

**CZYTAJ
NAS:**

• **CO TYDZIEŃ
W GAZECIE**
• **CODZIENNIE
W INTERECIE**



nowy KURIER
mławski.pl

CENA 2,80 zł
(w tym 5% VAT)

DZIERZGOWO GRUDZIK LIPOWIEC MŁAWA RADZANÓW STRZEGOWO STUPSK SZCZĘCINO WIEŚNIEWO

Fot. Materiały Klubu Mławianka Mława/Fot. Kadry z filmu Klubu



MŁAWIANKA POŻEGNAŁA PREZESA WIESŁAWA CHRZCZONA

Mławianka Mława uroczyście pożegnała w ubiegłym tygodniu swojego prezesa Wiesława Chrzczona, który zmarł 17 listopada. Był wybitną postacią mazowieckiej piłki nożnej, działaczem, który przez lata wspierał swój ukochany klub. Miał 68 lat. **s. 2**

PRÓBOWAŁ PRZEKUPIĆ POLICJANTÓW

DROGÓWKA ||

S. 5

■ Policjanci ruchu drogowego mławskiej komendy Policji zatrzymali do kontroli nietrzeźwego obywatela Ukrainy, który dzień wcześniej przekroczył granicę Polski. Mężczyzna powinien przebywać na kwarantannie. W organizmie miał ponad 1,3 promila alkoholu. Próbował przekupić policjantów.



ZATRZYMALI W WIŚNIEWIE... DONALDA TUSKA

NA SYGNALE ||

S. 3

■ Mławscy policjanci zatrzymali w niedzielę przed południem na krajowej siódemce, w Wiśniewie, kierowcę, który przekroczył prędkość. Kierowcą okazał się przewodniczący Platformy Obywatelskiej, sprawujący najdłużej urząd premiera w III RP, Donald Tusk.



ZGINĄŁ PRZYSYPANY HAŁDĄ ŻWIRU

TRAGEDIA ||

S. 3

■ Mławska Policja, pod nadzorem prokuratury, ustala okoliczności tragicznego wypadku, do którego doszło 16 listopada po południu na terenie wytwórni mas bitumicznych, w pobliżu krajowej siódemki. Zginął 53-letni pracownik, przysypany hałdą żwiru.



MŁAWIANKA POŻEGNAŁA SWOJEGO PREZESA

Mławianka Mława uroczyście pożegnała w ubiegłym tygodniu swojego prezesa Wiesława Chrzczona, który zmarł 17 listopada. Był wybitną postacią mazowieckiej piłki nożnej, działaczem, który przez lata wspierał swój ukochany klub. Miał 68 lat.

Nie żyje prezes Mławianki Mława Wiesław Chrzczon. Był aktywnym działaczem na rzecz rozwoju piłki nożnej i ogromnym wielbicieleм swojego klubu Mławianka Mława, dla którego poświęcał swój czas i energię.

Trenerzy, piłkarze, działacze oraz kibice Mławianki wysoko cenili jego pracę. Nie tylko pożegnali go w piękny, wzruszający sposób, ale też zadedykowali mu swój pierwszy, po jego śmierci mecz, w którym pokonali Żabkowie Żabki 2:0. Bramki strzelili w nim Michał i Mateusz Stryjewscy. Mławianka Mława otrzymuje kondolencje od innych klu-

bów piłkarskich Mazowsza.

Wiesław Chrzczon był prezesem Mławianki Mława od czerwca 2018 roku. Wybrano go po odejściu z tej funkcji Krzysztofa Osieckiego i jego zastępcy Grzegorza Szczepkowskiego. Przez kolejne lata nowy prezes dał się poznać jako oddany klubowi aktywny działacz. Mławianka boleśnie odczuła Jego stratę.

Po tragicznej wiadomości o Jego śmierci piłkarze napisali na swoim profilu Facebooka: „Z ogromnym bólem i żalem informujemy, że w dniu dzisiejszym zmarł nasz Prezes Wiesław Chrzczon. Rodzinie oraz najbliższym składamy wyrazy współczucia. Społecz-



Wiesław Chrzczon 1953-2021

ność MKS Mławianka Mława”.

Także opisując swój niedzielny mecz, rozpoczęli relację słowami: „Za nami wyjątkowy mecz, pierwszy bez świętej pamięci prezesa Wiesława Chrzczona. Na trybunach panował ogromny smutek, nie zabrakło minuty ciszy ku czci zmarłego działacza. Piłkarze zrobili jeszcze jedną ważną rzecz – sięgnęli po zwycięstwo w batalii z wysoko notowanym konkurentem. Oczywiście sukces zadedykowali prezesowi.”

