ŚRODA |18|03|2026|

DZIENNIK ELBLĄSKI

24 LATA

cena 4,99 zł (w tym 8% VAT)

ISSN 0137-9127

ISSN 0137-9127 NR INDEKSU 350176 \\ NR 43 (21 612)

TA DROGA DAJE W KOŚĆ

Fot. FB / EDK

SPORT

Olsztynianki powrócą do Ekstraklasy? \13

Cresovia liczy na udaną wiosnę \14

Juniorzy zderzają się ze ścianą \15

Możemy bić się z najlepszymi! \16

Kto zaprojektuje stadion? \2

Szubienice tak szybko nie znikną \3

Trawy znów zapłoną \4

Tu wciąż chce się słuchać i pytać \7

eprasa.pl cfd84a98dc

Fot. Zbigniew Woźniak

KTO ZAPROJEKTUJE STADION?

W tym tygodniu powinno się wyjaśnić, czy są chętni do zaprojektowania nowego stadionu miejskiego przy Al. Piłsudskiego.

Jak już wcześniej informowaliśmy, olsztyński ratusz rozpisał przetarg na „opracowanie zamiennej dokumentacji projektowej wielobranżowej przebudowy stadionu miejskiego w Olsztynie, zlokalizowanego przy Al. Piłsudskiego, obejmującej rozbudowę stadionu wraz z parkingami oraz infrastrukturą techniczną”.

Za organizację przetargu odpowiada administrująca Uranią spółka Hala Olsztyn, która w przyszłości zajmie się też stadionem.Wybrała ona tryb dialogu konkurencyjnego, czyli sposób działania, który stawia na rozmowę, analizę i dopracowywanie szczegółów. Celem jest wyłonienie najlepszego dla mieszkańców i sportu w Olsztynie rozwiązania.

– Zdecydowaliśmy się na tryb dialogu konkurencyjnego, ponieważ daje on znacznie większe możliwości dopracowania projektu niż klasyczny przetarg nieograniczony – wyjaśnia Zbigniew Trzoska, prezes spółki. – W tym modelu nie wybieramy gotowej oferty wyłącznie na podstawie ceny, ale prowadzimy rozmowy z potencjalnymi wykonawcami, analizujemy różne warianty i wspólnie wypracowujemy najlepsze rozwiązania techniczne oraz funkcjonalne. To pozwala nam mieć realny wpływ na ostateczny kształt inwestycji, również na późniejszym etapie. Wiemy, czego chcemy, i taki stadion zbudujemy: nowoczesny, funkcjonalny i dopasowany do potrzeb mieszkańców Olsztyna oraz środowiska sportowego.

W tym tygodniu powinno już być jasne, czy są chętni do zaprojektowania nowego stadionu miejskiego przy Al. Piłsudskiego. – Na składanie ofert w tym przetargu czekamy do 20 marca – informuje prezes Trzoska.

Do końca czerwca 2026 roku operator chce podpisać umowę z wykonawcą projektu. Potem czeka nas około 14-15 miesięcy pracy nad dokumentacją i projektami branżowymi oraz zdobywania pozwoleń na budowę. Dopiero później wybrany będzie generalny wykonawca, a wtedy ruszą prace budowlane. Równolegle prowadzone są rozmowy o finansowaniu inwestycji. W tym przypadku termin składania ofert już minął. – Złożono kilka ofert. Każda z nich ma swoje plusy i minusy. Rozmawiamy o nich – stwierdza prezes spółki Hala Urania. – W tym przypadku chcemy sfinalizować sprawę w połowie roku.

Władze Olsztyna zapowiadały, że nowy stadion „to musi być przestrzeń, która będzie żyła nie tylko w dni meczowe”. W grę wchodzi uruchomienie punktu obsługi mieszkańców i restauracji. Mają tu być loże VIP i sale konferencyjne. – Chcemy też, by te wszystkie przestrzenie, które zbudujemy, były skomercjalizowane, tak by można je wynajmować przez cały rok. Tak projektujemy stadion, by powierzchnie pod trybunami i ciągami pieszymi zostały wykorzystane na np. sklepy czy miejsca handlowe i usługowe – tłumaczy prezydent Olsztyna Robert Szewczyk.

Pod stadionem ma zostać wybudowany schron o powierzchni około 2,5 tysiąca metrów kwadratowych. – Jest to powierzchnia do zagospodarowania. Planujemy tam aktywności sportowe typu strzelnica, kręgielnia bądź miejsce dla sportów walki. Chcemy też skupić się na błoniach wokół stadionu jako miejsc organizacji różnego rodzaju imprez, festynów – mówi prezes Trzoska.

Punktem wyjścia zamiennego projektu nowego stadionu będzie koncepcja, którą miasto wybrało w 2017 roku. Udziałem w konkursie zainteresowanych było wtedy 40 pracowni. Ostatecznie swoje propozycje zgłosiło 14. Do finału przeszły 4. Komisja złożona z architektów oraz urzędników ratusza uznała, że najlepszy projekt przedstawiła firma PiG Architekci z Warszawy.

Według niego nowy stadion powstałby na planie prostokąta, trybuny miałyby prostą formę prostopadłościanów, a elewacje z membrany zostałyby podświetlone. Wewnętrzna konstrukcja kojarzyłaby się z murem pruskim, elementem charakterystycznym dla dawnej architektury tych terenów. Obiekt miałby ponad 10 tysięcy miejsc.

GS

ALTERNATYWY DLA CIEŚNINY ORMUZ

WYDAWCA
GALINDIA Sp. z o.o.
ul. Tracka 7b, 10-364 Olsztyn

REDAKTOR NACZELNY
Maciej Matera
zarzad@gazetaolsztynska.pl

DYREKTOR BIURA REKLAMY
Agnieszka Weder-Grygielewicz
a.weder@gazetaolsztynska.pl
885 998 201

ZASTĘPCY REDAKTORA NACZELNEGO
Michał Podolak, Zuzanna Leszczyńska

REDAKTORZY WYDANIA
Michał Podolak, Joanna Karzyńska
wydawca@gazetaolsztynska.pl
sport@gazetaolsztynska.pl

WYDANIE ONLINE
Ania Głazek
internet@gazetaolsztynska.pl
519 839 562

GAZETAOLSZTYNSKA.PL
redakcja@gazetaolsztynska.pl
tel. 502 499 515

PRENUMERATA E-WYDAŃ
prenumerata@gazetaolsztynska.pl
502 499 531

REKLAMA W OLSZTYNIE
ul. Tracka 7b
tel. 885 998 201
reklama@gazetaolsztynska.pl

CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ
tel. 514 800 517

REDAKCJA W ELBLĄGU
Ewelina Gulińska
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 505 766 681
gazeta@dziennikelblaski.pl

REKLAMA W ELBLĄGU
Elwira Kowalska
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 604 408 305
reklamy@dziennikelblaski.pl

PRENUMERATA E-WYDAŃ
prenumerata@dziennikelblaski.pl
502 499 531

DRUK
Polska Press Sp. z o.o.
Oddział Poligrafia Drukarnia w Białymstoku
Ignatki, ul. Przemysłowa 26
16-001 Kleosin

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 cfd84a98dc

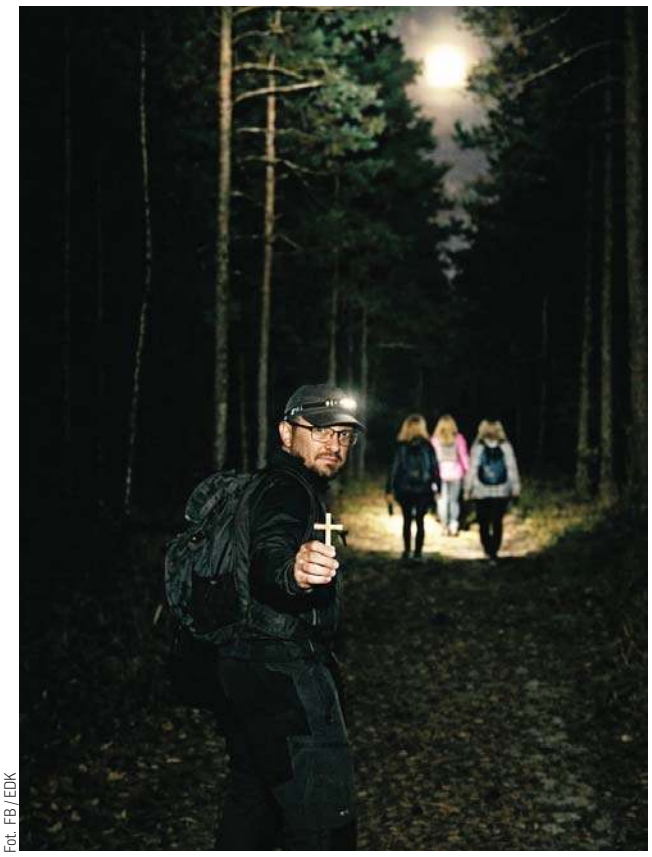
W TYM ROKU MOŻE PAŚĆ REKORD

TA DROGA DAJE W KOŚĆ

Już w najbliższy piątek z Olsztyna wyruszy Ekstremalna Droga Krzyżowa. Tegoroczna edycja może być rekordowa. W całej Polsce i 18 innych krajach na trasy ma wyjść ponad 100 tysięcy osób. W Olsztynie chętnych przybywa z dnia na dzień.

To nie jest zwykły marsz. To nocna droga w ciszy i modlitwie. Dla jednych będzie próbą charakteru, dla innych spotkaniem z Bogiem, którego nie da się zapomnieć. W Olsztynie EDK rusza w piątek, 20 marca. Główną trasą jest Niebieska — Droga Łaski z parafii Najświętszego Serca Pana Jezusa. Do przejścia jest 46,5 kilometra. Hasło tegorocznej edycji brzmi: „Podróż w głąb siebie". I właśnie o to w tym wszystkim chodzi. Nie o sport, nie o wynik i nie o chwalenie się kilometrami, ale o wejście głębiej — w modlitwę, ciszę i tajemnicę męki Chrystusa. Zainteresowanie w Olsztynie już jest duże. — Działa to wszystko bardzo prężnie. I to nie tylko u nas, na Warmii i Mazurach, ale i też w całej Polsce — mówi ks. Paweł Szumowski, dyrektor Warmińskich Pielgrzymek Pieszych w rozmowie w Centrum Medialnym Archidiecezji Warmińskiej. I dodaje, że już kilka dni przed wyjściem zgłoszeń jest dużo.

— W ubiegłych latach było wielu uczestników. Rok temu w tym wydarzeniu brało udział 250 osób, idących tylko z parafii Serca Jezusowego — podkreśla kapłan. To pokazuje skalę olsztyńskiej EDK. I wiele wskazuje na to, że w tym roku frekwencja znów może mocno zaskoczyć.



Fot. FB/EDK

W piątek wyruszy olsztyńska EDK

To zresztą nie tylko warmiński fenomen. Według najnowszych danych tegoroczna EDK ma zgromadzić ponad 100 tysięcy uczestników. Trasy wyznaczono nie tylko w Polsce, ale też w 18 innych krajach. Ksiądz Szumowski nie ukrywa, że ta droga daje w kość. — Naprawdę nie jest łatwo — przyznaje. Przypomina, że rok temu nad ranem zerwał się wiatr, zrobiło się mroźno i prószył śnieg.

Ale właśnie wtedy zaczyna się coś więcej niż zwykły wysiłek. — Pomimo tego, że idziemy w samotności, w ciszy, to jednak inne osoby są gdzieś obok nas. Ta wspólnota, nawet i w ciszy, nas umacnia i daje nam też motywację i siłę — mówi ks. Szumowski.

Wielu uczestników, z którymi w poprzednich latach rozmawiała „Gazeta Olsztyńska", opowiadało o podobnym doświadczeniu. Mówili o pokoju, który przychodzi po kilku godzinach marszu, o oczyszczeniu myśli, o poczuciu, że w tej drodze naprawdę towarzyszy im Chrystus. To właśnie dlatego EDK dla wielu staje się czymś więcej niż jednorazowym wysiłkiem. To noc, która porządkuje serce. To droga, po której człowiek wraca zmęczony, ale wewnętrznie lżejszy. Ksiądz Szumowski zachęca też tych, którzy się wahają. — Ważne jest to, że ktoś chce podjąć w ogóle to wyzwanie — mówi. — Jeżeli przejdziesz kilometr, to już będzie pięknie — dodaje. To ważne, bo EDK nie jest tylko dla wytrenowanych piechurów. Można dołączyć także w dniu wyjścia. — Oczywiście, że tak — zapewnia ks. Szumowski.

Pomaga też technika. — Mamy aplikację, która bardzo pięknie funkcjonuje. Tam jest cała trasa, dzięki temu możemy w nocy bez problemu pójść i ta aplikacja będzie nas prowadziła — mówi kapłan. A w aplikacji są także rozważania, również w formacie mp3. Można więc ich słuchać, idąc.

W regionie EDK widać także poza Olsztynem. Liczne trasy są potwierdzone zarówno w całej archidiecezji warmińskiej, diecezji ełckiej, jak i diecezji elbląskiej. W naszym województwie w EDK wyruszy tysiące pątników.

JAN BERDYCKI

EDK NA WARMII I MAZURACH

W samym Olsztynie będą 2 trasy EDK: w rejonach Olsztyn i Olsztyn-Południe, po jednej trasie w każdym z tych rejonów. Na terenie województwa warmińsko-mazurskiego potwierdzone są też rejony: Szczytno, Braniewo, Ełk, Elbląg i Iława. Najwięcej tras ma Elbląg — 5. To oznacza, że w całym województwie potwierdzono obecnie co najmniej 11 tras EDK. Część z nich wyruszy w nocy z 27 na 28 marca.

JAK WYGLĄDA EDK?

Ekstremalna Droga Krzyżowa to nocne przejście minimum 40 kilometrów. Idzie się w ciszy, samotnie albo w skupieniu, bez rozmów i pikników. To nie sport, ale modlitwa i zmaganie z własną słabością. Trzeba zabrać sprawdzone buty, czołówkę lub latarkę, telefon z aplikacją EDK, powerbank, jedzenie, picie i ciepłe ubranie. Każdy uczestnik idzie na własną odpowiedzialność.

SZUBIENICE TAK SZYBKO NIE ZNIKNĄ

Władze Olsztyna chcą sięgnąć po pieniądze na budowę schronu pod Placem Dunikowskiego. Będzie to miało wpływ na harmonogram usunięcia pomnika.

Przez lata pomnik dłuta Xawerego Dunikowskiego w Olsztynie, zwany popularnie przez mieszkańców szubienicami, był jedynym współczesnym dziełem chronionym poprzez wpis do rejestru zabytków. Dawny Pomnik Wdzięczności Armii Czerwonej, obecnie noszący nazwę Wyzwolenia Ziemi Warmińsko-Mazurskiej, ochronę uzyskał w 1993 roku. W 2010 roku do rejestru zabytków wpisano również plac i nadano mu nazwę Placu Xawerego Dunikowskiego. Jednocześnie przez lata środowiska patriotyczne dążyły do usunięcia szubienic z centrum miasta.

Fot. Zbigniew Woźniak

Sprawą monumentu interesują się m.in. przedstawiciele lokalnej prawicy, jak radna PiS Edyta Markowicz. „Na jakim etapie realizacji znajduje się zapowiadana przez Pana dekompozycja Pomnika Wdzięczności Armii Czerwonej? Kiedy i w jaki sposób zniknie on z przestrzeni publicznej Olsztyna?" – pyta radna we wniosku złożonym do prezydenta Olsztyna.

Co na to władze miasta? „W związku z nową okolicznością w sprawie, jaką jest możliwość pozyskania środków zewnętrznych na zaprojektowanie pod Placem im. Xawerego Dunikowskiego budowli ochronnej w rozumieniu przepisów ustawy o ochronie ludności i obronie cywilnej, obecnie trwają analizy dotyczące warunków niezbędnych do sporządzenia ww. dokumentacji. Z tego względu trudno obecnie wskazać konkretny harmonogram prac związanych z usunięciem pomnika z przestrzeni placu" – informuje prezydent Olsztyna Robert Szewczyk, który dodaje, że „pomnik w obecnym kształcie przestanie istnieć, a celem jego dekonstrukcji jest zniesienie jego przesłania ideologicznego, rozumianego jako wyraz wdzięczności, szacunku i gloryfikacji radzieckiej Armii Czerwonej i totalitaryzmu sowieckiego".

„Przestrzeń placu zostanie od nowa zagospodarowana przy zastosowaniu środków artystycznych, architektonicznych i urbanistycznych. Będzie służyć jako miejsce spotkań, wypoczynku, rekreacji mieszkańców, które będzie można wykorzystać również na inne cele społeczne lub kulturalne" – zaznacza prezydent Szewczyk.

Aby taka przestrzeń mogła powstać, niezbędne będzie także usunięcie parkingu z Placu Dunikowskiego. Znaczna część miejsc zostanie odtworzona w odnowionej pobliskiej przestrzeni u zbiegu ulic 22 Stycznia i Pieniężnego. Nad propozycją prezydenta dyskutują osoby zasiadające w roboczym zespole, który zajmuje się przyszłością pomnika autorstwa Xawerego Dunikowskiego. Celem jego prac jest przygotowanie założeń do ogólnopolskiego konkursu architektonicznego. Kiedy zostanie on rozpisany? – Konkurs architektoniczny dotyczący zagospodarowania placu i Pomnika Wyzwolenia Ziemi Warmińsko-Mazurskiej zostanie rozpisany w pierwszym kwartale 2026 roku – przypomina Patryk Pulikowski, rzecznik olsztyńskiego magistratu.

A to oznacza, że szubienice nie znikną tak szybko z krajobrazu Olsztyna. Sam konkurs i wybranie najlepszych prac to kwestia kolejnych miesięcy. Do tego dochodzi znalezienie źródła finansowania planowanego przedsięwzięcia. **GS**

eprasa.pl cfd84a98dc

TRAWY ZNÓW ZAPŁONĄ

Wczesną wiosną rozgrywa się wciąż ten sam niebezpieczny scenariusz: suche trawy, cieplejsze dni i ogień, który w kilka minut potrafi wymknąć się spod kontroli. Strażacy i policja od lat powtarzają, że wypalanie traw nie użyźnia gleby, nie czyści terenu i nie przyspiesza wzrostu roślin. Zamiast tego stwarza realne zagrożenie dla ludzi, zwierząt, zabudowań i lasów. Statystyki pokazują, że to nie jest abstrakcyjny problem, bo na skutek pożarów traw w Polsce co roku ludzie odnoszą rany albo giną.

Fot. gov

Wiosna to czas największego ryzyka

Przełom zimy i wiosny to moment, w którym liczba pożarów traw gwałtownie rośnie. Powód jest prosty: wyschnięta roślinność zapala się bardzo łatwo, a wiatr sprawia, że płomienie ogarniają wszystko wokół błyskawicznie. Państwowa Straż Pożarna przypomina, że ogień na takich terenach potrafi przemieszczać się szybciej, niż człowiek jest w stanie uciec. W oficjalnych materiałach kampanii „Stop pożarom traw" strażacy podkreślają wprost, że „ogień w suchych trawach rozprzestrzenia się bardzo szybko".

To właśnie dlatego co roku służby ponawiają apele już od początku marca. Kampania społeczna PSP „Stop pożarom traw" w 2026 roku została zaplanowana od 1 marca do 30 kwietnia, czyli dokładnie w czasie, kiedy zagrożenie jest największe. Strażacy zwracają uwagę na to, że to nie są niewinne ogniska na nieużytkach, lecz pożary, które mogą przenieść się na lasy, zabudowania gospodarcze, domy, a nawet drogi.

To zagrożenie nie tylko dla przyrody

Wypalanie traw najczęściej kojarzy się z niszczeniem łąk i nieużytków, ale skutki są znacznie dotkliwsze. Policja i straż pożarna podkreślają, że w ogniu giną małe zwierzęta, ptaki, owady i organizmy żyjące w glebie, a sam pożar nie poprawia jakości ziemi. Przeciwnie, prowadzi do degradacji środowiska i może zniszczyć naturalne miejsca lęgowe i siedliska. Równie poważne jest zagrożenie dla ludzi. Ogień często rozwija się na otwartych przestrzeniach, ale szybko dochodzi do sytuacji, w której odcina drogę ucieczki, powoduje poparzenia albo prowadzi do zadymienia i utraty orientacji. Pożary traw bardzo często angażują duże siły ratownicze, które w tym samym czasie mogłyby być potrzebne przy innych interwencjach.

Ofiary to nie wyjątek, lecz powtarzający się dramat

Najmocniej przemawiają liczby. Według danych przywoływanych przez Państwową Straż Pożarną, w całej Polsce w 2025 roku odnotowano blisko 35,1 tysiąca interwencji związanych z pożarami traw. Rannych zostało 86 osób, w tym 3 dzieci, a 7 osób zginęło. To pokazuje skalę problemu i to, że nie chodzi wyłącznie o straty w przyrodzie czy majątku, ale o ludzkie życie.

Już w tym roku mamy kolejne tragiczne przykłady. W Pionkach na Mazowszu 50-letni mężczyzna został ciężko ranny podczas wypalania śmieci lub trawy. Śmigłowcem Lotniczego Pogotowia Ratunkowego przetransportowano go do szpitala, ale jego życia nie udało się uratować. To jeden z pierwszych tak głośnych sygnałów tegorocznego sezonu, że wczesnowiosenne pożary znów zaczęły zbierać śmiertelne żniwo.

Mit, który wraca mimo ostrzeżeń

Służby od lat walczą też z utrwalonym przekonaniem, że wypalanie traw oczyszcza teren i pomaga roślinom szybciej odrastać. Oficjalne komunikaty straży pożarnej i policji są w tej sprawie jednoznaczne: to mit. Pożar niszczy warstwę próchniczą gleby, zabija organizmy odpowiedzialne za jej żyzność i nie przynosi korzyści rolniczych.

Dlatego eksperci i służby nie mówią o wypalaniu jako o tradycji czy porządkowaniu, lecz o jednym z najgroźniejszych zachowań powracających każdej wiosny. Mazowiecka policja w marcowym ostrzeżeniu napisała wprost, że to „jedno z najgroźniejszych zachowań mogących doprowadzić do tragedii". W praktyce oznacza to, że nawet pozornie niewielki ogień rozpalony na łące czy przy rowie może skończyć się śmiercią człowieka, stratami materialnymi i zagrożeniem dla całej okolicy.

