojnie — wspominają małżonkowie. — Przysięgaliśmy przed Bogiem i dochowaliśmy tej przysięgi. Jesteśmy mał-

eprasa.pl c3dcc7945e

żeństwem już 74 lata. Bywało różnie, raz lepiej, raz gorzej ale razem przetrwaliśmy wszystkie złe chwile. Doczekaliśmy się 6 dzieci: w 1947 roku urodził się nasz syn Czesław, w 1948 syn Edward, w 1950 Zbigniew, w 1953 Jan, w 1957 Bogdan, a jako ostatnia w 1964 roku na świecie pojawiła się córka Małgosia. Mamy 12 wnuków i 24 prawnuków. Dziękujemy Bogu, że pozwolił nam doczekać tego pięknego wieku razem. Dziękujemy za to, że wychowaliśmy nasze dzieci na dobrych ludzi i że możemy się wciąż cieszyć swoja obecnością.

Państwo Januszkiewicz mieszkają sami. Dzieci i wnuki odwiedzają ich często. Do domu przychodzi też opiekunka, która pomaga w codziennych czynnościach. Pani Bronisława choruje, chodzenie sprawia jej trudność. Pan Józef jest wciąż samodzielny. Uczęszcza do Środowiskowego Domu Pomocy Społecznej w Jedwabnie.

— To takie nasze przedszkole — śmieje się. — Bardzo lubię tam chodzić. Człowiek jest w towarzystwie, porozmawia, pośmieje się, pożartuje.

Pan Józef wystąpił w teledysku Bartosza Abramskiego „ Dom rodzinny". Była to kolejna przygoda, o której mężczyzna wspomina z uśmiechem na ustach.

Pan Józef z siostrą Ewą

Ślubne zdjęcie państwa Januszkiewiczów

Pan Józef w Środowiskowym Domu Pomocy Społecznej w Jedwabnie

NIEZWYKŁY JUBILEUSZ

Panu Józefowi nie śpiewa się „Sto lat"! Cóż by to były za życzenia dla kogoś, kto przeżył równo wiek... Recepta na długowieczność jubilata jest prosta. Pan Józef niczego sobie w życiu nie odmawia. Nie stosuje też żadnych diet.

— Wszystko jeść, pracować, ruszać się i żyć w spokoju, bez stresów i nerwów, cieszyć się życiem — zdradza stulatek. — Cieszę się, że tak wiele osób o mnie pamięta. Dzieci, wnuki dzwonią, kto może to przyjeżdża w odwiedziny. Ja jeszcze będę żył i żył! Jeszcze sobie pośpiewam, wierszyki poopowiadam i wypiję też jeszcze kieliszeczek dla zdrowotności — mówi.

Taki jubileusz to okazja doniosła i niecodzienna. 100 lat to piękny czas. Niestety z powodu sytuacji związanej z epidemią koronawirusa uroczystość została przełożona.

Pan Józef i jego żona Bronisława należą do pokolenia głęboko doświadczonego w dziejach Polski, które stawało przed różnymi wyzwaniami. Byli świadkami wielu trudnych, ale i doniosłych wydarzeń, które kształtowały kolejne pokolenia, ich patriotyzm i miłość Ojczyzny. Pan Józef na pierwszym miejscu stawia Boga, rodzinę i ojczyznę. Jest osobą, która pamięta o każdym wnuku i prawnuku. Chce o nich wiedzieć wszystko. Mimo swojego wieku, zawsze wie kiedy mają egzaminy czy inny, ważny w ich życiu dzień.

— Codziennie modlimy się o swoją rodzinę i prosimy Boga o pomoc. Nie zapominamy również o modlitwie za ojczyznę, szczególnie w tym trudnym czasie — mówią małżonkowie. — Ile nam Pan Bóg pozwoli, tyle będziemy żyć. Najważniejsze, że razem.

Dzieci państwa Januszkiewiczów są dumne z rodziców i wdzięczne, za życie i miłość jaką ich obdarzają.

— Rodzice zawsze potrafili iść na kompromis, darzyli się miłością i to chyba jest recepta na wspólne życie — mówi syn Jan Januszkiewicz. — Tata nigdy niczym się nie przejmował. Jak zmokło siano, to mówił, że Bóg zmoczył, to i wysuszy. Machał ręką i ustępował mamie. Mama natomiast była zapobiegliwa i opiekuńcza. Są dla mnie, mojego rodzeństwa i naszych dzieci wzorem godnym naśladowania.

Z okazji 100 urodzin pana Józefa, ŚDS w Jedwabnie nagrał film, w którym nasz bohater opowiada o swoim życiu, śpiewa piosenki i recytuje wiersze.

— O panu Józefie nie da się opowiedzieć w kilku słowach. Mnie samej, gdy myślę o nim, robi się ciepło na sercu — mówi Wioleta Wojciechowska, kierownik ŚDS w Jedwabnie. — Zawsze radosny, otwarty, optymistyczny. Może troszkę głośny, ale do tego chyba już wszyscy tu przywykliśmy, to taki znak rozpoznawczy pana Józefka – zdarza się, że jeszcze go nie widać, a już wiemy, że nadchodzi. Od samego rana poprawia wszystkim humor, bo jak tu się nie uśmiechnąć, gdy ma się przed sobą stulatka, który na przywitanie z rozbrajającą miną krzyczy: „Jak tam u ciebie dziewczyno? Ciebie to ja lubię!". Trzeba przyznać, że pomimo wieku energii panu Józefowi nie brakuje. Nadal jest aktywny – śpiewa stare piosenki, recytuje wiersze, których nauczył się w młodości, uczestniczy w uroczystościach państwowych, chętnie pojawia się na spotkaniach z młodzieżą, podczas których opowiada swoje wojenne losy. Historia życia pana Januszkiewicza jest tak ciekawa, że postanowiliśmy zrobić coś, co ocali ją od zapomnienia – stworzyliśmy film. Nagrania odbyły się w ŚDS w maju ubiegłego roku. Czekały, by ujrzeć światło dzienne do jubileuszu setnych urodzin pana Józefa, gdyż uznaliśmy, że tak piękna rocznica wymaga niezwykłego prezentu, który pozostawi trwały ślad. Prezentu, do którego będzie się chciało wracać po latach, który uruchomi lawinę miłych wspomnień... Prezentu, który nie pozwoli nigdy zapomnieć.

Sto lat w życiu człowieka to czas bogaty w wartości, wiedzę, doświadczenia i życiową mądrość... Dostojnemu Jubilatowi i jego żonie życzymy wszystkiego dobrego, niech każda chwila będzie dla Państwa źródłem szczęścia, upływa w spokoju i zdrowiu.

JOANNA KARZYŃSKA

GAZETA OLSZTYŃSKA ZAWSZE POD RĘKĄ.
ZAPRENUMERUJ E-WYDANIE: KUPGAZETE.PL

REKLAMA
PONIEDZIAŁEK
dodatek
praca.wm.pl
mp-otbr-7083

OBWIESZCZENIE

Sąd Rejonowy w Olsztynie V Wydział Gospodarczy w postępowaniu upadłościowym Krystyny Doroszkiewicz, przedsiębiorcy prowadzącego działalność gospodarczą pod firmą Catering – Family Doroszkiewicz Krystyna Bar Gastronomiczny „U Kseni" w upadłości likwidacyjnej w Białej Piskiej, podaje do publicznej wiadomości, iż postanowieniem z dnia 1 sierpnia 2019 r. (sygn. akt V GUp 33/15) stwierdził zakończenie postępowania upadłościowego Krystyny Doroszkiewicz, przedsiębiorcy prowadzącego działalność gospodarczą pod firmą Catering – Family Doroszkiewicz Krystyna Bar Gastronomiczny „U Kseni" w upadłości likwidacyjnej w Białej Piskiej.

11520ekwe-b-M

eprasa.pl c3dcc7945e

Stanął nago na środku starówki

DZIEŃ ŻARTÓW || W tym roku prima aprilis przypada w trudnym czasie. W dobie pandemii nie jesteśmy w nastroju do żartów. Trochę śmiechu nikomu jednak nie zaszkodzi — przekonują eksperci. Czy mają rację?

Fot. pixabay.com

CZY ISTNIEJE PRZEPIS NA DOBRY PRIMAAPRILISOWY ŻART? WYSTARCZY POSZPERAĆ TROCHĘ W SIECI. WARTO JEDNAK SAMEMU COŚ WYMYŚLIĆ. IM BARDZIEJ NIETYPOWY PSIKUS, TYM WIĘKSZA SZANSA, ŻE KOGOŚ WKRĘCISZ.

W dobie pandemii nie jesteśmy w nastroju do żartów? Mam co do tego wątpliwości — twierdzi Katarzyna, studentka prawa. — Prima aprilis wiąże się ze specyficznym poczuciem humoru. W tym dniu ludzie robią kawały, polegające na celowym wprowadzaniu kogoś w błąd. Nabieraniu innych. Portale informacyjne publikują żartobliwe fake newsy, żeby nabić w butelkę jak największą liczbę odbiorców. Sama nie raz z tego się śmieję, ale w czasie koronawirusa takie zachowanie jest nieodpowiedzialne. Żyjemy w strachu i niepewności. Dezinformacja, nawet najbardziej niewinna, może być niebezpieczna. Nie sposób przewidzieć wszystkich jej konsekwencji. Dlatego uważam, że lepiej odłożyć takie zabawy na później.

— Nie przesadzajmy. Aż tak źle nie jest — uspokaja Andrzej, kolega Katarzyny. — Owszem, znaleźliśmy się w niełatwej sytuacji. Nie wiemy, jak potoczy się przebieg pandemii. Co dalej z naszą gospodarką, z naszą pracą... Więc tym bardziej powinniśmy dbać o pogodny nastrój. Bywałem nie raz na życiowych zakrętach. Nauczyłem się jednego. Najgorsze, co można zrobić, to wpaść w deprechę i posypywać głowę popiołem. Starajmy się żyć normalnie, cieszyć się, obchodzić urodziny i święta na miarę naszych możliwości. Jeśli ktoś ma pomysł, jak rozweselić przyjaciół na prima aprilis, to czemu nie? Oczywiście nie mówię o kretyńskich żartach, w stylu anonimowych telefonów, że w szpitalu podłożyli bombę. No, takich wybryków sobie nie wyobrażam.

CZY ISTNIEJE PRZEPIS NA DOBRY PRIMAAPRILISOWY ŻART?

