Janusz Michalski, pochodzący z Nidzicy, a mieszkający we Francji, zginął z rąk nożownika, broniąc swojej żony. s. 5

ŚRODA
08|01|2020

DZIENNIK ELBLĄSKI.pl

cena 2,90 zł \\\ (w tym 8% VAT)

strefa 3 młodości

ISSN 0137-9127 NR INDEKSU 350176 \\\ NAKŁAD 4 382 NR 5 (20125) \\\ NA TERENIE POZOSTAŁYCH POWIATÓW UKAZUJE SIĘ JAKO GAZETA OLSZTYŃSKA

fot. Beata Szymańska

Koniec papierowych recept

\12

eprasa.pl c6e4300741

Wielkie granie już 12 stycznia

Wybieramy Człowieka Roku 2019. Kto zasłużył sobie na ten tytuł w kulturze, kto w nauce? A kto był najskuteczniejszym liderem waszej lokalnej społeczności? Czekamy na zgłoszenia: redakcja@gazetaolsztynska. Szczegóły na gazetaolsztynska.pl.

Wielka Orkiestra w Olsztynie już gra

WOŚP || Olsztyn już gra z Wielką Orkiestrą Świątecznej Pomocy. Pierwsze pieniądze wpadły już do skarbonki, a to przecież dopiero początek. Szykuje się moc atrakcji, ale przede wszystkim moc naszych serc. Damy radę? Damy!

Maciek Danylczuk ma dziś 11 lat. Miał urodzić się 23 lutego, ale postanowił przyjść dwa miesiące wcześniej. Gdy pojawił się na świecie, jego życie wisiało na włosku. Walczył jednak o każdy dzień i nabierał sił.

— Kiedy się urodziłem ważyłem 1 kg. Musiałem przebywać w inkubatorze. Pierwszą rzecz, jaką widziałem, co mówi mi mama, były czerwone serduszka Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy — opowiada Maciek. — Dzisiaj jestem wolontariuszem Orkiestry. To daje mi dumę. Tym większą, że orkiestra pomaga niewinnym dzieciom. Dzięki niej mogą mieć cele w życiu i mogą uwierzyć w swoje możliwości. Coś o tym wiem.

W Olsztyn Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy już gra. Do puszki, jak na razie wirtualnej, trafiają pierwsze pieniądze. W chwili, gdy piszemy ten artykuł, jest 1615 zł.

A do wielkiego finału zostało jeszcze kilka dni. Jednak Olsztyn w tym roku zaczął wcześniej. Dlatego, żeby zebrać jak najwięcej. W tym roku cel jest wyjątkowy — zebrane pieniądze będą wspierać najwyższe standardy diagnostyczne i lecznicze w dziecięcej medycynie zabiegowej.

Fot. Ada Romanowska

— Orkiestra pod batutą Jurka Owsiaka wspiera nasz szpital już od 25 lat. Przez ten czas otrzymaliśmy aparaturę o wartości 12,5 mln zł. To nieoceniona pomoc. Nie ma w szpitalu oddziału, w którym nie byłoby serduszka — mówi lek. Barbara Chwała, zastępca dyrektora ds. lecznictwa Wojewódzkiego Specjalistycznego Szpitala Dziecięcego w Olsztynie. — Ostatnim sprzętem, jaki otrzymaliśmy, jest bardzo dokładny cyfrowy aparat rentgenowski warty 800 tys. zł. Możemy dokładnie ustalać dawkę dla dzieci, co jest szczególnie ważne u maluchów. Czekamy na nowoczesny ultrasonograf o wartości 500 tys. zł. W styczniu zaczynamy też montowanie własnego tomografu komputerowego, który kosztuje ponad 4 mln zł.

— W tym roku zbieramy na sprzęt, który jest niezbędny w czasie operacji i po niej. W Olsztynie zostanie zakupiona aparatura dla kardiochirurgii, neurochirurgii i chirurgii ogólnej — dodaje Monika Falej, szefowa olsztyńskiego sztabu WOŚP. — Dlatego warto pomagać.

Rocznie do olsztyńskiego szpitala dziecięcego trafia ok. 300 tysięcy dzieci. Ponad 250 tys. leczy się w poradniach specjalistycznych.

Co będzie się działo w Olsztynie? Właściwie już się dzieje. Imprezy towarzyszące odbywają się w szkołach i w organizacjach pozarządowych. Również hobbyści organizują swoje wydarzenia. Ale przede wszystkim działa olsztyńska Eskarbonka, którą można znaleźć na olsztyńskich stronach WOŚP. Na ulice wyjdzie 450 wolontariuszy.

— Będzie można zobaczyć ich już od środy 8 stycznia, bo wtedy ruszają pierwsze imprezy. Natomiast w sobotę w mieście pojawi się ich 200. Finał odbędzie się oczywiście w niedzielę — opowiada Daniel Nowakowski, koordynator wolontariuszy WOŚP w Olsztynie. — Najmłodszy wolontariusz w tym roku ma 2 lata, nastraszy 62 lata. Każdy wolontariusz musi mieć identyfikator z hologramem, czerwony plecak, koszulkę WOŚP, puszkę i naklejki-seruszka.

Orkiestra najgłośniej zagra w weekend. W sobotę imprezy odbędą się w Aurze i w Galerii Warmińskiej. Najwięcej wydarzy się w niedzielę na starówce, gdzie odbędą się koncerty i licytacje. Zagrają m.in. Romantycy Lekkich Obyczajów, Hitano i Czyści jak Łza. Będzie można przejechać się zabytkowym autem, a przede wszystkim wziąć udział w konkursie „Wielka ściskawa".

— Chodzi o to, aby jak największa liczba osób ścisnęła się w sercu o powierzchni 20 metrów kwadratowych. To ogólnopolska zabawa. Miasto, w którym przytuli się najwięcej osób, wygra 50 tys. zł na sprzęt medyczny dla szpitala dziecięcego — zachęca Urszula Geszczyńska, która koordynuje imprezy towarzyszące WOŚP. — Z konkursem startujemy 12 stycznia o godz. 15 na starówce. Damy radę? Damy!

ADA ROMANOWSKA

DRODZY CZYTELNICY!

Dbamy o to, aby przygotowywać dla Państwa wysokiej jakości, ciekawe lokalne wiadomości. I staramy się, by nie kosztowało to Was zbyt wiele. Dlatego broniliśmy się przed tym tak długo, jak było to możliwe. Niestety, galopujący wzrost cen nie pozwala nam już na dalsze odwlekanie decyzji i musimy nieznacznie podnieść cenę „Gazety Olsztyńskiej" i „Dziennika Elbląskiego". Robimy to w naszym wspólnym interesie. Bez tego niemożliwe byłoby bowiem przygotowywanie dla Was, tak jak do tej pory, wysokiej jakości informacji.

IGOR HRYWNA, REDAKTOR NACZELNY

„GAZETY OLSZTYŃSKIEJ"/ „DZIENNIKA ELBLĄSKIEGO"

REDAKTORZY WYDANIA
Monika Nowakowska 89 539 76 40
Ewa Lubińska 89 539 76 40
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 20

PRENUMERATA
89 539 76 63
89 539 77 77

REKLAMA W OLSZTYNIE
ul. Tracka 5
tel. 89 539 74 74
reklama@gazetaolsztynska.pl

CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ
ul. Partyzantów 28,
tel. 89 527 35 70, fax 89 539 74 88

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 c6e4300741

Nowe jedzie już po drodze

KOMUNIKACJA || W tym roku kierowców czeka sporo zmian. Dotyczą nie tylko samego poruszania się po drogach, ale także egzaminów na prawo jazdy i kontroli drogowych. A chyba na tym jeszcze nie koniec, bo premier już zapowiedział kolejne zmiany.

Tempo zmian przepisów drogowych może budzić podziw. Ale o wielu — dla własnego dobra — trzeba pamiętać. Na przykład o tym, żeby wykupić na czas ubezpieczenie OC. Tym bardziej że od nowego roku wzrosła kara za jego brak. Dotychczas było to maksymalnie 4500 zł, teraz jest to 5200 zł. Spowodowanie wypadku bez ważnej polisy OC może zrujnować kieszeń niejednego kierowcy. Zarówno on, jak i sprawca wypadku, muszą solidarnie zwrócić Ubezpieczeniowemu Funduszowi Gwarancyjnemu odszkodowanie, które Fundusz wypłaci ofiarom takiego zdarzenia. Obecnie UFG prowadzi łącznie ponad 16 tysięcy postępowań o zwrot wypłaconych odszkodowań.

— Średnia wartość takiej szkody przekracza 16,5 tysiąca złotych. Rekordzista ma do zwrotu ponad 1,4 mln — informuje Aleksandra Biały, rzeczniczka UFG.

To zapewne nie koniec zmian, bo pod koniec ubiegłego roku premier Mateusz Morawiecki zapowiedział drogową rewolucję.

— Wprowadzamy pierwszeństwo dla pieszych przed wejściem na pasy, ograniczenie prędkości w terenie zabudowanym do 50 km/h również w nocy (obecnie jest to 60 km/h w godzinach 23-5 rano) oraz możliwość odebrania prawa jazdy przy przekroczeniu prędkości o ponad 50 km/h poza terenem zabudowanym — poinformował premier Mateusz Morawiecki. I dodał, że zmiany mają być wprowadzone w bardzo krótkim czasie.

Jak wynika z raportu Krajowej Rady Bezpieczeństwa Ruchu Drogowego, zdecydowana większość kierowców przekracza prędkość, gdy zbliża się do pasów. W terenie zabudowanym to 85 proc., poza nim — aż 90 proc. W 2018 roku na Warmii i Mazurach doszło do 131 wypadków na przejściach, w których zginęło 10 osób.

Fot. archiwum GO

Egzaminator obecnie może przeprowadzić dziennie 9 egzaminów

W 2018 roku na Warmii i Mazurach doszło do

131 wypadków

na przejściach, w których zginęło

10 osób

Dziś pieszy ma pierwszeństwo, gdy jest już na pasach. Premier proponuje, by to pierwszeństwo pojawiło się już wtedy, kiedy pieszy dochodzi do pasów. Kierowca musiałby się zatrzymać, gdy zobaczy, że ktoś zbliża się do przejścia. Tę zmianę chwali Marcin Kiwit, egzaminator nadzorujący Wojewódzkiego Ośrodka Ruchu Drogowego w Olsztynie.

— To jednak nie zwolni pieszego z zachowania szczególnej ostrożności przy wejściu na jezdnię — podkreśla Kiwit.

Jednak prawdziwa rewolucja już się wydarzyła, bo tak można określić to, co dzieje się w wojewódzkich ośrodkach ruchu drogowego, gdzie są egzaminowani przyszli kierowcy. Od 1 stycznia jeden egzaminator może przeprowadzić w ciągu dnia maksymalnie 9 egzaminów praktycznych na prawa jazdy kat. B i nie więcej niż jeden egzamin praktyczny co 50 minut. Co istotne egzamin odbywa się dokładnie o godzinie wskazanej przez WORD. Chodzi o to, żeby zdającym oszczędzić dodatkowego stresu, jakim jest oczekiwanie na egzamin na placu manewrowym. Jednak każdy kij ma dwa końce, bo stresu jest może mniej, ale koszty uzyskania prawa jazdy mogą być wyższe.

— Teraz, jeśli ktoś spóźni się na egzamin, nie ma już szans, żeby mógł zdawać egzamin tego dnia — precyzuje Marek Bojarski, dyrektor WORD w Olsztynie. — Opłata za egzamin (140 zł za egzamin praktyczny na kat. B — red.) przepada. Zgodnie z nowymi przepisami musimy wyznaczyć inny termin egzaminu.

Obecnie każdy egzaminator może przeprowadzić dziennie tylko 9 egzaminów, poświęcając na to 50 minut. Do tej pory średnio każdy egzaminator w WORD przeprowadzał dziennie 11 egzaminów. Dziś ok. 35 procent zdających nie zdaje egzaminu na placu manewrowym, egzamin trwa więc nie dłużej niż kwadrans. Przez kolejne pół godziny egzaminator na ma nic do roboty, bo nie może egzaminować kolejnej osoby, bo ta ma wyznaczony egzamin na konkretną godzinę. W związku z limitami w egzaminowaniu WORD musiał zatrudnić dodatkowo dwóch egzaminatorów i kupić samochody.

— To dla nas dodatkowe koszty — podkreśla dyrektor Bojarski.

Trzeba też pamiętać o dwóch istotnych zmianach, które zaczęły obowiązywać pod koniec ubiegłego roku. Chodzi o korytarz życia i obowiązek jazdy na tzw. suwak.

Kierowcom przypominamy również, że podczas kontroli trzeba stosować się do poleceń funkcjonariusza. Bo mandat możemy dostać np. za to, że nie trzymamy rąk na kierownicy albo że bez zgody policjanta wysiadamy z auta. Nowością jest to, że od nowego roku policjanci spisują też stan liczników. Ma to oczywiście zapobiec procederowi ich cofania.

ANDRZEJ MIELNICKI

Masz pytania do autora?
Pytaj: a.mielnicki@gazetaolsztynska.pl

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

eprasa.pl c6e4300741

Mięso droższe, gorsze i w odstawce

WOKÓŁ NAS || Zdrożeje nie tylko prąd, alkohol czy cukier, ale przede wszystkim oszaleją ceny wieprzowiny i drobiu. Ale gorsza wiadomość jest jeszcze taka, że... mamy też jedno z najgorszych mięs w Europie. Może więc czas je czymś zastąpić?

Schabowy jest coraz droższy. Obecnie za kilogram schabu musimy zapłacić ok. 19 zł, a jeszcze rok temu taki kawałek mięsa kosztował ponad 3 zł mniej. Podwyżek jednak nie koniec. Szacuje się, że będą największe od 2012. Dlaczego? Przez Chińczyków, którzy mają coraz większy apetyt na importowaną wieprzowinę. To wpływa na światowe ceny. Afrykański pomór świń doprowadził bowiem w Chinach do załamania produkcji wieprzowiny. Warto przy tym zauważyć, że Chiny są największym importerem, konsumentem i producentem tego gatunku mięsa na świecie — stąd sytuacja na tym rynku ma bardzo duży wpływ na nasze ceny. Bo mimo że sami nie możemy eksportować mięsa do Chin, to unijny rynek działa jak system naczyń połączonych. Czyli jeśli na przykład Niemczech drożeje wieprzowina, to u nas również.

— Coraz rzadziej kupuję mięso, bo jest coraz droższe. Również nie smakuje tak jak kiedyś. Albo coś się stało z moimi kubkami smakowymi, albo coś się dzieje z mięsem — zastanawia się Marianna Romańska z Olsztyna. — Właśnie z tych dwóch powodów częściej kupuję warzywa. Są zdrowsze i smaczniejsze.

Fot. pixabay.com

MIĘSO JEST NIE TYLKO CORAZ DROŻSZE, ALE I GORSZE. W CIĄGU OSTATNICH KILKU LAT W NASZYM KRAJU O PRAWIE 30 PROC. WZROSŁA SPRZEDAŻ ANTYBIOTYKÓW DLA ZWIERZĄT GOSPODARSKICH.

Polska przoduje w ich wykorzystywaniu — według Europejskiej Agencji Leków jesteśmy na piątym miejscu w Europie wśród krajów, w których sprzedaje się najwięcej środków przeciwbakteryjnych w chowie przemysłowym. W sumie można się cieszyć, że wyłamujemy się z pierwszej trójki. Najgorzej jest na Cyprze, we Włoszech i Hiszpanii. Na czwartym miejscu są Węgry. Ale inna wiadomość przeraża. W Europie sprzedaż antybiotyków dla zwierząt średnio spadła o 20 proc. Polska niestety wyłamuje się z tego trendu. Potwierdza to Europejska Agencja Leków (EMA), która opublikowała raport na ten temat. Na tle przebadanych 31 krajów wypadamy naprawdę blado. Nadużywanie antybiotyków to niebezpieczny proceder, bo prowadzi do wykształcania u bakterii antybiotykooporności. W rolnictwie nadmierne podawanie ich zwierzętom trwa od lat, a to napędza rozwój bakterii uodpornionych na działanie leków. Zmutowane patogeny mogą rozprzestrzeniać się na ludzi. W takich sytuacjach podawane chorym antybiotyki nie działają. Szacuje się, że w UE na skutek antybiotykooporności umiera nawet 25 tys. osób rocznie. A zwierzęta hodowlane spożywają nawet 73 proc. wszystkich światowych antybiotyków. Zwierzętom często podaje się tzw. Krytycznie Ważne Antybiotyki, czyli leki, które leczą również najsilniejsze choroby ludzi. Polska zajmuje drugie miejsce w Europie pod względem korzystania z nich w hodowli. Mięso wobec tego staje się coraz mniej zdrowe. Właśnie dlatego szuka się zdrowych rozwiązań tej sytuacji. Coraz częściej produkuje się mięso z roślin. Chyba nie ma już nikogo, kto nie słyszałby o schabowym z tofu czy kiełbaskach sojowych. Bez problemu znajdziemy nawet wegańskie skrzydełka, w którym rolę kurczaka odgrywa... kalafior. W USA natomiast w sklepach pojawił się już bezmięsny burger, który wygląda, skwierczy i smakuje jak wołowy. Do tej pory dostępny był tylko w restauracjach, a dziś można go sobie kupić i usmażyć w domu. To kombinacja białka sojowego, ciecierzycy, emulgatorów i soku z buraka. Pojawi się też w Polsce. Trudno jednak powiedzieć kiedy.

— Produkcja tego burgera w istotnie mniejszym stopniu obciąża środowisko niż w przypadku wołowego odpowiednika: wymaga 95 proc. mniejszego areału ziemi, zużywa o 74 proc. mniej wody, emituje o 87 proc. mniej gazów cieplarnianych, nie wymaga stosowania antybiotyków, hormonów wzrostu i zabijania zwierząt. A skoro smakuje tak samo, to czemu go nie wybrać? — zastanawia się Piotr Rzymski, dietetyk i bloger. — Jesteśmy pośrodku rewolucji w technologii produkcji żywności, która w przeciągu następnych 10 lat przyniesie więcej innowacji niż poprzednie pół wieku.

— Na pierwszy rzut oka nie da się stwierdzić, że obcujemy z czymś innym niż mięso. Z zewnątrz dobrze wysmażony burger prezentuje się jak okazały kawał wołowiny — dodaje Łukasz Kotkowski, dziennikarz Spider'sWeb. — Faktura burgera jest zbliżona do wysokogatunkowej wołowiny, choć nie tak „gęsta" jak prawdziwe mięso. Ale mógłbym bez żalu zastąpić kawał mięcha w burgerze tym tworem...

ADA ROMANOWSKA

Masz pytanie do autorki? Pytaj: a.romanowska@gazetaolsztynska.pl

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

eprasa.pl c6e4300741

Zginął, broniąc żony

TRAGEDIA || Janusz Michalski, pochodzący z Nidzicy, a mieszkający we Francji, zginął z rąk nożownika. Jak podaje francuska prasa, mężczyzna stanął w obronie swojej żony. Do zdarzenia doszło w parku w miejscowości Villejuif, gdzie mieszkał od 10 lat.

