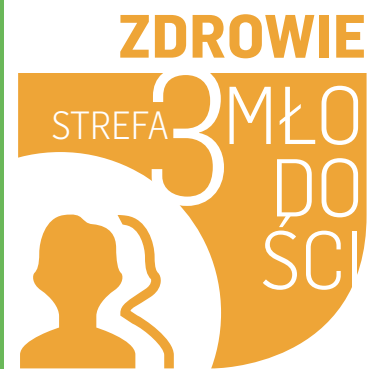


ŚRODA
126102120251

GAZETA 139 LAT OLSZTYŃSKA

GAZETA CODZIENNA WARMII I MAZUR WYDAWANA OD 1886 r.

cena 3,99 zł (w tym 8% VAT)



SPORT



**POWIĘKSZYM DOROBEM
MEDAŁOWY? |12**



**BJOERGEN NA CZELE
KLASYFIKACJI
MULTIMEDALISTÓW |13**



**KWALIFIKACJE BYŁY
TROCHĘ DZIWNE |15**

ISSN 0137-9127



9 770137 912033



**ZOSTAŁO JUŻ TYLKO
KILKA DNI |3**



**WYKORZYSTUJĄ KAŻDY
MOMENT... NA SZCZĘŚCIE |6**



**O ZŁYCH CHWILACH
NIE CHCE PAMIĘTAĆ |9**



**WYJĄTKOWA IKONA
W OLSZTYŃSKIM SZPITALU |11**

Fot. Daniel Kasprówsz



ZAADOPTOWALI DZIEWCZYNKĘ Z MADAGASKARU

**SENIORZY Z ŻABIN OBJĘLI OPIEKĘ
ANDRIAMANANDRAY YANCE FLORIE,
OŚMIOLETNIĄ DZIEWCZYNKĘ Z MADAGASKARU**



NOWY PORTAL WAWA.INFO

wawa.info
PORTAL DLA WARSZAWY I MAZOWSZA

PREMIER: ZBLIŻAJĄCE SIĘ NEGOCJACJE POKÓJOWE WYMAGAJĄ OBECNOŚCI EUROPY

Premier Donald Tusk oświadczył po spotkaniu z szefem Rady Europejskiej Antoniem Costą, że niezależnie od trudności Europa jest zainteresowana tym, by wzmocnić współpracę ze Stanami Zjednoczonymi. Podkreślił, że zbliżające się negocjacje nt. zakończenia wojny w Ukrainie wymagają obecności Europy.

Premier zrelacjonował, że jego rozmowa z Costą dotyczyła m.in. poniedziałkowej wizyty przywódców krajów zachodnich i Komisji Europejskiej w Kijowie w trzecią rocznicę rozpoczęcia pełnoskalowej rosyjskiej agresji na Ukrainę.

Zapowiedział też, że podczas zwołanego na 6 marca nadzwyczajnego posiedzenia Rady Europejskiej będzie mowa o pomocy dla Ukrainy i wzmocnieniu europejskiego bezpieczeństwa. „Nie mam żadnych wątpliwości, że wzmocnie-

nie jedności europejskiej wokół spraw ukraińskich i wobec Rosji wydaje się absolutnie potrzebą chwili. Mamy pełną świadomość, że potencjalnie zbliżające się negocjacje wymagają obecności Europy. Oczekuje tego także Ukraina, ale oczywiście



Premier Donald Tusk i przewodniczący Rady Europejskiej Antonio Costa

w tej chwili jest wiele znaków zapytania – zaznaczył Donald Tusk, który

stwierdził też, że „niezależnie od trudności Europa jest zainteresowana

tym, by wzmocnić współpracę ze Stanami Zjednoczonymi”. „Temu służą nasze rozmowy” – dodał premier, po czym wspomniął, że Komisja Europejska przygotowuje pakiet dotyczący obronności, którego szczegóły zostaną podane 6 marca. Dodał, że w niedzielę w Londynie grupa europejskich liderów będzie rozmawiać o wspólnych sprawach dotyczących obronności.

Podkreślił też, że z polskiego punktu widzenia ważne jest uznanie obrony wschodniej granicy jako wspólnego europejskiego zadania. Podziękował za poparcie Costy w tej sprawie.

PAP/RED.

SIEMONIAK: ZAGRANICZNE GANGI PRÓBUJĄ WEJŚĆ DO POLSKI

Zagraniczne gangi próbują wejść do Polski, opanować różne rodzaje przestępczości i do tego posługują się brutalnymi metodami – powiedział minister spraw wewnętrznych i administracji, koordynator służb specjalnych Tomasz Siemoniak.

Siemoniak pytany w radiowej Jedynce, czy nasilenie informacji o zagrożeniu ze strony cudzoziemców nie współgra z kampanią wyborczą, podkreślił, że nie ma to żadnego związku, ponieważ policja mówi o tym od zeszłego roku i na kolejnych odprawach analizowane są te kwestie.

„Pojawia się brutalna przestępczość z importu. Właściwie nie ma tygodnia, żeby nie było informacji o brutalnych porachunkach, brutalnych działaniach najczęściej

między członkami tych gangów, więc na to musimy reagować” – powiedział szef MSWiA.

„Mówimy tu o twardej przestępczości, z którą musimy się zmierzyć. I tu dane policji są jasne. Zagraniczne gangi próbują wejść do Polski, opanowywać różne rodzaje przestępczości: handel narkotykami, handel bronią, wymuszenia i do tego posługują się brutalnymi metodami” – stwierdził Siemoniak.

„To żadnego związku z kampanią wyborczą nie

ma. Pewnie, skoro trwa kampania wyborcza, będą się różni ludzie do tego odnosić, kandydaci czy politycy, natomiast policja o tym mówi od zeszłego roku. Na kolejnych odprawach analizujemy z komendantami te kwestie, więc z mojego punktu widzenia nie ma to żadnego związku z kampanią wyborczą” – ocenił, po czym dodał, że dużo osób wydano z Polski. „Wydalenie 8 tysięcy ludzi w ubiegłym roku to jest dużo, to nie jest liczba marginalna, plus



Tomasz Siemoniak, minister spraw wewnętrznych i administracji

liczba ludzi waresztach – to są setki” – przekazał i przypomniał, że w statystykach uwzględniane są wszyst-

kie naruszenia przepisów, wykroczenia drogowe i te liczby spadają, ale chodzi o grupy przestępcze.

„Mówię o tym, co wiąże się z twarą przestępczością, gangami i ich działaniami. I to wymaga naszej zdecydowanej reakcji” – podkreślił Siemoniak.

„Wystarczy pytać o dane policję czy po prostu się rozglądać. Kilka dni temu policja zadziałała błyskawicznie, sprawnie. Mieliśmy w centrum Warszawy walkę na noże obywateli innego państwa z ofiarą

śmiertelną, z aresztowanymi” – wskazał minister.

„Może w statystyce jest to jedno zdarzenie, ale niesłychanie poważne. I tak policja i MSWiA do tego podchodzą” – dodał.

W piątek w nocy na placu Konstytucji w Warszawie doszło do bójki. W zdarzeniu ucierpiał trzech obywateli Gruzji – jeden z nich, 31-latek, z raną klatki piersiowej został przewieziony do szpitala, gdzie zmarł. Trzech Gruzynów biorących udział w tej bójce trafiło do aresztu na dwa miesiące.

PAP/RED.

CO ZE STANEM ZDROWIA PAPIEŻA?

Papież Franciszek w 12. dniu pobytu w poliklinice Gemelli kontynuuje leczenie – podały we wtorek źródła watykańskie. Jak dodały, stan papieża nie

zmienił się od poniedziałkowego wieczora. Lekarze odnotowali wtedy lekką poprawę w stwierdzonym u Franciszka stanie krytycznym.

Źródła przekazały ponadto dziennikarzom w Watykanie, że papież może wstać, a minioną noc spędził spokojnie i nie miał nowego kryzysu oddechowego.

PAP

REKLAMA

Wójt Gminy Gietrzwałd, działając na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 roku o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. z 2024 r. poz. 1145 ze zm.) podaje do publicznej wiadomości, że na stronie internetowej urzędu www.gietrzwald.pl oraz na tablicach ogłoszeń w Urzędzie Gminy w Gietrzwałdzie i w sołectwach Gietrzwałd, Gronity, Sząbruk i Woryty w terminie od 26.02.2025 r. do 18.03.2025 r. zamieszczone są wykazy nieruchomości komunalnych Gminy Gietrzwałd przeznaczonych:

1. do **dzierżawy**: działka niezabudowana nr 75/41 położona w Sząbruku, część o pow. 80 m²,
2. do **użyczenia**: działki niezabudowane nr 161/30 i 161/31 położone w Gietrzwałdzie, o pow. 2,1890 ha,
3. do **sprzedaży**: działka niezabudowana nr 154/2 o pow. 70 m² w Worytach, • działki niezabudowane nr 282/278 o pow. 55 m² i nr 282/280 o pow. 130 m² w Sząbruku,
4. do **zamiary**: działki niezabudowane nr 6/1 o pow. 0,1962 ha, nr 8/4 o pow. 0,0946 ha, nr 8/6 o pow. 0,0778 ha i nr 11/1 o pow. 0,0270 ha w Gronitach.

Wójt Gminy Gietrzwałd

13025otr-a-M

1625otzi-a-M

KARTKA Z KALENDARZA

- 98 lat temu (26 lutego 1927 roku) „Mazurek Dąbrowskiego” został oficjalnie polskim hymnem państwowym.
- 26 lat temu prezydent RP Aleksander Kwaśniewski podpisał dokumenty ratyfikujące polskie członkostwo w NATO.

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

REDAKTOR NACZELNY
Maciej Matera
zarzad@gazetaolsztynska.pl

DYREKTOR ZARZĄDZAJĄCY
Agnieszka Weder-Grygielewicz

REDAKTORZY WYDANIA
Barbara Barczuk
Joanna Karzyńska

wydawca@gazetaolsztynska.pl

sport@gazetaolsztynska.pl

WYDANIE ONLINE
internet@gazetaolsztynska.pl
514 800 549

GAZETA OLSZTYŃSKA.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
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 604 408 305
reklama@dziennikelblaski.pl
gazeta@dziennikelblaski.pl

REKLAMA W ELBLĄGU
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 604 408 305
reklama@dziennikelblaski.pl
PRENUMERATA E-WYDAŃ
prenumerata@dziennikelblaski.pl
502 499 531

DRUK
Drukarnia Prasowa
GRUPY WM Sp. z o.o.
Olsztyn, ul. Tracka 7b
tel. 502 499 539

Do końca lutego osoby, które w ubiegłym roku pobierały wcześniejszą emeryturę lub rentę i dorabiały do swojego świadczenia, powinny poinformować ZUS o dodatkowych przychodach. Dotyczy to między innymi wynagrodzeń z umowy o pracę, umowy zlecenia, a także przychodów z prowadzonej działalności gospodarczej oraz z tytułu pełnienia funkcji członka rady nadzorczej. Przychody są rozliczane na podstawie zaświadczenia wydanego przez zakład pracy emeryta lub rencisty. Natomiast osoby prowadzące działalność gospodarczą składają własne oświadczenie, w którym deklarują podstawę wymiaru składek na ubezpieczenia społeczne jako swój przychód.

Obowiązują limity

Informacja o przychodach jest niezbędna do tego, aby ZUS mógł ustalić, czy wypłacał świadczenie w prawidłowej wysokości. Rencistów oraz

ZOSTAŁO JUŻ TYLKO KILKA DNI

Ważna informacja dla seniorów. Dorabiając do renty czy wcześniejszej emerytury, trzeba pamiętać, by do końca lutego powiadomić ZUS o dodatkowych przychodach w 2024 r.



wcześniejszych emerytów, którzy nie ukończyli powszechnego wieku emerytalnego (60 lat dla kobiet i 65 lat dla mężczyzn), obowiązują bowiem limity dotyczące dorabiania do świadczeń. Dlatego osoby te są zobowiązane do końca lutego poinformować ZUS o dodatkowych przychodach, które osiągnęły w ubiegłym roku.

— Aby ZUS mógł rozliczyć świadczenie w najkorzystniejszy sposób (rocznie lub miesięcznie), warto przedłożyć zaświadczenie o wysokości zarobków osiągniętych w poszczególnych miesiącach. Nawet jeśli w niektórych miesiącach limit został przekroczony, a w innych nie został osiągnięty, roczne rozliczenie może nie wiązać się z żadnymi konsekwen-

cjami finansowymi — mówi Anna Grabowska, rzecznik warmińsko-mazurskiego oddziału ZUS.

Zgodnie z przepisami, jeśli dodatkowe zarobki nie przekroczą 70 proc. przeciętnego miesięcznego wynagrodzenia, emerytura lub renta jest wypłacana w pełnej wysokości. Jeśli natomiast przekroczą ten limit, świadczenie jest zmniejszane.

Natomiast po przekroczeniu drugiego progu, czyli 130 proc. przeciętnego wynagrodzenia, wypłata świadczenia za dany miesiąc jest zawieszana.

W 2024 R. ROCZNA KWOTA PRZYCHODU, KTÓREJ PRZEKROCZENIE POWODUJE, ŻE WYSOKOŚĆ ŚWIADCZENIA SIĘ ZMNIEJSZA, WYNIOSŁA 65 611,40 ZŁ BRUTTO. NATOMIAST KWOTA, PO KTÓREJ PRZEKROCZENIU PRAWO DO ŚWIADCZENIA ZOSTAJE ZAWIESZONE, TO 121 849,50 ZŁ BRUTTO. KWOTY TE WYNIKAJĄ Z WYLICZENIA ODPOWIEDNIO 70 PROC. I 130 PROC. PRZECIĘTNEGO MIESIĘCZNEGO WYNAGRODZENIA OBOWIAZUJĄCEGO W POSZCZEGÓLNYCH MIESIĄCACH UBIEGŁEGO ROKU.

Kto nie musi się rozliczać?

Co do zasady emeryci, którzy ukończyli powszechny wiek emerytalny mogą dorabiać bez ograniczeń i nie muszą informować ZUS o wysokości swoich zarobków. Limity dotyczące dorabiania nie dotyczą osób pobierających rentę rodzinną, które mają też ustalone prawo do emerytury z tytułu osiągnięcia powszechnego wieku emerytalnego. Ponadto świadczeniobiorcy otrzymujący emeryturę częściową, rentę inwalidy wojennego lub wojskowego, których niezdolność do pracy jest związana ze służbą wojskową, a także osoby pobierające rentę rodzinną po takich inwalidach nie muszą przedkładać zaświadczeń o wysokości swoich przychodów.

Nie muszą tego robić też uczniowie szkół ponadpodstawowych oraz studenci, którzy nie ukończyli 26. roku życia, a pobierają rentę rodzinną i są zatrudnieni na umowie zlecenia lub agencyjnej. **AM**

TU ZAWSZE BYŁO ZIMNO

Od kilku dni podróżni mogą już korzystać z nowego dworca kolejowego w Olsztynie. Obiekt jest ładny, nowoczesny. Ale czy praktyczny? To pytanie zadają sobie niektórzy. Dlaczego?

Wkońcu doczekaliśmy się nowego dworca kolejowego w Olsztynie. Podróżnym nowy obiekt się podoba.

