

CO, GDZIE, KIEDY?

SPIS WYDARZEŃ I IMPREZ REGIONALNYCH



NARODOWE ŚWIĘTO NIEPODLEGŁOŚCI

ŚWIĘTO NIEPODLEGŁOŚCI UPAMIĘTNIA MOMENT, W KTÓRYM POLSKA ODZYSKAŁA SUWERENNOŚĆ PO 123 LATACH ZABORÓW. TO WAŻNA ROCZNICA, KTÓRA PRZYPOMINA O PATRIOTYZMIE, WALCE ORAZ MARZENIACH O WOLNYM KRAJU. WYSTĘP PRZEDSZKOLAKÓW BYŁ PORUSZAJĄCYM HOŁDEM ZŁOŻONYM TYM, KTÓRZY WALCZYLI O NIEPODLEGŁOŚĆ I SYMBOLEM PAMIĘCI ORAZ SZACUNKU DLA POLSKIEJ HISTORII. **STR.5**



**REALIZACJA PROJEKTU PILOTAŻOWEGO
„MŁODZI PRZYSZŁOŚCIĄ
POWIATU MŁAWSKIEGO”**

WYDARZENIA ||

S. 4



**TYSIĄCE EMERYTÓW
DOSTANIE PODWYŻKĘ**

FINANSE ||

S. 7



**MŁODZIEŻOWA
GIEŁDA
ZAWODÓW**

MŁAWA ||

S.13



PROMOCJA



KRASNAL info
SENSACJE | PLOTKI | SKANDALE
Gramy poniżej pasa!



**ODKRYJ ŚWIAT NAJGORĘTSZYCH
PLOTOK I NAJWIĘKSZYCH SENSACJI
NA NOWYM PORTALU KRASNAL.INFO**

RZĄD PRZYJĄŁ PROJEKT WS. PODNIESIENIA ŚWIADCZENIA Z FUNDUSZU ALIMENTACYJNEGO

Podniesienie kwoty świadczenia z funduszu alimentacyjnego z 500 do 1000 zł miesięcznie zakłada projekt nowelizacji ustawy o pomocy osobom uprawnionym do alimentów, który we wtorek przyjęła Rada Ministrów. Wypłata świadczeń ma nastąpić z wyrównaniem od 1 października 2024 r.

Obecnie świadczenia z funduszu alimentacyjnego przysługują w wysokości ustalonych alimentów, jednak nie wyższej niż 500 zł miesięcznie. Ich maksymalna wysokość jest niezmienna od początku obowiązywania ustawy o pomocy osobom upraw-

nionym do alimentów, czyli od 2008 r.

Ministerstwo rodziny w komunikacie zwróciło uwagę, że w tym czasie znacznie wzrosły koszty utrzymania i co za tym idzie również ustalane przez sądy kwoty alimentów na rzecz dzieci od rodziców.

Resort przygotował projekt ustawy zakładający podwyższenie maksymalnej wysokości świadczeń z funduszu alimentacyjnego o 100 proc., czyli o 500 zł – do 1000 zł miesięcznie. We wtorek regulację przyjęła Rada Ministrów.

Jak przekazał resort rodziny, nowe przepisy będą miały zastosowanie do świadczeń z funduszu alimentacyjnego, do których prawo przysługuje od 1 października 2024 r. Oznacza to wypłatę świadczeń osobom uprawnionym z wyrów-

naniem od 1 października br.

Świadczenie przysługuje osobie uprawnionej do ukończenia przez nią 18 lat. Gdy uczy się w szkole lub w szkole wyższej – do ukończenia 25 lat. W przypadku posiadania orzeczenia oznacznym stopniu niepeł-

nosprawności świadczenie przysługuje bezterminowo.

Projekt ustawy stanowi realizację zapowiedzi Koalicji Obywatelskiej zawartej w „100 konkretnych na pierwsze 100 dni rządów!”, która jest też częścią umowy „Koalicji 15 października”. **PAP**

Z MLEGITYMACJI ZUS KORZYSTA JUŻ 877 TYS. EMERYTÓW I RENCISTÓW

Prawie 877 tys. osób pobrało mLegitymację ZUS z aplikacji mObywatel. Elektronicznym dokumentem można posługiwać się tak jak tradycyjną legitymacją. Emeryt lub rencista, okazując legitymację na ekranie smartfona, potwierdza swoje uprawnienia do przysługujących mu ulg.

Od stycznia 2023 roku każdy emeryt i rencista ma możliwość korzystania z elektronicznej wersji swojej legitymacji. Jest ona dostępna w telefonie dzięki bezpłatnej aplikacji mObywatel. Aby dodać dokument, wystarczy uruchomić aplikację, kliknąć „Dodaj dokument” i wybrać z listy „Legitymacja emeryta-rencisty”. Od tego momentu na pulpicie aplikacji pojawi się ikona

mLegitymacji. Co istotne, jeśli wcześniej nie dodano w aplikacji mObywatel dowodu osobistego, należy najpierw potwierdzić swoją tożsamość, dołączając „Dowód osobisty”, a następnie dodać „Legitymację emeryta-rencisty” – informuje Wojciech Ściwarski, rzecznik prasowy ZUS w województwie mazowieckim.

ZUS automatycznie wystawia mLegityma-



cję wszystkim emerytom i rencistom. Osoby, które chcą otrzymać tradycyjną

wersję w formie plastikowej karty, mogą złożyć odpowiedni wniosek do

ZUS (formularz ERL). Elektroniczny dokument mogą pobrać nie tylko nowi świadczeniobiorcy, ale także osoby, które na dzień 1 stycznia 2023 roku miały ważną legitymację plastikową.

Elektroniczna legitymacja w telefonie jest bardzo wygodna i działa jak tradycyjny dokument. Okazując legitymację na ekranie smartfona, można potwierdzić status emery-

ta lub rencisty, udowodnić prawo do świadczeń zdrowotnych oraz skorzystać z przysługujących ulg (np. zniżek na bilety).

Posiadacz obu wersji legitymacji może korzystać zarówno z tradycyjnej, czyli plastikowej karty, jak i z jej wersji elektronicznej. Dotychczasowa legitymacja w formie plastikowej pozostaje ważna zgodnie z terminem jej ważności.

ZUS

WAŻNE ADRESY I TELEFONY

Pogotowie Ratunkowe - 999
Policja - 997
Straż Pożarna - 998
Straż Miejska - 986
Numer alarmowy z telefonu komórkowego - 112
Pogotowie elektryczne - 991
Pogotowie gazowe - 992
Pogotowie wodociągowe - 23 654 23 21
Pogotowie ciepłownicze - 23 654 35 06
Informacja PKP - 23 674-53-33, <https://www.e-podroznik.pl/>
Informacja PKS - 23 654 35 56
Postój TAXI - 23 654 35 76

Urząd Miasta Mława
Mława, ul. Stary Rynek 19,
tel. 23 654 33 82, e-mail:
info@mlawa.pl, sekretariat@mlawa.pl

Starostwo Powiatowe
Mława, ul. W. Reymonta 6,
tel. 23 654 34 09,

e-mail:
starostwo@powiatmlawski.pl

Sąd Rejonowy
Mława, ul. W. Reymonta 3,
tel. 23 654 89 00,
e-mail: adm@mlawa.sr.gov.pl

Urząd Skarbowy
Mława, ul. G. Narutowicza 19/7,
tel. 23 654 34 98, e-mail:
us1413@mz.mofnet.gov.pl

Zakład Ubezpieczeń Społecznych
ul. Z. Padlewskiego 31,
tel. 23 655 00 31 32

Powiatowy Urząd Pracy
Mława, ul. Wyspiańskiego 7,
tel. 23 654 39 18, e-mail:
waml@praca.gov.pl

Prokuratura Rejonowa
Mława ul. J. Lelewela 4,
tel. 23 654 36 19, e-mail:
pr.mlawa@plock.po.gov.pl

Komenda Powiatowa Policji
Mława, ul. H. Sienkiewicza 1,
tel. 23 654 43 43, e-mail:
prasowy.kppmlawa@mazowiecka.policja.gov.pl

Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej
Mława, ul. Z. Padlewskiego 15,
tel. 23 654 33 85, e-mail:
mlawa@mazowsze.straz.pl

Straż Miejska
Mława, ul. Stary Rynek 19,
tel. 23 654 64 34, e-mail:
strazmiejaska@mlawa.pl

Zakład Wodociągów, Kanalizacji i Oczyszczalni Ścieków sp. z o.o.
Mława, ul. Płocka 106,
tel. 23 654 60 70, e-mail: sekretariat@wod-kan-mlawa.com.pl

Gazownia Warszawska, Rozdzielnia Gazu w Mławie
Mława, ul. Płocka 96,
tel. 23 655 01 62

Zakład Energetyczny Płock S.A Region Energetyczny Mława
Mława, ul. Warszawska 127

Samodzielny Zakład Opieki Zdrowotnej – Szpital
Mława, ul. A. Dobrowskiej 1,
tel. 23 654 32 35, e-mail:
sekretariat@szpitalmlawa.pl

Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych
ul. Padlewskiego 13,
tel.: 23 654 56 38, wew. 412

NZO Ośrodek Terapii Uzależnień i Współuzależnienia w Działdowie, filia w Mławie
ul. Lelewela 9,
tel.: 23 655 28 64

Zespół Interdyscyplinarny ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Mławie

ul. Padlewskiego 13,
tel.: 23 654 36 34

Bezpłatna Infolinia Rzecznika Praw Obywatelskich
Pod numerem telefonu 800 676 676 działa bezpłatna Infolinia Rzecznika Praw Obywatelskich, czynna: poniedziałek: godz. 10:00 – 18:00 wtorek – piątek: godz. 8:00- 16:00 Połączenie możliwe jest zarówno z telefonów stacjonarnych, jak i telefonów komórkowych wszystkich sieci. Dzięki Infolinii można uzyskać podstawowe informacje o prawach człowieka i kompetencjach PRO. Droga ta można również dowiedzieć się wszystkiego o prawie antydyskryminacyjnym. Jeśli sprawa nie jest związana z kompetencjami PRO, pracownicy starają się wskazać rozmówcy instytucję, w której uzyska odpowiednią pomoc.

Telefony zaufania dla osób w depresji:
Antydepresyjny Telefon Forum Przeciw Depresji, tel. 22 594 91 00 (w każdą środę i czwartek od 17.00 do 19.00). ITAKA – antydepresyjny telefon zaufania tel. 22 484 88 01 (w poniedziałki i czwartki od 17.00 do 20.00). Ośrodek Interwencji Kryzysowej – pomoc psychiatryczno-pedagogiczna, tel. 22 855 44 32 lub Ośrodek Interwencji Kryzysowej, tel. 22 837 55 59 (poniedziałek – piątek od 8:00 do 20:00). Telefon Zaufania dla Osób Dorosłych w Kryzysie Emocjonalnym, tel.: 116 123 (od poniedziałku do piątku od godz. 14.00-22.00). Młodzieżowy Telefon Zaufania, tel. 192 88 lub Bezpłatny telefon zaufania dla dzieci i młodzieży, tel. 116 111, codziennie od 12:00 do 02:00.

NIE TYLKO PENSJA PÓJDZIE W GÓRĘ

OD STYCZNIA PRZYSZŁEGO ROKU PŁACA MINIMALNA BĘDZIE WYNOSIĆ 4666 ZŁ BRUTTO, CO OZNACZA WZROST O 366 ZŁ. DZIĘKI PODWYŻCE OSOBY PRACUJĄCE ZA NAJNIŻSZĄ KRAJOWĄ ZAROBIA WIĘCEJ, ALE SKORZYSTAJĄ NA TYM TEŻ INNI.

W przyszłym roku płaca minimalna wyniesie 4666 zł brutto, czyli na rękę niemal 3511 zł. Jednocześnie wzrośnie minimalna stawka godzinowa, która od nowego roku będzie wynosić 30,50 zł; teraz jest to 28,10 zł brutto.

Dlaczego rząd podwyższył płacę aż o 366 zł, do kwoty 4666 zł, choć wcześniej zaproponował podwyżkę płacy minimalnej o 326 zł? To konsekwencja podniesienia prognozy inflacji na 2025 roku z 4,1 proc. do 5 proc. W teorii wyższa płaca ma złagodzić nieco skutki wyższych cen towarów i usług.

Wzrost minimalnego wynagrodzenia oczywiście cieszy ok. 3,6 mln osób, które, jak się szacuje, pracują za minimalne wynagrodzenie, bo zarabiają niemal 250 zł więcej na rękę. Niezależnie od tego podwyżka płacy minimalnej oznacza też wzrost wpływów do budżetu państwa, bo wyższe będą składki na ubezpieczenia społeczne i PIT liczone od najniższej krajowej. A to jest kilkanaście miliardów złotych.