— Istnieje całkiem sporo — twierdzi Janusz, doradca klienta. — Wystarczy poszperać trochę w sieci. Warto jednak samemu coś wymyślić. Im bardziej nietypowy psikus, tym większa szansa, że kogoś wkręcisz. Choć stare sposoby też się sprawdzają — zapewnia. — Miałem kiedyś dziewczynę. Sporo paliła. Czasem po dwie paczki na dobę. Chciałem zmotywować ją do rzucenia nałogu. Akurat zbliżał się pierwszy kwietnia. Postanowiłem to wykorzystać.

Janusz zakupił specjalne petardy. Gdy partnerka poszła spać, ukrył ładunki w jej ulubionych elemach. Nazajutrz czekała ją niespodzianka.

— Akurat brała pierwszego macha, jak lont się odpalił. Strzał nie był głośny, ale kompletnie się tego nie spodziewała. Najpierw wrzasnęła. Potem się zawiesiła, by po chwili parsknąć śmiechem. Gdy emocje trochę opadły, podzieliłem się z nią refleksją. Zobacz, dzisiaj to ja zrobiłem ci kawał. A jutro kawał może ci zrobić jakiś nowotwór. I też nie będziesz przygotowana. Nic nie powiedziała. Ale chyba dałem trochę do myślenia. Po pewnym czasie faktycznie postanowiła z tym skończyć. Walczyła długo, na szczęście w końcu się udało. Dziś prowadzi zdrowy styl życia.

SKĄD WZIĄŁ SIĘ PRIMA APRILIS?

Geneza tej tradycji pozostaje niejasna. Niektórzy łączą ją z Cerealiami, rzymskim świętem ku czci Fortuny Virilis, bóstwa kierującego szczęściem i nieszczęściem. Z tej okazji mężczyźni zakładali dziwaczne stroje i tańczyli na ulicach. Dozwolone były wszelkie wygłupy i żarty. Według innej prima aprilis wiąże się z mitem o Demeter. Jej córka Persefona miała zostać porwana przez Hadesa na początku kwietnia. Szukając jej, Demeter szła za echem głosu Persefony, które ją zwiodło.

Źródeł primaaprilisowej tradycji dopatruje się w zamieszaniu wywołanym zmianą kalendarza. W średniowieczu niektóre kraje Europy witały nowy rok 1 kwietnia. W roku 1582 papież Grzegorz XIII wprowadził nowy kalendarz. Odtąd rok rozpoczynał się 1 stycznia. Wiele osób o tym nie wiedziało, świętując nowy rok według starego zwyczaju. Nazywano ich „kwietniowymi głupkami".

NA ZDROWIE

Jedno wiemy na pewno. Prima aprilis to kupa śmiechu. A ten ma zbawienny wpływ na nasz organizm. Pomaga leczyć poważne dolegliwości.

W 1964 ROKU AMERYKAŃSKI PISARZ NORMAN COUSINS ZACHOROWAŁ NA ZAPALENIE STAWÓW. LEKARZE BYLI BEZRADNI. ŻEBY NIE POPAŚĆ W ROZPACZ, COUSINS GODZINAMI OGLĄDAŁ PROGRAM „UKRYTA KAMERA" ORAZ FILMY BRACI MARX. PO PEWNYM CZASIE STAN ZAPALNY ZATRZYMAŁ SIĘ.

Jak to możliwe? Liczne badania pokazały, że śmiech stymuluje wytwarzanie endorfin, znanych potocznie „hormonami szczęścia". To właśnie one rozładowują napięcie

eprasa.pl c3dcc7945e

i stres, wprowadzają nas w dobry nastrój. Gdy się uśmiechamy, nasze ciało staje się bardziej zrelaksowane. Neurolog Henri Rubenstein obliczył, że minuta śmiechu przynosi rozluźnienie na 45 minut.

Pamiętajmy. Im mniej się śmiejemy, tym częściej chorujemy. Śmiech umacnia nasz układ odpornościowy, tak ważny szczególnie teraz, gdy jesteśmy zagrożeni koronawirusem. Warto więc rozwijać poczucie humoru. Dzięki tej umiejętności staniemy się zdrowsi. Będziemy też sprzyjać zdrowiu naszego najbliższego otoczenia.

Dobra wiadomość dla osób walczących z nadwagą. 11 minut chichrania pozwala spalić do 30 kalorii. Śmiech to dobre ćwiczenie dla mięśni twarzy, gardła, ramion, brzucha i przepony. William Fry odkrył, że jeśli zaśmiejesz się 100 razy, będzie to odpowiadało 10 minutom treningu wioślarskiego. Na tym nie koniec. Śmiech do rozpuku zwiększa dotlenienie krwi.

GDY SIEDZIMY CICHO, WDYCHAMY TYLKO PÓŁ LITRA POWIETRZA. GDY ZRYWAMY BOKI, DO PŁUC TRAFIA NAWET TRZY RAZY TYLE. PONADTO ŚMIECH SPRZYJA WYTWARZANIU NATURALNYCH ZWIĄZKÓW PRZECIWBÓLOWYCH. MOŻE SKUTECZNIE ZWALCZYĆ SILNY BÓL SKURCZOWY, KTÓRY CZĘSTO TOWARZYSZY CHOROBOM MIĘŚNIOWYM. ŚMIECH TO ZDROWIE.

POUCZAJĄCY ŻART

Nie można jednak przekraczać granic dobrego smaku. Ludzie mają różną wrażliwość i różne doświadczenia życiowe. Nawet niewinnym żartem można głęboko zranić. Nie zapominajmy więc o zasadach kultury. Nie opowiadajmy rubasznych dowcipów, jeśli ktoś sobie tego nie życzy. Nie podkładajmy gumowych pająków osobom cierpiącym na arachnofobię. Lecz zdarza, że przykry kawał też przynosi korzyści. Ciekawą historią podzielił się z nami pan Krzysztof.

— Byłem uczniem szóstej klasy podstawówki — wspomina. — Kumpel założył się ze mną o dwa złote, że stanie nago na środku olsztyńskiej starówki. Tak na kilka minut. Był tylko jeden warunek. Nie mogłem się do niego zbliżać na odległość czterech kroków. Ani w żaden sposób go dotykać, czy popychać. Zgodziłem się. Byłem zaintrygowany. Po lekcjach poszliśmy z kolegami na starówkę. Pod budynek, przy którym kiedyś mieściło się kino Awangarda. Świeciło słońce, wokół mnóstwo przechodniów. Kumpel faktycznie stanął nago w centrum ruchliwej ulicy. Ale nikt nie zwrócił na niego uwagi.

Jak tego dokonał?

— Bardzo prosto. Chłopak wyjął kawałek kredy. Napisał na chodniku literę „G". Tuż obok literę „O". No i stanął sobie na „GO". Koledzy mieli ubaw. Ja zaś pożegnałem się z moją dwuzłotówką. Nie mogłem nic zrobić. Zgodnie z warunkami musiałem trzymać dystans.

Krzysztof miał zepsuty nastrój do końca dnia.

WILLIAM FRY ODKRYŁ, ŻE JEŚLI ZAŚMIEJESZ SIĘ 100 RAZY, BĘDZIE TO ODPOWIADAŁO 10 MINUTOM TRENINGU WIOŚLARSKIEGO. ŚMIECH DO ROZPUKU ZWIĘKSZA DOTLENIENIE KRWI.

— Mogłem wykazać się większą pomysłowością. Nie dawać pieniędzy tak od razu. Wszak pojęcie dwa złote też można odczytać na różne sposoby. Ale po latach inaczej na to patrzę. Jestem nawet wdzięczny temu żartowniosiowi. Od tamtej pory stałem się bardziej ostrożny. Nie brałem udziału w zakładach. Unikałem wszelkich gier hazardowych. Zresztą, unikam ich do dzisiaj. Zanim coś zrobię, wolę kilka razy pomyśleć. Dlatego uważam, że był to najbardziej pouczający prima aprilis w moim życiu.

IB

GAZETA OLSZTYŃSKA ZAWSZE POD RĘKĄ. ZAPRENUMERUJ E-WYDANIE: KUPGAZETE.PL

Fot. pixabay.com

Gdy się uśmiechamy, nasze ciało staje się bardziej zrelaksowane

Chcesz być na bieżąco...

...a nie możesz wyjść z domu?

www.kupgazete.pl

E-WYDANIE

CODZIENNA DAWKA WIADOMOŚCI!

196200TBS-i-K

eprasa.pl c3dcc7945e

Maseczki — wszystkie za i przeciw

WALKA Z EPIDEMIĄ || Maseczki chirurgiczne ostatnio robią furorę: w szpitalach i karetkach ich brakuje, w aptekach ceny poszybowały w górę, a i tak zainteresowanie wśród nabywców spore.

Czy jednak od noszenia maseczki przybędzie nam zdrowia, a wszelkie wirusy z koronawirusem na czele — będą się już trzymać od nas z daleka? Jedni są przekonani, że tak i wręcz wołają o zakaz opuszczania domu bez maseczki. Inni twierdzą, że maseczka, owszem — chroni, ale tylko w określonych sytuacjach i niekoniecznie tego, na którego twarz akurat została założona.

To jak to z tymi maseczkami jest: nosić — nie nosić? Kupić za wszelką cenę — czy nawet te otrzymane całkowicie gratis przekazać w lepsze ręce, choćby znajomego chirurga albo ratownika medycznego? A w ogóle to czy maseczki są jednorazowego użytku i na ile godzin producent ten użytek przewidział? Czy może jednak można je prać i używać do zdarcia?

STAN, JAKI JEST

W aptekach i hurtowniach maseczek brakuje, a ich ceny wciąż idą w górę. W którymś momencie sytuacja wymknęła się spod kontroli, nie tylko wojewódzkich inspektoratów farmaceutycznych, i zaczął kwitnąć czarny rynek. Zanim premier i minister ukrócili te niecne praktyki, na portalach aukcyjnych cena za jedną maseczkę osiągała już nierzadko 10 zł. Ja sama z trzech różnych adresów otrzymałam ofertę typu okazja nie do odrzucenia: 124 zł za pudełko maseczek, 25 sztuk. Czyli niecałe 5 zł za sztukę.

Skasowałam z trzaskiem, a nadawców oznakowałam jako posłańców spamu. Co nie zmieniło faktu, że maseczka urosła w międzyczasie do rangi przedmiotu pożądanego, o magicznej wręcz mocy do zwalczania koronawirusa i choć rząd spekulanckie zapędy niektórych zdusił w zarodku — kwestia maseczki nie stała się mniej paląca. Przeciwnie: wciąż czytam i słucham materiałów poradnikowych. Tyle tylko, że co jakiś czas pojawi się również głos krytyczny. Że wcale nie chronią nas te maseczki, a za to już po kilku minutach od nałożenia mamy wokół nosa, ust i pod brodą własną wylęgarnię mikrobów!