Wiesław Chrzczon niemal od zawsze był wielkim miłośnikiem piłki nożnej i nie tylko prezesem, ale też naj-

wiekszym kibicem Mławianki Mława. Przyczynił się do wielu jej sukcesów.

Zanim został prezesem tego klubu, był piłkarzem (występował na pozycji napastnika w Mławiance), sędzią (prowadził mecze na poziomie trzeciej ligi) i trenerem, wieloletnim działaczem Mazowieckiego Związku Piłki Nożnej oraz przewodniczącym Kolegium Sędziów COOZPN.

Jego działalność na rzecz piłki nożnej została zauważona, był między innymi nominowany w plebiscycie na Osobowość Roku 2020 za łączenie biznesu ze wspieraniem lokalnych drużyn sportowych.



Mławianka Mława pożegnała uroczyście swojego prezesa



**MŁAWIANKA
MŁAWA
OTRZYMUJE
KONDOLENCJE OD
INNYCH KLUBÓW
PIŁKARSKICH
MAZOWSZA.**



WYPADEK NA STUDZIEŃCU. APEL DO ŚWIADKÓW

Wydział Kryminalny mławskiej komendy Policji prowadzi czynności w sprawie potrącenia 30-letniego mężczyzny na przejściu dla pieszych, w pobliżu skrzyżowania z Aleją Marszałkowską w Mławie. Pieszcy, z obrażeniami ciała trafił do szpitala. Kierowca samochodu osobowego zatrzymał się tylko na chwilę, podszedł do rannego, po czym odjechał. Policja poszukuje sprawcy potrącenia i publikuje zdjęcia z monito-



ringu, apelując do świadków o kontakt.

Do zdarzenia doszło 4 listopada, przed godz. 6 rano w Mławie. Kierujący samochodem osobowym, skręcając w lewo, z Al. Marszałkowskiej w ul. Studzieniec, potrącił znajdującego się na przejściu pieszego. Kierujący pojazdem po chwili odjechał z miejsca zdarzenia. Ranny pieszy, z urazem głowy został przewieziony do szpitala w Mławie. Był trzeźwy.

Mławska policja poszukuje kierowcy samochodu, który

odjechał z miejsca zdarzenia, trwają szczegółowe ustalenia. Świadcowie tego zdarzenia oraz osoby, których informacje mogą pomóc w ustaleniu sprawcy, proszone są o kontakt z tutejszą jednostką Policji, tel. 47 703 62 00 lub 47 703 62 39 (Wydział Kryminalny).

Informacje można przysyłać za pośrednictwem strony Facebook Policja Mława.

Asp.szt. Anna Pawłowska

ZATRZYMALI W WIŚNIEWIE... DONALDA TUSKA

Mławscy policjanci zatrzymali w niedzielę przed południem na krajowej siódemce, w Wiśniewie, kierowcę, który przekroczył prędkość. Kierowcą okazał się przewodniczący PO, sprawujący najdłużej urząd premiera w III RP, Donald Tusk.

Tożsamości zatrzymanego przez patrol policji 64-letniego kierowcy skody, co prawda nie potwierdziła asp. szt. Anna Pawłowska, rzecznik prasowy Komendy Powiatowej Policji w Mławie, bo na to nie pozwalają obowiązujące przepisy.

Jednak sam Donald Tusk napisał na twitterze: „Jest przekroczenie przepisu drogowego, jest kara zatrzymania prawa jazdy na 3 miesiące plus 10 punktów i mandat. Adekwatna. Przyjąłem ją bez dyskusji.”

Rzeczniczka mławskich policjantów potwierdza, że zatrzymany kierowca przyjął karę za przekroczenie prędkości bez sprzeciwu. Nie powiedział, dlaczego jechał tak szybko.

Asp. szt. Anna Pawłowska potwierdziła też, że 64-latek jechał z prędkością 107 kilometrów na godzinę.

— W tym miejscu bardzo często dochodzi do przekro-

czenia prędkości, mimo że są tam zniżenia i wysepki — mówi asp. szt. Anna Pawłowska, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Mławie. — Nasi policjanci o tym doskonale wiedzą, dlatego są tam częste kontrole. W niedzielę także około godz. 11.00 udali się na krajową siódemkę i w miejscowości Wiśniewo sprawdzali prędkość, używając urządzenia laserowego. W pewnym momencie zauważyli kierowcę, który jechał 107 km na godzinę. Zatrzymali pojazd. 64-letni kierowca został ukarany mandatem w wysokości 500 złotych, 10 punktami karnymi i zostało mu odebrane prawo jazdy na 3 miesiące.

Kiedy w Polsce traci się prawo jazdy?