Za wypalanie grożą realne kary

Wypalanie traw jest w Polsce nielegalne. Z oficjalnych informacji PSP i resortu sprawiedliwości wynika, że za takie działanie mogą grozić mandat, grzywna, kara aresztu, a w najpoważniejszych przypadkach nawet do 10 lat więzienia, jeśli sprawca sprowadzi bezpośrednie zagrożenie dla życia, zdrowia lub mienia wielkich rozmiarów. Od początku 2026 roku dodatkowo zaostrzono część sankcji za czyny związane z zagrożeniem pożarowym.

Finansowe konsekwencje mogą ponieść rolnicy. Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa przypomina, że za wypalanie traw i nieużytków grozi redukcja dopłat, a w skrajnych przypadkach ich całkowite odebranie. To ważne ostrzeżenie zwłaszcza dla osób, które nadal traktują ogień jako szybki sposób na uporządkowanie gruntu.

Wczesna wiosna znów wymaga rozsądku

Początek wiosny co roku budzi skojarzenia z porządkami, pracami w polu i przygotowaniem terenu po zimie. Służby przypominają jednak, że ogień nie jest narzędziem do takich działań, lecz źródłem zagrożenia. Gdy ziemia jest sucha, a wiatr nieco silniejszy, wystarczy chwila, by sytuacja wymknęła się spod kontroli.

ALINA LASKOWSKA

CO KRYJE GRUNWALDZKA ZIEMIA?

Fot. Muzeum Bitwy pod Grunwaldem

Na miejscu bitwy pod Grunwaldem i w najbliższej okolicy wciąż odnajdywane są jej ślady. Podczas ostatnich poszukiwań detektoryści znaleźli kilka ciekawych artefaktów, w tym tatarską monetę z XIV wieku.

Zainicjowane przez Muzeum Bitwy pod Grunwaldem badania wokół miejsca bitwy prowadzone są od 2014 roku roku. Zazwyczaj po zbiorach, bo okoliczne pola wciąż są użytkowane przez rolników. Tym razem detektoryści pojawili się również wiosną. 13-15 marca odbyły się poszukiwania z wykorzystaniem wykrywaczy metali w okolicach wsi Leszcz (gm. Dąbrówno). Przeprowadzenie prac terenowych miało związek z przypadkowym odkryciem monety tatarskiej z początku XV w. na tym terenie.

„Znalezisko to może mieć związek z kampanią wojenną roku 1410. Najprawdopodobniej w tych okolicach rozbiły obóz wojska polsko-litewskie w momencie podejścia pod Dąbrówno. W wyniku prac terenowych pozyskano liczny materiał o przedziale chronologicznym od okresu wpływów rzymskich po I wojnę światową. Całość będzie teraz analizowana po kątem artefaktów z okresu późnego średniowiecza, które można byłoby odnaleźć w miejscu postoju wojsk. Planowane są także dalsze badania w tym rejonie" — poinformowało Muzeum Bitwy pod Grunwaldem.

Ta ziemia wciąż kryje tajemnice średniowiecza. Wcześniej podczas badań przy próbie odnalezienia śladów lokalizacji obozu wojsk polsko-litewskich natrafiono m.in. na grot kuszy, ostrogi i fragment kolczugi oraz rękawicy pancernej. Często znajdowane są również krzyżackie szelągi. Wśród najcenniejszych artefaktów, na które natrafiono w poprzednich latach, były m.in. dobrze zachowane średniowieczne topory bojowe, fragmenty mieczy, dwie krzyżackie zapony z gotycką inskrypcją „Ave Maria", służące do spinania płaszczy, czy średniowieczny tłok pieczęci z wizerunkiem pelikana karmiącego krwią swoje młode.

Zabytki odnajdywane na polach Grunwaldu, a jest ich już kilkaset, po konserwacji trafiają na ekspozycję, dzięki czemu zwiedzający mogą dotknąć prawdziwej historii. Naniesienie znalezisk na mapę terenu pomogło m.in. ustalić lokalizację głównego starcia i potwierdzić, że krzyżacki obóz rzeczywiście był w miejscu, gdzie potem na polecenie mistrza Henryka von Plauena wzniesiono pobitewną kaplicę. **BCL**

eprasa.pl cfd84a98dc

Bo każda z nas to niepowtarzalna historia

Za nami pierwszy tydzień głosowania w plebiscycie Kobieca Twarz Roku. To akcja, która potwierdza, że każda z nas jest niepowtarzalną, wspaniałą historią. Plebiscyt powstał, by ją pokazać.

Co kobieta, to historia - pełna codziennych wyzwań, zwycięstw, ale też porażek i refleksji, różnych spojrzeń na wiele spraw i opinii na różne tematy. Plebiscyt Kobieca Twarz Roku powstał po to, by te historie pokazać i dać im przestrzeń, by mogły wybrzmieć. W żadnym wymiarze nie jest to konkurs urody ani ranking wygładzonych twarzy! To tętniąca radością, życiem i emocjami opowieść o kobiecych pasjach, wyborach i roli, jaką kobiety odgrywają w swoim życiu.

- Kobieca Twarz Roku to magiczna, niezwykła akcja, w ramach której szukamy - najpierw w skali województw, a potem całej Polski - pięknych i radosnych, ale przede wszystkim silnych, odważnych i mądrych życiowo kobiet w trzech kategoriach pokoleniowych: Córki, Matki i Kobiety Dojrzałe – mówi Daria Jankiewicz-Kaczmarek, która odpowiada za cały plebiscyt.

Na uczestniczki tej edycji czekają wspaniałe nagrody, a wśród nich zachwycający samochód - Citroen C3 Aircross Plus! Są też vouchery na wczasy o wartości 5000 zł oraz limitowane zaproszenia na FORUM KOBIECOŚCI. Zawsze jesteśmy o to pytani przez chętne panie i zawsze odpowiadamy zgodnie z zasadami - nie, na to forum nie da się kupić biletu. To pełne atrakcji całodniowe wydarzenie zarezerwowane jest wyłącznie dla uczestniczek akcji Kobieca Twarz Roku.

Organizujemy ją już po raz kolejny, dlatego wiemy, że zapada w pamięć na bardzo długo, stając się wspomnieniem pełnym wzruszających, dobrych i budujących emocji, o czym wzruszająco opowiadają liderki poprzednich edycji, a o czym przeczytacie na naszej stronie internetowej. Poprzednie lata pokazały też, jak ogromnym zainteresowaniem cieszą się takie inicjatywy. Tysiące zgłoszeń i setki inspirujących historii udowodniły, że kobiety to prawdziwa duma naszego województwa.

Do udziału zgłaszają się panie w różnym wieku, o różnych doświadczeniach: od młodych kobiet rozpoczynających własną drogę, przez mamy, po kobiety dojrzałe, które mają za sobą bogate doświadczenia życiowe. Jedne decydują się na udział spontanicznie, inne za namową rodziny i przyjaciół. Dla niektórych to sposób, by opowiedzieć swoją historię, dla innych - by spojrzeć na siebie z nowej perspektywy lub podzielić się pasjami i codzienną energią.

Kobieca Twarz Roku pozwala dostrzec, jak różnorodne mogą być kobiece doświadczenia. To także okazja do refleksji nad tym, czym jest kobiecość w codziennym życiu - w pracy, rodzinie, drobnych pasjach i wyborach. Każda z uczestniczek wnosi coś wyjątkowego: swoje podejście do życia, sposób działania, wrażliwość i determinację. - W tym właśnie tkwi siła plebiscytu - w docenieniu różnorodności i indywidualności - mówi Daria Jankiewicz-Kaczmarek. Poniżej prezentujemy sylwetki pierwszych uczestniczek z naszego województwa, które już zdecydowały się dołączyć do akcji i opowiedzieć o tym, co dla nich ważne. Ich historie różnią się od siebie, ale łączy je jedno: autentyczność, radość życia i chęć bycia sobą! Każda sylwetka pozwala spojrzeć na świat oczami jednej z nas i zrozumieć, że bycie kobietą ma wiele wymiarów. Zapraszamy do poznania tych historii. W sylwetkach uczestniczek znajdziecie inspiracje, różnorodność doświadczeń i oblicze współczesnej kobiecości. Kolejne panie pojawią się za tydzień, bo Kobieca Twarz Roku to także przestrzeń spotkania w babskim gronie - nie tylko podczas Forum Kobiecości, ale również na łamach gazety i w internecie.

Więcej o akcji na www.gazetaolsztynska.pl/kobiety

KATEGORIA POKOLENIOWA: CÓRKI

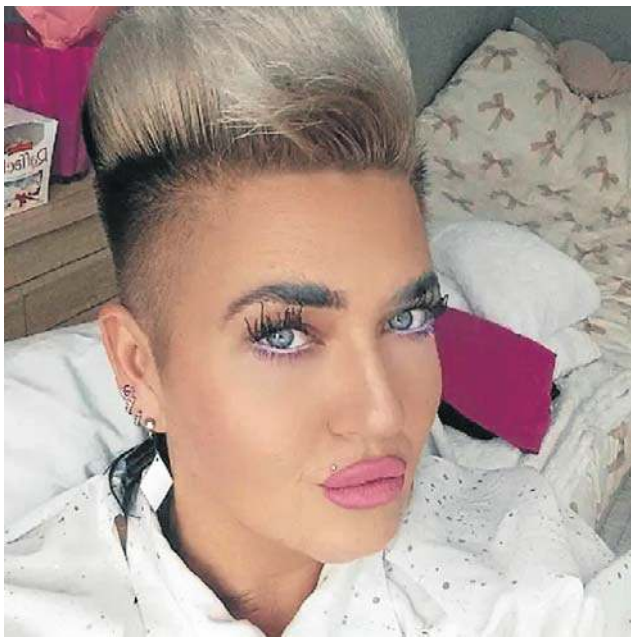
AMELIA KWIATKOWSKA

Jej kobieca strona najmocniej objawia się w relacjach z ludźmi, czyli w empatii, umiejętności słuchania i wspierania innych. Czuje się autentyczna, gdy potrafi połączyć codzienne obowiązki z dbałością o własne samopoczucie, nie tracąc przy tym uśmiechu. - Moim największym wyzwaniem była nauka asertywności i stawiania granic. Dzięki temu zrozumiałam, że dbanie o siebie to nie egoizm, tylko fundament, by móc dawać z siebie to, co najlepsze ważnym dla mnie osobom. Każda pokonana trudność dodała mi pewności siebie - podkreśla pani Amelia. Jest dumna z tego, jak łączy wiele ról życiowych, takich jak: studia, praca, związek, przyjaźnie, nie zapominając o własnym rozwoju.

- Chciałabym, aby zauważono moją dużą pewność siebie, oraz upór w dążeniu do celu, który zawsze idzie w parze z życzliwością, wciąż będąc osobą z mocnymi opiniami i własnym zdaniem - zaznacza.

Źródłem radości jest dla Niej przede wszystkim Jej podopieczny Kiwi: sześcioletni kocurek. Dużo radości daje też ciągły ruch i kontakt z ludźmi. Satysfakcja z dobrze wykonanego zadania, wspólne żarty, wygłupy, budowanie relacji, uśmiech drugiego człowieka i poczucie, że Jej działania mają sens - to sprawia, że każdy dzień staje się lepszy.

KATEGORIA POKOLENIOWA: MATKI



JOANNA OMILIAN

- Do pełni szczęścia po przebudzeniu potrzebne mi jest słońce na niebie, kawa i uśmiech na twarzy moich dzieci, w deszczowe dni kobiety zazwyczaj mają chandrę, a ja w takie dni poprawiam sobie humor wyjściem do kosmetyczki lub do kina - opisuje Joanna Omilian, kandydatka do tytułu Kobieca Twarz Roku.

Jakie wyzwania kształtują Jej życie i czego dzięki nim się nauczyła? - Moim największym wyzwaniem jest wychowywanie moich dzieci na dobrych i uczciwych ludzi, przy nich nauczyłam się cierpliwości i dużej wrażliwości - odpowiada pani Joanna.

Co w swoim życiu chciałaby Pani, żeby inni zauważyli lub docenili? - Moim unikatem jest wyjątkowa stylizacja samej siebie, moje stylizacje wyróżniają się wśród tłumu na ulicy - podkreśla nasza bohaterka. Zapytaliśmy Ją także o to, co szczególnie napawa Ją dumą. - Jestem dumna z siebie i jakim jestem człowiekiem, moje życie i dramaty, których doświadczyłam, to one mnie najbardziej ukształtowały.

Pani Joanna jest zdania, że każdy dzień daje nowe możliwości, przynosi nowe uśmiech, daje możliwość spędzania czasu z dziećmi i narzeczonym. Bo Jej zdaniem ważne jest to, aby doceniać to, co się ma, wtedy życie staje się piękniejsze.

KATEGORIA POKOLENIOWA: KOBIETY DOJRZAŁE

JOANNA BUDNA

Co w Jej codziennym życiu sprawia, że czuje się sobą i w pełni kobieco? - Najlepiej czuje się kiedy prowadzę zajęcia zumby z moimi wspaniałymi kobietkami - mówi pani Joanna. Pracuje ona z osobami starszymi z niepełnosprawnością, bardzo lubi z nimi przebywać, ponieważ ci ludzie są szczerzy i wdzięczni za każdą pomoc.

Jakie wyzwania ukształtowały życie naszej bohaterki? - Najbardziej przeżyłam walkę z mamy śmiercią - wyznaje. Czego się dzięki nim nauczyła? - Doceniam każdy dzień mojego życia, bo wiem, że jest ono bardzo kruche - słusznie zauważa pani Joanna.

Każda z nas ma coś wyjątkowego! Co w swoim życiu chciałaby, żeby inni zauważyli lub docenili? - Od roku zaczęłam śpiewać i to chyba jest obecnie moja pasja, poza tym jak już pisałam, jestem instruktorem zumby od 10 lat i to sprawia mi ogromną radość - odpowiada Joanna Budna, nominowana do tytułu Kobiecej Twarzy Roku w kategorii pokoleniowej Kobiety Dojrzałe. W wolnych chwilach zajmuje się także renowacją starych mebli.

Skąd czerpie motywację do działania? - Moim źródłem energii są ludzie, którzy stają na mojej drodze - zaznacza pani Joanna.

eprasa.pl cfd84a98dc

SENIORZY ŚWIĘTOWALI W NIDZICY

Zarząd Rejonowy Polskiego Związku Emerytów i Rencistów w Nidzicy zorganizował uroczyste spotkanie z okazji Dnia Kobiet i Dnia Mężczyzn. Były występy artystyczne, życzenia dla seniorów, wręczenie legitymacji nowym członkom oraz dyplomów osobom, które od wielu lat aktywnie działają w związku.

W Nidzicy odbyło się uroczyste spotkanie z okazji Dnia Kobiet i Dnia Mężczyzn zorganizowane przez Zarząd Rejonowy Polskiego Związku Emerytów i Rencistów. Była to okazja do wspólnego świętowania, rozmów w serdecznej atmosferze oraz podziękowania seniorom za ich aktywność i zaangażowanie w życie lokalnej społeczności.

Spotkanie rozpoczął występ zespołu muzycznego Retro działającego pod opieką artystyczną Marcina Bąkowskiego. Artyści zaprezentowali utwory „Kiedy znów zakwitną białe bzy" oraz „Każdemu wolno kochać", które spotkały się z bardzo ciepłym przyjęciem publiczności.

Przybyłych gości przywitał Jerzy Grabowski, przewodniczący Zarządu Rejonowego Polskiego Związku Emerytów i Rencistów w Nidzicy. Przyznał, że cieszy go duża frekwencja na uroczystości.

— Cieszę się, że ta sala jest dziś wypełniona uczestnikami. Nasz związek liczy około 200 osób, ale z roku na rok jest nas coraz więcej. To bardzo budujące. Chyba niedługo trzeba będzie rozbudować tę salę — stwierdził żartobliwie, wywołując śmiech wśród zebranych.

Na zakończenie życzył wszystkim uczestnikom spotkania spokojnej rozmowy i dobrej atmosfery podczas wspólnego świętowania.

Następnie w imieniu Zarządu Rejonowego Polskiego Związku Emerytów i Rencistów w Nidzicy życzenia wszystkim paniom i panom złożyła Jolanta Tymińska, sekretarz zarządu. W swoim wystąpieniu życzyła seniorom przede wszystkim zdrowia, pogody ducha, wielu powodów do radości oraz spełnienia marzeń, zarówno tych dużych, jak i całkiem małych. Podkreśliła również znaczenie wzajemnej życzliwości, przyjaźni oraz aktywności seniorów w życiu lokalnej wspólnoty.

Głos zabrał także burmistrz Nidzicy Jacek Kosmala.

— Bardzo lubię tu przychodzić. Jesteście wspaniałą grupą. Czuje się tu szacunek do drugiego człowieka, zrozumienie i poczucie godności. Nikt nikogo nie wyróżnia, nie krytykuje ani nie klasyfikuje. Wszyscy jesteście wspaniali — oznajmił burmistrz.

Fot. Anna Skuza

Nie zabrakło wyróżnień dla osób, które od wielu lat aktywnie działają w strukturach Polskiego Związku Emerytów i Rencistów w Nidzicy

Wręczenie legitymacji nowym członkom Polskiego Związku Emerytów i Rencistów w Nidzicy

Seniorzy licznie przybyli na spotkanie

Podziękował również zarządowi za intensywną pracę i zaangażowanie w działalność związku. Jak podkreślił, jego zdaniem seniorzy zrzeszeni w Polskim Związku Emerytów i Rencistów w Nidzicy tworzą jedną z najbardziej aktywnych grup w gminie.

— Gratuluję wam charyzmy, energii i atmosfery, którą potraficie tworzyć. Jako burmistrz bardzo się cieszę, że w Nidzicy działa tak silna i aktywna społeczność. Jesteście ludźmi z ogromnym doświadczeniem, macie wiele do przekazania i wciąż pozostajecie aktywni — podkreślił Jacek Kosmala.

Życzenia uczestnikom spotkania złożył również Henryk Świątkowski, przewodniczący Zarządu Okręgowego Polskiego Związku Emerytów i Rencistów w Olsztynie. Podkreślił znaczenie działalności organizacji senioralnych oraz rolę wspólnoty i wzajemnego wsparcia w życiu starszych osób.

Podczas spotkania wręczono także legitymacje nowym członkom związku. Do Polskiego Związku Emerytów i Rencistów w Nidzicy dołączyli Anna Kiejziewicz, Dariusz Kiejziewicz, Hanna Kozłowska, Danuta Sobańska, Stanisław Sobański, Krystyna Małgorzata Sarbiewka-Jabłońska, Wiesława Żukowska oraz Mirosław Żukowski. Legitymacje wręczył przewodniczący Jerzy Grabowski.

Nie zabrakło również wyróżnień dla osób, które od wielu lat aktywnie działają w strukturach związku. Pamiątkowe dyplomy za długoletni staż (co najmniej 20 lat członkostwa) otrzymali Władysława Zagrobska, Jadwiga Grabowska, Halina Kowalska, Władysław Kowalski, Krystyna Szabla, Irena Czerwinka, Irena Pełka, Leokadia Malinowska oraz Stanisław Idec. Dyplomy wręczyli burmistrz Nidzicy Jacek Kosmala oraz Henryk Świątkowski, przewodniczący Zarządu Okręgowego.

Występ zespołu muzycznego Retro

Drugą część spotkania wypełnił program artystyczny przygotowany przez seniorów. Maria Labińska i Władysława Zagrobska zaprezentowały humorystyczną scenkę „Dwa pokolenia". Na scenie pojawił się także zespół Retro w składzie: Ewa Bonalska, Urszula Olszowa, Jan Przybyłek, Wiesław Władziński, Aleksander Szczepkowski, Marek Kołakowski, Henryk Bieńkowski, Teresa Olszewska, Krystyna Krajewska, Alicja Żeglińska, Maria Labińska, Władysława Zagrobska, Magdalena Rybak, Elżbieta Szypulska i Jadwiga Piskorz. Zespół zaprezentował utwory „Kiedy będziesz zakochany" oraz „Już taki jestem zimny drań".

Publiczność obejrzała również scenkę „U lekarza", którą przedstawili Urszula Olszowa i Jerzy Grabowski.

Spotkanie poprowadziła Jolanta Tymińska, sekretarz Zarządu Rejonowego Polskiego Związku Emerytów i Rencistów w Nidzicy.

Uroczystość zakończyła się wspólnym obiadem i rozmowami w gronie uczestników.

ZUZANNA LESZCZYŃSKA

Więcej zdjęć na gazetaolsztynska.pl/nidzica

eprasa.pl cfd84a98dc

SENIORZY WRACAJĄ DO HISTORII „GAZETY OLSZTYŃSKIEJ"

TU WCIĄŻ CHCE SIĘ SŁUCHAĆ I PYTAĆ

To już ósmy rok działania Uniwersytetu Trzeciego Wieku „Na Szlaku św. Jakuba" w Olsztynie. Teraz seniorzy szykują wyjątkowe spotkanie o 140-leciu „Gazety Olsztyńskiej".

Najbliższe spotkanie zapowiada się dla naszych Czytelników szczególnie interesująco. Już 24 marca wykład poświęcony będzie historii „Gazety Olsztyńskiej" w 140. rocznicę powstania pisma. Trudno, żebyśmy jako redakcja przeszli obok tego obojętnie.

Nie będzie to jednak tylko sentymentalna podróż do starych numerów i pożółkłych roczników. To ma być opowieść o gazecie, która przez pokolenia była częścią historii tego miasta i całego regionu, o gazecie, która współtworzyła lokalną tożsamość.

Drzwi są otwarte także dla tych, którzy po prostu chcą posłuchać o dziejach Warmii, Olsztyna i ludzi, którzy przez lata tworzyli tu życie społeczne. Temat jest bliski i ważny. Wykład wygłosi sam dr Jan Chłosta.

Za tym wszystkim stoi prof. Małgorzata Suświłło. A Uniwersytet Trzeciego Wieku „Na Szlaku św. Jakuba" nie jest martwym szyldem ani projektem od święta — żyje regularnym rytmem spotkań, rozmów, wykładów i wspólnych wyjazdów.

Fot. FB / Małgorzata Suświłło

Tak wyglądają spotkania Uniwersytetu Trzeciego Wieku „Na Szlaku św. Jakuba" w Olsztynie

Co dwa tygodnie

Profesor Małgorzata Suświłło w rozmowie z „Gazetą Olsztyńską" przyznaje, że seniorzy chcą nie tylko wiedzy, ale również najzwyklejszego bycia razem. I właśnie na tym od początku budowany jest Uniwersytet Trzeciego Wieku „Na Szlaku św. Jakuba".

— Spotykamy się co dwa tygodnie. W tym semestrze roku akademickiego nie mamy grantu od wojewody, ale działamy regularnie — mówi prof. Suświłło.

W pierwszym semestrze uniwersytet realizował jeszcze grant wojewody. Jak podkreśla nasza rozmówczyni, był to już szósty taki grant. W drugim semestrze wykłady organizowane są własnymi siłami.