— Przestronny, przeszklony, choć trochę zimno, ale w Olsztynie zawsze na dworcu było zimno — powiedział nam jeden z podróżnych, dodając, że w porównaniu ze starym dworcem to jednak niebo a ziemia i nowy obiekt rzeczywiście robi wrażenie.

Ale dworzec musi być też funkcjonalny. Na starym dworcu było zimno. To

prawda, ale nowy kosztował ponad 97 mln złotych, więc tu wszystko musi już grać.

Zdaniem niektórych ciepło ucieka przez rozsłane drzwi, które — jak to na dworcu — ciągle są w ruchu.

Owszem, może ładnie wyglądają, ale czy są praktyczne, szczególnie na północy Polski, gdzie w piecu trzeba palić przez siedem, osiem miesięcy w roku. Dlatego u nas bardziej się sprawdzają drzwi obrotowe, takie, jakie są chociażby w obu olsztyńskich ga-

leriach handlowych, choć już nie w byłym Dukacie. Bo tu są takie same jak na dworcu.

Zapytaliśmy kolejarzy, dlaczego wybrano akurat takie drzwi i co w przypadku, gdyby rzeczywiście nagle przyszły tęgie mrozy. Zdaniem PKP SA główne drzwi wejściowe do nowego budynku dworca Olsztyn Główny zostały wykonane zgodnie z projektem, a wybór takiego rozwiązania podyktowany był względami bezpieczeństwa, wygodą podróżnych

i koniecznością spełnienia wymogów z zakresu dostosowania obiektów do potrzeb użytkowników o ograniczonych możliwościach poruszania się, w tym osób z niepełnosprawnościami.

— Przykładowo, aby spełnić wymogi dotyczące dróg ewakuacyjnych, nie można zastosować drzwi obrotowych. Montaż takich drzwi wiązałby się z koniecznością zamontowania w pobliżu dodatkowych drzwi tradycyjnych (rozwieranych lub rozsłanych)



— tłumaczy Michał Stilger, rzecznik prasowy PKP SA. — Ponadto drzwi obrotowe przeważnie nie są dostosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnościami, w tym na wózkach, i sprawiają problemy osobom z niepełnosprawnościami wzroku. Drzwi obrotowe dla budynku o takich prze-

znaczeniu jak dworzec nie są wygodne w codziennym użytkowaniu, gdyż spowalniają ruch pieszych.

Jak dodaje rzecznik, aby ograniczyć straty ciepła, nad wejściami do budynku zaprojektowano kurtyny powietrzne, które mogą być uruchamiane podczas chłodniejszych dni. **AM**

PREZYDENT MIASTA ELBLĄG

podaje do publicznej wiadomości wszystkich zainteresowanych, że na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Elblągu oraz w siedzibie Zarządu Budynków Komunalnych od 19 lutego 2025 roku do 11 marca 2025 roku zostały wywieszone wykazy nieruchomości przeznaczonych do najmu lub dzierżawy z zasobu Gminy Miasto Elbląg.

BURMISTRZ MIASTA BRANIEWA

informuje, że w siedzibie Urzędu Miasta Braniewa, ul. Kościuszki 111 i na stronie www.bip.braniewo.pl, na okres 21 dni zostało wywieszone Zarządzenie nr 23/2025 z dnia 19 lutego 2025 r. w sprawie ogłoszenia wykazu nieruchomości przeznaczonych do oddania w użyczenie.

przetarg

Spółdzielnia Mieszkaniowa „Pojezierze” w Olsztynie, ul. Kołobrzeska 13

informuje, że dnia 12.03.2025 r. o godz. 12⁰⁰ w siedzibie Spółdzielni, pok. 222, odbędzie się uстный przetarg na zawarcie umowy o ustanowienie i przeniesienie prawa odrębnej własności do lokalu mieszkalnego w budynku przy ul. Dworcowej 42/60, powierzchnia użytkowa 39,00 m², VIII piętro, cena wywoławcza 216 000,00 zł.

Bliższe informacje o przetargu pod numerem tel. 89 537 33 13, -32 udziela sekcja członkowsko-mieszkaniowa, pok. 111, oraz pod adresem www.smp.olsztyn.pl.

SĄD UCHYLIŁ UNIEWINNIE KOBIECY OSKARŻONEJ O ZABÓJSTWO MĘŻA

SĄD APELACYJNY W BIAŁYMSTOKU UCHYLIŁ UNIEWINNIE I ZWRÓCIŁ DO SĄDU PIERWSZEJ INSTANCJI SPRAWĘ KOBIECY OSKARŻONEJ O ZABÓJSTWO MĘŻA. DO ZBRODNI DOSZŁO CZTERY LATA TEMU W RESZLU. W OCENIE SĄDU ODWOŁAWCZEGO WSZYSTKO WSKAZUJE NA TO, ŻE TO OSKARŻONA DOKONAŁA TEJ ZBRODNI.

Według obecnie obowiązujących przepisów, gdy w pierwszej instancji zapada wyrok uniewinniający, sąd odwoławczy — jeśli się z nim nie zgadza — nie może oskarżonej osoby skazać, lecz jedynie to orzeczenie uchylić i zwrócić sprawę do ponownego rozpoznania przez sąd pierwszej instancji. W tym przypadku przez Sąd Okręgowy w Olsztynie.

Mąż oskarżonej zginął 17 lutego 2021 r. w swoim domu w Reszlu. Zabójca zadał mu trzy ciosy nożem w klatkę piersiową i wiele ciosów w głowę tępym lub tępokrawędzistym narzędziem (mógł to być np. tłuczek do mięsa lub młotek).

Zarzut dokonania tego zabójstwa (z bezpośrednim zamiarem) prokuratura postawiła żonie zmarłego. Kobieta nie przyznała się do winy ani w śledztwie, ani w trakcie procesu. W maju 2024 r. została nieprawomocnie uniewinniona. Sąd Okręgowy w Olsztynie ocenił,

że brak było dowodów na popełnienie przez nią tej zbrodni. Zwrócił też uwagę na brak wyraźnego motywu, jakim miałyby kierować się oskarżona, zabijając męża.

Jak uzasadniał wtedy sąd — rozstrzygając wątpliwości na korzyść oskarżonej — m.in. nie było ostatecznej pewności, że w tym czasie nikt inny nie mógł wejść do budynku.

„Nawet najdalej idące prawdopodobieństwo przy braku jednak stuprocentowej pewności dowodowej popełnienia przestępstwa musi skutkować uniewinnieniem” — tłumaczył.

APELACJĘ OD TEGO WYROKU ZŁOŻYŁA PROKURATURA. CHCIAŁA UCHYLENIA ROZSTRZYGNIĘCIA SĄDU PIERWSZEJ INSTANCJI I ZWROTU SPRAWY DO PONOWNEGO ROZPOZNANIA. I TAKA DECYZJA W PONIEDZIAŁEK ZAPADŁA.



Fot. Zbigniew Woźniak

Białostocki Sąd Apelacyjny ocenił, biorąc pod uwagę zebrane dowody, że zabójstwa swego męża dokonała oskarżona. Najpierw uderzyła go trzy razy młotkiem. Gdy obrażenia nie okazały się śmiertelne, a mężczyzna odzyskał przytomność, zadała też ciosy nożem w szyję i klatkę piersiową, co doprowadziło do zgonu.

Sąd odwoławczy przyjął, że zebrany materiał dowodowy jest pełny. Za błędne uznał — przyjęte przez olsztyński Sąd Okręgowy — ustalenie dotyczące godziny zabójstwa i fakt, że drzwi do domu były otwarte. Stwierdził też, że nie było wejścia przez drzwi garażowe. W ocenie sądu apelacyjnego wyklucza to

założenie, że ktoś dostał się do domu z zewnątrz.

— **ZDANIEM SĄDU APELACYJNEGO DRAMAT (...) ROZEGRAŁ SIĘ W CZTERECH ŚCIANACH. UCZESTNICZYLI W NIM WYŁĄCZNIE MAŁŻONKOWIE, NIE BYŁO TAM OSÓB TRZECICH**

— **MÓWIŁ SĘDZIA TOMASZ UŚCIŁKO, UZASADNIAJĄC WYROK.**

Sędzia wspomniał, że oskarżona miała problem z alkoholem. Mąż szukał dla niej pomocy, interweniował, np. chował karty do bankomatu, by nie miała pieniędzy na alkohol, czy zamykał w domu, gdy była nietrzeźwa, a nawet wylewał znalezione trunki.

— Zabijając męża, oskarżona uzyskała niejako wolność wyrażającą się w nieograniczonej możliwości spożywania alkoholu. — Tak sędzia odniósł się do ewentualnego motywu zbrodni.

Zwrócił też uwagę na to, że kobieta stosowała przemoc fizyczną i psychiczną wobec męża. Mąż wielokrotnie zawiadamiał policję o incydentach, a ta podejmowała interwencje. Rodzina miała założoną niebieską kartę.

O wyjaśnieniach oskarżonej sędzia mówił, że zmieniały się, a do tego były sprzeczne ze znaczną częścią dowodów. **PAP**

CHCIELI PODZIĘKOWAĆ WOŁONTARIUSZOM

W trzecią rocznicę napaści Rosji na Ukrainę w Olsztynie odbył się koncert z udziałem ukraińskich artystów. Organizator koncertu, fundacja Dwa Skrzydła, chciał w ten sposób uhonorować wolontariuszy i aktywistów wspierających Ukrainę.

Nie chcemy świętować. Dla nas to czas żałoby, ale chcemy podziękować niosącym pomoc Ukraińcom w czasie wojny — mówiła przed wydarzeniem prezes fundacji Dwa Skrzydła Tetiana Revenko.

Podczas koncertu w auli konferencyjnej im. Anny Wasilewskiej Centrum Edukacji i Inicjatyw Kulturalnych w Olsztynie wystąpili ukraiński zespół tańca

ludowego Dumka z Górowa Iławeckiego, grupa instrumentalno-wokalna Słowiańska Dusza z Gdańska, solistka Olena Kułahina z Żytomierza, solista Wład Pelych z Zaporozia, grupa wokalna Toja z Olsztyna, Sofija Nadkernyczna i Mychajło Hoda.

Fundację Dwa Skrzydła założyli ukraińscy uchodźcy. Działa na rzecz kobiet, dzieci i całych rodzin.

Tetiana Revenko przypomniała, że w 2022 r. oficjalnie w Olsztynie mieszkało ok. 3 tys. ukraińskich rodzin, które uciekły przed wojną. Dodała, że uchodźców było więcej, niż wskazują oficjalne dane. W 2023 r. nastąpiła fala powrotów Ukraińców do ojczyzny. Rok później kolejni Ukraińcy wrócili do domu lub przenieśli się do innych miejsc.

Jak mówiła, wyjechało ok. 60-65 proc. Ukraińców, którzy po wybuchu wojny przyjechali do Olsztyna, ale pojawili się też następni. Obecnie w Olsztynie jest około tysiąca rodzin. Fundacja pomaga im w aktywizacji zawodowej, przy rekrutacjach do pracy. Realizuje 7 projektów, a w każdym z nich bierze udział 100 osób. Ukraińcy, w tym dzieci, uczą się



Fot. Zbigniew Woźniak

języka polskiego, przechodzą potrzebne szkolenia, mają wsparcie psychologa i prawnika, uczestniczą w wyjazdach i wycieczkach. Fundacja pomaga

wypełniać rozliczenia podatkowe, załatwiać sprawy w urzędach, tłumaczyć dokumenty, szukać pracy i staży zawodowych czy nostryfikować dyplomy. **PAP**

OLSZTYN ROZLICZA GMINĘ

WŁADZE OLSZTYNA WYSŁAŁY PISMO DO GMINY PURDA, W KTÓRYM CHCĄ ROZLICZYĆ SIĘ ZA UTRZYMANIE UCZNIÓW W MIEJSKICH SZKOŁACH. W TLE JEST SPRAWA POSZERZENIA GRANIC MIASTA.



Fot. Grzegorz Szydłowski

Prezydent Olsztyna Robert Szewczyk: — To naturalny kierunek rozwoju, który musimy obrać jako stolica regionu

W związku z sukcesywnym wzrostem wydatków w ciągu ostatnich lat, jakie miasto Olsztyn ponosi na edukację, przeprowadziłem analizę przyczyn ich powstawania oraz analizę udziału liczby uczniów nie będących mieszkańcami miasta Olsztyn i chciałbym zwrócić uwagę (...) na duże zainteresowanie mieszkańców gminy Purda kształceniem dzieci i młodzieży w olsztyńskich szkołach — to fragment pisma, które prezydent Olsztyna Robert Szewczyk wysłał do Teresy Chrostowskiej, wójtki gminy Purda.

Ratusz wyliczył liczbę takich uczniów. „Z informacji pozyskanych z baz danych Systemu Informacji Oświatowej wynika, że na dzień 1.12.2024 r. w olsztyńskich szkołach podstawowych

pobierało kształcenie 197 uczniów będących mieszkańcami gminy Purda” — informuje prezydent Olsztyna.

Prezydent Szewczyk wyliczył, że miasto dokłada do ich kształcenia ponad 1,5 mln zł rocznie.

Mówią liczby

— To pismo odbieram jako szantaż ze strony władz Olsztyna. Prezydent miasta zapomniał, że wielu uczniów z Olsztyna kształci się w naszych szkołach — mówi wójt Chrostowska. — A brak naszych dzieci w szkołach w Olsztynie doprowadzi do likwidacji kilku placówek w stolicy Warmii i Mazur.

Interpelację w sprawie kosztów ponoszonych przez miasto na edukację osób z ościennych gmin złożył radny Tomasz Głazewski. — Zzałączonej ana-

lizy wynika, że miasto Olsztyn dopłaciło w 2024 r. do edukacji łącznie ok. 294,7 mln zł, z tego w poszczególnych etapach edukacji:

a) przedszkola — ok. 117,7 mln zł,

b) szkoły podstawowe — ok. 116,9 mln zł,

c) szkoły ponadpodstawowe — ok. 60,1 mln zł.

A w odpowiedzi czytamy: „Miasto Olsztyn w 2024 r. dopłaciło do edukacji uczniów, którzy nie są mieszkańcami Olsztyna, łącznie ok. 33,5 mln zł.

— Wystąpiliśmy z propozycją rozpoczęcia rozmów w sprawie zawarcia porozumienia dotyczącego udziału gminy Purda w kosztach kształcenia w olsztyńskich szkołach

podstawowych dzieci będących mieszkańcami gminy Purda — informuje Patryk Pulikowski, rzecznik ratusza. — W kolejnych latach zauważalnie rosną koszty związane z utrzymaniem sieci szkół i kształceniem uczniów. Tych wydatków nie pokrywa subwencja, lecz coraz większy udział mają ci, którzy w Olsztynie płacą podatki. To także pieniądze pochodzące z własnych dochodów samorządu stolicy Warmii i Mazur.

— Czy inne gminy również otrzymały takie pismo? — pytamy.

— Taka korespondencja jest właśnie przygotowywana. Do ościennych gmin skierujemy podobne pisma dotyczące uczniów szkół

podstawowych, natomiast do starostwa powiatowego — uczniów szkół ponadpodstawowych — informuje Patryk Pulikowski.