Przepisy ruchu drogowego określają sytuacje, w których kierowcom może zostać zabrane lub cofnięte prawo jazdy.

Policjant ma prawo do odebrania prawa jazdy podczas kontroli m.in., gdy nastąpi-



Przewodniczący PO Donald Tusk jechał przez Wiśniewo 107 km na godzinę

ło przekroczenie prędkości w terenie zabudowanym o minimum 51 km/h, lub gdy kierowca spowoduje wypadek drogowy, kolizję lub zagrożenie w ruchu drogowym.

Prawo jazdy może zostać odebrane również, gdy wy-

stępuje uzasadnione podejrzenie, że kierujący pojazdem jest pod wpływem alkoholu lub innych substancji odurzających, prawo jazdy jest zniszczone w stopniu uniemożliwiającym odczytanie, istnieje prawdopodobieństwo



DONALD TUSK:

„JEST PRZEKROCZENIE PRZEPISU DROGOWEGO, JEST KARA ZATRZYMANIA PRAWA JAZDY NA 3 MIESIĄCE PLUS 10 PUNKTÓW I MANDAT. ADEKWATNA. PRZYJĄŁEM JĄ BEZ DYSKUSJI.”

podrobienia lub przerobienia prawa jazdy lub upłynął termin ważności dokumentu.

Poniżej publikujemy kilka komentarzy, które pojawiły się pod naszym postem na Facebooku.

Komentarze naszych Internautów:

- To się policjanci musieli zdziwić
- Teraz miesiąc będą z tego sensacje robić. Nie on pierwszy i nie ostatni. Miał pecha
- Wiśniewo pechowe, najpierw Hołowczyc teraz Tusk. No cóż...
- No i super lepiej jego niż mnie
- Powinni wziąć autograf i życzyć szerokiej drogi!
- I to jest polityk, ojciec narodu i mąż stanu. Nie zastanawiał się o immunitet, ani znajomościach. Przyjął, jak normalny obywatel.
- Tylko On immunitetu w tej chwili nie ma!
- Gdyby nie przegrana w wyborach zapewne leciałby rządowym samolotem.

Więcej komentarzy na FB Nowego Kuriera Mławskiego

WYPADEK NA PODMIEJSKIEJ, RANNY MOTOCYKLISTA

Włączająca się do ruchu 26-letnia mławianka, nie ustąpiła pierwszeństwa przejazdu jadącemu drogą motocykliście. Jednośląd uderzył w bok auta. Kierujący nim, 32-latek trafił do szpitala.



Mławska Policja ustala przebieg i przyczyny wypadku, w którym ranny został 32-letni motocyklista. Kierująca jeepem mławianka, nie ustąpiła motocykliście pierwszeństwa przejazdu. Natomiast kierowca motocykla kierował nieoświetlonym i nie dopuszczonym do ruchu

pojazdem, nie miał też odpowiednich uprawnień.

Do zdarzenia doszło w poprzednią niedzielę, tuż przed godz. 14.00 na ul. Podmiejskiej w Mławie.

— Jak wynika ze wstępnych ustaleń, włączająca się do ruchu 26-letnia mławianka, nie ustąpiła pierwszeństwa przejazdu jadącemu drogą motocykliście.

Jednośląd uderzył w bok auta. Kierujący nim, 32-letni mieszkaniec powiatu mławskiego, zobrażeniami ciała został przewieziony do szpitala w Ciechanowie — poinformowała asp. szt. Anna Pawłowska, rzecznik prasowy Komendy Powiatowej Policji w Mławie.

Motocykl nie miał lusterek wstecznych, świateł ani kierun-

kowskazów, nie był dopuszczony do ruchu, nie miał tablic rejestracyjnych ani ubezpieczenia.

Kierujący motocyklem nie miał uprawnień do kierowania tego rodzaju pojazdami.

Trwają szczegółowe ustalenia przebiegu i przyczyn tego wypadku, postępowanie prowadzi mławska komenda Policji.

Informacja KPP

ZGINĄŁ PRZYSYPANY HAŁDĄ ŻWIRU



TRAGEDIA Mławska Policja, pod nadzorem prokuratury, ustala okoliczności tragicznego wypadku, do którego doszło 16 listopada po południu na terenie wytwórni mas bitumicznych, w pobliżu krajowej siódemki. Zginął 53-letni pracownik, przysypany hałdą żwiru. Ciało mężczyzny, który obsługiwał maszynę do sortowania

kruszywa w wytwórni mas bitumicznych, w pobliżu krajowej siódemki, znaleźli pracownicy firmy i powiadomili służby ratunkowe. 53-letni mieszkaniec Mławy został przysypany żwirem. Zginął na miejscu wypadku. Trwają szczegółowe ustalenia okoliczności i przyczyn tego tragicznego zdarzenia.