Dramat rozegrał się 3 stycznia około godz. 14:00. Jak podaje francuska prasa, w miejscowości Villejuif został zaatakowany 56 -letni Janusz Michalski. Mężczyzna pochodził z Nidzicy.

Polak spacerował ze swoją żoną w parku Hautes-Bruyeres. Napastnik Natan C. zaatakował kobietę. Mąż stanął w jej obronie i został raniony nożem przez napastnika. Polak swój heroiczny gest przypłacił życiem. Jego żona, 47-letnia Karine B., przeżyła dzięki niemu.

JAK WYJAŚNIA PROKURATOR Z CRETEIL, NAPASTNIK ZACZĄŁ ZAMACH OD KOBIETY. — MĄŻ PRZYBIEGŁ, ŻEBY JĄ URATOWAĆ I OTRZYMAŁ CIOS W KLATKĘ PIERSIOWĄ. NA POMOC NATYCHMIAST RZUCIŁ SIĘ ŚWIADEK ZDARZENIA.

— Mimo licznych prób reanimacji prowadzonych przez lekarzy, nie udało się przywrócić funkcji życiowych mężczyźnie. Żona Janusza z poważną raną szyi trafiła do szpitala. W sobotę została wypisana do domu — mówiła prokurator Laure Beccuau.

fot. Zrzut ekranu - Franck Le Bohellec

Burmistrz Villejuif Franck Le Bohellec poinformował o tragedii na swoim profilu na Facebook'u

Para mieszkała w pobliżu parku. Jak podają francuskie dzienniki, małżeństwo cieszyło się dużą sympatią sąsiadów. Janusz z zawodu był elektrykiem, a z zamiłowania — muzykiem. Znajomi i okoliczni mieszkańcy mówili o nim Yanis.

Jak podaje „Fakt", w wyniku ataku nożownika raniona w plecy została również 30-letnia Aurora K. Według informacji gazety sprawca zamachu „przeszedł na islam między majem a lipcem 2019 roku, a w czasie ataku krzyczał „Allahu akbar" (Bóg jest wielki). W torbie, którą miał przy sobie 22-latek, znaleziono egzemplarz Koranu i kilka książek o islamie". Jak podają media, sprawca był chory psychicznie i kilkakrotnie na prośbę rodziców trafił do szpitala. Kilka godzin po ataku został zastrzelony przez policjanta z brygady kryminalnej.

— Nie można wykluczyć podłoża terrorystycznego tylko dlatego, że ktoś ma problemy psychiczne — podkreśliła Laure Beccuau, prokurator Creteil podczas konferencji prasowej.

Jak poinformował burmistrz Villejuif Franck Le Bohellec, mieszkańcy oddadzą hołd ofierze nożownika. Uroczystości odbędą się w sobotę 11 stycznia o godz. 9:00 w centralnej części miasta. 7 stycznia w hali miejskiego ratusza wyłożono także księgi kondolencyjne. Jak poinformowała „Le Parisien" w internecie pojawiła się petycja, której autor apeluje o to, aby przemianować park Hautes-Bruyeres na park imienia Janusza Michalskiego. Rada miasta nie wyklucza takiego rozwiązania.

HALINA ROZALSKA, ZUZANNA LESZCZYŃSKA

ŚWIADKOWIE I POLICJANCI POMOGLI STARSZYM PANIOM

Policjanci dwukrotnie pomogli starszym paniom, które chodziły po mieście zagubione i ubrane nieadekwatnie do pogody. Policja odebrała telefon alarmowy od zaniepokojonej mieszkanki Ełku, która poinformowała, że spotkała na chodniku starszą osobę, która nie może znaleźć drogi do domu. W rozmowie z policjantami seniorka nie potrafiła powiedzieć, gdzie mieszka, wypowiadała się nielogicznie i nieracjonalnie. Nie umiała także wyjaśnić, co robi w tym miejscu i dlaczego wyszła z domu. Policjantom z cząstkowych informacji udało się ustalić nazwisko i adres starszej pani. O zdarzeniu została poinformowana opiekunka 83-latki, której zajęła się seniorką.

Kolejną interwencję również zgłosił przechodzień z Ełku. Policjanci zastali zdezorientowaną, ubraną w kapcie i lekką odzież starszą kobietę. Z nią również kontakt był utrudniony. Policjanci ustalili tożsamość kobiety. Okazało się, że 71-latka wykorzystała chwilową nieuwagę syna i wyszła z domu. Na szczęście ta historia także miała szczęśliwy finał. Brak reakcji świadków, w takich sytuacjach, mógłby skończyć się dla kobiet tragicznie.

KONDOLENCJE

CZWARTEK i PIĄTEK

TWÓJ LOKALNY TYGODNIK

Z wielkim żalem
przyjąłem wiadomość o śmierci
Pana
Tadeusza Pypczyńskiego
wieloletniego sołtysa Samborowa,
społecznika zaangażowanego
w życie gminy Ostróda,
druha i członka zarządu OSP w Samborowie.

Rodzinie i Bliskim

Zmarłego
składam wyrazy najgłębszego współczucia.

Gustaw Marek Brzezin
Marszałek Województwa Warmińsko-Mazurskiego

420stzo-a -0

eprasa.pl c6e4300741

Boją się, że będzie mniej wychowawców

EDUKACJA || Do władz Elbląga trafiło niepokojące pismo związkowców z Solidarności jednej z placówek opiekuńczo-wychowawczych. Dotyczy ona zagrożenia redukcją etatów, co może oznaczać, że dziećmi będzie się zajmował tylko jeden wychowawca.

Organizacja Zakładowa NSZZ „Solidarność" przy Placówce Opiekuńczo-Wychowawczej nr 3 w Elblągu zwróciła się do radnego Marka Pruszaka o zapoznanie się z wątpliwościami dotyczącymi standaryzacji placówki. Jak podkreślają związkowcy, według ustawy o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej, wprowadzono podział placówek opiekuńczo-wychowawczych na mniejsze instytucje. Ta reorganizacja czeka elbląską placówkę w tym roku. Jak podkreślają, z informacji, jakie pracownicy otrzymali od przełożonych, w związku z planowanym podziałem ma nastąpić redukcja etatów wśród kadry wychowawczej.

— Niepokoi nas przede wszystkim sprawa zachowania bezpieczeństwa wychowanków, zapewnienia właściwego rozwoju dzieciom, a co za tym idzie, zdecydowane pogorszenie warunków pracy wychowawców — czytamy w piśmie organizacji zakładowej.

Pracownicy ostrzegają, że może dojść do sytuacji, kiedy dziećmi opiekuje się tylko jedna osoba.

— Nawet w rodzinach wielodzietnych opiekę nad dziećmi sprawuje dwójka rodziców, przy wsparciu rodziny oraz pomocy społecznej, natomiast w placówce, gdzie problemy wychowawcze są dużo większe, obowiązek ten ma przejąć tylko jeden opiekun — ostrzegają autorzy pisma.

Fot. Arkadiusz Kolpert

Od prawej: wiceprezydent Janusz Nowak i prezydent Witold Wróblewski

Tymczasem obaw tych nie podzielają władze miasta. Nic bowiem jeszcze nie zostało przesądzone. Jak wyjaśnił Janusz Nowak, wiceprezydent Elbląga, w 2019 roku standaryzacją w zakresie liczby wychowanków została objęta Socjalizacyjna Całodobowa Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza przy ulicy Chrobrego. Natomiast zgodnie z planem standaryzacji placówek opiekuńczo-wychowawczych na rok 2020 zaplanowane jest przyjęcie uchwały Rady Miejskiej w sprawie placówki nr. 3.

— W pierwszym kwartale zostaną podjęte działania przez Departament Zdrowia i Spraw Społecznych. Zostanie przyjęta dyrektywa placówki, rozpoczną się prace przygotowawcze oraz szczegółowe analizy potrzeb dotyczące organizacji nowo powstających placówek z uwzględnieniem wymaganych standardów zatrudnienia wynikających z przepisów prawa oraz dotychczasowych doświadczeń z funkcjonowania podobnych instytucji w Elblągu — poinformował Nowak.

ŁUKASZ RAZOWSKI

Masz pytania do autora?
Pytaj: l.razowski@gazetaolsztynska.pl

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

Niemy protest pod oddziałami ZUS

Dziś pod oddziałami ZUS w całej Polsce odbędzie się protest. Kobiety wywieszą banery ze sprzeciwem wobec nagannych praktyk ZUS dotyczących matek.

Ruch Społeczny Kobiety na Działalności Gospodarczej kontra ZUS to zorganizowana grupa kobiet, które sprzeciwiają się nadużyciom instytucji.

— Ruch przybiera na sile. Jego członkowie przyznają, że nie jest łatwo. Są rozsiane po całej Polsce, pracują w różnych branżach, a to nie ułatwia im sprawy. Mają jednak dużą determinację, rozmawiają poprzez media społecznościowe i komunikatory, wymieniają się doświadczeniami, pomagają, zaczynają się spotykać i organizować. Dopiero zaczynają

Fot. Michał Kalbarczyk

— powiedziała nam w listopadzie Katarzyna Nabożna-Motała, adwokat z Zielonej Góry, która zajmuje się wsparciem merytorycznym grupy.

Dziś (8 stycznia) przed oddziałami ZUS w całej Polsce odbędzie się protest organizowany przez Ruch Społeczny Kobiet na DG kontra ZUS. – W naszym przypadku, podobnie jak w innych miastach, będzie to tylko wywieszenie banerów – informuje Wioleta, której historię możecie poznać na dziennikelblaski.pl.

Kobiety z całej Polski są wzburzone stosowanymi przez ZUS praktykami. W grudniu opowiedzieliśmy historię Klaudii. Jej walka z Zakładem Ubezpieczeń Społecznych trwała latami, nawet w trakcie, gdy była w ciąży wysokiego ryzyka.

Lista miast, w których 8 stycznia odbędzie się „Niemy protest": Bielsko-Biała, Chorzów, Katowice, Sosnowiec, Zabrze, Elbląg, Gdańsk, Kraków, Zielona Góra, Siedlce, Warszawa, Nowy Sącz, Legnica, Lwówek Śląski, Wrocław, Bydgoszcz, Toruń, Łódź, Lubliniec, Lublin, Szczecin, Sanok, Opole, Świdnica, Olsztyn, Poznań, Jelenia Góra, Tczew, Kielce, Pabianice, Jasło, Krosno, Tarnów, Rawa Mazowiecka, Rzeszów, Biała Podlaska, Oświęcim, Wodzisław Śląski, Rybnik.

KK

eprasa.pl c6e4300741

Zranił nożem partnerkę i dziecko

Do zdarzenia doszło w nocy z poniedziałku na wtorek — 29-letni mężczyzna zranił nożem partnerkę i niespełna dwuletnią dziewczynkę. O szczegóły dotyczące tego zdarzenia zapytaliśmy olsztyńską policję.

— We wtorek kilka minut po północy policjanci z Komisariatu Policji w Biskupcu otrzymali zgłoszenie o tym, że w jednym z mieszkań na terenie miasta doszło do awantury, w trakcie której 29-letni mężczyzna zranił nożem swoją partnerkę i jej dziecko — mówi Tomasz Markowski z Komendy Miejskiej Policji w Olsztynie. — Mężczyzna został zatrzymany, a kobieta i dziecko trafili do szpitala. Śledczy wyjaśniają wszystkie okoliczności tego zdarzenia. Od ich ustaleń zależy jaki zarzut usłyszy 29-latek.

Dziewczynka trafiła do Wojewódzkiego Specjalistycznego Szpitala Dziecięcego w Olsztynie.

— Dziewczynka jest w stanie ciężkim. Trafiła do nas w nocy, przeszła

drugą operację i przebywa na Oddziale Intensywnej Opieki Medycznej — powiedziała nam Agnieszka Deoniziak z biura prasowego Wojewódzkiego Specjalistycznego Szpitala Dziecięcego w Olsztynie.

Śledztwo ma być prowadzone w kierunku usiłowania zabójstwa.

Do tematu wrócimy.

PJ

Zderzył się z drzewem

Olsztyńscy policjanci otrzymali zgłoszenie o kradzieży tablic rejestracyjnych. Doszło do niej na terenie jednego z miejskich parkingów. Świadkiem przestępstwa był będący po służbie funkcjonariusz służby więziennej Aresztu Śledczego w Olsztynie. Gdy złodziej zauważył, że został złapany na gorącym uczynku, wsiadł do osobowego nissana i odjechał. Po kilkuset metrach stracił panowanie nad autem, zjechał z drogi i uderzył w drzewo. 31-latek próbował uciekać, ale uniemożliwił mu to podążający za nim świadek kradzieży, który zatrzymał agresywnego mężczyznę i przekazał go policjantom. Sprawcą okazał się mieszkaniec Działdowa. W chwili zdarzenia był trzeźwy. Mężczyzna został przewieziony do szpitala, gdzie udzielono mu pomocy medycznej, następnie trafił do policyjnego aresztu. Z uwagi na podejrzenie, że mógł znajdować się pod wpływem środków odurzających, pobrano krew do badań. Okazało się też, że 31-latek od

2010 roku ma cofnięte uprawnienia do kierowania pojazdami mechanicznymi.

W trakcie przeszukania auta funkcjonariusze znaleźli woreczek strunowy z zawartością zielonego suszu roślinnego. Ze wstępnych ustaleń wynika, że jest to marihuana. 31-latek usłyszał już zarzut posiadania narkotyków, za co grozi kara do 3 lat pozbawienia wolności. Policjanci nałożyli na niego również mandaty karne za liczne wykroczenia w ruchu drogowym, których mężczyzna dokonał podczas swojej nieodpowiedzialnej jazdy.

MS

Najpierw e-mail, potem sala

Atmosfera polityczna w Olsztynie robi się coraz bardziej gorąca, co ma związek z zapowiedziami referendum w sprawie odwołania prezydenta Piotra Grzymowicza.

Wczoraj rano niektórzy radni zostali zaskoczeni zmianami w rezerwacji sal w budynku Rady Miasta na spotkania z wyborcami. Do tej pory bez kłopotu mogli wynająć taką salę. — Wystarczyło, że zadzwoniliśmy i podaliśmy godzinę, o której chcemy się spotkać z mieszkańcami — mówi Monika Rogińska-Stanulewicz, radna miejska. — Teraz muszę napisać informację, którą salę chcę zarezerwować, w jakim celu i wysłać ją mailem. Jestem zbulwersowana, bo nagle jako radni stajemy się zakładnikami pana prezydenta, bo pyta nas się, w jakim celu chcemy się spotkać. To nie są nasze prywatne spotkania, a z mieszkańcami.

Zapytaliśmy w biurze Rady Miasta, dlaczego zmieniła się procedura wynajmowania sal przez radnych w budynku Rady Miasta i na czyje stało się to polecenie?

— Nie zmieniły się zasady rezerwacji sal — zapewnia Marta Kilanowska-Lebiedzińska, dyrektor Biura Rady Miasta. — Radni zgłaszają rezerwację telefonicznie, sms-owo, drogą mailową, zawsze podając nr sali, dzień, godzinę oraz cel spotkania. Z uwagi na mnogość zadań w Biurze Rady Miasta oraz fakt, że rezerwacja sali w celu jej przygotowania musi być zgłoszona do Wydziału Administracyjno-Gospodarczego Urzędu Miasta, forma pisemna rezerwacji ułatwia zarządzanie salami Urzędu Miasta Olsztyna.

Jak podkreśla dyrektor Kilanowska-Lebiedzinska, tego typu rozwiązanie od kilku lat obowiązuje w urzędzie, powołując się na zarządzenie prezydenta nr 167 z dnia 20 czerwca 2011 r.

— Wcześniej czegoś takiego nie było — dziwi się radna Monika Rogińska-Stanulewicz. — Wystarczył telefon, żeby zarezerwować salę.

Co na to przewodniczący Rady Miasta?

— Te sale są przeznaczone do posiedzeń komisji, w których pracują radni. To podstawowy cel — mówi przewodniczący Robert Szewczyk. — Ponadto służą do spotkań radnych z mieszkańcami, żeby ci mogli przekazywać im swoje uwagi, problemy. Spotykają się tam różne organy powiązane też z radą miasta, np. rada seniorów czy młodzieżowa rada miasta. Radni wiedzą, że na spotkania partyjne, wiece wyborcze, czy związane z kampanią wyborczą te sale nie powinny być udostępniane, więc takich przypadków nie było. To nie jest cel tego miejsca, bo cały czas jest to urząd publiczny.

W ubiegły czwartek w budynku Rady Miasta były prezydent Olsztyna Jerzy Czesław Małkowski spotkał się z grupą mieszkańców. Ci otwarcie podczas spotkania deklarowali chęć zorganizowania referendum w sprawie odwołania obecnego prezydenta Piotra Grzymowicza. Powodem ma być kiepski stan budżetu miasta, nietrafione inwestycje. Z naszych informacji wynika, że wniosek o referendum prawdopodobnie trafi do komisarza wyborczego w przyszły poniedziałek.

AM

eprasa.pl c6e4300741

Na tropie tajemnych lochów

WCZORAJ I DZIŚ || Prawdziwa miłość nie zna strachu. Dowodem może być legenda o wielkim uczuciu młodego młynarza Antoniego Rehaagena do Agnieszki Steffen, rozgrywająca się w naszym regionie, a sięgająca czasów potopu szwedzkiego.

Wśród mieszkańców Lidzbarka Warmińskiego krąży legenda o miłości, której tłem są tajemne lochy pod zamkiem. Ile w niej prawdy, ile fantazji?

W XVII wieku, kiedy to Warmiacy walczyli ze Szwedami, w zamkowym młynie, który stał nad rzeką w miejscu, gdzie dziś znajduje się Lidzbark Warmiński, zakwitła gorąca miłość między młodym młynarzem, który uczył się zawodu, a córką młynarza. Mimo że młodzi mieli błogosławieństwo ojca dziewczyny, do szczęśliwego finału zbyt szybko nie doszło. Zakochani musieli pokonać poważne przeszkody.

Antoni Rehaagen pochodził z oddalonego o kilka kilometrów od Lidzbarka Warmińskiego Bobrownika. Jako młodzieniec praktykował u swojego wuja Mateusza Reinigka — młynarza z Kochanówki, także oddalonej o kilka kilometrów do Lidzbarka.

Fot. Radosław Niemczynowicz

JAKO CZELADNIK, PRZYBYŁ JESIENIĄ 1627 ROKU DO LIDZBARSKIEGO MŁYNA, ABY PODJĄĆ W NIM PRAKTYKĘ. ZOSTAŁ DOBRZE PRZYJĘTY PRZEZ ZAMKOWEGO MŁYNARZA BARTŁOMIEJA STEFFENA, A JEGO CÓRKA — AGNIESZKA — BARDZO CHŁOPCA POKOCHAŁA I TO Z WZAJEMNOŚCIĄ. JEDNAK PO PEWNYM CZASIE ANTONI MUSIAŁ OPUŚCIĆ GOŚCINNE LIDZBARSKIE PROGI, ŻEBY PODUCZYĆ SIĘ FACHU W INNYM MŁYNIE.