Program nie zamyka się w jednej formule. Organizatorzy dobierają tematykę tak, by odpowiadała na potrzeby intelektualne, społeczne i emocjonalne uczestników. Obok historii i regionu są więc także spotkania przyrodnicze, społeczne i kulturalne.

Janina Starowieyska podczas wykładu o losach Sybiraków

W tym roku pojawiła się również nowość. To warsztaty literacko-teatralne prowadzone przez aktora Macieja Mydlaka. Profesor Suświłło podkreśla, że zajęcia okazały się bardzo ciekawe i zostały dobrze przyjęte przez słuchaczy.

Były też inne spotkania, które zapadły uczestnikom w pamięć: film Piotra Baczewskiego, prezesa stowarzyszenia Barka z Górowa Iławeckiego, wykład Grzegorza Fiedorowicza o magii drzew, opowieść prof. Joanny Garbuli o Japonii i marcowe spotkanie z Janiną Starowieyską poświęcone Sybirowi i losom sybiraków.

Miejsce także ma znaczenie. Spotkania odbywają się w Centrum św. Jakuba w Olsztynie. To właśnie tam uniwersytet działa od lat dzięki gościnności gospodarzy tego miejsca.

Rocznik 1932

Dziś uniwersytet liczy około 100 słuchaczy. Na pojedyncze wykłady przychodzi zwykle 30-40 osób. Wiele zależy od tematu, ale także od pogody i pory roku.

— Zimą bywa trudniej. Gdy chodniki są śliskie, wielu naszych słuchaczy częściej zostaje w domu — przyznaje prof. Małgorzata Suświłło. Zaraz jednak dodaje, że nawet wtedy są tacy, którzy nie odpuszczają.

Najlepszym przykładem jest pan Stanisław. To uczestnik z rocznika 1932. W tym roku skończy 94 lata.

Profesor Suświłło mówi o nim z wyraźnym uznaniem. Podkreśla, że pan Stanisław nie tylko przychodzi na zajęcia, ale też aktywnie w nich uczestniczy. Słucha, zabiera głos, zadaje pytania.

Nie zniechęca go nawet zima. Gdy było ślisko, przychodził do Centrum św. Jakuba, posiłkując się dwoma kijami. Dla organizatorów to dowód na to, że spotkania naprawdę są potrzebne.

Spotkanie z historią

— Na najbliższy wykład dr. Jana Chłosty sama czekam z wielką niecierpliwością — mówi prof. Małgorzata Suświłło.

Jak zapewnia, jest naszą czytelniczką od dekad. Widziała, jak „Gazeta Olsztyńska" przez lata się zmieniała, ale pozostawała gazetą mieszkańców. I podkreśla, że „Gazeta Olsztyńska" to nie tylko nazwa pisma.

— To także pamięć o rodzinie Pieniężnych i o środowisku, które przez lata budowało polskie słowo na Warmii — przypomina i zachęca do udziału w spotkaniu.

A po tym spotkaniu planów na kolejne miesiące też nie zabraknie. Po świętach, 14 kwietnia, zaplanowano wykład Grzegorza Kasjaniuka dotyczący jego poszukiwań związanych z objawieniami gietrzwałdzkimi. W planach są także zajęcia w Archiwum Państwowym.

Coś dla ducha

Wróci również temat nauczania Kościoła. Doktor Jolanta Bałandynowicz ma mówić o nauczaniu ostatnich papieży o miłości Bożej i ludzkiej. Z kolei w maju były kurator Krzysztof Marek Nowacki wygłosi wykład o Konstytucji 3 maja.

Na tym nie koniec. Organizatorzy myślą także o wyjazdach. W planie jest m.in. wyprawa do Muzeum Misyjnego w Pieniężnie oraz odwiedziny w Środowiskowym Domu Samopomocy w Górowie Iławeckim, prowadzonym przez stowarzyszenie Barka.

JAN BERDYCKI

Prof. Małgorzata Suświłło (z lewej) podczas spotkania

KIM JEST PROF. MAŁGORZATA SUŚWIŁŁO?

Profesor Małgorzata Suświłło — pedagog, emerytowana prof. UWM, specjalistka z zakresu wczesnej edukacji, edukacji muzycznej i rozwoju zdolności muzycznych dzieci. Była dziekanem Wydziału Nauk Społecznych UWM. Od pięciu lat jest na emeryturze, ale nadal prowadzi Uniwersytet Trzeciego Wieku „Na Szlaku św. Jakuba" w Olsztynie. Prowadzi też zajęcia muzyczne z dziećmi w Giedajtach. Została odznaczona Krzyżem Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski.

HISTORIA UTW „NA SZLAKU ŚW. JAKUBA"

Uniwersytet Trzeciego Wieku „Na Szlaku św. Jakuba" w Olsztynie utworzono 13 marca 2019 r. przy stowarzyszeniu Akademicki Klub Obywatelski im. Prezydenta Lecha Kaczyńskiego. Inauguracja odbyła się 27 marca 2019 r. w Centrum św. Jakuba, a pierwszy wykład wygłosił prof. Zbigniew Anculewicz. UTW działa w otwartej formule. Spotkania odbywają się co dwa tygodnie i są bezpłatne. Nazwa nawiązuje do miejsca spotkań i warmińskiego szlaku św. Jakuba.

eprasa.pl cfd84a98dc

KULTURALNY PIĄTEK PEŁEN WRAŻEŃ

„Z nami możesz odświeżyć młodzieńcze pasje lub odkryć zupełnie nowe. Z nami nie ma nudy. Czekamy na Ciebie" — zachęca Uniwersytet Trzeciego Wieku w Morągu. Wystawy, spektakle i koncerty to barwna i ciekawa codzienność morąskich studentów.

Studenci UTW w Morągu lubią być aktywni i chętnie dzielą się swoimi doświadczeniami. W marcu wzięli udział w wydarzeniu organizowanym przez Miłakowski Dom Kultury. To cykliczna impreza o nazwie Kulturalny Piątek. Ten ostatni był wyjątkowy, pełen emocji, wzruszeń, śmiechu i pięknej sztuki.

Wydarzenie w Miłakowie zostało zorganizowane wspólnie z Uniwersytetem III Wieku w Morągu, a na scenie i w przestrzeni MDK widzowie mogli podziwiać różnorodne formy artystyczne: od teatru poprzez taniec do wystawy fotografii.

Fot. MDK

Grupa teatralna Post Scriptum zaprezentowała spektakl „Jagna" oparty na powieści „Chłopi" Władysława Reymonta. Scenariusz przygotowała Elżbieta Markowska, która też prowadzi tę grupą. Za tę powieść społeczno-obyczajową Reymont otrzymał Literacką Nagrodę Nobla 13 listopada 1924 roku. Publikowana ona była w odcinkach w latach 1902-1908 w „Tygodniku Ilustrowanym", a w formie książki wydana w latach 1904-1909 w Warszawie, w wydawnictwie Gebethner i Wolff. O nieustającej popularności powieści świadczą też kolejne ekranizacje — ostatnia z 2023 roku w technice animacji malarskiej, nad którą pracowało ponad 100 artystów. Film był polskim kandydatem do Oscara. Jak widać, losy Jagny i rodu Borynów na polskiej wsi, mistrzowsko ujęte piórem Reymonta w ramy czterech pór roku, wciąż fascynują.

Na scenie MDK wystąpiła też grupa wokalno-muzyczna Biesiadki, która przedstawiła program „Waligórski — mistrz pointy" pod kierunkiem Jerzego Mudrego.

Natomiast grupa taneczna Latino Team zachwyciła publiczność prezentacją tanga. Opiekunem zespołu jest Agnieszka Grzymkowska. Warto przypomnieć, że w październiku 2025 roku grupa zdobyła Grand Prix na Olsztyńskim Festiwalu Tańca. W MDK można było również obejrzeć wystawę fotografii Marka Gąseckiego „Oblicza tańca". Z kolei Miłakowianki z zespołu Piękne i Zdolne z przytupem zakończyły część artystyczną. Po występach był czas na ciasto, kawę, herbatę i rozmowy.

To spotkanie przyniosło mieszkańcom miasta również bardzo dobrą wiadomość: przy Miłakowskim Domu Kultury powstanie filia Uniwersytetu III Wieku w Morągu. Do czerwca planowany jest spokojny start zajęć, natomiast od nowego roku akademickiego działalność ruszy już pełną parą.

„Cieszymy się z tej ważnej dla naszej lokalnej społeczności wiadomości. Dziękujemy wszystkim artystom, gościom i mieszkańcom za wspólnie spędzony wieczór.

Oby było jak najwięcej takich Kulturalnych Piątków w Miłakowie!" — podkreślił Miłakowski Dom Kultury, zachęcając mieszkańców Miłakowa do udziału w działalności UTW.

A morąski Uniwersytet nie próżnuje. Już zaprasza na kolejne wydarzenie. Od 11 marca w galerii morąskiego ratusza można oglądać wystawę malarską „Via Crucis – Droga Krzyżowa". Autorami tych wyjątkowych prac są artyści z grupy Arte działającej w ramach UTW. To szczególna wystawa, która pięknie wpisuje się w przedświąteczny czas Wielkiego Postu. Oprócz wymiaru religijnego prezentowane prace mają również dużą wartość artystyczną. **BCL**

JUBILEUSZ 90-LECIA PANI TERESY SZULIŃSKIEJ

fot. Paweł Krasowski

Pani Teresa Szulińska świętowała swoje 90. urodziny – jubileusz będący nie tylko świadectwem długowieczności, ale przede wszystkim historią niezwykłej skromności, ciężkiej pracy i życiowej mądrości. Z okazji tej wyjątkowej rocznicy, jubilatkę odwiedzili przedstawiciele mrągowskiego samorządu.

Dzieciństwo w cieniu wojny

Pani Teresa urodziła się w miejscowości Obręb. Jej najwcześniejsze wspomnienia nie kojarzą się z beztroską, lecz z trudem, jakiego współczesne pokolenia często nie są w stanie sobie wyobrazić. Czas wojny był dla niej okresem wielkich wyrzeczeń – braku ubrań i nieznajomości smaku słodyczy.

Edukacja w tamtych latach wymagała ogromnego poświęcenia. Pani Teresa wspomina, że do szkoły szła pieszo aż 7 kilometrów, mając na nogach jedynie ciężkie, drewniane chodaki. Los nie oszczędzał jej rodziny również w domu – ze względu na bliskość frontu, przez całą wojnę musieli dzielić dach nad głową z niemieckimi żołnierzami. To właśnie wtedy, w tym trudnym czasie, tata nauczył ją pisać i czytać, dając jej fundament na przyszłość.

Droga na Mazury i lata pracy

Choć pani Teresa planowała związać swoją przyszłość z rodzinnym gospodarstwem, los przygotował dla niej inny scenariusz. W 1959 roku, wspólnie z mężem, podjęła odważną decyzję o przeprowadzce na Mazury.

Osiedlili się w okolicach Sorkwit, gdzie pani Teresa rozpoczęła pracę w handlu – w tamtejszym GS Sorkwity. Swojemu zawodowi pozostała wierna aż do zasłużonej emerytury, wykazując się niezwykłą lojalnością i pracowitością. Do samego Mrągowa państwo Szulińscy sprowadzili się w 1975 roku i to tutaj zbudowali swój trwały dom.

Słodko-gorzka definicja szczęścia

Podczas spotkania z przedstawicielami miasta, pani Teresa podzieliła się niezwykle osobistą i poruszającą refleksją nad swoim życiem:

– Życie jest piękne, ale nie jest usłane różami, tak jak się czasem niektórym wydaje. Przeżyłam z mężem 68 lat, nigdy nie byliśmy na wczasach, ciężko pracowaliśmy. Mąż zmarł miesiąc temu, wcześniej pożegnałam syna.

Te słowa rzucają światło na postać jubilatki – kobiety silnej, która mimo osobistych tragedii i trudów codzienności, potrafi dostrzec piękno istnienia. Jej największą dumą i radością jest rodzina. Pani Teresa wychowała dwóch synów, a dziś jej dziedzictwo to 8 wnuków i 9 prawnuków.

Jubileusz 90-lecia pani Teresy Szulińskiej to lekcja pokory dla nas wszystkich. To przypomnienie, że na miano „pięknego życia" pracuje się latami – nie przez luksusy, ale przez wytrwałość, miłość do rodziny i szacunek do pracy.

Pani Teresie życzymy dużo zdrowia, spokoju oraz wielu chwil przepełnionych ciepłem płynącym od najbliższych.

PAWEŁ KRASOWSKI

eprasa.pl cfd84a98dc

W KOSZARACH BĘDZIE MOŻNA CZYTAĆ

Władze Olsztyna wydały pozwolenie na budowę nowoczesnej biblioteki miejskiej. Powstanie w Koszarach Dragonów.

O konieczności budowy nowej biblioteki władze Olsztyna mówiły od lat. Miejska Biblioteka Publiczna musiała się wyprowadzić z budynku planetarium, czyli pomieszczeń zajmowanych przez Planetę 11. Ma to związek z remontem i modernizacją tego obiektu. Po jego zakończeniu bibliotekarze do dawnej siedziby już nie wrócą, bo tam będą zlokalizowane nowe atrakcje związane m.in. z symulatorem bazy księżycowej. Biblioteka funkcjonuje obecnie w pomieszczeniach użyczonych przez Halę Urania, jednak jest to tylko tymczasowe rozwiązanie. Dlatego powstał plan przeprowadzki do nowego miejsca. Docelowo Planeta 11 oraz Abecadło, które wynajmuje powierzchnie w Aurze, mają przenieść się do pokoszarowego budynku przy ulicy Gietkowskiej. W ten sposób ma powstać centralna biblioteka, pozwalająca spędzać czas dzieciom i dorosłym. Nowy obiekt w Koszarach Dragonów ma około 1200 metrów kwadratowych. To oznacza, że biblioteki miałyby o około 400 metrów kwadratowych więcej, niż zajmują teraz. – Realizacja tego pomysłu sprawi, że mieszkańcy będą mogli w jednym miejscu skorzystać zarówno z oferty skierowanej do dzieci, młodzieży, jak również dorosłych – mówi dyrektor Miejskiej Biblioteki Publicznej w Olsztynie Krzysztof Dąbkowski. – Nowa biblioteka stanie się miejscem, w którym każdy mieszkaniec będzie miał szansę odnaleźć coś interesującego dla siebie. Otworzą się nowe możliwości rozwinięcia szerokiej oferty usług z zakresu kultury i edukacji w kontekście współczesnych oczekiwań czytelników i użytkowników wobec nowoczesnych instytucji kultury.

Fot. UM Olsztyn

Koncepcja nowej miejskiej biblioteki

Nowa placówka ma zapewnić szeroki dostęp do zasobów informacyjnych, książek, czasopism i baz danych. „Połączenie dwóch najnowocześniejszych filii MBP w jednym miejscu sprawi, że powstanie swego rodzaju centrum kulturalne. Nowa placówka będzie pełniła ważną funkcję społeczną, przyczyniając się do integracji i wspierania różnorodnych potrzeb mieszkańców" – podkreśla ratusz.

W tej sprawie zapadła właśnie ważna decyzja. „Wyrażono zgodę na wydanie decyzji zatwierdzającej projekt zagospodarowania terenu i projekt architektoniczno-budowlany oraz udzielającej pozwolenia na przebudowę budynku nr B koszar kawalerii dragonów na potrzeby nowej siedziby Miejskiej Biblioteki Publicznej w Olsztynie przy ulicy Gietkowskiej oraz rozbiórkę dwóch budynków garażowych wraz z zagospodarowaniem terenu" – czytamy w decyzji Roberta Szewczyka, prezydenta Olsztyna.

Dotychczas na terenie dawnych koszar dragonów ulokowały się m.in. Bank Żywności, kościół zielonoświątkowy czy akademia dekarska. Kolejny budynek, który doczeka się rewitalizacji i nowego lokatora, to obiekt przy ulicy Gietkowskiej 8B, ale najlepiej widoczny od strony ulicy Bohaterów Bitwy 1920 Roku (tuż za skrzyżowaniem z ulicą Dragonów). Nowe oblicze zyska też nieruchomość, która znajduje się przy ulicy Dąbrowskiego 3 i 3a i jest własnością Instytutu Północnego im. Wojciecha Kętrzyńskiego. Jeszcze w latach 80. i 90. XX wieku wypiekano tam pieczywo dla żołnierzy. Piekarze oprócz pracy na rzecz wojska sprzedawali chleb okolicznym mieszkańcom.

Obiekt cieszył się w przeszłości dużym zainteresowaniem środowisk artystycznych. W 2012 roku zrodził się pomysł, by utworzyć w nim Centrum Kreatywnej Przedsiębiorczości „Piekarnia". Miało ono łączyć komercyjną działalność z niezależnymi inicjatywami kulturalnymi. Projekt nie został jednak zrealizowany. Zamiast tego w budynku ulokował się skład metali kolorowych.

Blisko rok temu radni zdecydowali o sprzedaży tej nieruchomości z bonifikatą. Teren wraz z budynkami warty był nieco ponad 2,4 miliona złotych. Cena uwzględniająca 90-procentowy upust wyniosła 240 tysięcy złotych. Transakcja została sfinalizowana w sierpniu 2025 roku. „Czas, który upłynął od sierpnia 2025 roku, wykorzystaliśmy na sporządzenie dokumentacji konserwatorskiej oraz projektu koncepcyjnego, nad którym pochyla się obecnie wojewódzki konserwator zabytków. Teraz poczyniliśmy kolejny krok. Dzięki programowi Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego będzie możliwe przygotowanie projektu budowlanego, aby w 2027 roku uzyskać pozwolenie na budowę" – informuje Instytut Północny im. Wojciecha Kętrzyńskiego, właściciel nieruchomości.

GS

RADNI ALARMUJĄ, SZPITAL ODPOWIADA

Radni Rady Powiatu w Ostródzie: Andrzej Waszczyszyn, Zbigniew Zabłocki, Edmund Winnicki, Piotr Kołodziejski i Kamil Prusinowski poinformowali, że podjęli działania kontrolne, by poznać dokładną sytuację finansową szpitala. Odpowiedziała im prezes Szpitala w Ostródzie SA Bernadeta Hordejuk.

Radni poinformowali, że szpital w Ostródzie, którego właścicielem jest starostwo ostródzkie, znajduje się w tragicznej sytuacji finansowej. Jest to ich zdaniem skutek zarówno niedofinansowania służby zdrowia, jak i braku odpowiedniego nadzoru właścicielskiego i błędów w zarządzaniu. Powołana 1 marca 2025 roku na stanowisko prezesa Bernadeta Hordejuk opracowała program naprawczy, którego jednym z założeń było przejęcie wcześniejszego długu szpitala, wynoszącego 15 milionów złotych.

„Według programu naprawczego autorstwa Pani Hordejuk strata szpitala na koniec roku 2025 miała wynieść 10,9 miliona złotych. Prawdopodobnie będzie jednak dużo wyższa. Ostateczne sprawozdanie poznamy do końca marca (...). W 2026 roku ma być wypracowany zysk! Obawiam się, że to nierealne bez konkretnych działań naprawczych, a tych... brak!" — poinformował w mediach społecznościowych radny Piotr Kołodziejski.

Korzystając z uprawnień, jakie daje ustawa o samorządzie powiatowym, radni podjęli działania kontrolne i przedłożyli listę dokumentów, z którymi chcą się zapoznać.

Odpowiedziała im prezes szpitala Bernadeta Hordejuk, która podkreśliła, że wizyta radnych była niezapowiedziana, przedstawione przez radnych informacje nieprawdziwe, a szpital nie utrudnia radnym dostępu do informacji. Dodała też, że radni Kamil Prusinowski, Andrzej Waszczyszyn, Edmund Winnicki oraz Zbigniew Zabłocki do 4 marca 2026 roku nie złożyli ani jednego wniosku o udostępnienie informacji dotyczących spółki. Natomiast wnioski radnego Piotra Kołodziejskiego zostały zrealizowane na bieżąco, zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa.

W oświadczeniu prezes Hordejuk czytamy:

„W opublikowanym nagraniu radni wprowadzają mieszkańców w błąd w kwestii funkcjonowania szpitala. Twierdzenie o zamknięciu oddziałów (neonatologicznego oraz położniczego) w ubiegłym roku jest nieprawdą. Likwidacja tych oddziałów miała miejsce w 2024 roku, a nie w 2025, a więc rok przed tym, zanim rozpoczęłam pracę w szpitalu. Jako osoba zarządzająca placówką kategorycznie sprzeciwiam się manipulowaniu faktami dotyczącymi polityki kadrowej. Twarde dane z zestawień za lata 2024-2025 są jednoznaczne: liczba osób zatrudnionych, zarówno na etatach, jak i na umowach cywilnoprawnych, uległa zmniejszeniu. Łącznie zatrudnienie spadło o 8 osób, co przełożyło się na realne oszczędności w budżecie (...). Szanuję mandat radnego i wynikające z niego prawo do kontroli — sama od lat pełnię funkcję radnej wojewódzkiej i wiem, że podstawą rzetelnej pracy jest znajomość dokumentacji. Właśnie dlatego dziwi mnie narracja o rzekomym utrudnianiu dostępu do danych finansowych" — napisała w oświadczeniu Bernadeta Hordejuk.

Pani prezes przypomniała też, że pełna dokumentacja finansowa Szpitala w Ostródzie SA jest jawna i dostępna w rejestrach KRS oraz GUS. Są to publiczne dane, z którymi radni mogą zapoznać się bez wychodzenia z domu, korzystając z Internetu. Dodała również, że zgromadzenie akcjonariuszy oraz rada nadzorcza szpitala na bieżąco otrzymują informacje o działalności w zakresie udzielanych świadczeń medycznych oraz sytuacji finansowej spółki.

„Zawsze jestem otwarta na dialog i merytoryczne spotkanie. Nie wyrażam jednak zgody na bezpodstawne oskarżenia pod adresem szpitala, wprowadzanie mieszkańców powiatu w błąd, wykorzystywanie szpitala jako celu politycznych ataków w mediach społecznościowych. Szpital w Ostródzie SA to miejsce opieki nad pacjentami, a nie arena do budowania kapitału politycznego na dezinformacji" — skomentowała w oświadczeniu Bernadeta Hordejuk.

BCL

eprasa.pl cfd84a98dc

MŁODZIEŻOWNIA W OSTRÓDZIE MA JUŻ ROK

Powstała dla młodzieży, z myślą o niej i jej przyszłości. Dziś to miejsce tętniące energią i chętnie odwiedzane przez młodych ludzi.