Kto jeszcze skorzysta?

Jednak wzrost płacy minimalnej oznacza także automatyczne podwyższenie innych świadczeń, takich jak odprawa przy zwolnieniu grupowym, która nie może jednak przekroczyć 15-krotności minimalnego wynagrodzenia, czyli 69 990 zł od 1 stycznia 2025 roku.

Wysokość najniższej krajowej wpływa też na dodatek za pracę w nocy czy wynagrodzenie za czas przestoju. Tę drugą kwestię reguluje art. 81 Kodeksu pracy, zgodnie z którym pracownikowi za czas niewykonywania pracy, jeżeli był gotów do jej wykonywania, a nastąpiły przeszkody po stronie pracodawcy, przysługuje wynagrodzenie wynikające z jego osobiste-



W przyszłym roku płaca minimalna wyniesie 4666 zł brutto

go zaszeregowania, określonego stawką godzinową lub miesięczną, a jeżeli taki składnik wynagrodzenia nie został wyodrębniony przy określaniu warunków wynagradzania — 60 proc. pensji. W każdym przypadku wynagrodzenie to nie może być jednak niższe od wysokości minimalnego wynagrodzenia, czyli od 1 stycznia 2025 roku 4666 zł brutto.

Trzeba też zaznaczyć, że wysokość najniższej krajowej ma wpływ na nasze składki w pracowniczych planach kapitałowych. Jeśli ktoś zarabia mniej niż 120 proc. minimalnego wynagrodzenia (czyli od stycznia 2025 roku będzie to ok. 5,6 tys. zł), może obniżyć swoją wpłatę do PPK z 2 proc. nawet do 0,5 proc. wynagrodzenia (0,5 proc. jest minimalną wartością, może to być obniżenie np. do 1,5 proc. czy 1 proc.). Jednak pracodawca nie może obniżyć swojej wpłaty i nadal będzie dokładał 1,5 proc. Ponadto zachowamy też dopłaty od państwa.

Co się stanie, jeśli przekroczymy 120 proc. minimalnego wynagrodzenia? Wówczas wracamy do stawki 2 proc. własnej

wpłaty. W przypadku konfliktów na linii pracownik — pracodawca to pracownik, który np. doznał mobbingu, ma prawo dochodzić od pracodawcy odszkodowania w wysokości nie niższej niż minimalne wynagrodzenie za pracę.

Są też minusy

Wydawać mogłoby się, że wyższa płaca minimalna oznacza same plusy. Gdyby tak było, to ta pewnie rosłaby jak na drożdżach. Każdy kij ma dwa końce i tak też jest w przypadku podwyżki minimalnego wynagrodzenia. Jednym z głównych problemów wynikających z podwyższenia płacy minimalnej, o czym dziś decydują urzędnicy, jest znaczący wzrost kosztów pracy — zwracają uwagę przedsiębiorcy.

Płaca minimalna brutto w wysokości 4666 zł oznacza stawkę netto w wysokości 3510,77 zł, składkę zdrowotną na poziomie 362,37 zł, a całkowity koszt dla pracodawcy — 5621,59 zł. Podsumowując, pracodawcy muszą nie tylko płacić wyższe wynagrodzenia, ale również ponoszą zwiększone koszty związane z ubezpieczeniami społecznymi,

składkami zdrowotnymi i innymi zobowiązaniami — wskazuje Związek Przedsiębiorców i Pracodawców. Zdaniem ZPP dla wielu firm, zwłaszcza małych i średnich, taki wzrost kosztów może być zbyt dużym obciążeniem, co może prowadzić do problemów z utrzymaniem płynności finansowej, zwolnień — szczególnie wśród pracowników o niższych kwalifikacjach — a w najgorszym przypadku nawet do zamknięcia działalności.

Nie ma jasnych reguł

Ile więc powinna wynosić płaca minimalna, żeby zadowolić wszystkich? Tu nie ma jasnych regulacji. Wprawdzie jest unijna dyrektywa, do której muszą dostosować się kraje członkowskie, ale tam też nie ma sztywnych ram, ile ma wynosić minimalne wynagrodzenie. Podane są pewne wskaźniki, jak 60 proc. mediany wynagrodzeń brutto i 50 proc. przeciętnego wynagrodzenia brutto, które powinno się brać pod uwagę, określając wysokość wynagrodzenia. Chodzi o to, żeby płaca minimalna zapewniała pracownikom też godny poziom życia.

GUS zaczął wreszcie publikować dane na temat mediany wynagrodzeń. Wynika z nich, że ta w marcu w gospodarce narodowej wyniosła 6549,22 zł brutto, a przeciętne wynagrodzenie w gospodarce narodowej było na poziomie 8604,72 zł. Kierując się unijną dyrektywą, to przy medianie wynagro-

dzeń płaca minimalna w Polsce w marcu powinna wynosić 3929 zł brutto, a biorąc pod uwagę wysokość przeciętnego wynagrodzenia, to powinno być 4302 zł brutto. A w marcu minimalna krajowa wynosiła 4242 zł brutto, zatem nie była ani przesadnie za wysoka, ani też za niska.

Andrzej Mielnicki

REKLAMA

Zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. z 2024 r. poz. 1145)

BURMISTRZ MIASTA MŁAWA

informuje, że w dniach od 12.11.2024 r. do 11.12.2024 r. na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Mława, ul. Stary Rynek 19, oraz w Biuletynie Informacji Publicznej na stronie internetowej www.mlawa.pl zostanie podano do publicznej wiadomości wykaz nieruchomości przeznaczonej do sprzedaży. Wykaz obejmuje nieruchomość oznaczoną w ewidencji gruntów m. Mławy jako działka nr 4129/18, obręb 10, o pow. 0,0044 ha, poł. przy ul. Bolesława Chrobrego.

14924otm1-a-M

przetarg

OGŁOSZENIE WÓJTA GMINY RADZANÓW

Na podstawie art. 30 ust. 2 pkt 3 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz.U. z 2024 r. poz. 1465), art. 37 ust. 1, art. 38, art. 40 ust. 1 pkt 1 i art. 67 ust. 2 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. z 2024 r. poz. 1145, 1222) oraz zgodnie z rozporządzeniem Rady Ministrów z dnia 14 września 2014 r. w sprawie sposobu i trybu przeprowadzania przetargów oraz rokowań na zbycie nieruchomości (Dz.U. z 2014 r. poz. 1490)

Wójt Gminy Radzanów

ogłasza drugi przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż nieruchomości gminnej.

Pozycja 1

Nieruchomość niezabudowana położona w obrębie **Radzanów**, oznaczona w ewidencji gruntów jako działka o numerze ewidencyjnym **989**, o powierzchni **2,0400 ha**, w tym Ba – 0,5500 ha, RVI – 1,4600 ha.

Przedmiotowa nieruchomość w planie zagospodarowania przestrzennego gminy Radzanów przeznaczona jest pod tereny rolnicze. Dla nieruchomości założona jest księga wieczysta nr PL1M/00055463/5 prowadzona przez IV Wydział Ksiąg Wieczystych Sądu Rejonowego w Mławie.

Nieruchomość nie posiada obciążeń.

Cena nieruchomości 51480,00 zł + 11840,40 zł (23-proc. VAT) = 63320,40 zł (brutto). Wadium wynosi 6332,00 zł.

Przetarg na nieruchomość odbędzie się 17 grudnia 2024 r. w pokoju nr 20 w Urzędzie Gminy Radzanów o godz. 9⁰⁰. Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie organizatorowi przetargu wadium w podanej wysokości do 13 grudnia 2024 r. wyłącznie na rachunek: Bank Spółdzielczy w Raciążu o. Szreńsk, nr 55 8233 1014 0007 0120 2011 0004. O dotrzymaniu wyznaczonego terminu świadczy data wpływu wadium na ww. konto.

WÓJT GMINY RADZANÓW
Przemysław Pakuszewski

14924otm1-a-M

REALIZACJA PROJEKTU PILOTAŻOWEGO „MŁODZI PRZYSZŁOŚCIĄ POWIATU MŁAWSKIEGO” DOBIEGŁA KOŃCA

Powiatowy Urząd Pracy w Mławie przez rok realizował projekt pilotażowy p.n. Młodzi przyszłością powiatu mławskiego, który był następstwem ogłoszonego przez Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej naboru Czas na Młodych- Punkty Doradztwa dla Młodzieży. Rozpoczęcie działań nastąpiło we wrześniu ubiegłego roku.

W projekt zaangażowanych było wiele instytucji oraz osób samozatrudnionych. Dzięki utworzonemu w centrum miasta punktowi porad, osoby od 18 do 30 roku życia mogły skorzystać z wielowymiarowej pomocy specjalistów z różnych obszarów. Oprócz tego osoby, które zakwalifikowały się do projektu mogły skorzystać z benefitów m.in. w postaci bonów na sfinansowanie różnych usług. Ci bardziej zdecydowani mogli zdobyć nowe kwalifikacje poprzez udział w szkoleniu lub podejmując staż. Obszary wsparcia na których się skoncentrowaliśmy zostały wyodrębnione na podstawie analizy rynku pracy oraz zapotrzebowania osób młodych z naszego powiatu. Podczas realizacji projektu prowadziliśmy szerokie działania reklamowe- promocyjne i to dzięki nim dotarliśmy

do tak licznej grupy młodych osób. Największą grupę uczestników najczęściej stanowiły osoby nie mające wystarczających środków finansowych na dostęp do fachowej i kompleksowej pomocy. Wszystkie działania koncentrowały się na niwelowaniu barier utrudniających podjęcie i utrzymanie zatrudnienia poprzez zdobywanie doświadczenia, nabywanie oraz uzupełnianie kwalifikacji.

Projekt w liczbach

Ponad 1150 osób zapoznało się z usługami punktu. W okresie realizacji projektu z usług specjalistów z zakresu zdrowia i profilaktyki zdrowotnej, edukacji, prawa, psychologii, pomocy społecznej oraz wsparcia mieszkaniowego skorzystało 783 osób. Ogólna liczba uczestników, którzy przystąpili do pilotażu oraz mogli korzystać



foto: PUP w Mławie

z finansowych lub niefinansowych form wsparcia to 225 osób. W tym zrealizowano 121 bonów finansowych, 20 staży i 4 grupowe szkolenia zawodowe. Nowymi kwalifikacjami może pochwalić się 40 osób, które uzyskały uprawnienia na koparkoładownicę, operatora wózka widłowego, magazyniera z obsługą programów i UDT oraz sprzedawcę z obsługą kasy fiskalnej. Na koniec września liczba osób, która podjęła zatrudnienie w wyniku działań aktywizacyjnych realizowanego pilotażu

to aż 104 osoby, przy początkowym założeniu 50.

Czas realizacji projektu dobiegł końca i na tę okoliczność w siedzibie Urzędu zorganizowana została konferencja podsumowująca prowadzone działania oraz efekty w aktywizacji zawodowej osób młodych. Szczegółowo przedstawiliśmy cel, zakres, założenia oraz planowane i osiągnięte rezultaty. Wysoka frekwencja osób uczestniczących w konferencji świadczy o tym, że Punkt Doradztwa dla Młodzi cieszył się wielkim

uznaniem wśród młodzieży, pracodawców oraz instytucji, partnerów zaangażowanych w realizację projektu.

Przedstawiciele PUP wzięli też udział w uroczystej konferencji zorganizowanej w Warszawie. Wśród uczestników i realizatorów projektu pilotażowego „Czas na Młodych – punkty doradztwa dla młodzieży” znaleźli się również przedstawiciele urzędów pracy z całej Polski. Dzięki temu mieliśmy okazję do wymiany spostrzeżeń, uwag, refleksji na temat prowadzonych działań aktywizacyjnych osób młodych do 30 roku życia z różnych regionów Polski. Uczestnicząc w Konferencji mieliśmy możliwość porównania działań innych urzędów z naszymi działaniami. Cele jakie założyliśmy sobie w projekcie były ambitne, ale wszystkie udało nam się zrealizować i to nadwyżką. Biorąc pod

uwagę rezultaty projektu jakie osiągnęły inne urzędy jesteśmy przekonani, że znajdziemy się w czołówce liderów. Realizowane przez nas obszary i formy wsparcia cieszyły się niebywałym zainteresowaniem oczym świadczą osiągnięte wyniki. Odnieśliśmy sukces w liczbie zrealizowanych porad indywidualnych ze specjalistami oraz liczbie udzielonego wsparcia w postaci bonów. Po 13 miesiącach realizacji projektu osiągnęliśmy wysoką efektywność zatrudnieniową, co było najważniejszym priorytetem. Dziękujemy instytucjom, partnerom współpracującym oraz młodzieży za wspólny sukces i zaangażowanie w projekt pilotażowy. Myślimy, że w przyszłości nasz Urząd będzie miał możliwość realizowania kolejnego projektu dedykowanego dla osób młodych z powiatu mławskiego. Źródło: PUP w Mławie

REKLAMA

wawa.info
PORTAL DLA WARSZAWY I MAZOWSZA



PRZEDSZKOLAKI ZE SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 2 UCZCIŁY ŚWIĘTO NIEPODLEGŁOŚCI

W CZWARTEK 7 LISTOPADA DZIECI Z ODDZIAŁÓW PRZEDSZKOLNYCH W SZKOLE PODSTAWOWEJ NR 2 W MŁAWIE, POD KIERUNKIEM NAUCZYCIELI PATRYCJI BIELSKIEJ, WERONIKI JANKOWSKIEJ, MARTYNY SUPRUN I OLIWII STECZ, ZAPREZENTOWAŁY WZRUSZAJĄCY WYSTĘP ARTYSTYCZNY Z OKAZJI ŚWIĘTA NIEPODLEGŁOŚCI.