Informacja KPP

OSZUSTWA W SIECI SIĘ MNOŻĄ

Mieszkaniec naszego powiatu chciał zainwestować oszczędności na giełdzie. Jego konto zniknęło ze strony, razem z zainwestowanymi oszczędnościami. Właściciel jednej z firm opłacił sfałszowaną fakturę. Oszustwa w sieci się mnożą.

Do mławskiej komendy wpływa zawiadomienia o nieudanych internetowych zakupach, ale także fałszywych firmach brokerskich czy fakturach, wysyłanych przez hakerów. Oto przykłady kilku ostatnich zdarzeń.

47-letni mieszkaniec powiatu mławskiego chciał zainwestować oszczędności na giełdzie. Nie mając doświadczenia, odnalazł stronę internetową, oferującą usługi brokerskie. Skontaktował się z nim mężczyzna, który obiecał pomoc w bezpiecznym zainwestowaniu pieniędzy. 47-latek dał się namówić na założenie konta, oferowanego przez firmę brokerską. Wpłacił na to konto kilka tysięcy złotych. Po pewnym czasie postanowił zlikwidować konto i odebrać zainwestowane środki.

Polecono, przy przesłaniu zezwolenia dowód osobisty, co też uczynił. Jego konto zniknęło ze strony, razem z zainwestowanymi oszczędnościami.

Właściciel jednej z firm, realizując zamówienie, opłacił



Mławscy policjanci z referatu do walki z przestępczością gospodarczą ostrzegają przez internetowymi oszustami

fakturę, którą otrzymał mailem sądząc, że jest oryginalna.

Nie zauważył, że adres i numer konta bankowego na fak-

turze są inne, niż w uprzednio otrzymywanych fakturach z tej samej firmy. Jak się okazało, haker wysłał na jego

skrzynkę mailową fałszywą fakturę. Przedsiębiorca stracił kilka tysięcy euro, wpłacając je na konto oszusta.

Mieszkaniec powiatu mławskiego, na stronie sklepu internetowego odnalazł markową bluzę w dobrej ce-

nie. Złożył zamówienie, nie sprawdzając ocen firmy oraz jej wiarygodności.

Na przesyłkę oczekiwał ponad tydzień, a gdy już dotarła, okazało się, że zamówiona bluza nie ma nic wspólnego z ofertą na stronie sklepu oraz jakąkolwiek marką.

Internet dla oszustów to atrakcyjna przestrzeń do działania, dlatego tak ważne jest zachowanie zasad ostrożności.

Przed wszystkim należy chronić swoje dane osobowe oraz dane kont bankowych i nie korzystać z gotowych linków do wpłat czy pobierania przelewów.

Korzystanie z usług finansowych nieznanymi firmami, odnalezionymi w Internecie – to wielce ryzykowny pomysł, który zakończyć się może utratą pieniędzy.

Korzystając z przelewów elektronicznych należy szczególnie sprawdzać i weryfikować dane, wskazane w fakturach.

Robiąc zakupy w sklepach internetowych, korzystajmy z ofert sprawdzonych, zaufanych i wysoko ocenionych sprzedawców.

Asp.szt. Anna Pawłowska

CORAZ MNIEJ CZASU NA „DOBRY START”

Do końca listopada tego roku można składać wnioski o wypłatę szkolnej wyprawki w ramach programu „Dobry start”. W tym roku wniosek można złożyć tylko drogą elektroniczną.

Od 1 lipca do 30 listopada można składać wnioski o wypłatę szkolną w wysokości 300 zł z programu „Dobry Start”.

W tym roku wniosek o świadczenie można złożyć wyłącznie drogą elektroniczną – za pomocą portalu Platformy Usług Elektronicznych (PUE) ZUS, bankowości elektronicz-

nej lub portalu Emp@tia.

Według najnowszych danych ZUS wypłacił już blisko 1,3 mld zł na 4,3 mln dzieci w ramach programu „Dobry Start”.

- ZUS od samego początku bardzo sprawnie obsługuje to nowe zadanie. Zainteresowanie programem „Dobry start+” jest bardzo duże. Przyjmowanie i obsługa wniosków



działa bez zakłóceń – mówi profesor Gertruda Uścińska, prezes ZUS.

- Zdecydowana większość wniosków została obsłużonych przez automat. Pozwoliło to na odciążenie pracowników. Większość osób złożyła już wniosek – dodaje prezes ZUS.

Świadczenie z programu Dobry Start przysługuje raz w roku na dziecko uczące się w szkole, aż do ukończenia przez nie 20. roku życia lub

24 lat w przypadku dzieci z niepełnosprawnościami.