A może trzeba znać jakieś zasady i zwyczajnie uruchomić zdrowy rozsądek?

DLA KOGO?

Specjaliści twierdzą, że maseczka ochronna typu chirurgicznego sprawdza się wyłącznie wtedy, gdy opiekujemy się chorym, gdy sami koronawirusem zostaliśmy zakażeni albo o takie zakażenie jesteśmy podejrzewani. Dodatkowo, eksperci Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) przestrzegają, że taka maseczka będzie skuteczna tylko w połączeniu z innymi środkami ochronnymi — zwłaszcza z dokładnym myciem rąk. WHO zaleca też noszenie maseczek, ale i (najpierw telefoniczny) kontakt z lekarzem wszystkim osobom, u których pojawiła się gorączka, trudności z oddychaniem, kaszel, katar... To na przykład w Japonii od wielu lat praktykuje się takie działanie profilaktyczne. Natomiast osoby zdrowe potrzebują maseczek tylko wówczas, gdy opiekują się przebywającą w tym samym pomieszczeniu osobą z podejrzeniem infekcji. Chodzi o to, by osoby zakażone nie stanowiły zagrożenia dla otoczenia. Jeśli natomiast nakładają je osoby niezakażone, maseczki wspierają bardziej dobre samopoczucie noszących, bo — jak zapewniają epidemiolodzy — znaczenie epidemiologiczne mają dość marne. Sęk bowiem w tym, że te maseczki powszechnie stosowane choćby w służbie zdrowia — mają pory tak duże, że ich skuteczność w blokowaniu drobnoustrojów wydostających się z wydychanym powietrzem jest co najmniej znikoma... Wspomniana WHO informuje ponadto na swoich stronach, że maseczki nie tylko przed infekcją nie ochronią, ale mogą wręcz stać się jej źródłem. Tak się dzieje szczególnie, gdy osoba przyodziana w maseczkę lekceważy inne działania profilaktyczne, choćby wspomniane częste mycie rąk mydłem lub odkażanie ich żelem zawierającym alkohol.

ZASADY

Jeszcze przed założeniem maski ręce należy umyć wodą i mydłem, a jeśli to możliwe — oczyścić je także preparatem zawierającym alkohol — minimum 60 proc. Każda maseczka chirurgiczna ma w górnej części wszytą tzw. blaszkę — zaraz po nałożeniu doginamy ją odpowiednio tak, by dokładnie przylegała do górnej części nosa. Jeśli maseczka ma gumki, trzeba je zaczepić o uszy; jeśli ma tasiemki lub troczki — wiążemy je z tyłu głowy. Prawidłowo założona maseczka powinna szczelnie zakrywać usta, nos i podbródek, a pomiędzy twarzą a maską nie powinno być żadnej przerwy, szpary czy luki. Jeśli założyliśmy już maskę na twarz — trzeba się pilnować, by jej nie dotykać. Jeśli już się na takim dotyku złapiemy — znów musimy oczyścić ręce wodą i mydłem, a najlepiej preparatem alkoholowym. Jeśli po jakimś czasie maska stanie się wilgotna — natychmiast wymieniamy ją na świeżą. Co do zasady — masek jednorazowych nie możemy używać drugi raz.

ZDEJMOWANIE

Równie ważne, co użytkowanie maseczki, jest właściwe pozbywanie się jej i utylizacja. Zdejmujemy maseczkę, chwytając za tylną część, bez dotykania potencjalnie nasiąkniętej wszelkimi zarazkami części przedniej. Wyrzucamy ją natychmiast do zamkniętego pojemnika, po czym znów dokładnie myjemy ręce wodą i mydłem, a potem czyścimy preparatem alkoholowym.

eprasa.pl c3dcc7945e

ROZMIAR WIRUSA

Pamiętajmy, że pojedyncza komórka koronawirusa ma średnicę mniejszą niż 0,3 mikrometra — czyli to jakieś 60-140 nm. Jego cząstki przenoszą się natomiast drogą kropelkową, gdy kichamy, kaszlemy, a nawet mówimy — a ów aerozol biologiczny ma średnicę od 20 do 300 mikrometrów. Stąd wyższy poziom ochrony przed koronawirusem zapewni półmaska filtrująca o klasie ochronnej FFP3. Nie zapominajmy też, by stosować się do terminów przydatności do użycia. Tak, maseczki też mają datę ważności! A przecież na filtrach gromadzą się mikroorganizmy i one też mogą stanowić źródło zakażenia. Jeśli już nabywamy maseczki — niech pochodzą one ze sprawdzonego i legalnego źródła i przed zakupem sprawdźmy, czy są oznakowane symbolem CE. Tylko wtedy będziemy mieli pewność, że maseczka została prawidłowo zaprojektowana i wykonana z właściwych materiałów.

MASECZKA TYPU ZRÓB TO SAM

Wyjdzie tanio, łatwo, a może nawet skuteczniej... Potrzebujemy włókniny, nożyczek, kilku szpilek krawieckich, gumki i maszyny do szycia — a kto ma sprawne ręce, to zwyczajnie igły i nici.

Włókninę składamy na pół, bo wedle tego projektu maseczka będzie dwuwarstwowa. Na włókninie odrysowujemy kształt maseczki, który w kilka sekund można znaleźć w sieci. Wycinamy według wzoru i robimy pierwsze przeszycie wzdłuż dolnej i górnej krawędzi — połączymy w ten sposób dwie warstwy włókniny. Krótsze boki składamy w harmonijkę, z każdej strony podkładamy gumkę. Jeśli gumki nie mamy — w ten sam sposób w każdym rogu maseczki wstawiamy troczki. Gumkę zaczepimy potem za uszy — troczki zawiążemy z tyłu głowy i na karku. Przeszywamy wszystko razem. Żeby nic nam się nie rozbiegło — pomagamy sobie szpilkami krawieckimi. I proszę bardzo: dwa przeszycia i nasza jednorazowa maseczka gotowa!

Fot. pixabay.com (2)

SPECJALIŚCI TWIERDZĄ, ŻE MASECZKA OCHRONNA SPRAWDZA SIĘ WYŁĄCZNIE WTEDY, GDY OPIEKUJEMY SIĘ CHORYM, GDY SAMI ZOSTALIŚMY ZAKAŻENI KORONAWIRUSEM ALBO JESTEŚMY PODEJRZEWANI O ZAKAŻENIE

MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA

KAMPANIA INFORMACYJNA

WSPARCIE PSYCHOLOGICZNE W CZASIE EPIDEMII

Obecna sytuacja epidemiczna oraz związane z tym zmiany w społecznym funkcjonowaniu mogą znacząco wpływać na nasze samopoczucie, wywołując niepokój oraz lęk. W tym okresie powinniśmy zadbać o swoje zdrowie, zarówno fizyczne, jak i psychiczne. Narodowy Fundusz Zdrowia zaprasza na cykl filmów „Wsparcie psychologiczne w czasie epidemii".

Każdego dnia od wtorku, 31 marca, na kanale YouTube Akademia NFZ są publikowane filmy z cyklu „Wsparcie psychologiczne w czasie epidemii", z których każdy poświęcony jest innemu zagadnieniu: strach i lęk, izolacja społeczna, lęk o zdrowie i życie, lęk o utratę pracy, utrata kontroli nad życiem, konflikty w rodzinie.
Cykl składa się z dziesięciu podcastów, każdy trwa około dziesięciu minut. Będą one publikowane codziennie na YouTube, na kanale Akademia NFZ. Pierwszy odcinek o lęku już jest dostępny na kanale.

Podcasty przygotowane są wspólnie z psychologami – każdy podcast to rozmowa z Dorotą Mintą, psychoterapeutą z wieloletnim stażem, specjalizującą się w trudnościach psychologicznych dotyczących kryzysów, chorób przewlekłych i żałoby. Pani Dorota Minta jest także wykładowcą uniwersyteckim, działaczką społeczną i prezesem fundacji StomaLife. Sprawdź, jak dbać o swoje samopoczucie oraz gdzie szukać pomocy w razie pogorszenia stanu zdrowia psychicznego.

Tematy podcastów na kanale YouTube Akademia NFZ

- Lęk – co zrobić, by Tobą nie zawładnął?
- Izoluj się, pozostając w kontakcie z innymi
- Kontrola – jak jej nie stracić?
- Konflikty w rodzinie – jak do nich nie dopuścić?
- Obniżenie nastroju – zrób nowy plan
- Lęk przed utratą pracy – jak sobie z nim poradzić?
- Techniki relaksacji – jak się zregenerować?
- Społeczna odpowiedzialność – myśl o innych
- Zespół stresu pourazowego – jak zadbać o swoją przyszłość?
- Ruch to zdrowie, ale pamiętaj o bezpieczeństwie

25320otbr-E -P

eprasa.pl c3dcc7945e

Imbirem w wirusa!

DIETA W CZASIE EPIDEMII || Imbir, a konkretnie jego korzeń, to nie tylko przyprawa. Owszem, ze względu na swoje walory smakowe króluje w kuchni, ale i w medycynie ceni się go za liczne właściwości.

Jeszcze niedawno kojarzył się z piwem, zwłaszcza angielskim i irlandzkim, oraz z kuchnią azjatycką — dziś imbir jest stałym składnikiem każdej zdrowej diety. I bardzo dobrze, że można go dostać w każdym większym sklepie i że nie jest drogi, bo bardzo dobrze wpływa na nasze zdrowie. Bo jego właściwości trudno przecenić: ułatwia trawienie, poprawia krążenie krwi i działa przeciwobrzękowo. Dlatego w naturalnej medycynie chińskiej używa się go od tysięcy lat. Napoje, napary, olejki, syropy i preparaty przygotowane na jego bazie mają właściwości przeciwzapalne, przeciwbakteryjne, łagodzą dolegliwości związane ze stanami zapalnymi dróg oddechowych. Świetnie sprawdzi się jako pomocniczy środek w zwalczaniu objawów przeziębienia i grypy. Imbir ma także właściwości przeciwbólowe: leki na jego bazie stosuje się w terapii migren i bóli miesiączkowych. Szczególnie plastry korzenia imbiru pomogą łagodzić objawy bolesnego miesiączkowania.

MA TAKŻE WŁAŚCIWOŚCI ODKAŻAJĄCE I DETOKSYKUJĄCE: SPROSZKOWANY IMBIR ROZPUSZCZONY W WODZIE MOŻNA STOSOWAĆ DO PŁUKANIA BOLĄCEGO GARDŁA LUB PROFILAKTYCZNIE W HIGIENIE JAMY USTNEJ.