Jerzy Przeracki, opisując tę historię w monografii Lidzbarka Warmińskiego, nie wspomina, jak długo nie było chłopaka. Gdy młynarczyk wrócił, dowiedział się, że Agnieszka zniknęła i nie ma jej już od ośmiu dni.

Antoni podejrzewał, że dziewczyna została porwana przez kapitana szwedzkiego o nazwisku Thorston, bo w tym czasie wojska szwedzkie, wraz z królem Gustawem Adolfem, stacjonowały pod Ornetą. Przekonany o tym młody młynarz postanowił więc dotrzeć do szwedzkiego władcy, który okupował już wówczas Ornetę i poprosić o uwolnienie narzeczonej. Szwedom zależało w tym czasie na zdobyciu Lidzbarka, ale miasto skutecznie opierało się wrogim wojskom.

Kiedy młynarz przybył do Ornety, odnalazł namiot władcy, przed którym stała straż. Chłopak opowiedział więc kapitanowi straży królewskiej o swoim nieszczęściu, którego, jak napisał Jerzy Przeracki „Ujął prostotą i żarliwością słów". Ten postanowił z samego rana opowiedzieć wszystko królowi. Gustaw Adolf wezwał do siebie rzekomego winowajcę — kapitana Thorstona. Ten jednak nie przyznał się do porwania dziewczyny, przeciwnie, oświadczył, że i jego narzeczoną, Marię, porwano. Stało się to pod Elblągiem, gdzie ona i jej ojciec, szwedzki pułkownik, wówczas stacjonowali.

WIELU MIESZKAŃCÓW CHCE WIERZYĆ W ROMANTYCZNĄ HISTORIĘ MIŁOŚCI ANTONIEGO I AGNIESZKI

KAPITAN POWIEDZIAŁ TEŻ, ŻE WEDŁUG JEGO INFORMACJI, MARIA I ZAPEWNE TEŻ AGNIESZKA SĄ WIĘZIONE W LIDZBARSKIM ZAMKU PRZEZ WÓJTA ZAMOCKIEGO. PODOBNO WÓJT

eprasa.pl c6e4300741

ZAMYKAŁ W LOCHACH OSOBY PODEJRZEWANE PRZEZ NIEGO O KOLABORACJĘ ZE SZWEDAMI.

Król szwedzki pozwolił obu zakochanym mężczyznom ruszyć do Lidzbarka Warmińskiego na ratunek niewiastom. Kapitan wziął ze sobą zbrojnych. Młody młynarz towarzyszył Szwedom w podróży.

Jak głosi legenda, kiedy dotarli do miasta, Antoni postanowił zdradzić kapitanowi tajemne przejście spod młyna do piwnic zamkowych. Ten zaś dał mu słowo honoru, że nie wykorzysta tej wiedzy do zdobycia zamku. Tak też ponoć mężczyźni dotarli do lochu — jak pisał Przeracki — w którym znaleźli obie panny i... sześciu ławników oraz trzech innych obywateli miasta. Wszystkich uwolnili, a wejście do korytarza, który miał prowadzić pod korytem rzeki Symsarny do zamku, zasypali.

Autor w niemieckojęzycznych podaniach znalazł też dość szczegółowy opis wspomnianego przejścia pod Symsarną: „Miało ono dwoje żelaznych drzwi ukrytych we wnętrzu, a jego wyjście koło młyna zakryte było ciężkim kamieniem".

Przejście to miało powstać z polecenia biskupa Eberharda z Nysy (1315-1321). I tu jest już pewna nieścisłość, bo biskup Eberhard mieszkał w zamku drewnianym, który prawdopodobnie stał w miejscu obecnego placu Młyńskiego, czyli obok później wybudowanego i stojącego do dziś, zamku murowanego, a którego, według legendy, uwolniono Agnieszkę i Marię. Nie świadczy to oczywiście o tym, że historia ta się nie wydarzyła.

WIELU MIESZKAŃCÓW LIDZBARKA WARMIŃSKIEGO WIERZY W PRZYGODĘ MŁODEGO MŁYNARZA, TYM BARDZIEJ, ŻE WE WSPOMNIENIACH PODAWANE SĄ IMIONA I NAZWISKA GŁÓWNYCH BOHATERÓW TEJ HISTORII.

Jak czytamy w niemieckiej publikacji pt. „Schoss Heilsberg" autorstwa Karla Hauke i Wernera Thima, po roku 1926 prowadzono na lidzbarskim zamku prace restauratorskie, podczas których: „na koniec starannie uprzątnięty i poddany remontowi został także mieszczący się w podziemiu wieży loch zamkowy. Był on dostępny jedynie od góry przez okrągły otwór, służył jako więzienie i nazywany był „pokojem zapomnienia". W czasie badań posadzki nie stwierdziliśmy śladów podziemnego przejścia, które jakoby miało prowadzić na zewnątrz pod korytem Symsarny".

Fot. Radosław Niemczynowicz

Potwierdził to w rozmowie z „Gazetą Olsztyńską" w 2004 roku ówczesny kustosz lidzbarskiego zamku Edward Radke, który jeszcze w latach sześćdziesiątych został spuszczony na linie do zamkowego lochu i widział ślady po przekopywaniu klepiska.

— Jak widać, główny konserwator Karl Hauke nie znalazł przejścia. Jest zbyt dużo wątpliwości w tej sprawie, żeby ta historia była prawdziwa. Tym bardziej, że nie znaleziono nigdzie opisywanego przejścia do zamku — podzielił się swoim sceptycyzmem Edward Radke i wyjaśnił, że słowo „loch", to po niemiecku „dziura" i że loch miał tylko jedno wejście — od góry. To nim wrzucano skazańców i tym samym otworem ich wyciągano, czasami już martwych.

A co na to obecna kustosz lidzbarskiego zamku Małgorzata Jackiewicz-Garniec, kierownik Muzeum Warmińskiego?

— Niemal każdy zamek ma taką legendę, w której jest mowa o możliwości ucieczki podziemnymi przejściami — komentuje kustosz. — Zdarzało się oczywiście, że drewniane strażnice miały tego rodzaju przejścia, które ratowały życie broniącym ich wojów. Jednak budowanie takich przejść pod rzeką w czasach wczesnego średniowiecza byłoby bardzo trudne konstrukcyjnie. Zwłaszcza że mówimy tu o zamku, który stoi między dwiema rzekami. Bywały oczywiście tajemne przejścia w murach, jamy, w których mogła się schronić załoga zamku. Natomiast w przypadku budowania takiego zamku jak nasz, gdzie naroże warowni spina trzynastokondygnacyjna wieża, to właśnie wieża była tym refugium, to znaczy najważniejszym, ostatecznym elementem obrony.

WARTO PRZY OKAZJI WSPOMNIEĆ, ŻE CZTERNASTOWIECZNY LIDZBARSKI ZAMEK MA DWA PIĘTRA PIWNIC. MOŻE WIĘC TA LEGENDA NIE JEST TYLKO LEGENDĄ, A PRZEJŚCIE NIE KOŃCZYŁO SIĘ W LOCHU, TYLKO W JEDNEJ Z NICH I NIE PRZECHODZIŁO POD RZEKĄ? MOŻE PO UWOLNIENIU PANIEN ZAMUROWANO PRZEJŚCIE?

Wielu miejscowych chce wierzyć w romantyczną historię wielkiej miłości Antoniego i Agnieszki, a wiara to potęga. W końcu, ileż to razy legenda stawała się prawdą, a fakty mitami...

EWA LUBIŃSKA

Zamek w Lidzbarku Warmińskim to najwyższej klasy zabytek architektury gotyckiej. Zbudowano go w latach 1350-1401. Od roku 2018 jest Pomnikiem Historii. Nazywany jest Wawelem Północy z uwagi na gotyckie dwupoziomowe krużganki. Jest ulubionym miejscem filmów historycznych, to tu kręcony był m.in. serial „Królowa Bona", filmy „Kopernik", „Habit i zbroja", a obecnie miejsce to jest planem filmowym serialu „Korona królów".

Korzystałam z monografii Lidzbarka Warmińskiego autorstwa Jerzego Przerackiego oraz publikacji „Schoss Heilsberg" Karla Hauke i Wernera Thimma.

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

eprasa.pl c6e4300741

Zła aura w niczym nie przeszkadza

LUDZIE || Codziennie przemierza pieszo 20 kilometrów. Robi to bez względu na pogodę. — Jak pada deszcz, to zakładam pelerynę i biorę parasol. Jak jest mróz, to się ciepło ubieram. W niczym mi zła aura nie przeszkadza — mówi Roman Sowiński.

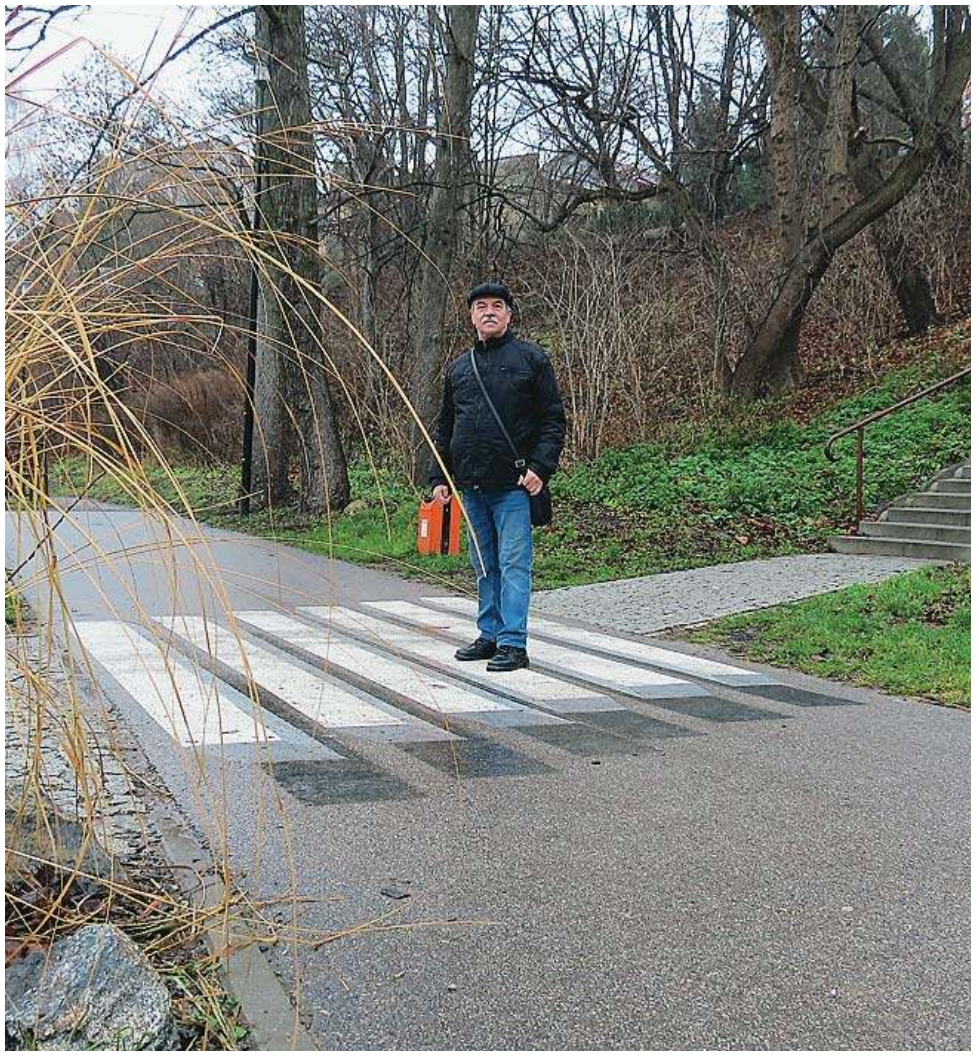
Pan Roman przez ponad 33 lata był zawodowym żołnierzem. Nic więc dziwnego, że dla niego aktywność fizyczna jest ważna. Jednak na emeryturze wielu mundurowych ją sobie odpuszcza. Początkowo i nasz bohater myślał tylko o tym, by cieszyć się spokojem wolnych dni. Motywacją dla niego stała się... choroba. Musiał się zmierzyć z nowotworem. Walkę kilka lat temu wygrał i postanowił, że będzie codziennie spacerował. Spacery już wcześniej miały na niego zbawienny wpływ.

— Kiedy zakończyłem służbę, rzuciłem palenie papierosów — wspomina pan Roman. — Paliłem przez wiele lat. Kilka razy próbowałem rzucić, zmniejszając liczbę papierosów, ale żadnego efektu nie było. Kiedy więc poszedłem na emeryturę, ostatnią paczkę zgniotłem i wyrzuciłem do kosza na śmieci. Postanowiłem, że to koniec z paleniem. Przyznam, że łatwo nie było. Tak mnie nosiło, że często wychodziłem z domu i spacerowałem wokół bloku. „Sąsiad chyba ci na tej emeryturze odbiło, że tak chodzisz wokół domu" — usłyszałem od sąsiadów. „Nie, ja tylko rzuciłem palenie" tłumaczyłem.

Chodzenie na długie spacery wpływa zbawiennie na zdrowie pana Romana.

— Czuję się znakomicie właśnie dzięki temu, że tak dużo chodzę — zwierza się lidzbarczanin. — Mieszkamy z żoną na trzecim piętrze. Kiedyś wchodząc po schodach, sapałem. Teraz ta wysokość nie robi na mnie najmniejszego wrażenia. Chodzę dwa razy dziennie. Z domu wyruszam o godz. 7.30 lub 7.45, a wracam około godz. 10:00. Idę z Lidzbarka Warmińskiego do Bobrownika ścieżką rowerową. Po drodze spotykam innych spacerujących, ale też biegaczy i rowerzystów.

Pan Roman opowiada, że na spacerach zdarza mu się z napotkanymi osobami porozmawiać, wtedy oczywiście spacer się wydłuża. Ale to też bardzo przyjemne.



Fot. Ewa Lubińska

Roman Sowiński, bez względu na pogodę, codziennie pokonuje pieszo 20 kilometrów

Ścieżka, która chodzi lidzbarczanin, jest popularna. Łączy Lidzbark Warmiński i Ornetę. Korzystają z niej nie tylko osoby cywilne, ale też żołnierze, którzy muszą dbać o kondycję. Pojawiają się tam, bo nieopodal przy ul. Orneckiej znajdują się aż dwie jednostki wojskowe. W jednej z nich pracował właśnie pan Roman. Ze służby odszedł ze stopniem starszego chorążego sztabowego, był technikiem samochodowym batalionu. To też jeden z powodów, dla których Roman Sowiński wybrał tę trasę. Do Bobrownika i z powrotem pokonuje przed południem 14 kilometrów. Na trasę wraca o godz. 15.00, ale wtedy idzie już tylko 6 kilometrów. Łącznie jego spacery to 20 km dziennie.

— Robię to regularnie od 6 lat, a od 23 nie palę i czuję się z tym znakomicie, mimo że mam 71 lat i za sobą poważną chorobę — mówi lidzbarczanin.

Pan Roman chodzi sam. Żona próbowała z nim spacerować, ale zrezygnowała.

— Była dwa razy i stwierdziła, że chodzę za szybko — mówi nasz bohater. — Podobnie znajomy. Jest ode mnie starszy o 3 lata, kiedyś dołączył, ale stwierdził, że to nie jego tempo. A ja przecież chodzę normalnie, wcale nie tak szybko.

Trasa, którą przemierza pan Roman jest piękna. Zapewne dlatego tak intensywnie uczęszczana. Z tego powodu na widok zwierząt nie można specjalnie liczyć, ale i to się czasem zdarza.

— Kiedyś zauważyłem dwa małe zające na ścieżce. Zatrzymałem się w bezruchu, żeby ich nie spłoszyć. Jeden się zatrzymał, a drugi podszedł do mnie, powąchał buty, a następnie odszedł i położył się w rowie. Kiedy ruszyłem powoli i cicho, ten w rowie nadal leżał, ale jego towarzysz się spłoszył i czmychnął w zarośla.

Pan Roman nie urodził się na Warmii, tylko w małej wsi Szramowo pod Prabutami (powiat kwidzyński). Kiedyś to był teren województwa olsztyńskiego. Rodzice mieli gospodarstwo, ale ojciec pana Romana był też kowalem. Przed wojną jego rodzina mieszkała w powiecie sierpeckim. Rodzina nie była wolna od trosk. Brat pana Romana, kiedy miał 12 lat zginął podczas podkuwania konia. Po porodzie zmarły też dwie siostry naszego bohatera. Pan Roman był najmłodszy. Miał dwie siostry i dwóch braci. Teraz jest ojcem i dziadkiem. Mają z żoną Lucyną dwoje dorosłych dzieci — syna i córkę oraz cztery wnuczki. Pan Roman wolny czas poświęca nie tylko rodzinie, z której jest dumny, ale też od lat jest przewodniczącym wspólnoty mieszkaniowej. Do Lidzbarka Warmińskiego przywiodła go praca. Tutaj znalazł swoje miejsce i swoją ścieżkę zdrowia.

EWA LUBIŃSKA
E.LUBINSKA@GAZETAOLSZTYNSKA.PL

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

eprasa.pl c6e4300741

Więcej lat, więcej sensu

STYL ŻYCIA || Dzieci? Praca? Hobby? Całe życie szukamy sensu swojego życia. Dla każdego jest nim co innego. Jak pokazują badania, poczucie sensu i spełnienia przekłada się na szczęśliwą i pogodną dojrzałość. Warto go mieć w każdym wieku!

Każdy z nas szuka sensu swojego życia. Na każdym etapie życia jest nim co innego. Psychologowie radzą, żeby postawić sobie szereg pytań. Zastanowić się, co jest dla nas ważne. Czy jest to kariera, a może rodzina, uroda lub hobby? Warto zagłębić się w siebie i zastanowić się, co nadaje życiu sens. Na jakich wartościach chce się je oprzeć? I ustalić sobie listę priorytetów. Dla jednego będzie to duża ilość pieniędzy na koncie, dla innego czas dla siebie.

Najważniejsze to zachować harmonię i żyć w zgodzie ze sobą i swoim sumieniem. Jednak im jesteśmy starsi, ty jest to trudniejsze. Pracy, która regulowała nasz rytm życia już nie ma, często doskwiera nam samotność, a zdrowie szwankuje. Jednak warto pielęgnować w sobie ten sens. Tym bardziej, że ma on w sobie moc... uzdrawiającą.