Każda osoba, która złoży wniosek o świadczenie z programu „Dobry Start” (także przez bankowość elektroniczną lub portal Emp@tia), znajdzie wszystkie informacje na temat tego wniosku i jego obsługi na portalu PUE ZUS (status obsługi wniosku, szczegółowe informacje o świadczeniu).

Na portalu PUE ZUS znajdzie się też cała korespondencja z ZUS w sprawie wniosku o świadczenie (wezwanie do uzupełnienia wniosku lub załączników, informacja o przyznaniu świadczenia, decyzja odmawiająca przyznania świadczenia).

Świadczenie z programu „Dobry Start” jest wypłacane wyłącznie na rachunek bankowy.

Informacja ZUS

W DĄBKU SPŁONĘŁA STODOŁA



POŻAR Mławska Policja prowadzi czynności w sprawie pożaru w Dąbku, do którego doszło 18 listopada. Spłonęła stodoła oraz znajdujące się w niej sprzęty i narzędzia. Pożar wybuchł po godzinie 22.00. Nikt nie został ranny. Mławska Policja ustala wszelkie szczegóły i okoliczności tego pożaru. — Jak wynika ze wstępnych ustaleń, pożar wybuchł

wewnątrz stodoły, w której składowane było siano i słoma — relacjonuje asp.szt. Anna Pawłowska, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Mławie. — Pożar gasiło sześć zastępów Straży Pożarnej. W wyniku pożaru nikt nie został ranny. Spłonęła stodoła oraz znajdujące się w niej m.in. sprzęty i narzędzia. Postępowanie prowadzi mławska komenda Policji.

REKLAMA

GARAŻE BLASZANE, DREWNOPODOBNE, HALE, MAGAZYNY, KOJCE DLA PSÓW

KRÓTKIE TERMINY

MOCNA KONSTRUKCJA – OCYNKI!

TYLKO U NAS WZMOCNIONY TRAPEZ BLACHY!

TRANSPORT, MONTAŻ GRATIS

509-038-426 / 696-753-588 / 23 680 32 01

13921otm1-a-M

RUSZA POWIATOWE CENTRUM OPIEKUŃCZO-MIESZKALNE W MŁAWIE

Od 1 stycznia 2022 roku rozpocznie działalność Powiatowe Centrum Opiekuńczo-Mieszkalne w Mławie przy ul. Słowackiego 16. Centrum przeznaczone jest dla 20 osób niepełnosprawnych na pobyt dzienny oraz 2 na pobyt całodobowy.

Jak czytamy na stronie internetowej starostwa powiatowego celem powstania Centrum jest wspieranie, opieka i rehabilitacja dorosłych osób niepełnosprawnych w stopniu umiarkowanym i znacznym.

Korzystając z usług Centrum osoba niepełnosprawna ma zapewniony posiłek, dowóz do i z Centrum, opiekę pielęgniarstwa, rehabilitację, pomoc opiekunów, organizację czasu wolnego.



Centrum ruszy od nowego roku

KTO MOŻE SKORZYSTAĆ Z USŁUG PCOM W MŁAWIE?

Z usług Powiatowego Centrum Opiekuńczo-Mieszkalnego w Mławie mogą skorzystać dorośli osoby niepełnosprawne legitymujące się orzeczeniem o umiarkowanym lub znacznym stopniu niepełnosprawności i niekorzystające z form wsparcia winnych ośrodkach.

JAK ZAŁATWIĆ FORMALNOŚCI?

Osoby zainteresowane skorzystaniem z usług Powiatowego



POBYT W POWIATOWYM CENTRUM OPIEKUŃCZO-MIESZKALNE W MŁAWIE BĘDZIE BEZPŁATNY.

Centrum Opiekuńczo-Mieszkalnego w Mławie, ich pełnomocnicy, opiekunowie prawni powinni złożyć w Powiatowym Centrum Pomocy w Rodzinie w Mławie, ul. Reymonta 4 wniosek wraz z orzeczeniem potwierdzającym posiadany stopień niepełnosprawności.

Wszelkie informacje można uzyskać pod nr telefonu-23/654-43-56

Pobyt w Centrum jest całkowicie bezpłatny. Wniosek do COM można poprać na stronie www.starostwa.powiatowego.pl.

URZĄDZIŁ SOBIE NOCNY DRIFT W MŁAWIE

W niedzielę 14 listopada o godzinie drugiej w nocy, na parkingu przy Al. Świętego Wojciecha w Mławie, urządził sobie nocny drift. Trafił na komendę policji.