Miasto chce grunty

W tle pisma prezydenta Olsztyna do władz gminy Purda jest sprawa poszerzenia granic miasta. Chodzi o tereny pomiędzy obecną południową granicą Olsztyna a obwodnicą, wchodzącą obecnie w skład gminy Purda. To około 235 ha, których właścicielem jest w większości skarb państwa (175,59 ha – 74,59 proc.) oraz ROD „Krokus” (37,1 ha). Gmina Purda jest właścicielem 1,59 proc. tego obszaru, czyli 3,73 ha, na które

w dużej mierze składają się drogi gminne. Te tereny funkcjonalnie związane są z miastem i bezpośrednio z nim sąsiadują. Według projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego, wyłożonego do publicznego wglądu w styczniu 2025 roku, miałyby one być przeznaczone m.in. na przemysł, usługi, handel wielkopowierzchniowy, składy i magazyny.

24 lutego ratusz ogłosił rozpoczęcie konsultacji w tej sprawie. Potrwają one do 9 marca. Ich celem jest poznanie opinii mieszkańców na temat zmiany granic miasta. Uprawnieni do udziału są wszyscy mieszkańcy Olsztyna.

Skarżą uchwałę

Z działaniami władz Olsztyna nie zgadza się gmina Purda, która zaskarżyła uchwałę Rady Miasta Olsztyna, przegłosowaną na styczniowej sesji. Radni zdecydowali wtedy o „przystąpieniu do procesu zmiany granic administracyjnych miasta”. Jednocześnie zgodzili się na przeprowadzenie konsultacji wśród mieszkańców Olsztyna. Zdaniem Teresy Chrostowskiej żaden przepis w polskim prawodawstwie nie daje prezydentowi miasta uprawnień do wszczęcia postępowania w sprawie zmiany granic. Pismo ze skargą wysłano do wojewody warmińsko-mazurskiego. Uchwałę radnych Olsztyna zaskarżył również powiat olsztyński.

CBA NADAŁO SPRAWIE KRYPTONIM „CASANOVA”

Na stronie Polskiej Agencji Prasowej pojawiły się informacje o posłance z naszego województwa. Według Onetu jej związek z lobbystą Tomaszem J. otworzył mu drzwi do ministerstw i spółek skarbu państwa. CBA nadało sprawie kryptonim „Casanova”.

„Do parlamentu, ministerstw i spółek skarbu państwa wchodził jak do siebie. W sejmowym hotelu imprezował z członkami rządu i parlamentarzystami. Romans z posłanką PiS wykorzystał do prowadzonej misternie korupcyjnej gry” — informuje Onet.

Portal zaznacza, że „nie przypadkiem CBA nadało



Fot. Andrzej Sprzączak

operacji specjalnej w jego sprawie kryptonim »Casanova« — romansując z posłanką, miał równocześnie żonę i jeszcze jedną kochankę”.

W artykule zaznaczono, że „Tomasz J. za rządów PiS przeniknął do centrum polskiej polityki i przez lata bazował na wyrobionych tam kontaktach, zarabiając krocie”. Jak wyjaśniono, „ta niebywała kariera była możliwa, bo Tomasz J. miał romans ze znaną posłanką PiS Iwoną Arent, która otworzyła przed nim drzwi na salony”.

„Iwona Arent czynnie wspierała partnera w prowadzonej przez niego działalności. W sprawie podmiotów, na rzecz których lobbował Tomasz J., wielokrotnie angażowała się jako posłanka” — pisze Onet.

Jak zaznaczono w artykule, „dzięki temu Tomasz J. zdobył bezcenne kontakty — był na ty z posłami, ministrami, a także członkami zarządów kluczowych spółek skarbu państwa, w tym Orlenu i Tauronu”.

„Podczas jednej z imprez u ojca Rydzyskiego w Toruniu miał rozmawiać także z Jarosławem Kaczyńskim” — dodano.

Posłanka z Warmii i Mazur odniosła się do sytuacji. Na swoim profilu na X opublikowała oświadczenie.

„W związku z pojawiającymi się w przestrzeni publicznej treściami dawnych rozmów prowadzonych z Tomaszem J. chcę sta-

nowczo podkreślić, że ich wyciąganie i przedstawianie w obecnym kontekście jest nieuczciwe i wprowadza opinię publiczną w błąd. W tamtym czasie ufałam Tomaszowi J. i nie miałam żadnych podstaw, by kwestionować jego intencje. Zostałam oszukana jak wiele innych osób. Nie miałam pojęcia o jego podwójnym życiu ani o działaniach, które prowadził” — czytamy we wpisie Iwony Arent. „Gdy tylko nabrałam wątpliwości co do działań Tomasza J., podjęłam odpowiednie kroki i przekazałam stosowne informacje właściwym służbom. W dalszym kontakcie z Tomaszem J. kierowałam

się odpowiedzialnością i koniecznością wyjaśnienia sprawy, współpracując przy tym z odpowiednimi służbami. Stanowczo podkreślam, że nigdy nie pomagałam Tomaszowi J. w żadnych nielegalnych działaniach. Zdecydowanie potępiam wszelkie działania o charakterze korupcyjnym i w pełni wspieram działania organów ścigania mające na celu wyjaśnienie tej sprawy. Należy wyraźnie podkreślić, że to Tomasz J. dopuścił się nieuczciwych działań! Próby wciągania mnie w tę sprawę to nic innego jak kolejna polityczna nagonka”.

ŹRÓDŁO: PAP/RED.

WYKORZYSTUJĄ KAŻDY MOMENT ŻYCIA, BY BYĆ SZCZĘŚLIWYMI

DZIŚ W POLSCE CO CZWARTA OSOBA MA POWYŻEJ 60 LAT. ZA 30 LAT SZÓSTĄ DEKADĘ ŻYCIA BĘDZIE MIAŁO ZA SOBĄ 40 PROCENT SPOŁECZEŃSTWA. BLISKO DWIE DEKADY ŻYCIA (W PRZYPADKU KOBIET NAWET WIĘCEJ), KTÓRE DZISIEJSZY 60-LATEK MA PRZED SOBĄ, CHCE ON WYKORZYSTAĆ JAK NAJPEŁNIEJ. SKOK ZE SPADOCHRONEM, PODRÓŻE, UPRAWIANIE OGRÓDKA CZY PRODUKCJA DOMOWYCH WIN – MŁODZI DUCHEM SENIORZY TWIERDZĄ, ŻE WIEK TO TYLKO LICZBY. ALE WIEDZĄ TEŻ, ŻE CIAŁO WYMAGA INNEJ TROSKI NIŻ KILKA DEKAD WCZEŚNIEJ.

REKLAMA

Prezydent Olsztyna	
podaje do publicznej wiadomości wyciąg z ogłoszenia o przetargu ustnym nieograniczonym na zbycie nieruchomości Gminy Olsztyn	
Oznaczenie nieruchomości według księgi wieczystej oraz katastru nieruchomości	Lokal mieszkalny nr 2, znajdujący się na I piętrze budynku położonego przy ul. Grunwaldzkiej 1 Warszawskiej 2b w Olsztynie, w klatce Grunwaldzka 1, wraz ze sprzedażą udziału 61/1000 w częściach wspólnych budynku oraz gruncie pod budynkiem (obręb 61, działka nr 77/1 o pow. 164 m ² , KW nr OL1O/00024335/4)
Powierzchnia nieruchomości	Powierzchnia użytkowa lokalu mieszkalnego: 31,6 m ²
Przeznaczenie nieruchomości	Sprzedaż lokalu mieszkalnego w trybie przetargu ustnego nieograniczonego
Cena wywoławcza	260 000,00 zł w związku z wpisaniem nieruchomości do rejestru zabytków cena nieruchomości osiągnięta w przetargu zostanie obniżona o 50% na wniosek nabywcy
Termin i miejsce przetargu	28 marca 2025 r. o godzinie 12.30 w siedzibie Urzędu Miasta Olsztyna, pl. Jana Pawła II 1, w sali 219, II piętro
Wysokość wadium	26 000,00 zł należy wpłacić na rachunek Urzędu Miasta Olsztyna prowadzony przez Bank Handlowy S.A. nr rachunku: 77 1030 1508 0000 0008 2300 1003, do dnia 24 marca 2025 r. Wpłacone wadium winno znajdować się w dniu 24 marca 2025 r. na rachunku Urzędu Miasta Olsztyna
Miejsce wywieszenia i publikacji ogłoszenia o przetargu	Pełna treść ogłoszenia dostępna jest w internecie, pod adresami www.olsztyn.eu , www.infopublikator.pl , www.infoinwestycje.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej, prowadzonym przez Urząd Miasta Olsztyna, pod adresem umolsztyn.bip.gov.pl i na elektronicznej tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Olsztyna
Szczegółowych informacji o przetargu udziela:	Wydział Polityki Lokalowej Urzędu Miasta Olsztyna, plac Jana Pawła II nr 1, pokój 010, parter, tel. (89) 506-03-03. W celu obejrzenia lokalu przed przetargiem należy skontaktować się z Zakładem Lokali i Budynków Komunalnych w Olsztynie pod numerem telefonu (89) 526-28-20

Prezydent Olsztyna	
podaje do publicznej wiadomości wyciąg z ogłoszenia o przetargu ustnym nieograniczonym na zbycie nieruchomości Gminy Olsztyn	
Oznaczenie nieruchomości według księgi wieczystej oraz katastru nieruchomości	Lokal mieszkalny nr 4, znajdujący się na I piętrze budynku położonego przy ul. Sienkiewicza 11 w Olsztynie, wraz ze sprzedażą udziału 77/1000 w częściach wspólnych budynku oraz gruncie pod budynkiem (obręb 20, działka nr 39 o pow. 221 m ² , KW nr OL1O/00027252/9)
Powierzchnia nieruchomości	Powierzchnia użytkowa lokalu mieszkalnego: 36,5 m ²
Przeznaczenie nieruchomości	Sprzedaż lokalu mieszkalnego w trybie przetargu ustnego nieograniczonego
Cena wywoławcza	250 000,00 zł w związku z wpisaniem nieruchomości do rejestru zabytków cena nieruchomości osiągnięta w przetargu zostanie obniżona o 50% na wniosek nabywcy
Termin i miejsce przetargu	28 marca 2025 r. o godzinie 11.30 w siedzibie Urzędu Miasta Olsztyna, pl. Jana Pawła II 1, w sali 219, II piętro.
Wysokość wadium	25 000,00 zł należy wpłacić na rachunek Urzędu Miasta Olsztyna prowadzony przez Bank Handlowy S.A. nr rachunku: 77 1030 1508 0000 0008 2300 1003, do dnia 24 marca 2025 r. Wpłacone wadium winno znajdować się w dniu 24 marca 2025 r. na rachunku Urzędu Miasta Olsztyna
Miejsce wywieszenia i publikacji ogłoszenia o przetargu	Pełna treść ogłoszenia dostępna jest w internecie, pod adresami www.olsztyn.eu , www.infopublikator.pl , www.infoinwestycje.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej, prowadzonym przez Urząd Miasta Olsztyna, pod adresem umolsztyn.bip.gov.pl i na elektronicznej tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Olsztyna
Szczegółowych informacji o przetargu udziela:	Wydział Polityki Lokalowej Urzędu Miasta Olsztyna, plac Jana Pawła II nr 1, pokój 010, parter, tel. (89) 506-03-03. W celu obejrzenia lokalu przed przetargiem należy skontaktować się z Zakładem Lokali i Budynków Komunalnych w Olsztynie pod numerem telefonu (89) 526-28-45

Życie starszych osób często nie jest usłane różami. Zdrowie nie takie jak kiedyś, a i w portfelu jakby trochę mniej. Jednak obecni emeryci i renciści nie chcą spędzić jesieni życia w kapiach przed telewizorem. Grupa 60+ to pokolenie ludzi bardzo aktywnych, którzy chcą sięgać po to, co z pozoru może wydawać się zarezerwowane dla młodych osób. Chcą uczyć się języków, być sprawni fizycznie, zwiedzać, surfować w internecie, rozwijać szereg swoich pasji i zainteresowań.

POWIEDZENIE „STAROŚĆ NIE RADOŚĆ” JAKOŚ DO NICH NIE PASUJE. CIĄGLE CHCĄ SIĘ SPOTYKAĆ, DZIAŁAĆ I POMAGAĆ. SENIORZY ŻYJĄ AKTYWNI I KORZYSTAJĄ Z WOLNEGO CZASU. NIE CHCĄ ZAMYKAĆ SIĘ W DOMU I CZEKAĆ NA ŚMIERĆ. TERAZ NIE MUSZĄ ŚPIESZYĆ SIĘ

Z PRACY DO DOMU, DZIECI. TERAZ MAJĄ CZAS DLA SIEBIE.

Kiedy widzę uśmiechniętych seniorów na spotkaniach w klubach, to aż serce się raduje. Nie są to ludzie przygnębieni, narzekający na zdrowie, brak pieniędzy i wszelkie przeciwności losu. To osoby, które chcą na emeryturach żyć pełnią życia. Ich postawa dowodzi, że jesień życia wcale nie musi być smutna i przygnębiająca. I za to powinniśmy cenić i wspierać naszych seniorów. Żeby kiedyś móc powiedzieć: „Wykorzystałem każdy moment swojego życia, by być szczęśliwym”!

Jan, 74 lata: Jestem emerytem od ponad 10 lat, ale przez cały czas pracuję na umowy zlecenia. Zapotrzebowanie w mojej branży jest spore, ja mam doświadczenie, więc raczej mam problem nadmiaru zajęć. Uważam, że obowiązki nie pozwalają



Fot. Pixabay



ŁAWECZKA PRZED BLOKIEM, SERIAL W TELEWIZJI, ROBÓTKI RĘCZNE I WYJŚCIE PO ZAKUPY JAKO JEDYNE ATRAKCJE? POLSCY SENIORZY CORAZ CZĘŚCIEJ SIĘ NA TĘ NIE GODZĄ. ŻYJĄ DŁUŻEJ I DO PÓŻNEJ STAROŚCI CHCĄ BYĆ TAK AKTYWNI, JAK TO TYLKO MOŻLIWE.

się nad sobą rozczulać, a dzięki tym dodatkowym dochodom zwiedziliśmy z żoną najdalsze zakątki świata. Z samych emerytur, choć na ich wysokość nie możemy narzekać, nie moglibyśmy sobie pozwolić aż na tyle. Ale nie czuję się zmuszony do pracy. Zawsze dawała mi radość. Zrezygnuję, gdy to się zmieni lub gdy poczuje się zmęczony.

NIE CHCĘ JUŻ ZA NICZYM GONIĆ. ALE TEŻ ANI MYŚLĘ ZAMKNAĆ SIĘ W DOMU. MAM JESZCZE WIELE PLANÓW!



Teresa, 63 lata: Przez wiele lat mieszkalam na stancjach, bo nie stać mnie było na zakup mieszkania. Niestety życie mnie nie rozpieszczało, bo mąż pił i nie dbał o rodzinę. Wtedy marzyłam tylko o tym, żeby mieć co dać jeść dzieciom i zapłacić rachunki. Kiedy zdecydowałam się odejść od męża, marzyłam, żeby moim dzieciom w życiu się poukładało. Cieszę się, że pomimo trudnego dzieciństwa udało im się wykształcić i stworzyć rodziny. Dwóch synów mieszka z rodzinami i pracuje w Norwegii. Dwa lata temu jeden z nich kupił mieszkanie i podarował mi do niego klucze. To był najpiękniejszy dzień w moim życiu. Pierwszy raz zasnęłam w swoim domu, ze łzami w oczach. Ale nie były to łzy strachu i żalu, a łzy szczęścia.

