

CZYTAJ
NAS:

• CO TYDZIEŃ
W GAZECIE
• CODZIENNIE
W INTERNECIE

Nr 25 (947)
WTOREK 21.06.2022

NOWY KURIER mławski.pl

ISSN 1731-9056 NR INDEKSU 382302
NAKLAD PONIZEJ 15000 EGZ.

CENA 2,80 zł
(w tym 5% VAT)

DZIERZGOWO GRUDUSK LIPOWIEC MŁAWA RADZANÓW STRZEGOWO STUPSK SZREŃSK SZYDŁOWO WIECZFNIA WIŚNIEWO



PIĘĆ OSÓB RANNYCH W WYPADKU

PIĘĆ OSÓB ZOSTAŁO RANNYCH W WYPADKU, DO KTÓREGO DOSZŁO W PIĄTEK POD MDZEWEŁ. JAK USTALILI WSTĘPNIE MŁAWSCY POLICJANCY DO DRAMATU DOSZŁO PODCZAS MANEWRU WYPRZEDZANIA. PRZEZ KILKA GODZIN RUCH NA TEJ TRASIE BYŁ UTRUDNIONY. POSZKODOWANI TRAFILI DO SZPITALI. S. 3



PÓŁ WIEKU RAZEM

JUBILEUSZ ||

S. 2



■ Pół wieku razem - nie każdemu jest dany taki piękny staż małżeński. Tym razem Złote Gody świętowały w Mławie cztery pary małżeńskie. Z okazji tak wspaniałego jubileuszu otrzymały, przyznane przez Prezydenta RP, medale za długoletnie pożycie małżeńskie.

PRZED NAMI DNI MŁAWY 2022

PROGRAM ||

S. 5

■ Święto Mławy w tym roku zapowiada się wyjątkowo atrakcyjnie. Zacznie się 9 lipca Jarmarkiem Wojciechowym, a następnie: pokazy samochodów, food trucki, teatr kukielkowy, koncerty, kino plenerowe, pokazy sołnika i teatr ognia.



WŁADYSŁAW DĘBSKI HERBU PRAWDZIC

Z KART HISTORII || S. 8

■ Inscenizacja odbicia więźniów z podziemia niepodległościowego z siedziby UB przy ulicy Reymonta wpisała się już na trwałe w kalendarz. Był lokalnym patriotą, z wyczuwaniem rozumiejącym znaczenie przeszłości w dzia-



PÓŁ WIEKU RAZEM

Pół wieku razem - nie każdemu jest dany taki piękny staż małżeński. Tym razem Złote Gody świętowały w Mławie cztery pary. Z okazji tak wspaniałego jubileuszu otrzymały, przyznane przez Prezydenta RP, medale za długoletnie pożycie małżeńskie.

Cztery pary otrzymały z rąk Burmistrza Miasta Mława Sławomira Kowalewskiego przyznane przez Prezydenta RP Andrzeja Dudę medale za długoletnie pożycie małżeńskie. Poświadczające ich przyznanie legitymacje wręczyła im Kierownik Urzędu Stanu Cywilnego w Mławie Marzena Lipińska.

Podczas kameralnej uroczystości w Pałacu Ślubów medale otrzymali: Ewa i Lech Dudkiewiczowie, Genowefa i Zygmunt Lulińscy, Elżbieta i Benedykt Śmigielscy oraz Anna i Jan Wojciechowscy.

– Drodzy państwo, gratuluję wam serdecznie tego, że jesteście razem przez pięćdziesiąt lat. Postęp



Medale za długoletnie pożycie małżeńskie otrzymali: Ewa i Lech Dudkiewiczowie, Genowefa i Zygmunt Lulińscy, Elżbieta i Benedykt Śmigielscy oraz Anna i Jan Wojciechowscy. Na zdjęciu z burmistrzem Sławomirem Kowalewskim

medycyny jest tak ogromny, że następne pięćdziesiąt jest przed wami. Trzeba być optymistą i liczyć

dni do kolejnych pięknych jubileuszy. To ważne, żeby móc planować. Oczywiście jutro nie należy do

nas, ale warto mieć plany i wieść życie pełne optymizmu oraz nadziei na to, że możliwe będzie to,

OPRÓCZ MEDALI I LEGITYMACJI, MAŁŻONKOWIE OTRZYMALI TAKŻE BUKIETY KWIATÓW ORAZ ZESTAWY UPOMINKÓW.

Oprócz medali i legitymacji, małżonkowie otrzymali także bukiety kwiatów oraz zestawy upominków. Nie zabrakło też pamiątkowych fotografii.

Przypominamy, że osoby zamieszkałe na terenie miasta, które przeżyły przynajmniej 50 lat w jednym związku małżeńskim i są zainteresowane otrzymaniem medalu za długoletnie pożycie małżeńskie, mogą się zgłaszać do tutejszego Urzędu Stanu Cywilnego (Pałac Ślubów w parku miejskim). Prosimy, aby zabrać ze sobą dowody osobiste, w celu sporządzenia wniosku do Prezydenta RP o przyznanie medalu. Jubilatów mogą również zgłaszać osoby z rodziny.

KN / KSM

RAPORT: 68 PROC. FIRM CHCE POWROTU PRACOWNIKÓW DO BIUR

Aż 68 proc. przedsiębiorców planuje regularny powrót pracowników do biur, nawet od połowy tego roku. W co czwartej firmie ten proces już się rozpoczął, a 45 proc. wdroży go maksymalnie od końca czerwca – wynika z raportu firmy doradczej CBRE.

Według autorów raportu CBRE „EMEA Office Occupier Sentiment Survey” praca w trybie zdalnym, wynikająca z pandemii, dobiega końca. 68 proc. przedsiębiorców będzie promować regularny powrót do biur – nawet od połowy tego roku. W przy-

padku co czwartej firmy ten proces już się rozpoczął, a 45 proc. wdroży go maksymalnie od końca czerwca. Jeden na sześć przedsiębiorców nie narzucił ram czasowych, kiedy powrót do biura ma się wydarzyć. „Jest to raczej proces, w którym pracownicy dostosują się do nowego trybu pracy” – wskazano.

Blisko 80 proc. firm finansowych planuje „bardziej regularny” powrót do biura do połowy roku. Ponad 1/3 firm technologicznych ma w planach ten proces, ale „bez narzucania sobie określonych ram czasowych”.



Firmy zdecydowanie stawiają na wybór, a nie obowiązek. Tylko 6 proc. pracodawców wymaga od zatrudnionych powrotu do biur w pełnym wymiarze czasu pracy. 7 na 10 pracodawców zezwala na dobrowolny powrót do biura

według uznania pracowników. „Firmy zastrzegają jednak, że w przyszłości mogą zostać narzucone zasady dotyczące frekwencji w biurze” – wskazała Małgorzata Niewińska z CBRE, cytowana w czwartkowej informacji. Zwróciła uwa-

PRACA W TRYBIE ZDALNYM, WYNIKAJĄCA Z PANDEMII, DOBIEGA KOŃCA.

gę, że z deklaracji pracodawców wynika, iż powrót pracowników do biur jest konieczny. „To sprzyja integracji, wymianie myśli” – dodała.

W opinii 63 proc. firm najważniejszym narzędziem, które ma pomóc w przepro-

wadzeniu procesu powrotu do biura jest komunikacja. Chodzi o przejrzyste i bieżące wiadomości o tym, co i kiedy się wydarzy. Na drugim miejscu według 55 proc. przedsiębiorców jest „jasne komunikowanie strategii”, a na trzecim zapewnienie takich samych doświadczeń pracy zarówno z domu, jak i z biura (48 proc.). Przedsiębiorcy podkreślają też „jakość doświadczeń biurowych” (39 proc.) jako jeden z kluczowych elementów procesu powrotu do biura.

(PAP)

PIĘĆ OSÓB RANNYCH W WYPADKU

Pięć osób zostało rannych w wypadku, do którego doszło w piątek pod Mdzewem. Jak ustalili wstępnie policjanci do wypadku doszło podczas manewru wyprzedzania. Przez kilka godzin ruch na tej trasie był utrudniony. Poszkodowani trafili do szpitali.



W piątek 17 czerwca o godz. 13.20 na drodze krajowej S7 w pobliżu Mdzewa doszło do wypadku z udziałem dwóch pojazdów osobowych, tj. hondy i uaza. W obu pojazdach jechali pasażerowie.

W wyniku wypadku rannych zostało aż pięć osób, które trafiły do szpitali w Mławie i Ciechanowie. Wśród pasażerów na szczęście nie było dzieci.

Kierowcy byli trzeźwi. — Jak wynika ze wstępnych ustaleń, do wypadku

doszło podczas manewru wyprzedzania — poinformowała Anna Pawłowska, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Mławie. — Ruch na tym odcinku został przywrócony tego dnia o godz. 18.00.

Informacja KPP



KIEROWCA BMW POTRĄCIŁ CHŁOPCA

W poniedziałek 13 czerwca, tuż przed godz. 14.00, na ul. Grzebskiego w Mławie doszło do potrącenie przechodzącego przez przejście 11-letniego chłopca. Ranne dziecko zostało przewiezione do szpitala w Ciechanowie. Kierowca był trzeźwy, jak tłumaczył

interweniującym policjantom, nie zauważył chłopca. Natychmiast po zdarzeniu udzielał mu pomocy.

Do wypadku doszło podczas intensywnych opadów deszczu. Jak wynika ze wstępnych ustaleń kierowca bmw, 34-letni mławianin, zjeżdżając z ronda



Fot. Stanisław R. Uliatowski

w ul. Grzebskiego, potrącił znajdującego się na przejściu 11-letniego chłopca.

Ranne dziecko zostało przewiezione do szpitala w Ciechanowie. Interweniujący patrol ruchu drogowego zatrzymał kierującego prawem jazdy. Trwają czynności mławskiej Policji.

Policja apeluje o ostrożność – zmienne warunki atmosferyczne, nagle i intensywne opady deszczu – to sytuacja która wymaga od kierowcy szczególnej uwagi i koncentracji. Zachowaj maksymalną ostrożność, nie ryzykuj – nie jesteś na drodze sam.

Informacja KPP

POLICJANT W CZASIE WOLNYM ZATRZYMAŁ PIJANEGO KIEROWCĘ

W niedzielę wieczorem (12.06) w Ciechanowie, policjant w Mławie, który obecnie przebywa na kursie podstawowym w Szkole Policji w Szczytnie, w czasie wolnym ujął nietrzeźwego kierowcę volkswagena.

12 czerwca dyżurny ciechanowskiej komendy otrzymał zgłoszenie,

że na ul. Powstańców Wielkopolskich policjant mławskiej komendy, który obecnie przebywa na kursie podstawowym w Szkole Policji w Szczytnie, ujął nietrzeźwego kierującego volkswagen. Patrol, który przyjechał na miejsce zatrzymał 46-letniego mieszkańca powiatu ciechanowskiego.



Fot. Materiały Policji

Jak się okazało, policjant po służbie, jadąc swoim samochodem zauważył, jak kierowca poprzedzając pojazd jedzie od krawędzi jezdni. Mężczyzna zatrzymał poprzedzający pojazd i wyjął kluczyki ze stacyjki, uniemożliwiając nietrzeźwemu kierowcy dalszą jazdę. Po czym powiadomił dyżurnego

ciechanowskiej jednostki o zdarzeniu. Kierującego volkswagenem poddano badaniu na zawartość alkoholu. Jak się okazało miał blisko 2 promile alkoholu w organizmie.

Mężczyzna został zatrzymany i osadzony w jednostce Policji do wyjaśnienia. O jego dalszym losie zdecyduje sąd. Podkom. Bożena Kuklak

WŁAMANIA DO DOMKU NA OGRÓDKACH

Złodziej włamał się do domku na terenie ogródków działkowych w Mławie. Sprawca ukradł przechowywane tam sprzęty i narzędzia na szkodę mieszkańca Mławy. Policja ostrzega przed włamaniami i apeluje o ostrożność.