Uroczystość rozpoczęła się od powitania honorowych gości – zastępcy burmistrza Marcina Bur-

chackiego, Przewodniczącego Rady Miejskiej Filipa Kowalczyka, dyrektor SP2 Jolanty Tyl oraz zastępcy dyrektora Elizy

Pydynkowskiej. Po wspólnym odśpiewaniu Hymnu Polski przedszkolaki, z zaangażowaniem i dziecięcą radością, przypomniły

najważniejsze wydarzenia z historii naszego kraju, łącząc słowo, taniec i piosenkę w pięknej opowieści o drodze do niepodległości.

Święto Niepodległości, obchodzone 11 listopada, upamiętnia moment, w którym Polska w 1918 roku odzyskała suwerenność po 123 latach zaborów. To ważna rocznica, która przypomina o patriotyzmie, walce oraz marzeniach pokoleń Polaków o wolnym kraju. Występ przedszkolaków był poruszającym hołdem złożonym tym, którzy

walczyli o niepodległość i symbolem pamięci oraz szacunku dla polskiej historii. Uroczystość uświetniły także występy Joanny Baran, laureatki konkursów akordeonowych o randze ogólnopolskiej i międzynarodowej oraz zespołu Zawkrzanie, działającego przy Fundacji Krzewienia Kultury Zawkrzanie.



REKLAMA

KONSTAŁ PRODUCENT GARAŻE blaszane | BRAMY garażowe
KOJCE dla psów | WIATY | KONTENERY

Najniższe CENY | Różne wymiary | Dogodne RATY | Transport cały KRAJ

www.konstal-garaze.pl
505-526-036

GARAŻE WZMOCNIŁE | MONTAŻ GRATIS | AUTOMATYKA DOBRAM

29-642-34-61 22-100-45-96 89-650-30-43 24-368-32-17
25-740-57-38 509-574-644 23-683-10-85 86-225-23-11

BEZPIECZEŃSTWO PODCZAS SEZONU GRZEWczego

Wraz z nadejściem chłodniejszych dni rozpoczyna się sezon grzewczy, co niesie ze sobą konieczność dbania o bezpieczeństwo w naszych domach i mieszkaniach. Policja apeluje o rozwagę i ostrożność przy korzystaniu z wszelkiego rodzaju urządzeń dogrzewających, aby zminimalizować ryzyko pożarów, które szczególnie w tym okresie są częstsze.

Jedną z najczęstszych przyczyn pożarów w sezonie grzewczym jest niedrożność przewodów kominowych. Nagromadzenie sadzy, która nie jest regularnie usuwana, może doprowadzić do zapalenia się komina. Ważne jest, aby przed rozpoczęciem sezonu grzewczego regularnie kontrolować stan przewodów kominowych oraz wzywać kominiarza do ich oczyszczenia. Należy pamiętać, że brak konserwacji przewodów kominowych może skutkować nie tylko pożarem, ale również zatruciem tlenkiem węgla.

Ryzyko zatrucia tlenkiem węgla można zminimalizować poprzez zainstalowanie w domu lub mieszkaniu czujnika tlenku węgla.

Podstawową funkcją takiej czujki jest wykrywanie czadu i generowanie sygnałów alarmowych w sytuacji wykrycia jego nadmiernego stężenia w powietrzu. Podnosi ona poziom bezpieczeństwa w pomieszczeniach, zmniejsza ryzyko zezadzenia oraz pozwala na szybką reakcję w sytuacji zagrożenia życia. Na skutek działania czadu w pierwszej kolejności ulegają uszkodzeniu narządy najbardziej wrażliwe na niedotlenienie, czyli układ krążenia i ośrodkowy układ nerwowy.

Policja przypomina również o konieczności regularnych przeglądów i konserwacji instalacji elektrycznej oraz urządzeń grzewczych. Wady tych urządzeń, zwłaszcza elektrycznych,



mogą prowadzić do zwarcia, a w konsekwencji do pożaru. Szczególnie narażone na takie zagrożenia są stare instalacje, które mogą nie spełniać współczesnych norm bezpieczeństwa. Dlatego zaleca się, aby co kilka lat przeprowadzać przegląd instalacji elektrycznej w domu i nie zaniedbywać napraw wszelkich usterek.

W okresie grzewczym wiele osób korzysta z przenośnych ogrzewaczy elektrycznych. Urządzenia te są bardzo wygodne, jednak mogą stanowić zagrożenie, jeśli są używane niewłaściwie. Należy zawsze upewnić się, że urządzenie nie jest pozostawione bez nadzoru, zwłaszcza w pobliżu materiałów łatwopalnych,

takich jak firany, dywany czy meble. Nigdy nie należy podłączać kilku urządzeń grzewczych do jednej listwy zasilającej, ponieważ może to przeciążyć instalację i spowodować zwarcie.

Nieodpowiednie użytkowanie urządzeń grzewczych, takich jak piece, kominki czy grzejniki, również może prowadzić

do poważnych zagrożeń. Pamiętajmy, aby nie przeważać pomieszczeń i nie stosować prowizorycznych rozwiązań, które mogą być niebezpieczne. Ważne jest, aby dokładnie przestrzegać instrukcji producenta dotyczących użytkowania urządzeń grzewczych i regularnie je serwisować.

Policja apeluje o rozwagę i odpowiedzialność podczas sezonu grzewczego. Pamiętajmy, że nasza codzienna ostrożność i dbanie o regularne przeglądy urządzeń grzewczych oraz instalacji elektrycznej mogą uchronić nas przed tragedią. Bezpieczeństwo w domu zależy od każdego z nas – nie zaniebujmy podstawowych zasad i dbajmy o siebie oraz naszych bliskich.

SPOTKANIA PROFILAKTYCZNE W RAMACH OGÓLNOPOLSKIEJ KAMPANII „DZIECIŃSTWO BEZ PRZEMOCY”

Mławscy policjanci prowadzą działania informacyjno – edukacyjne, w ramach ogólnopolskiej kampanii „Dzieciństwo bez Przemocy”, wpisując się tym samym w krajową mapę inicjatyw, realizowanych w ramach kampanii. Policjanci, podczas spotkań w szkołach, przekazują ważne informacje, dotyczące ochrony prawnej dziecka. To także doskonała okazja do dyskusji z młodzieżą o skutkach przemocy – zarówno tej domowej jak rówieśniczej.



Trwająca kampania, to inicjatywa Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę oraz Krajowej Koalicji na rzecz Ochrony Dzieci, która trwa od 8 października do 19 listopada 2024 r.

Akcja będzie coroczną inicjatywą wzmacniającą kształtowanie prawidłowych postaw społecznych wobec ochrony dzieci przed przemocą. Kampania koncentruje się na:

- uwrażliwieniu społeczeństwa na problem krzywdzenia dzieci w Polsce,
 - wspieraniu ludzi w reagowaniu na przemoc wobec dzieci,
 - promowaniu idei uważnego rodzicielstwa,
 - promocji systemowych rozwiązań na rzecz ochrony dzieci przed krzywdzeniem.
- Przemoc wobec dzieci i ich złe traktowanie są bardzo bolesnym i trudnym przeżyciem, które odciska

piętno zarówno fizyczne, jak i psychiczne. Ochrona dzieci przed przemocą to bardzo ważne zadanie dla wszystkich policjantów.

W ramach kampanii, podkom. Aneta Prusik z mławskiej komendy policji, spotkała się z uczniami klasy pierwszej, w I Liceum Ogólnokształcącym w Mławie. Przekazała młodzieży ważne informacje, dotyczące odpowiedzialności karnej za przestępstwa, doty-

czące przemocy domowej oraz przemocy rówieśniczej. Uczniowie rozmawiali z policjantką o formach przemocy oraz skutkach krzywdzenia, ochronie prawnej, reakcji społecznej oraz telefonach zaufania, gdzie można uzyskać wsparcie i ważne informacje w kryzysowej sytuacji. Spotkania profilaktyczne w ramach kampanii, potrwają do 19 listopada.

asp.szt. Anna Pawłowska

SKRAJNY BRAK ROZSĄDKU I ODPOWIEDZIALNOŚCI – KTOŚ PORZUCIŁ USZKODZONĄ PRZYCZEPĘ NA TRASIE S7

Patrol ruchu drogowego, pełniący służbę na terenie gminy Strzegowo, w porę zauważył porzuconą na trasie S7 przyczepę i zapobiegł niebezpieczeństwu. Przyczepa, z uszkodzonym zawieszaniem, bez prawnego koła i tablicy rejestracyjnej, została porzucona na nie-

oświetlonym odcinku trasy S7, w rejonie Strzegowa. Miejsce awarii nie było oznakowane. Porzucona przyczepa stanowiła poważne zagrożenie bezpieczeństwa. Została odholowana na policyjny parking. Trwa ustalanie jej właściciela i sprawcy, którego bezmyślne zachowanie naraziło innych

kierowców, jadących pasem w kierunku Warszawy, na poważne niebezpieczeństwo. Jeśli masz informacje, które mogą pomóc w ustaleniu sprawcy tego wykroczenia, niezwłocznie powiadom mławską policję, tel. 47 703 62 00 lub 47 703 62 33.

asp.szt. Anna Pawłowska



TYSIĄCE EMERYTÓW DOSTANIE PODWYŻKĘ

Wiemy już, jak i kiedy rząd chce naprawić krzywdy wyrządzone tysiącom seniorów, którzy przeszli na emeryturę w czerwcu w latach 2009-2019. Ich świadczenia zostaną na nowo przeliczone. A to oznacza podwyżkę emerytury i wyrównanie za czas wypłacania niższego świadczenia.

Na to czekają tysiące emerytów, którzy przeszli na emeryturę w czerwcu w latach 2009-2019. Idzie o naprawienie krzywdy, jak ich spotkała tylko dlatego, że poszli na emeryturę w czerwcu, a nie w innym miesiącu. Już wiemy, jak i kiedy rząd chce naprawić tę niesprawiedliwość. Nie dlatego, że chce, ale dlatego, że musi. Przypomnijmy, w listopadzie zeszłego roku Trybunał Konstytucyjny orzekł, że sposób waloryzacji emerytur dla osób, które przechodziły na emeryturę w czerwcu w latach 2009-2019, jest niezgodny z konstytucją. I trzeba to naprawić. Dodajmy, że pytanie w tej sprawie do TK skierował Sąd Okręgowy w Elblągu.

Tylko nie w czerwcu

Nie było bowiem tajemnicą, że od 2009 roku wszystkie emerytury przyznawa-

ne w czerwcu były niższe od tych, do których prawo nabywało się winnych miesiącach. Wynikało to bezpośrednio z zasad przeprowadzania waloryzacji składek emerytalnych. Otóż od stycznia do maja i od lipca do grudnia podlegają one kwartalnej i rocznej waloryzacji, natomiast w czerwcu wyłącznie rocznej. Konsekwencją tego było to, że osoby, które składały wnioski o emeryturę w czerwcu, otrzymywały świadczenie niższe, niż gdyby wystąpiły z takim wnioskiem np. w maju lub lipcu. I to sporo niższe, bo kwartalna waloryzacja, w szczególności za pierwszy kwartał roku, jest korzystniejsza niż roczna. Wprawdzie w czerwcu na emeryturę przechodziło zaledwie ok. 1 proc. wszystkich uprawnionych do tego osób, ale wielu nie mogło czekać i wpadało w pułapkę. Z wyliczeń ZUS wynikało, że czerwcową emerytura przy-

znawana na poprzednich zasadach byłaby niższa od majowej o ok. 5 proc. oraz o 12 proc. od lipcowej. To kilkaset złotych.