A jakby tego było mało, korzeń imbiru potrafi szybko i znacznie załagodzić imbiru dolegliwości spowodowane chorobą lokomocyjną. Swój charakterystyczny, orzeźwiający i ostry aromat zawdzięcza imbir zingiberolowi: substancji leczniczej stosowanej także w produkcji olejków eterycznych.

Fot. pixabay.com

Korzeń imbiru ma charakterystyczny, orzeźwiający i ostry aromat

IMBIR LECZY

Jak wspomniałam, właściwości lecznicze i prozdrowotne imbiru są liczne i cenne. Bulwy, czyli korzeń imbiru, zawierają witaminy A, C, E, K, oraz te z grupy B: B1, B2 i kwas foliowy. Sporo w nim także składników mineralnych: wapnia, fosforu, żelaza i potasu. Znajdziemy poza tym węglowodany, olejki eteryczne i żywice, m.in. gingerol i zinferon, które nadają imbirowi gorzkawą nutę, ale które odznaczają się wieloma właściwościami leczniczymi: mają działanie przeciwzapalne, przeciwbakteryjne, przeciwwirusowe i wykrztuśne.

HERBATKA ZE STARTYM IMBIREM ZŁAGODZI KASZEL, ROZRZEDZI ŚLUZ, ZAHAMUJE SKURCZE OSKRZELI, ZADZIAŁA PRZECIWBÓLOWO I PRZECIWGORĄCZKOWO — DLATEGO PRZY NIEŻYTACH I STANACH ZAPALNYCH GÓRNYCH DRÓG ODDECHOWYCH JEST SZCZEGÓLNIE CENNA. Z KOLEI NAPÓJ Z IMBIREM, NAJLEPIEJ Z DODATKIEM CYNAMONU, CYTRYNY, MIODU I KURKUMY MA WŁAŚCIWOŚCI SILNIE ROZGRZEWAJĄCE, NAPOTNE I PRZECIWGORĄCZKOWE

Gdyby wniknąć w działanie imbiru trochę głębiej, odkryjemy, że zmniejsza lepkość krwi i tym samym chroni przed tworzeniem się zatorów i zakrzepów, obniża ciśnienie i stężenie „złego" cholesterolu LDL we krwi, wpływa korzystnie na pracę serca, poprawia koncentrację, dodaje energii i witalności. Dlatego imbir pomaga też w stanach przemęczenia fizycznego i psychicznego. Ponadto, poprawia ukrwienie i dotlenienie komórek, dzięki czemu korzystnie działa na układ odpornościowy — a to w dzisiejszych czasach może być informacja na wagę życia!

Imbir pomaga też przy dolegliwościach układu pokarmowego. Wpływa korzystnie na proces trawienia, bo pobudza wytwarzanie śliny oraz soków żołądkowych. Dzięki temu usuwa wzdęcia. Działa też żółciopędnie i rozkurczowo, likwiduje wzdęcia i zwiększa wydzielanie śliny, przez co ma korzystny wpływ na procesy trawienia. Łagodzi przy tym mdłości i wymioty po narkozie i w czasie chemioterapii. I wspomaga apetyt.

Kolejna lecznicza właściwość imbiru — łagodzi obrzęki związane z zatrzymywaniem wody w organizmie. Dzieje się tak, bo substancje zawarte w tej przyprawie mają działanie moczopędne, usuwają nadmiar wody nagromadzonej w tkankach.

IMBIR MA TEŻ KORZYSTNY WPŁYW NA PRACĘ MÓZGU, POPRAWIA JEGO UKRWIENIE I DOTLENIENIE, PRZEZ CO ZWIĘKSZA POZIOM KONCENTRACJI. DZIĘKI WŁAŚCIWOŚCIOM ROZGRZEWAJĄCYM IMBIR JEST ŚWIETNYM ANTIDOTUM DLA ZMARZLUCHÓW.

A tak w ogóle uważa się go również, zwłaszcza w Azji, za cenny afrodyzjak, ponieważ wzmaga ukrwienie narządów płciowych.

A czasem, szczególnie w przypadku obolałych mięśni, warto spróbować masażu olejkiem imbirowym.

KTO NIE MOŻE JEŚĆ IMBIRU?

Przede wszystkim herbatki z dodatkiem imbiru nie należy podawać dzieciom poniżej 12. miesiąca życia. Pamiętajmy, że to przyprawa dość ostra, że silnie drażni delikatne podniebienie i kubki smakowe dziecka. Osobom chorującym na wrzody żołądka lub dwunastnicy oraz refluks żołądkowy też imbiru nie polecam: zawarte w nim substancje drażnią bowiem śluzówkę przewodu pokarmowego. Ponieważ korzeń imbiru podnosi ciśnienie krwi — ze spożyciem imbiru nie powinny przesadzać osoby cierpiące na nadciśnienie tętnicze. Również kobiety w ciąży powinny w swojej diecie imbir ograniczyć. Owszem, mogą go spożywać, ale nie po-

eprasa.pl c3dcc7945e

winny być to duże ilości, bo w nadmiarze imbir podrażnia żołądek. Z drugiej jednak strony, imbir przy ciąży może być bardzo przydatny: zadziała hamująco na mdłości i będzie skutecznym, a naturalnym specyfikiem na wszelkie przeziębienia. Co innego kobiety w ciąży, które skarżą się na zbyt wysokie ciśnienie — one imbiru powinny zdecydowanie unikać.

JAK I KIEDY STOSOWAĆ?

Jako przyprawa imbir rzeczywiście króluje w kuchni. Wiele przepisów kuchni azjatyckiej traktuje imbir jako nieodłączny składnik dań. W naszej swojskiej kuchni jest natomiast składnikiem przypraw korzennych do ciast, choćby do piernika, ale też do sałatek i herbatników. Bardzo lubi się z liściem laurowym, zielem angielskim, gałką muszkatołową, goździkami i pieprzem. Taka mieszanka sprawdzi się jako dodatek do dań mięsnych, nadając świeżości i pikanterii tłustym potrawom. Imbir dodaje się do pieczonych jabłek, ale też do grzanego piwa, wina, a kto lubi, od czasu do czasu niech spróbuje imbirowej wódki. Choć można go kupić w postaci wysuszonego proszku z korzenia — najlepiej sprawdza się w kuchni imbir świeży.

JAKO KOSMETYK

Imbir wykorzystywany jest też w przemyśle kosmetycznym. Szczególnie olejek imbirowy sprawdza się jako składnik balsamów o działaniu wyszczuplającym i modelującym sylwetkę. Wszystko przez to, że pobudza krążenie i przyspiesza spalanie tłuszczu. Zastosowany miejscowo — pomaga w walce z cellulitem. Także w produkcji perfum o orientalnej, egzotycznej nucie imbir sprawdza się doskonale, a ponieważ nadaje kosmetykom mocny, świeży zapach — jest do tego składnikiem wielu męskich kosmetyków.

MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA

Napój z imbirem, najlepiej z dodatkiem cynamonu, cytryny, miodu i kurkumy ma właściwości rozgrzewające

* Szczególnie polecam napar z imbiru, który dziś nie tylko uchroni nas przed przeziębieniem, ale i wspomoże koncentrację.
Do litra wody wrzucamy 10 cm obranego, startego imbiru i gotujemy to ok. 15 minut. Następnie odcedzamy napar, studzimy i dodajemy do niego 2-4 łyżki miodu i szklankę mleka. Mało kto wie, ale imbir to także doskonały dodatek do kawy: wystarczy dodać do niej szczyptę mielonego korzenia. Można też kawą zalać utarty z imbirem miód.
* Bardzo smaczna jest sałatka z imbirem i łososiem: 5 cm obranego imbiru ścieramy na tarce o drobnych oczkach, mieszamy z wędzonym łososiem, natką pietruszki, śmietaną, majonezem, solą i pieprzem. Wymieszane składniki umieszczamy w lodówce na 20 minut, zaś gotową sałatkę podajemy z pieczywem.

GAZETA OLSZTYŃSKA ZAWSZE POD RĘKĄ. ZAPRENUMERUJ E-WYDANIE: KUPGAZETE.PL

Napar z imbiru uchroni nas przed przeziębieniem i wspomoże koncentrację

REKLAMA

Lek. med.
Artur ZALEWSKI
specjalista chirurg
Chirurgia Ogólna
LANCET, Olsztyn
ul. Wojska Polskiego 39
środa 17⁰⁰-19⁰⁰
tel. rej. 89 535-72-80
po 13⁰⁰ codziennie
204619otbr-a -0