Do włamania doszło podczas poprzedniego weekendu. Sprawca wszedł do domku ogrodowego, wybijając szybę w oknie. Ukradł



**SPRAWCY
WŁAMANIA
GROZI KARA OD
ROKU DO 10 LAT
POZBAWIENIA
WOLNOŚCI.**



Bądź czujny, gdy ktoś obcy oferuje pomoc w pracach ogrodowych

przechowywaną wewnątrz kosiarkę, podkaszarkę elektryczną oraz wiertarkę. Właściciel zauważył włama-

nie w niedzielę, około południa i powiadomił Policję. Sprawcy włamania grozi kara od roku do 10

lat pozbawienia wolności. Postępowanie prowadzi mławska komenda Policji.

Informacja KPP

MAZOWIECKA POLICJA OSTRZEGA!

Będąc na działce:

- zamknij swoje auto, zabezpiecz rower
- nie noś nadmiaru gotówki
- bądź czujny, gdy ktoś obcy oferuje pomoc w pracach ogrodowych
- pamiętaj o „sąsiedzkiej czujności”
- zwracaj uwagę na osoby małoletnie pozostające bez opieki oraz na osoby nieznajome, które są na terenie ogródów.

Zanim opuścisz działkę:

- pozamykaj drzwi i okna
- nie zostawiaj klucza w typowych miejscach.

- oznakuj wartościowe rzeczy, spisz numery fabryczne, wykonaj zdjęcia urządzeń i elektronarzędzi (dane te przechowuj w domu).
- rozważ ubezpieczenie domku, montaż alarmu, okiennic, załóż zamki z atestem.
- oznacz, że altanka lub domek ogrodowy posiada alarm lub monitoring.

W przypadku włamania:

- nie dotykaj przedmiotów, nie naprawiaj uszkodzeń
- nie zacieraj śladów wewnątrz i na zewnątrz domku
- powiadom policję dzwoniąc pod nr 112 lub do najbliższej jednostki policji.

PROMOCJA

rolnicze abc

OGÓLNOPOLSKI MIESIĘCZNIK

W „Rolniczym ABC” m.in.

**PORADY
SPECJALISTÓW**
od produkcji roślinnej i zwierzęcej

**SYLWETKI
OSÓB** które życie
związały z wsią

Kupisz nas na pocście, w sieciach: DINO, Polo Market, Auchan, Real, Stokrotka, w sklepach Społem, Chorten, salonikach prasowych, za pośrednictwem stron www.kupgazete.pl i e-kiosk.pl.
Chcesz otrzymać gazetę prosto do domu, zadzwoń: 502 499 528.



PRZED NAMI DNI MŁAWY 2022

Święto Mławy w tym roku zapowiada się wyjątkowo atrakcyjnie. Zacznie się 9 lipca Jarmarkiem Wojciechowym, a następnie: pokazy samochodów, food trucki, teatr kukielkowy, koncerty, kino plenerowe, pokazy sokolnika i teatr ognia. Będzie się działo!

Dni Mławy to dwudniowe święto miasta organizowane w terminie zbliżonym do 13 lipca – dnia, w którym przypada rocznica nadania Mławie praw miejskich (co nastąpiło w 1429 roku). Tegoroczna odsłona Dni Mławy to powrót do przedpandemicznego świętowania na dużą skalę.

Atrakcje będą zarówno w centrum miasta, jak i na terenie Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji, gdzie w sobotę 9 lipca zostanie zorganizowany Friendly City Festival Mława 2022. Wcześniej, od godziny 9:00 w centrum Mławy: Jarmark Wojciechowy, zlot samochodów tuningowanych, wystawa pojazdów strażackich, foodtrunki

(będą z nami przez trzy dni – od piątku 8.07 do niedzieli 10.07), teatrzyk kukielkowy na parkowym trawniku, atrakcje dla najmłodszych w miasteczku profilaktycznym.

Niedziela zapowiada się bardziej kameralna, parkowa, ale z wielkimi atrakcjami. Od godziny 12:00 rusza kino plenerowe, w repertuarze którego znajdą się zarówno filmy dla dzieci, jak i dla dorosłych. Od południa także pokazy sokolnictwa i stoisko z atrakcjami dla dzieci. O 16:00 wernisaż wystawy przygotowanej przez stowarzyszenie Mława – Miasto Zabytkowe o historii mławskiej Wólki. O 18:00 natomiast – koncert zespołu The Postman, grającego prze-



Leszcze wystąpią na Dniach Mławy

boje zespołów The Beatles oraz Skaldowie. O 20:00 zaprosimy na ostatni seans do kina plenerowego, a już

po zmroku – o 22:00 – na widowiskowy teatr ognia.

Na wydarzenia zapraszają Burmistrz Miasta Mława

oraz dyrektorzy miejskich jednostek kultury i sportu: Miejskiego Domu Kultury, Muzeum Ziemi Zawkrzeńskiej, Miejskiej Biblioteki Publicznej, Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Mławie oraz współpracujące z miastem organizacje: Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej w Mławie, stowarzyszenie Mława – Miasto Zabytkowe oraz Adrian Nowakowski, odpowiedzialny za The Event – Mławski Festival vol. 3.

Informacja UMM

PROGRAM DNI MŁAWY 2022

8-10 lipca
Festival Food Trucków (Park Miejski)

9 lipca
od godz. 9.00 (centrum miasta – park miejski, Stary

Rynek, ul. 3 Maja i Bolesława Chrobrego)
Jarmark Wojciechowy
The Event vol. 3 Zlot samochodów tuningowanych
Pokaz pojazdów strażackich
Miasteczko profilaktyczne dla dzieci
Teatrzyk kukielkowy „Legenda o Mławie”
od godz. 16.00 MOSiR Mława
Friendly City Festiwal 2022
koncerty Cinematic Groove, Zorka, Witek Muzyk Ulicy, Leszcze, Łydką Grubasa, zabawa taneczna z DJ'em

10 lipca
od godz. 12.00 kino plenerowe, pokazy sokolnictwa, stoiska dla dzieci (park miejski)
godz. 18.00 Koncert zespołu The Postman (estrada w parku)
godz. 22.00 Teatr Ognia Enigma (park miejski)

ROZRYWKOWO W MŁAWIE

Co w najbliższych dniach będzie się działo w Mławie? Już w piątek 24 czerwca Miejska Biblioteka Publiczna w Mławie zaprasza do wzięcia udziału w akcji Książka na Jana. W godz. 10:00-14:00 przed budynkiem biblioteki każdy będzie mógł wybrać książkę dla siebie spośród wielu tytułów wyłożonych na stołach. W tym dniu wypożyczalnie i czytelnie będą czynne od godz. 14:00.

W sobotę 25 czerwca Stowarzyszenie Joker Mława zaprasza na mławski stadion na Otwarte Amatorskie Mistrzostwa Mazowsza w Piłkę Nożną. Przewidywany jest następujący porządek turnieju: 9:00-14:00 – Joker Mława Cup Junior II (6-10 drużyn) – turniej piłkarski

dla dzieci (rocznik 2012); 14:00-19:00 – Joker Mława Cup III (6-10 drużyn) – turniej piłkarski dla dorosłych; 12:00-16:00 – imprezy towarzyszące dla dzieci, młodzieży i dorosłych (animacje, konkursy, minizawody); 13:00-15:00 oraz po godz. 18:00 – grill integracyjny.

Dzień później odbędzie się 6. edycja Mławskiego Święta Rowerów, na którą zapraszamy wszystkich miłośników jednośladów. Organizatorzy zachęcają do udziału w imprezie całe rodziny, jak również osoby indywidualne w każdym wieku. Do wyboru będą dwie trasy: fioletowa o długości 9 km i zielona o długości 14 km. Na trasach uczestnicy dostaną pieczątki upoważniające do wzięcia udziału w losowaniu cen-



W niedzielę w Mławie 26 czerwca odbędzie się 6. edycja Mławskiego Święta Rowerów

nych nagród! Superatrakcją tegorocznej edycji będzie wyścig dla maluchów na rowerkach biegowych. Aby wziąć udział w Mławskim Święcie Rowerów wystarczy mieć rower, kask i zarejestrować się w biurze zawodów na stadionie MO-

SiR-u 26 czerwca (czynne będzie od godziny 10:00). Początek imprezy i start rowerzystów zaplanowano na godzinę 12:00, jej zakończenie – na 16:00.

Również w niedzielę 26 czerwca kolejny koncert na estradzie w parku

miejskim. O godz. 18:00 w recitalu „Od klasyki do rozrywki” wystąpi Beata Mańkowska. Artystka wykona największe hity z debiutanckiej płyty „Taka właśnie jestem” („Splecione dłonie”, „Żyj z całych sił”, „Świat jest piękny”) połączone z włoskimi przebojami („Felicità”, „Ci Sara”), muzyką taneczną, najpiękniejszymi pieśniami neapolitańskimi, utworami musicalowymi, operetkowymi i operowymi. Koncert poprowadzi z humorem kabareciarz i prezenter Radia Silesia – Andrzej Miś.

Przypominamy również, że w sobotę o godz. 9:00 przy pływalni Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji – o ile aura nie pokrzyżuje planów – rozpoczynają się zajęcia nordic walking.

Spacer ścieżkami mławskiego lasu to doskonały sposób na rozpoczęcie dnia oraz zadbanie o zdrowie i kondycję. Tego samego dnia na bezpłatne zwiedzanie zaprasza w godzinach 8:00-15:00 Muzeum Ziemi Zawkrzeńskiej. Warto się wybrać i zobaczyć odnowione wystawy – część ekspонатów, tych szczególnie dobrze znanych mławianom, prezentuje się od niedawna w zmienionej odsłonie.

Ponadto do 30 czerwca 2022 r. jest dostępna dla zwiedzających wystawa czasowa „Mazowsze w spódnicy” (wstęp bezpłatny). Ponadto latem w każdą sobotę w godz. 17:00-20:00 w parku miejskim odbywać się będą potańcówki letnie przy muzyce zespołów DUO i Golden Night.

WYWIAD AK W OBWODZIE MŁAWSKIM (CZ. 4)

Okrągły jubileusz powołania Armii Krajowej to ważny pretekst, by napisać o tym, jak toczyły się losy wywiadu AK w Obwodzie Mławskim. Dzisiaj trzecia część tekstu dra Leszka Arenta, wiceprezesa Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Mławskiej.

Im bliżej znajdował się front, tym nastroje wśród okupantów były gorsze i przepelnione pesymizmem. W omawianym raporcie znalazło się stwierdzenie: „Nastroje Niemców pesymistyczne. Wszyscy są pewni, że wojnę przegrali, że bolszewicy przyjdą. Przygotowani są do ucieczki. „O ile bolszewicy dojdą do Warszawy, my będziemy się stąd usuwać, ale wpierw wszystko tu zniszczymy. Samochody do ewakuacji dla naszych rodzin idla nas są przygotowane” — słowa oficera”.

LICZNE ARESZTOWANIA W MŁAWIE

Niemieckie władze okupacyjne stosowały swoistą politykę wobec ludności polskiej. Z jednej strony od jesieni 1943 roku łagodzone reżim okupacyjny, zachęcane do zaprzestania walki z władzami okupacyjnymi poprzez bierne postawy, z drugiej nasilano aresztowania zarówno wśród członków konspiracji, jak też zwykłych ludzi niez zaangażowanych w działania antyniemieckie.

W raporcie sytuacyjnym za wrzesień i październik 1943 roku zanotowano liczne aresztowania w Mławie i na terenie powiatu.

„W dniu 7.10.43. aresztowało Gestapo w Mławie

7 osób. Jest to dalszy ciąg wyspy N.S.Z. Naszych ludzi wśród tych nie ma. W historię tę zamieszani są volksdeutsche. Świadczy to tym, że ludzie organizujący NSZ – nie przebierali w materiale, byle dużo. Aresztowaniem tym winni są ci właśnie ludzie. Aresztowania te, mimo że nie dotyczą nas wprost, szkodzą ogromnie pracy”.

ARESZTOWANIA W POWIECIE

Na terenie powiatu rozpoczęły się aresztowania prawie równocześnie z mławskimi.