UCZENI Z UNIVERSITY OF CALIFORNIA SAN DIEGO SCHOOL OF MEDICINE ODKRYLI POWIĄZANIE MIĘDZY POCZUCIEM SENSU ŻYCIA A POZYTYWNYM FUNKCJONOWANIEM FIZYCZNYM, PSYCHICZNYM I POZNAWCZYM. OSOBY NADAJĄCE SENS SWOJEMU ŻYCIU SĄ SZCZĘŚLIWSZE I ZDROWSZE NIŻ POZOSTALI — MÓWIĄ AUTORZY BADAŃ.

Jeśli więc dostrzeżemy sens naszej egzystencji, będziemy lepiej się czuli, nawet będąc w bardzo dojrzałym wieku. Wpłynie to na nasze samopoczucie, stan psychiczny czy kondycję psychiczną.

— Kiedy masz 20 lat, jesteś niepewny co do kariery, partnera życiowego i tego, kim jesteś jako osoba. Szukasz sensu w życiu — mówi geriatra i neuropsychiatra Dilip V. Jeste, współautor badań, cytowany przez portal senior.pl. — W czwartej, piątej i szóstej dekadzie zwykle masz współmałżonka i rodzinę oraz bardziej ustabilizowane życie zawodowe. W tym czasie nie tyle się poszukuje, ile następuje wzrost znaczenia tego, jak się żyje. Po sześćdziesiątce wszystko zaczyna się zmieniać. Ludzie odchodzą z pracy i mogą stracić poczucie sensowności. Zaczynają mieć problemy zdrowotne, a niektórzy przyjaciele i członkowie rodziny odchodzą. Zaczyna się ponownie szukać sensu w życiu, ponieważ zmienił się ten, który miało ono kiedyś.

Fot. pikabay.com

Na każdym etapie życia warto zagłębić się w siebie i zastanowić się, co nadaje naszemu życiu sens

W badaniach wzięło udział ponad tysiąc osób w wieku 21-100 lat. Uczestnicy wypełnili kwestionariusze specjalnie przygotowane tak, by pozwoliły na określenie poczucia sensowności oraz znaczenia życia przez badanych. Każdy uczestnik ocenił również swoją kondycję fizyczną i stan psychiczny.

UCZENI OSTRZEGAJĄ, ŻE JEŚLI U SCHYŁKU ŻYCIA NIE OKREŚLIMY SWOICH MARZEŃ I CELÓW, MOŻEMY CZUĆ STRES I PRZYGNĘBIENIE. JEŻELI JASNO SPRECYZUJEMY CELE, MOŻEMY LICZYĆ NA DOBROSTAN PSYCHICZNY NAWET W BARDZO ZAAWANSOWANYM WIEKU.

— Osoby starsze charakteryzują się wysokim natężeniem poczucia sensu życia — uważa Paulina Manachiewicz, autorka publikacji „Sens życia osób starszych – analiza empiryczna". — Seniorzy są zadowoleni ze swego życia i pomimo starości posiadają wyraźnie określone cele i dążenia. Zdecydowana większość badanych akceptuje również fakt zbliżającej się śmierci. Duży wpływ na to, w jaki sposób osoba starsza postrzega wizję własnej śmierci, ma nastawienie do własnego życia. Jeżeli dla seniora jego życie jest wartościowe, wtedy śmierć zdaje się być możliwa do zaakceptowania. Co ważne, osoby starsze akceptują swe słabości i to, co im życie przyniosło, bez poczucia porażki. Akceptują siebie takimi, jakimi są. Istotne jest to dla ludzi pomagających osobom starszym, ponieważ dzięki temu istnieje większe prawdopodobieństwo, że ich pomoc nie zostanie odrzucona lub odebrana jako atak.

PO SZEŚĆDZIESIĄTCE WSZYSTKO ZACZYNA SIĘ ZMIENIAĆ. LUDZIE ODCHODZĄ Z PRACY I MOGĄ STRACIĆ POCZUCIE SENSOWNOŚCI.

Z KOLEI MACIEJ TOMASZEWSKI, COACH ICC, TRENER ROZWOJU OSOBISTEGO ZALECA, ŻEBY ZADAĆ SOBIE PYTANIE, CZEGO CHWIELIBYŚMY DOKONAĆ, GDYBYŚMY DOWIEDZIELI SIĘ, ŻE ZOSTAŁ NAM TYLKO ROK ŻYCIA.

— Pomyśl, co dałoby ci w ciągu tego roku radość i spełnienie. Zastanów się, jak chciałbyś zostać zapamiętany i jakie słowa chciałbyś przeczytać na swoim nekrologu. Nie bój się tych myśli – wbrew pozorom to właśnie one wyzwalają z nas najwięcej kreatywności i szczerości! To właśnie dzięki tym myślom, możesz znaleźć odpowiedź na pytanie, jak znaleźć cel w życiu — radzi znany coach.

Aż 90 proc. Polaków jest zdania, że sens życiu nadaje miłość. A ta, jak wiadomo, nie patrzy w metrykę.

ALEKSANDRA TCHÓRZEWSKA

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

eprasa.pl c6e4300741

Papierowe recepty idą do lamusa

IDZIEMY PO LEKI || Tak jest, to dziś. Wybiła godzina prawdy i od najbliższej wizyty u lekarza papierowej recepty już nie dostaniemy, choć pewne wyjątki są. Jak to działa? I co mają zrobić osoby, które nie mają smartfonów i kont mailowych? Dla nich też jest rozwiązanie.

Od dziś e-recepty, czyli recepty w postaci elektronicznej, stają się obowiązkowe. Wszystko po to, by było nam w życiu łatwiej, by wszystkie dane dotyczące naszego stanu zdrowia i leczenia były zgromadzone w jednej bazie — a i z myślą o środowisku, bo przecież im mniej papieru, tym lepiej.

Fot. pixabay (3)

Dzięki e-recepcie każdy przepisany lek można kupić w dowolnej aptece w całej Polsce

CO TO JEST E-RECEPTA?

Zasadniczo niewiele się zmienia, bo recepta elektroniczna to zwyczajnie cyfrowa wersja dotychczasowej recepty papierowej — druku z komputerowo lub odręcznie zapisanymi lekami na nasze dolegliwości. Pamiętajmy też, że e-recepta jako określenie systemu informatycznego, nie tylko samej recepty sensu stricto, to część e-zdrowia — całego, ogromnego projektu, finansowanego ze środków unijnych, centralnego, czyli wspólnego dla całej Polski. Wprawdzie platforma e-zdrowie miała być gotowa już wiele lat temu, a jej uruchomienie wciąż się opóźnia, ale system e-recept właśnie dziś rusza. Dzięki niemu dane o przepisywanych nam lekach zgromadzone zostaną w jednym miejscu i gdy np. znajdziemy się w szpitalu, lekarz będzie mógł sprawdzić, czy i gdzie do tej pory się leczyliśmy, czy cierpimy na jakąś przewlekłą chorobę, na jaką i jakie zażywamy leki. Nie muszę przypominać, że także realizacja cyfrowej wersji recepty możliwa będzie w dowolnej aptece w całym kraju.

JAK TO DZIAŁA?

Żeby otrzymywać powiadomienia o e-receptach sms-em lub mailem, pacjent musi posiadać konto w Internetowym Koncie Pacjenta (IKP), w którym dodatkowo musi konkretnie odhaczyć, że powiadomienia chce otrzymywać i w którym z dwóch sposobów. Konto założymy na stronie www.pacjent.gov.pl, a potem, żeby zalogować się na swoje IKP, potrzebny nam będzie Profil Zaufany. Ale IKP to nie tylko e-recepty. Każdy posiadacz IKP będzie mógł także samodzielnie i na bieżąco sprawdzać, z jakich świadczeń skorzystał, ile NFZ wydał na jego leczenie, a rodzice dostęp do danych o leczeniu swoich dzieci będą mieli do ukończenia przez nie 18. roku życia. Z czasem do e-recept dołączą też e-skierowania — a wraz z nimi skończy się czas, kiedy z jednym skierowaniem mogliśmy próbować zapisać się do kilku lekarzy.

JAK WYGLĄDA E-RECEPTA

Może mieć trzy postaci: sms-a z czterocyfrowym kodem naszej recepty, maila z plikiem w formacie PDF lub papierowego wydruku informacyjnego, z którym od lekarza udajemy się do apteki. Wiadomo, że ten świstek papieru lubi się gubić — ale nie ma obaw. W naszej przychodni rodzinnej mogą nam papierową receptę wydrukować ponownie.

Bez względu na formę, z gabinetu wychodzimy jakby z tyloma receptami, ile leków zostało nam zapisanych. Czyli na wydruku jest informacja o wszystkich receptach naraz: o każdym przepisanym leku. Z kolei otrzymany sms-em kod zachowujemy dla siebie, bo aptekarz skanuje z niego tylko kody kreskowe przyporządkowane receptom — co oznacza bardzo duże ułatwienie: każdy lek będziemy mogli wykupić w innej aptece. Nie będzie też ryzyka, że otrzymamy niewłaściwy preparat i nie będziemy wiedzieli, jak go dawkować, bo e-recepta będzie zawsze czytelna. Technicznie wygląda to tak, że w przypadku informacji otrzymywanej sms-em farmaceuta wpisuje do systemu czterocyfrowy kod i nasz numer PESEL i recepta od razu mu się wyświetli. Z kolei otrzymany mailem plik PDF musimy pokazać w telefonie lub na tablecie: aptekarz zeskanuje z niego kod każdej recepty.

Ponadto, w przeciwieństwie do dotychczasowych recept papierowych, e-recepta ważna będzie 365 dni z wyjątkiem

REKLAMA

dr n. med.
Sylwia Lisieska-Żołnierczyk
specjalista chirurgii ogólnej i onkologicznej
◆ zabiegi chirurgiczne ◆ wizyty domowe
◆ poradnictwo żywieniowe chorych nowotworowych i ogólnych (certyfikat POLSPEN)
Olsztyn, ul. Zamenhofa 1, czw. 15.00-17.00
(pozostałe terminy po uzgodnieniu telefonicznym)
Rejestracja telefoniczna codziennie:
506 116 994
207319otbr-a-0

SPECJALISTA CHIRURGII OGÓLNEJ I ONKOLOGICZNEJ
dr n.med. Grażyna KUCIEL-LISIESKA
• diagnostyka i leczenie nowotworów (zabiegi chirurgiczne)
Olsztyn, ul. Zamenhofa 1
przyjęcia: pon., śr., godz. 15-17
• domowy 89/542 58 29
• komórka 502 056 459
207219otbr-a -0

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

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

Lecznica Chirurgiczno-Ortopedyczna
„ESKULAP"
10-177 Olsztyn, ul. Brzozowa 14
tel. 89 523 91 31, tel./fax 89 523 52 44
Lekarze specjaliści:
Witold Kołtun
Robert Surus
Andrzej Wencław
Danuta Orłowska-Kołtun
Damian Deresiewicz
Krystian Kaźmierczak
Artur Makowski
Poradnie:
• urazowo-ortopedyczna
• preluksacyjna z USG
• zabiegi artroskopowe
Zabiegi operacyjne w ramach „chirurgii jednego dnia"
Rejestracja telefoniczna pn.-czw. 10.00-16.00
Umowa z NFZ
202519otbr-A-P

Olsztyński Ośrodek Onkologiczny
„KOPERNIK" Sp. z o.o.
Olsztyn, ul. Kopernika 30, rej. 501-037-674
Biopsja cienkoigłowa tarczycy pod kontrolą USG (BACC)
155519otbr-a-M

Dr n.med. Piotr Malinowski Specjalista chirurgii ogólnej i naczyniowej
Dr n.med. Dariusz Michalik Specjalista chirurgii ogólnej i onkologicznej
Dr n.med. Jacek Nowak Specjalista chirurgii ogólnej i naczyniowej
Prywatna poradnia Chirurgii Ogólnej i Onkologicznej oraz Chorób Naczyń
pn.-pt. 16.30-18.30
Rejestracja telefoniczna: 89-534 23 33 w godz. 10.00-18.00
Adres: Olsztyn, ul. Pana Tadeusza 6 „PANTAMED"
207019otbr-a-0

CHIRURG NACZYNIOWY
lek. med. Mariusz Błoniecki
specjalista chirurgii naczyniowej
specjalista chirurgii ogólnej
Przyjmuje w PONIEDZIAŁKI po godz. 16
Olsztyn, ul. Kopernika 30 „ARTERIA"
Rejestracja tel. 532 256 233 po 16
lub 608 053 505 do 16
205719OTBR-A -0

eprasa.pl c6e4300741

antybiotyków, które musimy wykupić w ciągu 7 dni, oraz leków odurzających i psychotropowych, na które receptę trzeba zrealizować w ciągu 30 dni. Zapisany preparat immunologiczny trzeba wykupić w ciągu 3 miesięcy. Pamiętajmy też, że ten rok działa od dnia wystawienia recepty: jeśli zatem z e-receptą na leki zapisane nam na cały rok przyjdziemy do apteki miesiąc lub dwa po dacie jej wystawienia, nie dostaniemy już leków na cały rok, ale odpowiednio na 11 bądź 10 miesięcy.

RATUNKU, NIE MAM KOMPUTERA!

Owszem, są jeszcze wśród nas tacy ludzie i tacy pacjenci, którzy z komputera nie korzystają wcale lub sporadycznie, a ich założone dwie dekady temu konto mailowe od tamtego czasu nigdy nie było używane i nie będzie dla e-recepty odpowiednią platformą. Są też tacy pacjenci, którzy — jak choćby moja mama — są zadeklarowanymi przeciwnikami telefonów komórkowych i smarfonów, a zatem e-recepta na sms-a też odpada.

Jeszcze 31 grudnia 2019 r. wydawało się, że tacy anty-elektroniczni pacjenci będą mieć problem, bo system zakładał wystawianie tradycyjnych papierowych recept jedynie w kilku wyjątkowych przypadkach. Papierowe mogły pozostać recepty transgraniczne, czyli wystawiane podczas wizyty u lekarza w innym kraju, recepty wystawiane osobie o nieustalonej tożsamości, te na leki niedopuszczone do obrotu w Polsce i sprowadzane w ramach importu docelowego oraz recepty wystawione przez lekarzy posiadających prawo wykonywania zawodu w innym niż Polska kraju Unii Europejskiej. Papierową receptą lekarz mógłby też wystawić sobie samemu lub członkom własnej rodziny. Kolejnym wyjątkiem miał być też

E-recepta to elektroniczny odpowiednik tradycyjnej recepty papierowej. Po wystawieniu przez lekarza trafia ona do systemu na Internetowe Konto Pacjenta

ewentualny brak dostępu do systemu e-zdrowie — choćby jego awaria lub tzw. zawieszenie, brak dostępu do Internetu, czy recepta wystawiana w czasie wizyty domowej.

Tymczasem, ponieważ e-recepty Polakom już wystawia 32 tys. lekarzy w 2 tys. miejscowości — można oceniać, jak system działa w praktyce i... jakie powoduje problemy. Niektórzy pacjenci zgłaszali choćby brak możliwości weryfikacji konkretnych leków, jakie lekarz im zapisał, dawek i liczby opakowań, a przecież wiadomo, że każdy może się pomylić. Problemy mieli też aptekarze, którzy skarżyli się na przypadki, gdy pacjent wracał do okienka po jakimś czasie od zrealizowania e-recepty i zgłaszał reklamację, bo uważał, że któregoś z leków aptekarz mu nie wydał, a wie na pewno, że lekarz go zapisał.

Co więcej, także lekarze, szczególnie ci starszego pokolenia, nierzadko już z uprawnieniami do emerytury, zgłaszali, że w przypadku obligatoryjności e-recepty po prostu na tę emeryturę odejdą, bo zwyczajnie boją się informatyzacji i recept, i całego systemu.

Mając na uwadze fakt, że to właśnie ci aktywni emeryci, wciąż pracujący zawodowo w naszych przychodniach i poradniach, ratują system ochrony zdrowia przed zapaścią i że w obliczu obligatoryjnej e-recepty swoje miejsce pracy opuściłby co trzeci lekarz — scenariusz dla pacjentów byłby niezbyt optymistyczny.

— Przy jednym z największych w Europie deficycie lekarzy w porównaniu do innych państw europejskich, oznaczałoby to ogromny kryzys, znaczne wydłużenie czasu oczekiwania na wizytę lekarską, a co za tym idzie realne narażenie zdrowia i życia tysięcy pacjentów — uważa na łamach Medexpressu dr n. med. Marek Derkacz, lekarz, specjalista chorób wewnętrznych i dziennikarz medyczny.

Szczęśliwie jednak Ministerstwo Zdrowia posłuchało głosu rozsądku i pismem z końca grudnia 2019 r. zapewnia, że recepta wystawiona w postaci papierowej również w innych niż wyżej wymienione wyjątkowych wypadkach „będzie mogła być zrealizowana tak, jak dotychczas w każdej aptece, w tym lek będzie mógł być objęty refundacją". Dalej minister zapewnia, że „wdrożenie nowych rozwiązań nie utrudni pacjentom dostępu do leków, a przepisy nie przewidują kar dla lekarzy, którzy pomimo obowiązku ustawowego wystawią po 8 stycznia 2020 r. receptę w postaci papierowej".

Dobra nasza. I dla pacjentów, i dla lekarzy. Co nie oznacza, że namawiam do kurczowego trzymania się papierowych wersji recept i nie tylko. Z duchem czasu należy iść, ale może jednak bardziej stopniowo, małymi kroczkami i z możliwością wychwytywania błędów i korzystania z awaryjnej papierowej opcji. Bo czasem będzie to jakiś mały błąd, a czasem system pokaże po prostu komunikat „error" i zwyczajnie padnie.

E-RECEPTA BĘDZIE WAŻNA 365 DNI Z WYJĄTKIEM ANTYBIOTYKÓW, KTÓRE MUSIMY WYKUPIĆ W CIĄGU 7 DNI, ORAZ LEKÓW ODURZAJĄCYCH I PSYCHOTROPOWYCH, NA KTÓRE RECEPTĘ TRZEBA ZREALIZOWAĆ W CIĄGU 30 DNI. ZAPISANY PREPARAT IMMUNOLOGICZNY TRZEBA WYKUPIĆ W CIĄGU 3 MIESIĘCY. PAMIĘTAJMY TEŻ, ŻE TEN ROK DZIAŁA OD DNIA WYSTAWIENIA RECEPTY.

MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA

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

REKLAMA

Roman Łesiów
UROLOG
• leczenie zachowawcze i operacyjne
• USG układu moczowego
• cystoskopia, zabiegi operacyjne
• uroflometria
rejestracja Olsztyn, od godz. 13⁰⁰
Lancet 89 535 72 80
al. Wojska Polskiego 39
203419otbr-a-G

Gabinet Urologiczny
USG układu moczowego
(pełny zakres badań urologicznych)
lek. med.
RYSZARD MAREK
Olsztyn, ul. Żytnia 74
pon. 16.00-18.00
tel. 89 527-81-48
tel. 604 552 518
204419otbr-a -0

MILLER DENTAL
PRZYCHODNIA STOMATOLOGICZNA
lek. stom. Katarzyna Miller
specjalista periodontolog
lek. stom. Adam Miller
lek. stom. Anna Miller
• leczenie w ramach NFZ i prywatnie • pełen zakres usług stomatologicznych • RTG
Olsztyn, ul. Piotrowskiego 16 lok. C
tel. 502-071-870, 89 539 96 38
204119otbr-a-G

STOMATOLOG
LEK. EWA MICKIEWICZ
specjalista protetyki stomatologicznej
Olsztyn, ul. Barcza 48/1
tel. 89 542 67 40
tel. 512 506 756
• pełny zakres stomatologii zachowawczej • protetyka
• RTG zębów • laseroterapia
• wybielanie zębów
• licówki porcelanowe
204719OTBR-A-O

PRYWATNA PRZYCHODNIA LEKARSKA
BINPOL S.C.
10-527 Olsztyn
ul. Partyzantów 80
• ginekologia • stomatologia dzieci i dorosłych
• ortodoncja • chirurgia stomatologiczna
• USG dorośli i dzieci (pełny zakres)
• VIDEO GASTROSKOPIA
NFZ Narodowy Fundusz Zdrowia
Prosimy o rejestrację telefoniczną w godz. 8⁰⁰ do 18⁰⁰
tel. 89 535-12-77
204319otbr-a-G

Lech Mickiewicz
GINEKOLOG
• sonda pochwowa
• cytologia
• antykoncepcja
Olsztyn
ul. Barcza 48/1
poniedziałki, czwartki od godz. 15.00
rej. tel. kom. 601-952-165
205919OTBR-A -0

Bogdan Krasucki
Ginekolog — USG
sonda brzuszna i pochwowa
Olsztyn, Kościuszki 21/1
pn, śr. pt 15.00-18.00
rejestracja 89-533-59-15
(8⁰⁰-16⁰⁰)
tel. kom. 604-077-239.
202819otbr-a-0

Anita Jabłonowska-Kosek
Dermatologia estetyczna
i laserowa
szeroki zakres zabiegów
www.abmedical.pl
Olsztyn, ul. Grunwaldzka 4/2
tel. 502-110-212, 89 527-32-32
203319otbr-a-G

NZOZ S.SZYMAŃSKI
Olsztyn
ul. gen. Hallera 4B
tel. 89 543-09-94
• oddział chirurgii szczękowej – umowa z NFZ
• implantologia stomatologiczna
• stomatologia zachowawcza • protetyka
• kompleksowe bezbolesne leczenie zębów w znieczuleniu ogólnym
205819OTBR-A-O

eprasa.pl c6e4300741

Pandemia cukrzycy także w Polsce

CHOROBY || Według WHO cukrzyca jest epidemią XXI wieku, a liczba chorych na całym świecie sukcesywnie rośnie. W Polsce cierpi na nią około 3 mln osób, a 5 mln Polaków ma już stan przedcukrzycowy. Wielu chorych nie zostało jeszcze zdiagnozowanych.

Lekarze i pacjenci podkreślają, że w Polsce przez długie lata leczenie cukrzycy — zwłaszcza typu II — zasadniczo odbiegało od standardów europejskich. Zmieniło się to niedawno głównie za sprawą refundacji nowoczesnych leków.

— Trzeba powiedzieć, że dzięki temu Polska doszlusowała do standardów europejskich i w tej chwili jesteśmy krajem, który trzyma europejskie standardy leczenia cukrzycy — podkreśla prof. Edward Franek, kierownik Kliniki Chorób Wewnętrznych, Endokrynologii i Diabetologii Centralnego Szpitala Klinicznego MSWiA.— WHO uznało cukrzycę za pierwszą niezakaźną epidemię, właściwie pandemię w skali całego świata. W Polsce również mamy z nią do czynienia.

Fot. Pixabay.com

Zgodnie z danymi Organizacji Współpracy Gospodarczej i Rozwoju (OECD) i Komisji Europejskiej, liczba chorych na cukrzycę na całym świecie sukcesywnie wzrasta. Szacuje się, że w Polsce cierpi na nią ok. 3 mln osób — przy czym duża część nie została jeszcze zdiagnozowana. Stan przedcukrzycowy ma już około 5 mln Polaków.

— Najnowsze dane pokazują, że w Polsce na cukrzycę choruje około 3 mln osób. Co najmniej pół miliona to osoby niezdiagnozowane — cukrzyca już sieje spustoszenie w ich organizmie, ale one jeszcze o tym nie wiedzą. Przewiduje się, że zachorowań na cukrzycę będzie coraz więcej. Trend jest wzrostowy, zarówno w Polsce, w Europie, jak i na całym świecie — wskazuje Anna Śliwińska, prezes zarządu głównego Polskiego Stowarzyszenia Diabetyków.

Zdecydowana większość, bo około 80 proc. chorych cierpi na cukrzycę typu II, której podstawowe czynniki ryzyka to m.in. nadwaga i otyłość, brak aktywności fizycznej i niewłaściwa dieta. Stąd w tej grupie notuje się największy wzrost zachorowalności. Na cukrzycę chorują osoby coraz młodsze, a nieleczona lub niewłaściwie kontrolowana — prowadzi do groźnych powikłań, wśród których są m.in. choroby sercowo-naczyniowe, udar mózgu, niewydolność nerek czy zawał serca.

— Cukrzyca ma dwa podstawowe typy — mówi prof. Edward Franek. — Pierwszy to choroba autoimmunologiczna, typ drugi to cukrzyca związana z wiekiem i otyłością. I w tej drugiej grupie mamy najwięcej zachorowań, co wynika po prostu z dobrobytu. Ludzie są coraz bogatsi, jedzą coraz więcej niezdrowego jedzenia, które powoduje otyłość.

— Odnotowujemy rosnącą liczbę zachorowań na cukrzycę — zarówno I, jak i II typu. W pierwszym przypadku nie znamy przyczyny, ponieważ cukrzyca typu I to choroba wynikająca z autoagresji, która zdarza się coraz częściej i naukowcy badają różne możliwe przyczyny. Natomiast głównym winowajcą cukrzycy typu II jest niezdrowy tryb życia, czyli brak aktywności fizycznej, używki, niewłaściwe odżywianie. To po prostu choroba XXI wieku — dodaje Anna Śliwińska.

Jak podkreśla, w Polsce przez długie lata leczenie cukrzycy — zwłaszcza typu II — zasadniczo odbiegało od standardów europejskich. Zmieniło się to niedawno, głównie za sprawą refundacji nowoczesnych leków — flozyn, których refundacja weszła w życie w listopadzie tego roku oraz inkretyn, które będą refundowane od stycznia.

— Środowisko diabetologów i pacjentów długo mówiło o tym, że standardy leczenia cukrzycy w Polsce nie są na odpowiednim poziomie i jesteśmy pod tym względem w tyle za Europą. To zmieniło się w tym roku. Ministerstwo Zdrowia wprowadziło nowe leki przeciwcukrzycowe na listy refundacyjne — zarówno flozynę, jak i niektóre leki z grupy agonistów GLP-1 i receptora GLP-1. Jesteśmy krajem, który trzyma europejskie standardy leczenia cukrzycy — podkreśla prof. Edward Franek.

Refundowane od listopada flozyny to grupa leków, która pozwala przedłużyć życie chorych na cukrzycę z powikłaniami. Ogranicza ryzyko chorób sercowo-naczyniowych i nefropatii cukrzycowej, poprawiając rokowania pacjentów.

NEWSERIA.PL, OPR. LUB

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

REKLAMA

OLSZTYŃSCY LEKARZE SPECJALIŚCI
ZBIGNIEW FRENSZKOWSKI
Specjalista LARYNGOLOG
Przyjmuje dzieci i dorosłych.
Dobór aparatów słuchowych.
Adres: Olsztyn, ul. Kopernika 1
Rejestracja telefoniczna: 89 535 25 48
Nowe dni przyjęć: wtorki, czwartki, godz. od 12⁰⁰ do 16⁰⁰
202719OTBR-A -O

endoclinic
Maria Kurlikowska-Kamińska
LARYNGOLOG SPECJALISTA FONIATRA
• videostroboskopia
– komputerowa diagnostyka krtani
• videoendoskopia nosa i uszu
• badania słuchu
Rej. od 10.00 do 14.00 (pon.-czw.)
tel. 89 535-01-43, 601-299-685
Olsztyn, ul. Kościuszki 92/34
203019OTBR-A-O

SPECJALISTYCZNY GABINET OKULISTYCZNY
Lek. med. Grażyna Soćko-Wojciechowska
Olsztyn, ul. Kopernika 44
(89) 527 42 49
608 424 232
wtorki i czwartki 15.00-18.00
kom. 605-682-131
203219otbr-A-G

WZROKER
OLSZTYN
UL. ŻOŁNIERSKA 41B
(naprzeciw Szpitala Dziecięcego)
tel. 89 533 29 32
OPTOMETRYSTA
mgr Jacek Dąbrowski
SPECJALISTA DIAGNOSTYKI I KOREKCJI WAD UKŁADU WZROKOWEGO
KONTAKTOLOG
204519otbr-A -O

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

OLSZTYŃSCY LEKARZE SPECJALIŚCI
rej. codziennie w godz. 8⁰⁰-18⁰⁰
89 535 25 48
502 323 935
NEUROCHIRURG
dr n. med. Mirosław Smółka
Olsztyn, ul. Kopernika 1
poniedziałki 15.00-18.00
204219otbr-a-G

SPECJALISTA LARYNGOLOG
lek. Ewa Krasucka
Olsztyn, al. Wojska Polskiego 39 (Lancet)
poniedziałek, czwartek
rejestracja tel. 89 5357280
kom. 604 454 352
202919OTBR-A-O

Prywatny Gabinet Laryngologiczny
dr n. med. Bogdan Kibiłda
LARYNGOLOG
videoskopia krtani, uszu i nosa
Olsztyn, ul. Kopernika 30, p. 1 (I piętro)
Przyjęcia: wtorki i czwartki od 15.30
Rejestracja telefoniczna: w godz. 9-14 tylko pod nr. 505-518-043
w godz. 19.00-19.30 501-518-111
rejestracja przez internet
www.laryngolog.olsztyn.pl
203719otbr-a-G

Moda Optyk rok założenia 1966
Moda Optyk E.R. Wójcik
OPTYKA OKULISTYKA OPTOMETRIA
OKULARY W DOBRYM STYLU I DOBREJ CENIE
NOWE KOLEKCJE OPRAW
www.modaoptyk.pl
ul. Warmińska 17, tel. 89 527 02 01
ul. Mickiewicza 4, tel. 89 542 43 17
pl. Konstytucji 3 Maja 3, tel. 89 533 42 39
wieżowiec vis à vis dworca
204019otbr-a-G

ENDOMEDIC
Hanna Ankowska
PRZYJMUJĄ LEKARZE: endokrynolog, kardiolog, neurochirurg, neurolog, dietetyk
BADANIA: USG tarczycy, piersi, doppler naczyń, echo serca
ul. Kościuszki 92/12U, Olsztyn
tel. 513 149 810
h.ankowska@endomedic.eu
148919otbr-a -O

DERMATOLOG
lekarz Ewa Kibiłda
Olsztyn, ul. Kopernika 30 (I piętro, pok. 2)
czwartki od 14.30
Rej. tel. 502 656 345
w godz. 19.00-20.00
Rejestracja internetowa
www.dermatolog.biz.pl
203619otbr-a-G

eprasa.pl c6e4300741

TO MOŻE BYĆ BAJKOWY ŚLUB

19.01 Olsztyn

Fot. pixabay

W Hali Widowiskowo-Sportowej Urania 19 stycznia odbędą się największe na Warmii i Mazurach Targi Ślubne „Bajkowy Ślub".

Swoją ofertę zaprezentują: salony sukien ślubnych, garniturów, restauracje i hotele, firmy dekorujące, salony fryzjerskie i wizażu, szkoły tańca, fotografowie i fotobudki, cukiernie i atrakcje weselne oraz wypożyczalnie pojazdów do ślubu. Nie zabraknie oferty na wieczór panieński i kawalerski. Ślubnych „Bajkowy Ślub" będą XII Mistrzostwa Makijażu MAKE UP SHOW o Puchar Republiki Kreacji Małgorzaty Rucińskiej. Osiem wizażystek na oczach widzów będzie miało za zadanie wykonać makijaż inspirowany kolorami oceanu. Wśród wielu atrakcji będzie także outletowa sprzedaż nowych sukni ślubnych oraz mistrzostwa stylizacji paznokci Nail Master 2020, a gościem specjalnym targów będzie Kamila Romanow — guru w branży ślubnej, która odpowie na każde pytanie dotyczące organizacji ślubu i wesela. Dodatkowo będzie można kupić jej książkę „Wasz wymarzony dzień".

Początek targów o godz. 10.00.

FINAŁ WOŚP ELBLĄSKICH „ŁAZIKÓW"

12.01 Elbląg

Liga Obrony Kraju Koło „Łaziki" w Elblągu wraz z członkami team-u Elbląskie Mistrzostwa 12H podjęli się współorganizacji 28. Finału Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. Zorganizują m.in. zawody z wykorzystaniem samochodów terenowych oraz imprezy dodatkowe takie jak strzelanie z replik ASG czy doskonalenie umiejętności w zakresie resuscytacji krążeniowo – oddechowej osoby dorosłej na manekinie Ambu.

Zawody zaplanowano 12 stycznia na terenie dawnego poligonu „Modrzewina".

BAJKOWY KONCERT CHARYTATYWNY

13.01 Olsztyn

Dzieci z Niepublicznego Przedszkola „Promyczek" i Niepublicznej Szkoły Podstawowej „Piątka" w Olsztynie wezmą udział w koncercie charytatywnym o tematyce bajkowej, organizowanym przez Fundację „Radosne Dzieci". Dochód z imprezy w całości zostanie przekazany na potrzeby podopiecznych tej fundacji — przede wszystkim jako dofinansowanie letniego wypoczynku dzieci i doposażenie ich w przybory szkolne, a także na bieżące potrzeby świetlic. Warto wspomnieć, że każdy darczyńca zostanie poczęstowany kolorowym ciasteczkiem przygotowanym własnoręcznie przez uczniów i przedszkolaków.

Koncert zaplanowano w Centrum Edukacji i Inicjatyw Kulturowych 13 stycznia o godz. 15.00

TRZECI ODDECH KACZUCHY

10.01 Gietrzwałd

Fot. materiały organizatora

W piątek 10 stycznia o godz. 19.00 Gminny Ośrodek Kultury w Gietrzwałdzie zaprasza na kolejny koncert w ramach cyklu „Spotkanie z Bardem". Na scenie wystąpi Trzeci Oddech Kaczuchy. Ten zespół piosenki kabaretowej powstał w styczniu 1981 r. przy Wyższej Szkole Pedagogicznej w Olsztynie. Utworzony został przez Andrzeja Janeczkę (lidera i autora piosenek), Maję Piwońską i Zbigniewa Rojka. Obecny skład: Andrzej Janeczko i Maja Piwońska.

Bilety: w przedsprzedaży — 25 zł; w dniu koncertu — 30 zł. Rezerwacja: 89 512 32 90.

URODZINY GALERII DOBRO

11.01 Olsztyn

Fot. materiały organizatora

Galeria Dobro w Olsztynie obchodzi swój mały jubileusz. Z tej okazji zaprasza na tort urodzinowy 11 stycznia o godz. 19.00.

— Dwa zgłoszenia do prokuratury, kilka performensów, dziesięć wystaw, kilkanaście spotkań autorskich, kilkadziesiąt koncertów, setki pytań, tysiące odpowiedzi. Miliony osób. Miliardy wzruszeń. Podczas drugich urodzin chcielibyśmy spotkać się z osobami, które odwiedziły nas przez te lata, z osobami, które tworzą to miejsce, które tańczą, podziwiają, rozmawiają, są — podsumowuje w dwóch zdaniach Emilia Konwerska

Na urodzinach Galerii Dobro zagrają: Błękit Pruski (Mirella Jaworska), Julek Ploski oraz Lutto Lento. Wstęp wolny.

WYKŁADY W AKADEMII III WIEKU MOK

9–30.01 Olsztyn

Podajemy program spotkań Akademii III Wieku MOK na styczeń. Odbędą się w Sali Kameralnej w Kamienicy Naujacka w Olsztynie.

9.01. (czwartek) godz. 11.00, koncert kolęd. Chór ATW „De Novo" pod dyrekcją prof. Józefa Wojtkowiaka

14.01. (wtorek) godz. 11.00. „O przyczynach alergii" — prof. dr hab. Barbara Wróblewska – PAN

16.01. (czwartek) godz.11.00. „Nagroda Nobla a Warmia i Mazury" — dr Leonard Januszko

21.01. (wtorek) godz. 11.00 „Miłujmy czynem i prawdą", film biograficzny z okazji jubileuszu 90-lecia arcybiskupa dr Edmunda Piszcza zrealizowany przez Towarzystwo Naukowe im. Wojciecha Kętrzyńskiego. Słowo wstępne prof. dr hab. Stanisław Achremczyk

23.01 (czwartek) godz. 11.00. „Ryby atrakcją turystyczną Warmii i Mazur. Czy one o tym wiedzą?" — dr inż. Małgorzata Woźniak – UWM

28.01. (wtorek) godz. 11.00. „Magia święta". Występ dzieci z przedszkola „Jacek i Agatka" w Olsztynie.

30.01. (czwartek) godz.11.00. „Różowe okulary", spektakl Grupy Teatralnej Akademii Trzeciego Wieku

NIEOCZEKIWANA ZAMIANA MIEJSC

13–14.01 Olsztyn

Warsztaty pod hasłem „Nieoczekiwana zamiana miejsc: Młodziaki biorą MOK!" zaplanowano na 13 stycznia w Kamienicy Naujacka w Olsztynie, ul. Dąbrowszczaków 3.

Organizator Miejski Ośrodek Kultury zaprasza uczniów szkół podstawowych i przygotuje ich do „roli macherów od kultury!" Warsztaty odbędą się w poniedziałek 13 stycznia o godzinach 9.00, 10.30, 12.00 oraz we wtorek 14 stycznia o godzinach 9.00, 10.30, 12.00.

PREZENTACJA JEDNEGO WIERSZA

15.01 Olsztyn

Fot. Mariola Adela Karpowicz

Wojewódzka Biblioteka Publiczna w Olsztynie zaprasza 15 stycznia na prezentację wiersza Bożeny Kraczkowskiej pt. „Mój cień blues", który znalazł się w siódmym już zeszycie poetyckim z serii Trilinguis. Wiersz został przetłumaczony na języki włoski i angielski.

Na spotkaniu, oprócz autorki, będzie także tłumaczka Mirosława Pieńkos oraz drukarz Marek Gardzielewski.