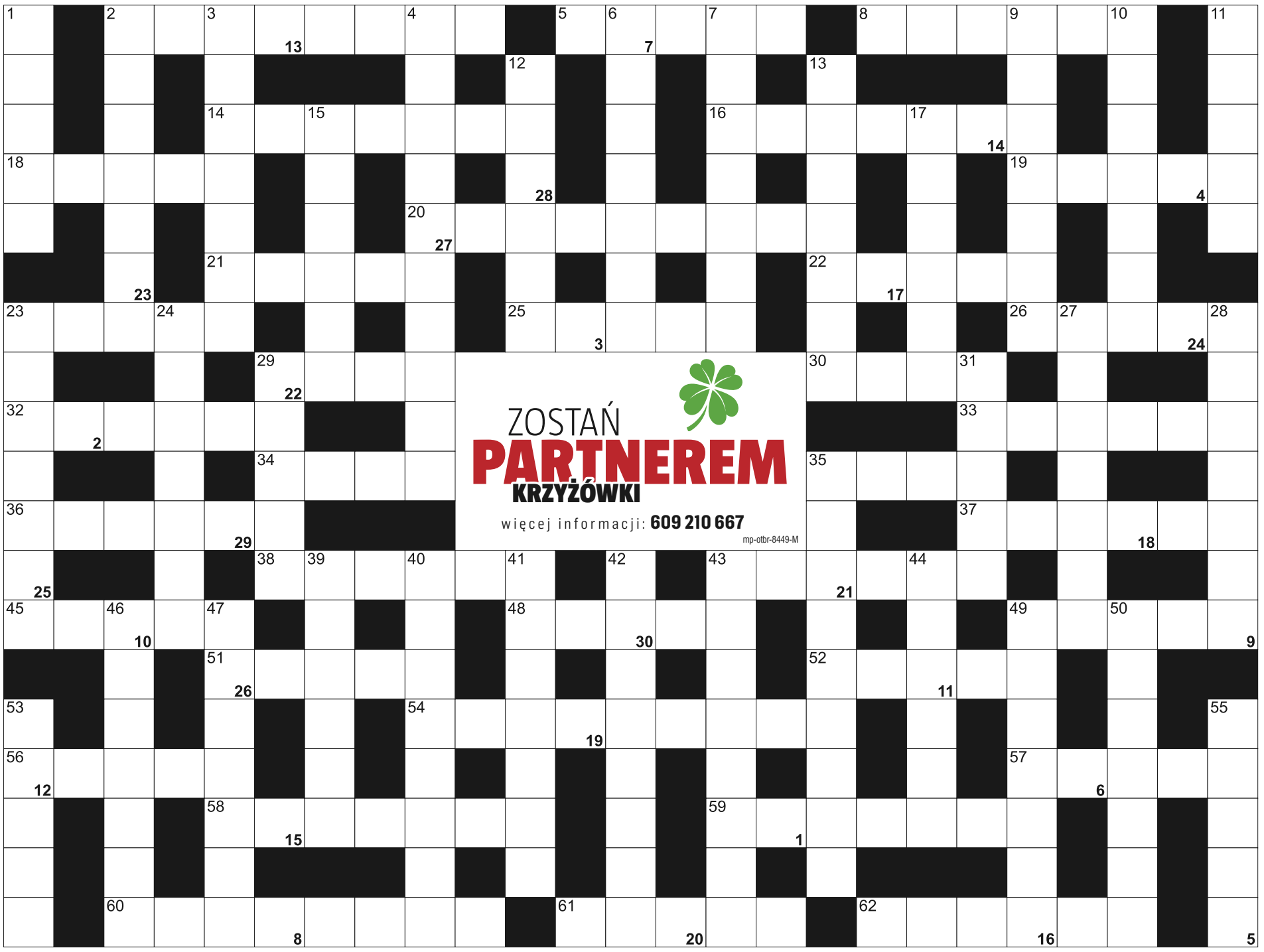
dr n. med. MACIEJ BIERNACKI
SPECJALISTA CHIRURGII OGÓLNEJ I ONKOLOGICZNEJ
•chirurgia ogólna •chirurgia onkologiczna •żylaki •przepukliny •usuwanie drobnych zmian skórnych •leczenie chorób piersi •leczenie nowotworów przewodu pokarmowego
Olsztyn, al. Wojska Polskiego 39 (Lancet)
89 535 72 80 od godz. 13⁰⁰, 508 36 26 52
190019otbr-A-P

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
207119otbr-a -0

SOBOTA
ZDROWO
i AKTYWNIE

eprasa.pl c3dcc7945e

Krzyżówka klasyczna z hasłem



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 30, 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	30																

POZIOMO: 2) zapowiedź pogody; 5) najmniejsze części pierwiastka; 8) miasteczko uniwersyteckie; 14) korupcyjna danina; 16) produkuje prąd z wody lub wiatru; 18) zwalony pień drzewa; 19) włókno z agawy; 20) ogół biskupów danego kraju; 21) podłużne ciastko z kremem; 22) banany i gruszki; 23) waluta Szwajcarii; 25) aktywni członkowie organizacji; 26) Dahl i Amundsen; 29) Chagall, malarz i grafik; 30) z turbanem lub w stajni; 32) przednia strona monety; 33) polski taniec ludowy; 34) oczyszczona lub kaustyczna; 35) rodzinne miasto św. Franciszka; 36) włoski region z Perugią; 37) rodak, ziomek, swojak; 38) młody małżonek; 43) japońska mata na podłogi; 45) organizacja terrorystyczna ze Strefy Gazy; 48) krew lub benzyna; 49) stalowe w zawiasach drzwiowych; 51) kontur postaci, szkic; 52) kraj z Kopenhagą; 54) sprzedaż kradzionych rzeczy; 56) patronka pielęgniarek; 57) pierwiastek at; 58) narzędzie do zakuwania nitów; 59) dawne kino; 60) zawodowo szyje; 61) mała Barbara; 62) na torcie.

PIONOWO: 1) nawinięta na kołowrotek; 2) Polacy za granicą; 3) rażąca część granatu; 4) zawieja, śnieżyca; 6) ma trzy boki; 7) przylądek Peloponezu, Tenaron; 9) płat miodu; 10) dawny pocisk z grotem; 11) figura akrobacji samolotu; 12) stolica Filipin; 13) żona bliźniaka; 15) z bębnem w łazience; 17) powieść Dostojewskiego; 23) ubiór ochronny; 24) chrapy inaczej; 27) przyprawa do pizzy; 28) niewyraźne czytanie, sylabizowanie; 29) lecznicze ugniatanie; 31) przedmioty kultu pogan; 35) odtrutka; 39) pęd roślin drzewiastych; 40) Garri, szachista, rywal Karpowa; 41) gnieść, miętolić; 42) potocznie o miarce metrowej; 43) dip grecki do dań z grilla; 44) smaczna ryba na obiad; 46) płaski krążek na szyji; 47) ciężki sprzęt sportowy; 49) diagnozowanie; 50) cukier mlekowy inaczej; 53) wieloosobowe krzesło; 55) dzieło muzyczne lub literackie.

eprasa.pl c3dcc7945e

JESTEŚMY TAM, GDZIE NASI CZYTELNICY!

Chcemy towarzyszyć naszym czytelnikom cały dzień. Dlatego dla Waszej wygody i oszczędności czasu jesteśmy obecni na platformach, na których spędzacie najwięcej czasu!

Lubisz czytać papierową gazetę? Super!
Codziennie znajdziesz najważniejsze informacje właśnie w takiej formie.

Wolisz przeglądać strony WWW?
Jesteśmy do Twojej dyspozycji 24 h/dobę!

Chcesz cieszyć się wygodą korzystania z naszych informacji na smartfonie?
Naszą aplikację znajdziesz w Google Play i AppStore!

Żyjesz w świecie mediów społecznościowych?
Czekamy na Ciebie na Facebooku, Instagramie i Twitterze!

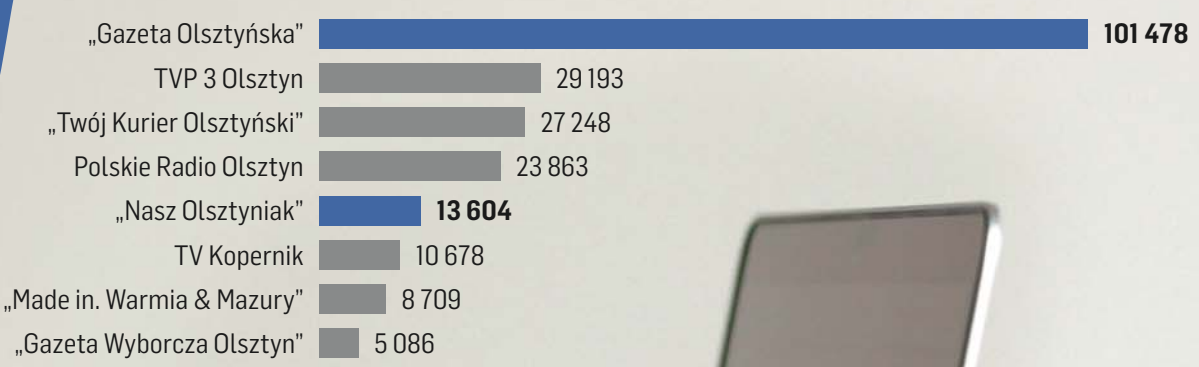
Wolisz wideo od czytania?
Nie ma problemu – nasza telewizja internetowa GO TV jest do Twojej dyspozycji na youtube.com!

WARTO BYĆ Z NAMI W SOCIAL MEDIACH!

Według danych Gemius.com portal Facebook odwiedza 3/4 polskich internautów.
To idealna platforma do komunikacji z klientami, a przede wszystkim – sprzedaży!
Gazeta Olsztyńska jest największym profilem informacyjnym w Olsztynie i woj. warmińsko-mazurskim.
Ponad 101 tys. fanów regularnie czerpie z niej informacje i komentuje bieżące wydarzenia.

LICZBA FANÓW NA FACEBOOK.COM

Źródło: facebook.com, 18 czerwca 2019 r.



WSPÓŁPRACUJĄC Z NAMI, ZYSKUJESZ:

- ✔ zasięg kampanii **Facebook Ads**
- ✔ **opiekę specjalistów** w zakresie social media marketingu
- ✔ **zasięg organiczny „Gazety Olsztyńskiej"** oraz pozostałych naszych profili
- ✔ **powiększone dotarcie** dzięki kampanii w pozostałych naszych mediach!

GRUPA WM

GAZETA OLSZTYŃSKA

GO TV
TELEWIZJA GAZETY OLSZTYŃSKIEJ

103219otbr -P

eprasa.pl c3dcc7945e

GARAŻE Blaszane
BRAMY Garażowe
KOJCE dla Psów
Konstal PRODUCENT
Najniższe CENY
Różne wymiary
Transport cały kraj
Montaż GRATIS
Dogodne RATY
GARAŻE WZMOCNIONE
AUTOMATYKA DO BRAM
89-650-30-43 85-733-60-26
29-642-34-61 55-621-23-38
512-853-323
www.konstal-garaze.pl
15720otbr-b-M

ZWIERZĘTA

sprzedam

NARYBEK- zarybienia tel.600-460-777.

RYBY karp, amur, tołpyga 669-483-895

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam

DZIAŁKI budowlane 9 i 10arów, Obręb Piątki, Gmina Nidzica, 602-481-250

GMINA Jonkowo obręb Kajny, pow. 122371m2, cena 600000zł, Sprzedam działki rolne w gminie Jonkowo obręb Kajny dz. ew. o numerach od 91/6 do 91/44 - łączna powierzchnia 122371 m2, Piotr tel: 696402623

WIERCINY. SPRZEDAM tanio wyposażone mieszkanie pow. 64m2, 2-pok tel.791-923-872

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL, 503-103-703

PRACA

dam pracę

FERMA indyków, mieszkanie, 602-593-421

OSOBĘ (kobietę/mężczyznę) do dozoru parkingu Pieczewo, 606-390-761

ZATRUDNIĘ opiekunkę medyczną do Domu Opieki w Stawigudzie. Cv proszę przesłać na:kontakt@domopiekirazem.pl lub zadzwonić, 531-076-572

ZATRUDNIĘ salową do Domu Opieki w Stawigudzie. Cv proszę przesłać na:kontakt@domopiekirazem.pl lub zadzwonić, 531-076-572

AUTO-MOTO

kupię

SAMOCHODY. 502-180-869

USŁUGI

budowa | remont

ELEWACJE, 784-083-295
HYDRAULICY, 501-209-794

POLBRUK, 602-401-309

ŻALUZJE, rolety, naprawa okien, 504-720-494

BIZNES

CHWILÓWKI (89)535-30-78

RÓŻNE

sprzedam

DREWNO opałowe, kominkowe tel. 605-048-075, 89-513-15-60

GARAŻE blaszane, kojce, www.partnerstal.pl., 698-230-205

MASZYNY stolarskie, 602-459-611.

kupię

MASZYNY stolarskie, 602-459-611.