WIEM, ŻE DOBRZE WYCHOWAŁAM SVOJE DZIECI, ŻE ONE WIEDZĄ, IŻ CHCIAŁAM DLA NICH JAK NAJLEPIEJ. MARZYŁAM, ŻE TO ONE BĘDĄ SZCZĘŚLIWE, ŻE BĘDĄ MIAŁY WŁASNE DOMY... DZIĘKI NIM MAM I JA SVOJE MIEJSCE NA ZIEMI.

Teraz marzę tylko o tym, żeby moja rodzina była zdrowa, aja bym mogła jak najdłużej cieszyć się odwiedzającymi mnie wnukami.

Krystyna, 71 lat: Wierzę, że uśmiech, dobre słowo czy jakakolwiek pomoc wracają do nas podwójnie. I nie mam tu na myśli odwzięczenia się – po prostu, gdy dajemy dobroć, jesteśmy lepsi, wartościowsi, szlachetniejsi, choćby we własnych oczach.

W ŻYCIU SPOTYKA NAS TYLE ROZCZAROWAŃ, SMUTKU, NIEPOWODZEŃ, DLATEGO WARTO MARZYĆ, BO TO PRZYNOSI NAM RADOŚĆ. KIEDY SPEŁNIAJĄ SIĘ NAWET MAŁE MARZENIA, CZUJEMY SIĘ LEPIEJ.

Seniorzy chcą miło spędzać swój wolny czas, bawić się i zapomnieć o samotności

Ja przez całe swoje życie marzyłam o podróży do Rzymu. Jednak nie było mnie na to stać; dzieci były małe, praca i codzienne obowiązki pochłaniały mnie całkowicie. Ale w skrytości marzyłam, że może kiedyś stanę na placu św. Piotra. Ina emeryturze to marzenie spełniłam. Pobyt w Rzymie był wspaniały. Do dziś w mojej pamięci pozostały te dni i uśmiecham się do swoich wspomnień, ilekroć o nich myślę. Teraz marzę jeszcze

o zobaczeniu polskich gór, bo nigdy nie byłam.

Janina, 66 lat: Żyjemy w czasach, gdy wszystko się zmienia w mgnieniu oka.

TRZEBA BYĆ OTWARTĄ NA CHŁONIĘCIE WIEDZY, NA USTAWICZNE ZWIĘKSZANIE SWOICH KOMPETENCJI. BYĆ ODWAŻNĄ I NIE BAĆ SIĘ ZMIAN. UCZYĆ SIĘ, ROZWIJAĆ SVOJE

ZAINTERESOWANIA, PASJE I HOBBY. NIE OGRANICZAĆ SIĘ. TO, ILE MOŻESZ ZROBIĆ, ZALEŻY TYLKO OD CIEBIE. I TRZEBA MIEĆ DOBRY KONTAKT Z DRUGIM CZŁOWIEKIEM. MIEJSCE KOBIETY JEST... DOKŁADNIE TAM, GDZIE JEST ONA SZCZĘŚLIWA.

Miłość, szacunek i lojalność to nie są jakieś

bonusy. To podstawowe elementy zdrowej, partnerskiej relacji z ukochanym. Szczerość i zaufanie należą się nam w przyjaźni. Zaslugujemy na wszystko, co najlepsze. Dlatego też warto mieć marzenia, ba – nawet trzeba je mieć! Spełniam marzenia, a one powodują, że mam chęć na życie! Trzeba wyrzucić z głowy negatywne emocje i nie dać innym wchodzić z butami w swoje życie.

JOANNA KARZYŃSKA

Prezydent Olsztyna	
podaje do publicznej wiadomości wyciąg z ogłoszenia o przetargu ustnym nieograniczonym na zbycie nieruchomości Gminy Olsztyn	
Oznaczenie nieruchomości według księgi wieczystej oraz katastru nieruchomości	Lokal mieszkalny nr 7, znajdujący się na poddaszu budynku położonego przy ul. Żeromskiego 10 w Olsztynie, wraz ze sprzedażą udziału 70/1000 w częściach wspólnych budynku oraz gruncie pod budynkiem (obręb 20, działka nr 38 i 35/5 o łącznej pow. 232 m ² , KW nr OL1O/00019202/5)
Powierzchnia nieruchomości	Powierzchnia użytkowa lokalu mieszkalnego: 24,2 m ² , w tym piwnica 3,5 m ²
Przeznaczenie nieruchomości	Sprzedaż lokalu mieszkalnego w trybie przetargu ustnego nieograniczonego
Cena wywoławcza	135 000,00 zł w związku z wpisaniem części nieruchomości do rejestru zabytków cena lokalu oraz cena udziału w gruncie pod budynkiem (dz. nr 38) osiągnięta w przetargu zostanie obniżona o 50% na wniosek nabywcy
Termin i miejsce przetargu	28 marca 2025 r. o godzinie 11.00 w siedzibie Urzędu Miasta Olsztyna, pl. Jana Pawła II 1, w sali 219, II piętro
Wysokość wadium	13 500,00 zł należy wpłacić na rachunek Urzędu Miasta Olsztyna prowadzony przez Bank Handlowy S.A. nr rachunku: 77 1030 1508 0000 0008 2300 1003, do dnia 24 marca 2025 r. Wpłacone wadium winno znajdować się w dniu 24 marca 2025 r. na rachunku Urzędu Miasta Olsztyna
Miejsce wywieszenia i publikacji ogłoszenia o przetargu	Pełna treść ogłoszenia dostępna jest w internecie, pod adresami www.olsztyn.eu , www.infopublikator.pl , www.infoinvestycje.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej, prowadzonym przez Urząd Miasta Olsztyna, pod adresem umolsztyn.bip.gov.pl i na elektronicznej tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Olsztyna
Szczegółowych informacji o przetargu udziela:	Wydział Polityki Lokalowej Urzędu Miasta Olsztyna, plac Jana Pawła II nr 1, pokój 010, parter, tel. (89) 506-03-03. W celu obejrzenia lokalu przed przetargiem należy skontaktować się z Zakładem Lokali i Budynków Komunalnych w Olsztynie pod numerem telefonu (89) 526-28-45

Prezydent Olsztyna	
podaje do publicznej wiadomości wyciąg z ogłoszenia o przetargu ustnym nieograniczonym na zbycie nieruchomości Gminy Olsztyn	
Oznaczenie nieruchomości według księgi wieczystej oraz katastru nieruchomości	Lokal mieszkalny nr 16, znajdujący się na poddaszu budynku położonego przy pl. Pułaskiego 4 w Olsztynie, wraz ze sprzedażą udziału 27/1000 w częściach wspólnych budynku oraz gruncie pod budynkiem (obręb 73, działka nr 27 o pow. 385 m ² , KW nr OL1O/00019238/6) oraz oddaniem w użytkowanie wieczyste udziału 27/1000 w gruncie do racjonalnej obsługi budynku (obręb 73, działka nr 28/2 o pow. 321 m ² , KW nr OL1O/00080983/1)
Powierzchnia nieruchomości	Powierzchnia użytkowa lokalu mieszkalnego: 35,4 m ²
Przeznaczenie nieruchomości	Sprzedaż lokalu mieszkalnego w trybie przetargu ustnego nieograniczonego
Cena wywoławcza	260 000,00 zł w związku z wpisaniem nieruchomości do rejestru zabytków cena lokalu oraz cena udziału w gruncie pod budynkiem (dz. nr 27) zostanie obniżona o 50% na wniosek nabywcy
Termin i miejsce przetargu	28 marca 2025 r. o godzinie 12.00 w siedzibie Urzędu Miasta Olsztyna, pl. Jana Pawła II 1, w sali 219, II piętro
Wysokość wadium	26 000,00 zł należy wpłacić na rachunek Urzędu Miasta Olsztyna prowadzony przez Bank Handlowy S.A. nr rachunku: 77 1030 1508 0000 0008 2300 1003, do dnia 24 marca 2025 r. Wpłacone wadium winno znajdować się w dniu 24 marca 2025 r. na rachunku Urzędu Miasta Olsztyna
Miejsce wywieszenia i publikacji ogłoszenia o przetargu	Pełna treść ogłoszenia dostępna jest w internecie, pod adresami www.olsztyn.eu , www.infopublikator.pl , www.infoinvestycje.pl oraz w Biuletynie Informacji Publicznej, prowadzonym przez Urząd Miasta Olsztyna, pod adresem umolsztyn.bip.gov.pl i na elektronicznej tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Olsztyna
Szczegółowych informacji o przetargu udziela:	Wydział Polityki Lokalowej Urzędu Miasta Olsztyna, plac Jana Pawła II nr 1, pokój 010, parter, tel. (89) 506-03-03. W celu obejrzenia lokalu przed przetargiem należy skontaktować się z Zakładem Lokali i Budynków Komunalnych w Olsztynie pod numerem telefonu (89) 526-28-36

Adopcja na Odległość to wyjątkowa inicjatywa, która pozwala dzieciom mającym trudne warunki życiowe uzyskać dostęp do edukacji i lepszego życia. W rozmowie z nami seniorzy oraz Mariola Dombrowska, koordynatorka Lokalnego Centrum Aktywności Społecznej w Żabinach, opowiadają o motywacjach, emocjach towarzyszących adopcji oraz innych działaniach, w które są zaangażowani.

— Niedawno seniorzy dołączyli do projektu Adopcja na Odległość, adoptując dziewczynkę z Madagaskaru?

Mariola Dombrowska: — To dla nas wielkie wyróżnienie i radość. Czujemy ogromną satysfakcję z tego, że możemy pomóc małej Florie. Jest to dla nas nie tylko gest wsparcia, ale także wyraz solidarności międzypokoleniowej i otwartości na świat. To niezwykle uczucie wiedzieć, że możemy pomóc dziecku, które pochodzi z dalekiego Madagaskaru i na co dzień boryka się z wieloma problemami.

— Co skłoniło państwa do wzięcia udziału w tym projekcie?

Seniorzy: — Zawsze staramy się angażować w działania charytatywne, a projekt Adopcja na Odległość to dla nas sposobność do tego, by realnie wpłynąć na czyjeś życie. Kiedy otrzymaliśmy list od Daniela Kasprowicza, twórcy projektu, byliśmy wzruszeni i zmotywowani do działania. Wiedzieliśmy, że chcemy się w to zaangażować. Rozmawialiśmy między sobą i jednoznacznie zdecydowaliśmy się na adopcję.

— To niejeden projekt, w którym seniorzy uczestniczą?

Mariola Dombrowska: — Nasi seniorzy są bardzo aktywni! Regularnie wspieramy inicjatywy charytatywne organizowane przez grupę W Rękach Młodych w gminie Rybno. Bierzymy udział w zbiórkach charytatywnych oraz w różnych wydarzeniach kulturalnych i sportowych. Niedawno uczestniczyliśmy w II Po-

SENIORZY ZAADOPTOWALI DZIEWCZYNKĘ Z MADAGASKARU

SENIORZY Z ŻABIN PO RAZ KOLEJNY UDOWADNIAJĄ, ŻE WIEK NIE JEST PRZESZKODĄ W NIESIENIU POMOCY INNYM. DZIĘKI ZAANGAŻOWANIU I CHĘCI WSPIERANIA POTRZEBUJĄCYCH DOŁĄCZYLI DO PROJEKTU ADOPCJA NA ODLEGŁOŚĆ, OBEJMUJĄC OPIEKĄ OŚMIOLETNIĄ DZIEWCZYNKĘ Z MADAGASKARU, ANDRIAMANANDRAY YANCE FLORIE.

wiatowym Przeglądzie Artystycznym organizowanym przez GOPS w Rybnie. To wspaniała okazja do tego, by się spotkać, dzielić pasjami i aktywnie spędzać czas. Nasza grupa jest bardzo zżyta i wspieramy się nawzajem nie tylko podczas wydarzeń, ale i na co dzień.

— Ilu seniorów obecnie uczestniczy w zajęciach LCAS w Żabinach?

Mariola Dombrowska: — Na stałe uczęszcza do nas dziesięć seniorów, ale mamy jeszcze wolne miejsca. Serdecznie zapraszamy wszystkich z naszej społeczności do dołączenia! To świetna okazja do tego, by spędzać czas w gronie rówieśników, rozwijać się i angażować w ważne projekty. Chcemy, aby każdy senior, który czuje się samotny, znalazł u nas wsparcie i nowe

możliwości. Nasza grupa jest otwarta na nowe osoby i zawsze chętnie witamy kolejnych uczestników.

— Jakie są plany seniorów w ramach Adopcji na Odległość?

Seniorzy: — Przede wszystkim chcemy zapewnić Andriamanandray Yance Florie jak najlepsze warunki do nauki i rozwoju. Koszt adopcji na rok szkolny 2024/2025 wynosi 650 zł, jednak udało nam się zebrać dodatkowe środki, aby jeszcze lepiej wesprzeć dziewczynkę i jej rodzinę. Planujemy regularnie wspierać ten projekt. To dla nas wielka radość, że możemy mieć realny wpływ na życie kogoś na drugim końcu świata. Chcielibyśmy również nawiązać kontakt z dziewczynką, by lepiej ją poznać i by wiedziała,

że ma wsparcie w Polsce. Wiemy, że jej rodzina mieszka w jednoizbowym domku z błota i utrzymuje się z uprawy ryżu, dlatego każda pomoc jest dla nich nieoceniona.

Dziękujemy za rozmowę i gratulujemy seniorom oraz Marioli Dombrowskiej wspaniałej inicjatywy. Życzymy dalszych sukcesów i satysfakcji z podejmowanych działań!

**DANIEL KASPROWICZ
OPOWIADA, CO NOWEGO
U DZIECI**

„Dzieci z projektu stypendialnego osiągają niezwykle sukcesy i dzięki bezinteresownej pomocy mogą realizować się na wielu płaszczyznach i na nowo przeżywać dzieciństwo. Choć w ciągu roku kilkoro podopiecznych odeszło, czasem doświad-



Seniorzy zaadoptowali Andriamanandray Yance Florie

czając trudnych sytuacji, to głęboko wierzymy w sens realizowanego programu, czego dowodem są ci uczniowie uśmiechający się na zdjęciach.

Wszystkie dzieci zdały imponująco dobrze egzamin na koniec klasy podstawowej (CEPE). W ciągu roku staraliśmy się zaopiekować nimi jak najlepiej poprzez dostarczanie materiałów edukacyjnych, zwiększanie dostępności do dodatkowych zajęć czy cykliczne przekazywanie ekwiwalentu wyżywienia i środków higienicznych. W tym roku szkolnym kontynuowaliśmy także zajęcia muzyczne i sportowe. Dzieci miały możliwość nauki gry na gitarze czy keyboardzie. Spora część chłopców zapisała się do naszego klubu piłki nożnej, który w turnieju szkół

podstawowych znalazł się na podium!