Prezentację zaplanowano w sali konferencyjnej 3 (I piętro) WBP, przy ul. 1 Maja 5. Początek o godz. 17.00. Wstęp wolny.

eprasa.pl c6e4300741

HISTORIE UKRYTE W ARCHITEKTURZE

16.01 Olsztyn

Towarzystwo Opieki nad Zabytkami Oddział w Olsztynie zaprasza 16 stycznia o godz. 17.00 do Muzeum Nowoczesności, przy ul. Knosały 3B w Olsztynie na spotkani epod hasłem „Dziedzictwo edukacja tożsamość: historie ukryte w architekturze drewnianej". O tradycyjnym domu żuławskim opowie Filip Gawliński, a o współczesnym projektowaniu w drewnie Piotr Olszak. Prowadzenie: Iwona Liżewska. Wstęp wolny.

FILMOWY SPICHLERZ: ROBAKI

16.01 Olsztyn

Fot. materiały organizatora

Filmowy Spichlerz zaprasza na „Robaki"

Tym razem olsztyński Spichlerz (ul. Piastowska 13) nowy cykl: „Filmowego Spichlerza" rozpoczyna od projekcji obrazu „Robaki" Andreasa Johnsena. Spotkania filmowe będą odbywały się zawsze w trzeci czwartek miesiąca w sali na III piętrze. Filmy — głównie dokumentalne — będą poruszały aktualne problemy, ważne, nierzadko kontrowersyjne.

W luźnej, nieformalnej atmosferze, przy kawie, herbacie i przekąsce, widzowie będą oglądali filmy i dyskutowali. Jak piszą organizatorzy: „Na pierwszy ogień: dyskusja z udziałem prof. Stanisława Czachorowskiego (biolog, entomolog, ekolog i popularyzator nauki) oraz Alicji i Tomasza Derdoń (właściciele kawiarnia „Moja" Dąbrowszczaków). A na deser absolutny hit dla odważnych: ciastka z robakami!

Początek o godz. 18.00.

PRYZMAT VS. BROADWAY

17.01 Olsztyn

Fot. materiały organizatora

Pracownia Tańca „Pryzmat"

Co roku Pracownia Tańca „Pryzmat" oraz Fundacja Tańca i Sztuki ARToffNIA przygotowują wspólne widowisko będące podsumowaniem całorocznej pracy artystycznej, w którym biorą udział wszyscy tancerze – profesjonaliści jak i amatorzy, artyści, pedagodzy, choreografowie, a także zaproszeni goście. Podczas widowiska taneczno-muzycznego „Pryzmat vs. Broadway" będzie można zobaczyć między innymi choreografie grup reprezentacyjnych licznie nagradzanych na ogólnopolskich i międzynarodowych festiwalach oraz choreografie grup, których tancerze dopiero rozpoczynają swoją przygodę z tańcem. Tegoroczny koncert — taneczną podróż przez najpiękniejsze musicale światowych scen — ubarwią występy solistów: wokalistów, instrumentalistów i aktorów. Reżyseria: Tatiana Asmolkova.

Koncert zaplanowano w sali koncertowej filharmonii.

Początek o godz. 18.00.

PRZENIKANIE / CZEŚNIK / PRUSKI / WERNISAŻ

Fot. materiały organizatora

17.01 Olsztyn

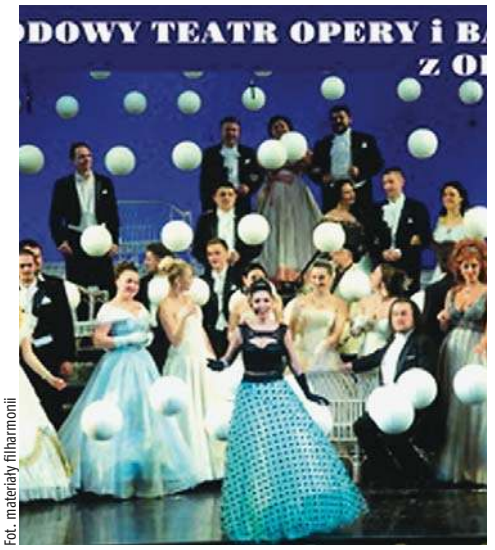
Galeria Amfilada, przy ul. Dąbrowszczaków 3 w Olsztynie zaprasza na wystawę PRZENIKANIE / CZEŚNIK / PRUSKI. Wernisaż zaplanowano na 17 stycznia.

Co zobaczymy? Jak piszą organizatorzy: „Przemijanie i degradację materii w pracach Henryka Cześnika" oraz „twórczość Jana Pruskiego na pograniczu sztuki figuratywnej". To wyjątkowy wernisaż wyjątkowych artystów. Wystawa potrwa do 15 marca 2020.

Początek wernisażu godz. 18.00. Wstęp wolny.

TEATR OPERY Z ODESSY W FILHARMONII

12.01 Olsztyn



Fot. materiały filharmonii

W sali koncertowej olsztyńskiej filharmonii będzie gościł Narodowy Teatr Opery z Odessy w noworocznej gali operetkowej.

W części pierwszej między innymi: Johann Strauss-syn – Uwertura do operetki „Zemsta nietoperza", Imre Kálmán – Aria „Gdy cygańska piosnka płacze" z operetki „Hrabina Marica", Piotr Czajkowski – Walc z baletu „Dziadek do orzechów", czy Hans Zimmer – Muzyka z filmu „Piraci z Karaibów". W części 2. zaś m.in.: Paul Anka – „May way", Johannes Brahms – Taniec węgierski nr 5, Frederick Loewe – „Mały szczęścia łut" z musicalu „My Fair Lady", Riccardo Cocciante – „Czas katedr" z musicalu „Dzwonnik z Notre Dame", Leonard Bernstein – Piosenka „Czuję się śliczna" z musicalu „West Side Story", Franz Lehár – Duet „Usta milczą, dusza śpiewa" z operetki „Wesoła wdówka" oraz Robert Stolz – „Brunetki, blondynki" z filmu „Kocham wszystkie kobiety".

Początek o godz. 18.00.

FORUM ORGANIZACJI POZARZĄDOWYCH

18.01 Olsztyn

Rada Organizacji Pozarządowych Miasta Olsztyna i Urząd Miasta Olsztyna zaplanowały na 18 stycznia Forum Organizacji Pozarządowych pt. „Potęga NGO", działających w gminie Olsztyn. Spotkanie odbędzie się w Urzędzie Miasta (s. 219), pl. Jana Pawła II 1.

Program forum: godz. 10.00-10.05 — powitanie gości — Monika Falej, przewodnicząca Rady Organizacji Pozarządowych Miasta Olsztyna, godz. 10.05-10.15 — wystąpienie Piotra Grzymowicza, prezydenta Olsztyna, godz. 10.15-11.30 — wybór komisji skrutacyjnej i wyborczej, zgłoszenie kandydatów i kandydatek, wystąpienie kandydatów i kandydatek, przygotowanie list, wybory, godz. 11.30-12.00 — rozstrzygnięcie konkursów: Najlepsza Inicjatywa Organizacji Pozarządowych i dziennikarskiego „Trzeci sektor w mediach".

Podczas spotkania odbywać się będą targi organizacji pozarządowych „NGO na TOPie" oraz targi pracy wolontaryjnej.

Początek o godz. 10.00.

HELIOS
tel. 89 535 20 30
23719otbs-a -0

KINO HELIOS

ŚRODA, 8 STYCZNIA

Jak zostałem gangsterem. Historia prawdziwa, g. 10:45, 11:10, 13:50, 14:20, 17:30, 18:50, 20:40, 21:50; Urwis / dubbing, g. 10:10, 13:40, 16:00, 18:20; The Grudge: Klątwa / napisy, g. 12:20, 17:00, 20:00, 22:15; Judy / napisy, g. 11:00, 17:15, 20:30; Jumanji: Następny poziom / dubbing, g. 10:20, 13:20, 16:10; Jumanji: Następny poziom / napisy, g. 11:20, 19:00; Oficer i szpieg / napisy, g. 21:40; Gwiezdne wojny: Skywalker. Odrodzenie / dubbing, g. 10:00, 11:40, 14:50, 18.00; Gwiezdne wojny: Skywalker. Odrodzenie / napisy, g. 16:20, 19:30, 21:15; Gwiezdne wojny: Skywalker. Odrodzenie / dubbing / 3D, g. 13:10; Futro z misia, g. 14:00, 16:30, 19:15, 21:30; Pan T., g. 14:40.

eprasa.pl c6e4300741

Ponad milion dowodów do wymiany

DOKUMENTY || Niemal 1 050 000 osobom kończy się w tym roku ważność dowodu osobistego. Dodatkowo w najbliższych miesiącach swój pierwszy dowód wyrobi sobie ponad 160 tysięcy młodych ludzi. Wnioski o nowe dokumenty można składać online.

Ponad 160 tysięcy internetowych wniosków o nowe dowody, ponad 17 tysięcy zgłoszeń online informujących o utracie dowodu — to krótkie podsumowanie ubiegłego 2019 roku w kategorii „dowody osobiste".

Już wiemy, że w tym roku dziać się będzie równie dużo. W sumie ponad 1 200 000 Polaków z różnych przyczyn będzie składało wnioski o nowe dokumenty. Jedni — bo ich dowód ma już 10 lat. Drudzy — bo do tej pory nie mieli dowodu, a urodzili się 2002 roku, więc właśnie wchodzą w dorosłość. I jedni, i drudzy mogą załatwić tę sprawę przez internet.

NIEZALEŻNIE OD TEGO ILE MA SIĘ LAT — NOWY ROK WARTO ZACZĄĆ OD ZAŁOŻENIA PROFILU ZAUFANEGO. PRZYDA SIĘ NIE TYLKO DO ZŁOŻENIA WNIOSKU O NOWY DOWÓD, ALE I DO ZAŁATWIANIA ONLINE WIELU INNYCH SPRAW, W TYM M.IN. ZŁOŻENIA ROCZNEGO ROZLICZENIA PODATKOWEGO, CO NAS LADA MOMENT CZEKA.

Wszystkie niezbędne informacje o profilu zaufanym i w tym jak go założyć (szybko i za darmo), można znaleźć na stronie www.pz.gov.pl.

Żeby złożyć wniosek o dowód, trzeba wejść na stronę www.gov.pl i dalej postępować według instrukcji. Na tym portalu trzeba się zalogować do konta Mój GOV (prawy górny róg) i tam wybrać usługę „Uzyskaj dowód osobisty z warstwą elektroniczną". Trzeba wiedzieć, że do złożenia wniosku przez internet, potrzebny jest nie tylko profil zaufany ale też odpowiednie zdjęcia w wersji elektronicznej.

Kolejne kroki po zalogowaniu:

— Wybierz powód ubiegania się o dowód.

— Wybierz dowolny urząd, w którym odbierzesz gotowy dowód.

Fot. pixabay.pl

Wniosek o nowy dowód osobisty można złożyć nie ruszając się z domu

— Zaznacz, czy chcesz mieć podpis osobisty. To zaawansowany podpis elektroniczny umieszczany w e-dowodzie. W kontakcie z urzędem (podmiotem publicznym) jest tak samo ważny jak podpis własnoręczny. Możesz go też używać do załatwiania innych spraw – z firmami lub osobami, jeśli zgodzą się na to obie strony.

— Dołącz zdjęcie (Sprawdź, jakie warunki powinno spełniać zdjęcie do dowodu).

— Sprawdź, czy wpisałeś poprawne dane – znajdziesz je potem na oryginalnym dowodzie (imię lub imiona, nazwisko, nazwisko rodowe, imiona rodziców, datę urodzenia, płeć).

— Uzupełnij brakujące dane kontaktowe. Upewnij się, że masz w swoim wniosku poprawny e-mail. To na ten adres dostaniesz numer wniosku wraz z nazwą urzędu, w którym odbierzesz dowód.

Po wypełnieniu formularza system przekieruje Cię do usługi e-podpis na stronie pz.gov.pl.

— Podpisz wniosek profilem zaufanym.

NAWET JEŚLI 18 LAT SKOŃCZYLIŚMY DOBRYCH KILKA LAT TEMU DOWÓD, KTÓRY ODBIERZEMY W TYM ROKU BĘDZIE NASZYM PIERWSZYM... E-DOWODEM!.

— E-dowód odbierają wszystkie osoby, które wniosek o nowy dokument złożyły 4 marca 2019 r. i później — tłumaczy minister cyfryzacji Marek Zagórski. — Zasadnicza różnica między nowym dowodem a starym jest taka, że e-dowód to także nośnik naszej identyfikacji elektronicznej. Warstwa elektroniczna e-dowodu to wbudowany, bezstykowy chip. Dzięki niej właściciel e-dowodu może komunikować się elektronicznie z administracją publiczną. To ona sprawia, że e-dowód umożliwia m.in. załatwianie online spraw urzędowych, elektroniczne podpisywanie dokumentów oraz korzystanie z automatycznych bramek granicznych na lotniskach.

Jakie jeszcze nowości czekają na właścicieli e-dowodów? Na przykład nieco mniej stresu w przypadku zapodziania dokumentu.

PONAD 1 200 000 POLAKÓW Z RÓŻNYCH PRZYCZYN BĘDZIE SKŁADAŁO W TYM ROKU, WNIOSKI O NOWE DOKUMENTY.

W PRZYPADKU ZAGINIĘCIA „TRADYCYJNEGO" DOWODU OSOBISTEGO, POWINNIŚMY TO OD RAZU ZGŁOSIĆ DO URZĘDU (MOŻNA TO ZROBIĆ ONLINE). URZĘDNIK OD RAZU PO OTRZYMANIU ZGŁOSZENIA, UNIEWAŻNIA DOWÓD. W ZWIĄZKU Z TYM, JEŚLI NAWET PO KILKU DNIACH ZNAJDZIESZ ZGUBĘ, TO I TAK BĘDZIESZ MUSIAŁ WYROBIĆ NOWY DOWÓD. WŁAŚCICIELE E-DOWODÓW MAJĄ MOŻLIWOŚĆ CZASOWEGO ZAWIESZENIA DOKUMENTU.

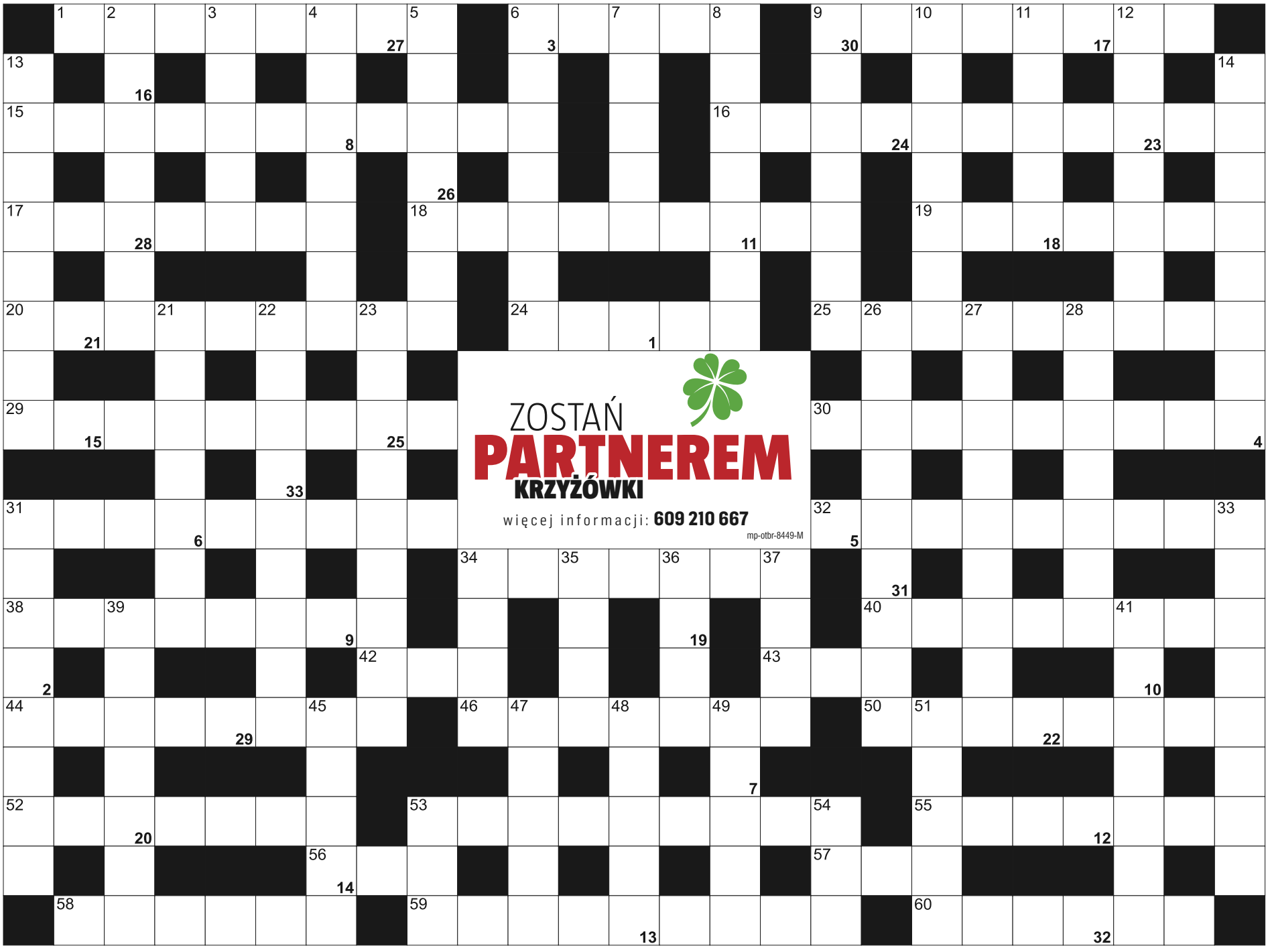
— Każdy kto nie wie, gdzie jest jego e-dowód i jednocześnie liczy na to, że się znajdzie — może go zawiesić na 14 dni — wyjaśnia minister Zagórski. — Jeśli w tym czasie nie cofnie zawieszenia, dowód zostanie automatycznie unieważniony. Jeżeli zawieszenie zostanie cofnięte w ciągu dwóch tygodni, e-dowód znowu będzie ważny. Wnioski o zawieszenie i odwieszenie e-dowodu można złożyć przez Internet.

RED.