Pułapkę usunięto

W 2021 roku Sejm uchwalił ustawę, która rozwiązywała problem czerwcowych emerytur. Co istotne, osoby, które w czerwcu 2021 roku przeszły na emeryturę, nic już nie straciły finansowo, bo ich świadczenie zostało przeliczone na nowo. Ktoś zapyta, co z emeryturami przyznanymi w czerwcu 2020 roku w świetle wyroku TK.

Otóż wtedy nowi emeryci nic nie stracili, a to dzięki uchwalonej przez parlament tzw. tarczy antykrzysowej 3.0, która zrównała wszystkich przechodzących na emeryturę. Ale to było jednorazowe rozwiązanie. Dopiero ustawa z 2021 roku uregulowała ten problem systemowo.

Dostaną wyrównania i podwyżki

Jak rząd chce rozwiązać sprawę zaniżonych emerytur czerwcowych? To wiemy z wykazu prac legislacyjnych rządu, gdzie przedwczo- rąj pojawił się projekt ustawy o ustaleniu wysokości emerytur i rent rodzinnych z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych przyznanym w czerwcu w latach 2009-2019.

„Proponowane zmiany polegają na tym, że w przypadku ustalenia wysokości emerytury według nowych zasad w czerwcu danego roku w latach 2009-2019 waloryzacji kapitału początkowego i składek zewidencjonowanych na koncie ubezpieczonego dokonuje się w taki sam sposób jak przy ustalaniu wysokości emerytury w maju danego roku, jeżeli jest to korzystniejsze dla ubezpieczonego” — czytamy w uzasadnieniu projektu ustawy.



Ok. 100 tys. emerytów dostanie podwyżki i wyrównanie

A dalej: „Tak ustalona wysokość emerytury i renty rodzinnej podlegałyby następnie waloryzacji na zasadach, jakie obowiązywały po dniu przyznania emerytury lub renty rodzinnej”.

To oznacza, że czerwcowe emerytury zostaną na nowo przeliczone. Emeryci dostaną podwyżki i oczywiście wyrównanie za lata zaniżonego świadczenia. Jednak nie stanie się to z urzędu; trzeba będzie złożyć wnioski do ZUS, kiedy już ustawa wejdzie w życie. Kiedy to może się stać? Nie jutro. Z przedstawionego projektu wynika, że planowany termin przyjęcia projektu przez Radę Ministrów to pierwszy kwartał 2025 roku.

Później zajmie się nim Sejm. Zatem droga jeszcze daleka. Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej, które przygotowało projekt, proponuje, by ustawa weszła w życie 1 czerwca 2025 roku.

Rząd się nie spieszy, bo to będzie kosztować. Ile, to trudno dziś ocenić, ale jak mówił w ubiegłym roku ówczesny rzecznik ZUS Paweł Żebrowski, koszt przeliczenia świadczeń osobom, które przechodziły na emeryturę w czerwcu w latach 2009-2019, wyniosłby ok. 260-280 mln zł rocznie. Do tego trzeba dodać koszt wyrównań, który może wynieść nawet ok. 1,6 mld zł. A liczba uprawnionych to 97,3 tys. osób. **Andrzej Mielnicki**

REKLAMA

ZAWIADOMIENIE STAROSTY MŁAWSKIEGO z dnia 05.11.2024 r.

Na podstawie art. 11f ust. 3 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (t.j. Dz.U. z 2023 r., poz. 162) oraz na podstawie art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. – Kodeks postępowania administracyjnego (Dz.U. z 2024 r., poz. 725)

zawiadamiam

że w dniu 05.11.2024 r., została wydana decyzja nr 10/2024 zatwierdzająca projekt budowlany i zezwalająca na realizację inwestycji pn. Budowa drogi gminnej relacji Budy Giżyńskie – Budy Wolińskie – kat. obiektu XXV – wg projektu budowlanego opracowania indywidualnego na działkach o numerach ewid.:

Jednostka ewidencyjna: 141305_2 Strzegowo

Obręb 0044 Topolewszczyzna

Działki nr ewid. 336, 178, 177, 159, 246, 221, 244, 243, 242, 240/2, 239, 238/1, 237/1, 236, 241, 233, 232, 231, 230, 229, 228, 227, 226, 225, 202/1, 202/2, 202/3, 202/4, 180, 179, 176, 174, 223, 224, 400,

Obręb 0015 Wola Kanigowska

Działki nr ewid. 129, 352, 354/1, 355, 356/3, 356/1, 351, 350/8, 339/1, 339/2, 337, 336, 335, 334, 333, 332, 331, 330, 329, 328, 327, 301, 300.

Zainteresowani mogą w terminie 14 dni od daty ogłoszenia obwieszczenia zapoznać się z treścią ww. decyzji w Wydziale Infrastruktury, Rolnictwa i Środowiska Starostwa Powiatowego w Mławie, ul. Wyspiańskiego 8A, II piętro, pok. 16, w godz. 8⁰⁰-16⁰⁰ (tel. 23 655 29 13) i w tym terminie złożyć ewentualne wnioski i zastrzeżenia.

Od ww. decyzji służy stronom postępowania odwołanie do Wojewody Mazowieckiego w terminie 14 dni od dnia publicznego ogłoszenia.

Zgodnie z art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 roku Kodeks postępowania administracyjnego zawiadomienie stron postępowania uważa się za dokonane po upływie 14 dni od dnia publicznego ogłoszenia.

Zgodnie z art. 40 k.p.a. pisma doręcza się stronie, a gdy strona działa przez przedstawiciela – temu przedstawicielowi. Jeżeli strona ustanowiła pełnomocnika, pisma doręcza się pełnomocnikowi. Jeżeli ustanowiono kilku pełnomocników, doręcza się pisma tylko jednemu pełnomocnikowi. Strona może wskazać takiego pełnomocnika. W sprawie wszczętej na skutek podania złożonego przez dwie lub więcej stron pisma doręcza się wszystkim stronom, chyba że w podaniu wskazały jedną jako upoważnioną do odbioru pism. Strona zamieszkała za granicą lub mająca siedzibę za granicą, jeżeli nie ustanowiła pełnomocnika do prowadzenia sprawy zamieszkałego w kraju, jest obowiązana wskazać w kraju pełnomocnika do doręczeń. W razie niewskazania pełnomocnika do doręczeń przeznaczone dla tej strony pisma pozostawia się w aktach sprawy ze skutkiem doręczenia.

Starosta Mławski
(-) Witold Okumski

OGŁOSZENIE

Zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. z 2024 r. poz. 1145)

BURMISTRZ MIASTA MŁAWA

informuje, że w dniach od 12.11.2024 r. do 11.12.2024 r. na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Mława, ul. Stary Rynek 19, oraz w Biuletynie Informacji Publicznej www.mlawa.pl podano do publicznej wiadomości wykaz zawierający przeznaczone do wydzierżawienia nieruchomości nr nr 10-2479/33, 10-2479/32, 10-2479/35 (część), 10-2479/29, 10-2479/35 (część), 10-4430/1 (część), 10-697/2 (część), 10-4175/36 (część), 10-183/2, 10-741/17, 10-4048, 10-1984/1, 10-3422/6, 10-1728/35, 10-4609, 10-4175/36 (część), 10-4175/36 (część), 10-698/71 (część), 10-740/3 (część), 10-740/5 (część), 10-4210/8 (część), 4157, 10-4164/3, 10-4164/5, 10-2577/28 (część), 10-3385/2, 10-751/44, 10-751/46 (części), 10-193/12, 10-130/91 (część), 10-130/30, 10-146/52, 10-146/25, 10-146/24, 10-146/32, 10-146/33, 10-277/1, 10-698/71 (część), 11-9000/10, 11-9000/12, 10-387/5, 10-449, 10-462 (części), 10-1271/1 (część), 10-3019/1, 10-3007/5, 10-3019/4, 10-4807/9, 10-4807/7, 10-3470, 10-4807/6, 10-4807/5 (część), 10-4807/8, 10-3246/4, 10-3247/13, 10-747/18 (części), 10-3320/1, 10-3320/3, 10-3402/3, 10-3405 (części), 10-3406, 10-67, 10-2104/1 (część), 10-2101/1, 10-2841/2, 10-2844/2, 10-2843/2, 10-2842/2, 10-3331 (część), 10-2845/2, 10-3876/3, 10-3878/3, 10-2479/21, 11-387/1 (części), 10-4223 (część), 10-2964/8, 10-3431/5 (część), 10-3676/17, 10-3676/4, 10-1079/4, 11-1066/2, 11-516/2, 10-1034/3, 10-1034/5, 11-948/1 (część), 11-948/2, 11-1396, 13-41/2, 13-91/1.

DEPRESJA TO NIE FANABERIA CZY MODA

JEDNI CHORUJĄC NA DEPRESJĘ BĘDĄ SPĘDZAĆ CAŁE DNI W ŁÓŻKU, INNI NORMALNIE PÓJDA DO PRACY, UGOTUJĄ OBIAD I POROZMAWIAJĄ ZE ZNAJOMYMI. KAŻDA DEPRESJA JEST INNA. ROZMAWIAMY Z EMILIĄ DŁUŻEWSKĄ, AUTORKĄ KSIĄŻKI „JAK PŁAKAĆ W MIEJSCACH PUBLICZNYCH”, NA PODSTAWIE KTÓREJ OBEJRZYMYSPEKTAKL W TEATRZE IM. JARACZA.

— Jak przyjęła pani informację, że w olsztyńskim Teatrze im. Stefana Jaracza obejrzymy spektakl, który powstał na podstawie książki „Jak płakać w miejscach publicznych”?

— To druga inscenizacja książki, pierwszą zrealizował Teatr im. J. Osterwy w Lublinie. Zobu bardzo się cieszę. To bardzo ciekawe, w jaki sposób moją książkę odbierają inni twórcy, jak ją interpretują. Cieszę się, że choć od premiery publikacji minęło już trochę czasu, książka wciąż żyje.

— Czy dziś, kiedy coraz częściej mówimy o depresji, przeciętny Polak ma na jej temat większą wiedzę?

— To, z jakiego powodu ktoś choruje na depresję, a ktoś inny nie, jest bardzo złożone. W pewnych przypadkach większe znaczenie mają czynniki biologiczne, w innych społeczne, sytuacja, w której znaleźliśmy się w określonym czasie. Jako społeczeństwo, czyli osoby, które nie są profesjonalistami, może mamy coraz większą teoretyczną wiedzę o depresji, ale przede wszystkim coraz częściej rozmawiamy o jej doświadczaniu. I to jest kluczowe.

— Częściej o depresji mówi jednak kobiety.

— Żyjemy w społeczeństwie, w którym kobiety mają większe przyzwolenie na to, by mówić o emocjach. To ma swoje konsekwencje, bo jednocześnie kobiety częściej z powodu tych emocji są poddawane ocenie, lekce-

ważone czy wyśmiewane. Z kolei dominujący model męskości nie pozostawia dużo przestrzeni na słabość ani szukanie pomocy u specjalistów. Mężczyźni rzadko rozmawiają o emocjach, co z całą pewnością im szkodzi. Na przestrzeni ostatnich lat depresja przestaje być tematem tabu, ale wciąż łatwiej się do niej przyznać kobiecie niż mężczyźnie.

— Pani miała depresję, ale chodziła do pracy. Depresja kojarzy się z mitem, że osoba, która się z nią zmagając, praktycznie nie wychodzi z łóżka ani z domu.

— Tak, i ten mit miałam w sobie zakodowany, choć teoretycznie wiedziałam, że to nieprawda. Tłumaczy-

łam sobie, że tak długo, jak wstaję z łóżka i wychodzę do pracy, nie jest ze mną tak źle. Depresja nie pojawiła się u mnie z dnia na dzień, to był proces trwający całymi tygodniami. W moim przypadku mimo depresji byłam w stanie wykonywać różne obowiązki, choć pewnie wykonywałam je gorzej. Nie każda osoba chora całymi dniami leży w łóżku. Niestety to przekonanie powoduje, że ludzie z tzw. wysokofunkcjonującą depresją, którzy są w stanie prowadzić normalne życie, pracować, gotować obiady, spotykać się z ludźmi, lekceważą objawy i często zbyt późno zgłaszają się po pomoc.



Fot. Mateusz Skwarczek

— Jest pani z wykształcenia psycholożką. To było pomocne?

— Nie miało wpływu na mój sposób przeżywania depresji. Wiedza, którą zdobyłam w czasie studiów przydała mi się do czegoś innego – pomogła zrozumieć różne aspekty choroby. Może też sprawiła, że mniej bałam się pierwszej wizyty u psychiatry. Zaznaczam, że nigdy nie pracowałam jako psycholożka. Dzięki studiom mam trochę większą wiedzę z zakresu zdrowia psychicznego, niż osoba, która skończyła inny kierunek. Depresja nie była dla mnie tematem tabu. Wiedziałam, że może wymagać

wizyt u psychiatry czy leków. Co nie oznacza, że się jej nie obawiałam – zwłaszcza, że depresji często towarzyszy lęk. Moje studia pomogły mi, kiedy zaczęłam czytać na temat nie tylko samej choroby, ale i sposobów leczenia. Natomiast nie były czymś, co mnie uodporniło na zachorowanie.