Nasza koordynatorka oraz obecna pani dyrektor Lea Meltine Rivoarimaha czuwała i interweniowała podczas pojawiających się trudności wychowawczych czy rodzinnych. Niestety kilkoro uczniów zrezygnowało z nauki przez bezlitosną malgaską rzeczywistość i lokalne zwyczaje. Dziękujemy szczególnie tym rodzicom adopcyjnym, którzy niezrażeni sytuacją postanowili podjąć się opieki nad nowym dzieckiem.

Wierzymy, że w ciągu następnego roku uda się zorganizować środki na budowę całego zespołu szkół, by jeszcze lepiej zaopiekować się Waszymi pociechami!” — takiej treści list Daniel Kasprowicz przekazał seniorom z Żabin.

SYLWESTER KASPROWICZ



Seniorzy z Żabin wraz z Danielem Kasprowiczem

Po wielu latach wróciła też do swojej pasji. To ona jest teraz jej terapią. Wiersze, robótki ręczne i spacerowanie pozwalają jej na wyrażenie emocji, na pozbycie się bólu i żalu, są pewnego rodzaju spowiedzią.

— Motywacja jest tym, czego potrzebujemy, aby móc wstawać każdego dnia i skupiać się na naszych obowiązkach oraz obranych celach — mówi pani Małgorzata. — Do działania motywują mnie przede wszystkim moja rodzina i ludzie, których spotykam na swojej drodze. Trzeba znaleźć wewnętrzną motywację do spełnienia własnych marzeń. Być silną i sięgać po to, czego się pragnie. Wielki wysiłek z czasem doprowadzi do wielkich rezultatów. Czasem trzeba dużo czasu, żeby odnaleźć samego siebie, zacząć żyć po swojemu, na nowo...

Życie dało mi w kość

Pani Małgorzata mieszka w Olsztynie, ma 55 lat. W wieku 18 lat wyszła za mąż i potem urodziła czwórkę dzieci: Martynę, Monikę, Karola i Ewelinę. Zajmowała się domem i pracowała zawodowo. Niestety, małżeństwo nie układało się dobrze. Życie nie rozpieszczało jej ani jej dzieci. Nie miała nawet 30 lat, kiedy zachorowała. Diagnoza: depresja. Od tamtej pory pani Małgorzata jest na rencie.

— Trudno mi wracać do przeszłości, bo jest wciąż bolesna — mówi. — Bywało naprawdę źle. Życie dało mi porządnie wkość. Praktycznie sama wychowałam dzieci, pomagała mi w tym bardzo moja mama. Jak zachorowałam, najmłodsza córka miała 3 lata... Czułam się samotna, choć otoczona byłam innymi ludźmi. Wszystko we mnie narastało, aż w końcu wybuchło... Kiedyś depresja była tematem tabu, ludzie wstydzili się o tym mówić. Jednak musiałam się leczyć dla swoich dzieci.

Pani Małgorzata 14 lat temu odeszła od męża. Zamieszkała z najmłodszą córką u swojej mamy.

O ZŁYCH CHWILACH NIE CHCE PAMIĘTAĆ

KOBIETA NIEZWYKŁA, CHOĆ SAMA O SOBIE TAK RACZEJ NIE MYŚLI. KOBIETA SIŁACZKA. ŻYCIE JEJ NIE ROZPIESZCZAŁO I NIEJEDEN RAZ POWODOWAŁO, ŻE CZUŁA SIĘ ŹLE. NIEUDANE MAŁŻEŃSTWO, PRZEWŁĘKŁA CHOROBA... JEJ SENSEM ŻYCIA BYŁY DZIECI. DLA NICH ZAWALCZYŁA O SIEBIE. PASJE DAJĄ JEJ SIŁĘ DO WYJŚCIA Z DOMU, OTWARCIA SIĘ NA INNYCH...

W otoczeniu kochających ludzi wraca do równowagi. Zdystansowała się od przeszłości, zaczęła odkrywać uroki życia. Uwielbia pracować na działce, uprawia warzywa i owoce, z których robi różne przetwory. Lubi też spędzać czas w kuchni, gotując.

— Życie pisze nam scenariusze, dzięki którym możemy odkrywać w sobie ciągle coś nowego. Było trudno, ale trzeba walczyć o życie — tłumaczy. — Bo w życiu tak naprawdę liczy się to, żeby ludzie byli szczęśliwi, zdrowi i mogli realizować swoje pasje. Żeby umieli się szanować i potrafili się tolerować. Wszyscy chcemy czuć się potrzebni i kochani. Potrzebujemy poczucia bezpieczeństwa, ciepła i nadziei w ciężkich chwilach. Trzeba cieszyć się z tego, co mamy, bo szczęśliwym nie jest ten, kto ma wszystko, ale ten, kto cieszy się z tego, co ma. A my tak często lubimy narzekać i koncentrować się na brakach, nie widząc tego, co mamy. Trzeba być życzliwym, uśmiechniętym, spełniać się i realizować swoje pasje.

Inie zapominać o ludziach, którzy są obok nas. Kochać ich i akceptować takimi, jakimi są.

Pani Małgorzata kilka lat temu zaczęła przelewać swoje emocje na papier. Spogląda na swoje życie, bliskich, świat i notuje to, co czuje. Sięgnęła też po szydełko, druty. Chodzi na różne warsztaty i szuka kolejnych pasji. Chce spędzać też jak najwięcej czasu między ludźmi.

— Problemy nie znikają od tak, jak za użyciem magicznej różdżki. Niewielu potrafi rozmawiać o życiu, śmierci czy chorobie... Dla niektórych to wciąż tematy tabu — tłumaczy. — Ludzie często wstydzą się i boją się rozmawiać, jakby rozmowa ich zabijała. Powiedzenie czegoś szczerze drugiej osobie to nie lada wyczyn, a przyznanie się do błędu czy swoich uczuć to wyzwanie. Rozmowa potrafi zdziałać cuda, a w dodatku z kimś, kto wie, co mówi i jak pomóc. Ja w pisaniu wierszy znajduję ukojenie, to taka moja terapia. Przychodzi moment, że czuję wenę i siadam do pisania. Nie lubię się uze-



Fot. prywatne archiwum

wnętrzniać, ale to pisanie mi pomaga i pozwala na przekazanie różnych myśli. Chciałabym, żeby niektóre osoby zrozumiały pewne rzeczy, sytuacje i zachowania. Poznałam wiele osób, które też zmagają się z depresją. Wspieramy się, rozmawiamy... Razem łatwiej pokonać trudności.

Sekret szczęśliwej kobiety

Dążenie do szczęścia to naturalna potrzeba człowieka. Szczęśliwi ludzie dostrzegają radość w codziennych czynnościach, drobniach, otaczającym ich świecie. Fascynująca książka, smaczny obiad, ładna pogoda, wpadająca w ucho piosenka... Do szczęścia potrzebne są rzeczy zarówno wielkie, jak i te małe. Takie rzeczy coraz częściej dostrzega pani Małgorzata.

— Sekret szczęśliwej kobiety to osiągnąć równowagę między tym, co robisz dla innych, a tym, co robisz dla siebie. Otaczać się zadowolonymi z życia, oddanymi ludźmi, na których możesz liczyć — mówi. — Zachować optymizm nawet w trudnych sytuacjach, bo to właśnie one są najlepszą lekcją o życiu. Dbać zarówno o duszę, jak i ciało. Aprzede wszystkim nauczyć się czerpać radość z codzienności, szczególnie z prostych słów, czynności i gestów. Wydaje mi się, że poczucie szczęścia też zależy od tu i teraz i jest bardzo subiektywnie odczuwane w różnych momentach życiowych. Ja wracam tylko do pięknych chwil w życiu, o tych złych nie chcę pamiętać. Jestem bardzo dumna ze swoich dzieci, że wyrosły na dobrych ludzi i że spełniają swoje marze-



PANI MAŁGORZATA:
— ŻYCIE PISZE NAM SCENARIUSZE, DZIĘKI KTÓRYM MOŻEMY ODKRYWAĆ W SOBIE CIĄGŁE COŚ NOWEGO.

nia. Marzę o tym, aby moje dzieci były szczęśliwe, by ich życie ułożyło się jak najlepiej. Niech nie zaznają lez smutku i strachu. Ja sama natomiast mam jedno marzenie: chciałabym pojechać w góry, bo nie było mi dane ich zobaczyć na własne oczy. To takie moje największe marzenie, które, mam nadzieję, jeszcze się spełni. **JOANNA KARZYŃSKA**

23 lutego obchodziliśmy Światowy Dzień Walki z Depresją.

Według Światowej Organizacji Zdrowia w 2020 r. depresja była drugą najczęściej występującą chorobą na świecie. Obecnie cierpi z jej powodu 350 milionów osób, w tym blisko 40 milionów mieszkańców Unii Europejskiej. Szacuje się, że do 2030 r. może być już na pierwszym miejscu wśród najczęściej występujących schorzeń. Może stanowić zagrożenie życia, a przy tym jest chorobą bardzo „demokratyczną” — dotyka osób w każdym wieku, o różnym statusie ekonomicznym, z rozmaitych środowisk. I taki paradoks: mimo, że istnieją skuteczne metody leczenia depresji, to korzysta z nich mniej niż 50%, a w niektórych państwach mniej niż 10% chorych. Najgroźniejszym objawem depresji są myśli samobójcze. Według WHO depresja może być przyczyną aż 800 tys. samobójstw rocznie.

W Polsce na depresję cierpi ponad 1,5 miliona ludzi, ale tylko jedna na 3 osoby chore korzysta z profesjonalnego leczenia. Tak niski odsetek osób leczących się z powodu depresji wynika nie tylko z ograniczonego dostępu do specjalistów, ale także z lęku przed społecznym napiętnowaniem z powodu choroby. Niestety wciąż panuje powszechne przekonanie, że korzystanie z pomocy psychologicznej czy psychiatrycznej jest powodem do wstydu. A nieleczona depresja często prowadzi do samobójstwa.

Depresja ludzi starszych

Depresja jest poważnym zaburzeniem nastroju. Może wpływać na sposób, w jaki się czujemy, działamy i myślimy. Niestety, wśród osób starszych jest częstym problemem, choć — nie zapominajmy! — depresja nie stanowi integralnej części procesu starzenia się. Irzeczywiście — większość znanych mi seniorów czuje się zadowolona ze swojego życia. I to nawet mimo boryka-

DEPRESJA SENIORA

OD CZASU DO CZASU PRZYGNĘBIENIE DOPADA KAŻDEGO Z NAŚ. I TO CAŁKIEM NORMALNE — TAKIE ŻYCIE. GORZEJ JEDNAK, GDY TEN STAN TRWA DŁUŻEJ, Z TYGODNIE PRZECHODZI W MIESIĄCE. A JESZCZE GORZEJ, GDY DOPADA SENIORA — BO STĄD JUŻ BARDZO KRÓTKA DROGA KU DEPRESJI.

nia się z większą liczbą chorób, zwłaszcza tych przewlekłych, i większą liczbą wyzwań w porównaniu z młodszymi ludźmi, ale i z czasem, gdy sami byli młodszy.

Istnieje kilka rodzajów depresji, których mogą doświadczać osoby starsze. Duże zaburzenie depresyjne obejmują objawy trwające co najmniej dwa tygodnie, które utrudniają wykonywanie codziennych czynności. Przewlekłe zaburzenie depresyjne to z kolei nastrój depresyjny trwający ponad dwa lata, chociaż osoba cierpiąca z tego powodu nadal jest w stanie być w stanie wykonywać codzienne czynności. Zaburzenie depresyjne wywołane substancjami/lekami to depresja związana z użyciem, nadużyciem lub odstawianiem substancji, takich jak alkohol lub leki przeciwbólowe. Kolejna depresja wynika ze stanu chorobowego.

Czynniki ryzyka depresji

Istnieje wiele czynników, które mogą zwiększać ryzyko wystąpienia depresji u danej osoby. U niektórych osób wpływają na nastrój i prowadzić do depresji mogą zmiany w mózgu. Inni doświadczają depresji po ważnym wydarzeniu w życiu, takim jak niepokojąca diagnoza medyczna lub śmierć bliskiej osoby. Czasami osoby żyjące na co dzień w dużym stresie, zwłaszcza opiekunowie bliskich, którzy zmagają

się z poważną chorobą lub niepełnosprawnością — też mogą czuć się przygnębione. A są i takie sytuacje, że depresja pojawia się bez wyraźnego powodu.

Badania wykazały, że czynniki, które wiążą się z ryzykiem depresji, ale niekoniecznie ją powodują to przede wszystkim stany chorobowe, takie jak udar lub rak; osobista lub rodzinna historia depresji; stres, w tym stres opiekuńczy. Problemy ze snem i izolacja społeczna i samotność, brak ćwiczeń lub aktywności fizycznej — to kolejne czynniki ryzyka. Uważajmy też na ograniczenia funkcjonalne, które utrudniają angażowanie się w codzienne czynności. A zaburzenia związane z używaniem alkoholu — zaliczane do zaburzeń depresyjnych wywołanych substancjami — są naprawdę niebezpieczne.

Izolacja społeczna a depresja u osób starszych

Każdy człowiek, by przetrwać i rozwijać się, potrzebuje kontaktów społecznych. Jednak wraz z wiekiem ludzie coraz częściej spędzają czas sami. Badania pokazują, że samotność i izolacja społeczna wiążą się z wyższym ryzykiem depresji. Ktokolwiek czuje się społecznie odizolowany lub samotny, powinien jak najszybciej nawiązać kontakt z innymi i zaangażować się w sensowne, produktywnie działania, które wcześniej



Fot. Freepik

sprawiły radość, przynosiły spełnienie.

Objawy depresji u osób starszych — na co uważać?

Depresję u osób starszych trudno rozpoznać — zwłaszcza że u niektórych osób smutek nie jest głównym jej objawem. Zamiast tego mogą odczuwać emocjonalne odrętwienie lub brak zainteresowania aktywnościami. A przy tym wszystkim mogą nie być tak otwarci na rozmowę o swoich uczuciach jak młodszy dorośli.

Objawy depresji mogą wyglądać inaczej w zależności od osoby i jej uwarunkowań osobowościowych. Ludzie wyrażają swoje emocje, nastroje i zaburzenia nastroju — w tym depresję — na różne sposoby. U niektórych depresja może objawiać się przede wszystkim fizycznie: bólem głowy i ciała, skurczami i/lub problemami trawiennymi.

Od strony emocjonalnej niepokój powinno uprzączywe i stałe uczucie beznadziei, winy, bezwartościowości lub bezradności; drażliwość, niepokój lub trudności z siedzeniem w miejscu; utrata zainteresowania kiedyś przyjemnymi czynnościami, obniżony poziom

energii lub permanentne zmęczenie. Ale oznaką depresji może być też powolniejsze poruszanie się lub mówienie, trudności z koncentracją, zapamiętywaniem lub podejmowaniem decyzji, ignorowanie ważnych ról w życiu, takich jak obowiązki zawodowe lub rodzinne, trudności z zasypianiem, budzenie się zbyt wcześnie rano lub przesypianie. Kolejny sygnał ostrzegawczy to jedzenie więcej lub mniej niż zwykle, zwykle połączone z niezamierzonym przyrostem lub utratą wagi. A zwiększone spożycie alkoholu lub narkotyków lub angażowanie się w działania wysokiego ryzyka oraz myśli o śmierci lub samobójstwie lub próby samobójcze — to wyraźne bicia na alarm!