Mławski patrol prewencji zatrzymał nietrzeźwego kierującego volkswagenem, który o godz. 2 w nocy, na parkingu przy Al. Świętego Wojciecha w Mławie, wprowadzał samochód w poślizg. Nocny drift zakończył w policyjnym radiowozie.

W niedzielę 14 listopada, o godz. 2 w nocy, patrol prewencji zauważył kierującego volkswagenem, który jadąc



Fot. KPP Mława



20-LATEK Z POWIATU MŁAWSKIEGO MIAŁ PONAD 2 PROMILE ALKOHOLU.

od ul. Kościuszki, skręcił na parking przy centrum handlowym.

Policjanci obserwowali zachowanie kierowcy, który nie widząc patrolu zaczął wprowadzać w poślizg swój pojazd. Został natychmiast zatrzymany do kontroli.

Za kierownicą auta siedział 20-letni mieszkaniec powiatu mławskiego. W organizmie miał ponad 2 promile alko-

holu. Przewoził pasażera. Nie chciał opuścić pojazdu.

Został obezwładniony i przewieziony do mławskiej komendy Policji.

Za przestępstwo kierowania pojazdem w stanie nietrzeźwości młodemu kierowcy grozi wysoka grzywna oraz kara do 2 lat pozbawienia wolności.

Postępowanie prowadzi KPP w Mławie. Informacja KPP

PIJANY KIEROWCA PRÓBOWAŁ PRZEKUPIĆ POLICJANTÓW

Policjanci ruchu drogowego mławskiej komendy Policji zatrzymali do kontroli nietrzeźwego obywatela Ukrainy, który dzień wcześniej przekroczył granicę Polski. Mężczyzna powinien przebywać na kwarantannie.

Do zdarzenia doszło w niedzielę 21 listopada rano w Mławie.

Patrol ruchu drogowego zauważył podejrzanie zachowującego się kierowcę volkswagena i natychmiast zatrzymał go do kontroli.

Jak się okazało, że kierowcą auta siedział 25-letni obywatel Ukrainy. W organizmie miał ponad 1,3 promila alkoholu.

Jak oświadczył interweniującym policjantom, zanim wsiadł za kierownicę, pił piwo i wódkę.



Zatrzymany mężczyzna dzień wcześniej przekroczył granicę Polski, powinien przebywać na kwarantannie.

W trakcie interwencji proponował policjantom pienią-



ZAMIAST BYĆ NA KWARANTANNIE, JEŹDZIŁ ULICAMI MŁAWY MAJĄC PONAD 1,3 PROMILA ALKOHOLU.

dze w zamian za odstąpienie od czynności.

Był zaskoczony, gdy dowiedział się, że zostaje zatrzymany za przestępstwo kierowania w stanie nietrzeźwości oraz próbę wręczenia policjantom korzyści majątkowej.

Mężczyzna trafił do policyjnego aresztu. Grozi mu kara do 8 lat pozbawienia wolności.

Ponadto odpowie przed sądem za niestosowanie się do nakazu odbycia kwarantanny. Postępowanie prowadzi mławska komenda Policji.

Informacja KPP

ZGINĄŁ 57-LETNI KIEROWCA

ŚMIERĆ NA DRODZE Do tragicznego wypadku doszło w poprzednią sobotę wieczorem na drodze relacji Zawady – Grądek, gm. Szreńsk. Kierowca volkswagena wypadł z drogi i uderzył w drzewo. Zginął na miejscu.

— Służby ratunkowe powiadomiły przypadkowi świadkowie — relacjonuje asp.szt. Anna Pawłowska, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Mławie. — Jak wynika ze wstępnych ustaleń policjantów, pracujących na miejscu wypadku, kierowca volkswagena, jadąc drogą relacji Zawady – Grądek, na łuku drogi stracił panowanie nad pojazdem i uderzył w przydrożne drzewo.



57-letni mieszkaniec powiatu mławskiego zginął na miejscu wypadku. Jechał sam. Trwają szczegółowe ustalenia przyczyn wypadku.

Fot. KPP Mława

HISTORIA MŁAWSKIEJ SIATKÓWKI (cz. 2)

Dzisiaj druga część tekstu autorstwa Janusza Grochowskiego, skarbnika Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Mławskiej, przybliżającego nam mławską siatkówkę.