— Dziś można powiedzieć, że ma pani wkład w edukowanie o depresji.

— Nie chcę się wypowiadać z pozycji profesjonalistki czy ekspertki. Człowiek, który zaczyna wymądrzać się na temat diagnozy czy leczenia, bez odpowiedniego doświadczenia czy danych, może zaszkodzić. Każdy ma jednak prawo do opowiadania własnej historii i to zrobiłam w książce. Wiem, że są osoby, które się w tej historii odnalazły i takie, którym pomogłam pewne rzeczy zrozumieć. Tak, może mam swój wkład w to, że o depresji mówimy, ale jestem bardzo ostrożna w przypisywaniu sobie zbyt dużych zasług.

— W jaki sposób zatem powinna wyglądać debata o depresji w przestrzeni publicznej?

— Na pewno powinniśmy więcej mówić o pieniądzu. O tym, że wielu osób nie stać na wizytę u psychiatry, podobnie jest z psychoterapią. O tym, że w Polsce mamy fatalny dostęp do opieki psychologicznej czy psychiatrycznej. Bardzo trudno dostać się do psy-

chiatry na NFZ, nawet na wizytę prywatną czeka się długo.

Mówi się często, że depresja jest chorobą demokratyczną, bo dotyka ludzi bez względu na wykształcenie, status ekonomiczny czy społeczny. Miewają ją osoby z trudną sytuacją życiową, ale też ludzie odnoszący sukcesy. Ale nawet, jeśli demokratycznie chorujemy, to z leczeniem jest inaczej: ludzie, których nie stać na opiekę prywatną, są zostawieni samemu sobie. Coraz częściej mówi się o tym, by obalać mity dotyczące depresji, o tym, by nie mówić o niej jako o modzie, fanaberii czy trendzie, który przyszedł z zamożniejszych krajów Europy. To oczywiście ważne i jakoś sobie z tym radzimy, ale równolegle na poziomie ekonomicznym wciąż jest wiele do zrobienia. Jaką skuteczność będzie miało zachęcanie ludzi do leczenia w momencie, kiedy nie mogą dostać się do psychiatry? Warto też wciąż przypominać, że depresja może naprawdę bardzo różnie wyglądać i nie każdy choruje tak samo.

Katarzyna Janków-Mazurkiewicz

Spotkanie z Emilią Dłużewską odbędzie się 16 listopada o godz. 18.00 we foyer Sceny Kameralnej, przed spektaklem „Jak płakać w miejscach publicznych” w reżyserii Pamelii Leończyk. Rozmowę z autorką poprowadzi Bernadetta Darska.

SĄ DLA SIEBIE CAŁYM ŚWIATEM

MAŁŻEŃSTWEM SĄ PONAD 40 LAT. NIE MIELI W ŻYCIU ŁATWO. STRACILI W WYPADKU JEDYNEGO SYNA, A TERAZ ZMAGAJĄ SIĘ Z CHOROBA PANI BOŻENY. JEDNAK WIERNI PRZYSIĘDZE ZŁOŻONEJ W KOŚCIELE SĄ RAZEM. — WIELE RAZEM PRZESZLIŚMY... ZAWSZE JEDNAK WSPIERALIŚMY SIĘ I KOCHAŁIŚMY. NASZA MIŁOŚĆ JEST JAK STAŁ, NIC JEJ NIE ROZKRUSZY — ZAPEWNIJĄ MAŁŻONKOWIE.

Są jak jeden organizm. Zazwyczaj rozumieją się bez słów, wystarczy gest, spojrzenie czy uśmiech. Poznali się w Szczytnie. Mówią, że byli sobie przeznaczeni, połączyła ich najpierw praca, a potem miłość. Pani Bożena i pan Piotr od ponad 40 lat są małżeństwem. Bardzo się kochają i są jak dwie połówki jednego jabłka.

Rozumieją się bez słów

Znali się z pracy, pracowali w jednym zakładzie, na tej samej zmianie. Kilka razy wybrali się na tę samą zabawę ze znajomymi. Początkowo nieśmiało rozmawiali, potem tańczyli, aż w końcu stali się nierozłączni.

— Byłem bardzo nieśmiały, wstydziłem się zaprosić Bożenę na randkę... Ale na zabawie w końcu przełamałem się i poprosiłem ją do tańca — opowiada pan Piotr. — Już wtedy byłem w niej zakochany, ale bałem się odrzucenia. Dobrze się nam razem tańczyło. Potem zaczęliśmy wracać razem z pracy, odprowadzałem ją, coraz częściej chodziliśmy na spacer, czasem do kawiarni.

Po roku znajomości wiedzieli, że to jest miłość i że chcą razem spędzić resztę życia. W 1983 roku wzięli skromny ślub. Poszczęściło im się, bo wkrótce otrzymali z pracy mieszkanie.

— Jak my się cieszyliśmy z tych naszych 38 metrów — wspomina pan Piotr. — Było ciężko zdobyć meble i inne rzeczy do mieszkania, ale powoli nasze gniazdko nabrało uroku. Mieliliśmy pracę, mieszkanie i siebie. Od początku rozumieliśmy się bez słów. Może to dziwne, ale tak było. Wystarczyło, że na siebie spojrzeliśmy i wiedzieliśmy, że mamy ochotę



na spacer albo na wspólne gotowanie czy film w telewizji. Razem jeździli na ryby, chodzili na jagody, a potem piekli bułeczki. Wciąż nas widzę, jak idziemy za rękę po lesie, jak pokazujemy sobie znalezione grzyby. Niby to była zwykła miłość, ale jaka piękna i prawdziwa...

Marzyli o potomstwie

Do pełni szczęścia brakowało małżonkom tupotu małych stóp i szebisotu dziecięcych głosów.

— Bardzo chcieliśmy mieć dzieci. Byliśmy już trzy lata po ślubie, a naszym znajomym i bliskim z rodziny rodziły się kolejne dzieci — mówią. — Dużo rozmawialiśmy

i modliliśmy się o cud — oto, żeby w naszym życiu pojawiła się mała istota. Wierzyliśmy, że przyjdzie taki moment, że i my zostaniemy rodzicami.

Kiedy okazało się, że pani Bożena jest w ciąży, szczęście małżonków sięgnęło zenitu. To była ogromna radość. Oboje zastanawiali się, jakimi będą rodzicami, czy to będzie chłopiec, czy dziewczynka. W rozmowach padały też coraz częściej różne imiona, które podobały się przyszłym rodzicom.

— Gdzieś w głębi serca od początku czułam dziwny niepokój — zdradza pani Bożena. — Niby dobrze się czułam, ale... No właśnie, w trzecim miesiącu za-

częłam krwawić i niestety straciliśmy ciążę. Wylałam morze łez, bo nasze szczęście pękło jak bańka mydła. Cierpieliśmy oboje, ale byliśmy dla siebie oparciem. Wierzyliśmy, że jesteśmy młodzi i jeszcze Bóg obdarzy nas potomstwem.

Niestety, kolejne dwie ciążę również zakończyły się poronieniem. Lekarze nie wiedzieli, dlaczego tak się dzieje. Małżonkowie natomiast wciąż się modlili o cud i kochali jeszcze mocniej. I z tej miłości w 1991 roku narodził się Adaś.

— To był cud. Przez całą ciążę baliśmy się, że może stać się to, co wcześniej. Jednak nasze modlitwy zostały wysłuchane — opowiada ze łzami w oczach.

— Adaś był taki malutki, ale dla nas był najpiękniejszym dzieckiem na świecie. Siadaliśmy wieczorami przy jego łóżeczku i przyglądaliśmy mu się w milczeniu. Czasami zastanawialiśmy się, jak potoczy się jego życie... Staraliśmy się wychować go na dobrego człowieka...

Tragiczny wypadek

Adaś skończył szkołę i zaczął pracować jako mechanik samochodowy. Miły, uczynny, grzeczny. Kochany nie tylko przez rodzinę, ale i znajomych. Zawsze chętny do pomocy, pełen empatii w kontaktach ze starszymi osobami i potrzebującymi.

— Tacy byliśmy z niego dumni... To był kochany chłopak. Niestety życie napisało dla niego i dla nas straszny scenariusz — mówią zrozpaczeni rodzice. — Adaś miał 23 lata, był szczęśliwy, bo właśnie się zakochał, zrobił prawo jazdy i kupił sobie samochód. Nic nie zapowiadało tragedii, bo zawsze jeździł ostrożnie. Tamtego listopadowego dnia padał deszcz, kierowca dostawczego auta nie dostosował prędkości do warunków na drodze, zjechał na przeciwległy pas i uderzył w auto syna. Adaś nie miał szans na przeżycie. Zginął na miejscu... Dla nas świat się tego dnia zawalił.

Pogrzeb i pierwsze miesiące po śmierci syna pamiętają jak przez mgłę. Żyli, ale tak naprawdę ich serca pękły na milion kawałków. W ich domu panowała smutek i pustka. Wieczorem zapalali w oknie świeczkę i w milczeniu trwali przytuleni. Nie potrafili pogodzić się z odejściem syna. Zbiegiem czasu zaczęli oglądać zdjęcia, wspominali dzieciństwo syna. Cierpieli, ale byli w tym razem.

— Nie umieliśmy pogodzić się z tym, że Adaś odszedł tak szybko. Gdyby nie bliskość Piotra, pewnie zrobiłabym coś sobie — tłumaczy pani Bożena. — Ja nie byłam taka silna. Bywały dni, że leżałam cały dzień w łóżku i płakałam. Piotr siadał przy mnie, głaskał po głowie, wmuślał jedzenie, leki. I prosił, żebym z nim była...

— Bo jak miałbym żyć bez Adasia i jeszcze bez ciebie — odpowiada pan Piotr, trzymając żonę za rękę i ocierając jej łzy. — Od dnia, kiedy się w tobie zakochałem, wiedziałem, że będę o ciebie walczył. Przysięgałem potem przed ołtarzem być z tobą na dobre i złe...

Póki śmierć nie rozłączy

Od dwóch lat pani Bożena poważnie choruje. Ma ogromne problemy z poruszaniem się. Mąż nie odstępował jej na krok, pomaga w codziennych czynnościach, gotuje, sprząta, robi zakupy i zabiera żonę na spacer.

— Mój kochany — zwraca się do męża pani Bożena. — Co ja bym bez ciebie zrobiła... Tak bardzo cię kocham, a jak patrzę w twoje oczy, to widzę w nich też miłość. Tak wiele razem przeżyliśmy, tyle cierpienia, strata dzieci, śmierć Adasia... Zawsze byłeś przy mnie, choć też cierpiełeś. Mój smutek rozpraszałeś bukietkami polnych kwiatów, spacerami, wycieczkami. Naprawdę dziękuję Bogu, że mi ciebie zesłał.

— Ja cię nigdy nie opuszczę, będę zawsze przy tobie — obiecuje pan Piotr.

Choć wiele wycierpieli, wciąż są dla siebie oparciem i sensem życia.

— Mimo wszystkiego, co nas spotkało, dziękujemy Bogu za to, że mamy siebie — zapewniają.

Joanna Karzyńska

EUROPA ZACIĄGA HAMULEC

WIELKIE KONCERNY MOTORYZACYJNE W EUROPIE MAJĄ CORAZ WIĘKSZE PROBLEMY. BIORĄ SIĘ ONE Z WYSOKICH KOSZTÓW PRODUKCJI, SPADKU SPRZEDAŻY AUT ELEKTRYCZNYCH I ZALEWU TANICH SAMOCHODÓW Z CHIN. ZYSKI GIGANTÓW SPADAJĄ, CO MOŻE PROWADZIĆ DO MASOWYCH ZWOLNIEŃ.

Widmo kryzysu, a już na pewno dużych kłopotów, zaczęło krążyć nad europejskim przemysłem motoryzacyjnym. Branża, która do tej pory napędzała gospodarkę w Europie, zmaga się z dużymi problemami. Ich przyczyn jest wiele.

Jak podał Business Insider, niemiecki przemysł motoryzacyjny ma przed sobą coraz gorsze perspektywy. Volkswagen może po raz pierwszy zamknąć fabryki w Niemczech, poważne problemy mają też BMW i Mercedes-Benz. A powodem kłopotów jest spadek sprzedaży aut elektrycznych w Europie oraz konkurencja na chińskim rynku, który jest jednym z głównych źródeł dochodu europejskich koncernów.