ZŁOM 502-512-454

ROLNICTWO

zwierzęta hodowlane

! F.H.U. skup i transport knurów, macior, bydła-waga, faktura, tel.721-040-072.

produkty rolne

KUPIĘ: ZBOŻA paszowe, konsumpcyjne. FHU ANIMAR.Tel.694-508-207

MIESZANKI traw, trawy konwencjonalne oraz ekologiczne. tel.506-437-924

PSZENICA jara oścista, 695-731-421.

SKUP ZBÓŻ KUPI:zboża paszowe, konsumpcyjne.TEL.606-505-511

inne

MONTAŻ dojarek 504-93-64-90

ZIEMNIAKI Vineta, 695-731-421.

Pogrążona w smutku i głębokim żalu zawiadamiam,
że 30 marca 2020 r. zmarł

ś. † p. Stanisław Perkowski

Uroczystość pogrzebowa rozpocznie się 3 kwietnia 2020 r.
o godz 10.00 na cmentarzu komunalnym przy ul. Poprzecznej.
Kondukt na miejsce wiecznego spoczynku
wyruszy od głównej bramy.
Pogrążona w żałobie żona

126620opb1-a-M

Z głębokim żalem zawiadamiam,
że 30 marca 2020 r. o godz. 6.50 zmarła
Moja Ukochana Mama

ś. † p.

Weronika Balonis

z domu Asajewicz

dla przyjaciół i znajomych
znana była jako Irena.
Uroczystości pogrzebowe i ceremonia pochowania
rozpoczną się 3 kwietnia 2020 r. (piątek)
o godz. 11.00 przy głównej bramie
cmentarza komunalnego przy ul. Poprzecznej.

Pogrążona w żałobie córka

1263200PB1-A-G

TU ZLECISZ ZAMIESZCZENIE NEKROLOGU LUB KONDOLENCJI
W „GAZECIE OLSZTYŃSKIEJ" I „DZIENNIKU ELBLĄSKIM"

NEKROLOGI
(wymagany akt zgonu).
Terminy przyjęć*:
• na poniedziałek – do piątku do godz. 17.00
• na wtorek, środę, czwartek, piątek
– dnia poprzedniego w godz. 9.00-17.00
• na sobotę – do czwartku do godz. 17.00
* Dotyczy Biura Ogłoszeń w Olsztynie, ul. Partyzantów 28

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

Biuro Ogłoszeń, **OLSZTYN**, **ul. Partyzantów 28**
czynne w godz. 9.00-17.00
soboty – nieczynne
tel. 89-539-74-80, 89-539-74-82

www.pozegnania.net

Biuro Ogłoszeń, **ELBLĄG, ul. Rybacka 35**
tel./fax 55-236-16-99, tel. centrala 55-611-46-00 w. 22
pon.-pt. godz. 8.00-16.00

28919opb1-C-K

Warmiński
1987
ZAKŁAD POGRZEBOWY
Pomożemy Ci godnie pożegnać
dawniej market
OLSZTYN
ul. Lengowskiego 18-20, tel. 89 535-53-00
BISKUPIEC
ul. Armii Krajowej 4, tel. 89 715-20-93
POGOTOWIE POGRZEBOWE 89 527-09-09
614219opb1-a-K

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-a -K

ARKA
ARKA
Elżbieta Michałowska Anna Michałowska
OLSZTYN, Zatorze
ul. M. Zientary-Malewskiej 2A
tel. 89 534 72 42, kom. 605 635 908
OLSZTYN, Jaroty, ul. Herberta 16/24
(wejście od Wilczyńskiego, naprzeciw „Medyka")
tel. 89 526 66 01, kom. 605 665 909
www.arkaolsztyn.pl *Całodobowe przewozy zmarłych*
614619opb1-a -K

Śmierć nie jest kresem naszego istnienia.
Żyjemy w naszych dzieciach
i następnych pokoleniach.
Albowiem to dalej my,
a nasze ciała to tylko zwiędłe liście
na drzewie życia.

Albert Einstein

mp-otbr-6786

31419opb1-a -C

eprasa.pl c3dcc7945e

Jak w czeskim filmie, czyli nikt nic nie wie

III LIGA PIŁKARSKA || Cały czas czekamy na decyzję PZPN – mówi Jarosław Kotas, dyrektor sportowy Sokoła Ostróda. Lider III ligi od kilkunastu dni trenuje indywidualnie, jednak nie wie, czy powalczy o II ligę. Tak naprawdę nikt nic nie wie.

Nadal nie wiadomo, co będzie z rozgrywkami piłkarskimi w regionie, a „indywidualne" to najczęściej powtarzające się słowo, jakie można usłyszeć od trenerów drużyn. Oczywiście odnosi się to do zajęć, jakie mają wykonywać w czasach epidemii piłkarze, w tym także liderzy III ligi z Sokoła Ostróda.

— CHŁOPAKI MAJĄ INDYWIDUALNE ZADANIA DO ZROBIENIA, TERAZ SĄ W DOMACH I JEŚLI PROFESJONALNIE TRAKTUJĄ GRĘ W OSTRÓDZIE, TO POWINNI REALIZOWAĆ PLANY — MÓWI JAROSŁAW KOTAS, DYREKTOR SPORTOWY SOKOŁA.

Fot. Marcin Tchórz

Na piłkarskie emocje z udziałem trzecioligowców z Ostródy (i nie tylko) trzeba będzie jeszcze poczekać

— W obecnej sytuacji robimy wszystko na swoich podwórkach i czekamy co będzie dalej — dodaje.

Zawodnicy na tyle, na ile mogą, trenują, a ligi — z wiadomych względów — nie rozgrywają żadnych spotkań. Tym samym prezesi klubów, i tych na wyższym szczeblu rozgrywek, i tych w lokalnych stowarzyszeniach, mają związane ręce. Wszyscy czekają na decyzję piłkarskiej centrali.

— Widać, że prezes Zbigniew Boniek coś robi, ale na razie Polski Związek Piłki Nożnej nie podjął żadnej decyzji w sprawie naszych rozgrywek – podkreśla dyrektor sportowy Sokoła. — Jesteśmy w zawieszeniu, piłkarze są w rozjazdach i chyba trenują indywidualnie, ale my — tak na dobrą sprawę — nie wiemy, co robić. Większość związków sportowych w Polsce podjęło już jakieś decyzje, tymczasem u nas jeszcze nic nie wiadomo.

Zdaniem byłego szkoleniowca ostródzkich piłkarzy, warto byłoby już postanowić, co dalej z przerwanym sezonem 2019/20. Przede wszystkim z tego względu, że piłkarze mogliby już podejmować kolejne decyzje odnośnie klubów, w których mieliby grać w przyszłym sezonie, podczas gdy kluby zabrałyby się za renegocjację umów.

Ostatnio pojawiła się informacja, że piłkarzom Sokoła zaproponowano obniżkę kontraktów na czas wstrzymania rozgrywek. Wydaje się to bardzo rozsądne, biorąc pod uwagę i to, że od 1 kwietnia na dwa tygodnie produkcję wstrzymał główny sponsor Sokoła – firma Ostróda Yacht.

— Zaczynając od siebie, czyli od mojego kontraktu, zaproponowałem piłkarzom, żeby ich pensje też obniżyć o 50 procent, ale – póki co czekamy – na ich decyzje, a przede wszystkim zarządu klubu — dodaje Jarosław Kotas. — Ja nawet mogę tymczasowo zrezygnować z wynajmu mieszkania, żeby nie generować kosztów.

TRZEBA Z CHŁODNĄ GŁOWĄ PODEJŚĆ DO RENEGOCJACJI TYCH UMÓW, BO SKORO NIE GRAMY, TO DLACZEGO MAMY POBIERAĆ STO PROCENT PENSJI. POWINNO TO BYĆ ADEKWATNE DO WYKONANEJ ROBOTY. ALE OSTATECZNA DECYZJA NIE NALEŻY DO MNIE – MÓWI DYREKTOR SOKOŁA.

Jeszcze nie wiadomo, jakie scenariusze – jeśli chodzi o zakończenie rozgrywek – wejdą w życie. Być może piłkarze dostaną czas na dokończenie sezonu na przykład do końca lipca. Możliwe jest też to, że ligowe zmagania już tej wiosny się nie odbędą. Ale wtedy jak zostaną rozwiązane kwestie mistrzostwa, awansów i spadków? Kibiców z Ostródy najbardziej interesują decyzje dotyczące awansu, bo pewnie wszyscy byliby za tym, żeby mistrza III ligi wyłonić na podstawie aktualnej tabeli. Bo to oznaczałoby, że do II ligi – po raz pierwszy w historii klubu – awansuje Sokół.

Może być też tak, że przychylni stolicy przedstawiciele PZPN zarządzą, że liderujący Sokół oraz druga w tabeli Legia II Warszawa powinny rozegrać baraż o awans. Zwłaszcza że obie ekipy w tym sezonie jeszcze nie zdążyły zagrać ze sobą. Jesienny pojedynek w Ostródzie legioniści przełożyli na... 1 kwietnia, ponieważ w pierwotnym terminie mieli mecze reprezentacyjne. Z wiadomych powodów do niego nie dojdzie. I co teraz?

– My jesteśmy gotowi na Legię. I to nie my przekładaliśmy mecz, tylko oni – mówi Kotas. – Legia ma tylu piłkarzy, że spokojnie mogła grać z nami jesienią. Ale siła wyższa, to decyzja związku. Możemy z nimi grać. Jestem pewien, że jesteśmy od nich lepsi.

Tymczasem w przerwie zimowej do Legii doszedł najlepszy strzelec grupy pierwszej III ligi - Damian Warchoł (Pelikan Łowicz), który latem starał się o kontrakt w... Sokole, ale wtedy nie znalazł uznania w oczach ostródzkich działaczy.

— Z Damianem byliśmy dogadani, ale nie wyszło. Jakieś detale o tym zdecydowały – zdradza dyrektor sportowy Sokoła. – Ale to nie zmienia faktu, że czekamy na rezerwy Legii. Jednak na razie możemy sobie tylko pogadać, bo i nie gramy, i nie trenujemy całą drużyną. Póki co, nasze granie to czyste gdybanie...