„W dniu 8.10. aresztowała żand.(armeria - przyp. red.) i Gestapo na terenie gminy Janowiec 19 osób i na terenie gminy Wieczfnia jednego. Wg. wiadomości aresztowania te nastąpiły nie na skutek załamania się poprzednio aresztowanych, ale na skutek działalności szpiclów, przede wszystkim niejakiego (...) – wszyscy z gminy Janowiec. Obawiając się ze strony Polaków zemsty, wydają tych wszystkich, którzy wg. ich zdania, mogli im zaszkodzić. Oskarżają często zupełnie niewinnie. Wśród tych ostatnio aresztowanych tylko mała część jest naszych ludzi. Wraz z tymi szpiclami szaleje na terenie gminy Janowiec żandarm (...)”.



SKUTKI AKCJI SCALENIOWEJ

Aresztowania w Mławie były wynikiem szybkiego naboru do nowej organizacji – Narodowych Sił Zbrojnych, która została utworzona w wyniku rozłamu w ruchu narodowym.

W połowie 1942 roku w Stronnictwie Narodowym i Narodowej Organizacji Wojskowej doszło do poważnego kryzysu na tle planowanej na listopad akcji scaleniowej, która miała doprowadzić do połączenia z Armią Krajową.

Rząd polski w Londynie i Naczelny Wódz wydał kategoryczny rozkaz, aby doprowadzić do akcji scaleniowej i tylko Armię Krajową traktować jako wojsko polskie w okupowanym kraju.

Część polityków ze Stronnictwa Narodowego nie podporządkowała się tym decyzjom. Nastąpił rozłam, w wyniku którego, z części Narodowej Organizacji Wojskowej i Organizacji Wojskowej Związku Jaszczurczego utworzono Narodowe Siły Zbrojne. Chęć szybkiego stworzenia struktur nowej organizacji musiała doprowadzić do takich skutków.

DONOSICIELE I SZANTAŻYŚCI

Niebezpieczna sytuacja wytworzyła się natomiast w gminie Janowiec, na co wskazywano w raporcie. Donoszenie do Gestapo na ludzi, którzy byli niewygodni wobec szpicli, było godne potępienia. Takie działania powodowały brak zaufania do jedności Polaków wobec okupantów.

Zdecydowane działania struktur podziemia, łącznie z wydawaniem wyroków śmierci, powinny sytuację naprawić. Podobna sytuacja miała miejsce w gminie Strzegowo, w której Gestapo aresztowało w nocy z 11 na 12 października 12 mężczyzn i kobietę. Aresztowania nastąpiły na skutek doniesienia szpicla (...), zamieszkałego w kolonii Rydzyn. Jak zaznaczono w tym samym raporcie: „szantażował aresztowanych przez dłuższy czas, wyciągając od nich 6 tys. marek, po czym wszystkich wydał. Aresztowaniem objęci są ludzie Stronnictwa Ludowego „Raclawic”.

Ten wyjątkowo nikczemny człowiek powinien zostać przez odpowiedni sąd konspiracyjny skazany na najwyższy wyrok, ponieważ swoim działaniem nie tylko zasłużył się Niemcom, ale sprzeniewierzył się godności Polaka.

Tych kilka przykładów pokazało, że okupacja niemiecka, oprócz postaw patriotycznych, związanych z walką z najeźdźcami, wyzwała niektórych Polaków na najgorsze zachowania. Donoszenie na sąsiadów, skazywanie ich na niebezpieczeństwo, ze względu na zatargi, nie dawało dobrego świadectwa.

Wymuszenia pieniędzy przez szantaż i denuncjo-

wanie tych, którzy zapłacili okup, potwierdzało istnienie wielu patologii spowodowanych wojną i okupacją. Na szczęście nie było to zjawisko masowe. Większość mieszkańców wsi i miast zachowywała się poprawnie, nawet jeżeli nie byli związani z konspiracją.

BOHATEROWIE PODZIEMIA

Z wywiadem związanych było wielu bohaterskich osób, którzy nie zważając na grożące im niebezpieczeństwo, zdobywali ważne dla państwa podziemnego informacje. Oprócz wymienionych wcześniej funkcyjnych szefów „dwójki” wiele cennych danych przekazywał Antoni Nehryng, nauczyciel z Płośnicy, zmuszony do podpisania volkslisty. Był żandarmem w Mławie, całkowicie oddanym sprawie polskiej, jak również strażnik więzienny Helmuth Hintz. Mjr Ditrichsdorf vel Kamiński był Niemcem, który jako współpracownik wywiadu, przekazał wiele informacji o planowanych obławach na oddział partyzancki Stefana Rudzińskiego „Wiktor”. Zenon Kamiński informował o remontowanych samochodach wojskowych, Tadeusz Jasiński, mławski księgarz zorganizował grupę informatorów: Stefana Pogorzelskiego i Henryka Zygniera i kilku nieznanych z nazwiska osób. Zygnier jako pracownik w obozie w Nosarzewie dostarczał informacje o jednostkach Wehrmachtu tam przebywających. Władysław Rabkiewicz „Sławicz” zorganizował grupę wywiadowców, rekrutujących się z przymusowych robotników pracujących w Prusach Wschodnich, którzy przekazali wiele cennych



NASTROJE NIEMCÓW PESYMISTYCZNE. WSZYSCY SĄ PEWNI, ŻE WOJNĘ PRZEGRALI, ŻE BOLSZEWICY PRZYJDĄ.

informacji o powstających umocnieniach i przemyśle zbrojeniowym, dyslokacji wojsk niemieckich. Nie znamy ich nazwisk. Wielu z nich dobrowolnie zgłaszało się do tej trudnej i niebezpiecznej roboty konspiracyjnej.

Wywiad obwodu mławskiego AK wykonywał bardzo ważne zadania, wynikające funkcjonującego na terenie obwodu wielkiego niemieckiego poligonu wojskowego. Informacje które przekazywano do centrali, gdzie analizowane mogły mieć ważne znaczenie, ponieważ dawały szerszy obraz możliwości operacyjnych Wehrmachtu. Przekazywanie nastrojów panujących wśród żołnierzy, jakości sprzętu który w obozie naprawiano, nie mogło ująć uwadze ekspertów i stanowiło znakomity materiał do sformułowania odpowiednich wniosków. Trzeba podkreślić, że wywiad Obwodu Mławskiego AK, pracował najbardziej efektywnie na terenie Podokręgu Północnego.

Dr Leszek Arent,

wiceprezes Towarzystwa Przyjaciół

Ziemi Mławskiej



WYWIAD OBWODU MŁAWSKIEGO AK WYKONYWAŁ BARDZO WAŻNE ZADANIA, WYNIKAJĄCE FUNKCJONUJĄCEGO NA TERENIE OBWODU WIELKIEGO NIEMIECKIEGO POLIGONU WOJSKOWEGO.

TNIEMY WYDATKI, MNIEJ OSZCZĘDZAMY

Jak Polacy reagują na inflację, rosnące ceny i wyższe stopy procentowe? Jedni ograniczają zbędne wydatki, gromadzą mniej oszczędności, rzadziej korzystają z samochodów, inni wolą wydawać zgromadzone pieniądze niż patrzeć, jak ich wartość maleje.

Co piąty badany zrezygnował z planowanej wcześniej inwestycji. Co jeszcze wynika z badania ARC Rynek i Opinia?

Obecna sytuacja gospodarczo-ekonomiczna powoduje, że Polacy przyjmują różne strategie związane z inwestowaniem, oszczędzaniem i konsumpcją.

WNIOSKI Z NAJNOWSZEGO SONDAŻU:

1. Najbardziej powszechną zmianą jest rezygnacja z niektórych usług, z których można zrezygnować – np. z wyjść do restauracji (38%).

2. Taki sam odsetek Polaków (38%) przyznaje, że oszczędza teraz zdecydowanie mniej niż dotychczas, gdyż ze względu na wyższe ceny więcej wydaje, z kolei 13% przyznało, że w ogóle zrezygnowało z oszczędzania, bo to się nie opłaca – w tej grupie dominują mężczyźni (17%) oraz osoby z najstarszej badanej grupy wiekowej od 45 do 65 lat (16%).

3. Więcej niż 1/3 Polaków przyznaje, że musiała ograniczyć codzienne wydatki, żeby pieniędzy starczyło na cały miesiąc, co czwarty z kolei przyznaje, że przez wyższe ceny nie starcza mu na podstawowe wydatki – w obydwu grupach dominują kobiety – aż 42% z nich przyznało, że musi ograniczać wydatki, żeby pieniędzy wystarczyło na cały miesiąc (w przypadku mężczyzn odsetek ten wyniósł 31%).

4. 35% osób przyznało, że ograniczyło jeżdżenie samochodem ze względu na wysokie ceny benzyny, jednak tylko 5% zastanawia się nad sprzedażą samochodu z tego powodu.

5. Niemal co piąty Polak



(18%) zrezygnował z zaciągnięcia planowanego kredytu, a 26% przyznaje, że planuje jak najszybciej spłacić kredyt, bo obawia się, że stopy nadal będą rosły.

6. Co piąty Polak przyznaje, że woli coś kupić niż trzymać pieniądze na koncie, gdyż ich wartość maleje.

7. 17% badanych deklaruje, że szuka innych niż dotychczas opcji lokowania pieniędzy.

ZACHOWANIA POLAKÓW W OBECNEJ SYTUACJI EKONOMICZNO-GOSPODARZEJ:

1. Zrezygnowałem/am z „luksusów”, np. z wyjść do restauracji (38%);

2. Oszczędzam zdecydowanie mniej niż dotychczas, bo przez wyższe ceny więcej wydaję (38%);

3. Musiałem/am ograniczyć codzienne wydatki, żeby mi starczało „do pierwszego” (36%);

4. Przez wyższą cenę benzyny ograniczyłem/am jazdę samochodem (35%);

5. Obawiam się dalszego wzrostu stóp procentowych, chcę spłacić kredyt jak najszybciej się da (26%);

6. Przez wyższe ceny nie starcza mi pieniędzy na podstawowe wydatki (24%);

7. Zrezygnowałem/am z większej inwestycji, którą planowałem/am wcześniej, bo czasy są niepewne (21%);

8. Wolę coś kupić niż trzymać pieniądze na koncie, bo ich wartość maleje (21%);

9. Zrezygnowałem/am z zaciągnięcia kredytu, który planowałem/am zaciągnąć (18%);

10. Zacząłem/am szukać innych niż dotychczas opcji lokowania pieniędzy (17%);

11. Wojna uświadomiła mi, że trzeba korzystać z życia – wydaję, ile się da (16%);

12. Przestałem/am oszczędzać, bo to się nie opłaca (13%);

13. Kupuję więcej, zwiększyłem/am konsumpcję – pieniądze są coraz mniej warte, nie ma co ich trzymać (7%);

14. Nie stać mnie na wyższe raty kredytu hipotecznego, zastanawiam się nad sprzedażą nieruchomości (6%);

15. Zastanawiam się nad sprzedażą samochodu

przez wyższe ceny benzyny (5%);

16. Zacząłem/am systematycznie kupować walutę obcą (5%).

Obecnie wśród konsumentów widoczne są dwie postawy. Pierwsza, która dominuje, to postawa ograniczania konsumpcji. Respondenci deklarują, że w obliczu rosnących cen, inflacji i rosnących stóp procentowych ograniczą w pierwszej kolejności niektóre usługi, które mogą być uważane za luksusowe, czyli niekoniecznie niezbędne do życia. I ta postawa ograniczania w czasie stagflacji nie jest korzystna dla gospodarki.

Druga postawa, którą reprezentuje mniejsza grupa badanych, to zwiększenie konsumpcji w imię zasady, że lepiej jest pieniądze wydać niż czekać, aż dalej będą traciły na wartości. Polacy mają poczucie, że depozyty bankowe, nadal niewystarczająco oprocentowane, nie chronią ich oszczędności. Zresztą nawet jeżeli banki pomału podnoszą to oprocentowanie, to ta informacja nie przebija się do szerokiej świadomości konsumentów.