Z informacji, które pojawiają się w mediach, ale oczywiście niepotwierdzonych, wynika, że np. koncern Volkswagen, szukając oszczędności, może zwolnić aż 15 tys. ludzi. Tu też trzeba zauważyć, że tylko w Niemczech koncern zatrudnia ok. 120 tys. osób. Jednak odprawienie do domu 15 tys. z nich ma dać ponad 4 miliardy euro oszczędności.

Kłopoty ma też inny gigant, Stellantis, do którego należy m.in. Fiat. Koncern poinformował, że włoskie fabryki czeka w listopadzie kilka przerw w produkcji. Co jest tego powodem? Tu mówi się o niepewnej sytuacji na rynku motoryzacyjnym i konkurencji ze strony chińskich producentów.

Chiński odwet

W fabryce Stellantis w Tydach składany jest model elektryka T03 chińskiej firmy Leapmotor, powiązanej z Stellantisem. Jednak montaż — jak doniósł właśnie Money.pl — ma zostać zatrzymany po tym, jak Europa wprowadziła cła na chińskie auta elektryczne.



Europejska motoryzacja hamuje i traci pozycję

Już pod koniec ubiegłego miesiąca Reuters podał, że władze w Pekinie zaleciły chińskim producentom samochodów, aby wstrzymali duże inwestycje w krajach europejskich, których rządy poparły nałożenie dodatkowych cel unijnych na pojazdy elektryczne produkowane w Chinach.

Przypomnijmy, że unijne cła na produkowane w Chinach samochody elektryczne, które zaczęły obowiązywać od minionej srody, wynoszą między 7,8 a 35,3 proc. i będą nakładane dodatkowo do już obowiązujących w UE 10-procentowych cel na importowane samochody. Na razie mają obowiązywać pięć lat. Przeciwno wprowadzeniu dodatkowych opłat było pięć państw: Niemcy, Węgry, Malta, Słowenia i Słowacja. Wśród dziesięciu państw, które była za, znalazła się też Polska. Dwanaście wstrzymało się od głosu.

Kłopoty mają inni

A jak fabryki mają kłopoty, to mają je też inni powiązani z branżą. Agencja Reuters poinformowała, że Schaeffler Gruppe, nie-

miecki producent części do samochodów, planuje masowe zwolnienia w swoich zakładach w Europie. Powodem są coraz mniejsze zyski, co wpływa na spadek cen akcji grupy na giełdzie. Według tych doniesień zwolnienia mają dotknąć 3,7 tys. osób, głównie w niemieckich fabrykach, ale trzeba pamiętać, że grupa ma też dwa zakłady w Polsce.

Problemy Schaefflera nie biorą się z próżni. Z najnowszego raportu Europejskiego Stowarzyszenia Producentów Części Motoryzacyjnych wynika, że od 2020 roku w branży motoryzacyjnej w Europie ubyło aż 86 tysięcy miejsc pracy. A wcześniejsze prognozy zakładały, że do 2025 roku przybędzie aż 100 tysięcy nowych stanowisk.

Zdaniem autorów raportu sektor motoryzacyjny, który od lat stanowił fundament europejskiej gospodarki, stoi obecnie w obliczu bezprecedensowego kryzysu. Spadająca rentowność w całej branży, zmniejszające się inwestycje zagraniczne i presja na realizację ambitnych celów zielonej oraz cyfrowej

transformacji stawiają dostawców motoryzacyjnych w trudnej sytuacji.

„Jednym z kluczowych czynników wpływających na pogorszenie sytuacji w branży jest spadek popytu na tradycyjne samochody spalinowe, który nasilił się w wyniku rosnących kosztów surowców i energii. Europejski rynek samochodowy zmaga się z rosnącą konkurencją, zwłaszcza z Azji, gdzie producenci oferują bardziej przystępne cenowo pojazdy elektryczne, a rządy silnie wspierają rozwój lokalnych marek” — czytamy w raporcie.

Nad Wisłą sprzedaż rośnie

Czy te problemy branży motoryzacyjnej w Europie przekładają się na rynek nad Wisłą? Na razie sprzedaż nowych aut rośnie. Jak wynika z kwartalnego raportu Polskiego Związku Przemysłu Motoryzacyjnego i KPMG w Polsce, od stycznia do września tego roku w Polsce zarejestrowano 399 tys. samochodów osobowych, tj. o 13,8 proc. więcej w porównaniu z trzema kwartałami poprzedniego roku. Roś-

nie popularność pojazdów z alternatywnymi napędami. Dziś prawie co drugie auto, które wyjeżdża z salonu, ma taki napęd. W ciągu dziewięciu miesięcy 2024 roku zarejestrowano ich 206 tys., co oznacza wzrost o 31 proc. w porównaniu z analogicznym okresem 2023 roku.

Wśród aut z alternatywnym napędem dominują oczywiście hybrydy, których sprzedano od stycznia do września 183 tys., to aż o 35 proc. więcej niż w analogicznym okresie ubiegłego roku. W pełni elektrycznych aut sprzedano tylko 12,5 tys. (co oznacza wzrost o zaledwie 2,2 proc. rok do roku), a hybryd typu plug in 10,3 tys. (wzrost 6,6 proc. rok do roku). Dane te wyraźnie pokazują, jaki jest trend, jakie auta wybierają Polacy.

Nie jesteśmy enklawą

Czy problemy wielkich koncernów, które obracają miliardami euro, w jakiś sposób dotyczą Kowalskiego nad Wisłą. Bardziej, niż nam mogłoby się wydawać, i nie tylko dlatego, że dziś nie ma gospodarek autarkicznych, bo nawet Korea

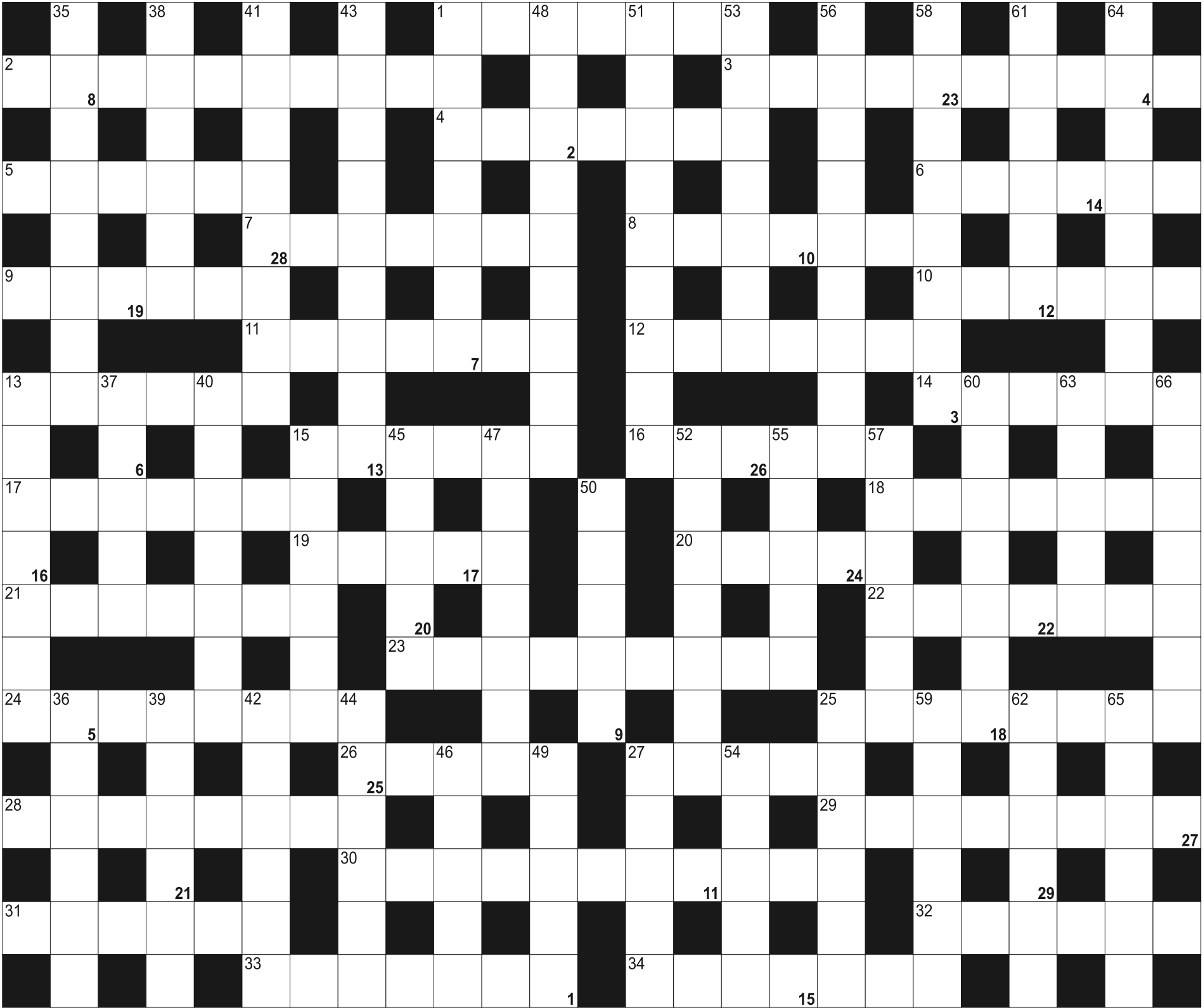
Północna się zmienia, ale choć nie produkujemy polskich aut, to tysiące osób jest związanych z tą branżą. Na koniec trzeciego kwartału 2024 roku przy produkcji pojazdów samochodowych, przyczep i naczep zatrudnionych było ok. 200 tys. osób, a w sektorze handlu pojazdami samochodowymi oraz w ich naprawie kolejnych ok. 125 tys. osób. Dlatego to, co dzieje się w Europie, ma ogromne przełożenie na sprawy w kraju czy wręcz w poszczególnych regionach, choćby na Warmii i Mazurach. Tu przypomnijmy, jak wielkie poruszenie wywołała niedawno informacja, że Michelin zamyka w Olsztynie jeden ze swoich zakładów, a konkretnie zakład opon ciężarowych, i przenosi produkcję do Rumunii. Później okazało się, że fabryka, dywersyfikując produkcję, stawia mocniej na segment opon samochodowych. Dlatego dotychczasową produkcję opon ciężarowych w Olsztynie przejmą trzy inne fabryki Michelin w Europie: w Rumunii, Włoszech i Hiszpanii, a w Olsztynie Michelin chce zwiększyć produkcję opon do samochodów osobowych. Co istotne, 430 osobom, które pracowały w zakładzie opon ciężarowych, zaproponowano nowe stanowiska w fabryce w Olsztynie.

Jednak to tsunami, które wywołała ta informacja, nie dziwi, bo czym jest Michelin dla Olsztyna, który zatrudnia ponad 5 tys. osób, nikomu chyba nie trzeba tłumaczyć. Ale francuski gigant też nie działa w próżni. Pojawily się doniesienia, że koncern ma zamknąć do 2026 roku dwie swoje fabryki we Francji.

Powodem jest napływ tanich opon z Azji, jak też inflacja i wysokie koszty energii.