Fot. UM Ostróda

Przez ostatnie dwanaście miesięcy to setki wydarzeń, warsztatów, spotkań, treningów, a także inicjatyw planowanych i spontanicznych. To także około 80 młodych ludzi dziennie, którzy spędzają tu czas, współtworzą tę przestrzeń i budują relacje. Tego nie da się przeliczyć na liczby, a właśnie to jest najcenniejsze.

Z okazji rocznicy działalności popłynęły gratulacje dla wszystkich, dzięki którym to miejsce jest takie jakie jest i do Magdaleny Malisz, która jest animatorką Młodzieżowni. Rośnie też grono osób, instytucji i stowarzyszeń, które dobrowolnie dzielą się tu z młodzieżą swoją pasją, doświadczeniem i czasem.

To był pomysł wspólnie zrealizowany przez burmistrza Rafała Dąbrowskiego, jego zastępcę Jolantą Gadomską, Młodzieżową Radę Miasta, która wyszła z taką inicjatywą i Centrum Kultury w Ostródzie. I chwycił. Świadczą o liczne wizyty gości z innych miast, którzy inspirują się tym miejscem, by podobne stworzyć u siebie.

— Projekt, z którego jestem dumny na wskroś. Dziękuję za ten rok. Za rok pełen niesamowitych wrażeń i emocji. Za rok, w trakcie którego zrealizowaliśmy i dalej nieustannie realizujemy jedną z najdłużej wyczekiwanych potrzeb ostródzkiej młodzieży. I robimy to wspólnie z Wami, młodymi Ostródziankami i Ostródzianami. Rok, w trakcie którego Młodzieżownię każdego dnia odwiedza średnio 70-80 osób! Dziękuję też dziesiątkom stowarzyszeń, klubów, firm i innych podmiotów, które wciąż, z niegasnącym zaangażowaniem, każdego dnia wspierają to wyjątkowe miejsce — skomentował pierwszy rok działalności Młodzieżowni Rafał Dąbrowski.

Miejsce powstało w Galerii Mazurskiej. Koszt wynajęcia lokalu przez miasto to około 62,7 tys, rocznie. Do tego dochodzą inne koszty: osobowe, energia, ogrzewanie, ochrona itp. W ubiegłym roku całkowity koszt Młodzieżowni wyniósł ponad 265 tys. złotych.

Pojawiały się opinie, że można było wykorzystać do tego zasoby miejskie, chociażby amfiteatr, gdzie również znajduje się odpowiednia infrastruktura i byłoby taniej. Jednak

zamysł był inny: chodziło o to, by wyjść z pomysłem do młodzieży tam, gdzie ona jest. I jak tłumaczył burmistrz, miasto nie dysponuje odpowiednią przestrzenią w centrum Ostródy. A Młodzieżownia powstała właśnie w Galerii, bo to właśnie tam dziesiątki młodych osób każdego dnia spędzają czas po lekcjach czekając na autobusy, rodziców czy zajęcia pozalekcyjne. To naturalne miejsce spotkań uczniów z ostródzkich szkół. Młodzieżownia miała im dać ciekawą alternatywę na spędzenie wolnego czasu, coś więcej niż bezcelowe "włóczenie" się po Galerii.

Inspiracją były przykłady podobnych miejsc, które z powodzeniem powstają w krajach zachodnich czy skandynawskich. Takie rozwiązanie zastosowane zostało np. w dzielnicy Kalasatama w Helsinkach. W znajdującej się tam galerii handlowej Redi przygotowano miejsce dedykowane okolicznej młodzieży. Znajduje się tam strefa do działań kreatywnych oraz wypoczynku. I takie miejsce jest dziś w Ostródzie, wpisując się w młodzieżową mapę miasta. **BCL**

TRAGICZNY FINAŁ POSZUKIWAŃ

Na początku stycznia tego roku ełccy policjanci informowali o zaginięciu 37-letniego Sebastiana z Ełku. Przez ostatnie tygodnie trwały jego poszukiwania. Niestety miniony weekend przyniósł tragiczne wieści...

„15 marca osoba spacerująca po lesie w okolicy miejscowości Oracze natrafiła na ciało mężczyzny" — poinformowała Komenda Powiatowa Policji w Ełku.

Na miejscu wykonano czynności pod nadzorem prokuratora. Wstępnie wykluczono udział osób trzecich w zdarzeniu.

„Przeprowadzona zostanie teraz sekcja, która pomoże w ustaleniu dokładnej przyczyny śmierci" — wyjaśniono w komunikacie. **TOM**

Fot. KPP Ełk

REKLAMA

przetarg

Spółdzielnia Mieszkaniowa „Jarzębina" w Rynie
ogłasza przetarg nieograniczony na
remont zewnętrznej elewacji bloku nr 6 przy ul. Mazurskiej.
Informacje dotyczące przetargu można uzyskać
pod numerem tel. 87 421 85 99
lub w biurze Spółdzielni – Ryn, ul. Mazurska 13.
Termin składania ofert: 09.04.2026 r.

1826ocgi-a-G

komunikat

Wójt Gminy Purda
informuje, że w siedzibie Urzędu Gminy Purda oraz w budynku nr 71B w Purdzie, w terminie od 18 marca 2026 roku do 8 kwietnia 2026 roku zostały wywieszone wykazy dotyczące nieruchomości przeznaczonych do sprzedaży. Szczegółowe informacje można uzyskać w Referacie Gospodarki Przestrzennej Urzędu Gminy w Purdzie, pokój nr 10 w budynku nr 71B w Purdzie lub pod nr. tel. 89 544 42 271.

21026otbr-a-G

eprasa.pl cfd84a98dc

DBAMY O CENTRUM DOWODZENIA!

Dziś Europejski Dzień Mózgu. Zresztą trwa Tydzień Świadomości Mózgu. Chodzi bowiem o to, by stale podnosić świadomość społeczną na temat zaburzeń neurologicznych i zdrowia psychicznego, a także aktualnych i przyszłych badań nad mózgiem.

Czy macie, Drodzy Czytelnicy, wrażenie, że Wasza pamięć nie jest już taka jak kiedyś? Czy trudniej Wam policzyć nawet niewielkie kwoty w pamięci? Czy raz na jakiś czas zdarza się Wam zapomnieć imienia dalszej znajomej, tytułu książki, filmu, który kiedyś był dla Was absolutnym hitem...? Uspokajam: nie macie powodu, by od razu obawiać się demencji. A jednak w takim dniu jak dziś warto uświadomić sobie, że profilaktyka jest ważna — także naszego mózgu.

W dzisiejszym zabieganym świecie naszą uwagę rozprasza wiele bodźców. Nie potrafimy się wystarczająco skoncentrować na otrzymywanych informacjach i często brakuje nam spokoju i energii potrzebnych do sobie ich przypomnienia. Nie potrafimy się wystarczająco skoncentrować, na przykład gdy jesteśmy zmęczeni, spieszymy się lub odczuwamy niepokój. Niewystarczająca uwaga to pierwszy czynnik, który możemy poprawić.

Najlepsze sposoby na zadbanie o zdrowie mózgu

Dobry sen!

Do regeneracji mózgu i całego naszego organizmu niezbędny jest sen. Ewentualne zaburzenia snu spowodowane bólem lub nocnymi wizytami w toalecie możemy zminimalizować na przykład poprzez zmianę zachowania lub leczenie. Przyjemne uczucie zmęczenia po aktywności fizycznej może pomóc nam zasnąć. Dbajmy też o sen wysokiej jakości: starajmy się zapewnić naszemu mózgowi 7-9 godzin nieprzerwanego, spokojnego snu, który pozwala na regenerację, utrwalenie wspomnień i usunięcie toksyn.

Ruch to zdrowie

Ruch jest podstawą dbania o zdrowe naczynia krwionośne. Pomaga utrzymać prawidłowy poziom cholesterolu i cukru, zapobiegając tym samym miażdżycy. Rozwój tej choroby powoduje zmniejszenie przepływu krwi przez naczynia krwionośne. Z powodu cukrzycy proces miażdżycy przyspiesza, a najmniejsze naczynia włosowate, zaopatrujące zarówno nerwy ośrodkowe, jak i obwodowe, ulegają zwężeniu. Wysokie ciśnienie krwi sprawia, że naczynia krwionośne stają się mniej przepuszczalne i kruche. Regularne ćwiczenia, szczególnie cardio (szybki marsz, pływanie), zwiększają przepływ krwi do mózgu, zwiększają objętość mózgu i uwalniają neuroprzekaźniki wspomagające funkcje poznawcze.

Tajemniczy, a ważny BDNF

By czuć się dobrze, ale także produkować odpowiednią ilość BDNF, czynnika neurotroficznego pochodzenia mózgowego odpowiedzialnego za wzrost i niezbędnego do regeneracji i tworzenia nowych połączeń nerwowych, mózg potrzebuje ruchu. To BDNF jest neuroprzekaźnikiem, od ilości którego zależy nasza podatność na stres. Jego niewystarczającą produkcję zaobserwowano u zestresowanych, pozbawionych energii, a nawet otyłych zwierząt. Ruch i stymulacja umysłowa, a także utrata masy ciała doprowadziły do wzrostu jego produkcji.

Stymulacja, interakcja, dieta

Stymulacja umysłowa mózgu odbywa się na zasadzie „używaj albo strać". Warto, bez względu na wiek, stale angażować się w nowe, wymagające aktywności, takie jak nauka nowego języka, gry na instrumencie lub hobby, zamiast polegać wyłącznie na powtarzających się łamigłówkach.

Fot. Freepik

Utrzymywanie silnych relacji społecznych pomaga zapobiegać stresowi i depresji, które są powiązane z pogorszeniem funkcji poznawczych.

Ponadto ważna jest dieta wspomagająca mózg, bogata w zielone warzywa liściaste, jagody, ryby (kwasy tłuszczowe omega-3), orzechy i oliwę z oliwek. Przykładowo może to być dieta Mediterranean-DASH Intervention for Neurodegenerative Delay (MIND). Unikajmy toksyn! Już dziś warto rzucić palenie, ponieważ jest ono silnie powiązane z demencją i chorobą Alzheimera, i ograniczyć spożycie alkoholu.

Chrońmy nasze głowy! Zawsze warto zapinać pasy bezpieczeństwa i używać kasku podczas aktywności takich jak jazda na rowerze, nartach lub motocyklu, aby zapobiec ewentualnym urazom mózgu. A poza tym kontrolujmy ciśnienie krwi oraz poziom w niej cholesterolu i cukru — w ten sposób możemy zapobiegać uszkodzeniom naczyń krwionośnych i zmniejszyć ryzyko udaru.

Wszystkie te czynniki, powoli i niezauważalnie, prowadzą do niedoboru energii w komórkach mózgowych i gromadzenia się produktów przemiany materii. Nierównomierne dostarczanie energii do neuronów i ich niewystarczająca zdolność do usuwania nieużytecznych substancji przyczynia się do starzenia się układu nerwowego i pogorszenia zdolności poznawczych, równowagi i innych zmysłów. Zmiany te są stopniowe i bezbolesne, ale gdy staną się widoczne, mamy bardzo niewiele możliwości terapeutycznych wspierających układ nerwowy.

Zdrowie psychiczne dzieci

Tu kluczowe są profilaktyka i wczesne wsparcie. Podobnie jak dorośli, dzieci również potrzebują odpowiedniej opieki w kontekście zdrowia psychicznego i rozwoju mózgu, zwłaszcza że współczesne dzieci borykają się z wieloma czynnikami stresogennymi: od wymagań w szkole po presję społeczną. Jeśli zauważysz zmiany w zachowaniu swojego dziecka: trudności z koncentracją, lęk, wahania nastroju lub inne oznaki stresu psychicznego, jak najprędzej zwróć się o pomoc do specjalisty.

Psychiatria i psychologia dziecięca oferują nie tylko diagnozę i leczenie, ale także profilaktykę. Pomagają dzieciom i rodzicom nauczyć się radzić sobie ze stresem, rozwijać zdrowe nawyki i wspierać ogólne dobre samopoczucie psychiczne. Nie zapominajmy, że dbanie o mózg zaczyna się w dzieciństwie — zdrowe nawyki, odpowiednia ilość snu, aktywność fizyczna i wczesne wsparcie zdrowia psychicznego mogą mieć trwały, pozytywny wpływ na życie.

Czytaj, czytaj, czytaj... lub słuchaj, słuchaj, słuchaj!

Pomimo nadmiaru dostępnych informacji dostarczą one jednak surowego materiału, który pozwoli nam dowiedzieć się więcej na każdy interesujący temat.Sięgajmy po książki, gazety, archiwa, raporty, analizy. Jeśli z różnych względów nie czytamy, istnieje wiele materiałów do słuchania, które mogą pełnić tę samą funkcję, takich jak podcasty czy audiobooki. Priorytetowo traktujmy analizy, które głębiej wnikają w temat, i ćwiczmy swój umysł w krytycznym myśleniu.

Weryfikujmy też fakty poprzez wykorzystanie przypisów, hiperłączy i odnośników. Podczas czytania tekstu, który próbuje przedstawić punkty widzenia i idee, w sekcji przypisów pojawią się cenne źródła, które pozwolą lepiej zrozumieć, skąd autor (zarówno dosłownie, jak i w przenośni) i co próbuje powiedzieć. Jeśli nie ma przypisów, autor może użyć hiperłączy, aby pomóc zrozumieć, jakie czynniki kształtują jego/jej idee, i dostarczyć kontekstowych informacji. Dlatego klikajmy w linki! Mogą one pomóc nam zapoznać się z alternatywnym punktem widzenia lub uzyskać informacje potrzebne do zrozumienia czytanej treści.

Dużo zdrowia Waszym mózgom — nie tylko w dniu ich święta!

MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA

Korzystałam z materiałów European Brain Council i Geneva Centre for Security Policy.

Codzienne nawyki korzystne dla mózgu:

- dobre nawodnienie: pij zalecaną ilość wody, ponieważ ma to wpływ na nastrój i myślenie,
- umiejętność radzenia sobie ze stresem: wykorzystuj medytację, jogę lub głębokie oddychanie, aby zmniejszyć wydzielanie kortyzolu, hormonu stresu, który może uszkadzać mózg,
- ogranicz czas spędzany przed ekranem, szczególnie przed snem — w ten sposób znacząco można poprawić jakość snu,
- chroń zmysły: używaj zatyczek do uszu w przypadku dużego hałasu i regularnie badaj wzrok i słuch, ponieważ utrata zmysłów może przyczyniać się do pogorszenia funkcji poznawczych.

eprasa.pl cfd84a98dc

Co, gdzie, kiedy?

Olsztyńskie kina \ Olsztyn

REPERTUAR MULTIKINO

Środa, 18 marca

KRÓL DOPALACZY: 10:10, 13:00, 15:40, 18:20, 21:00
REMINDERS OF HIM. CZĄSTKA CIEBIE, KTÓRĄ ZNAM / napisy: 14:55, 17:30, 20:10
HOPNIĘCI / familijny / dubbing: 10:30, 13:50, 15:20, 16:20, 17:50, 18:50
ZA DUŻY NA BAJKI 3: 10:00, 12:25, 13:40, 14:40, 15:55, 16:55, 18:10, 19:10
WICHROWE WZGÓRZA / napisy: 10:00, 17:40, 20:40
KRZYK 7 / napisy: 16:15, 21:05
PIEP*ZYĆ MICKIEWICZA 3: 11:55, 14:05, 21:20
NIE MA DUCHÓW W MIESZKANIU NA DOBREJ: 18:50
WARTOŚĆ SENTYMENTALNA / napisy: 21:25
DOBRY CHŁOPIEC / napisy: 16:50, 19:25, 21:55
WIELKA MAŁA KOZA / familijny / dubbing: 14:30
POJEDYNEK: 15:05
PANNA MŁODA / napisy: 12:15, 20:25
ZWIERZOGRÓD 2 / familijny / dubbing: 12:25
ZMIENNOKSZTAŁTNI 2 / familijny / dubbing: 10:00

REPERTUAR HELIOS

Środa, 18 marca

KRÓL DOPALACZY: 12:10, 14:15, 15:10, 18:15, 21:00
REMINDERS OF HIM. CZĄSTKA CIEBIE, KTÓRĄ ZNAM / napisy: 14:50, 17:00, 19:40
TESTAMENT ANN LEE / napisy: 17:30
ZA DUŻY NA BAJKI 3: 11:30, 12:30, 17:15
HOPNIĘCI / familijny / dubbing: 11:15, 12:50, 13:45, 16:!5, 17:45
PIEP*ZYĆ MICKIEWICZA 3: 18:45
KRZYK 7 / napisy: 14:40, 19:30, 21:00
WICHROWE WZGÓRZA / napisy: 20:45
DOBRY CHŁOPIEC / napisy: 15:50, 20:15
PANNA MŁODA / napisy: 18:00, 20:30
POJEDYNEK: 15:30
KICIA KOCIA W PODRÓŻY / familijny / dubbing: 12:00, 14:30
WIELKA MAŁA KOZA / familijny / dubbing: 13:15
ZWIERZOGRÓD 2 / familijny / dubbing: 12:10

REPERTUAR AWANGARDA

Środa, 18 marca

„Najbogatsza kobieta świata" - prod. Belgia, Francja : godz. 17.45
„Wartość sentymentalna" - prod. Norwegia : godz. 17.45
„Nie ma duchów w mieszkaniu na Dobrej" - prod. Polska : godz. 18.00
„Dobry chłopiec" - prod. Polska, Wielka Brytania : godz. 19.45
„Bez wyjścia" - prod. Korea Płd. : godz. 19.45
„Król dopalaczy" - prod. Polska : godz. 20.00

18 MARCA
Karl Roensch. Wizjoner z prądem

Olsztyn

Postać wybitnego Olsztynianina jest w dalszym ciągu mało znana w mieście, które dzięki jego odważnym i często wizjonerskim pomysłom zaczęło dynamicznie rozwijać się na przełomie XIX i XX wieku. Podczas spotkania Rafał Bętkowski opowie o człowieku, który już jedenaście lat po osiedleniu się w Olsztynie został wybrany na przewodniczącego Rady Miasta, i który ten urząd sprawował nieprzerwanie przez dwadzieścia sześć lat. Dało mu to możliwość realizacji wielu śmiałych pomysłów, na które stać byłoby tylko nielicznych.
Godz. 17.00, Zajezdnia trolejbusowa MOK, ul. Zamkowa 1.

18 MARCA
FILM: MĘŻCZYŹNI WOLĄ BLONDYNKI / MARILYN MONROE

Olsztyn

„MĘŻCZYŹNI WOLĄ BLONDYNKI"
Akcja tego komediowego musicalu rozgrywa się głównie na wielkim promie, na którym znajdują się dwie przyjaciółki, z showbiznesu, płynące przez Atlantyk. Lorelei to słodka blondynka, która nade wszystko kocha diamenty i wielkie fortuny. Przez co niejednokrotnie pakuje się w kłopoty. Jest zaręczona z młodym milionerem Gusem, ale jego ojciec nie wierzy i nie ufa w miłość dziewczyny. Wysyła jej śladem detektywa, który ma zdobyć kompromitujące materiały potwierdzające podejrzenia ojca. Przyjaciółka Lorelei – przystojna i cyniczna brunetka Dorothy sceptycznie podchodzi do planu Lorelei poszukiwania majętnego męża dla niej.
Godz. 19.30, Kochanka Klubokawiarnia, OKOPOWA 24.

19 MARCA
Planetarny Klub Czytelniczy

Olsztyn

W „Cudzych słowach" Wita Szostaka siedem osób kreśli portret Benedykta. Z każdej opowieści wyłania się inny bohater. Czy twórca najoryginalniejszej z krakowskich restauracji, ukochany uczeń charyzmatycznego filozofa i kochanek dwóch niezwykłych kobiet to na pewno ta sama osoba? Powieść uwodzi wizją śródziemnomorskiej wyspy szczęśliwej i krakowskich mglistych Plant, pachnie świeżo pieczonym chlebem i pilawem z jagnięciną. Powoli odkrywa przed czytelnikiem tajemnicę notesów, pełnych cudzych słów. „Cudze słowa" to ciągłe budowanie i burzenie mitu, zderzanie się różnych wersji i odkrywanie nieuchwytnej prawdy o człowieku. Wit Szostak poszukując w literaturze nieprzetartych szlaków, tworzy nową literacką jakość.
Godz. 17.00, Piłsudskiego 44
(Hala Urania, wejście B1, 1 piętro).

Człowiek odchodzi, a pamięć pozostaje

Z głębokim żalem i smutkiem zawiadamiamy, że 13 marca 2026 r. odeszła od nas nasza kochana Żona, Mama, Babcia i Prababcia

ś. † p.

Nelly Sokołowska-Chromiec

Ceremonia pogrzebowa rozpocznie się 19 marca 2026 r. o godz. 11.30 mszą św. żałobną w Kościele pw. Chrystusa Odkupiciela Człowieka przy ul. Wyszyńskiego, po której nastąpi wyprowadzenie na cmentarz komunalny w Dywitach.

Pogrążona w smutku i żałobie rodzina

24326opb1-a-G

ARKA
USŁUGI POGRZEBOWE
ARKA
Elżbieta Michałowska Anna Michałowska
OLSZTYN (Zatorze), ul. M. Zientary-Malewskiej 2A
89 534 72 42, 605 635 908
OLSZTYN (Jaroty), ul. Herberta 16/24
(wejście od Wilczyńskiego, naprzeciw „Medyka")
89 526 66 01, 605 665 909
www.arkaolsztyn.pl
Całodobowy przewóz zmarłych

13126opb1-a-G

Można odejść na zawsze, by stale być blisko.
Ksiądz Jan Twardowski

Łącząc się w bólu i żałobie, pragniemy przekazać wyrazy głębokiego współczucia oraz słowa wsparcia w tych trudnych chwilach Naszej Koleżance

dr hab. inż.

Renacie Pietrzak-Fiećko

prof. UWM

oraz Jej Rodzinie i Bliskim

z powodu śmierci

Mamy

Koleżanki i koledzy z Katedry Towaroznawstwa i Badań Żywności Wydziału Nauki o Żywności Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie

24526opb1-a-G

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że 15 marca 2026 r. zmarł Nasz Kochany Syn, Brat i Wujek

ś. † p. Paweł Łangalis

Pożegnanie przed kremacją odbędzie się 19 marca 2026 r. (czwartek) od godz. 10.30 do godz. 11.00 w kaplicy przy ul. Mariańskiej. Uroczystość pogrzebowa rozpocznie się 20 marca 2026 r. (piątek) o godz. 14.00 wprowadzeniem na Mszę Świętą Pogrzebową w parafii Świętego Jakuba (katedra) przy ul. Staszica w Olsztynie. Ceremonia pochowania odbędzie się na cmentarzu komunalnym w Olsztynie (Dywity).