Jeśli ktokolwiek z was lub w waszym otoczeniu ma choćby niektóre z tych objawów i trwają one dłużej niż przez dwa tygodnie — nie ignorujmy ich! Mogą to być objawy depresji lub innego stanu zdrowia. Nigdy nie ignorujemy sygnałów ostrzegawczych — pomoc jest dostępna. Jeśli poważna depresja nie zostanie leczona — może doprowadzić do śmierci samobójczej!

Wsparcie rodziny i przyjaciół

Depresja to stan chorobowy, który wymaga specjalistycznego leczenia. Chociaż rodzina i przyjaciele mogą pomóc, oferując wsparcie w znalezieniu leczenia — pamiętajmy, że nie są w stanie wyleczyć z depresji. Ale każdy członek rodziny lub przyjaciół osoby z depresją może zrobić kilka rzeczy. Przede wszystkim zachęcajmy kogoś, u kogo podejrzewamy depresję, do szukania leczenia i następnie postępowania zgodnie ze wskazówkami lekarza.

Pomóżmy umówić się na wizytę lekarską towarzyszyć osobie w gabinecie lekarskim lub grupie wsparcia. Uczestniczyć w zajęciach, które lubi wykonywać osoba. Zapytajmy, czy chce wybrać się na spacer lub przejechać rowerem — aktywność fizyczna może być świetna dla poprawy nastroju.

I słuchajmy sygnałów: smutek, odrętwienie lub pustka przez dłuższy czas — to ostrzeżenia. Ich znajomość i umiejętność rozpoznania oraz szybka reakcja — mogą komuś uratować życie!

MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA
Korzystałam z materiałów na stronie National Institutes of Health oraz Encyclopædia Britannica.

W OLSZTYNIE BĘDZIE NOWY ŻŁOBEK

W Olsztynie powstanie nowy żłobek miejski. Dofinansowanie pochodzi z piątej edycji programu Aktywny Maluch. Planowany obiekt ma zostać zbudowany w południowej części Olsztyna, przy ul. Antonowicza (osiedle Generałów). Pomieści niemal setkę dzieci i da zatrudnienie około 25 nauczycielom i obsłudze.

— Powstanie tego żłobka jest niezwykle istotnie nie

tylko ze względu na zapewnienie odpowiedniej liczby miejsc — mówi prezydent Olsztyna Robert Szewczyk. — To ważne także ze względu na lokalizację w intensywnie rozbudowującej się części naszego miasta.

W tej chwili w Olsztynie działają cztery żłobki, w których jest blisko 350 miejsc. Inwestycja przy ul. Antonowicza jest odpowiedzią na rosnące potrzeby mieszkańców rozbudowu-

jących się południowych rejonów miasta.

Jednokondygnacyjny budynek będzie składać się z czterech oddziałów żłobkowych, pomieszczeń administracyjno-socjalnych, gospodarczych i technicznych, bloku żywieniowego oraz części wspólnej.

Planowane rozpoczęcie realizacji inwestycji to drugi kwartał 2025 roku, a jej zakończenie ma nastąpić w ciągu 14 miesięcy od

podpisania umowy. Szacowany koszt to około 10 mln zł. W tej sprawie ratusz rozpiął właśnie przetarg.

W województwie warmińsko-mazurskim działa obecnie 211 instytucji opieki nad dziećmi do lat 3, oferujących łącznie ponad 6 tysięcy miejsc — to 30 klubów dziecięcych, 119 żłobków i 72 dziennych opiekunów.



GS Fot. Freepik



Fot. archidiecezja warmińska

WYJĄTKOWA IKONA W SZPITALU W OLSZTYNIE

W związku z trwającym rokiem jubileuszowym każda kaplica szpitalna na terenie archidiecezji warmińskiej stała się kaplicą jubileuszową. Do kaplicy szpitalnej pod wezwaniem św. Teresy od Dzieciątka Jezus w Warmińsko-Mazurskim Centrum Chorób Płuc w Olsztynie trafiła ikona Matki Bożej Gwiazdy Morza (Stella Maris).

Jak informuje archidiecezja warmińska, to wynika z okolicznościowej bulli papieskiej,

w której papież Franciszek apelował, by dotrzeć w tym czasie m.in. do chorych i cierpiących. — Maryja przychodzi z pomocą każdemu, a zwłaszcza wtedy, gdy życie jest wzburzone jak fale morskie. Gwiazda Morza kieruje nas do Jezusa — dawcy uzdrowienia. Maryja też towarzyszy chorym i uczy nas, jak być pielgrzymem nadziei — mówi ks. Dariusz Sonak, kapelan Warmińsko-Mazurskiego Centrum Chorób Płuc w Olsztynie.

Ikona Matki Bożej Gwiazdy Morza, która nazywana jest także Królową Karmelu, poświęcił metropolita warmiński abp. Józef Górzyński. — Choroba to czas szczególnej refleksji nad życiem. Kiedy dotyka nas cierpienie, to właśnie często zwracamy się do Matki Bożej, a ona wskazuje nam Chrystusa. On musi być w centrum naszego życia. Do niego odnosi się wszystko, co jest wymiarem naszego człowieczeństwa — mówi abp Górzyński.

Ikona Gwiazdy Morza trafiła do kaplicy szpitalnej jeszcze z jednego powodu. Tytuł Gwiazdy Morza był i nadal jest używany zwłaszcza przez ludzi morza dla podkreślenia roli Maryi jako ich opiekunki. — Ona zawsze wskaże kierunek — Jezusa Chrystusa — mówi ks. Henryk Błaszczyk, diecezjalny duszpasterz służby zdrowia. Ikona Gwiazdy Morza będzie obecna w kaplicy szpitalnej do końca roku jubileuszowego, czyli do 6 stycznia 2026. **GS**

MILIONY DLA OLSZTYŃSKIEGO SZPITALA

Szpital Kliniczny Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji z Warmińsko-Mazurskim Centrum Onkologii w Olsztynie znalazł się w gronie 12 placówek w Polsce, które otrzymały rekomendację w związku z dofinansowaniem projektu

stworzenia centrum wsparcia badań klinicznych (CWBK). Dzięki temu Szpital Kliniczny MSWiA z WMCO w Olsztynie otrzyma ponad 15 mln zł na rozwój infrastruktury badawczej, zwiększenie liczby wykwalifikowanej kadry oraz inwestycje

w nowoczesne systemy teleinformatyczne do obsługi badań klinicznych. Centrum wsparcia badań klinicznych z ośrodkiem badań wczesnych faz pozwoli prowadzić badania na najwyższym poziomie, co przeloży się na dostępność nowoczes-

nych terapii w regionie. Konkurs jest realizowany w ramach działania D3.1.1 „Kompleksowy rozwój badań w zakresie nauk medycznych i nauk o zdrowiu” ze środków Krajowego Planu Odbudowy. „Szczególnie cieszy nas fakt,

że dzięki utworzeniu CWBK w Olsztynie wypełniamy lukę w województwie warmińsko-mazurskim na polskiej mapie badań klinicznych. To ważny krok w kierunku rozwoju badań klinicznych w naszym regionie i zwiększenia dostępności

innowacyjnych terapii dla pacjentów” — czytamy na stronie szpitala. Poza realnym wpływem na rozwój badań klinicznych utworzenie CWBK umożliwi szpitalowi dołączenie do Polskiej Sieci Badań Klinicznych. **ŹRÓDŁO: MSWiA**

CO, GDZIE, KIEDY? OLSZTYŃSKIE KINA

Środa, 26 lutego
REPERTUAR MULTIKINO
 NOSFERATU / napisy: 11:25, 14:25, 17:35, 20:35; BRIDGET JONES: SZALEJĄC ZA FACETEM / napisy: 11:00, 13:50, 16:40, 18:20, 19:30, 21:10; KAPITAN AMERYKA: NOWY WSPANIAŁY ŚWIAT / dubbing: 10:55, 15:15, 18:00; KAPITAN AMERYKA: NOWY WSPANIAŁY ŚWIAT / napisy: 12:30, 20:45; JEDEN NA MILION / familijny / dubbing: 12:10, 14:40, 17:10; PIEP*ZYĆ MICKIEWICZA 2: 14:25, 16:50 19:15; SONIC 3. SZYBKI JAK BŁYSKAWICA / familijny / dubbing: 11:15, 15:40; PIES NA MEDAL / familijny / dubbing: 12:15, 14:30, 16:45; NAZNACZENI / napisy: 16:00, 19:45; MARIA

CALLAS / napisy: 19:00; FANTASTYCZNY ANGELO / familijny / dubbing: 10:05; BAYGIRL / napisy: 20:20; DOG MAN / familijny / dubbing: 10:00; FLOW / familijny: 13:50; KLEKS I WYNALAZEK FILIPA GOLARZA / familijny: 10:15, 13:00; ŚWIATŁOCZUŁA: 21:05; THE BRUTALIST / napisy: 13:40; VAIANA 2 / familijny / dubbing: 10:05

REPERTUAR HELIOS
 NOSFERATU / napisy: 14:10, 17:30, 19:30; JEDEN NA MILION / familijny / dubbing: 14:15, 19:15; BRIDGET JONES: SZALEJĄC ZA FACETEM / napisy: 12:20, 13:30, 15:20, 16:45, 18:15, 20:20; KAPITAN AMERYKA: NOWY WSPANIAŁY ŚWIAT / dubbing: 11:50, 14:10, 17:15; KAPITAN AMERYKA:

NOWY WSPANIAŁY ŚWIAT / napisy: 14:30, 20:00, 20:45; NAZNACZENI / napisy: 13:30, 15:40, 18:30, 20:15; PIES NA MEDAL / familijny / dubbing: 11:50, 17:00; FANTASTYCZNY ANGELO / familijny / dubbing: 11:30; GRAFTED / napisy: 21:15; PIEP*ZYĆ MICKIEWICZA 2: 15:10, 19:00; SONIC 3. SZYBKI JAK BŁYSKAWICA / familijny / dubbing: 11:40; KLEKS I WYNALAZEK FILIPA GOLARZA / familijny: 12:30; DALEJ JAZDA: 16:15; ZMIEN-NOKSZTAŁTNI / familijny / dubbing: 12:00; ŚWIATŁOCZUŁA: 16:45, 21:00

REPERTUAR AWANGARDA
 Maria Callas - prod. USA, Włochy: godz. 17:45; Dziewczyna z igłą - prod. Polska: godz. 17:45; Jeden na milion - prod.

USA: godz. 17:45; Dwie siostry - prod. Polska, Ukraina: godz. 19:45; Daaaaaali! - prod. Francja: godz. 19:45; Fremont - prod. USA: godz. 19:45

26 lutego WYKŁAD: KODY SARGENTA I JEGO NIEZWYKŁE UBRANIA Olsztyn



W tym czasie w roku, który stynie z wielkich bali, zaskakujących kreacji i pomysłów tańców, my pozostajemy w temacie mody. Tym razem będzie to opowieść o modzie widzianej z perspek-

tywy artysty i ukazywanej przez artystę. Bo na obrazach Johna Singera Sargenta ubrania są równie znaczące i tak samo wymowne jak twarze oraz magnetyczne spojrzenia portretowanych osób. Podczas spotkania odkryjemy unikatowy proces twórczy tego amerykańskiego artysty, który nie tylko był w stanie uchwycić ducha epoki, ale również, jak nikt strój traktował, jako zwierciadło tożsamości.

Godz. 17.30, BWA, al. Marsz. Józefa Piłsudskiego 38A.

26 lutego REWIA BURLESKI MADAME DE MONOU Olsztyn
 Stała widownia Madame de Minou została już skutecz-



nie uzależniona od brokatu i cekinów, więc wie co robić. To właśnie oni błyskawicznie wykupują pierwsze rzędy. A jeśli pierwszy burleskowy raz jest jeszcze przed Tobą, to nie masz pojęcia jak Ci zazdroszczę! Odkrywanie tego spektakularnego show po raz pierwszy jest jak kruszenie skarmelizowanego cukru na wierzchu kremu brule – zrozumiesz dopiero gdy poczujesz.

Godz. 19.00, Aula im. Anny Wasyłowskiej, ul. Kościńskiego 11.

POWIĘKSZYM DOROBEM MEDALOWY?

NARCIARSTWO Skoczkowie Piotr Żyła i Dawid Kubacki w 2023 roku zdobyli 33. i 34. medal dla Polski w mistrzostwach świata w narciarstwie klasycznym. Warto jednak podkreślić, że do 1980 roku medale przyznawano jednocześnie medalistom igrzysk olimpijskich.



Adam Małysz, Piotr Żyła i Justyna Kowalczyk to najbardziej utytułowani Polacy w historii mistrzostw świata w narciarstwie klasycznym

27 lutego (czwartek) w norweskim Trondheim rozpoczyna się mistrzostwo świata w narciarstwie klasycznym. Pierwszym polskim sportowcem, który stanął na podium MŚ w narciarstwie klasycznym, był Stanisław Marusarz. W Lahti w 1938 roku zajął on drugie miejsce w skokach. Osiemnaście lat później w igrzyskach olimpijskich w Cortinie d'Ampezzo z brązowego medalu w kombinacji norweskiej cieszył się Franciszek Gąsienica-Groń. Na kolejny sukces białoczerwonych kibice czekali do 1962 roku, kiedy to światowa czołówka rywalizowała w Zakopanem. Srebrny medal w konkursie skoków na Średniej Krokwi wywalczył Antoni Łaciak. W 1970 roku w Wysokich Tatrach (ówczesna Czechosłowacja) trzecia lokata w rywalizacji na obiekcie o punkcie konstrukcyjnym 90 m przypadła Stanisławowi Gąsienicy-Danielowi. Dwa lata później skoczek Wojciech Fortuna na igrzyskach olimpijskich w Sapporo jako pierwszy Polak zdobył złoty medal. Z mistrzostw świata w 1974 roku w Falun Polacy przywieźli dwa medale, oba brązowe: Jan Stasz

w biegu na 30 km oraz Stefan Hula w kombinacji norweskiej. Cztery lata później w Lahti złoty medal w biegu na 15 km i brązowy na dwa razy dłuższym dystansie wywalczył Józef Łuszczek. Po 17 chudych latach na podium MŚ 2001 w Lahti wskoczył Adam Małysz, zdobywając złoto i srebro. W kolejnych mistrzostwach, w 2003 roku, w Val di Fiemme Orzeł z Wisły dwukrotnie stanął na najwyższym stopniu podium. Kolejny medal z najcenniejszego kruszcu dorzucił w Sapporo w 2007 roku. Od 2009 roku konto Polski powiększała Justyna Kowalczyk. Narciarka z Kasiny Wielkiej w Libercu zdobyła dwa złote i jeden brązowy. Dwa lata później w Oslo dołożyła dwa srebrne i brązowy. W stolicy Norwegii na najniższym stopniu podium stanął też Małysz. W 2013 roku w Val di Fiemme prym wiedli skoczkowie. Kamil Stoch został mistrzem świata na dużym obiekcie, a drużynowo białoczerwoni wywalczyli brąz. Kowalczyk dołożyła srebro na 30 km klasykiem. W Falun dwa lata później dorobek białoczerwonych powiększył się o dwa brązowe medale: najpierw

na najniższym stopniu podium w sprincie drużynowym stanęli Kowalczyk i Sylwia Jaśkowiec, a następnie wynik z Val di Fiemme powtórzył zespół skoczków. W 2017 w Lahti na podium stali już tylko skoczkowie – zdobyli pierwsze w historii złoto w konkursie drużynowym, a indywidualnie na dużym obiekcie z brązu cieszył się Piotr Żyła. Natomiast w 2019 roku w Seefeld polskim dubletem zakończyła się rywalizacja na skoczni normalnej: na najwyższym stopniu podium stanął Kubacki, a drugi był Stoch. Dwa medale białoczerwoni zdobyli także w 2021 roku w Oberstdorfie. Nie spodziewanym triumfem Żyła skończyła się rywalizacja na obiekcie normalnym. Potem z kolegami z drużyny stanął jeszcze na najniższym stopniu podium. W ostatnich jak na razie MŚ w 2023 roku w słoweńskiej Planicy Żyła powtórzył swój życiowy sukces na mniejszej skoczni, a Kubacki dołożył brąz na większej. Tym samym polscy narciarze przedłużyli medalową passę do 18 lat. Ostatni raz nie stanęli na podium zawodów tej rangi w 2005 roku w Oberstdorfie. **PAP/RED.**