Andrzej Mielnicki

Krzyżówka klasyczna z hasłem



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

1	2	3	4		5	6	7	8	9	10		11	12	13	14	15		16		17	18	19	20	21
	22	23	24		25	26	27	28	29															

POZIOMO: 1) drzewo kielbasiane; 2) dawne określenie pulmonologii; 3) polujące zwierzę; 4) Sepp, były przewodniczący FIFA; 5) płastuga inaczej; 6) ogień lub woda; 7) rogaci mieszkańcy lasu; 8) dwuruch szachowy; 9) drzewo z białą korą; 10) Ronald, były prezydent USA; 11) plażowicz bez ubrania; 12) zdobią okna świątyni; 13) 10 lat; 14) zamiast pierzyny; 15) stok nasypu; 16) Robert, reżyserował "M.A.S.H."; 17) witułka, roślina zielna; 18) graniczy z Łotwą; 19) imitacja zamszu; 20) obszar wyborczy; 21) potrzebne w szkole; 22) młoda roślina, flanca; 23) środek na mole; 24) etiopski władca, ojciec operowej "Aidy"; 25) mieszka w ulu; 26) skandynaw; 27) perski na podłodze; 28) toporek wojenny Indian;

29) pobiera rentę; 30) nauka zajmująca się lotnictwem; 31) Wołodyjowskiego; 43) nazywany cyplem; 44) kilof górniczy; 45) Angela, kanclerz Niemiec; 32) linia zerowej szerokości Ziemi; 33) Gołota lub Lepper; 34) zboża siane jesienią

PIONOWO: 1) cienka, sucha kielbasa; 13) ma swojego generała; 15) Tomek z powieści Marka Twaina; 25) pozostałości po drzewach; 27) narzędzie rzeźbiarza; 35) produkują meble; 36) autor "Wesela w Atomicach"; 37) dwuczęściowa broń ochroniająca korpus; 38) Beata, była premier Polski; 39) opiekunka do dzieci; 40) lekki dwuosiowy pojazd szynowy; 41) jeden z głównych kierunków buddyzmu; 42) broń

Wołodyjowskiego; 43) nazywany cyplem; 44) kilof górniczy; 45) Angela, kanclerz Niemiec; 32) linia zerowej szerokości Ziemi; 33) Gołota lub Lepper; 34) zboża siane jesienią

29) pobiera rentę; 30) nauka zajmująca się lotnictwem; 31) Wołodyjowskiego; 43) nazywany cyplem; 44) kilof górniczy; 45) Angela, kanclerz Niemiec; 32) linia zerowej szerokości Ziemi; 33) Gołota lub Lepper; 34) zboża siane jesienią

ZAPRASZAMY NA XX OGÓLNOPOLSKI FESTIWAL MUZYKI MŁODZIEŻOWEJ ROCKOWANIA

W SOBOTĘ 30 LISTOPADA MIEJSKI DOM KULTURY W MŁAWIE STANIE SIĘ ARENĄ JUBILEUSZOWEJ EDYCJI OGÓLNOPOLSKIEGO FESTIWALU MUZYKI MŁODZIEŻOWEJ ROCKOWANIA – NAJGORĘTSZEGO ROCKOWEGO WYDARZENIA NA MAZOWSZU PÓŁNOCNYM! TO WYJĄTKOWA OKAZJA, BY ZANURZYĆ SIĘ W KLIMACIE PEŁNYM ENERGII, MUZYKI, INSPIRACJI I SZTUKI ZORGANIZOWANYM Z MYŚLĄ O FANACH MOCNYCH BRZMIEN I PASJONATACH UNIKALNYCH AKTYWNOŚCI.

Program festiwalu

ROCKOWANIA:

Data: 30 listopada 2024
(sobota)

Miejsce: Miejski Dom Kultury
w Mławie
Sala „Na Dachy”
godz. 12.00-18.00

Warsztaty upcyklingowe ROCK FUN NEW STYLE

Odkrywaj kreatywność i odśwież swoją garderobę. Dzięki Fundacji Mody Cyrkularnej będziesz mieć okazję stworzyć swoje własne rockowe stylizacje i odmienić stare ubrania w unikalny sposób. Odnowione głany, trampki, jeansowe kurtki? Czemu nie! Przyniesi rzeczy, które chcesz odmienić, a prowadzące pomogą Ci je przerobić. Wszystkie niezbędne do tego rzeczy znajdziesz na naszym stoisku.

Akcja SECOND HAND

Dzielenie się modą zyskuje nowy wymiar. Wybierz coś dla siebie na wymianę odzieży lub poznaj, jak moda cyrkularna przyczynia się do ochrony środowiska.

Kiermasz VINTAGE AUDIOFIL

Idealne miejsce dla kolekcjonerów płyt winylowych, kaset, płyt CD oraz sprzętu vintage. Zajmujesz się sprzedażą płyt lub starożytnego sprzętu audio? Zgłoś się na wydarzenie.

Warsztaty sitodruku EKORockowania

Wykonaj własnoręcznie pamiątkową koszulkę z festiwalu, która będzie wyjątkowym gadżetem dla każdego fana ROCKOWANIA! Na przyniesioną przez Ciebie odzież będziesz mógł nanieść projekt jubileuszowej grafiki.

Sala kina Kosmos godz. 11.00
godz. 11.00 Przegląd Zespołów Muzycznych



To wydarzenie jest idealną okazją, aby odkryć nowe, obiecujące talenty i poczuć prawdziwą moc

rocka. Na scenie pojawiają się zespoły z całej Polski, które zaskoczą energią i autorskimi kompozy-

cjami. Przegląd będzie pełen różnorodnych brzmień i niepowtarzalnych emocji – to prawdziwe święto dla każdego fana muzyki na żywo. Dla tych, którzy nie będą mogli być z nami, będziemy też streamować wydarzenie na kanale YouTube MDK Mława https://www.youtube.com/@mdk/_mlawa

Lista zakwalifikowanych zespołów zostanie podane najpóźniej 20 listopada 2024 r. na stronie organizatora.

godz. 20.00 Koncert finałowy – Zespół GOLDEN LIFE
Legendarny Golden Life wystąpi, by zakończyć mocnym rockowym akcentem. Przygotujcie się na wieczór pełen dźwięków, które na długo zapadną w pamięć! Bezpłatne wejściówki uprawniające do wzięcia udziału w koncercie będą dostępne od 21 listopada w kasie Kina Kosmos.

Z okazji dwudziestej jubileuszowej edycji udział we wszystkich wydarze-

niach jest całkowicie bezpłatny.

Festiwal został dofinansowany z funduszy UE (Next-

GenerationEU) w ramach Krajowego Planu Odbudowy i Zwiększania Odporności.

MUZEUM ZIEMI ZAWKRZEŃSKIEJ W MŁAWIE

zaprasza na

Spotkanie z historykiem – Święto Niepodległości

dr Leszek Arent

14 listopada 2024
godz. 12.00

XX OGÓLNOPOLSKI FESTIWAL MUZYKI MŁODZIEŻOWEJ

XX ROCKOWANIA
EDYCJA JUBILEUSZOWA

WSTĘP WOLNY!

WARSTWY UPCYKLINGOWE ROCK FUN NEW STYLE –
TWÓRZĄ PRZEBIÓRKI DZIELIŁY W ROCKOWYM STYLU
AKCJA SECOND HAND – WYMIANKA ODZIEŻY,
PRZEMIANA MODY CYRKULARNEJ
KIERMASZ VINTAGE AUDIOFIL – TARG WINYL
PŁYT KOMPAKTOWYCH, KASET MAGNETOFONOWYCH
WARSTWY SITODRUKU EKOROCKOWANIA
MANUFATURA FESTIWALOWYCH GADŻETÓW –
TWÓJA PAMIĄTKOWA FESTIWALOWA KOSZULKA

**SALA „NA DACHU”
GODZ. 12:00 - 18:00**

**SALA KINA KOSMOS
GODZ. 11:00**

**SALA KINA KOSMOS
GODZ. 20:00**

PRZEGŁĄD ZESPOŁÓW MUZYCZNYCH
KONKURS DLA AMATERÓW I KAPEŁ ROCKOWYCH

KONCERT GOLDEN LIFE
XXXV OPRÓCZ BŁĘKITNEGO NIEBA
(BLISKI PLAN WŁOŻYWKI POD OBCIEM W KASIE KINA)

MIEJSKI DOM KULTURY W MŁAWIE, STARY RYNEK 13

Ileż to razy każda z nas usłyszała te lub podobne słowa. W przelocie, w obecności innych, w chwili, kiedy trzęsło się, ciepło i truchlało w naszym wnętrzu wszystko, a my z całych sił próbowałyśmy zachować na twarzy spokój, opanowanie i resztki godności. Albo odwrotnie: byliśmy radosne, przepełniał nas entuzjazm, a może nawet duma z powodu określonej sytuacji — i w takiej właśnie chwili znalazła się jedna „życzliwa”, która z nieba postanowiła sprowadzić nas na ziemię. Natychmiast, z hukiem i tak, żeby bardzo bolało.

Ot, jak choćby wtedy, gdy wygłosiłam referat o wyjątkowych kobietach w historii ludzkości, a pewna pani, która — o zgrozo! — działała w międzynarodowym forum kobiet (sic!) — zaraz po moim zejściu ze sceny postanowiła życzyliwie (sic!) poinformować mnie, że jej zdaniem za mało było o Polkach... Wprawdzie oświadczyłam jej wtedy, że nie jest moją winą fakt, iż Polki za mało udzielają się dla cywilizacji, oraz poradziłam, że zawsze może sama podobny wykład przygotować i wygłosić, a wtedy ja zgłoszę się do niej z recenzją. Ale faktem jest, że chwilę zepsuła mi bezpowrotnie i już sama Politechnika Warszawska, gdzie ów wykład miałam szansę (bo przecież nie przyjemność) wygłosić — chyba do końca życia kojarzyć mi się będzie z tą poprawną patriotką.

Historia prawdziwa

A jednak geneza niniejszego felietonu tkwi w mediach społecznościowych — bo gdzieżby indziej — i jest całkiem świeża. Poszło mianowicie o zdjęcie niejakej Ashley Graham, amerykańskiej modelki i prezenterki telewizyjnej. Co tu dużo mówić, całe dekady projektanci mody i pokazy tejsze przyzwyczaiły nas do modelek bardzo szczupłych, żeby nie powiedzieć — chudych, w rozmiarze ubrań nie większym niż 32 lub XS, zledwie zarysowanym konturem piersi i niewie-

le większym konturem pośladków. Tymczasem wspomniana Ashley Graham znacząco odbiega od tych utartych standardów — dość wspomnieć, że to ona w 2016 roku została pierwszą modelką w rozmiarze 16, która pojawiła się na okładce „Sports Illustrated Swimsuit Issue” — czyli numeru prezentującego stroje kąpielowe. Magazyn „Glamour” opisał tę właśnie okładkę jako „wprowadzającą akceptację rozmiaru do głównego nurtu”. Z kolei w 2017 roku Ashley Graham pojawiła się na okładce innego słynnego magazynu — „Vogue”, stając się tym samym pierwszą modelką plus-size, która pojawiła się w tym magazynie.

Rany boskie, wydarzenie na miarę stulecia i wszystkich kronik, bo modelkę w rozmiarze większym niż 40 na okładkę dali...!

Pomijam już fakt, że na moje oko, a przyglądam się bardzo dokładnie — cała większość kobiet dzień w dzień musi się wbijać w rozmiary znacznie większe niż te zaprojektowane przez mężczyzn, którzy z kolei w sporej części ciała kobiecego traktują jak zwyczajny wieszak na ubranie i kompletnie wyzuci są z umiejętności podziwiania i doceniania kobiecych kształtów w rozmiarze większym niż owe magiczne 32...

Opublikowałam zatem i ja...

Bez komentarza, ale z wielką znaczącą emotką, którą osobiście nazywam rozmiłowaną buźką. Kilka osób płci obojga polubiło, a nawet zareagowało serduszkami. Jeden pan, którego generalnie bardzo cenię za wielość walorów osobowości — skomentował nawet słowami „Piękna kobieta”. Przyznaję — po tych słowach zrobiło mi się szczególnie ciepło na sercu. Prędko jednak wszystko zdechło — wypisz-wymaluj jak na tej Politechnice Warszawskiej. Ponieważ znów kobieta — niestety! — uznała, że trzeba mnie sprowadzić na ziemię, wytrącić z mojej mieszanek radości, dumy i nadziei oraz postano-



DOCENIĆ LEPIEJ NIŻ OCENIĆ

JESTEŚ ZA GRUBA. JESTEŚ ZA CHUDA.
JESTEŚ PIEGOWATA. MASZ ZBYT
KRZYKLIWY MAKIJAŻ. W OGÓLE NIE
MASZ MAKIJAŻU — WYGLĄDASZ JAK
ZMORA. GARBISZ SIĘ. ZRÓB COŚ Z TYMI
WŁOSAMI. UBIERASZ SIĘ STRASZNIE
EKSTRAWAGANCKO. JESTEŚ JAKAŚ
TAKA... SAMA NIE WIEM JAKA, ALE
WIEM, ŻE COŚ Z TOBĄ NIE TAK...!

wiła właśnie pod moim udostępnianiem wyrazić mieszaną dezaprobatę,

niechęci i niesmaku. Może na samo zdjęcie Ashley Graham w bieliźnie za-

projektowanej przez firmę najwyższej klasy w tej dziedzinie; może na moje udostępnienie — a może na wszystko razem...

Na nic!

Na nic się zdało moje tłumaczenie, że ocena człowieka po wyglądzie to moim zdaniem wielka krzywda wobec tego człowieka. Na nic zdały moje subiektywne oczywistości, ale jednak potwierdzone choćby tymi okładkami opinie, że Modelka ma piękną, bardzo zadbaną skórę w kolorze mojej ulubionej oliwkowej opalenizny. Ma też piękne włosy i nienaganny makijaż, bez którego kobieta jednak wygląda słabo — o czym niedawno pisałam w felietonie... No, i ma na sobie najwyższej klasy i jakości bieliznę. Tu dodałam, wręcz rękując swoim słowem, honorem, czymkolwiek, że czy kobieta ma rozmiar 60B, czy 100FF — zawsze chce się czuć ładna. I doceniona bardziej niż oceniona. W którymś momencie poszłam już na całość i publicznie wyznałam, że co do ciała — tak się składa, że ja też jestem XXL. I to dlatego każda reklama, zwłaszcza światowej klasy marki, w której udział bierze modelka XXL — cieszy mnie i napawa mieszaną dumą, radością i nadzieją.