Pogrążona w smutku rodzina

24726opb1-a-G

NIERUCHOMOŚCI
sprzedam
WWW.DOMKIHOLENDERSKIE.EU, 503-103-703

PRACA
dam pracę
MĘŻCZYZNĘ lub parę do pracy w gospodarstwie, 502-712-884
ZATRUDNIĘ w gospodarstwie rolnym, 601-772-124

JUŻ OTWARTE! **DOM POGRZEBOWY OLSZTYN-DYWITY**
USŁUGI POGRZEBOWE • NAJNIŻSZE CENY
OFERUJEMY:
*** kremację w naszym krematorium * salę pożegnań z możliwością organizacji mszy pogrzebowej * nowoczesną chłodnię * trumny, urny * limuzynę pogrzebową marki Mercedes**
Dom Pogrzebowy i Krematorium Drejka, Olsztyn, ul. Wadąska 50, tel. 48 731 108 108, e-mail: dompogrzebowy.olsztyn@gmail.com

126otbr-a -G

eprasa.pl cfd84a98dc

OLSZTYNIANKI POWRÓCĄ DO EKSTRAKLASY?

TENIS STOŁOWY\\\ W Olsztynie w 16. kolejce I ligi miało dojść do pojedynku lidera z wiceliderem, jednak ostatecznie olsztynianki wygrały... walkowerem. Natomiast w męskiej Superlidze Dekorglass Działdowo niespodziewanie przegrał 2:3 w Zamościu.

W 15. kolejce English Perfect AZS UWM Olsztyn na wyjeździe niespodziewanie przegrał 3:7 z MRKS Gdańsk, w efekcie sytuacja na szczycie tabeli mocno się skomplikowała. Długo wydawało się bowiem, że olsztynianki w cuglach wygrają rywalizację w grupie północnej I ligi, po czym z mistrzem grupy południowej zagrają o awans do Ekstraklasy. Tymczasem po porażce w Gdańsku realną szansę na zajęcie pierwszego miejsca zyskał drugi klub z Trójmiasta, czyli AZS AWFiS Gdańsk. Musiał „tylko" w 16. kolejce wygrać w stolicy Warmii i Mazur...

W olsztyńskiej ekipie zrobiło się trochę nerwowo, jednak - jak się okazało - niepotrzebnie, bowiem ostatecznie Gdańszczanki na mecz nie dotarły. Okazało się, że AZS AWFiS przegrał z... kłopotami kadrowymi, o czym poinformował w specjalnym oświadczeniu (pisownia oryginalna): „Niestety nasza drużyna z Gdańska nie mogła dotrzeć na spotkanie z powodu braków kadrowych. Od kilku tygodni zaplanowany skład na ten mecz tworzyły: Natalia Bogdanowicz, Wanqi Zhang, Anna Nowakowska oraz Wanessa Kulczycka. Niestety Wanessa Kulczycka, po powrocie z turnieju w Czechach, w ostatniej chwili zachorowała i nie była w stanie dotrzeć na mecz, co spowodowało brak możliwości skompletowania składu. Pozostałe zawodniczki zgłoszone do drużyny w tym terminie miały już wcześniej zaplanowane zobowiązania winnych klubach lub obowiązki służbowe. Bardzo nam przykro z powodu zaistniałej sytuacji. Niestety choroba nie wybiera. Wanessie życzymy szybkiego powrotu do zdrowia i mamy nadzieję, że wkrótce zobaczymy ją ponownie przy stole".

Fot. facebook/AZS UWM

W tej sytuacji olsztynianki są już o krok od wygrania grupy północnej - dwie kolejki przed zakończeniem sezonu English Perfect AZS UWM ma bowiem cztery punkty nad AZS AWFiS, który ma do rozegrania jeden mecz więcej. Ekipa z Olsztyna musi więc wygrać albo 14 kwietnia w Toruniu, albo tydzień później u siebie ze słabym KTSK Luzino. W razie równej liczy punktów wyżej w tabeli będzie AZS UWM, bo ma lepszy bilans bezpośrednich spotkań z AZS AWFiS Gdańsk.

Po zakończeniu sezonu zwycięzca grupy północnej o awans do Ekstraklasy zagra w barażu ze zwycięzcą grupy południowej, którym prawdopodobnie będzie Wamet Dąbcze.

• **Wyniki 16. kolejki:** Stella Niechan Gniezno - Dojlidy Białystok 1:9, KTS Nowy Dwór Mazowiecki - MRKS Gdańsk 3:7, English Perfect AZS UWM Olsztyn - AZS AWFiS Gdańsk 10:0 (walkower), KTSK Luzino - Energa Manekin Toruń 1:9.

PO 16 KOLEJKACH

1. AZS UWM	26	106:54
2. AZS AWFiS*	22	88:62
3. MRKS	22	100:60
4. Manekin	21	95:65
5. Nowy Dwór	18	97:63
6. Bogoria*	18	86:64
7. Dojlidy	14	74:86
8. Agro-Sieć*	11	68:82
9. Luzino*	4	44:106
10. Stella	0	22:138

* mecz zaległy do rozegrania

>>> W 19. kolejce męskiej Superligi Dekorglass niespodziewanie przegrał w Zamościu.

• Trefl Zamość - Dekorglass Działdowo 3:2

Abbasi Amirreza - Lewandowski Patryk 3:1 (11:4, 11:4, 9:11, 11:6), Brodd Viktor - Dyjas Jakub 2:3 (15:13, 4:11, 5:11, 11:3, 5:6), Stecyszyn Jakub - Kulczycki Samuel 3:2 (12:10, 8:11, 11:6, 6:11, 6:3), Abbasi - Dyjas 2:3 (9:11, 6:11, 13:11, 11:7, 3:6), Brodd - Lewandowski 3:1 (11:6, 8:11, 11:5, 11:6)

- Liczyliśmy na zwycięstwo - przyznaje prezes Dekorglassu Ferdynand Chojnowski. - Niestety, w słabszej dyspozycji po niedawnej kontuzji jest Kulczycki. Gdyby był w pełni formy, wtedy poradziłby sobie ze Stecyszynem i wygralibyśmy 3:1.

Być może pewien wpływ na wynik miało zachowanie gospodarzy, którzy dzień przed meczem - wbrew przyjętym zwyczajom - nie udostępnili gościom z Działdowa sali do treningu. Jest to dość istotny szczegół, bo Trefl używa stołów i piłeczek firmy Joola, natomiast w Działdowie króluje sprzęt marki Tibhar. - Niby wygląda to tak samo, ale jednak są różnice, bo na przykład piłeczki obu tych producentów inaczej się odbijają. Gdybyśmy wygrali w Zamościu, wtedy wskoczylibyśmy na drugie miejsce w tabeli, natomiast w tej sytuacji musimy raczej skupić się na obronie czwartej pozycji, by nie wypaść z Final Four - wyjaśnia prezes Chojnowski, a my przypominamy, że po fazie zasadniczej o medale mistrzostw Polski powalczą tylko cztery najlepsze kluby.

Do końca sezonu Dekorglass zagra jeszcze z Polonią Bytom (29 marca w Działdowie), w Toruniu (10 kwietnia) i Gliwicach (12 kwietnia).

• **Inne wyniki:** Dojlidy Białystok - Orlen Bogoria Grodzisk Mazowiecki 1:3, The PLUGiN ASTS Olimpia Grudziądz - Balta AZS AWFiS Gdańsk 2:3, Polonia Bytom - KTS Gliwice 3:0, Energa Manekin Toruń - TTcup.com Polonia Wąchock 3:1.

PO 19 KOLEJKACH

1. Bogoria	50	53:15
2. AZS AWFiS	37	45:31
3. Olimpia	36	47:37
4. Dekorglass	36	45:31
5. Trefl	35	43:33
6. Polonia B.	32	41:36
7. Suchedniów*	28	37:34
8. Manekin	28	42:40
9. Villa Verde**	22	35:41
10. Dojlidy	18	28:47
11. Polonia W.*	10	20:49
12. Gliwice	4	14:56

* mecz zaległy
** 2 mecze zaległe

>>> **16. kolejka ligi mężczyzn:** Poltarex Pogoń Lębork - Balta AZS AWFiS Gdańsk II 6:4, Top Solec Kujawski - Pogoń Mogilno 6:4.

ARTUR DRYHYNYCZ

PO 16 KOLEJKACH

1. Przeźmierowo	25	98:62
2. Morliny*	23	95:55
3. Pogoń L.	22	97:63
4. AZS AWFiS II	21	94:66
5. Griffin's-Spin*	15	76:74
6. Gorzovia	14	76:84
7. Dekorglass II**	13	76:64
8. Top	10	56:104
9. Pogoń M.	7	58:102
10. Ósemka	6	54:106

* mecz zaległy
** 2 mecze zaległe

O PIŁCE

Raków i Lech muszą w czwartek odrabiać straty po porażkach w pierwszych meczach 1/8 finału Ligi Konferencji.
W teoretycznie łatwiejszej sytuacji są piłkarze z Częstochowy, którzy przed tygodniem ulegli we Włoszech Fiorentinie 1:2. Z kolei ekipa z Poznania przegrała u siebie z Szachtarem Donieck 1:3.
Przed rewanżowymi potyczkami ostatnich dwóch przedstawicieli Ekstraklasy na międzynarodowej arenie nie brakuje paradoksów. Raków jako gospodarz - już tradycyjnie - wystąpi w Sosnowcu. By oszczędzić murawę tamtejszego stadionu przełożono zaplanowany na poniedziałek mecz pierwszoligowej... Wieczystej Kraków, która również korzysta z tej areny. Natomiast „Kolejorz" czeka wyjazd, ale... do Krakowa, bo zespół z Doniecka ze względu na wojnę w Ukrainie w tym sezonie przeciwników w europejskich rozgrywkach podejmuje na obiekcie użytkowanym na co dzień przez Wisłę.
W przypadku wyeliminowania Fiorentiny Raków trafi w ćwierćfinale na lepszego z pary Crystal Palace - AEK Larnaka (w Londynie było niespodziewanie 0:0), zaś Lech, jeśli upora się z Szachtarem, zmierzy się ze zwycięzcą rywalizacji AZ Alkmaar - Sparta Praga. Holenderski zespół wygrał pierwszy mecz u siebie 2:1. Drabinka pucharowa jest tak ułożona, że polskie drużyny mogą trafić na siebie w półfinale.
Finał zaplanowano na 27 maja w Lipsku.
Liga Konferencji to trzeci, czyli najniższy szczebel rozgrywek UEFA, ale jest świetną okazją m.in. do zbierania ważnych punktów rankingowych oraz premii finansowych. Głównie dzięki postawie Legii Warszawa i Jagiellonii, które dotarły w poprzedniej edycji do ćwierćfinału LK, w sezonie 2026/27 w europejskich pucharach wystąpi po raz pierwszy pięć polskich zespołów, w tym dwa w kwalifikacjach Ligi Mistrzów.
• **Czwartkowe mecze:** Raków - Fiorentina (18.45 Polsat Sport), Szachtar - Lech (21 Polsat Sport).

PAP

eprasa.pl cfd84a98dc

CRESOVIA LICZY NA UDANĄ WIOSNĘ

PIŁKA NOŻNA\\\ W grupie 1 klasy okręgowej Cresovia na zwycięstwo czekała ponad pół roku, ale wreszcie się doczekała, bowiem w niedzielę w Olsztynie pokonała Warmię. - Wygrywanie to fajne uczucie - przyznaje Marek Pacewicz, prezes Cresovii.

Ostatni raz w okręgówce Cresovia wygrała 7 września (2:0 ze Śniardwami). Na kolejne zwycięstwo musiała poczekać do 15 marca, kiedy to zespół z Górowa Iławeckiego na wyjeździe ograł Warmię. Tym samym w Olsztynie Cresovia zdobyła więcej punktów niż w poprzednich dziewięciu meczach, w których tylko dwa razy udało się jej zremisować. Warto przypomnieć, że trenerem Cresovii jest obecnie Rafał Gajdamowicz, bowiem po fatalnej jesieni z prowadzenia zespołu zrezygnował Mateusz Wierzbowski.

- Zmiana szkoleniowca to najważniejsza, ale nie jedyna zmiana - wyjaśnia Marek Pacewicz, prezes Cresovii. - Sporo zmieniło się także w składzie, można nawet powiedzieć, że jest to nowa drużyna, bo sporo zawodników odeszło - jedni wyjechali na studia, innych wykluczyły obowiązki zawodowe, ponieważ pracują w służbach mundurowych.

Słabe wyniki w rundzie jesiennej były efektem nieobecności wielu z nich, m.in. musieliśmy grać bez podstawowego bramkarza. Z tego powodu teraz radykalnie odmłodziliśmy zespół, wprowadzając do niego juniorów młodszych. Dla przykładu w meczu z Warmią w wyjściowym składzie było ich aż trzech, a czterech kolejnych usiadło na ławce rezerwowych. Wszyscy są oczywiście wychowankami Cresovii. O ile pierwszą bramkę zdobył doświadczony Daniel Wierzbowski, o tyle wynik meczu ustalił zaledwie 17-letni Daniel Szyk, którym interesowały się już piłkarskie akademie Stomilu i Olimpii Elbląg - wyjaśnia prezes Pacewicz.

Daniel Wierzbowski ma już 31 lat, mimo to wiele brakuje mu do Łukasza Pisarzewskiego, który jest o dziesięć lat starszy! - Łukasz gra jako stoper z chłopakami, którzy spokojnie mogliby być jego synami - dodaje ze śmiechem pan Marek. - Zresztą całkiem niedawno grało u nas trzech Dworzańskich - ojciec na bramce, a dwóch jego synów w polu - przypomina na koniec prezes Concordii, dodając: - Nie poddajemy się, tylko walczymy, mając nadzieję, że wiosna będzie już nasza.

• Naki Olsztyn - Orlęta Reszel 3:0 (1:0)
1:0, **2:0** - Błędowski (30, 89), **3:0** - Sudziński (90)

• Warmia Olsztyn - Cresovia Górowo Iławeckie 0:2 (0:1)
0:1 - D. Wierzbowski (43), **0:2** - Szyk (78)

• Śniardwy Orzysz - Victoria Bartoszyce 2:2 (0:1)
0:1 - Szczygielski (41), **1:1** - Jabłoński (47), **2:1** - Kruk (61), **2:2** - Kaplewski (75)

• Stomil II Olsztyn - Gwardia Szczytno 1:1 (0:1)
0:1 - Spirydon (45+3), **1:1** - Trukhan (47)

• **Inne wyniki:** Czarni Olecko - Orzeł Janowiec Kościelny 2:0, Mazur Pisz - Węgoria Węgorzewo 0:2, Mazur Wydminy - Kłobuk Mikołajki 13:1, Błękitni Pasym - Olimpia Olsztynek (przełożony na 13 maja).

GRUPA 1

1. Naki*	37	51:20
2. Gwardia*	35	54:17
3. Olimpia*	35	34:23
4. Orzeł	30	55:31
5. Orlęta	29	45:41
6. Victoria	27	41:27
7. Mazur W.	25	45:38
8. Śniardwy	24	29:27
9. Stomil II	22	43:39
10. Mazur P.*	22	37:35
11. Czarni	19	34:40
12. Błękitni*	18	33:44
13. Węgoria	16	25:49
14. Warmia	15	30:49
15. Cresovia*	12	26:49
16. Kłobuk	9	28:81

* mecz zaległy do rozegrania

Lider grupy 2 niespodziewanie miał kłopoty w Tyrowie, jednak ostatecznie wszystko skończyło się zgodnie z planem. Wynik samobójczym trafieniem otworzył Bartosz Koczara, ale potem zawodnicy z Braniewa trzy razy trafili już do właściwej bramki. Ozdobą meczu było piękne trafienie Kacpra Lichołata z rzutu wolnego.

Największe emocje były natomiast w Turznicy, gdzie po 39 minutach goście z Pasłęka wygrywali 2:1, po czym 18 minut później było już 3:2 dla Płomienia. Ostatecznie mecz zakończył się podziałem punktów, bo do remisu doprowadził Norbert Berdyczko.

Fot. Sandra Drężek/facebook Cresovii

Warmia Olsztyn - Cresovia Górowo Iławeckie 0:2

• Radomniak Radomno - Błękitni Orneta 1:2 (0:1)
0:1 - Kosobucki (35), **1:1** - Bartczak (78), **1:2** - Kosobucki (85)

• KS Tyrowo - Zatoka Braniewo 2:3 (1:2)
1:0 - Koczara (22 samobójcza), **1:1** - Rynkowski (28), **1:2** - Wolak (35), **1:3** - Lichołat (52), **2:3** - Klimek (59)

• Płomień Turznica - Polonia Pasłęk 3:3 (1:2)
0:1 - Łoś (24), **0:2** - Skierkowski (39), **1:2** - A. Sadowski (41 k), **2:2** - Płoski (54), **3:2** - B. Sadowski (57), **3:3** - Berdyczko (71)

• **Inne wyniki:** Motor Lubawa - Jeziorak Iława 1:1, MKS Działdowo - Czarni Rudzienice 1:1, Ossa Biskupiec Pomorski - Kormoran Zwierzewo 4:0, Dąb Kadyny - Polonia Iłowo 2:2, Huragan Morąg - Constract Lubawa (przełożony na 3 czerwca).

ARTUR DRYHYNYCZ

GRUPA 2

1. Zatoka*	43	71:20
2. Błękitni*	38	51:22
3. Constract*	35	51:16
4. Polonia P.*	33	51:20
5. Działdowo	30	49:37
6. Płomień	30	36:41
7. Ossa	26	51:31
8. Jeziorak	25	32:31
9. Motor	22	36:36
10. Radomniak	20	32:42
11. Dąb*	18	26:39
12. Tyrowo*	16	28:45
13. Polonia Ił.	13	28:53
14. Kormoran	11	18:53
15. Huragan**	6	18:50
16. Czarni	5	13:55

* mecz zaległy
** 2 mecze zaległe

O PIŁCE

W 24. kolejce futsalowej Ekstraklasy Constract wygrał na wyjeździe z Dremanem, zdobywając zwycięską bramkę w ostatniej minucie meczu! A już dzisiaj w półfinale Pucharu Polski Lubawianie zagrają w Gliwicach.

• Dreman Opole Komprachcice - Constract Lubawa 2:3 (2:1)
0:1 - Sebastian Grubalski (7), **1:1** - Barański (15), **2:1** - Suchodolski (20), **2:2** - Adriano Lemos (33), **2:3** - Pedro Silva (40)

Ligowy mecz to już historia, ponieważ dzisiaj w półfinale Pucharu Polski Lubawianie na wyjeździe zmierzą się z Piastem Gliwice. Rewanż zostanie rozegrany 25 marca w Lubawie (g. 19). Piast to bardzo niewygodny rywal dla ekipy trenera Dawida Grubalskiego, bo bilans ostatnich dziewięciu meczów między tymi drużynami to siedem zwycięstw Piasta i dwa remisy. Ostatni raz Constract pokonał ekipę z Gliwic w sezonie 2022/23, który zakończył się zdobyciem mistrzostwa Polski przez klub z Lubawy. Od tego zwycięstwa niedawno minęło... 1000 dni.

W drugim półfinale PP Legia Warszawa rywalizuje z Rekordem Bielsko-Biała. Natomiast w niedzielę o godz. 18 Constract podejmie Eurobusa Przemyśl. Zapowiadają się spore emocje, bo czwarty zespół Ekstraklasy zmierzy się z liderem.

• **Inne wyniki:** Widzew Łódź - Śląsk Wrocław 3:3 (2:1), BSF Bochnia - FC Toruń 4:5 (1:2), Futsal Leszno - Ruch Chorzów Futsal 7:2 (3:1), We-Met Futsal Club Kamienica Królewska - Futsal Świecie 7:2 (5:1), Eurobus Przemyśl - Legia Warszawa 3:4 (1:3), Piast Gliwice - AZS UŚ Katowice 7:1 (4:0), Red Dragons Pniewy - Rekord Bielsko-Biała 0:4 (0:1).

DRYH

PO 24 KOLEJKACH

1. Eurobus	66	129:35
2. Piast	60	126:35
3. Leszno	54	109:60
4. Constract	53	122:50
5. Rekord	46	89:47
6. Kamienica	38	86:65
7. Legia	33	90:101
8. FC Toruń	32	72:103
9. AZS UŚ	31	67:113
10. Red Dragons	30	82:76
11. Świecie	24	70:105
12. Dreman	23	63:102
13. Śląsk	20	61:90
14. Widzew	19	70:120
15. Bochnia	17	64:95
16. Ruch	7	46:149

eprasa.pl cfd84a98dc

JUNIORZY ZDERZAJĄ SIĘ ZE ŚCIANĄ

SIATKÓWKA\\\ Tylko jeden sezon w II lidze spędził AZS UWM - olsztyńscy juniorzy wygrali jedynie dwa mecze, w efekcie zajęli ostatnie miejsce w grupie 2. - Niestety, juniorzy w Polsce zderzają się ze ścianą - uważa trener Sergiusz Salski.

Już przed sezonem wiedzieliśmy, że będzie trudno utrzymać się w II lidze, bo nasza grupa była bardzo silna - wyjaśnia trener Sergiusz Salski, asystent Bartosza Bednarczyka. - Warto przypomnieć, że w ubiegłym roku to właśnie dwa kluby z tej grupy wywalczyły awans do I ligi (Augustów i Grodzisk Mazowiecki - red.), chociaż w barażach rywalizowały z sześcioma najlepszymi ekipami z trzech pozostałych grup. No i nasze przewidywania sprawdziły się, niestety, w stu procentach, bo ostatecznie dwa ostatnie miejsca zajęły juniorskie ekipy, z tym że Szkoła Mistrzostwa Sportowego ze Spały nie mogła spaść, bo taki jest regulamin, dlatego zdegradowana została warszawski MOS Wola.

Głównym celem AZS UWM w II lidze było jednak ogrywanie juniorów. - No i ich ograliśmy, z tym że nie przełożyło się to na korzystny wynik - nie ukrywa Salski. - Nie jest to jednak tylko nasz problem, bo jestem właśnie na szkoleniu w Gdańsku, gdzie przedstawiciele Trefla przyznali, że też się z tym borykają. My po prostu w naszym województwie w lidze juniorów nie mamy z kim grać, a III liga też nie jest rozwiązaniem, bo gra tam tylko kilka zespołów, a poza tym poziom jest tam dość niski. Ale że na bezrybiu i rak ryba, więc pewnie teraz po spadku w III lidze ponownie zagrają dwa AZS, czyli juniorzy i kadeci. Nie wiemy tylko, czy będziemy znowu walczyć o awans, bo to miałoby sens tylko wtedy, gdyby z II ligi juniorskie zespoły, tak jak Spała, nie spadały.