POLSCY MEDALIŚCI MISTRZOSTW ŚWIATA:

Złote medale (13)

- Wojciech Fortuna	Sapporo 1972 (ZIO)	skoki
- Józef Łuszczek	Lahti 1978	bieg na 15 km
- Adam Małysz	Lahti 2001	skoki
- Adam Małysz	Val di Fiemme 2003	skoki
- Adam Małysz	Val di Fiemme 2003	skoki
- Adam Małysz	Sapporo 2007	skoki
- Justyna Kowalczyk	Liberec 2009	bieg łączony na 15 km
- Justyna Kowalczyk	Liberec 2009	bieg na 30 km techniką dowolną
- Kamil Stoch	Val di Fiemme 2013	skoki
- Maciej Kot, Piotr Żyła, Dawid Kubacki, Kamil Stoch	Lahti 2017	skoki drużynowe
- Dawid Kubacki	Seefeld 2019	skoki
- Piotr Żyła	Oberstdorf 2021	skoki
- Piotr Żyła	Planica 2023	skoki

Srebrne medale (7)

- Stanisław Marusarz	Lahti 1938	skoki
- Antoni Łaciak	Zakopane 1962	skoki
- Adam Małysz	Lahti 2001	skoki
- Justyna Kowalczyk	Oslo 2011	bieg łączony na 15 km
- Justyna Kowalczyk	Oslo 2011	bieg na 10 km techniką klasyczną
- Justyna Kowalczyk	Val di Fiemme 2013	bieg na 30 km techniką klasyczną
- Kamil Stoch	Seefeld 2019	skoki

Brązowe medale (14)

- Franciszek Gąsienica-Groń	Cortina d'Ampezzo 1956 (ZIO)	kombinacja norweska
- Stanisław Gąsienica-Daniel	Wysokie Tatry 1970	skoki
- Jan Stasz	Falun 1974	bieg na 30 km
- Stefan Hula	Falun 1974	kombinacja norweska
- Józef Łuszczek	Lahti 1978	bieg na 30 km
- Justyna Kowalczyk	Liberec 2009	bieg na 10 km techniką klasyczną
- Justyna Kowalczyk	Oslo 2011	bieg na 30 km techniką dowolną
- Adam Małysz	Oslo 2011	skoki
- Maciej Kot, Piotr Żyła, Dawid Kubacki, Kamil Stoch	Val di Fiemme 2013	skoki drużynowe
- Justyna Kowalczyk, Sylwia Jaśkowiec	Falun 2015	sprint drużynowy
- Piotr Żyła, Klemens Murańka, Jan Ziobro, Kamil Stoch	Falun 2015	skoki drużynowe
- Piotr Żyła	Lahti 2017	skoki
- Piotr Żyła, Andrzej Stękała, Kamil Stoch, Dawid Kubacki	Oberstdorf 2021	skoki drużynowe
- Dawid Kubacki	Planica 2023	skoki

BJOERGEN NA CZELE KLASYFIKACJI MULTIMEDALISTÓW

Biegaczka Marit Bjoergen otwiera klasyfikację multimedalistów mistrzostw świata w narciarstwie klasycznym. Norweżka, która zakończyła już karierę, wywalczyła 26 medali, w tym 18 złotych, 5 srebrnych i 3 brązowe.



Marit Bjoergen



Czy Therese Johaug zdobędzie medal w Trondheim?

Kolejne miejsca zajmują inne przedstawicielki tej dyscypliny: Rosjanka Jelena

Wialbe, która ma w dorobku 14 złotych medali i 3 srebrne medale oraz Therese Johaug z 14 zło-

tymi, 2 srebrnymi i 3 brązowymi medalami. Trzydziestosekstoletnia Norweżka będzie miała

okazję poprawić bilans w rozpoczynających się zawodach w Trondheim.

PAP/RED.

Klasyfikacja wszech czasów narciarskich mistrzostw świata (złote, srebrne i brązowe medale, lata startów):

1. Marit Bjoergen (Norwegia/biegi)	18 5 3 (2003-17)
2. Jelena Wialbe (ZSRR/WNP/Rosja/biegi)	14 3 0 (1989-97)
3. Therese Johaug (Norwegia/biegi)	14 2 3 (od 2007)
4. Petter Northug (Norwegia/biegi)	13 3 0 (2007-17)
5. Larysa Łazutina (ZSRR/WNP/Rosja/biegi)	11 3 2 (1989-2001)
6. Bjoern Daehlie (Norwegia/biegi)	9 5 3 (1991-99)
7. Galina Kułakowa (ZSRR/biegi)	9 4 4 (1968-82)
8. Johannes Hoesflot Klaebo (Norwegia/biegi)	9 2 1 (od 2017)
9. Sixten Jernberg (Szwecja/biegi)	8 3 4 (1954-64)
10. Jarl Magnus Riiber (Norwegia/kombinacja)	8 3 0 (od 2019)
11. Alewtina Kołczina (ZSRR/biegi)	8 2 3 (1956-68)
12. Thomas Morgenstern (Austria/skoki)	8 2 1 (2005-13)
13. Eric Frenzel (Niemcy/kombinacja)	7 8 3 (2011-23)

... . Adam Matysz (Polska/skoki)	4 1 1 (2001-11)
. Piotr Żyła (Polska/skoki)	3 0 3 (od 2013)
. Justyna Kowalczyk (Polska/biegi)	2 3 3 (2009-15)
. Kamil Stoch (Polska/skoki)	2 1 2 (od 2013)
. Dawid Kubacki (Polska/skoki)	2 0 2 (od 2013)

PARTNER STRATEGICZNY

ORGANIZATOR

citi citi handlowy

GAZETA OLSZTYŃSKA DZIENNIK ELBŁĄSKI

PARTNERZY



Wojewódzki Urząd Pracy w Olsztynie



PATRONI HONOROWI



Ministerstwo Sportu i Turystyki



WOJEWODA WARMIŃSKO-MAZURSKI Radosław Król



MARSZAŁEK WOJEWÓDZTWA WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO Marcin Kuchciński



STAROSTA OLSZTYŃSKI Andrzej Abako



STAROSTA ELBŁĄSKI Maciej Romanowski



PREZIDENT OLSZTYNA Robert Szewczyk



PREZIDENT MIASTA ELKU Tomasz Andrukiewicz



JM REKTOR UNIwersYTETU WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO W OLSZTYNIE Jerzy A. Przyborowski

PARTNER WSPIERAJĄCY



64. PLEBISCYT

NA 10 NAJPOPULARNIEJSZYCH SPORTOWCÓW WOJ. WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO

PATRONI MEDIALNI

GAZETA OLSZTYŃSKA

DZIENNIK ELBŁĄSKI



BIZNES WARMII I MAZUR



SLOT: POTRZEBUJEMY TROFEÓW, ŻEBY SALAH MÓGŁ ZDOBYĆ ZŁOTĄ PIŁKĘ

PIŁKA NOŻNA Liverpool musi wywalczyć jakieś trofea, aby pomóc Egipcjaninowi Mohamedowi Salahowi w zdobyciu Złotej Piłki – uważa szkoleniowiec The Reds Arne Slot. Salah w tym sezonie zdobył już 25 goli i miał 16 asyst.

Pod obydwohą względami Salah jest najlepszy nie tylko w Premier League, ale też biorąc pod uwagę pięć najmocniejszych lig w Europie. Przynajmniej 20 goli zdobyli dotychczas tylko Harry Kane z Bayernu Monachium, Mateo Retegui z Atalanty Bergamo – po 21 oraz Robert Lewandowski z Barcelony – 20. Z kolei drugie miejsce pod względem liczby asyst zajmuje inny piłkarz Dumy Katalonii, Lamine Yamal – 12.

W niedzielę, gdy Liverpool wygrał na wyjeździe z brońącym tytułu Manchesterem City 2:0, Salah po raz 11. w tym sezonie angielskiej ekstraklasy miał gola i asystę w tym samym meczu.

– Podoba mi się to, że jego celem jest nie tylko zdobywanie ważnych goli i dostarczanie kluczowych podań, jak to było w meczu z City. Jemu zależy na zwycięstwie całej drużyny, a świadczy o tym praca, jaką wykonał w defensywie. To jest właśnie coś, co jest nam potrzebne, żeby mieć szansę na jakieś trofeum – uważa Slot, który prowadzi Liverpool od początku tego sezonu.

Salah ma szansę zostać pierwszym afrykańskim piłkarzem ze Złotą Piłką od 1995 roku, kiedy w plebiscycie magazynu „France Football” zwyciężył Liberyjczyk George Weah. Slot przypominał, że zwykle laureatem zostaje zawodnik, który ze swoją drużyną zatriumfuje przynajmniej w krajowych rozgrywkach lub w Lidze Mistrzów.

– Cieszę się, że jest dyskusja o „Mo” w tym kontekście, bo to oznacza, że spisuje się dobrze. Imy też. Ale jeśli ma nadal liczyć się w tej dyskusji, musi dalej grać na takim poziomie jak przez ostatnich siedem, osiem miesięcy. Poza tym, żeby zdobyć Złotą Piłkę, trzeba mieć też na koncie jakieś inne trofea. To jest wielkie wyzwanie, jakie stoi przed nami, ale też przed nim samym – podkreślił holenderski szkoleniowiec na konferencji prasowej przed środowym spotkaniem 27. kolejki Premier League usiebie z Newcastle United.



Mohamed Salah

W ostatnich dwóch spotkaniach pomiędzy tymi drużynami padło po sześć goli (4:2 i 3:3). Salah miał udział przy sześciu z siedmiu bramek dla The Reds: zdobył cztery i asystował przy dwóch.

Z kolei napastnik rywali Alexander Isak strzelił dwa z pięciu goli dla Srok w tych meczach, a przy jednym miał asystę. Szwed od początku sezonu w lidze zdobył 19 goli i jest wiceliderem klasyfikacji strzelców, ex aequo z Norwegiem Erlingiem Haalandem z Manchesteru City.

– Stwierdzenie, że jest w formie, to niedopowiedzenie. Jest w znakomitej formie. Takich zawodników można zatrzymać tylko pracą zespołową. Im dłużej będziemy mieć piłkę, tym mniej musimy być zagrożeniem. Ale na pewno jest bardzo niebezpieczny w kontratakach. Tylko że Newcastle to nie tylko on. Bardzo podoba mi się, jak zorganizował tę drużynę trener Eddie Howe – przyznał Slot.

Liverpool zgromadził 64 punkty w 27 występach (jeden mecz rozegrał awanssem), a drugi Arsenal Londyn, którego piłkarzem jest Jakub Kiwior, traci do niego 11. Newcastle jest na piątej pozycji z 44 pkt.

Na konferencji prasowej spytano Slotę, w jaki sposób przekona swoich podopiecznych, aby nie popadli w samozachwyt i nie mieli przekonania, że losy tytułu są już rozstrzygnięte.

– Nie sądzę, że muszę to robić. To są piłkarze, którzy rywalizują w tych rozgrywkach od dawna – znacznie dłużej ode mnie – i wiedzą, jaka jest skala trudności. Dobrze zdają sobie sprawę z tego, że do końca jeszcze daleko – zapewnił.

Liverpool i Newcastle United mierzą się ponownie 16 marca na londyńskim Wembley w finale Pucharu Ligi.

PAP/RED.

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL 503-103-703

PRACA

dam pracę

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie rolnym, 601-772-124

Z głębokim smutkiem zawiadamiamy, że 23 lutego 2025 r. odszedł od nas nasz kochany Mąż, Tata i Dziadek

ś. † p. Edmund Wilamowski

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się 28 lutego 2025 r. o godz. 12.00 mszą świętą w kościele pw. św. Józefa przy ul. Jagiellońskiej 41, po której nastąpi wyprowadzenie na cmentarz komunalny przy ul. Poprzecznej. Pograżona w żałobie rodzina

31425opb1-a-M

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że 24 lutego 2025 r. zmarł nasz Kochany Mąż, Tata, Dziadek i Brat

ś. † p. Waldemar Mikłas

Uroczystość pogrzebowa rozpocznie się 27 lutego 2025 r. o godz. 11.15 modlitwą w kaplicy przy ul. Poprzecznej 9B, po czym o godz. 11.45 nastąpi wyprowadzenie urny z Prochami na miejsce wiecznego spoczynku na cmentarzu komunalnym przy ul. Poprzecznej. Pograżona w żałobie rodzina

31325opb1-a-M

Dzieli nas tylko czas

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że 23 lutego 2025 r. odszedł od nas na zawsze

Nasz Kochany Mąż, Syn, Brat, Szwagier i Wujek

ś. † p.

Grzegorz Bebel

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się 28 lutego 2025 r. (piątek) o godz. 10.30 Mszą Świętą Żalobną w kościele (górnym) pw. Chrystusa Odkupiciela Człowieka przy ul. Wyszyńskiego. Ceremonia pochowania urny z Prochami odbędzie się na cmentarzu komunalnym w Dywitach.

Pograżona w bólu i żałobie rodzina

30525opb1-a-M

Z głębokim żalem zawiadamiam, że 25 lutego 2025 r. zmarł mój Kochany Mąż

Zbigniew Filipski Filip

Uroczystość pogrzebowa rozpocznie się 1 marca 2025 r. o godz. 13.30 w kaplicy przy ul. Poprzecznej 9B, po czym o godz. 14.00 nastąpi wyprowadzenie urny z Prochami. Ceremonia pochowania odbędzie się na cmentarzu komunalnym w Dywitach. Kondukt żałobny rozpoczniemy od bocznej bramy od strony Kieźlin. Zgodnie z wolą zmarłego proszę zamiast kwiatów o datki do puszki na Hospicjum „Palium”.