– Poza tym Polacy wiedzą, że nawet wyżej oprocentowane depozyty nie zniwelują wysokości in-

flacji. Na pewno mamy teraz w obszarze finansów osobistych bardzo dynamiczną sytuację, w której konsumenci mogą czuć się niepewnie – komentuje dr Adam Czarnecki z ARC Rynek i Opinia. **red.**

ARC Rynek i Opinia już od 30 lat przeprowadza badania marketingowe oraz sondaże opinii publicznej i ma stałe miejsce wśród najlepszych instytutów badawczych w Polsce. Dzięki przynależności do największej międzynarodowej sieci zrzeszającej niezależne agencje badawcze – IriS – realizuje projekty badawcze w Europie i na świecie. Instytut ARC Rynek i Opinia posiada certyfikat jakości pracy ankietatorów PKJPA, a wszystkie badania są realizowane w zgodzie ze standardami ESOMAR-u. <http://www.arc.com.pl>

Wśród konsumentów widoczne są dwie postawy. Pierwsza, która dominuje, to postawa ograniczania konsumpcji. Respondenci deklarują, że w obliczu rosnących cen, inflacji i rosnących stóp procentowych ograniczą w pierwszej kolejności niektóre usługi, które mogą być uważane za luksusowe, czyli niekoniecznie niezbędne do życia.



Polacy ograniczają wydatki

WŁADYSŁAW DĘBSKI HERBU PRAWDZIC

Był lokalnym patriotą, z wyczuciem rozumiejącym znaczenie przeszłości w działaniach mających wytyczać przyszłość.
O Władysławie Dębskim herbu Prawdzic pisze dzisiaj dla Was dr Leszek Arent, wiceprezes Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Mławskiej.

Wiele czasu poświęcił na promowanie Mławy, zarówno na łamach gazet regionalnych jak również centralnych. Ponadto był miłośnikiem miejskiego i wiejskiego folkloru, historykiem regionalistą, bystrym obserwatorem życia społecznego, wreszcie korespondentem wielu gazet. Urodził się 8 marca 1829 roku w majątku ziemskim w Krzywonosi, wsi w powiecie mławskim, położonej 9 wiorst na wschód od Mławy.

Krzywonoś była małą wioską, ponieważ w latach osiemdziesiątych XIX wieku liczyła tylko 6 domów. Mieszkający w niej gospodarze mieli 254 morgi ziemi. Również majątek który otrzymał Władysław w 1862 roku, w ramach podziału rodzinnego, nie był wielki. Liczył bowiem 465 morgów, na dodatek był obciążony długami, gdy Władysław obejmował go w posiadanie.

Dębski nie należał więc do zamożnych obywateli ziemskich, ale był jednym z niewielu ziemian którzy nad materialne, przedkładali wartości duchowe. Staranne wykształcenie otrzymał w domu wraz ze znajomością kilku języków obcych. Po ukończeniu szkół warszawskich powrócił w rodzinne strony. Oprócz gospodarowania na rodzinnym gospodarstwie, wiele czasu i wysiłków poświęcał na zdobywanie wiedzy o terenie, głównie historycznej Ziemi Zawkrzeńskiej.

Urządzał liczne wycieczki, w trakcie których obserwował i notował ważne wydarzenia, dawne zwyczaje, ale też interesował się problemami

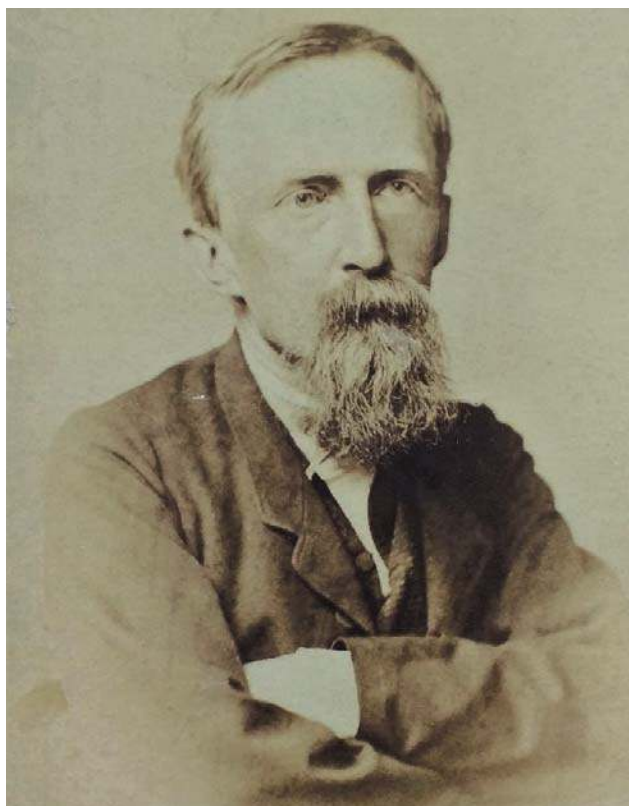
dnia codziennego. Był bez wątpienia znawcą problemów dawnej Ziemi Zawkrzeńskiej. Interesowała go historia poszczególnych miejscowości, w tym szczególnie Mławy.

Zajmował się problemami rolnictwa, gromadził wiadomości o zwyczajach i folklorze. Interesowała go rodzinna genealogia. Zebrane w trakcie podróży informacje a następnie przeanalizowane, publikował w korespondencjach. Pisał artykuły do gazet warszawskich: „Tygodnika Ilustrowanego”, „Kłosów”, „Głosu” oraz płockich: „Korespondenta Płockiego”, „Echa Płockiego” i „Łomżyńskich”. Tematyka historyczna, szczególnie regionalna była mu bardzo bliska.

Oczywiście nie omieszczał przedstawić na łamach „Tygodnika Ilustrowanego” rodzinnej parafii w Szydłowie, w artykule „Kartka z wycieczek w mojej okolicy”, w którym omówił poszczególnych właścicieli tej wsi.

Zdumą atencją odnosił się do szydłowskiego kościoła, prezentując jego dzieje zaczynające się w 1223 roku. Z ubolewaniem stwierdził że świątynia spłonęła w 1864 roku. Chwalił obecny kościół, zwracając szczególną uwagę na jego wyposażenie, w tym obrazy namalowane przez Wojciecha Piechowskiego, malarza z pobliskiego Nosarzewa.

Odbywając liczne podróże po rodzinnej Ziemi Zawkrzeńskiej zgromadził wiele pieśni ludowych, głównie z okolic Mławy i Szreńska. Zbiór około 80 pieśni prawdopodobnie wydał w 1879 roku. Spotkał się on z przychylną opinią w prasie. Niestety nie za-



Władysław Dębski 1829-1899

chował się żaden egzemplarz tej pożytecznej publikacji. Nie tylko gromadził pieśni ludowe, ale interesował się ich funkcjonowaniem wśród lokalnych społeczności wiejskich. Zbierał wiadomości na temat ubiorów, zwyczajów, mentalności włościan oraz ich zmian, wynikających choćby w wyniku reformy uwłaszczeniowej z 1864 roku.

Władysław Dębski interesował się historią re-

gionalną, a szczególnie dziejami Mławy oraz tym co się aktualnie w mieście działo. W „Tygodniku Ilustrowanym” w numerze 232 z 1872 roku przedstawił historię Mławy, od nadania praw miejskich w 1429 roku do czasów mu współczesnych. W artykule podawał zmiany jakie zachodziły na przestrzeni wieków a na koniec składował, że „Pod względem handlu zbożowego tranzytowego Mława jest



WŁADYSŁAW DĘBSKI INTERESOWAŁ SIĘ HISTORIĄ REGIONALNĄ, A SZCZEGÓLNIE DZIEJAMI MŁAWY ORAZ TYM CO SIĘ AKTUALNIE W MIEŚCIE DZIAŁO.

punktem dość ważnym. Zakupuje zboże nie tylko od obywateli powiatu mławskiego, ale od wielu obywateli powiatu przasnyskiego, a szczególnie ciechanowskiego. Uważał Mławę za najdogodniejszy dla siebie rynek zbożowy. Przy spodziewanej wkrótce kolei żelaznej, Mława stanie się wkrótce ważnym punktem nadgranicznego handlu, i z tego powodu niniejszy opis tego miasta dla czytelników „Tygodnika Ilustrowanego” zapewne nie będzie obojętnym”.

Była to bez wątpienia bardzo dobra promocja Mławy, zważywszy na przedstawione perspektywy rozwoju, związane z powstaniem linii kolejowej. Warto zwrócić uwagę, że tego typu informacje ukazywały się w czasopiśmie, w którym drukowano korespondencje ze Lwowa, Krakowa czy Warszawy. Była to wyjątkowa nobilitacja Mławy i regionu, ważna dla jej dalszego rozwoju.

Jako historyk przedstawiał nie tylko dzieje miasta ale również poszczególne obiekty, głównie w czasopiśmie „Kore-

spondent Płocki” i „Echa Płockie i Łomżyńskie”.

W „Korespondencie Płockim” z 1878 opisał historię kościoła św. Wawrzyńca, podając wiele szczegółów dotyczących wmurowanych tam tablic wotywnych.

Interesował się też życiem codziennym miasta. W swoich korespondencjach pisał o powstawaniu nowych sklepów, poruszał problemy tolerancji religijnej i zaangażowania wiernych w odnowienie kościoła św. Trójcy. Porównanie gorliwości w działaniach na rzecz posiadania kościołów, nie wypadło dobrze dla katolików wyznania rzymskiego w Mławie.

Badając przeszłość Mławy i okolic prostował, na łamach wspomnianego „Tygodnika Ilustrowanego”, niektóre nazwy geograficzne funkcjonujące w literaturze naukowej. Wyjaśnił pochodzenie nazwy Ziemia Zawkrzeńska, używanej w podręcznikach geografii i historii. Nazwa nie pochodziła od mitycznej miejscowości Zawskrzyn, tylko jak podawał „Błąd ten powstał, iż dzisiejszy powiat mławski, jako położony względem reszty województwa połockiego, do którego należał, poza Wkrą rzeką, nazywał się ziemią Zawskrzeńską, albo po prostu Zawskrzem. Nieobeznani z miejscowością geografowie, sądząc, że Ziemia Zawskrzeńska bierze się od miasta w niej położonego, stworzyli to miasto w swojej wyobraźni i nazwali je Zawskrzymem”.

c.d.n.

Dr Leszek Arent, wiceprezes Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Mławskiej.

Zdjęcia ze zbiorów autora oraz Archiwum Państwowego w Warszawie (na wystawie w Mławie).

ROZRYWKOWE WYDATKI POLAKÓW

Jak wynika z badania serwisu Prezentmarzeń, 49% zapytanych Polaków jest skłonna wydać obecnie na rozrywkę od 100 do 300 zł miesięcznie. Mniejszy budżet na rozrywkę, do 100 zł miesięcznie ma do dyspozycji 19% zapytanych Polaków.

Zdaniem co trzeciego respondenta jesteśmy jako klienci w obszarze rozrywki coraz bardziej świadomi swoich potrzeb. Według co piątego staliśmy się wymagającymi klientami w branży czasu wolnego, którzy oczekują coraz wyższej jakości usług.

Serwis Prezentmarzeń zrealizował badanie „Potrzeby i oczekiwania Polaków w obszarze aktywności fizycznej i rozrywki”. Pokazało ono nie tylko ile jesteśmy w stanie wydawać na rozrywkę, ale także jak w ciągu ostatnich dwóch lat zmieniły się preferencje Polaków dotyczące form spędzania czasu wolnego. Wyniki z badania pokazują, że Polacy po pandemii bardzo potrzebują odskoczni i odreagowania w życiu prywatnym. Dlatego chcą aktywniej wypoczywać i szukają nowych, ciekawych pomysłów w tym obszarze.

ILE JESTEŚMY SKŁONNI WYDAĆ AKTUALNIE NA ROZRYWKĘ?