> Kiedyś chłopaków można było ogrywać w Młodej Lidze, w której występowało zaplecze plusligowych zespołów. Niestety, z jakichś niezrozumiałych dla mnie powodów projekt ten został zakończony.

Przypomnę, że grali w niej siatkarze do 23. roku życia. Takim sztandarowym przykładem na pożytki płynące z Młodej Ligi jest Kamil Semeniuk. Nikt go nie znał jako młodzika, kadeta czy juniora, dopiero Polska usłyszała o nim po występach w Młodej Lidze. Wtedy nagle wszyscy zaczęli się zachwycać, jaki to utalentowany chłopak. A przecież gdyby nie te rozgrywki, to pewnie jego kariera zakończyłaby się, zanim tak naprawdę by się zaczęła. Niestety, juniorzy zderzają się ze ścianą, bo żaden klub w PlusLidze takiego młodego chłopaka nie weźmie, ba, do I ligi też raczej się nie dostanie, bowiem nawet w II lidze może nie być dla niego miejsca, skoro w KPS Płock występuje Bruno Romanutti, który w 2016 roku z reprezentacją Argentyny zagrał na igrzyskach olimpijskich! Niedawno w Lidze Akademickiej w Krajowie, gdzie doszliśmy do finału, MVP turnieju został chłopak ze zwycięskiej Akademii Górniczo-Hutniczej, który w na co dzień w swoim drugoligowym klubie jest jedynie zmiennikiem! W efekcie każdego roku polska siatkówka gubi takie talenty, dlatego powtórzę: musi ponownie powstać Młoda Liga, albo juniorskie zespoły muszą być objęte opieką w II lidze - kończy Sergiusz Salski.

Fot. AZS UWM

Juniorzy AZS UWM Olsztyn na drugoligowych boiskach spędzili tylko jeden sezon

* W play-offach rywalizują cztery czołowe zespoły, zgodnie za zasadą pierwszy z czwartym i drugi z trzecim. Dwa najlepsze awansują do turnieju finałowego, w którym wystąpią po dwa zespoły z każdej z czterech grup II ligi. Awans do I ligi wywalczą dwa najlepsze kluby. **ARTUR DRYHYNYCZ**

GRUPA 2

1. Płock	55	60:20
2. Camper	55	61:22
3. Kobyłka	54	59:20
4. Belsk Duży	48	56:25
5. Międzyrzec	40	47:37
6. Huragan	36	43:37
7. Metro	25	33:51
8. BAS	24	34:53
9. Kozienice	21	30:54
10. Wola*	17	28:54
11. SMS PZPS 2	13	25:59
12. AZS UWM*	8	19:63

SPRINTEM

SIATKÓWKA\\\ Zakończyły się rozgrywki III ligi. W barażach, których stawką będzie awans do II ligi, zagrają Atak Elbląg i Cresovia Górowo Iławeckie.

• **Wyniki ostatnich meczów:** Huragan Stawiguda - Energa AZS UWM Olsztyn 0:3 (22:25, 17:25, 21:25), SMS 4M ENERGY Działdowo - Panorama Kozłowo 3:0 (25:15, 25:20, 25:18), KPS Gietrzwałd - Atak Elbląg 0:3 (10:25, 22:25, 20:25), Cresovia Górowo Iławeckie - Volley MGR SIGMA Mrągowo 3:0 (25:9, 25:20, 25:17).

TABELA KOŃCOWA

1. Atak	33	38:14
2. Cresovia	32	36:16
3. Huragan	30	33:17
4. AZS UWM	23	27:24
5. Panorama	22	26:24
6. Gietrzwałd	15	19:30
7. Działdowo	13	17:30
8. Mrągowo	0	1:42

KOSZYKÓWKA\\\ **Wyniki 17. kolejki III ligi:** Orka Iława Basketball - Wilki Ełk 77:74, Polonia Pasłęk - AZS Politechnika Gdańska 69:76, Gremi Gdańsk - Arka Gdynia 112:64, JBC Olsztyn - AZS UWM Olsztyn 75:84, Energa Basketball Elbląg - Defenders Kwidzyn 90:82.

PO 17 KOLEJKACH

1. Defenders	31	1456:1141
2. Gremi	31	1542:1127
3. Politechnika	29	1360:1164
4. JBC Olsztyn	28	1390:1310
5. Elbląg**	25	1234:1157
6. AZS UWM*	24	1259:1194
7. Arka*	22	1143:1324
8. Wilki	21	1143:1466
9. Polonia	20	1107:1318
10. Orka	18	956:1389

* mecz zaległy
** 2 mecze zaległe

PIŁKA RĘCZNA\\\ W II lidze mężczyzn w meczu rozegranym awansem z 15. kolejki Handball Team FENIX Bydgoszcz przegrał 25:33 (15:13) z Usarem Kwidzyn.

• **13. kolejka, sobota:** SMS ZPRP I Kwidzyn - Szczypiorniak II Olsztyn (12); **niedziela:** Handball Bydgoszcz - BSMS Bartoszyce (15.30).

II LIGA MĘŻCZYZN

1. BSMS	10*	27	343:258
2. Usar	11	26	358:327
3. Alfa	10	23	349:317
4. SMS ZPRP I	10	23	351:267
5. Wybrzeże II	11	18	357:344
6. SMS ZPRP II	11	12	374:351
7. Bydgoszcz	12	10	349:405
8. Szczypiorniak II	11	3	306:412
9. Wybrzeże III	10	2	284:390

* liczba rozegranych meczów

>>> **8. kolejka II ligi kobiet:** Handball Team FENIX Bydgoszcz - BIOLAB PLAY Ostróda 26:24 (11:14).

II LIGA KOBIET

1. Wąbrzeźno	6*	15	186:154
2. Świdwin	6	15	218:175
3. Brodnica	5	9	168:133
4. Ostróda	6	3	181:200
5. Bydgoszcz	7	3	163:254

* liczba rozegranych meczów

PIŁKA NOŻNA\\\ W Nidzicy rozegrano ostatni turniej halowych rozgrywek kobiet. Po zaciętej rywalizacji najlepsza okazała się Polonia Iłowo.

• **Wyniki:** 16 Dywizja Zmechanizowana – SMS Kurzętnik 4:0, Polonia Iłowo – DKS Dobre Miasto 1:0, Tęcza Biskupiec – Orlęta Reszel 1:1, 16 DZ – DKS 3:0, Kurzętnik – Orlęta 1:2, Polonia – Tęcza 2:1, 16 DZ – Orlęta 3:0, Kurzętnik – Polonia 1:1, DKS – Tęcza 0:0, Orlęta – Polonia 0:2, 16 DZ – Tęcza 3:0, DKS – Kurzętnik 0:1, 16 DZ – Polonia 0:1, Orlęta – DKS 2:0, Tęcza – Kurzętnik 0:0. **DRYH**

TABELA KOŃCOWA

1. Polonia Iłowo	40
2. 16 Dyw. Zmech.	39
3. Tęcza Biskupiec	21
4. Orlęta Reszel	17
5. DKS Dobre Miasto	8
6. SMS Kurzętnik	5

eprasa.pl cfd84a98dc

RANKING NAJLEPIEJ ZAGRYWAJĄCYCH W PLUSLIDZE:
1. MORITZ KARLITZEK (INDYKPOL AZS) - 56 ASÓW; 2-3. WILFREDO LEON (BOGDANKA LUK LUBLIN), MATEUSZ BIENIEK (ALURON CMC WARTA) - PO 45

MOŻEMY BIĆ SIĘ Z NAJLEPSZYMI!

SIATKÓWKA\\\ Gdyby Indykpol AZS wygrał w Rzeszowie, wtedy miałyby szansę zakończyć fazę zasadniczą PlusLigi na trzecim miejscu. Niestety, lepsza okazała się Resovia, co oznacza, że olsztynianie do play-offów pewnie przystąpią z piątego miejsca.

• Asseco Resovia Rzeszów – Indykpol AZS Olsztyn 3:2 (25:23, 23:25, 19:25, 25:16, 15:11)

RESOVIA: Janusz, Poręba (11), Louati (13), Demyanenko (14), Szalpuk (22), Butryn (11), Zatorski (libero) oraz Bucki, Vasina, Shoji, Nowak i Cebulj (4)
INDYKPOL AZS: Tille (5), Karlitzek (25), Lipiński, Halaba (14), Cieślik (11), Hadrava (7), Ciunajtis (libero) oraz Borkowski, Kozub, Majchrzak (5), Szwarc (2) i Janikowski
MVP: Danny Demyanenko

Fot. PAP/Darek Delmanowicz

Danny Demyanenko z Resovii, najlepszy zawodnik poniedziałkowego meczu

Każdy z pięciu setów lepiej zaczynali Rzeszowianie - w pierwszym po mocnych zagrywkach Louatiego było 4:0, w drugim - 2:0, w trzecim i czwartym po 1:0, a w tie-breaku... 5:0.

Olsztynianie jednak zazwyczaj odrabiali straty - dla przykładu w pierwszej partii ze stanu 5:10 wyciągnęli na 13:11, a w tie-breaku z 0:5 na 4:5. Szkoda tylko, że ostatecznie w obu tych przypadkach lepsi okazywali się rywale.

Warto zauważyć, że do wyjściowego składu Indykpolu AZS powrócił Hadrava, który ostatnio był trochę „pod formą". No i w Rzeszowie też nie zachwycił, dlatego zmienił go Szwarc, ale jak się okazało była to roszada z gatunku z deszczu pod rynnę...

- Szkoda zwłaszcza pierwszego seta, bo przegraliśmy go trochę nieszczęśliwie - stwierdził Andrzej Grygołowicz, najbardziej utytułowany olsztyński trener w historii. W końcówce gospodarze prowadzili 23:21, ale Indykpol AZS po raz kolejny doprowadził do remisu, jednak dwa kolejne punkty zdobyli Demyanenko i Szalpuk.

Generalnie dwa pierwsze sety to była zacięta walka, oba zespoły nastawiły się na bezkompromisową zagrywkę, a prowadzenie zmieniało się niczym w kalejdoskopie, dopiero w trzecim secie goście bezdyskusyjnie dominowali na boisku, o czym świadczy wygrana do 19.

I gdy wydawało się, że Indykpol AZS wróci do domu bogatszy o trzy punkty, nagle nastąpiła reaktywacja Resovii. Duża w tym była zasługa Cebulja, który zastąpił chimerycznego Butryna, bo były atakujący Indykpolu AZS często udane akcje przeplatał - i to w decydujących momentach - autowymi atakami. Lepsza gra gospodarzy zbiegła się w czasie ze spadkiem formy olsztynian (trzy zepsute ataki Hadravy), poza tym Resovii tego dnia „diabeł dzieci kołysał", bo po jej zagrywkach piłka aż trzy razy trafiała w taśmę, po czym spadała tuż za siatką po olsztyńskiej stronie. W efekcie goście z Olsztyna zostali wprost rozbici w czwartym secie (do 16), notując dramatycznie słabe statystyki, na przykład zaledwie 11 procent perfekcyjnego przyjęcia.

Rozpędzeni Rzeszowianie z impetem weszli w tie-breaka, zaczynając go od zdobycia pięciu punktów z rzędu. Olsztynianie walczyli (4:5, 9:10, 10:11), ale przy stanie 10:12 Louati dwukrotnie ustrzelił z zagrywki Janikowskiego, który chwilę wcześniej zamienił wykończonego Karlitzka, i było po meczu.

- Porażka zawsze boli, ale trzy sety w naszym wykonaniu były na dobrym poziomie - ocenił trener Daniel Pliński na antenie Radia UWM FM. - Zadowolony jestem z naszej gry, bo jesteśmy na dobrej drodze, żeby bić się z najlepszymi drużynami w Polsce.

- Szkoda, że po raz kolejny niemiecki przyjmujący, który sam zdobył aż 25 punktów, nie miał zbyt wielkiego wsparcia w Hadravie - dodał Andrzej Grygołowicz. - A i Szwarc wiele nie pomógł. Poza tym z każdym kolejnym setem spadała jakość naszej zagrywki. O ile na początku olsztynianie dobrze serwowali (w pierwszym secie tylko raz pomylił się Karlitzek, a Halaba zaliczył dwa asy - red.), o tyle potem spadała moc i celność zagrywki. Mimo wszystko był to dobry, a momentami nawet bardzo dobry, mecz.

Wyjaśnijmy, że w drugim secie olsztynianie zepsuli cztery serwisy (asy Tille i Majchrzaka), w trzecim - siedem (asy Karlitzka i Halaby), w czwartym - sześć (as Cieślika), a w piątym - trzy (as Cieślika). - Na pewno Resovia była lepsza na środku siatki, gdzie dzielił i rządził Demyanenko (Kanadyjczyk atakował z 92-procentową skutecznością, kończąc 11 z 12 ataków - red.). Szkoda, że przez cały mecz nasi środkowi nie zauważyli, że gdy Demyanenko wchodził z lewej strony, wtedy atakował na lewo, a gdy wchodził ze środka boiska, wówczas atakował w prawo. Tymczasem blok Indykpolu AZS wciąż skakał odwrotnie, w efekcie kanadyjski środkowy zazwyczaj atakował praktycznie bez bloku. Jak to mówią, wchodził jak w masło - dodał na koniec trener Grygołowicz.

Jeśli Indykpol AZS zakończy fazę zasadniczą na piątym miejscy, wtedy w play-offach zapewne trafi na Resovię. Przypominamy, że gra się do dwóch zwycięstw: pierwszy mecz odbędzie się w Rzeszowie, drugi w Olsztynie, a trzeci - jeśli będzie remis - ponownie w Rzeszowie.

* Po oddaniu gazety do druku zakończyły się zaległy mecze Cuprum Stilon Gorzów - ZAKSA Kędzierzyn-Koźle (23. kolejka) i Energa Trefl Gdańsk - Bogdanka LUK Lublin (21.).

ARTUR DRYHYNYCZ

MECZE DO ROZEGRANIA
>>> **23. kolejka, środa:** Barkom Każany Lwów - PGE GiEK Skra Bełchatów (17.30); **czwartek:** Asseco Resovia Rzeszów - JSW Jastrzębski Węgiel (20)
>>> **14. kolejka, sobota:** Aluron CMC Warta Zawiercie - ZAKSA Kędzierzyn-Koźle (14.45), InPost ChKS Chełm - PGE Projekt Warszawa (17.30), Bogdanka LUK Lublin - Steam Hemarpol Politechnika Częstochowa (20); **niedziela:** JSW Jastrzębski Węgiel - Indykpol AZS Olsztyn (14.45), Asseco Resovia Rzeszów - Ślepsk Malow Suwałki (17.30), PGE GiEK Skra Bełchatów - Cuprum Stilon Gorzów (20); **poniedziałek:** Barkom Każany Lwów - Energa Trefl Gdańsk (17.30)

PLUSLIGA

1. Warta	59	65:25
2. Projekt	51	57:33
3. LUK*	47	58:39
4. Indykpol AZS	46	59:45
5. Resovia*	45	55:36
6. Jastrzębski*	39	49:43
7. Skra*	38	46:45
8. Trefl*	36	51:49
9. ZAKSA*	36	54:53
10. Ślepsk	28	41:60
11. Barkom*	24	39:60
12. Stilon*	24	37:57
13. InPost	23	32:62
14. Politechnika	17	32:68

* mecz zaległy do rozegrania

eprasa.pl cfd84a98dc

GAZETA OLSZTYŃSKA

18 marca 2026 r

Mistrzowie Agro

ROLNIK ROKU 2025

Mistrzowie AGRO

**Franciszek Kamiński,
Krzykały**

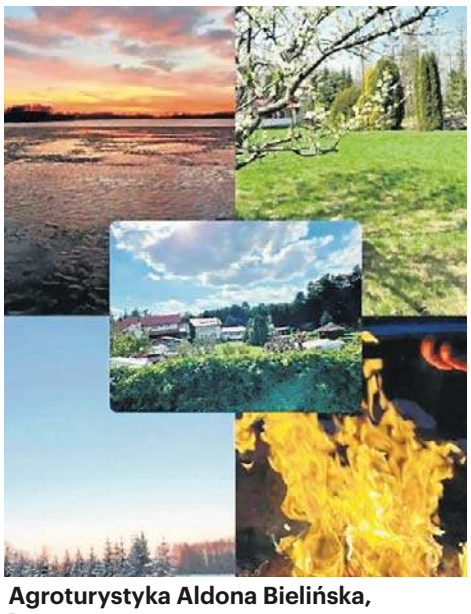
LIDER/LIDERKA SPOŁECZNOŚCI LOKALNEJ

**Małgorzata Rojek,
KGW Warmianki Żelazna Góra**

KOŁO GOSPODYŃ WIEJSKICH ROKU

**KGW Kurki z Klasą,
gmina Działdowo**

GOSPODARSTWO AGROTURYSTYCZNE ROKU

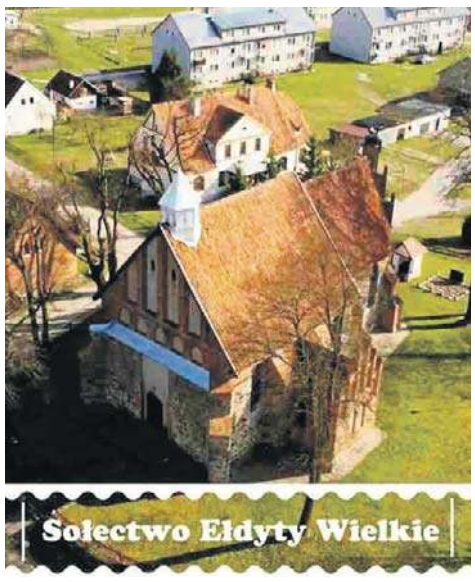


**Agroturystyka Aldona Bielińska,
Lutry**

SOŁTYS ROKU

**Karolina Więckowska,
Sołectwo Krasnołąka, gmina Działdowo**

SOŁECTWO ROKU



**Sołectwo Ełdyty Wielkie,
gmina Lubomino**

NADLEŚNICZY ROKU

Mistrzowie AGRO

**Zbigniew Poniatowski,
Nadleśnictwo Olecko**

Patroni honorowi:

Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi

Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi
Stefan Krajewski

ARiMR
Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa

Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa

Partnerzy plebiscytu:

Targi Kielce
exhibition & congress centre

agrotech

eprasa.pl cfd84a98dc

MISTRZOWIE AGRO 2025 POZNAJ LAUREATÓW Z WOJEWÓDZTWA I KRAJU. ZOBACZ WIĘCEJ ZDJĘĆ Z GALI NA STREFAAGRO.PL

Uhonorowaliśmy Mistrzów, którzy tworzą polską wieś

Anna Bilska
oprac. ab

Podsumowaliśmy akcję Mistrzowie Agro 2025. Najlepsi sołtysi, rolnicy i liderzy społeczności odebrali nagrody za promowanie wsi. Tytuły powędrowały też do sołectw, KGW i agroturystyk.

Plebiscyt Mistrzowie Agro to wielka akcja prezentująca życie polskiej wsi i jej mieszkańców, ich działania i sukcesy. Kandydatów do nagród nominowali partnerzy, patroni akcji i dziennikarze, swoje propozycje mogli zgłaszać także Czytelnicy.

Zwycięzców nagrodziliśmy w sobotę, 14 marca, w Targach Kielce, podczas 31. Międzynarodowych Targów Techniki Rolniczej Agrotech 2026 i 25. Targów Przemysłu Drzewnego i Gospodarki Zasobami Leśnymi LasExpo.

Podczas gali uhonorowaliśmy laureatów w siedmiu plebiscytowych kategoriach w każdym województwie (pełną listę laureatów wojewódzkich plebiscytu Mistrzowie AGRO 2025 znajdziesz na naszej stronie internetowej).

Nagrodziliśmy też laureatów ogólnopolskich w każdej z kategorii. Oto oni!

Rolnik Roku - I miejsce: Rafał Kaleciński, Galonki (woj. łódzkie), II miejsce: Krystyna Tkaczyk, Krasne (woj. lubelskie), III miejsce: Izabela i Mateusz Osajda, Przykona (woj. wielkopolskie).

Sołtys Roku - I miejsce: Ewa Krasowska, Sołectwo Nowosiedlice, gmina Dobroszyce (woj. dolnośląskie), II miejsce: Gabriela Dorota Molka, Sołectwo Aleksandrów, gmina Sanniki (woj. mazowieckie), III miejsce: Jan Trzybiński, Sołectwo Zębowo, gmina Lwówek (woj. wielkopolskie).

Liderka/Lider Społeczności - I miejsce: ks. dr Grzegorz Kaliszewski, Złota (woj. świętokrzyskie), II miejsce: Krzysztof Ksobiak, Występ, Zakład Karny w Potulicach (woj. kujawsko-pomorskie), III miejsce: Teresa Richoz, Fundacja Biegamy Polesie z Polesia (woj. łódzkie).

Nadleśniczy Roku - I miejsce: Grzegorz Wojtanowski, Nadleśnictwo Gromnik (woj. małopolskie), II miejsce: Maciej Młynarczyk, Nadleśnictwo Człopa (woj. zachodniopomorskie), III miejsce: Jacek Śliwiński, Nadleśnictwo Gubin (woj. lubuskie).

Koło Gospodyń Wiejskich - I miejsce: KGW Dziewczyny z Pazurem Czerwona Wola, gmina Sieniawa (woj. podkarpackie), II miejsce: KGW Złoty Kłos, gmina Wołów (woj. dolnośląskie), III miejsce: KGW Masłowianki Masłowo, gmina Rawicz (woj. wielkopolskie).

Agroturystyka Roku - I miejsce: Kraina Dolnej Wisły, Zła Wieś (woj. kujawsko-pomorskie), II miejsce: Agroturystyka JUDYTA, Korfantów (woj. opolskie), III miejsce: Agroturystyka Domek Młynarza, Osola (woj. dolnośląskie).

Sołectwo Roku - I miejsce: Sołectwo Przysietnica, gmina Brzozów (woj. podkarpackie), II miejsce: Sołectwo Włocin-Kolonia, gmina Błaszki (woj. łódzkie), III miejsce: Sołectwo Pazurek, gmina Olkusz (woj. małopolskie).