W roku 1980 „Tygodnik Ciechanowski” przy prezentacji mławskiego klubu o sekcji piłki siatkowej napisał: „W ubiegłym roku drużyna siatkówki powstała z fuzji zespołu TKKF i klubowego, wywalczyła awans do ligi międzywojewódzkiej. W II rundzie rozgrywek zajęła 5 miejsce w tabeli (na 10 drużyn) i wszystko wskazuje na to, że mniej więcej taką samą pozycję wywalczy w tym roku. Najlepszymi zawodnikami sekcji, w której trenuje 40 zawodników, są: Jan Świderski – kapitan pierwszej drużyny i dobry wychowawca młodzieży oraz Wojciech Sztando – wychowanek klubu. Trenerem

drużyny jest Bolesław Skolimowski – nauczyciel wf z Liceum Ogólnokształcącego w Mławie. Szkoła ta jest tradycyjnym zapleczem jeśli chodzi o nabór młodzieży i użycza sali gimnastycznej na treningi i mecze drużyny. Największe zainteresowanie budzą zawsze derby województwa – mecze ze „Zrywem Pułtusk”.

W debiucie na parkietach III ligi barw „Mławianki” bronili: Jan Świderski, Tadeusz Dobrowolski, Andrzej Musiał, Leszek Kuligowski, Włodzimierz Samulski, Wojciech Sztando, Wiesław Szulc, Wisław Wawrzyniak, Waldemar Więcek, Piotr Łazowy, Krzysztof Dymkowski, w pojedynczych meczach juniorzy: Marek Zieliński



Zespół Lumbago - 1976 rok

i Jacek Pala. Od jesieni 1981 roku drużynę zasilili: Andrzej Zejer, Marek Mikieliewicz, Cezary Wtulich, Marek Kwilman.

Zespół prowadzony przez Zdzisława Reksa w dwóch kolejnych sezonach plasował się na pozycji wicelidera, co promowało go do walk barażowych o II ligę.

W roku 1982 mławski team pojechał na zawody do Kielc. W bezpośredniej konfrontacji zespoły „Orla” Łódź, AZS Biała Podlaska i AZS Kielce okazały się lepsze od „Mławianki”.

Po zakończeniu następnego sezonu droga do wyższej klasy rozgrywkowej rozpoczynała się w Kętrzynie. W gronie sześciu drużyn „Mławianka” uplasowała się na trzeciej pozycji. Podczas tego turnieju mławska drużyna pokonała 3:0 AZS Białystok i „Wigry” Suwałki, po 0:3 przegrała z „Maratonem” Warszawa i „Granica – Farel” Kętrzyn oraz 2:3 z „Mirkowem” Warszawa.

Jednak ta porażka nie mogła przesłonić podstawowego faktu, że był to najlepszy występ „Mławianki” w do-

tychczasowej historii startów w walce o mistrzowskie punkty. W tym czasie o sportowym poziomie mławskich siatkarzy decydowali: Wojciech Sztando, Andrzej Zejer, Marek Mikieliewicz, Marek Kwilman, Cezary Wtulich, Tomasz Ko-

walczuk, Krzysztof Dymkowski, Andrzej Więckowski, Mirosław Wódkiewicz, Andrzej Kask i Wojciech Kask. We wrześniu 1983 roku mławską drużynę zasilili: Krzysztof Trzaska i Andrzej Mickiewicz, do tego momentu reprezentujący „Gwardię”

Szczytno.

Analizując wydarzenia, jakie towarzyszyły występom mławskich siatkarzy, należy zauważyć, że były takie mecze, które w sposób szczególnie mobilizowały zawodników i wyzwały dodatkowe emocje wśród kibiców.



Siatkarze Mławianki – III liga 1983 rok

OGŁOSZENIE

Zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. z 2021 r. poz. 1899 z późn. zm.)

Burmistrz Miasta Mława

informuje, że w dniach od 23.11.2021 r. do 22.12.2021 r. na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Mława, ul. Stary Rynek 19 oraz w Biuletynie Informacji Publicznej www.mlawa.pl umieszczono wykaz nieruchomości przeznaczonych do sprzedaży. Wykaz obejmuje nieruchomość nr 2794/32 o powierzchni 0,00295 ha, położoną w Mławie, przy ul. Władysława Broniewskiego.

15621otm1-a-m

OGŁOSZENIE

Zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. z 2021 r. poz. 1899)

Burmistrz Miasta Mława

informuje, że w dniach od 2.11.2021 r. do 1.12.2021 r. na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Mława, ul. Stary Rynek 19, oraz w Biuletynie Informacji Publicznej, na stronie internetowej www.mlawa.pl umieszczono wykaz nieruchomości przeznaczonych do wydzierżawienia.

Wykaz zawiera nieruchomość oznaczoną jako działka nr 4207/14 (część), 10-2578/61 (część).