Jak pokazało badanie, największa część zapytanych Polaków – 49% de-



GŁÓWNĄ MOTYWACJĄ DO POSZUKIWANIA RÓŻNYCH FORM SPĘDZANIA CZASU WOLNEGO JEST OBECNIE PRZED WSZYSTKIM CHĘĆ ZDOBYWANIA NOWYCH DOŚWIADCZEŃ.

klaruje, że może wydać na rozrywkę od 100 do 300 zł miesięcznie. Kwo-

tą od 300 do 500 zł miesięcznie dysponuje 18% respondentów, a powyżej

CO NAS OGRANICZA W WYBORZE PREFEROWANYCH FORM ROZRYWKI?

Według co trzeciego Polaka zapytanego przez serwis Prezentmarzeń w wyborze ulubionych form rozrywki ogranicza nas przede wszystkim brak czasu wolnego i nadmiar codziennych obowiązków. Zdaniem jednak 32% respondentów badania jest to niestety zasobność portfela, która wpływa na dokonywane przez nas wybory, związane z organizacją atrakcji podczas wypoczynku.

CZYM KIERUJEMY SIĘ OBECNIE, WYBIERAJĄC POMYSŁY NA WYPOCZYNEK W WOLNYM CZASIE?

Zdaniem 27% respondentów badania, Polacy obecnie szukają rozrywki z dreszczykiem emocji, które oferują na przykład sporty ekstremalne. Według 23% ankietowanych Polacy wybierają rozrywki kreatywne, na przykład warsztaty fotografii, renowacji mebli czy tańca. W opinii 18% zapytanych wolą głównie rozrywki powiązane ze sportem i aktywnością fizyczną.

Główną motywacją do poszukiwania różnych form spędzania czasu wolnego jest obecnie przede wszystkim chęć zdobywania nowych doświadczeń – jak twierdzi 57% uczestników badania. Z kolei 15% zapytanych argumentuje te poszukiwania niechęcią do rutyny i nudy.

Według 38% respondentów po okresie pandemii, izolacji i pasywnego wypoczynku obecnie chcemy żyć aktywniej i ciekawiej. Według co czwartego zapytanego Polaka aktualnie jesteśmy odważniejsi w realizacji swoich potrzeb w obszarze rozrywki, stąd większa chęć do próbowania na przykład sportów ekstremalnych. Jak twierdzi 23% ankietowanych, jesteśmy po ostatnich 2 trudnych latach bardziej zdeterminowani, aby zadbać o jakość czasu wolnego. Źródło: media.innovationpr.pl

REKLAMA

SENTIUM
Opieka z respondentem

Wyjedź do pracy w opiece w okresie wakacji i odbierz premię

Wakacyjna ekstra premia **+300€**

Odbierz nasze biuro:
Opole, Kościuszki 13/1
+48 501 409 214, +48 505 440 380

146922opb1-A -P



REKLAMA

PROMEDICA24

DOŁĄCZ DO ZESPOŁU OPIEKUNÓW SENIORÓW!

Ty pracujesz, my zapewniamy Ci opiekę na każdym etapie współpracy.

Zaufaj firmie z dużym doświadczeniem w branży.

GWARANTOWANY LETNI BONUS DO 250€*

ZADZWOŃ! MŁAWA, TEL. 517 175 036

* Dla osób z dobrą znajomością języka niemieckiego, przebywających 62 dni na kontrakcie.

JAN SUZIN: NIEŻLE SIĘ ZAPOWIAŁO

Pewnego jesienno-poranka 1955 roku młody, przystojny mężczyzna wszedł do budynku mieszczącego Doświadczalny Ośrodek Telewizyjny. Kilka dni wcześniej przeczytał w jednej z warszawskich gazet o ogłoszonym właśnie konkursie na spikera telewizyjnego.

Udział w konkursie miał być przygodą, a okazał się sposobem na życie. Jan Suzin pracował w telewizji czterdzieści jeden lat (1955-1996). Był prezydentem i lektorem filmowym. Pochodził z rodziny architektów. On też ukończył Wydział Architektury Politechniki Warszawskiej. Przez jakiś czas pracował w biurze projektowym. Jednak dobrze się stało, że porzucił pracę w tej instytucji, bo dzięki temu Telewizja Polska zyskała charyzmatycznego spikera. Reprezentował wysoki poziom kultury słowa, nie-nagane maniery, perfekcyjną dykcję. Przy tym był obdarzony ciepłym tembrem głosu i telewizzowie go pokochali. Jaka szkoda, że większość współczesnych prezenterów pozbawiona jest tych walorów.

PAMIĘTNIK Z SZUFLADY

W Wydawnictwie Arkady w 2021 roku ukazały się wspomnienia Jana Suzina „Nieźle się zapowiadało”. Dlaczego dopiero 9 lat po śmierci autora? To też ciekawa historia. Okazało się, że żona Suzina znalazła przez przypadek w szufladzie jego pamiętnik i przekazała wydawnictwu. Do rąk czytelników trafiła pasjonująca książka o początkach polskiej telewizji i ludziach tam pracujących. Autor opisuje metody powstawania czarno-białych programów. Były one początkowo nadawane na żywo tylko w wybrane dni tygodnia i przez parę godzin. Programów wcześniej nie nagrywano. Nie było dubli i jeżeli były „wpadki”, to na oczach widzów. Studio nagrań to małe pomieszczenie pełne reflektorów i plątaniny kabli. Mimo



Jan Suzin rozpoczął pracę jako lektor w Telewizji Polskiej w listopadzie 1955 roku

tych trudnych warunków pracy w zespole panowała koleżeńska i sympatyczna atmosfera. Po emisji programu wszyscy jego uczestnicy spotykali się w niedużym pomieszczeniu socjalnym i tam omawiali dobre lub złe, a czasami komiczne zdarzenia zaistniałe w studio.

ZRÓB TO SAM

Jan Suzin wspomina również osoby, z którymi pracował. Są to ludzie – legen-

dy telewizji, m.in. spikerki: Krystyna Loska, Bogumiła Wander i Edyta Wojtczak. To także reżyserzy teatrów telewizji i innych programów – Adam Hanuszkiewicz, Xymena Zaniewska czy Olga Lipińska. Wreszcie byli to niezapomniani Wicherek i Chmurka, czyli Czesław Nowicki i Elżbieta Sommer, prezenterzy pogody.

Suzin przypomina nam także osobowości występujące w telewizji, takie jak

Adam Słodowy, popularyzator majsterkowania, prowadzący program „Zrób to sam”. To taki polski MacGyver (bohater amerykańskiego serialu telewizyjnego – przyp. red.). Słodowy też potrafił budować różne urządzenia z „niczego”. Kolejna nietuzinkowa osoba to Wiktor Zin i jego program „Piórkiem i węglem”. Opowieści o architekturze były ilustrowane jego rysunkami powstającymi na oczach widzów.



KSIĄŻKA JEST INTERESUJĄCĄ LEKTURĄ DLA OSÓB STARSZYCH, KTÓRE PAMIĘTAJĄ POCZĄTKI TELEWIZJI I ELEGANCKIEGO SPIKERA.

Trzeba tu też wspomnieć o Szymonie Kobylńskim i jego rysunkowych gawędach.

Prezenter wspomina także różne programy, które popularyzowały wiedzę lub dostarczały widzom rozrywkę na wysokim poziomie. Mówi więc o programie „Sonda”, prowadzonym przez Zdzisława Kamińskiego i Andrzeja Kurka. Przypomina Teatr Telewizji czy Teatr Sensacji Kobrę. Ten ostatni nadawano w czwartki i wtedy pustoszały ulice miast.

HEJ, PRZYLECIAŁ PTASZEK

„Nieźle się zapowiadało” to książka nie tylko o historii telewizji, ale publikacja pełna zakulisowych ciekawostek i anegdot. Autor opisuje różne „wpadki”: przejęzyczenia spikerów czy lektorów. Jeden z nich powiedział „żółciodup” zamiast „żółtodziób”. Kolejne to prezentowanie planszy nieodpowiednich

do podawanych właśnie wiadomości. Opóźniający się przyjazd do Polski Nikity Chruszczowa, przywódca ZSRR, opatrzone planszą „Łączymy się z Okęciem”, a w tle zespół „Mazowsze” śpiewa piosenkę „Hej, przyleciał ptaszek”. Takich „smaczków” w książce jest więcej.

Publikacja składa się z kilku części. Są to wspomnienia Jana Suzina w układzie chronologicznym oraz jego felietony o Kazimierzu Dolnym, wywiad z jego żoną, a na końcu mały wykaz nazwisk osób związanych z telewizją. Nie zabrakło również archiwalnych fotografii i rysunków autora.

Książka jest interesującą lekturą dla osób starszych, które pamiętają początki telewizji i eleganckiego spikera. Wspomnienia Jana Suzina budzą emocje, bo odwołują się do pamięci czytelników. Przenoszą ich w czasy dzieciństwa i młodości. Młode pokolenie na pewno też znajdzie coś dla siebie w tej publikacji, m.in. informacje o tym, jak to kiedyś „robiono telewizję”.

Hanna Tomaszewska-Reich



Jan Suzin
„Nieźle się zapowiadało”
Wydawnictwo Arkady

OPISUJĘ LUDZI W CHWILI PRÓBY

Zło często towarzyszy przesuwaniu granic, zło zawsze uderza w jednostkę. Mam wrażenie, że obcujemy z coraz większym złem, każdego dnia je obserwujemy, a z czasem oswajamy, stajemy się na nie zobojętniali — mówi pisarz Tomasz Białkowski. Właśnie ukazała się jego najnowsza książka — „Lekkie objawy życia”.

— Dlaczego tak bardzo fascynuje nas zło?

— O fascynacji złem napisałem powieść „Rausz”, której akcja toczy się m.in. w wojennym Olsztynie, wówczas Allenstein. Tam część bohaterów estetyzuje zło, które widzi. Dla nich zło jest bardzo atrakcyjne, fascynujące, niesie realne i materialne korzyści. Co istotne, wraz z nim pojawia się obojętność i niezrozumienie innych ludzi. Zło często towarzyszy przesuwaniu granic, zło zawsze uderza w jednostkę. Mam wrażenie, że obcujemy z coraz większym złem, każdego dnia je obserwujemy, a z czasem oswajamy, stajemy się na nie zobojętniali. Ale w „Lekkich objawach życia” zło jest nieatrakcyjne i odrzucające. To świadomy zamysł, bo powieść ma przesłanie antyprzemocowe. Tutaj nie ma fascynacji złem, wręcz przeciwnie. W tej powieści zło jest potępiane.

— Po raz kolejny podejmujesz, jako twórca, wątki etyczne. Tym razem prześcisz psychologiczną prawdę o tym, że w obliczu wojny, zła, nie zawsze stajemy się lepsi. Z czym jeszcze nas konfrontujesz?

— Zaczęła się pandemia, potem przyszła wojna. Opisuję ludzi w chwili próby. Świat, który znali, przestał istnieć, a ten, który się tworzy, jest opresyjny i w swej mrocznej definicji nie przewiduje miejsca dla takich jak oni. Mają być posłuszni wobec systemu albo umrzeć. Nie ma innej alternatywy. Pytanie jest następujące: czy człowiek w momencie krytycznym znajdzie siłę do walki, czy może skapituluje, bo wszystkie okoliczności są

przeciwko niemu? Pokazuję różne postawy z naciskiem na parę głównych bohaterów. Jedno z nich się poddało, w tej sytuacji drugie wyrusza na ratunek. Wbrew pozorom to bardzo trudna decyzja. Nietypowa w świecie bez zasad moralnych.

— Berenika, bohaterka twojej najnowszej powieści, jest nosicielką wirusa marazmu i rezygnacji. Opisujesz świat po wojnie i pandemii. Nie obawiasz się czasem swojej wyobraźni, która podsuwa całkiem realne scenariusze?