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

eprasa.pl c6e4300741

Krzyżówka klasyczna z hasłem



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 33, 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		31	32	33											

POZIOMO: 1) potrzebna sportowcom; 6) ziemia po deszczu; 9) spadają z dębu; 15) reprezentuje mocodawcę; 16) listonosz, kurier; 17) płynie przez Huancayo w Peru; 18) sens; 19) wartość, ważność; 20) imię żeńskie; 24) Kraina nearktyczna; 25) Gide, pisarz francuski; 29) Arek urzędowo; 30) zwolennicy komunizmu; 31) Gerhard, były Kanclerz Niemiec; 32) duńskie miasto z zamkiem Kronborg; 34) krok baletowy ze skrzyżowaniem nóg w wyskoku; 38) do wypieku ciastek; 40) fundament lub cokół; 42) Rylski, pisarz "Warunek"; 43) Tm dla chemika; 44) przepływa przez Innsbruck; 46) opłata licencyjna dla autora, twórcy; 50) słynna pustynia w Chile; 52) strzyżone zielone tereny; 53) zgon, śmierć; 55) ze stolicą w San; 56) graniczy z Angolą i Botswaną; 57) czternasta litera alfabetu greckiego; 58) w nim rozprawy; 59) czarcie łajno, przyprawa; 60) lichy kawałek mięsa

PIONOWO: 2) powłoka wędliny; 3) każda prowadzi do Rzymu; 4) przedni, frontowy; 5) luka pamięciowa; 6) turecki deser, baklava; 7) płótno w ramie; 8) psia wierność; 9) chropowata tkanina na suknie; 10) cichy strzelec; 11) materia i organizmy unoszone w rzece; 12) Ion, były prezydent Rumunii; 13) prezent; 14) najwyższy szczyt gór Kastylijskich; 21) Demis, sławny grecki piosenkarz; 22) impreza artystyczna co trzy lata; 23) słaba, mizerna sztuka teatralna; 26) autor oceny, krytyk; 27) zwolennik agraryzmu; 28) bezwładność w fizyce; 31) naukowe przypuszczenie; 33) w parze z Tobago; 34) uderza o brzeg; 35) zrasza trawę; 36) natchnienie poety; 37) mała Anna; 39) rzeka w Polsce i na Słowacji; 41) dawna stolica Portugalii; 45) może być zsiadłe; 47) śliwa tarnina inaczej; 48) kłody drewna; 49) kiedyś produkowały mąkę; 51) okrągłe skrzyżowanie; 53) Zadora, amerykańska aktorka; 54) podobna do pszczoły

eprasa.pl c6e4300741

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam

MIESZKANIE 32m2, tel. 694-292-150

NIERUCHOMOŚĆ wolnostojąca, Olsztyn ul. Grabowskiego 18. Działka 1119m2, Budynek po kapitalnym remoncie, 700m2, dwukondygnacyjny, podpiwniczony, wysoki standard. Możliwe wykorzystanie: mieszkania, biurowiec, przedszkole, żłobek, restauracja, pensjonat, laboratorium, przychodnia. Cena 3,3mln zł. Tel.609-230-313

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL, 503-103-703

PRACA

dam pracę

! Dodatkowe zarobki, 601-64-90-31

FIRMA Dussmann zatrudni kierownika do restauracji pracowniczej. Praca pod Olsztynkiem. 539-538-484

HYDRAULIKA pomocnika, 509-712-162 po 18.00

PRZYCHODNIA zatrudni pielęgniarkę, rejestratorkę. CV składać do 10.01.2020r, mile widziane również osoby z grupą. Przychodnia Lekarska ul. Dworcowa 4A, Olsztyn. tel. 89-533-56-63

SZPACHLARZA, malarza 501-481-210

ZATRUDNIĘ do robót drogowych 695-953-923

USŁUGI

budowa | remont

! Glazura, terakota, hydrauliczne, 795-820-780

ADAPTACJE, remonty, wykończenia, kompleksowo. 501-481-210

BUDOWA, remonty, wykończenia kompleksowo, 608-533-161

DACHY, 514-651-915

GAZOWE uprawnienia, 504-106-897

HYDRAULICY, 501-209-794

HYDRAULICZNE, 504-106-897.

MALOWANIE, 782-404-688

MALOWANIE, 782-404-688

MALOWANIE, remonty. 504-720-494

POLBRUK, 602-401-309

finansowe

POŻYCZKA Z DOWOZEM. PIERWSZA ZA DARMO, 511-030-294.

BIZNES

CHWILÓWKI 89-535-30-78

POŻYCZKA. (89)527-72-04

POŻYCZKI 89-534-06-73

RÓŻNE

sprzedam

DREWNO kominkowe, opałowe, transport, 576-935-573, 794-630-121.

MASZYNY stolarskie, 602-459-611.

ŚWIEŻA jagnięcina i baranina w ciągłej sprzedaży, skóry owcze. 501-268-538

kupię

MASZYNY stolarskie, 602-459-611.

ROLNICTWO

maszyny rolnicze

SPRZEDAM: OPONY ROLNICZE DO KOMBAJNÓW, CIĄGNIKÓW, PRZYCZEP, SPRZĘTU BUDOWLANEGO. TEL.505-212-810

produkty rolne

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

SKUP ZBÓŻ KUPI:zboża paszowe, konsumpcyjne, jęczmień, owies. Tel.606-505-511

inne

CIĄGNIK C-360, przyczepę 4 t, kosiarkę rotacyjną, 669-483-895.

Można odejść na zawsze, by stale być blisko...
Ks. J. Twardowski

Wyrazy głębokiego współczucia i żalu

Renacie Oszejko-Pietroń

z powodu śmierci

Taty

składają
dyrekcja oraz koleżanki i koledzy
z Biblioteki Elbląskiej
im. Cypriana Norwida

120see1-a -0

Wszystkim

Nauczycielom i Pracownikom ZSS w Olsztynie oraz Przyjaciołom, Kolegom i Znajomym

serdeczne podziękowanie za wyrazy współczucia i udział w ostatniej drodze

ś. † p.

Ryszarda Jaskółd

składają żona i dzieci

4020opb1-a -0

Pani **Halinie Ciesielskiej**
i Rodzinie
serdeczne wyrazy współczucia i słowa otuchy po stracie
Siostry Elżbiety
składają Zarząd i pracownicy Przedsiębiorstwa Telekomunikacyjnego TELEKOM WARMIA Sp. z o.o.

6720opb1-A -P

Rodzinie i Najbliższym
wyrazy szczerego współczucia z powodu śmierci
ś. † p.
Ewy Nowickiej
składają koleżanki i koledzy
z Serwisu Finansowego Michelin Polska SA

5020OPB1-a -0

Łącząc się w bólu
Pani
Lucynie Hulanickiej
Panu
Deonizemu Krasińskiemu
Panu
Witoldowi Krasińskiemu
oraz
całej rodzinie i bliskim
najszczersze wyrazy współczucia, wsparcia i otuchy w trudnych chwilach po śmierci
Mamy
ś. † p.
Haliny Krasińskiej
składają

mgr Marian Matuszczak
Przewodniczący
Rady Miejskiej w Pasłęku

dr Wiesław Śniecikowski
Burmistrz Pasłęka

220see1-B -P

Panu
Mieczysławowi Szczypińskiemu
wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci
Mamy
Pani
Barbary Szczypińskiej
składają
Zarząd i wszyscy pracownicy
PPHU „Termex" Sp. z o.o.

320sezr-b -0

Pani
Leokadii Puzewicz
najgłębsze wyrazy współczucia i żalu z powodu śmierci
Mamy
składają Zarząd i pracownicy
Fundacji „Żak" UWM w Olsztynie

3920opb1-a -0

Zbigniewowi Nowickiemu
wyrazy szczerego żalu i współczucia z powodu śmierci
Żony
ś. † p. Ewy Nowickiej
składają koleżanki i koledzy
z firmy INTER PRIM sp. z o.o. w Olsztynie

4820OPB1-a -0

Ewie Krasuckiej
wyrazy szczerego współczucia z powodu śmierci
Mamy
składają
koleżanki i koledzy
z Prywatnego Centrum Medycznego „Lancet" w Olsztynie

4220opb1-A -P

Koleżance **Tamarze Samoiłło**
najgłębsze wyrazy współczucia z powodu śmierci
Teściowej
składają
Dyrektor i koleżanki z Przedszkola Miejskiego nr 32

4620opb1-a-G

Pani Dyrektor
dr inż. **Scholastyce Baran**
wyrazy szczerego współczucia z powodu śmierci
Ojca
składają pracownicy
Biblioteki Uniwersyteckiej UWM w Olsztynie

3420opb1-b -0

eprasa.pl c6e4300741

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że 3 stycznia 2020 r.
odszedł od nas nasz kochany Mąż, Tata i Dziadek

ś. † p. **Jan Wiśniewski**

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się 10 stycznia 2020 r. o godz. 12.45 w kaplicy przy ul. Poprzecznej, skąd o godz. 13.15 nastąpi wyprowadzenie na mszę świętą do kościoła pw. Świętej Rozalii w Kieźlinach, a następnie na cmentarz komunalny przy ul. Wadąskiej w Dywitach.
Pogrążona w żałobie rodzina

8420opb1-A -P

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że 6 stycznia 2020 r.
odszedł od nas w wieku 85 lat
nasz kochany Tata i Dziadek

ś. † p.

Zygmunt Dąbrowski

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się 9 stycznia 2020 r. o godz. 9.45 w kaplicy przy ul. Mariańskiej, skąd o godz. 10.15 nastąpi wyprowadzenie na mszę świętą do kościoła pw. Świętego Jakuba (katedra) przy ul. Staszica 12, a następnie na cmentarz komunalny przy ul. Wadąskiej w Dywitach.
Pogrążona w żałobie rodzina

8320opb1-A -P

Odeszłaś cicho, bez słów pożegnania.
Tak, jakbyś nie chciała swym odejściem smucić...
Tak, jakbyś wierzyła w godzinę rozstania,
że masz niebawem z dobrą wieścią wrócić.
Ks. J. Twardowski

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że 3 stycznia 2020 r.
odeszła od nas nasza Kochana
Żona, Mama, Babcia, Siostra i Ciocia

ś. † p. **Jadwiga Eleonora Sopiela**

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się 9 stycznia 2020 r. (czwartek) o godz. 9.30 wystawieniem i modlitwą w kościele pw. Bogarodzicy Dziewicy Matki Kościoła przy ul. Podgórnej 1 w Olsztynie, następnie o godz. 10.00 odprawiona zostanie msza święta żałobna. Ceremonia pochowania odbędzie się na cmentarzu parafialnym w Bartągu.

Dzień wcześniej, 8 stycznia 2020 r. (środa), o godz. 17.00 w kaplicy miejskiej przy ul. Mariańskiej odbędzie się modlitwa różańcowa w intencji Zmarłej.

Pogrążona w bólu i żałobie rodzina

6020opb1-a-G

Panu

Andrzejowi Florczukowi

słowa wsparcia i otuchy oraz wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

Mamy

składają dyrekcja i pracownicy Krajowego Ośrodka Wsparcia Rolnictwa Oddziału Terenowego w Olsztynie

6820opb1-a -O

Panu

Krzysztofowi Osowskiemu

wyrazy najgłębszego i szczerego współczucia z powodu śmierci

Ojca

składają
Zarząd oraz pracownicy
Elkamu sp. z o.o. sp. komandytowej
w Dobrym Mieście

6520OPB1-A -O

31419opb1-a -C

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że 3 stycznia 2020 r. odeszła od nas
Nasza Kochana Mama, Teściowa, Babcia i Prababcia

ś. † p. **Alina Terpiłowska**

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się w czwartek, 9 stycznia 2020 r., o godz. 12.00 pożegnaniem i modlitwą różańcową w kaplicy przy ul. Poprzecznej, skąd o godz. 12.30 nastąpi wyprowadzenie na cmentarz komunalny przy ul. Poprzecznej, gdzie odbędzie się ceremonia pochowania.
Pogrążona w smutku rodzina

7920opb1-A -P

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że 5 stycznia 2020 r. odszedł od nas
w wieku 80 lat nasz kochany
Tata, Teść, Dziadek, Pradziadek i Brat

ś. † p.

Tadeusz Wabiszczewicz

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się 10 stycznia 2020 r. o godz. 10.00 Mszą Świętą w kościele pw. Matki Bożej Saletyńskiej przy ul. Morskiej 29, po której nastąpi wyprowadzenie na cmentarz komunalny przy ul. Poprzecznej.
Pogrążona w żałobie rodzina

8220opb1-a-G

Pogrążeni w smutku i żalu zawiadamiamy,
że 4 stycznia 2020 r. zmarła w wieku 80 lat
Nasza Kochana
Żona, Mama, Siostra i Babcia

ś. † p.

Grażyna Sokołowska

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się 8 stycznia o godz. 11.30 Mszą Świętą w kaplicy na cmentarzu komunalnym przy ul. Mazurskiej 1A w Szczytnie.

Pogrążona w smutku rodzina

6220opb1-a -O

Pani

Marioli Iciak

wyrazy szczerego współczucia i żalu z powodu śmierci

Mamy

składają
Dyrektor i pracownicy
Centrum Informatycznych
Usług Wspólnych Olsztyna

5320opb1-a -O

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
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

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

WWW.POZEGNANIA.NET

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

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

eprasa.pl c6e4300741

Trener się zmienił, plany takie same

PIŁKA RĘCZNA || Drugoligowi piłkarze ręczni Szczypiorniaka, którzy na półmetku sezonu zajmują czwarte miejsce w tabeli, wznowili treningi. Jak informowaliśmy, w rundzie rewanżowej olsztynian nie poprowadzi już Daniel Żółtak, ale Konstanty Targoński.

Kontrakt miałem do końca grudnia i nie doszliśmy do porozumienia w sprawie przedłużenia umowy – tłumaczył niedawno Daniel Żółtak. – To było głównym powodem mojego odejścia... Szkoda, bo bardzo chciałem dalej pracować z tą drużyną, ale pewne okoliczności spowodowały, że – niestety – musiałem podjąć taką decyzję.

W Szczypiorniaku na razie nie myśli się o zatrudnieniu nowego szkoleniowca, a obowiązki pierwszego trenera ponownie przejął Konstanty Targoński, który jednocześnie jest prezesem klubu. – Zostałem zaskoczony tą sytuacją – przyznał Konstanty Targoński. – Nie byłem przygotowany na takie rozwiązanie, bo nic nie wskazywało, że tak się stanie. Tym bardziej, że warunki umowy się nie zmieniły. Daniel nie przyjął jednak tych warunków... – dodał nowy-stary trener seniorów Szczypiorniaka.

Fot. Archiwum klubu

Prezes i trener Konstanty Targoński

OLSZTYŃSKI DRUGOLIGOWIEC JUŻ WRÓCIŁ DO ZAJĘĆ, NA POCZĄTEK SKUPIAJĄC SIĘ NA PRACY W TERENIE I PRZYGOTOWANIU FIZYCZNYM. A WCZORAJ WZNOWIŁ ZAJĘCIA W HALI. – PRZED LIGĄ WSTĘPNIE JESTEŚMY UMÓWIENI NA TURNIEJ MŁODZIEŻOWY W ELBLĄGU ORAZ GRĘ KONTROLNĄ Z I-LIGOWYM JURANDEM CIECHANÓW – POINFORMOWAŁ TRENER TARGOŃSKI.

Szczypiorniak po pierwszej rundzie rozgrywek II ligi ma 21 punktów na koncie i zajmuje czwarte miejsce w tabeli. O co zespół ma walczyć w drugiej części sezonu? – Nasze plany się nie zmieniły – zapewnił Konstanty Targoński. – Przełomowy ma być dla nas następny sezon, bo to wtedy będziemy chcieli awansować. Takie było założenie od początku i nic tutaj się nie zmieniło. Do meczów w rundzie rewanżowej dochodzą jeszcze rozgrywki młodzieżowe, więc wszystkich spotkań będzie sporo. Musimy więc mocno popracować nad przygotowaniem kondycyjnym. Cel? Walczymy o pierwszą trójkę i jak załapiemy się na „pudło", to będzie sukces. Na pewno poza zasięgiem jest drużyna z Grudziądza.

Liga ligą, ale Szczypiorniak Olsztyn chce również mocno powalczyć o czołowe miejsca w mistrzostwach Polski juniorów. – Od trzech lat celujemy w pierwszą czwórkę, ale zawsze czegoś nam brakuje... – powiedział Targoński. – Teraz ma być inaczej. To będzie nasz główny cel: znaleźć się w czwórce najlepszych juniorskich drużyn w Polsce. EM

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

SPRINTEM

SKOKI NARCIARSKIE\\\ Dawid Kubacki w pięknym stylu wygrał konkurs skoków w austriackim Bischofshofen, pieczętując bezapelacyjny triumf w 68. Turnieju Czterech Skoczni! Tym samym zawodnik z Nowego Targu został trzecim Polakiem w historii, który wygrał ten prestiżowy cykl. Kubacki, który przed decydującym konkursem wyprzedzał o 9,1 pkt Norwega Mariusa Lindvika i o 13,3 pkt Niemca Karla Geigera, kapitalnie udźwignął presję. Wystarczy powiedzieć, że mistrz świata z Seefeld w obu seriach okazał się bezkonkurencyjny, oddając najdłuższe skoki. I tak: w pierwszej wylądował na 143. metrze i o 3,9 pkt wyprzedzał Niemca, a o 5,1 pkt – Lindvika, natomiast w finałowej próbie postawił kropkę nad „i", odlatując na odległość 140,5 m. W efekcie Polak nie dał szans rywalom – jako jedyny zebrał łącznie ponad 300 punktów (300,9 pkt) i o prawie dziesięć „oczek" wyprzedził Geigera. Trzecie miejsce po pierwszej serii utrzymał zwycięzca z Garmisch-Partenkirchen i Innsbrucka – Lindvik. Dla Kubackiego była to pierwsza wygrana w sezonie i jednocześnie dopiero druga w karierze. Po raz pierwszy triumfował on 13 stycznia 2019 roku we włoskim Predazzo.

W ten sposób zwycięstwo w 68. Turnieju Czterech Skoczni przypadło więc nowotarżaninowi, który został trzecim polskim triumfatorem w historii niemiecko-austriackiej imprezy. Wcześniej TCS wygrali też Adam Małysz (2001) i Kamil Stoch (2017, 2018). I to zwycięstwo niezwykle efektowne, bo drugi w cyklu Lindvik stracił do Kubackiego aż 20,6 pkt. Ba, tylko jeden skoczek w długiej historii TCS zgromadził więcej punktów w czterech konkursach niż w tym roku Polak (1131,6 pkt)! Cztery lata temu dokonał tego Słoweniec Peter Prevc (1139,4).

*** 68. TCS, Bischofshofen:** 1. Kubacki 300,9 pkt (143/140,5 m); 2. Geiger 291 (140/136); 3. Lindvik 289,4 (139/137); 4. Stefan Kraft (Austria) 287,4 (138/137); 5. Peter Prevc (Słowenia) 283,6 (136,5/138); 6. Daniel Andre Tande (Norwegia) 279,3 (137,5/135), (...) 13. Kamil Stoch 269,6 (134,5/134), (...) 27. Piotr Żyła 242,1 (125,5/129), (...) 33. Maciej Kot 119,3 (126), (...) 49. Stefan Hula 100,3 (119).

Klasyfikacja generalna TCS: 1. Kubacki 1131,6 pkt; 2. Lindvik 1111; 3. Geiger 1108,4; 4. Ryoyu Kobayashi (Japonia) 1096; 5. Kraft 1086; 6. Johann Andre Forfang (Norwegia) 1051, (...), 13. Stoch 1023,6; 14. Żyła 1016,7, (...) 31. Kot 571,9, (...) 35. Hula 506.