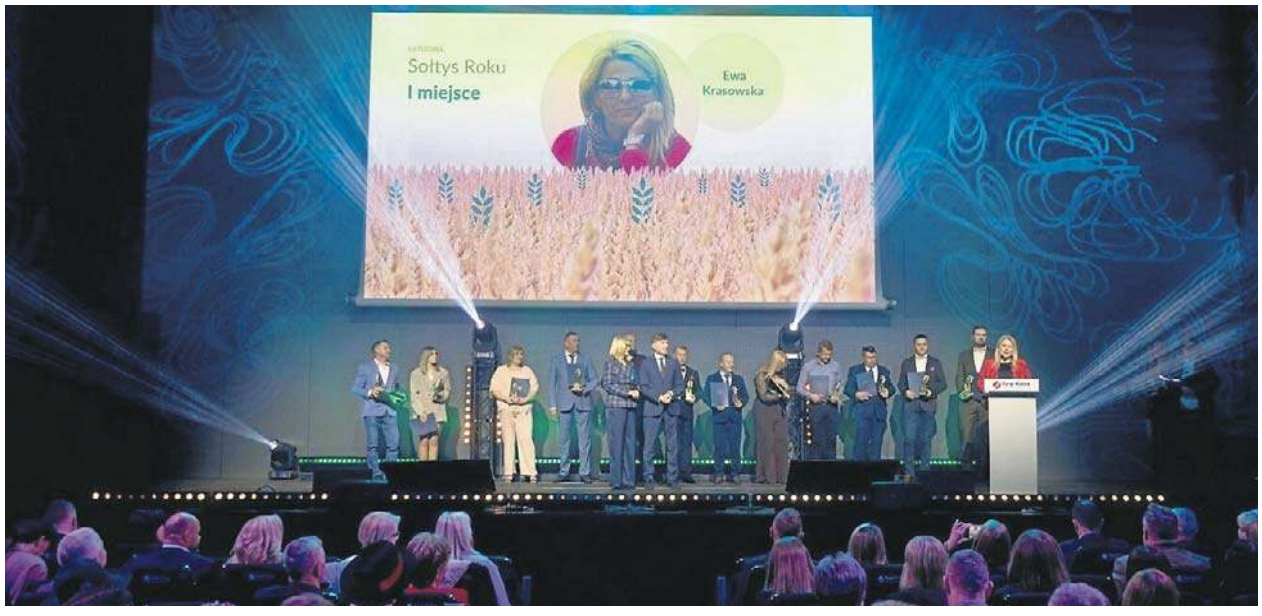
Galę uświetniło też wielu innych wspaniałych gości

Mistrzom Agro gratulowali między innymi: poseł Henryk Smolarz, Renata Janik (marszałek województwa świętokrzyskiego), Andrzej Mochoń (prezes Targów Kielce SA), Dariusz Kołacz (prezes Makroregionu Południe Polska Press Grupy) oraz Rafał Piasecki (dyrektor marketingu Polska Press Grupy) i Kamila Kalinowska (koordynatorka plebiscytu). Galę ze swadą poprowadziła Anna Gleisner.

Nowością podczas wydarzenia była nagroda dla Nadleśniczego Roku. Ten tytuł otrzymał Grzegorz Wojtanowski z Nadleśnictwa Gromnik. - To ogromne wyróżnienie dla całego nadleśnictwa, którym mam zaszczyt kierować, wszystkich jego pracowników. To też docenienie pracy i wszystkiego, co robimy dla polskich lasów - mówił laureat.

Nie zabrakło też artystycznego akcentu. Na scenie zaprezentowało się Koło Gospodyń Wiejskich Dziewczyny z Pazurem z Czerwonej Woli w gminie Sieniawa na Podkarpaciu. Panie specjalnie z okazji gali Mistrzów Agro przygotowały trzy pełne humoru utwory. Publiczność bawiła się doskonale!

Gala była również okazją do ważnych rozmów dotyczących rolnictwa. W Targach Kielce odbyła się debata „Rolnictwo w rytmie intensywnych zmian. Co dziś oznacza nowoczesność w gospodarstwie?". Gośćmi Agaty Wodzień-Nowak, redaktor serwisu StrefaAgro.pl, byli: dr Jacek Skudlarski (wykładowca ze Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie), Agata Stachowiak (rolniczka „Księgowa Rolnika"), Agnieszka Pietrzak (dyrektor Świętokrzyskiego Ośrodka Doradztwa Rolniczego), dr Andrzej Mochoń (prezes Targów Kielce SA).



eprasa.pl cfd84a98dc

eprasa.pl cfd84a98dc

ROLNIK ROKU MIEJSCE I

Franciszek Kamiński

Rolnictwo towarzyszy Mu od dziecka. Już jako mały chłopiec mógł przyglądać się specyfice zawodu rolnika, chłonąć wiedzę związaną z uprawą roślin i hodowlą zwierząt, a także stopniowo zarażać się pasją do natury i pracy na roli. Jednak rolnictwo nie było Jego pierwszym wyborem. Zainteresował się tą pracą, kiedy stracił poprzednie stanowisko na skutek likwidacji zakładu.

Franciszek Kamiński z miejscowości Krzykały dziś specjalizuje się w hodowli bydła mlecznego, produkcji mleka i uprawie pól. Jak sam przyznaje zwycięzca, pracy przy zwierzętach nie brakuje. Nie ma sztywnych godzin od - do. Dzień zaczyna od dojenia zwierząt, następnie przychodzi czas na karmienie i opiekę nad inwentarzem. Potem pan Franciszek ma krótką chwilę dla siebie na szybki obiad, a następnie wraca do kolejnych obowiązków. Od wiosny do jesieni dochodzą do tego prace polowe. Krótko mówiąc, na wsi pracy nie brakuje i na nudę nie można narzekać.

Zapytany o to, co w ostatnim czasie zmieniło się w rolnictwie, mówi, że wiele rzeczy poszło do przodu, pojawiło się wiele udogodnień, które usprawniają pracę, dzięki postępującej mechanizacji rolnictwa m.in. o wiele łatwiej dbać o zwierzęta np. przy dojeniu zwierząt. Niezmienna pozostaje chęć do pracy i zapał do tego, co robi.

A co w chwilach wolnych od pracy? Na pewno nie zamyka się w domu. Pan Franciszek chętnie spędza czas na świeżym powietrzu podczas spacerów oraz jazdy na rowerze.

MIEJSCE II

Cezary Dałkowski

Cezary Dałkowski (Świniarc) mieszka na wsi od dziecka. Gospodarstwo, na którym się wychował, było w rodzinie przekazywane z pokolenia na pokolenie. Uprawę warzyw zapoczątkował Jego dziadek. Od najmłodszych lat pana Cezarego interesowało to, czym zajmują się rodzice, i lubił im przy tym pomagać. Od dziecka chciał być rolnikiem, zamiłowanie do warzywnictwa sprawiło, że wybrał studia rolnicze, żeby jeszcze bardziej dokształcić się w tym kierunku. Już wtedy wiedział, że to będzie Jego praca, która, jak się później okazało, przerodziła się w pasję. Najbardziej w swojej pracy lubi to, że sam sobie jest szefem. A w życiu na wsi docenia się ciszę, świeże powietrze i kontakt z naturą. Największą satysfakcję sprawia Mu widok rosnących roślin, które własnoręcznie wysiał. Chociaż z roku na rok jest coraz trudniej z powodu pogody i zmieniających się cen, praca wciąż sprawia panu Cezaremu satysfakcję. Poza obowiązkami w gospodarstwie interesuje się także meteorologią. Zawsze fascynowały Go zmiany pogody. Szczególnie lubi patrzeć na nadchodzącą burzę.

MIEJSCE III

Piotr Wróblewski

Trzecie miejsce w kategorii Rolnik Roku w województwie warmińsko-mazurskim zdobył Piotr Wróblewski z miejscowości Zalec. Jego gospodarstwo rolne specjalizuje się w produkcji roślinnej i jest przykładem konsekwentnej, przemyślanej pracy w rolnictwie.

Piotr Wróblewski wyróżnia się zaangażowaniem i pasją, które przekładają się na efektywne prowadzenie gospodarstwa. Sukces w plebiscycie Mistrzowie Agro pokazuje, że systematyczna praca, dbałość o rozwój i otwartość na nowe rozwiązania przynoszą widoczne efekty i zasługują na uznanie.

Jego podejście do prowadzenia gospodarstwa pokazuje, że nowoczesne rolnictwo może łączyć efektywność z troską o środowisko. To wyróżnienie jest także dowodem na znaczenie pasji i konsekwencji w osiąganiu sukcesów w rolnictwie. Otrzymana nagroda stanowi motywację do dalszego rozwoju oraz podejmowania kolejnych wyzwań zawodowych. Jest również powodem do dumy dla lokalnej społeczności i przykładem dla innych rolników z regionu.

SOŁTYS ROKU MIEJSCE I

Karolina Więckowska

Nasza zwyciężczyni jest sołtysem pierwszą kadencję. Decyzja o kandydowaniu zrodziła się z rozmów i namowy znajomych oraz mieszkańców wsi, którzy dostrzegli w Niej osobę zaangażowaną i gotową działać na rzecz lokalnej społeczności. Zdecydowała się więc kandydować i uzyskała stuprocentowe poparcie mieszkańców. Od początku wiedziała, że chce w pełni poświęcić się tej funkcji i aktywnie pracować na rzecz rozwoju Krasnołąki w gminie Działdowo. - Największy sens mojej pracy widzę w codziennych rozmowach z mieszkańcami oraz w momentach, gdy mogę realnie pomóc lub wesprzeć ich w różnych sprawach. Satysfakcję daje mi również, to gdy mieszkańcy chętnie angażują się w działania na rzecz wsi i widzę, że wspólne inicjatywy zbliżają ludzi do siebie. To właśnie te drobne, codzienne sytuacje pokazują mi, że moja praca ma znaczenie - wyznaje Karolina Więckowska. Najtrudniejsze w byciu sołtysem, Jej zdaniem, jest pogodzenie wielu obowiązków życia rodzinnego, nauki, prowadzenia domu oraz małego gospodarstwa domowego z pracą na rzecz wsi. Natomiast największą radość daje Jej możliwość integrowania mieszkańców oraz obserwowanie, jak wspólne działania przynoszą efekty. W swojej działalności stawia przede wszystkim na otwartość, rozmowę i współpracę. Zależy Jej na tym, aby każdy mieszkaniec czuł się wysłuchany i ważny: - Wierzę, że mieszkańcy chcą wspólnie działać na rzecz wsi i że tylko poprzez integrację oraz wzajemne wsparcie możemy tworzyć silną, zgraną społeczność.

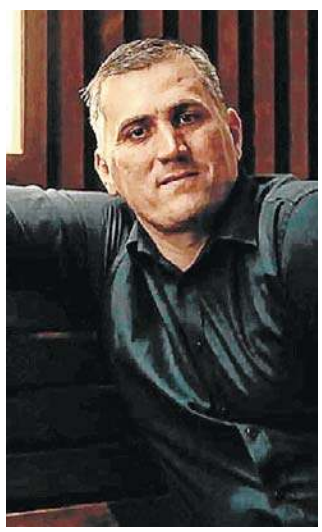
MIEJSCE II

Iwona Flohr-Banaszek

Iwona Flohr-Banaszek, reprezentująca sołectwo Molza w gminie Łukta została gospodarzem wsi w połowie 2024 roku. Nie myślała o zostaniu sołtysem, choć zawsze starała się brać udział w różnych wydarzeniach w wiosce, bo sprawiało Jej to ogromną przyjemność. Zauważyli to mieszkańcy i zaproponowali pani Iwonie, aby została sołtysem. Zapytana o trudy w pełnieniu tej funkcji, wspomina o tym, że czasami trudno zaangażować do pomocy wszystkich mieszkańców, a niektóre inicjatywy wymagają ogromnego nakładu pracy. Ogromną radość natomiast daje wspólne działanie mieszkańców oraz wszelkie przejawy integracji społeczności. Ceni sobie także wzajemny szacunek. - Rozmowy z mieszkańcami, spotkania, wprowadzanie w życie pomysłów, propozycji mieszkańców. Sołtys sam nie wiele może zrobić, to mieszkańcy dają mi siłę i motywację, dlatego zawsze słucham ich głosów - podsumowuje wyróżniona sołtys. W wolnych chwilach uwielbia spędzać czas w wiosce. Ma dom, w którym zawsze jest coś do zrobienia, opiekuje się też seniorką, a to wymaga mnóstwa poświęcenia i troski. Zatem na nudę nie narzeka.

MIEJSCE III

Marek Krysiak



Zdobywca trzeciego miejsca w kategorii Sołtys Roku, Marek Krysiak (Sołectwo Rozogi, gmina Rozogi) pełni funkcję gospodarza wioski od roku. Był to dla Niego to czas intensywnej nauki, wyzwań, ale też ogromnej satysfakcji. Od pierwszego dnia przyświeca Mu jeden cel: działać wspólnie dla dobra wsi. Wierzy, że prawdziwa siła tkwi w jedności i współpracy. Dlatego wszystkie inicjatywy, które podejmuje, chce realizować razem z mieszkańcami - w duchu wspólnoty, otwartości i wzajemnego szacunku. Wiele już udało się zrobić, dzięki czemu wieś staje się coraz piękniejsza, bardziej zintegrowana i nowoczesna. Pan Marek szczególnie dumny jest z tego, że w wiosce nie brakuje ludzi, którym zależy na miejscu, w którym żyją. To właśnie pomysły mieszkańców, pomoc i wsparcie sprawiają, że praca ma sens i przynosi realne efekty. Każda inicjatywa, nawet najmniejsza, jest cegiełką w budowaniu wspólnej przyszłości. Nominacja w naszym plebiscycie była dla Niego ważnym wyróżnieniem, ponieważ stanowiła dowód, że kierunek, w którym rozwija się miejscowość, jest właściwy.

eprasa.pl cfd84a98dc

LIDERKA/LIDER SPOŁECZNOŚCI ROKU MIEJSCE I

Małgorzata Rojek

Od zawsze chciała integrować społeczność, organizować takie przedsięwzięcia, które sprawią, że mieszkańcy gminy będą robili coś wspólnie. Jej ulubionym hasłem przewodnim jest bowiem: „razem możemy więcej". Duże znaczenie dla Małgorzaty Rojek z KGW Warmianki Żelazna Góra ma integracja międzypokoleniowa mieszkańców. - Bardzo miło wspominam i chętnie organizuje spotkania wielopokoleniowe, np. Dzień Babci i Dziadka lub spotkania wigilijne, podczas których przy jednym stole zasiadają dzieci, rodzice i dziadkowie. Bardzo lubię i z ogromną przyjemnością organizuję bale charytatywne, podczas których zbieramy fundusze na leczenie chorych dzieci, wiele lat kwestujemy WOŚP. Zawsze podkreślam, że udaje się to tylko dlatego, że mam wokół siebie ludzi chętnych do pomocy i bezinteresownych - wyjaśnia Liderka Społeczności Roku. Zaznacza, że chciałaby zrobić dużo więcej, ciągle ma nowe pomysły i wielkie plany, by w Żelaznej Górze ludziom żyło się lepiej i prościej. - Chciałabym, by ludzie mieszkający w mojej okolicy byli zadowoleni z życia, jakie wiodą. By każdy z nich mógł powiedzieć, że ma na kogo liczyć i do kogo zwrócić się o pomoc w razie potrzeby. By przyjemnie było wyjść poza swoje podwórko i by można było szczerze powiedzieć: „nasza wieś jest piękna i nie chciałabym mieszkać nigdzie indziej" - wyznaje pani Małgorzata. Gdyby miała wskazać jakąś trudność w tej działalności, to byłaby to za krótka doba. Chciałaby mieć więcej godzin w ciągu dnia, aby zrealizować swoje pomysły.

MIEJSCE II

Teresa Barszcz-Ward

- Jakoś nie potrafię żyć bez takiego działania i realizowania, wydawałoby się, zwariowanych pomysłów. Radość ludzi jest mi potrzebna jak oddychanie i ładuje moje akumulatory. Tak naprawdę działam chyba od zawsze, bo pamiętam, że już jako dziecko, robiłam pozytywne zamieszanie. Zawsze miałam wokół siebie wianuszek dzieci, później ogólnie ludzi - wyznaje Teresa Barszcz-Ward z KGW Sępopol. Jest przy tym optymistką i patrzy na świat z uśmiechem. Zapytana o jedną akcję, która szczególnie zapadła Jej w pamięć, odpowiedziała, że było tego zbyt dużo i bardzo trudno wybrać jedno przedsięwzięcie. Jej zdaniem nie jest trudno być liderem społeczności, pod warunkiem że ma się odpowiednie cechy. Wynagrodzeniem dla pani Teresy są słowa wdzięczności oraz okazywana radość w postaci uśmiechu i miłych słów, np. takich jak te, które kiedyś usłyszała: „fajnie, że jesteś, bo jak by ciebie nie było, musielibyśmy sobie ciebie wymyślić". Nasza laureatka chciałaby, aby mieszkańcy Sępopola byli dumni i kochali swoją miejscowość tak jak pani Teresa: - Ja tu stworzyłam swoją bajkę i tworzę ją do dziś.

MIEJSCE III

Magdalena Lisowska

Magdalena Lisowska (Siedliska) zdecydowała się działać na rzecz swojej społeczności, ponieważ zauważyła, że wiele codziennych problemów można rozwiązać szybciej i skuteczniej poprzez wspólne zaangażowanie. - Staram się przekazywać ludziom wokół – oraz kolejnym pokoleniom – wartość rozwoju i samodzielności. Organizując kursy i szkolenia, pokazuję, że wiedza i umiejętności są realnym narzędziem zmiany: pomagają zdobyć pewność siebie, otwierają nowe możliwości zawodowe i społeczne oraz wzmacniają poczucie sprawczości. Zależy mi na tym, aby uczestnicy uczyli się nie tylko konkretnych kompetencji, ale także postawy ciągłego uczenia się, odpowiedzialności za własny rozwój i gotowości do dzielenia się wiedzą z innymi - mówi pani Magdalena. Największą radość daje Jej obserwowanie realnej zmiany u ludzi – momenty, w których uczestnicy kursów i szkoleń nabierają pewności siebie, zdobywają nowe kompetencje i zaczynają samodzielnie działać. Chciałaby, aby mieszkańcy opisywali swoją miejscowość jako miejsce otwarte, wspierające i dające możliwości rozwoju, a ludzi, którzy ją tworzą.

NADLEŚNICZY ROKU MIEJSCE I

Zbigniew Poniatowski

Zbigniew Poniatowski, nadleśniczy Nadleśnictwa Olecko, zdobył pierwsze miejsce w województwie warmińsko-mazurskim w kategorii Nadleśniczy Roku w plebiscycie Mistrzowie Agro. Wyróżnienie to jest uznaniem dla Jego profesjonalizmu, odpowiedzialnego zarządzania i konsekwentnej pracy na rzecz ochrony lasów oraz środowiska naturalnego.

Laureat zarządza Nadleśnictwem Olecko, które obejmuje ponad 20 tys. ha terenów leśnych w północno-wschodnim zakątku Polski, na obszarze województw warmińsko-mazurskiego i podlaskiego. Nadleśnictwo obejmuje 13 gmin, charakteryzuje się niskim zaludnieniem, bogactwem przyrody i atrakcyjnym krajobrazem, a jego działalność obejmuje zarówno ochronę środowiska, jak i edukację ekologiczną oraz współpracę z lokalną społecznością.

Zbigniew Poniatowski jest ceniony za skuteczne kierowanie nadleśnictwem, inicjatywy w zakresie zrównoważonego gospodarowania lasami oraz promowanie świadomości ekologicznej w regionie, stanowiąc wzór nowoczesnego i odpowiedzialnego nadleśniczego.

Jego działania mają realny wpływ na poprawę stanu środowiska naturalnego i ochronę lokalnej fauny oraz flory. Dzięki zaangażowaniu i pasji Poniatowskiego Nadleśnictwo Olecko stało się przykładem dobrze zarządzanej jednostki leśnej w Polsce. I to właśnie docenili głosujący.

MIEJSCE II

Edward Studziński

Zdaniem głosujących w naszym plebiscycie, nadleśniczym, który szczególnie zasługuje na wyróżnienie, jest Edward Studziński. Zarządza On Nadleśnictwem Wielbark, terenem położonym na progu Mazur między Kurpiowszczyzną a Krainą Wielkich Jezior. Administracyjnie obszar nadleśnictwa leży w południowej części województwa warmińsko – mazurskiego, w powiatach szczycieńskim i nidzickim, oraz w północnej części województwa mazowieckiego w powiecie przasnyskim. To wyjątkowy teren, a sprawowanie nam nim pieczy należy do niełatwych zadań. Dlatego też, zdaniem Czytelników, warto docenić osobę, swoją pracą i zaangażowaniem dba o to, aby nadleśnictwo funkcjonowało sprawnie, tereny leśne były chronione, a przyroda i walory krajobrazowe regionu zachowane dla przyszłych pokoleń.

Wysokie miejsce pana Edwarda w naszym plebiscycie to także swoista nagroda dla całego nadleśnictwa i powód do dumy dla wszystkich ludzi, którzy codziennie z zaangażowaniem pracują na rzecz ochrony lokalnej przyrody.

MIEJSCE III

Arkadiusz Malinowski

Arkadiusz Malinowski, nadleśniczy Nadleśnictwa Ełk, zdobył trzecie miejsce w województwie warmińsko-mazurskim w kategorii Nadleśniczy Roku w plebiscycie „Mistrzowie Agro". Wyróżnienie to jest wyrazem uznania dla jego profesjonalizmu, odpowiedzialnego zarządzania oraz zaangażowania w ochronę lasów i środowiska naturalnego.

Arkadiusz Malinowski jest ceniony za skuteczne kierowanie nadleśnictwem, inicjatywy w zakresie ochrony przyrody oraz współpracę z lokalnymi społecznościami. Dzięki Jego pracy Nadleśnictwo Ełk funkcjonuje sprawnie, promując zrównoważone gospodarowanie lasami i edukację ekologiczną w regionie.