— Zaskoczę czytelników, bo pomyśl na książkę nie wziął się z wyobraźni, ale jest efektem przeczytania międzywojennych numerów „Gazety Olsztyńskiej”. Znalazłem tam następujący zapis: „Z Wiednia donoszą o pojawieniu się nowej choroby „szlochania”, która występuje epidemicznie. Choroba ta polega na tym, że dotknięty nią musi ustawicznie „szlochać”, często całą noc, co utrudnia w wielkim stopniu oddychanie. Te objawy trwają kilka dni i znikają potem bez śladu. Jako skuteczny środek przeciw tej chorobie okazała się morfina. Według zdania lekarzy, epidemia ta stoi w związku z hiszpanką – jako jej następstwo i tłumaczy ją podrażnieniem mózgu, które powoduje to ustawiczne szlochanie”. Jak widać, wiele ciekawych rzeczy można znaleźć w starych gazetach. Poszedłem tym tropem. Perspektywa stworzenia powieści o ogólnoświatowej epidemii ciężkiej depresji wydała mi się kusząca. Owszem, wyobraźnia dla pisarza jest bardzo ważnym składnikiem proce-



Tomasz Białkowski: Rozpoczynałem od pisania małych próz, kameralnych opowieści o rodzinie, małej lokalnej społeczności.

su twórczego, ale równie ważna jest codzienna praca z tekstami innych autorów, zapiskami, relacjami.

— „Lekkie objawy życia”, jak można wyczytać na końcu powieści, pisałeś od marca 2016 do lutego 2018 roku. Niestety treść książki stała się dziś bardzo aktualna. Z jakimi komentarzami na temat książki się spotykasz?

— Jeśli już ktoś książkę zna, wówczas reakcja zwykle jest pozytywna. Czytelnicy doceniają pracę, jaką wykonałem przy tworzeniu tej powieści. Wojna i pandemia nie jest dla nich najważniejsza, a raczej liczy się opowieść o losie dwojga głównych bohaterów. Czy uda im się odnaleźć? Czy nie staną się kolejnymi ofiarami zła, które opanowało świat, w którym przyszło im żyć? To powieść drogi. Ludzie zwracają uwagę na opisy miejsc, które, mam taką nadzieję, są plastyczne i zapadają w pamięć. Ci zaś, którzy jeszcze książki nie czytali, sygnalizują lęk przed drastycznością opisów. Tych bym zachęcił do lektury, wskazując na wszechobecność przemocy w medialnych przekazach. W przeciwieństwie do nich tworzę fikcję. Wierzę, że świat, który powołałem na

kartach powieści, nigdy nie będzie naszym.

— Książka ukazała się w ważnym momencie twojego życia zawodowego. Właśnie minęło 20 lat od debiutu pisarskiego. Czy dziś podjąłbyś decyzję z początku kariery, np. o wyborze gatunku?

— Od początku stawiałem na prozę. Owszem, mam w dorobku dramaty, ale najlepiej się czuję, pisząc powieści i opowiadania. Zarówno te psychologiczne, jak i kryminalne. Gdybym miał zaczynać pisarską karierę teraz, niewiele bym zmienił. Rozpoczynałem od pisania małych próz, kameralnych opowieści o rodzinie, małej lokalnej społeczności. Taki minimalizm jest wskazany na początku. Rzadko kiedy debiutantom udaje się napisać coś wartościowego, próbując stworzyć wielką narrację. Do tego potrzeba czasu, godzin pracy nad tekstami, wreszcie życiowego doświadczenia.

— Pisziesz o traumie, śmierci, cierpieniu. W „Lekkich objawach życia” poruszasz czytelnikiem do głębi, nie pozwalasz na oddech. Jak sam odrywasz się od tych tematów? Co jest twoim wytchnieniem?

— Lubię podróżować. W czasie pandemii było to

mocno ograniczone, ale i tak udało się odwiedzić kilka ciekawych miejsc. Niestety, mam pewien defekt, polegający na tym, że zamiast odpoczywać, zaczynam zbierać materiały do nowych książek. Tak było z wyprawami na Dolny Śląsk, który potem pojawił się w trylogii kryminalnej, z wizytą na Biskupiej Górze w Gdańsku, od której zaczyna się „Powróż”. Napisałem też książkę z akcją dziejącą się w Wiedniu. Ta jeszcze się nie ukazała.

— Czy myślisz, że „Lekkie objawy życia” pojawią się wkrótce w innych wersjach językowych? Olsztyńskie przygody Werensa poznają od jakiegoś czasu niemieccy czytelnicy. Twoją powieść wydało również prestiżowe czeskie wydawnictwo ARGO. Z polskich autorów kryminałów publikuje u nich tylko mistrz Marek Krajewski.

— Tłumaczenie książki to bardzo skomplikowany proces. Tutaj musi dojść do zbiegu wielu okoliczności. Książka powinna trafić w ręce dobrego tłumacza, musi znaleźć się wydawca, który uwierzy w sukces takiego projektu. Często książki wymagają dofinansowania ze środków publicznych. „Lekkie objawy życia” są powieścią uniwersalną, to znaczy, że będą zrozumiałe dla czytelników w różnych miejscach. To może być szansą dla tej książki na tłumaczenie. Oczywiście, bardzo bym się ucieszył, gdyby ktoś podjął się tego trudnego zadania.

— Tym razem nie opisujesz Olsztyna, ale olsztyńskie akcenty mógłby wypatrzyć wnikliwy czytelnik. Lubisz przemycać wątki z miasta, w którym żyjesz?

— Zdecydowanie tak. Pochodzę z Jezioran, októrego — w bardziej bądź mniej bezpośredni sposób — pisałem i ciągle piszę. „Pogrzeby” rozgrywają się właśnie w tym miasteczku. Od kilkudziesięciu lat mieszkam w Olsztynie. Poświęciłem temu miastu najwięcej miejsca. Wystarczy wymienić trylogię kryminalną, powieści „Mistrzostwo świata” czy „Zmarzlina”. Wcześniej wspominałem o „Rauszu”. Myślę, że przez lata nabyłem coś, co bywa nazywane „kompetencjami kulturowymi”. Znam Olsztyn, chyba rozumiem to miasto, ludzi tutaj zamieszkujących. Olsztyn ze względu na swoje położenie i historię jest atrakcyjnym miejscem do snucia powieściowych fabuł. Ale piszę też o całym regionie, o Warmii i Mazurach współczesnych i tych z czasów odleglejszych.

— Gdybyś miał napisać swoje najkrótsze bio, to jakby ono brzmiało? Kim dziś jest Tomasz Białkowski?

— To mężczyzna w średnim wieku, zajmujący się układaniem słów w zdania, z których powinny wynikać różne emocje.

Katarzyna Janków-Mazurkiewicz



31 marca premierę miała najnowsza książka Tomasza Białkowskiego „Lekkie objawy życia”. Wydawcą jest duńska Saga Egmont.

PRACA

POKOJOWA i pomoc kuchenna, 602-715-753, www.elixirhotel.com

POSZUKUJĘ brukarzy i pomocników z doświadczeniem, tel.690188885

STAJENNY - MAKSYMALNIE 5 KONI, tel.604-484-819

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie rolnym, 609876343

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie rolnym, 609876343

SPRZEDAM

CAŁKOWITE wyposażenie restauracji, 605-635-949

DREWNO opałowe, 535-237-271

HUŚTAWKA ogrodowa, stół+ławki ogrodowe. 515-746-523

NML Sprzedam meble ogrodowe- stoły, ławki, piaskownice, budy dla psów, bryczki itp., 56-474-71-52 po godz..18.00.

NML Sprzedam pszczoły z ulami lub bez Dadant oraz nasiona i kłacza roślin miododajnych, 503-895-135

SPRZEDAM 1ha, szafy pancerne, maszyny stolarskie, wyciąg trocin itp., 500-077-522

SPRZEDAM kontener na hakowca pojemność 24m3 tel: 609499004

SPRZEDAM: deski szalunkowe i na dach, drewno opałowe tel. 504675577

KUPIĘ

STARE fotele, złotą biżuterię, monety, szkło PRL, 607-852-453

NIERUCHOMOŚCI

!-KANCELARIA NIERUCHOMOŚCI GUTKOWSKI; od XXw. Na Rynku Krajowym, NIERUCHOMOŚCI-SPRZEDAŻ-KUPNO-WYNAJEM, Ilawa-Niepodległości 8/13, www.gutkowski-nieruchomosci.pl, tel./fax. 89/649-31-19, 604-222-552

BIURO Nieruchomości NOWY DOM- Giżycko, 517-520-191, www.nieruchomosci-nowydom.pl

DO wynajęcia pokój jednoosobowy z łazienką i aneksem kuchennym dla kobiety pracującej na ul. Olsztyńskiej w Giżycku - Tanio. Dzwonić po 12.00, 692644128

DZIAŁKĘ ogrodniczą w Giżycku z domkiem murowanym sprzedam. tel. 731-507-109

MIESZKANIE na 1 piętrze na sprzedaż w dobrej lokalizacji do remontu 54m, tel: 665053949 e-mail: w.mielcarek17@gmail.com

NML Lokal handlowy w centrum Nowego Miasta Lubawskiego do wynajęcia, 602-718-710

NML Sprzedam działki budowlane przy ul.Rolnej w Nowym Mieście Lubawskim, 604-562-972

NML Sprzedam mieszkanie 47,6m2 w Mszanowie, drugie piętro, winda, cena 310.000zł, 510-107-514

PILNIE!WYNAJMĘ mieszkanie 51m2, 2-pokojowe, kuchnia, łazienka, balkon(loggia), Os.Warszawskie, Lubawa, 695-721-267

POSZUKUJĘ pokoju do wynajęcia, 530-143-105

SPRZEDAM działkę budowlaną o pow.0,12, uzbrojoną, Uzdrawo, 785-541-026

SPRZEDAM działki budowlane, centrum Działdowa, na jednej

dom+garaż (pow.po10ar), 886-551-965

SPRZEDAM mieszkanie 62m2, parter, Ilawa, 513-774-018

SPRZEDAM własnościowe M-4 z dużą piwnicą, Nidzica, ul.1 Maja, 782-792-846

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL, 503-103-703

WYNAJMĘ okazjonalnie pokój kompletny dla mężczyzn, 535-237-271

AUTO-MOTO

KUPIĘ motocykl WSK, OSA, SHL, Junak, motorynka, MZ, Simson, 504-631-626

MERCEDESA W123, W124, W126,- kupię, 698-082-959.

NIDZICA, wynajmę garaż ul.M.Konopnickiej, 698-220-636

NML Sprzedam Ford Kuga 2008r., diesel, cena 36.000zł do negocjacji 510-107-514

NML Sprzedam VW Fox 2005r. benzyna, zadbane+ opony zimowe z felgami, stan bdb, cena 6.900zł do negocjacji, Mroczno 692-224-008

SAMOCHODY używane- skup, sprzedaż, komis, zamiana, al. 1-go Maja 17, Giżycko, Czynne 10:00- 18:00, 698-672-856, czarek@pindur.pl; pindur.otomoto.pl, 698-672-856

SKUP SAMOCHODÓW, stan obojętny- Nowe Miasto Lubawskie i okolice do 70km, 721-650-686

SPRZEDAM golfa 1,9, 1999r, cena do uzgodnienia, 607-867-554

USŁUGI

!! Kompleksowe remonty mieszkań, lokali, łazienki. 605-892-429

PRZEPROWADZKA- „absolutnie tanio, noszenie. 504-229-798, 504-229-798

REMONTY od A do Z, 734-800-813

SPRZĄTANIE strychów, posesji, garaży, piwnic, wywóz niepotrzebnych rzeczy. 504-229-798, 504-229-798

TRANSPORT- „absolutnie tanio. 504-229-798, 504-229-798

TRANSPORT, przeprowadzki, 729-242-457

USŁUGI DEKARSKO- BLACHARSKIE Piotr Zawacki tel.888-373-282.

USŁUGI hydrauliczne, 508-491-711

USŁUGI koparko-ladowarką DD ROGOWSCY 790-220-500

WESELA, imprezy nad jeziorem. Elixir Hotelik, 602-715-753, www.elixirhotel.com, 602-715-753

RÓŻNE

!GARAŻE BLASZANE, NOWOCZESNE WIATY, 798-710-329, 698-230-205.