PŚ 2019/20: 1. R. Kobayashi 644; 2. Geiger 619; 3. Kraft 539; 4. Lindvik 469; 5. Kubacki 444; 6. Tande 374, (...) 8. Stoch 335, (...) 19. Żyła 175; 34. Kot 33; 36. Hula 28; 39. Jakub Wolny 22; 57. Klemens Murańka 4.

AUTOMOBILIZM\\\ Carlos Sainz wygrał trzeci etap Rajdu Dakar, obejmując dzięki temu prowadzenie w klasyfikacji generalnej. Pierwsze etapowe podium w tym roku zaliczył Jakub Przygoński z Orlen Teamu, który na mecie 427-kilometrowego odcinka specjalnego ustąpił pola jeszcze Nasserowi Al-Attiyahowi z Kataru. Z dalszą rywalizacją musiał pożegnać się ósmy w tym momencie Sheikh Khalid Al Qassimi (Zjednoczone Emiraty Arabskie), który dachował na wjeździe do neutralnej strefy. Parę chwil później, na 284. kilometrze, o dalszej jeździe musiał zapomnieć inny czołowy kierowca w stawce: Rosjanin Władimir Wasiliew, którego Mini zapaliło się. Na szczęście, załodze nic się nie stało. 16. na etapie był Litwin Benediktas Vanagas, który w „generalce" jest 14. PES

eprasa.pl c6e4300741

Lider pojedzie na obóz nad morze

III LIGA PIŁKARSKA || Warmińsko-mazurscy trzecioligowcy właśnie wznowili treningi, a jeden z nich – Znicz Biała Piska – sobotnim meczem ze Stomilem Olsztyn zainauguruje cykl zimowych sparingów w regionie. Do startu III ligi pozostały dwa miesiące.

Cel na zimowe przygotowania stawiany przed trzecioligowcami z naszego regionu może być tylko jeden: przygotowanie formy, która w drugiej części sezonu pozwoli udowodnić, że bardzo dobra jesień w wykonaniu warmińsko-mazurskiego kwartetu absolutnie nie była dziełem przypadku.

O najwyższą stawkę zagra prowadzący w tabeli Sokół Ostróda, dlatego i przygotowania klubu z aspiracjami na II ligę różnią się od pozostałych ekip. Ostródzianie mają zaplanowany tygodniowy obóz w Cetniewie, a rozpoczną go od meczu z pierwszoligową Sandecją Nowy Sącz. Wśród sparingowych rywali lidera III ligi są też m.in. Stomil Olsztyn, Chojniczanka Chojnice czy Olimpia Elbląg.

Sokół szykuje także wzmocnienia na miarę II ligi, przy czym do roszad dojdzie przede wszystkim w ataku, bo choć zespół z Ostródy był jesienią najskuteczniejszy w lidze, to drużynie brakowało klasycznego egzekutora. Robert Hirsz znów miał problemy ze zdrowiem, a Ukrainiec Denys Skotarenko nie spełnił pokładanych w nim nadziei.

– W PIERWSZYCH DWÓCH, TRZECH MECZACH KONTROLNYCH ZAMIERZAMY SPRAWDZAĆ ZAWODNIKÓW, KTÓRYCH BĘDZIEMY CHCIELI POZYSKAĆ. ZALEŻY NAM NA SZYBKIM ZAMKNIĘCIU KADRY, ABY CAŁY ZESPÓŁ PRZEPRACOWAŁ WSPÓLNIE MOŻLIWIE JAK NAJDŁUŻSZY OKRES – PODKREŚLA Z KOLEI JACEK JANKOWSKI, PREZES ZNICZA BIAŁA PISKA.

– Trener Ryszard Borkowski już pokazał, że ma sprawdzony sposób prowadzenia zimowych przygotowań. Zespół wykona ciężką pracę, która powinna przynieść efekty. Wiosną chcemy nie tylko zakończyć ligę w górnej połowie tabeli, ale ponownie powalczyć też w Wojewódzkim Pucharze Polski – deklaruje prezes Jankowski.

Fot. Łukasz Szymański

Na początku zimowych przygotowań, tak jak przed rokiem, w Mrągowie dojdzie do starcia Znicza z Kaczkanem Huraganem

Tak się złożyło, że pierwszym sparingowym rywalem Znicza będzie, tak jak przed rokiem, Stomil Olsztyn. Mecz odbędzie się już w najbliższą sobotę w Mrągowie jako inauguracyjne spotkanie zimowych przygotowań w regionie. Ponadto Znicz zagra m.in. z ligowymi rywalami oraz z zespołami z Podlasia, gdzie ma sporo kontaktów. Trener Ryszard Borkowski zaplanował sparing nawet w terminie inauguracji rundy wiosennej, na wypadek gdyby okazało się, że aura jednak nie pozwoli wznowić rywalizacji o punkty już 7 marca.

Od wtorku do nowego sezonu przygotowuje się Kaczkan Huragan Morąg. Na początek trener Marcin Zmiarowski zaplanował dwa tygodnie ciężkich treningów, a pierwszy sparing morążanie rozegrają 18 stycznia ze... Zniczem. Serię meczów kontrolnych Kaczkan Huragan zakończy starciami z rezerwami Legii Warszawa i Arki Gdynia.

Przebudowany latem zespół z Morąga jesienią zdał egzamin, ale w drużynie mają pojawić się nowe twarze. Już we wrześniu kontuzja wyeliminowała z gry Mariusza Mętlickiego, a problemy ze zdrowiem miał także Anton Kołosow, więc poszukiwani będą gracze do finalizowania okazji bramkowych. Trener Marcin Zmiarowski chce wprowadzać do pierwszej drużyny także morąską młodzież. Jesienią zespół juniorów młodszych Kaczkana Huraganu bardzo udanie prezentował się w rozgrywkach ligowych, a w grudniu triumfował w Zimowym Pucharze Województwa.

Z kolei Concordia Elbląg niezwykle udany rok zakończyła... zmianą trenera. Na stanowisko szkoleniowca „Słoników" powrócił po przerwie Adam Boros, a władze klubu mają ambitne plany związane z nowym-starym trenerem – Concordia ma w niedalekiej przyszłości powalczyć o II ligę. Na razie jednak zespół ma spokojnie dokończyć – udanie rozpoczęty pod wodzą Łukasza Nadolnego – swój debiutancki sezon w III lidze. Elblążanie zimowe sparingi też rozpoczną 18 stycznia, kiedy to zmierzą się z Sokołem.

PLAN SPARINGÓW

SOKÓŁ OSTRÓDA

* **Styczeń:** Concordia Elbląg (18.01), Radunia Stężyca (25.01)
* **Luty:** Sandecja Nowy Sącz (1.02), Bałtyk Gdynia (5.02), Olimpia Elbląg (8.02), Chojniczanka Chojnice (15.02), Stomil Olsztyn (22.02), Lechia II Gdańsk (29.02)

ZNICZ BIAŁA PISKA

* **Styczeń:** Stomil Olsztyn (11.01), Kaczkan Huragan Morąg (18.01), Jagiellonia Białystok CLJ (25.01)
* **Luty:** Ruch Wysokie Mazowieckie (1.02), KS Wasilków (8.02), Wissa Szczuczyn (15.02), Olimpia Zambrów (19.02), Jagiellonia II Białystok (22.02), Mrągowia Mrągowo (29.02); ewentualnie Tur Bielsk Podlaski (7 marca)

KACZKAN HURAGAN MORĄG

* **Styczeń**: Znicz Biała Piska (18.01), Jeziorak Iława (25.01), Motor Lubawa (25.01)
* **Luty:** Concordia Elbląg (1.02), GKS Wikielec (8.02), KP Starogard Gdański (8.02), Olimpia Elbląg (15.02), Legia II Warszawa (23.02), Arka II Gdynia (29.02)

CONCORDIA ELBLĄG

* **Styczeń:** Sokół Ostróda (18.01), GKS Wikielec (25.01)
* **Luty:** Kaczkan Huragan Morąg (1.02), Grom Nowy Staw (8.02), Polonia Pasłęk (15.02), KP Starogard Gdański (15.02), Gryf Wejherowo (19.02), Bałtyk Gdynia (22.02), Radunia Stężyca (29.02)

ŁUKASZ SZYMAŃSKI

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

eprasa.pl c6e4300741

Biegiem też po statuetkę

PLEBISCYT || Mniej lub bardziej wyczynowe bieganie zdobywa sobie z roku na rok większą popularność, więc i nowy konkurs SMS-owy jest tu na miejscu.

Jak można się domyśleć, tą nową kategorią w SMS-owym głosowaniu jest Biegacz Roku, choć patrząc na przekrój demograficzny listy kandydatów, precyzyjniej należałoby określić ten konkurs jako Biegacz/Biegaczka Roku. I nic w tym dziwnego, bo ten rodzaj aktywności fizycznej ciągle zyskuje na popularności także dlatego, że przecież biegać każdy może: i kobiety, i mężczyźni, i starzy, i młodzi...

Dzisiaj jeszcze raz przypomnijmy listę kandydatów w tym konkursie:

* **Marta Barcewicz** (Olsztyn) go.nbr.1
* **Sylwester Jakacki** (Bartoszycka Grupa Biegowa Endorfiny) go.nbr.2
* **Rafał Kot** (Jurund Szczytno) go.nbr.5
* **Zenon Liberna** (Bartoszycka Grupa Biegowa Endorfiny) go.nbr.6
* **Daniel Mikielski** (Olsztynek) go.nbr.7
* **Bartłomiej Osior** (BBL Wydminy) go.nbr.9
* **Beata Pokrzywnicka-Osior** (BBL Wydminy) go.nbr.10
* **Paweł Pszczółkowski** (Pszczółkowski Team) go.nbr.11
* **Agnieszka Rogulska-Słomińska** (Olsztyn) go.nbr.12
* **Adam Serocki** (Pierścień Elbląg) go.nbr.13
* **Marcin Spustek** (Truso Elbląg) go.nbr.14
* **Mariola Sudzińska** (Olsztyn) go.nbr.15
* **Emilia Wołyniec** (Łowcy Przygód Gołdap) go.nbr.16

Lista ciągle jest otwarta, a propozycje swoich kandydatów można przesyłać na adres sport@gazetaolsztynska.pl. Przypominamy, że w treść SMS-a wpisujemy tylko kod przydzielony wybranemu przez nas kandydatowi, a SMS-y wysyłamy na numer 7248 (koszt pojedynczej wiadomości to 2,46 zł brutto).

Czyli podsumujmy jeszcze raz: ewentualne „dopiski" do listy kandydatów – na adres sport@gazetaolsztynska.pl, ale już głosy na swojego faworyta – SMS-em na numer 7248. Powtarzamy to nie bez powodu, bo już zdarzyło nam się znaleźć w redakcyjnej skrzynce mailowej wiadomości z wpisanymi w treść maila kodami do GŁOSOWANIA SMS-OWEGO! (podkreślenie red.). Uwaga, głosujemy do 7 lutego!

* **Aktualna czołówka konkursu Biegacz Roku:** 1. Sylwester Jakacki (Bartoszycka Grupa Biegowa Endorfiny); 2. Paweł Pszczółkowski (Pszczółkowski Team); 3. Rafał Kot (Jurund Szczytno); 4. Adam Serocki (Pierścień Elbląg); 5. Agnieszka Rogulska-Słomińska (Olsztyn).

PES

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

59. PLEBISCYT NA 10 NAJPOPULARNIEJSZYCH SPORTOWCÓW WOJ. WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO

GŁOSUJĘ NA:

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

Pełna lista kandydatów dostępna na **www.gazetaolsztynska.pl**
Kupon należy dostarczyć do **7 lutego 2020 r.** na adres: **Grupa WM Sp. z o.o., 10-364 Olsztyn, ul. Tracka 5, z dopiskiem „Plebiscyt".**

Imię i nazwisko .....

Adres .....

Tel. ..... E-mail: .....

1. TAK / NIE* Oświadczam, że zapoznałem się i akceptuję regulamin Plebiscytu, który jest dostępny w siedzibie spółki i na stronie internetowej www.gazetaolsztynska.pl, oraz że zapoznałem się z informacją o przetwarzaniu danych osobowych, którą zamieszczono w § 10 regulaminu.

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

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

Data i czytelny podpis .....

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

WYŚLIJ KUPON I WYGRAJ 20 000 zł

SPONSOR NAGRODY GŁÓWNEJ

ORGANIZATOR
GRUPA WM

PATRONAT HONOROWY
Wojewoda Warmińsko-Mazurski Artur Chojecki
Marszałek Województwa Warmińsko-Mazurskiego Gustaw Marek Brzezin
Starosta Powiatu Olsztyńskiego Andrzej Abako
Prezydent Olsztyna Piotr Grzymowicz
Prezydent Elbląga Witold Wróblewski
Prezydent Miasta Ełku Tomasz Andrukiewicz

SPONSOR NAGRODY GŁÓWNEJ
citi handlowy

PARTNERZY
BBI, Rezydencje Warmińskie, Projekt Rybaki Łańsk, Przemysłówka Holding, DBK Group, OKS Stomil Olsztyn, Fiege, zalandolounge, Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie, ASZ, WMZPP Warmińsko-Mazurski Związek Pracodawców Prywatnych, Hotel Marina Club, bodyperfect fitness wellness & spa, Aviva, OSiR Olsztyn, Arefiew Nord Auto

SPONSOR NAGRODY
Galeria Warmińska, Fashion

PATRONI MEDIALNI
Gazeta Olsztyńska, Dziennik Elbląski, nasz olsztyniak.pl, GOTV, wm.pl, BEZgorsetu, IV Kongres Przyszłości, Fundacja Przyszłość dla Dzieci

68419otbs-g -K

68419otbs-b -K

eprasa.pl c6e4300741

SPORT.wm.pl

Gotowi do pracy i nowych wyzwań

PIŁKA NOŻNA || Stomil po ponadmiesięcznej przerwie wrócił do treningów, a pierwsze zajęcia (przeprowadzone na bocznej murawie przy Piłsudskiego 69 A) poprzedziła konferencja prasowa, na której przedstawiono plan przygotowań i cele transferowe.

Fot. Emil Marecki

Piłkarze pierwszoligowego Stomilu Olsztyn wczoraj wznowili treningi, a pierwsze zajęcia przebiegły przy niemal wiosennej pogodzie

Rok temu nie mieliśmy warunków finansowych do szerszego działania na rynku transferowym – przypomniał podczas wczorajszej konferencji Sylwester Czereszewski, od niedawna nowy dyrektor sportowy Stomilu Olsztyn. – Wtedy rozkręciło się to dopiero tuż przed startem ligi. A teraz testujemy zawodników od samego początku: na pierwszych zajęciach pojawiło się 6-7 nowych graczy. Nie są to zawodnicy z Ekstraklasy czy pierwszych stron gazet, ale są to piłkarze, których wcześniej obserwowaliśmy. To nie koniec sprawdzania. Okres transferowy jest bardzo długi, więc tym bardziej chcemy razem ze sztabem szkoleniowym dokładnie się przyjrzeć każdemu kandydatowi, żeby nie było tu żadnej pomyłki. Na razie nie ma sensu podawać żadnych nazwisk, bo co tydzień będzie tu po kilka nowych twarzy...

– CIESZĘ SIĘ, ŻE W ZESPOLE ZOSTALI CZOŁOWI ZAWODNICY, KTÓRZY JESIENIĄ STANOWILI O SILE DRUŻYNY – POWIEDZIAŁ Z KOLEI PIOTR ZAJĄCZKOWSKI, TRENER STOMILU. – PIERWSZE DWA DNI TRENINGÓW TO GŁÓWNIE TESTY, A TYDZIEŃ ZAKOŃCZYMY SPARINGAMI ZE ZNICZEM BIAŁA PISKA ORAZ HURAGANEM MORĄG.

– Następnie wyjedziemy na obóz do Cetniewa, gdzie rozegramy dwa sparingi: z Olimpią Elbląg i Radunią Stężyca. Pozostałe treningi odbędą się już w Olsztynie. Na trzy tygodnie przed startem ligi jedziemy na zgrupowanie do Nieborowa i tam „zapoznamy się" już z naturalną nawierzchnią. Plan przygotowań jest sporządzony skrupulatnie. Chcemy do obecnej kadry dokooptować zawodników, którzy podniosą jakość w drużynie.

Jak już informowaliśmy, olsztyńskiemu klubowi szczególnie zależy na pozyskaniu piłkarzy na skrzydło oraz takich, którzy wzmocniliby siłę rażenia pierwszoligowca. – Wystarczy spojrzeć na tabelę i zobaczyć, że zdobywaliśmy mało bramek – komentuje Czereszewski. – Szukamy zawodników lewonożnych, którzy mogliby dać nam większą jakość przy rzutach rożnych czy wolnych. To nie znaczy, że nie będziemy szukać zawodników na obronę. Jest czas, jest sporo chętnych, trzeba to zrobić z głową...

Na początek zawodnicy nie mieli ciężkiego treningu, a jednym z głównych elementów była gra w „dziadka". Potem olsztyńskich zawodników czekały pierwsze badania i testy wydolnościowe.

– CIESZĘ SIĘ, ŻE W KOŃCU WRÓCILIŚMY DO ZAJĘĆ – PRZYZNAŁ JANUSZ BUCHOLC, KAPITAN STOMILU. – JESTEŚMY W PEŁNI ZREGENEROWANI, A JA MOGĘ PRZYZNAĆ, ŻE BARDZO LUBIĘ POWRÓT DO TRENINGÓW (UŚMIECH). ZWŁASZCZA, ŻE TWORZYMY FAJNĄ EKIPĘ W SZATNI.

– Nasza praca też będzie solidna, od tego nie uciekniemy. Czekamy na określenie naszych celów sportowych przez nowego prezesa (Wojciech Kowalewski – red.). Ten zespół będzie mądrze budowany, a za tym będzie szedł wynik sportowy – mówił bez cienia wątpliwości obrońca olsztynian.

– Moi poprzednicy powiedzieli już chyba wszystko, co można było powiedzieć – śmiał się Grzegorz Lech, pomocnik Stomilu. – Ja dodam tylko, że w tym roku pogoda nam dopisała i pierwszy trening możemy odbyć na naturalnej nawierzchni. Jesteśmy gotowi do pracy, która w tym okresie jest bardzo ważna.

Swoje pierwsze ligowe spotkanie w tym roku Stomil rozegra 29 lutego lub 1 marca, kiedy to olsztynianie podejmą na własnym boisku Odrę Opole. Przypomnijmy, że podopieczni Piotra Zajączkowskiego zgromadzili w rundzie jesiennej 26 punktów w 20 meczach, co daje im 11. pozycję w tabeli z pięciopunktową stratą do szóstej Miedzi (to ostatnie miejsce premiowane grą w play-offach o awans), ale i z sześciopunktową przewagą nad strefą spadkową, którą otwiera... Odra.

EMIL MARECKI

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

eprasa.pl c6e4300741