Laureat zarządza Nadleśnictwem Ełk, które obejmuje rozległe obszary leśne we wschodniej części województwa warmińsko-mazurskiego. Nadleśnictwo podzielone jest na trzy obręby leśne i 16 leśnictw, obejmując tereny o dużym zróżnicowaniu krajobrazowym - od jeziora Gawlik na północy po granice miasta Grajewo na południu, a od wschodu do miejscowości Kalinowo i Cimochy.

eprasa.pl cfd84a98dc

KGW ROKU MIEJSCE I

KGW Kurki z Klasą

KGW Kurki z Klasą z gminy Działdowo powstało z potrzeby integracji mieszkanek wsi oraz chęci wspólnego działania na rzecz lokalnej społeczności. Ważnym impulsem była także chęć pokazania, że kobiety na wsi mają pomysły, energię i realny wpływ na życie swojej miejscowości. - Dziś „Kurki z Klasą" najbardziej napędza pasja i zaangażowanie jego członkiń, potrzeba wspólnego działania oraz satysfakcja z realizowanych inicjatyw. Motywacją jest radość ze spotkań, możliwość rozwijania swoich talentów, organizowanie wydarzeń dla mieszkańców oraz promowanie lokalnej tradycji w nowoczesny i atrakcyjny sposób. Koło napędza również poczucie wspólnoty, wzajemna życzliwość oraz przekonanie, że nawet małe działania mogą przynosić duże, pozytywne zmiany w życiu lokalnej społeczności - przedstawia zwycięskie KGW Katarzyna Banaś. Kurki z Klasą najbardziej dumne są ze wspólnoty i atmosfery, którą udało Im się stworzyć oraz z tego, że pielęgnują lokalne tradycje i przekazują je dalej, jednocześnie pokazując, że można to robić w nowoczesny i atrakcyjny sposób. Koło Gospodyń Wiejskich Kurki z Klasą pełni dziś ważną rolę integracyjną i społeczną w życiu lokalnej społeczności. Jest miejscem spotkań, współpracy i wspólnego działania, które łączy mieszkańców w różnym wieku oraz sprzyja budowaniu dobrych relacji sąsiedzkich. To także przestrzeń do rozwoju osobistego Jej członkiń, odkrywania talentów i wiary we własne możliwości: - To miejsce, w którym rodzą się przyjaźnie, dobre emocje i energia do dalszego działania.

MIEJSCE II

KGW Kosewianki w Kosewie

KGW Kosewianki w Kosewie z gminy Mrągowo zajmują zaszczytne drugie miejsce w województwie warmińsko-mazurskim. To wyjątkowe wyróżnienie, które stanowi dowód uznania dl koła ze strony społeczności za ogromne zaangażowanie na rzecz lokalnej wspólnoty.

KGW Kosewianki aktywnie działają rzecz pielęgnowania tradycji lokalnych oraz integracji społeczności. Ich celem jest promowanie wyrobów rękodzieła ludowego i artystycznego, które są ważnym elementem dziedzictwa kulturowego regionu. I które zasługują na szacunek oraz kultywowanie.

Ich aktywność obejmuje szereg działań dla dobra wspólnoty. Organizują różnorodne warsztaty w szczególności dla kobiet i dzieci, podczas których przekazują wiedzę o tradycjach, rozwijają kreatywność oraz zachęcają do twórczego spędzania czasu. Aktywnie włączają się także w organizację imprez integrujących mieszkańców, sprzyjających budowaniu więzi miedzy pokoleniowej i wzmacnianiu lokalnej wspólnoty.

MIEJSCE III

KGW Mazurskie Słowianki Półwieś

Impulsem do powstania KGW Mazurskie Słowianki Półwieś z gminy Zalewo była przede wszystkim chęć ożywienia miejscowości i potrzeba stworzenia miejsca, które stałoby się sercem wioski. Jako grupa aktywnych kobiet, czuły, że mają w sobie mnóstwo pomysłów i energii, którymi chcą się dzielić. - Dziś najbardziej napędza nas satysfakcja z tego, co udaje nam się wspólnie stworzyć. Widok uśmiechniętych mieszkańców na organizowanych przez nas wydarzeniach oraz fakt, że nasze „Mazurskie Słowianki" stały się rozpoznawalną marką promującą lokalne smaki i rękodzieło, daje nam ogromną motywację. Napędzają nas też nasze wspólne spotkania – ta kobieca energia, wzajemne wsparcie i świadomość, że razem możemy więcej. Każdy nowy pomysł na warsztaty czy projekt, który spotyka się z pozytywnym odbiorem, to dla nas sygnał, że to, co robimy, ma sens i realnie zmienia naszą okolicę na lepsze - opisuje koło Katarzyna Grochowska. Jako grupa najbardziej dumne są z tego, że udało Im się stworzyć w Półwsi prawdziwą wspólnotę, w której każda z Nich czuje się potrzebna i doceniona.

AGROTURYSTYKA ROKU MIEJSCE I

Agroturystyka Aldona Bielińska

Agroturystyka Aldona Bielińska w Lutrach wygrywa w etapie wojewódzkim i tym samym zostaje Agroturystyką Roku w województwie warmińsko-mazurskim. To wyjątkowe wyróżnienie, które z pewnością nie jest przypadkiem, ale efektem konsekwentnej pracy ludzi, którzy tworzą to wspaniałe miejsce.

Agroturystyka znajduje się w zacisznym i przytulnym miejscu. Na Jej terenie znaleźć można mnóstwo miejsc przeznaczonych na relaks bądź odpoczynek. Są to miejsca, stworzone zarówno z myślą o najmłodszych gościach, takie jak np. plac zabaw - dzięki któremu dzieci nie będą miały czasu na nudę - ale też dla starszych. Warto tutaj wymienić np. świetlicę, w której znajduje się stół do bilarda czy tenisa stołowego. To miejsce wyróżnia się mnogością możliwości, które oferuje. Bo oprócz wspomnianych wcześniej rozrywek można tutaj także skorzystać z boiska do siatkówki. Goście mogą się także udać się nad staw lub jezioro, co jest wspaniałą opcją dla miłośników sportów wodnych. A wieczorem, kiedy na zewnątrz robi się chłodniej, można ogrzać się przy cieple ogniska lub rozpalić grilla, bo do tego także to miejsce jest świetne przygotowane.

Agroturystka Aldona Bielińska to miejsce, w którym liczy się przede wszystkim kontakt z naturą, która zachwyca odwiedzających, niezależnie od pory roku. Kolejnym atutem jest okolica bogata w wiele ciekawych miejsc i zakątków, zarówno dla fanów historii, jak i regionalnych legend.

MIEJSCE II

Agroturystyka Z pastwiska na talerz

- Nasza historia nie zaczęła się od wielkiego biznesplanu, ale od kilku zwierząt, pomysłu i prostej chęci zdrowego odżywiania, najpierw tylko dla siebie i swoich bliskich. Później przerodziło się to w marzenia o stworzeniu przestrzeni, gdzie jedzenie ma swoje prawdziwe źródło, a goście mogą zobaczyć, skąd pochodzi to, co trafia na ich talerz. Od samego początku wiedzieliśmy, że chcemy działać w zgodzie z naturą, rytmem pór roku i lokalnym krajobrazem Mazur - przedstwia agroturystykę Monika Płecha. Dziś prowadzą własne gospodarstwo, dbają o zwierzęta, uprawy i środowisko, a następnie zamieniają te wartości w wyjątkowe doświadczenia kulinarne i wypoczynkowe. Agroturystykę Z pastwiska na talerz (Huta Wielka) wyróżnia to, że nie szukają dróg na skróty. Ich największą wartością jest pełna transparentność, to, co serwują, powstaje u Nich, od początku do końca. Prowadzą własną hodowlę krów, owiec i kóz, dlatego doskonale wiedzą, skąd pochodzi mięso i produkty. Z pastwiska na talerz jest także wspaniałą przestrzenią spotkań, odpoczynku i prawdziwego kontaktu z naturą, której każdy czuje się mile widziany.

MIEJSCE III

Ośrodek rekreacyjny AZYL

Ośrodek rekreacyjny AZYL (Bażyny) to miejsce stworzone z pasji, marzeń i ciężkiej pracy. Jego historia zaczęła się 30 lat temu od kawałka ziemi, kupionego w rodzinnej miejscowości. Nie była to najlepsza gleba, dominowały tutaj nieużytki, a teren był raczej podmokły. Wielu sąsiadów dziwiło się, nie widziało sensu w kupowaniu działki w tym miejscu, ale właściciele już wtedy mieli plan na to miejsce i widzieli oczami wyobraźni stawy, zieleń i ludzi odpoczywających w spokoju natury.

Z biegiem lat, krok po kroku, powstawało Łowisko Azyl – miejsce, które dziś przyciąga rodziny z dziećmi, miłośników wędkowania i wszystkich, którzy szukają wytchnienia od codziennego zgiełku. Są tu stawy o powierzchni około 1 ha, duża drewniana wiata, przy której znajduje się kuchnia letnia i łazienka, plac zabaw, domek „Rybaczówka" i pokoje gościnne. Organizowane są tutaj zawody wędkarskie dla dzieci i dorosłych, spotkania i imprezy rodzinne i firmowe. Dziś Azyl znay jest jako miejsce, w którym można się zatrzymać, złapać oddech i po prostu być razem.

eprasa.pl cfd84a98dc

SOŁECTWO ROKU MIEJSCE I

Sołectwo Ełdyty Wielkie, gmina Lubomino

Sołectwo Ełdyty Wielkie w gminie Lubomino zostało lokowane w 1289 roku, co oznacza, że ma ponad 700 lat. Przez wieki było częścią dóbr biskupich, a później majątków ziemskich. Najważniejszym i najbardziej rozpoznawalnym zabytkiem Ełdyt Wielkich jest kościół św. Marcina, wzniesiony w XIV wieku z kamienia polnego. Uznawany jest za jeden z najstarszych murowanych kościołów wiejskich na Warmii i do dziś stanowi serce wsi. Przez lata Ełdyty Wielkie były świadkiem zmieniających się granic, wojen i przemian społecznych, jednak zawsze pozostawały miejscem pracy, modlitwy i codziennego życia zwykłych ludzi. Dziś miejscowość wyróżnia spokój, naturalność oraz to, że wciąż pamięta się tu o historii i tradycji. - W Ełdytach Wielkich staramy się tworzyć atmosferę spokoju, życzliwości i wzajemnego szacunku. Dla mieszkańców wieś jest miejscem bezpiecznym, opartym na dobrych relacjach i gotowości do pomocy. Tutaj ludzie znają się, rozmawiają ze sobą i potrafią wspólnie rozwiązywać codzienne sprawy. Dla gości i osób z zewnątrz chcemy być otwarci i gościnni. Zależy nam, aby każdy, kto odwiedza Ełdyty Wielkie, czuł się mile przyjęty i zapamiętał to miejsce jako spokojne, serdeczne i prawdziwe - stwierdza sołtys wsi, Filomena Lesinska. Jako społeczność, mieszkańcy zwycięskiego sołectwa, najbardziej dumni są jedności i zaangażowania. Potrafią działać razem, wspierać się i mobilizować w ważnych momentach. Dumą napawa też pielęgnowanie tradycji i dbanie o otoczenie.

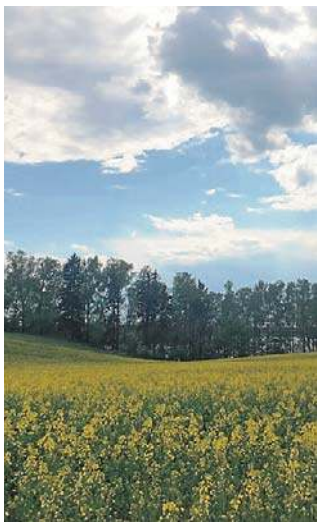
MIEJSCE II

Sołectwo Stare Krzywe, gmina Stare Juchy

Stare Krzywe to niewielka miejscowość, położona niedaleko Ełku, w gminie Stare Juchy. Leży w malowniczym regionie Mazur, wśród lasów, pól i jezior, co nadaje Jej spokojny, typowo wiejski charakter. Okoliczne tereny odwiedzane są przez miłośników spacerów, rowerowych wycieczek oraz ciszy z dala od miejskiego zgiełku. - Wieś zachwyca ciszą, bliskością natury, otaczającymi lasami. Ciekawym elementem życia społecznego jest Koło Gospodyń Wiejskich „Kucharek 6", które aktywizują mieszkańców okolicy, a przyjezdnych zachwycają regionalnymi potrawami, wspaniałymi wypiekami. Dzięki ich działalności można poznać smak kuchni mazurskiej, przeżyć niezapomnianą imprezę i poczuć prawdziwego ducha wspólnoty. Stare Krzywe to idealny przykład wiejskiej gościnności i niespiesznego rytmu życia - opisuje Anna Kalinowska. Tutaj króluje otwartość i życzliwość. Mieszkańcy wyróżnionego sołectwa najbardziej dumni są z ludzi. Z ich zaangażowania, życzliwości, bezinteresowności. Powodem do dumy jest także aktywność społeczna, zwłaszcza działalność KGW Kucharek 6, które integrują mieszkańców i promują lokalną kuchnię.

MIEJSCE III

Sołectwo Ostrowite, gmina Dąbrówno



Sołectwo Ostrowite w gminie Dąbrówno to historyczna mazurska wieś założona w XIV wieku. Nazwa wsi wywodzi się od macierzystej osady z XIV wieku zlokalizowanej w ziemi chełmińskiej. Miejscowość położona jest niedaleko jeziora Dąbrowa Wielka, w pobliżu pól Grunwaldu. To wieś spokojna otoczona lasami polami i łąkami. To także istny raj dla grzybiarzy i wędkarzy. Przez wieś przechodzą dwa szlaki rowerowe czerwony i czarny. Wzdłuż szlaków rowerowych znajduje się wiele miejsc postojowych dla rodzin z dziećmi. - Nasza mała społeczność to osoby, które pracują z pasją. To sołtys i rada sołecka dbająca o codzienne sprawy mieszkańców i gości. Dzięki współpracy z naszą gminą Dąbrówno mamy nową świetlicę wiejską. Dzięki temu możemy organizować spotkania integracyjne dla dzieci i dorosłych. Naszą miejscowość cechuje bezpieczeństwo, możliwość odpoczynku po pracy i dobre stosunki sąsiedzkie. Najbardziej jesteśmy dumni z tej ciszy i spokoju, które przyciągają coraz więcej gości. Coraz więcej osób chce spędzać swój wolny czas w naszej okolicy - podkreśla Katarzyna Sobieska.

eprasa.pl cfd84a98dc

LAUREACI PLEBISCYTU

SOŁTYS ROKU	
powiat bartoszycki	**Wioleta Księżnik**, Sołectwo Bąsze, gmina Bartoszyce
powiat braniewski	**Adam Kubaj**, Sołectwo Sawity, gmina Pieniężno
powiat działdowski	**Karolina Więckowska**, Sołectwo Krasnołąka, gmina Działdowo
powiat elbląski i Elbląg	**Zygmunt Mazurkiewicz**, Sołectwo Kamionek Wielki, gmina Tolkmicko
powiat ełcki	**Łukasz Szczęśny-Wróblewski**, Sołectwo Skomack Wielki, gmina Stare Juchy
powiat giżycki	**Piotr Buźniak**, Sołectwo Siemionki, gmina Wydminy
powiat gołdapski	**Jan Mejsak**, Sołectwo Skajzgiry, gmina Dubeninki
powiat iławski	**Agnieszka Homza Koszytkowska**, Sołectwo Duba, gmina Zalewo
powiat kętrzyński	**Alfreda Kalbarczyk**, Sołectwo Langanki, gmina Kętrzyn
powiat lidzbarski	**Mirosław Święcki**, Sołectwo Wilczkowo, gmina Lubomino
powiat mrągowski	**Klaudia Bolesta**, Sołectwo Boża Wólka, gmina Mrągowo
powiat nidzicki	**Małgorzata Zygnerska**, Sołectwo Janowo, gmina Janowo
powiat nowomiejski	**Monika Tretalska**, Sołectwo Czachówki, gmina Biskupiec
powiat olecki	**Mateusz Anuszkiewicz**, Sołectwo Wieliczki, gmina Wieliczki
powiat olsztyński i Olsztyn	**Przemysław Pawlak**, Sołectwo Łapka, gmina Barczewo
powiat ostródzki	**Iwona Flohr-Banaszek**, Sołectwo Molza, gmina Łukta
powiat piski	**Ilona Kołakowska-Cieloszczyk**, Sołectwo Wierzbiny, gmina Orzysz
powiat szczycieński	**Marek Krysiak**, Sołectwo Rozogi, gmina Rozogi
powiat węgorzewski	**Janusz Koperek**, Sołectwo Ołownik, gmina Budry

ROLNIK ROKU	
powiat bartoszycki	**Krystian Kaźmieruk**, Szwaruny
powiat braniewski	**Wojciech Majowicz**, Białczyn
powiat działdowski	**Mateusz Czepek**, Płośnica
powiat elbląski i Elbląg	**Grzegorz Majewski**, Krasin
powiat ełcki	**Marek Milewski**, Skomack Wielki
powiat giżycki	**Kamil Cok**, Staświny
powiat gołdapski	**Szymon Reczko**, Główka
powiat iławski	**Joanna Bieńkowska**, Tynwałd
powiat kętrzyński	**Bartłomiej Dziuba**, Piskorze
powiat lidzbarski	**Franciszek Kamiński**, Krzykały
powiat mrągowski	**Piotr Wróblewski**, Zalec
powiat nowomiejski	**Cezary Dałkowski**, Świniarc
powiat nowomiejski	**Krystyna Waruszewska**, Brzozie Lubawskie
powiat olecki	**Ryszard Czeszkiewicz**, Świdry
powiat olsztyński i Olsztyn	**Piotr Krupiński**, Dąbrówka Wielka
powiat ostródzki	**Milena Zalewska**, Frygnowo
powiat piski	**Kacper Małecki**, Jagodne
powiat szczycieński	**Kazimierz Krajza**, Łuka
powiat węgorzewski	**Szymon Predko**, Klimki

LIDER SPOŁECZNOŚCI ROKU	
powiat bartoszycki	**Teresa Barszcz-Ward**, Sępopol, KGW Sępopol
powiat braniewski	**Małgorzata Rojek**, Żelazna Góra, KGW Warmianki Żelazna Góra
powiat działdowski	**Katarzyna Banaś**, Kurki, KGW Kurki
powiat elbląski i Elbląg	**Agata Gapińska**, Stoboje, sołtys
powiat ełcki	**Magdalena Lisowska**, Siedliska
powiat giżycki	**Marta Lohmann**, Boćwinka, KGW Szarlotka
powiat gołdapski	**Lucyna Kowalska**, Gołdap, Gołdapskie Bezdomne KotLusi-e
powiat iławski	**Anna Ziarek**, Wieprz, Sołectwo Wieprz
powiat lidzbarski	**Emil Rońda**, Henrykowo
powiat nidzicki	**Małgorzata Zygnerska**, Janowo, Sołectwo Janowo
powiat nowomiejski	**Wiktoria Samsel**, Gwiździny
powiat olecki	**Przemysław Nowoć**, Możne, radny
powiat olsztyński i Olsztyn	**Sebastian Majewski**, Mierki
powiat ostródzki	**Jarosław Arciuch**, Domkowo
powiat piski	**Malwina Koczaj**, Szeroki Bór Piski, KGW Szeroki Bór Piski
powiat szczycieński	**Marek Krysiak**, Rozogi, Sołectwo Rozogi
powiat węgorzewski	**Edyta Gromadowska**, Radziszewo

KOŁO GOSPODYŃ WIEJSKICH ROKU	
powiat bartoszycki	**KGW Łabędzianki w Łabędniku**, gmina Bartoszyce
powiat bartoszycki	**KGW Ni z gruszki Ni z pietruszki**, gmina Bisztynek
powiat braniewski	**KGW Żelazna Góra**, gmina Braniewo
powiat działdowski	**KGW Kurki z Klasą**, gmina Działdowo
powiat elbląski i Elbląg	**KGW w Krośnie Krośnianie**, gmina Pasłęk
powiat ełcki	**KGW Buczkowianeczki w Buczkach**, gmina Ełk
powiat giżycki	**KGW Szarlotka**, gmina Kruklanki
powiat iławski	**KGW Mazurskie Słowianki Półwieś**, gmina Zalewo
powiat kętrzyński	**KGW w Nowej Wsi Kętrzyńskiej**, gmina Kętrzyn
powiat lidzbarski	**KGW Kraszewskie Kobzity**, gmina Lidzbark Warmiński
powiat mrągowski	**KGW Kosewianki w Kosewie**, gmina Mrągowo
powiat nidzicki	**KGW Magdalenki**, gmina Nidzica
powiat nowomiejski	**KGW w Jamielniku**, gmina Nowe Miasto Lubawskie
powiat olecki	**KGW Dworackie Rusałki w Dworackich**, gmina Świętajno
powiat olsztyński i Olsztyn	**KGW Jonkobabki**, gmina Jonkowo
powiat ostródzki	**KGW Domkowo**, gmina Grunwald
powiat piski	**KGW Ładnopolanki**, gmina Ruciane-Nida
powiat szczycieński	**KGW w Gawrzyjałkach**, gmina Szczytno
powiat węgorzewski	**KGW Radziszewo**, gmina Pozezdrze

SOŁECTWO ROKU	
powiat bartoszycki	**Sołectwo Łabędnik**, gmina Bartoszyce
powiat działdowski	**Sołectwo Sękowo**, gmina Działdowo
powiat elbląski i Elbląg	**Sołectwo Stoboje**, gmina Milejewo
powiat ełcki	**Sołectwo Stare Krzywe**, gmina Stare Juchy
powiat iławski	**Sołectwo Karaś**, gmina Iława
powiat lidzbarski	**Sołectwo Eldyty Wielkie**, gmina Lubomino
powiat mrągowski	**Sołectwo Kozłowo**, gmina Sorkwity
powiat nidzicki	**Sołectwo Wierzbowo**, gmina Kozłowo
powiat nowomiejski	**Sołectwo Wonna**, gmina Biskupiec
powiat olsztyński i Olsztyn	**Sołectwo Jedzbark**, gmina Barczewo
powiat ostródzki	**Sołectwo Ostrowite**, gmina Dąbrówno
powiat piski	**Sołectwo Hejdyk**, gmina Ruciane-Nida
powiat piski	**Sołectwo Szeroki Bór Piski**, gmina Pisz
powiat węgorzewski	**Sołectwo Radzieje**, gmina Węgorzewo

AGROTURYSTYKA ROKU	
powiat braniewski	**Agroturystyka Pod Czaplami**, Kajnity
powiat ełcki	**Gospodarstwo Agroturystyczne Bartosze**, Bartosze
powiat giżycki	**Mazurus - dom gościnny**, Bogacko
powiat iławski	**Agroturystyka Z pastwiska na talerz**, Huta Wielka
powiat lidzbarski	**Ośrodek rekreacyjny AZYL**, Bażyny
powiat mrągowski	**Agroturystyka U Klaudii**, Baranowo
powiat olecki	**Ranczo Sobole - mini zoo**, Sobole
powiat olsztyński i Olsztyn	**Agroturystyka Aldona Bielińska**, Lutry
powiat piski	**Karwik 122**, Karwik
powiat szczycieński	**Hankówka Mazury**, Jerutki

NADLEŚNICZY ROKU	
1 miejsce	**Zbigniew Poniatowski**, Nadleśnictwo Olecko
2 miejsce	**Edward Studziński**, Nadleśnictwo Wielbark
3 miejsce	**Arkadiusz Malinowski**, Nadleśnictwo Ełk

eprasa.pl cfd84a98dc