DREWNO, schody, altany, domki, zestawy ogrodowe, bujaczki, sztachety itp., 500-077-522

KUPIĘ modele aut i zabawki motoryzacyjne z PRL-u., 504-631-626

ZWIERZĘTA

KUPIĘ byczki, jałówki 100-500kg. 517-245-435

NARYBEK karpia sprzedam, 56-474-71-52 po godz.18.00.

SKUP bydła. Najlepsze Ceny! Dojazd do gospodarstwa, 514-574-163

KONSTAŁ PRODUCENT

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

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

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

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

5782201br-A-P

ZDROWIE I URODA

PRYWATNY Gabinet Urologiczny, lek. Marek Karczewski- specjalista urolog, przychodnia El-Med, ul. Witosa 2, Giżycko. Rejestracja telefoniczna: 87/420-73-00

ROLNICTWO

zwierzęta hodowlane

!! Kupię byczki, jałówki w każdej kondycji, 50kg- 400kg do dalszego chowu płatne gotówką 607-53-32-66

BYCZKI, jałoszki sprzedam, 600-850-092

KURY Młode Nioski, Od Hodowcy, Szczepione, Dowóz, TANIO, 502-031-298

TUSZKI kurczaka, Brojlery, 798-351-298

maszyny rolnicze

C360, przyczepa, opryskiwacz, redelka, owijarka, przewracarka, kosiarka, prasa, kopaczka, 698-220-636

CZĘŚCI UŻYWANE Bizon-Wardęgowo, NOWY telefon.605-070-911

NML Sprzedam C-360 i siewnik Hassia 3m, 696-851-833.

NML Sprzedam dmuchawę do zboża z silnikiem 7kW, lejek do nawozu, 889-642-512

NML Sprzedam rozdzielacz 2-sekcyjny (nowy) Bizon, rozrusznik wysokoobrotowy, koło koronowe zwolniczy, nagrzewnica U-914, przekładnia pompy, siłownik i inne cyklop, 500-859-080

NML Sprzedam śrutownik ssąco tłoczący oraz siano w balotach 120x120, 600-529-598

NML Sprzedam śrutownik ssąco tłoczący, 698-838-949

ROZSIEWACZ nawozów dwu- talerzowy ładowność 2200kg., żmijki zbożowe średnica od 10cm do 15cm, długość od 5m do 10m, gruber ścierniskowy szer.2,8m, dmuchawa do dosuszania zboża, kultywator ścierniskowy 2,8m, rury do dmuchawy średnica 160mm- sprzedam tel.698-703-449

SPRZEDAM ciągnik Ursus 3512, kombajn bizon, 504-596-194

UŻYWANE CZĘŚCI URSUS-ZE-TOR silniki; skrzynie biegów; tylne mosty; zwolnice; podnośniki; przednie napędy; bloki; głowice i inne; możliwość wysyłki ceny od 100 zł. 601-598-983

produkty rolne

NML Sprzedam pszenicę 80T, jęczmień, słomę w balotach, przetrząsarkę Kuhn, przyczepę 12T trzy stronny wywrot, 600-606-349

NML Sprzedam pszenżyto i jęczmień oraz słomę w balotach 120x120, 517-050-131.

SPRZEDAM:ZBOŻA paszowe. Tel.606-505-511

kuriermlawski.pl

SZPILKI I KOTURNY OKIEM LEKARZA

Wysoki obcas bez wątpienia dodaje kobiecie nie tylko wzrostu. Jest też jednym z atrybutów kobiecości, seksapilu i atrakcyjnego wyglądu jako takiego. „Kobieto, pamiętaj! Szpilki i poczucie własnej wartości muszą być wysokie” — głoszą facebookowe mądrości.

A jednak dzielni naukowcy mają w tych sprawach swoje własne zdanie, bo takie nagminne i nałogowe wręcz noszenie wysokich obcasów ma swój, niestety negatywny, wpływ na zdrowie kobiety.

Z anatomicznego punktu widzenia stopa ma trzy główne punkty podporu: piętę oraz pierwszą i trzecią głowę śródstopia. Podniesienie pięty obcasem sprawia, że zmienia się sposób rozłożenia ciężaru masy ciała: przednia część stopy musi wówczas utrzymać nawet do 3/4 masy ciała. Oczywiście łatwo zgadnąć, że równomiernie obciążony każdy z powyższych punktów w płaskim bucie — to dla stopy znacznie korzystniejsza sytuacja. Tymczasem drobna modyfikacja powoduje, że panie w różny sposób radzą sobie z zadaniem utrzymania właściwej równowagi ciała. Do tego stopnia, że niektóre nawet w najdroższych szpilkach świata wcale nie wyglądają atrakcyjnie. Lekarze twierdzą, że częste ich noszenie przyczynia się również do obniżenia łuku stopy. Zmianie ulega też ustawienie poszczególnych kości, ścięgien i więzadeł względem siebie. Długotrwałe noszenie obcasów powoduje zgrubienie i usztywnienie ścięgna Achillesa oraz skrócenie włókien mięśniowych łydki nawet o 13 proc. Z kolei noszenie obcasów wyższych niż 7,5 cm powoduje wzrost ciśnienia w naczyniach krwionośnych. Wszystko to w dłuższej perspektywie czasu może powodować dyskomfort, bolesność i obrzęki. Wystąpienie trwałych zmian w budowie stopy powoduje także, że ból sprawia nawet noszenie płaskich butów.

Ze zdrowotnych ciekawostek warta uwagi jest taka, że są wyniki badań, zgodnie z którymi noszenie wysokich obcasów wpływa pozytywnie na mięśnie dna miednicy, co z kolei ma korzystne przełożenie na sferę seksualną kobiety i jej doznania intymne.

Nie wiem, czy stoi za tym wysokoobcasowe lobby z księżną Kate na czele, ale naukowcy londyńscy opracowali wzór na optymalną wysokość obcasów, by te były dla nas bezpieczne.

Wygląda on tak: $h = Q(12 + 3s / 8)$ i powiem szczerze: dla jest ważniejszy, niż jakieś tam $E=mc^2$...! Spieszę donieść, że h to maksymalna wysokość obcasa, Q — współczynnik socjologiczny, który ma wartość 0 lub 1, a s to rozmiar stopy wg angielskiej numeracji, w której nasz popularny 39 to 5,5. Tajemniczy współczynnik socjologiczny wynika z doświadczenia w chodzeniu na obcasach, prawdopodobieństwa, że buty rzeczywiście przyciągną czyjąś uwagę, odniesienia noszonego modelu do aktualnych trendów w modzie, ceny butów i ilości alkoholu spożytego danego dnia.

Wszystkie panie z takim samym nabożeństwem do wzorów matematycznych jak ja — informuję, że optymalna wysokość „zdrowego” obcasa to 2,5-4 cm. Okazuje się bowiem, że niewielkie podniesienie pięty ma swój dobroczynny wpływ, któremu wysokie obcasy nie szkodzą.

DIABELSKI POMYSŁ

Nie inaczej — a właśnie tak określają ukochane obcasy nasi ortopedzi i fizjoterapeuci. Bo ich zdaniem całodzienne i codzienne noszenie butów



foto: Pixabay

na wysokim obcasie może mieć negatywny wpływ na stopy i kręgosłup. A potem pojawiają się dolegliwości, które nie mają nic wspólnego ani z atrakcyjnym wyglądem, ani z dobrym samopoczuciem.

Bo bolą stopy, które szybciej się męczą i bolą — prawdziwa katorga. Kiedy bowiem wkładamy wysokie obcasy, rozkład masy ciała staje się nierównomierny, a to w szczególności źle działa na mięśnie łydki i ścięgna Achillesa.

— Wszystko przez to, że wysoki obcas unosi tyłostopie, a to z kolei powoduje, że chodzimy na podniesionej pięcie, a mięśnie i ścięgna w obrębie stawu skokowego ulegają znacznemu skróceniu. Szpilki powodują także deformację stopy. Kolejne są problemy z krążeniem krwi: obcas sprawia, że ciężar ciała spoczywa na przedniej części stopy i palcach, a to krążenie utrudnia i skutek jest taki, że stopy puchną. Jakby tego było mało, większość butów na wysokim obcasie ma wąski przód — a to zmienia fizjologiczne ustawienie stopy, która jest ściśnięta, a palce, z powodu ucisku, zachodzą na siebie — tłumaczy dr Paweł Rado, chirurg ortopeda, specjalista chirurgii kręgosłupa.

Obcasy to też większe ryzyko skręcenia stawu skokowego oraz uszkodzenia więzadeł. Niektóre z tych skutków można usunąć tylko operacyjnie. Odciskach i halluksach już nawet nie wspomnę — tym ostatnim, znanym też jako deformacja palucha koślawego, często towarzyszy ból, trudność w założeniu obuwia, otarcia. Samo ich posiadanie niezwykle uciążliwe, a leczenie bardzo trudne.

CIERPI KRĘGOSŁUP!

Szpilki to mordercy nie tylko stóp, ale i kręgosłupa — bo powodują jego przeciążenie. Chodzi bowiem o to, że ciało kobiety chodzącej w szpilkach jest nieprawidłowo wygięte. Aby utrzymać równowagę, musimy przecież nasz środek ciężkości przesunąć do przodu. A stąd już blisko do bóli wokolicy krzyżowo-łędźwiowej kręgosłupa, a także karku. Dodatkowo obcasy zwiększają krzywiznę podstawy kręgosłupa i wymszają jego nieprawidłowe ułożenie. To z kolei prowadzi do nadmiernego ucisku kręgów. Mało? Od noszenia szpilek bolą też kolana.

A JEDNAK SZPILKI CZASEM MOGĄ POMÓC!

— Jeśli dobrze je dobrać i nie nosić codziennie, to szpilki mogą nam pomóc

w dolegliwościach krzyżowych — uważa dr Paweł Rado. — W wieku młodym, ale i w dojrzałym większość przypadków bólu kręgosłupa spowodowanych jest dyskopatią, czyli uszkodzeniem krążków międzykręgowych. I właśnie chodzenie na wysokich obcasach powoduje poprawę sylwetki, bo kobieta prostuje się. W takim ułożeniu ciała zwiększa się także lordoza lędźwiowa, co z kolei prowadzi do ograniczenia dolegliwości bólowych kręgosłupa w przebiegu dyskopatii. Inaczej jest jednak w wieku podeszłym: główne dolegliwości wynikają wtedy z choroby zwyrodnieniowej kręgosłupa i nadmiernego prostowania sylwetki, a chodzenie na wysokich obcasach może przynieść tylko nasilenie bólu kręgosłupa. I wtedy zalecam powrót do obuwia płaskiego.

NIE WYGŁĄD, A WYGODA!

Negatywnych skutków spowodowanych noszeniem szpilek można uniknąć — wystarczy włączyć rozsądek. Dlatego na co dzień lepiej postawić na obuwie na płaskim obcasie, a ze szpilek wybierać te do maksymalnie 5 cm wysokości, najlepiej z nieco szerszym obcasem. I warto to wszystko jęć na uwadze już w czasie wybierania obuwia. Jakże bowiem często mi się wyglądem zewnętrznych butów, a w ogóle nie przywiązujemy uwagi do wygody...! Efekt jest taki, że kupujemy buty za wąskie i czasem nawet za małe. Zasugerowane zjawiskowym wyglądem lub blaskiem — wybieramy te bardzo wysokie, centymetrowe szpilki, kompletnie usuwając ze świadomości fakt, że to zabójcy stóp i kręgo-

słupa! Obcasy muszą dawać stabilne oparcie całej sylwetce. Jeśli zatem po wstąpieniu na te wysokości stopy chwieją się nam na boki, a sylwetka nienaturalnie wygina — może jednak zrezygnować z tych dwunastek na rzecz wygodniejszych półszpilek z owalnym czubkiem. Pamiętajcie: może im wyżej, tym smuklej — ale im niżej, tym zdrowiej.