MARCIN TCHÓRZ

eprasa.pl c3dcc7945e

Holenderska przygoda Stanisława Zduńczyka zaczęła się od nauki języka w... klasztorze

SIATKÓWKA || W 1974 roku Stanisław Zduńczyk, pierwszy siatkarski olimpijczyk z Warmii i Mazur, trafił do klubu z Tilburga, który był wówczas wicemistrzem Holandii. Oto trzecia część wspomnień byłego znakomitego zawodnika AZS Olsztyn.

– W Polsce grał pan w czołowym klubie I ligi, z którym zdobył pan złoty, srebrny i brązowy medal mistrzostw kraju, a do jakiego klubu trafił pan w 1974 roku?

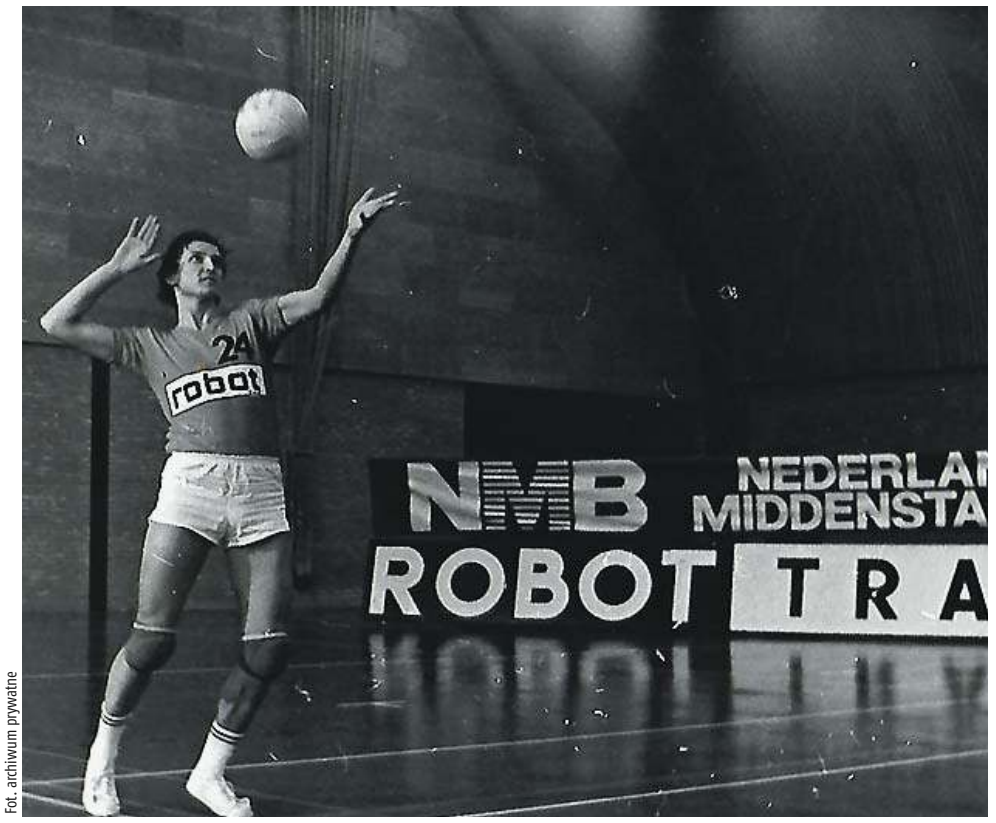
- Do wicemistrza Holandii, którego sponsorem była firma z branży budowlanej specjalizująca się w produkcji drzwi garażowych i schodów. Od razu zostałem skierowany do położonego 18 kilometrów od Tilburga... klasztoru, gdzie zakonnice prowadziły naukę języka. Mieszkałem natomiast u Polaka, który podczas II wojny światowej wraz z generałem Maczkiem wyzwalał m.in. Bredę. Tak było przez pół roku, bo potem wreszcie byłem już z żoną i córką. Od tego momentu zamieszkaliśmy w pięknym i umeblowanym mieszkaniu, które zapewnił mi klub.

– W tamtych czasach w Polsce zarabiało się około 20 dolarów miesięcznie, albo i mniej, więc z holenderską pensją poczuł się pan pewnie niczym jakiś arabski szejk?

- Oczywiście przeskok był olbrzymi...

Krystyna Zduńczyk, żona Stanisława: - ...jak między podłogą i sufitem (śmiech).

- Ale nie tylko na grze w siatkówkę się koncentrowałem, bo miałem już swoje lata (w lutym 1974 roku Stanisław Zduńczyk skończył 32 lata - red.). Ponieważ nauka języka szła mi bardzo dobrze, więc szybko dostałem pracę w zakładowym biurze, gdzie sprawdzałem rachunki. Przy sąsiednim biurku siedział kolega z zespołu, który z kolei odpowiadał za kontrakty i umowy z klientami. A trenowaliśmy jedynie wieczorami. Tak się dobrze złożyło, że po skończeniu Akademii Rolniczo-Technicznej w Olsztynie byłem ekspertem od suszarnictwa, a w Holandii trafiłem do klubu, którego sponsorem była firma, gdzie taka wiedza była bardzo przydatna podczas suszenia wielu gatunków drewna.



Fot. archiwum prywatne

Stanisław Zduńczyk wyjechał do Holandii na początku 1974 roku

– Czyli dostawał pan dwie pensje: siatkarza i pracownika firmowego biura?

- Tak. Byłem jedynym obcokrajowcem w zespole, ale pieniądze z siatkówki były na miejscowe warunki niewielkie, dlatego szybko zacząłem pracować. A że moja firma akurat wybudowała nowoczesną suszarnię drewna, więc zostałem kierownikiem produkcji na cały region.

Krystyna Zduńczyk: - Za grę mąż dostawał jakieś 1000 guldenów, a w pracy zarabiał 1800 guldenów, co w sumie dawało porządną dyrektorską pensję. Ale w kwietniu 1979 roku umarła moja mama, więc przyjechaliśmy do Polski na pogrzeb. W konsulacie w Hadze nie zdążyliśmy przedłużyć paszportów, bo mąż miał jeszcze przez kilka miesięcy ważny kontrakt, a ja akurat dostałam pracę w instytucie genetyki, więc planowaliśmy jeszcze trochę w tej Holandii pomieszkać. Uznaliśmy naiwnie, że ważność paszportów przedłużymy w Olsztynie, tymczasem paszporty nam zatrzymano...

- Okazało się, że znowu problemy robił nam komendant wojewódzki milicji, ten sam, który kłody pod nogi rzucał nam w 1974 roku, czyli przed wyjazdem do Holandii. Być może powodem tych kłopotów była moja odmowa kontaktów z pracownikami ambasady, podczas których miałem ich informować o nastrojach wśród miejscowej Polonii. W efekcie w olsztyńskim urzędzie paszportowym usłyszeliśmy:

„BYLI PAŃSTWO PRZEZ PIĘĆ LAT W HOLANDII, BO WAM POZWOLILIŚMY, ALE TERAZ JUŻ DOSYĆ. CHYBA JUŻ SIĘ PAŃSTWO WYSTARCZAJĄCO OBŁOWILI? DLATEGO NIE PRZEDŁUŻAMY PASZPORTÓW, A PAN ZDUŃCZYK ZAJMIE SIĘ W OLSZTYNIE SZKOLENIEM SIATKARSKIEJ MŁODZIEŻY".

Ja na to, że jeszcze przez pół roku mam ważny kontrakt, a poza tym w Holandii został cały nasz dorobek, bo na pogrzeb przyjechaliśmy tylko z dwiema walizkami.

Krystyna Zduńczyk: - Wtedy usłyszeliśmy, że mąż dostanie paszport umożliwiający jedynie jednokrotne przekroczenie granicy i może wrócić do Holandii, by dokończyć kontrakt, a ja z córkami zostaję w Polsce. Tylko że na taki paszport nie można było przewieźć do kraju mienia przesiedleńczego! Atmosfera tej rozmowy była poniżająca, pokazali nam, że jesteśmy dla nich nikim.

- Po powrocie do Holandii natychmiast pojechałem do polskiej ambasady, żeby się dowiedzieć, jak mogę ściągnąć rodzinę. A tymczasem potraktowano mnie jak psa, chociaż znano nas tam doskonale, bo z żoną wcześniej byliśmy zapraszani do ambasady na bale sylwestrowe. Wtedy wyciągnąłem paszport z kieszeni, rzuciłem na biurko i powiedziałem, że nie chcę mieć już z nimi więcej do czynienia. I wyszedłem.

Krystyna Zduńczyk: - No i ta krótka rozmowa przesądziła o tym, że od 45 lat mieszkamy w Holandii.

- A ja po powrocie do Tilburga natychmiast złożyłem papiery o przyznanie holenderskiego obywatelstwa. Normalnie czekało się na to od dwóch

eprasa.pl c3dcc7945e

do pięciu lat, a ja dostałem je już po ośmiu miesiącach. Obywatelstwo dostały także moja żona i córki, które były w Gdańsku.

Krystyna Zduńczyk: - Byłam pierwszą Polką, która dostała obywatelstwo holenderskie, przebywając i mieszkając w Polsce (śmiech). Do ambasady holenderskiej dostarczono paszporty dla mnie i córek, ale mimo to nadal nie mogłyśmy wyjechać z kraju. Mąż oddał polski paszport, więc w Olsztynie powiedziano mi, że za jakieś pięć lat mogę zacząć się starać o wyjazd do niego. W międzyczasie chciałam wykupić na własność mieszkanie w Olsztynie, ale zgody na to też nie było, bo „Zduńczyk prysnął z Polski". Wykupić nie mogłam, ale mogłam zamienić, co udało się zrobić dzięki pomocy dobrych ludzi. W efekcie trzy pokoje w Olsztynie zamieniłam na dwa w Gdańsku, ale najważniejsze w tym było, że jednocześnie zmieniłam wydział paszportowy!

– Ale po co te całe ceregiele, skoro miała pani holenderski paszport! Nie wystarczyło kupić bilet i odlecieć do Holandii?

Krystyna Zduńczyk: - Miałam paszport, ale powiedziano mi, że mogę mieć nawet sto paszportów, ale dla nich cały czas jestem Polką, więc mnie nie puszczą.

– Mimo holenderskiego paszportu?

Krystyna Zduńczyk: - Tak, bo nie było w niej polskiej wizy. Z tego powodu na każdej granicy by nas zatrzymano, no bo w jaki sposób dostaliśmy się do Polski? Ale się nie poddałam i w końcu dostałam polski paszport konsularny, dzięki czemu 17 września 1981 roku w końcu wyjechałam z córkami do Holandii.