Pograżona w żałobie żona

EZ_25.02.25opb1-a-M



USŁUGI POGRZEBOWE

ARKA

Elżbieta Michałowska Anna Michałowska

OLSZTYN (Zatorze), ul. M. Zientary-Malewskiej 2A

89 534 72 42, 605 635 908

OLSZTYN (Jaroty), ul. Herberta 16/24

(wejście od Wilczyńskiego, naprzeciw „Medyka”)

89 526 66 01, 605 665 909

www.arkaolsztyn.pl

Całodobowy przewóz zmarłych

614619opb1-k-M

Pani

Wiesławie Bodetko

wyrazy głębokiego współczucia i słowa wsparcia po stracie

Mamy

składają kierownictwo

oraz pracownicy prokuratur okręgu olsztyńskiego

30425opb1-a-M



*Życie to czas, w którym szukamy Boga.
Śmierć to czas, w którym Go znajdujemy.
Wieczność to czas, w którym Go posiadamy...*

Św. Franciszek Salezy



340mp-otbr-6786a-M

Z głębokim smutkiem przyjęliśmy wiadomość o śmierci naszego kolegi

ś. † p. Grzegorza Bebla
Rodzinie i Bliskim

wyrazy współczucia

składają Dyrekcja, Koleżanki i Koledzy z Polskiej Spółki Gazownictwa sp. z o.o. Oddziału Zakład Gazowniczy w Olsztynie

31125opb1-a-M

Pani **Urszuli Kuklińskiej**
i Jej najbliższym

szczere wyrazy współczucia z powodu śmierci

Taty

składają dyrekcja szkoły, grono pedagogiczne oraz pracownicy SP nr 22 w Olsztynie

31025opb1-a-M

Pani

Agacie Rejmentowskiej

wyrazy współczucia z powodu śmierci

Siostry

składają Zarząd i pracownicy

Spółdzielni Mieszkaniowej „Pojezierze” w Olsztynie

30925opb1-a-M

NEKROLOGI (wymagany akt zgonu). Terminy przyjęć*:

• na poniedziałek – do piątku do godz. 15.00
• na wtorek, środę, czwartek, piątek – dnia poprzedniego w godz. 7.00-15.00
*Dotyczy Biura Ogłoszeń w Olsztynie, plac Józefa Bema 5

KONDOLENCJE

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

WWW.POZEGNANIA.NET

Biuro Ogłoszeń, **OLSZTYN**
plac Józefa Bema 5, tel. 514-800-517
czynne w godz. 7.00-15.00
soboty – nieczynne
b.ogloszen@gazetaolsztynska.pl

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

28919opb1-C-340-M

KWALIFIKACJE BYŁY TROCHĘ DZIWNE

KOSZYKÓWKA \\ Polska przegrała w Skopje z Macedonią Płn. 74:88 w 6., ostatniej kolejce eliminacji mistrzostw Europy 2025 (grupa H). Polska zakończyła kwalifikacje z bilansem 1-5, ale jako współgospodarz Eurobasketu jest pewna udziału w tym turnieju.

• **MACEDONIA PŁN. – POLSKA**
88:74 (26:19, 19:20, 22:16, 21:19)

Macedonia Płn.: T.J. Shorts 23, Andrej Maslinko 22, Lejson Zekjiri 17, Nenad Dimitrijevic 11, Andrej Magdevski 4, Damjan Robev 3, Viktor Efremovski 3, Bojan Krstevski 3, Vojdan Stojanovski 2, Marin Petkov 0, Stojan Gjuroski 0, Teodor Simikj 0.

Polska: Michał Michalak 13, Łukasz Kolenda 13, Andrzej Pluta 13, Aleksander Dziewa 10, Luke Petrask 9, Michał Sokółowski 8, Jarosław Zyskowski 4, Jakub Schenk 4, Mikołaj Witliński 0, Daniel Gołębowski 0, Jakub Szumert 0, Kuba Piśła 0.



Reprezentacja Polski przegrała z Macedonią Północną

Biało-czerwoni po raz czwarty ulegli Macedończykom w meczu o punkty, w tym drugi raz w obecnych kwalifikacjach. W eliminacjach ME 1999 Polacy przegrali 72:79 w Skopje i 50:61 w Pruszkowie, gdy liderem bałkańskiej drużyny był superstrzelec Petar Naumoski (odpowiednio zdobył 49 i 29 pkt).

W poniedziałkowym spotkaniu w Skopje w rolę następcy Naumoskiego wcielił się naturalizowany Amerykanin T.J. Shorts. Zawodnik euroligowego Paris Basketball, który wcześniej sięgnął po tytuły MVP finału Ligi Mistrzów FIBA 2023 i finału Pucharu Europy 2024, w pierwszej połowie trafił wszystkich 5 rzutów z gry (w tym 3 z linii 6,75 m), zaś w całym meczu miał 8 z 9 z gry i 4 wykorzystane wolne, czyli 23 pkt, a także

5 asyst, co dało wskaźnik efektywności 27.

Odpowiedzi na szybkiego rozgrywającego Polacy znaleźć nie potrafili. Biało-czerwoni przegrali też walkę pod tablicami 25:33 i mimo dobrych momentów na początku i w połowie trzeciej kwarty jako zespół prezentowali się na tle rywali gorzej.

Polacy rozpoczęli niemal identyczną piątką jak przed rokiem, z kapitanem Michałem Sokółowskim (zastąpił nieobecnego z powodu rehabilitacji kolana Mateusza Ponitkę), Andrzejem Plutą, Michałem Michalakiem, Luke'em Petraskiem oraz Aleksandrem Dziewą (za Aleksandra Balcerowskiego).

Podopieczni Igora Milicicia, chcąc zmazać fatalne wrażenie po meczu z Litwinami w Spodku (48:82), rozpoczęli od agresywnej obrony, której efektem były 3 przechwyty i punkty Michała Michalaka dające prowadzenie 4:0.

Macedończycy, prowadzeni przez trenera Aleksandra Jonevskiego, pracującego w Śląsku Wrocław, przetrwali napór Polaków i po rzutach z linii 6,75 m doprowadzili do remisu 6:6. Wejście naturalizowanego T.J. Shortsa i jego rzuty z dystansu spowodowały, że Macedonia Płn. odskoczyła szybko i prowadziła 23:16. Na początku drugiej części było 29:19 dla gospodarzy. Polacy mieli kłopoty z do-

starczeniem piłki pod kosz. Ich grę ożywiło wejście Łukasza Kolendy, najlepszego strzelca Orlen Basket Ligi, ale Macedończycy złapali swój rytm. Wygrywali 31:21 i 40:31. Rzuty z dystansu Pluty pozwoliły zmniejszyć straty do przerwy do 6 punktów (39:45).

W trzeciej kwarcie Polacy cały czas gonili rywali, trafiali z linii 6,75 m Petrask i Pluta, co pozwoliło zmniejszyć przewagę do punktu (47:48). Ale za każdym razem, głównie za sprawą Shortsa, Macedonia ponownie uzyskiwała przewagę. Po akcji Jarosława Zyskowskiego był remis 53:53 w 26. minucie. To dawało szansę na odwrócenie losów meczu. Złe decyzje

i brak rzutów spowodowały, że po 3 kwartach na koncie Macedonii było aż 67 punktów, a Polska miała tylko 55.

Biało-czerwonym brakowało agresji w defensywie, a zmiany trenera Milicicia (zadebiutował w kadrze 20-letni Kuba Piśła, a Jakub Szumert, debiutant z Katowic, przebywał na parkiecie tylko minutę) nie wносиły wiele do jakości gry. Kilka przytomnych zagrań pod kosz do Dziewy oraz 3 rzuty wolne (za faul wykonany przy akcji z linii 6,75 m) pozwoliły zmniejszyć straty z 12 punktów do 3 (66:69), następnie po akcji Pluty do 4 (69:73) w 35. minucie.

Końcówka należała zdecydowanie do gospodarzy i niezmordowanego Short-

sa, który po zbiórkach wysokich kolegów znakomicie uruchamiał kontrataki. Macedonia Płn. prowadziła 81:71, gdy za 3 punkty na niespełna 3 minuty przed końcem trafił Kolenda z linii 6,75 m. Potem biało-czerwoni nie potrafili znaleźć drogi do macedońskiego kosza, a rywale punktowali bez większych problemów.

Igor Milicic (trener reprezentacji Polski):

Moi zawodnicy odbili się mentalnie po ostatniej porażce. Pokazali, że zasługują na koszulkę reprezentacji, chcą walczyć dla drużyny narodowej. Możemy przegrać mecz, ale musimy pokazać serce na parkiecie. Nie pokazaliśmy dzisiaj jakościowej koszykówki, chociaż zawodnicy dali energię, wspierali siebie na ławce. To dobry sygnał. Jeśli będziemy to kontynuować, to przyjdą też dobre wyniki.

Dla nas te kwalifikacje były trochę dziwne, bo przecież mieliśmy zapewniony awans. Życzę moim graczom dużo zdrowia do końca sezonu, następnie zaczniemy przygotowania do kolejnych dużych testów oraz EuroBasketu. Chciałbym podziękować wszystkim zawodnikom za to, że pomogli – nie tylko w tym okienku, ale we wszystkich poprzednich meczach. Na pewno będziemy lepsi w przyszłości, jeśli chodzi o wyniki.

PAP/RED.

SPRINTEM

PIŁKA RĘCZNA \\ Związek Piłki Ręcznej w Polsce poinformował o zakończeniu współpracy z selekcjonerem reprezentacji Polski mężczyzn Marcinem Lijewskim. W najbliższych spotkaniach eliminacyjnych Euro 2026 drużynę narodową poprowadzi dotychczasowy asystent trenera – Michał Skórski. Decyzja prezesa ZPRP

Sławomira Szmała zapadła po analizie pracy trenera i konsultacjach z radą trenerów Związku oraz została zatwierdzona przez jego zarząd 24 lutego. Marcin Lijewski – w przeszłości wybitny reprezentant Polski, występujący na pozycji prawego rozgrywającego, mający na koncie dwa medale mistrzostw świata (2007

i 2009) – został selekcjonerem reprezentacji Polski w marcu 2023 roku. Jego kontrakt miał wygasnąć wiosną 2028 roku. A w przypadku awansu do turnieju olimpijskiego w Los Angeles zostałby automatycznie przedłużony. Przed objęciem stanowiska Marcin Lijewski pracował w roli szkoleniowca klubów

z ekstraklasy: Wybrzeża Gdańsk (2017-2019) oraz Górnika Zabrze (2019-2022). Pod wodzą Lijewskiego reprezentacja Polski mężczyzn wywalczyła awans i wystąpiła na dwóch głównych imprezach: mistrzostwach Europy 2024 i mistrzostwach świata 2025. W pierwszym turnieju Polacy zajęli 16. lokatę, a w drugim – 25.

PAP/RED.



Marcin Lijewski

Rolnicze abc

z Tobą od 1971 r.

MIESIĘCZNIK NIE TYLKO DLA ROLNIKÓW

6

WIADOMOŚCI

LUTY 2025 Roln

WYZWANIE DLA POLSKIEGO ROLNICTWA



Dr hab. Łukasz Ambroziak: Aby zmierzyć się z tą konkurencją, wskazane jest, aby polscy producenci rozwijali produkcję wyrobów gotowych, które będą mogły konkurować jakością, nie tylko niższą ceną

Po agresji Rosji na Ukrainę w lutym 2022 roku unijny handel z Ukrainą został przywrócony do 5 czerwca 2025 roku, wprowadzając jednocześnie automatyczny mechanizm ochrony i kwoty importowe dla szczególnie wrażliwych produktów rolnych.

Zawieszenie cel przez UE na 5 czerwca 2022 roku oznacza de facto tego kraju z jednolitym rynkiem i kamii dotyczącymi kilku produktów poważnie wyznacza dla polskiego rolnictwa. Złamanie barier handlowych między tymi państwami, co zachodzi już teraz, a mianowicie takie mają w zasadzie bezcłowy dostęp do i Ukraina może eksportować produkty i do Unii Europejskiej – mówi dr hab. Łukasz Ambroziak, Instytutu Ekonomiki Rolnictwa i Gospodarki Żywnościowej – Państwowego Instytutu Badawczego.

PO AGRESJI ROSJI NA UKRAINĘ W LUTYM 2022 ROKU UNIJNY HANDEL Z UKRAINĄ ZOSTAŁ PRZYWRÓCONY DO 5 CZERWCA 2025 ROKU, WPROWADZAJĄC JEDNOCZESNIE AUTOMATYCZNY MECHANIZM OCHRONY I KWOTY IMPORTOWE DLA SZCZEGÓLNIE WRAŻLIWYCH PRODUKTÓW ROLNYCH.

OCHRONNY I KWOTY IMPORTOWE DLA SZCZEGÓLNIE WRAŻLIWYCH PRODUKTÓW ROLNYCH, CZYLI DROBIU, JAJ, CUKRU, OWSA, KUKURYDZY, KASZY I MIODU.

Można więc powiedzieć, że obecnie zachodzi proces integracji Ukrainy z jednolitym rynkiem europejskim, natomiast samo członkostwo będzie oznaczać nadejście praw i obowiązków, jakie wynikają z członkostwa w Unii Europejskiej. Chodzi o uczestnictwo chociażby w różnego rodzaju instrumentach związanych ze wspólną polityką rolną, jak dopłaty bezpośrednie czy różnego rodzaju fundusze, wsparcie na rozwój obszarów wiejskich – wskazuje prof. Łukasz Ambroziak.

Pod koniec lutego 2022 roku Ukraina zgłosiła wniosek o członkostwo w UE. Akcesja wschodniego sąsiada Polski to szansa na wzmocnienie pozycji europejskiego rolnictwa, dla Polski jednak – co pokazało zniszczenie cel

Zdaniem ekspertów w odpowiedzi na ukraińską konkurencję polskie rolnictwo musi postawić bardziej na jakość, a nie na niską cenę produktów

Mówią dane
Z danych KE wynika, że eksport z Ukrainy w 2023 roku 22,8 mld euro. Głównymi portami eksportu (21,9 mld euro) jest zboże (9,2 mld euro) i oleje (10,7 mld euro).

PRODUKCJA ROŚLINNA

CZY CZAS NA ŻÓŁTE NACZYNNIA W RZEPAKU OZIMYM?

Wiosna może być trudna. Partię rolników, którzy w tym czasie nie mają jeszcze swoich upraw, czeka trudna decyzja. Czy warto siewać rzepak ozimy? W tym celu warto spojrzeć na prognozy pogody. W tym roku prognozy przewidują, że wiosna będzie sucha i ciepła. To może być korzystne dla rzepaka ozimego, który potrzebuje ciepła i światła do wzrostu. Jednak sucha zima może być niekorzystna dla rzepaka ozimego, który potrzebuje zimna do wytworzenia silniejszego systemu korzeniowego. Dlatego warto uważnie obserwować warunki pogodowe i być gotowym na zmiany. Jeśli zima będzie zbyt sucha, warto rozważyć nawożenie i podlewanie. Jeśli zima będzie zbyt ciepła, warto rozważyć siew rzepaka ozimego w późniejszym terminie. Wskazane jest również monitorowanie rozwoju roślin i podejmowanie odpowiednich działań w przypadku problemów. Wskazane jest również monitorowanie rozwoju roślin i podejmowanie odpowiednich działań w przypadku problemów.

Miesięcznik ogólnopolski

Rolnicze abc

nr 2 (414) luty 2025 r. cena: 6,49 zł (w tym 8% VAT) Indeks 440523



Wyzwanie dla polskiego rolnictwa



ISSN 1230-882X

9 771230 882025

LUTY 2025 – 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, Społem, Polo Market, Auchan, Chortent, Stokrotka i Real oraz online: www.kupgazeta.pl i www.e-kiosk.pl