Kwestia gustu

Oczywiście, w prędkim tempie wyszło na jaw, że moja interlokutorka woli ubrane modelki. Co dla mnie było dotarciem do sedna. Wyluszczyłam zatem nader dobitnie, że ja te upodobania szanuję, akceptuję i nie próbuję ich zmieniać. Co nie zmienia faktu, że sama uwielbiam bieliznę, katalogi z bielizną, także ze strojami bikini i pokazy bieliznianej mody. Ze uwielbiam przebywać w ciepłych krajach, nad morzem i mimo takiej anie innej figury — uwielbiam plażę oraz rozebranych ludzi na tej plaży. I oczekuję, że nawet jeśli ktoś sam nie lubi, to przynajmniej moje upodobania uszanuje, zaakceptuje i nie będzie próbować ich zmieniać.

I znów się obnażyłam. Bo rozumiem, że dla kogoś zdjęcie Ashley Graham może być publikacją goliżny. Ale dla mnie to zdjęcie ma jeszcze, a może przede wszystkim zupełnie inny wymiar — akceptacji, równości, walki z wykluczeniem. I cierpię, gdy inna kobieta tego nie rozumie, a jeszcze gorzej — nie czuje...

Pierce Brosnan, mój idol

Na tym tle pewnie nikogo nie zdziwię, gdy wyznam, że Pierce Brosnan to może nie jest aktor, na którego filmy biegam w dniu premiery. Nawet jako agenta 007 wolę Daniela Craiga. A jednak to Pierce Brosnan, za swoją miłość i szacunek wobec kobiety, którą gdy poślubił, miała rozmiar S, a po kilku porodach i wielu latach jej figura przeszła na XXL — to on cieszy się moim najwyższym uwielbieniem. Bo kocha się, szanuje, lubi, uwielbia za emocje, dobro, empatię, kompromisowość, zaufanie, gotowość do niesienia pomocy, uśmiech i ciepło — by wymienić te najważniejsze ludzkie cechy i odruchy.

Kobieta kobiecie, ech...!

Na koniec apel. Drogie Kobiety! Świat jest wystarczająco przepełniony złymi emocjami, byśmy my same jeszcze sobie dokładały. Nie lubisz bielizny, goliżny, Ashley Graham — twoja, kochanieńka, sprawa. Ale nie zmuszaj mnie, bym i ja nie lubiła. Lubicie wątróbkę? Ja nienawidzę. I proszę mi jej nie proponować nawet w najlepiej przyrządzonym i najsmakowszym kawałku. Tak jak i ja nikogo nie będę przekonywać, że coś, co mi smakuje — jej/jemu też powinno.

I jeśli jedna kobieta nie jest w stanie pojąć lub przynajmniej zaakceptować, że dla mnie Ashley Graham w tej bieliźnie — to nie tylko Ashley Graham, może mi być takiej kobiety szkoda. Uprzedzam jednak, że ja w swoich mediach dalej takie modelki będą udostępniać. Bo jestem kobietą bez gorsetu. I pozostanę nią czy to się komuś podoba, czy nie.

Magdalena Maria Bukowiecka



DLACZEGO KOBIECY?

KOBIECY CZĘŚCIEJ NIŻ MĘŻCZYŹNI
PADAJĄ OFIARĄ NADUŻYĆ
SEKSUALNYCH I ZWIĄZANYCH
Z PŁCIĄ, KTÓRE MAJĄ MIEJSCE
W INTERNECIE LUB WYKORZYSTUJĄ
TECHNOLOGIĘ CYFROWĄ.
A PONIEWAŻ CORAZ WIĘCEJ OSÓB
MA ŁATWY DOSTĘP DO INTERNETU
I MEDIÓW SPOŁECZNOŚCIOWYCH,
CYBERPRZEMOC WOBEC KOBIECY
I DZIEWCZĄT JEST CORAZ WIĘKSZYM
PROBLEMEM. DLACZEGO?

Mimo braku danych, szacunki unijne pokazują, że 1 na 10 kobiet w wieku od 15. roku życia doświadczyła jakiejś formy cyberprzemocy. — Kobiety częściej niż mężczyźni padają ofiarą poważnych form cyberprzemocy, a wpływ na ich życie jest o wiele bardziej traumatyczny — uważa Jurgita Pecuriene, koordynatorka programu Europejskiego Instytutu ds. Równości Płci (EIGE) ds. przemocy ze względu na płeć.

Ostatnie ostrzeżenie

Eksperci ostrzegają nas, by nie myśleć o cyberprzemocy jako o zjawisku odrębnym od form przemocy w świecie rzeczywistym. Kobiety i dziewczęta, które doświadczyły molestowania seksualnego, prześladowania lub przemocy ze strony bliskiego partnera „offline”, często padają również ofiarą przemocy online ze strony tej samej osoby. Podobnie jak w przypadku wszystkich rodzajów przemocy, cyberprzemoc ma ogromny wpływ na życie ofiar i przybiera wiele form.

Na przykład cyberprzemoc odnosi się do osoby wielokrotnie wysyłającej niechciane e-maile lub wiadomości tekstowe do swoich ofiar. Cybernękanie polega na obrażaniu kogoś w sieci za pomocą

niechcianych wiadomości o charakterze seksualnym, gróźb przemocy lub mowy nienawiści. Jedną z najbardziej niepokojących form przemocy w sieci jest niechciana pornografia, której często dopuszczają się byli partnerzy. Oznacza to publikowanie lub rozpowszechnianie w sieci obrazów lub filmów o charakterze seksualnym bez zgody osoby. Badania sugerują, że do 90% ofiar niechcianej pornografii stanowią kobiety, a liczba przypadków rośnie.

Potrzeba więcej informacji i świadomości

UE długo pracowała nad wspólnym podejściem i definicją cyberprzemocy. Wciąż wiele przypadków cyberprzemocy nie jest zgłaszanych policji, a tych ofiar, które zgłaszają cyberprzemoc, policja i wymiar sprawiedliwości mogą nie traktować tak poważnie, jak przypadków rzeczywistych. Wszystko to powoduje luki w danych i brak porównywalnych statystyk na poziomie UE, co oznacza, że nie możemy pokazać decydom, jak często się to zdarza. A to poważny problem, bo oznacza, że ofiary często muszą zadowolić się niewystarczającą lub czasami nawet zerową ochroną.

Aby rzucić więcej światła na to szybko rosnące wyzwanie, EIGE publikuje

dokumenty, w których skupia się na potrzebie danych dotyczących cyberprzemocy, podzielonych ze względu na płeć. I zauważa, że chociaż cyberprzemoc dotyka kobiety i dziewczęta winny sposób niż mężczyźni i chłopcy, badania nie rozróżniają kobiet i mężczyzn będących ofiarami lub sprawcami.

Kilka państw członkowskich — Niemcy, Francja — podjęło interwencje i przyjęło dobre praktyki w celu rozwiązania tego problemu, jednak potrzeba więcej badań i działań, aby zająć się cyberprzemocą i zagrożeniem, jakie ona stwarza. Zalecenia przedstawione w dokumentach EIGE podkreślają potrzebę lepszych reakcji politycznych, większej liczby środków zapobiegawczych i podnoszenia świadomości. Na przykład edukowanie kobiet i dziewcząt, a także szkolenie policji z uwzględnieniem kwestii płci w zakresie cyberprzemocy.

Częściej, mocniej, dotkliwiej...

Kobiety częściej niż mężczyźni doświadczają nadużyć opartych na technologii i muszą sobie z nimi radzić przez dłuższy czas. Nadużycia te są często poważniejsze w swojej naturze i bardziej szkodliwe pod względem psychologicznym, przez co kobiety

dwa razy częściej (26,3%) obawiają się o swoje bezpieczeństwo w porównaniu z mężczyznami (12,6%). Nadużycia oparte na technologii dotyczą kobiet w całej ich różnorodności. Mogą obejmować wykorzystywanie technologii w ramach molestowania seksualnego, seksizmu i mizoginii, a nawet napaści na tle seksualnym. Często wiążą się z dyskryminacją ze względu na płeć, ponieważ ta opiera się na szkodliwych postawach, przekonaniach, stereotypach lub zachowaniach dotyczących płci, ale też z nierównością płci, która odnosi się do nierównowagi sił w społeczeństwie i sposobu, w jaki ludzie nie są traktowani równo ze względu na płeć.

Jedne jeszcze bardziej niż inne

Niektóre kobiety i dziewczęta są bardziej narażone. Ryzyko nadużyć związanych z technologią jest jeszcze wyższe często ze względu na ich okoliczności lub dyskryminację związaną z ich tożsamością. Dotyczy to kobiet i dziewcząt, które doświadczają przemocy domowej, rodzinnej lub seksualnej, pracują online, pochodzą z kulturowo lub językowo zróżnicowanego środowiska, żyją z niepełnosprawnością.

Badania pokazują, że większość kobiet do-

świadczających przemocy domowej, rodzinnej i seksualnej doświadcza części przemocy online lub za pośrednictwem technologii cyfrowej. Często obejmuje to przymusową kontrolę opartą na technologii, a także cyberstalking i nadużycia oparte na wizerunku. Sprawcą przemocy jest zazwyczaj partner osoby, były partner, członek rodziny lub osoba, z którą kobieta mieszka lub z którą się spotyka.

Jeśli kobieta doświadczająca przemocy domowej i rodzinnej ma pod opieką dziecko lub dzieci, często martwi się również o ich bezpieczeństwo. Badania pokazują, że 27% przypadków przemocy domowej dotyczy znęcania się nad dziećmi opartego na technologii.

Z różnych środowisk

Badania pokazują, że kobiety z różnych środowisk kulturowych i językowych oraz kobiety żyjące z niepełnosprawnością są bardziej narażone na nadużycia oparte na technologii. Często dzieje się tak, ponieważ są one dotknięte więcej niż jednym rodzajem uprzedzeń lub dyskryminacji (czasami znanym jako „interseksjonalność”).

Kobiety w centrum uwagi

Niektóre kobiety doświadczają nadużyć opa-

rtych na technologii, ponieważ mają aktywną obecność online — stale są w tzw. „centrum uwagi”, bo to część ich życia zawodowego. Według ankiety przeprowadzonej wśród grupy kobiet na temat ich doświadczeń online:

1 na 3 doświadczyła nadużyć online w kontekście zawodowym

1 na 4 wahała się przed przejściem do roli, która wymagała obecności publicznej online lub w mediach

Większość nadużyć miała miejsce w mediach społecznościowych i obejmowała nękanie, doxing i trolling.

Jak może wyglądać nadużycie?

Kobiety i dziewczęta mogą doświadczyć nadużyć technologicznych na wszystkich typach platform internetowych, takich jak serwisy społecznościowe, usługi przesyłania wiadomości, fora czatów, platformy gier i aplikacje. Szkodliwa treść może być postem, komentarzem, tekstem, wiadomością, czatem, transmisją na żywo, memem, obrazem, wideo lub e-mailem. Dlatego uważajmy. I budujmy relacje — ale jednak najlepiej offline.

Magdalena Maria Bukowiecka
Korzystałam z materiałów European
Institute for Gender Equality.

Rolnicze abc

z Tobą od 1971 r.

MIESIĘCZNIK NIE TYLKO DLA ROLNIKÓW



Miesięcznik ogólnopolski

Rolnicze abc

nr 11 (411) listopad 2024 r. cena: 6,49 zł (w tym 8% VAT) Indeks 440523

Co wynika z tegorocznego raportu „Bezpieczeństwo żywnościowe i ochrona środowiska oczami rolników i rolniczek”?

ISSN 1230-882X

O to mogą się ubiegać rolnicy 15

Wraca temat zakazu hodowli zwierząt na futra 19

Zapomniana historia polskiej ziemi 16

Łosie nie noszą odbłąsków 18

LISTOPADOWE WYDANIE JUŻ W SPRZEDAŻY!

• PORADY **SPECJALISTÓW** • **AGROTECHNICZNE** NOWOŚCI

• **STYL ŻYCIA, EKOLOGIA, ZDROWIE**

Do kupienia stacjonarnie: na poczcie, w punktach sprzedaży prasy, w salonikach prasowych, także w sieciach sklepów Dino, Spółem, Polo Market, Auchan, Chorten, Stokrotka i Real oraz **online:** www.kupgazete.pl i www.e-kiosk.pl