- W sumie żona o ten wyjazd walczyła dwa i pół roku! Wszystko przez zwykłą ludzką złośliwość. No i skończyło się na tym, że my w tej Holandii zostaliśmy już na stałe, chociaż nigdy o tym nie myśleliśmy.

W MIĘDZYCZASIE ZBANKRUTOWAŁ SPONSOR KLUBU, U KTÓREGO PRACOWAŁEM, WIĘC GDY ŻONA DO MNIE PRZYJECHAŁA, TO AKURAT BYŁEM BEZROBOTNY. ŹLE JEDNAK NIE BYŁO, BO PRZEZ DWA LATA DOSTAWAŁEM ZASIŁEK W WYSOKOŚCI 85 PROCENT PENSJI I SIĘ DOKSZTAŁCAŁEM.

Fot. archiwum prywatne

Były siatkarz AZS Olsztyn stał się gwiazdą ligi holenderskiej

Potem trafiłem do technikum rolniczego, gdzie przez 26 lat byłem nauczycielem, a konkretnie docentem techniki rolniczo-ogrodniczej. Prowadziłem kursy jazdy na ciągniku, oraz spawalnicze, co zapewniało mi dodatkowy dochód. Byłem jedynym obcokrajowcem w gronie pedagogicznym, ale z racji wykształcenia zarabiałem najwięcej, co wielu kłuło w oczy. No i gdy miałem 63 lata, kiedy do emerytury brakowało mi dwa lata i osiem miesięcy, dyrekcja zaproponowała mi wcześniejsze przejście na emeryturę z zachowaniem dotychczasowej pensji.

– A gdy tak z odległej perspektywy patrzy pan na te wszystkie minione lata, to co uważa pan za swój największy sportowy sukces?

- Chyba piąte miejsce na igrzyskach w Meksyku. Inna sprawa, że mieliśmy tam szansę nawet na medal. W kadrze najbardziej przyjaźniłem się ze Staszkiem Gościniakiem, z którym w wiosce olimpijskiej mieszkaliśmy razem w pokoju. Pamiętam, że dużo zwiedzaliśmy, bo organizatorzy zadbali o wycieczki krajoznawcze. Mieliśmy pieniądze na jakieś drobne wydatki, bowiem dostawaliśmy dwa dolary dziennie diety. Poza tym na wyjazdy zagraniczne każdy z nas zazwyczaj miał jakieś dolary na zakupy, które przemycaliśmy... zaszyte w piłkach. Czasem było tam w sumie 1300 dolarów, co na owe czasy było fortuną. Zaszywaniem pieniędzy ja się zajmowałem, przydała się zatem umiejętność, której w młodości nauczyłem się w Szczytnie (śmiech). Po igrzyskach prawie wszyscy siatkarze dostali po 3000 złotych nagrody. Prawie, bo kilku z nas, w tym ja, dostało pięćset złotych więcej. Generalnie było to dla nas wszystkich olbrzymie przeżycie, chociaż wcześniej już trochę po świecie pojeździliśmy, m.in. byliśmy w Japonii. Jednak najdłużej trwała podróż na... Sycylię. Na początku lat 70. XX wieku z AZS Olsztyn jechaliśmy tam... trzy dni, więc nawet jedzenie się nam skończyło (śmiech). A zaczęło się od tego, że w Wiedniu pociąg się spóźnił, potem historia powtórzyła się w Rzymie, w efekcie chyba ze 24 godziny musieliśmy tam czekać na kolejne połączenie. Oczywiście cały ten czas spędziliśmy na dworcu, dobrze, że było ciepło. Całe szczęście podróż powrotna była zdecydowanie krótsza. Ale to stare dzieje, dzisiaj pędzę spokojny żywot holenderskiego emeryta, ale dosyć często i chętnie przyjeżdżam do Olsztyna, gdzie mogę spotkać się z dawnymi kolegami z siatkarskich boisk.

ARTUR DRYHYNYCZ

STANISŁAW ZDUŃCZYK

Urodził się 26 lutego 1942 roku. Z AZS Olsztyn zdobył mistrzostwo Polski (1973), wicemistrzostwo (1972) oraz brązowy medal (1971). Dwukrotnie wywalczył też Puchar Polski (1971, 1972). Poza tym nasi czytelnicy dwukrotnie (1968 i 1969) uznali go za najpopularniejszego sportowca województwa. W latach 1961-70 w reprezentacji Polski wystąpił 152 razy. Uczestnik mistrzostw świata w 1970 roku (5. miejsce), brązowy medalista mistrzostw Europy w 1967 r. Uczestnik Pucharu Świata w 1969 r. (8. miejsce), olimpijczyk z 1968 roku (5. miejsce).

GAZETA OLSZTYŃSKA ZAWSZE POD RĘKĄ.
ZAPRENUMERUJ E-WYDANIE: KUPGAZETE.PL

eprasa.pl c3dcc7945e

SPORT.wm.pl

Dziewczyny aż rozsadza energia

GIMNASTYKA || Siedzę w domu, nigdzie się nie ruszam i... strasznie mi brakuje bezpośredniego kontaktu z dziewczynami. Tak jak im brakuje normalnych treningów – mówi Beata Lewalska, prezeska i jedna z trenerek gimnastyczek UKS SMS Olsztyn.

– Co u pani słychać, jak zdrowie?

— Dziękuję, dobrze. Na razie, odpukać, jeszcze nic nas nie dopadło. Siedzimy w domu cały czas i nigdzie się nie ruszamy, żeby nie podwyższać ryzyka. I tak samo jest w przypadku wszystkich naszych zawodniczek.

– To, czego należało się spodziewać, stało się faktem także w gimnastyce: sezon został przerwany...

— Zgadza się, Polski Związek Gimnastyczny przesłał nam właśnie taką informację, że wszystkie imprezy organizowane przez związek, akcje szkoleniowe i wyjazdy, zostały zawieszone do odwołania. Siedzimy w domu, nie trenujemy... To znaczy dziewczynki trenują, bo mają zlecone zadania do wykonania.

– O to też chciałem zapytać: czyli zdążyliście przydzielić zawodniczkom jakieś ćwiczenia?

— Tak, przed pójściem na to „zamknięcie domowe" dziewczyny dostały proste zadania sprawnościowe do robienia w domu, a w tej chwili możemy sobie pozwolić tylko na to, żeby w międzyczasie to konsultować. Cały czas jesteśmy w kontakcie na WhatsAppie z dziewczynkami i ich rodzicami.

– W gimnastyce sportowej za dużo w domu się nie zrobi...

— Zgadza się. Teraz to jest tylko krótka stacjonarna rozgrzewka, jakieś ćwiczenia wzmacniające, stabilizacyjne i rozciąganie. No i nic więcej te dzieciaki nie mogą w domu zrobić. Wysyłają mi filmiki, więc wiem, że pracują. I to jest dobre (uśmiech). Są dzielne, jakoś trwają w tym trudnym czasie, super dają sobie radę. Chociaż wiem też od rodziców, że... nie mieszczą się w skórze, bo rozsadza je energia.

Fot. Archiwum klubu

Beata Lewalska i jej trzy podopieczne z UKS SMS, w tym Monika Jastrzębowska (na zdjęciu), miały przywitać kwiecień w Słowenii...

NO, ALE CO SIĘ DZIWIĆ, SKORO SĄ PRZYZWYCZAJONE DO TEGO, ŻE TRENUJĄ SZEŚĆ RAZY W TYGODNIU PO CZTERY ZEGAROWE GODZINY. BYŁY W STAŁYM RYTMIE, CIĄGU, A TU RAPTEM TAKIE UZIEMIENIE...

– Skoro pani zawodowe życie to praca z dziećmi i młodzieżą, to chyba trudno jest się bez tego obyć.

— Runęło to wszystko, nie ma co ukrywać. Strasznie mi brakuje bezpośredniego kontaktu z dziewczynkami. Szczerze mówiąc, ja nie bardzo się nadaję do takiego siedzenia w zamknięciu. Już nie wyrabiam w domu (śmiech). Dla mnie to jest męczarnia, ale co zrobić: nie ma wyjścia, musimy się pilnować dla dobra nas wszystkich.

– W gimnastyce sezon zaczyna się właśnie w marcu. Zdążyliście zaliczyć chociaż jeden start?

— Właściwie nie. To znaczy w ostatni weekend przed zamknięciem szkół były takie jedne zawody, na które pojechało parę naszych zawodniczek – Puchar Polski w Krakowie – ale to była impreza traktowana przez nas typowo „sprawdzianowo". Ogólnie rzecz biorąc, nie był to start najwyższej klasy, ale to normalne w przypadku imprezy otwarcia sezonu. To miało być tylko przetarcie przed najważniejszymi zawodami...

– A wyszła z tego pierwsza i ostatnia impreza w tym roku. Bo pewnie na tym się skończy.

— Skoro odwołano – zaplanowane na lipiec i sierpień – igrzyska, to raczej szybko ta epidemia nie wygaśnie. Zresztą, nawet gdyby wygasła, to i tak – po takiej długiej przerwie – zanim dziewczyny dojdą do formy, to już praktycznie będą wakacje. Tak że olimpiada młodzieży, a wcześniej eliminacje OOM i mistrzostwa Polski – to wszystko nam wypada z kalendarza. W normalnych okolicznościach byłybyśmy teraz w Słowenii: nasze trzy juniorki młodsze, Ania Michels jako sędzina i ja, czyli trenerka tych dziewczyn. Milenka Krasicka, Monika Jastrzębowska i Kaja Sokołowska miały 1 kwietnia wystąpić w Ljubljanie w turnieju międzynarodowym, ale – z wiadomych przyczyn – wszystko zostało odwołane. Na szczęście, nie zdążyliśmy kupić biletów, bo teraz bylibyśmy pewnie stratni.

PRAWDOPODOBNIE CAŁY TEN SEZON PÓJDZIE NA STRATY, ALE ZOBACZYMY. CHYBA, ŻE ZA MIESIĄC SIĘ OKAŻE, ŻE SYTUACJA NA TYLE SIĘ POPRAWIŁA, ŻE MOŻEMY POWOLI WRACAĆ DO ZAJĘĆ, A POLSKI ZWIĄZEK MOŻE POPRZESUWAĆ TE IMPREZY NA JESIEŃ.

Ale czy to realny scenariusz? Nie mam pojęcia. Sytuacja jest tak dynamiczna, że chyba nikt nie jest w stanie tego przewidzieć. Najważniejsze, żebyśmy byli zdrowi...

PIOTR SUCHARZEWSKI

GAZETA OLSZTYŃSKA ZAWSZE POD RĘKĄ.
ZAPRENUMERUJ E-WYDANIE: KUPGAZETE.PL

eprasa.pl c3dcc7945e