PROFILAKTYKA LEPSZA NIŻ LECZENIE

Owszem, frazes — a jednak wciąż aktualny! A jak profilaktyka, to ćwiczenia i stymulacja stóp. Warto wprowadzić do codziennych zajęć krótkie ćwiczenia uelastyczniające stopę: kręcenie kółek, turlanie piłeczki pingpongowej, podnoszenie palcami drobnych przedmiotów z podłogi, masaż stóp, ćwiczenia rozciągające stóp i całych nóg. Pomaga także chodzenie boso, które poprawia krążenie, wzmacnia mięśnie i działa relaksująco. Stosujmy też peelingi — choćby cukrowe lub kawowe lub żele masujące-chłodzące do nóg i stóp, które zniwelują uczucie ciężkości nóg, ból, nocne skurcze łydek. Pomogą ćwiczenia rozciągające łydki i śródstopie. Pilnujmy ponadto swojej postawy: zwracajmy uwagę, by ściągać ramiona do tyłu i prosto trzymać łopatki. Raz na jakiś czas wybierzmy się na basen — pływanie na kręgosłup działa zbawienne. Ale wiadomo: najskuteczniejsze ze wszystkiego będzie ograniczenie noszenia butów na wysokim obcasie. Która chce mieć zdrowe stopy, musi pamiętać, by szpilki nosić 3-4 godziny w tygodniu i ani grama nie więcej...

Magdalena Maria Bukowiecka

[illegible]

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

złosiwa ironia; 18) ogród zimowy; 21) kobieta zamężna; 22) typowo francuska plantacja; 23) potocznie o samochodzie na ropę; 25) zachodnia część Oceanii; 26) służy do tłumienia ognia; 27) wypukła, końcowa część palca; 28) brat ojca dawniej; 30) piaszczysta wzdłuż morza; 31) reflektor; 32) Morricone, kompozytor włoski; 39) przydomek Judasza; 42) byli żołnierze, weterani; 45) nitki w rosoli; 46) maszynopis autorski; 50) na królewskiej głowie; 52) znawca ludzkiego ciała; 54) do połowu ryb; 55) pomnik nagrobny, pionowa płyta; 56) unosić się, fruwać; 57) rabat, bonifikata; 62) iloraz inteligencji.

KOBIETY SĄ MNIEJ CZUJNE W KWESTIACH BEZPIECZENSTWA INTERNETOWEGO

Polki bardzo chętnie korzystają z technologii. Wyprzedzają mężczyzn w robieniu zakupów online, korzystaniu z bankowości internetowej i social mediów. Słabiej wypadają natomiast w sferze cyberbezpieczeństwa.

Blisko 1/3 kobiet nie wie, jak dbać o bezpieczeństwo swoich danych w pandemii. 22 proc. nie potrafi rozpoznać wiadomości od oszustów podszywających się np. pod bank. Kobiety rzadziej dbają także o zabezpieczenie się przed kradzieżą danych i są bardziej narażone na ataki oszustów – wynika z badania „Ochrona danych osobowych w czasie pandemii” serwisu ChronPESEL.pl i Krajowego Rejestru Długów.

Raport Digital Ethics1 pokazuje, że to kobiety chętniej niż mężczyźni korzystają na co dzień z technologii. Panie częściej niż panowie dokonują zakupów w sieci (88 proc. do 82 proc.), bankują online (82 proc. do 76 proc.) czy korzystają z social mediów (85 proc. pań i 69 proc. panów).

Jednak badanie serwisu ChronPESEL.pl i Krajowego Rejestru Długów wskazuje, że są też zdecydowanie mniej czujne w kwestiach bezpieczeństwa internetowego.

— Większa obecność on-

line niesie za sobą większe zagrożenie w sferze cyberbezpieczeństwa i ochrony danych osobowych. W tej kwestii Polki już nie mają przewagi nad płcią przeciwną. Odsetek kobiet deklarujących, że nie wie, jak zadbać o bezpieczeństwo danych (31 proc.), jest dwukrotnie większy, niż mężczyzn (15 proc.). To niepokojący sygnał, bo przez swoją większą aktywność online są one bardziej narażone na negatywne konsekwencje niestosowania zabezpieczeń — zaznacza ekspert od ochronnych danych osobowych, Bartłomiej Drozd z serwisu ChronPESEL.pl.

WIĘCEJ CYBERATAKÓW

Blisko dwie trzecie kobiet (63 proc.) deklaruje, że obawia się działalności przestępców wyłudzających dane. Podobne zaniepokojenie wyrażają też mężczyźni. Niemal co drugi mieszkaniec naszego kraju zauważył również, że nastąpiło natężenie skali wysyłki fałszywych wiadomości mających na celu wyłudzenia danych.

— Według przeprowa-



foto: pixabay

dzzonego przez nas badania, kobiety najbardziej obawiają się wyłudzenia danych w wyniku oszustwa. Dotyczy to nawet jednej trzeciej pań. Na drugim miejscu są wycieki spowodowane działalnością hakerów. W przeciwieństwie do mężczyzn kobiety nie obawiają się tak bardzo wycieków danych z baz prywatnych firm lub instytucji publicznych. Może

to tłumaczyć, dlaczego tak niechętnie zmieniają hasła dostępu do serwisów i nie usuwają starych kont — zauważa Bartłomiej Drozd.

PODSTAWY BEZPIECZEŃSTWA

Mniej niż połowa Polek (48,5 proc.) samodzielnie poszukiwała porad i informacji służących zwiększeniu bezpieczeństwa danych w czasie pandemii (wobec 54 proc. panów). Najczęściej stosowaną ochroną jest zainstalowanie na komputerze osobistym aktualnego oprogramowania antywirusowego. Zrobiło tak 79 proc. kobiet i 82 proc. mężczyzn. Nadal jednak oznacza to, że blisko co piąta osoba nie stosuje nawet tak podstawowej ochrony. Inne procedury bezpieczeństwa wypadły jeszcze gorzej.

W czasie drugiej fali pandemii koronawirusa hasło do logowania w serwisach

internetowych zmieniło na nowe bądź bardziej skomplikowane tylko 31 proc. kobiet. Stosowanie tej podstawowej procedury bezpieczeństwa w sieci zaniebdują, choć nieco rzadziej, również mężczyźni. W tym czasie zastosowało ją 37 proc. z nich. Jak podkreśla ekspert ChronPESEL.pl, to jeden z podstawowych grzechów internautów.

— Zmiana naszych hasel co jakiś czas, obok posiadania aktywnego oprogramowania antywirusowego na komputerze i telefonie, powinna być podstawową procedurą bezpieczeństwa. To klucz do naszych danych, a te są z kolei furtką do naszych pieniędzy. Mogą posłużyć oszustom do zaciągnięcia zobowiązań finansowych na nasze nazwisko. Jeśli nie dbamy o ich zabezpieczenie, ułatwiamy przestępcom pracę — zaznacza ekspert ChronPESEL.pl.

KOBIETY MNIEJ ŚWIADOME ZAGROŻEŃ

Nierozważnym krokiem jest też poruszanie się w sieci bez blokad anty-spamowych na swoich urządzeniach. Do tego kobiety również przykładają małą wagę. Rzadziej niż panowie (23 proc. wobec 32 proc. w przypadku mężczyzn) uruchamiały takie zabezpieczenie na swoim prywatnym laptopie lub smartfonie.

Polki rzadziej też zwracały uwagę na podejrzane e-maile, SMS-y bądź kontakt telefoniczny. Takie zdarzenie odnotowało 13 proc. pań wobec 22,5 proc. panów. Jednak to nie znaczy, że oszuści mają skrupuły i oszczędzają pięć

— Dysproporcja między odnotowywaniem przez panie i panów niebezpiecznych wiadomości czy podejrzanych telefonów wynika raczej z nieświadomości, że takie działanie stanowi potencjalne zagrożenie. Pod tym względem Polki powinny być zdecydowanie bardziej czujne. Dostrzegając niebezpieczeństwo, jesteśmy bardziej skłonni, aby się edukować i go unikać, a w efekcie lepiej się przed nim chronić — wskazuje Bartłomiej Drozd z serwisu ChronPESEL.pl.

Katarzyna Maciaszczyk-Sobolewska

Ogólnopolskie badanie „Ochrona danych osobowych w czasie pandemii” zostało przeprowadzone w kwietniu i listopadzie 2020 r. przez IMAS International na zlecenie Krajowego Rejestru Długów BIG SA i serwisu ChronPESEL.pl na próbie 515 osób.



Z ŻYCIA SZKÓŁ I PRZEDSZKOLI

Z WIZYTĄ W TRÓJMIĘŚCIE



We wtorek 7 czerwca klasy 7a, 7d i 7s Szkoły Podstawowej nr 7 w Mławie udały się na wycieczkę do Gdańska. Pierwszym punktem wyprawy było zwiedzanie najstarszej części tego miasta, o której pięknie opowiadał przewodnik.

Następnie wyruszyli do portu morskiego w Gdyni, skąd promem popłynęli do Sopotu, gdzie mogli zrelaksować się na plaży i pospacerować po najdłuższym moło nad Morzem Bałtyckim.

Materiały szkoły



W SALI ZABAW „PODWÓRKO”



Wśród 8 czerwca uczniowie klasy 1a radośnie spędzili czas w sali zabaw „Podwórko”. Na dzieci czekało wiele atrakcji, dzięki którym mogły spożytkować zapasy ener-



gii, bawiąc się na wielopoziomowej konstrukcji, w której ukryte są korytarze z przeszkodami, tyrolka, zjeżdżalnia, podest linowy, zjazd na pontonach. Miały również okazję poszaleć na trampolinach, ścianie wspinaczkowej i basenie z gąbkami.

Każdy kto poczuł zmęczenie, mógł skorzystać z zacisznego kąciaka malucha, w którym można było odpocząć w basenie z kulkami, pobawić się kreatywnymi klockami i piankowymi zabawkami.

Wizyta w sali zabaw pozwoliła dzieciom nie tylko doskonalić sprawność fizyczną, ale także stanowiła doskonałą okazję do rozładowania dziecięcej energii i - co najważniejsze - radosnej zabawy.

Materiały szkoły

NA KONCERCIE „PRUSINOWSKI TRIO”



9 maja uczniowie klas 1-3 uczestniczyli w koncercie muzycznym w wykonaniu zespołu „Prusinowski Trio”.

Celem spotkania artystów z dziećmi było zapoznanie ich z muzyką ludową minionych epok.



Zabawne, niekiedy prześmiewcze śpiewanki, czy całkowicie zapomniane zabawy ze śpiewem przybliżyły nam obraz ówczesnych czasów, zachęcając jednocześnie najmłodszych do kultywowania pięknych zwyczajów i tradycji ludowych.

Materiały szkoły

PRZYGODA W ORIENTARIUM



6 czerwca 2022 roku uczniowie klasy II b ze Szkoły Podstawowej nr 7 w Mławie wyruszyli po przygodę do łódzkiego Orientarium.

To najnowocześniejszy w Europie potężny kompleks, prezentujący faunę i florę Azji Południowo-Wschodniej oraz różne ekosystemy związane ze środowiskiem wodnym. Dowiedzieliśmy się wielu ciekawostek, dotyczących zwyczajów i zachowań zwierząt. Podziwialiśmy największego słonia indyjskiego, rekordowych rozmiarów krokodyla gawialnego, orangutany sumatrańskie. Wędrowaliśmy podwodnym tunelem, z którego podziwialiśmy przepływające nad głowami rekiny i płaszczki. Wielką atrakcją było karmienie słoni i kąpiel w basenie.

Chętnie bawiliśmy się, a nieopodal tunelu w fotobudce robiliśmy zdjęcia z ulubionymi zwierzętami.

Post factum wizyty w Orientarium zjedliśmy smaczny domowy obiad w restauracji „Nowe Sady”.

Łódź to też miasto zieleni. W wielkim areale parkowym znajdował się wspaniały plac zabaw. Niezwykłą frajdą okazała się konstrukcja, składająca się z labiryntu rur, zjeżdżalni i tyrolki. Nie brakowało dzielnych i odważnych do takowych uciech.

Podczas drogi powrotnej nie było widać na twarzach zmęczenia, a uśmiechy i niezapomniane przeżycia towarzyszyły wszystkim przez kilka dni.

Materiały szkoły