14521otm1-a-m

Jak wcześniej podkreślał dziennikarz „Tygodnika Ciechanowskiego” bardzo emocjonujący przebieg miały spotkania z zespołem z Pułtusza, o czym donosiła prasa m.in. w grudniu 1983 roku, pisząc: „W Pułtusku w drugiej kolejce rundy rewanżowej rozgrywek o mistrzostwo III ligi doszło do spotkania dwóch naszych reprezentantów: Nadnarwianki i Mławianki. Derby województwa były niezwykle zacięte i dostarczyły kibicom, szczególnie wypełniającym salę gimnastyczną, wielkich emocji. W sobotę siatkarski maraton trwał aż 2 godziny i 10 minut. Ozależności i wyrównanej walce świadczą wyniki uzyskane w poszczególnych setach: 15:12 i 16:14 dla gospodarzy. Następne dwa wygrała Mławianka do 10 i 11. W rozstrzygającym 5 secie skuteczniejsza jest Nadnarwianka i pięcioletnie swoje pierwsze zwycięstwo nad Mławianką wygraną seta 15:11. Emocje i nerwy udzielały się także zawodnikom. Za komentowanie decyzji sędziego Mławianka została upomniana 2 żółtymi kartkami. Mecz rewanżowy był niemniej wyrównany. Trudy sobotniego pojedynku lepiej znieśli siatkarze z Mławy. Oni też objęli prowadzenie 2:0, wygrywając obydwa sety do 7. W trzecim lepsza jest Nadnarwianka – 15:9. W czwartym kilkakrotnie obejmuje prowadzenie. W końcówce lepsi byli jednak Mławianie i zwyciężają 15:13. W drużynie Mławianki trener Nadnarwianki – Józef Gryc wyróżnił Wojciecha Sztando i Krzysztofa Trzaskę. W swoim zespole najwyższe ocenił grę Dariusza Ebla”.

Wiele emocji, tak u zawodników, jak i kibiców, wywołały mecze z „Granicą” Kętrzyn, która w większości zwycięsko kończyła spotkania z „Mławianką”. Mimo to każda kolejna odsłona miała swoją dramaturgię, a jedno ze spotkań rewanżowych sezonu 1983/1984 przyniosło sukces miejscowym. Po tym pojedynku „Tygodnik Ciechanowski” napisał: „Wiele emocji i radości dostarczyli swoim kibicom siatkarze „Mławianki” w sobotni wieczór. Po bardzo dobrej grze, nie oddając rywalom nawet jednego seta, zwyciężyli swoich tradycyjnych rywali Granicę Kętrzyn 3:0. Podstawą sukcesu z bardzo groźnym rywalem był przede wszystkim bardzo szczelny blok. Siatkarze z Kętrzyna nie mogli znaleźć żadnego lekarstwa i zeszli z parkietu

pokonani w poszczególnych setach 15:7, 15:12 i 15:13. Na szczególne wyróżnienie w drużynie „Mławianki” zasłużyli: Andrzej Mickiewicz, Wojciech Sztando i Krzysztof Trzaska”.

Czwarta pozycja na zakończenie rozgrywek była jednak daleka od oczekiwań, znacznie odbiegała od osiągnięcia naznaczonego celu, jakim miał być awans do wyższej klasy rozgrywkowej.

W kolejnych dwóch sezonach było znacznie gorzej, zarówno sportowo jak i organizacyjnie. Z niejasnych przyczyn do rozgrywek w sezonie 1986/1987 zespół seniorów nie został zgłoszony.

Przez szereg kolejnych lat dobre tradycje podtrzymywała drużyna TKKF „Relaks”, walcząc z powodzeniem na wielu imprezach w wymagającej obsadzie. W roku 1987 podczas turnieju o Puchar Prezydenta Ciechanowa zajęli drugie miejsce, ustępując tylko zespołowi TKKF „Petrochemia” Płock. Na tym samym turnieju w roku 1991 rywalizację przegrali tylko z siatkarzami TKKF „Jaryty” Olsztyn.

W kwietniu 1993 roku sekcja piłki siatkowej kolejny raz zagościła w „Mławiance”, dzięki czemu już na parkiecie sali Szkoły Podstawowej nr 7, drużyna mogła zaprezentować kibicom swoją sportową wartość.

Po latach przerwy w klubowym teamie ponownie wystąpili: Wojciech Sztando, Cezary Wtulich, Krzysztof Dymkowski, Tomasz Kowalczyk, Marek Zieliński, Wojciech Kask, Andrzej Kask, Mirosław Wódkiewicz, a także Jarosław Ptaszek, Andrzej Łazowy, Marek Sokołowski, Józef Iwańczyk, Wiktor Danelczyk. Pojedyncze występy w meczach zespołu seniorów stały się udziałem talentowanych juniorów: Andrzeja Gosika i Jacka Barańskiego. W sezonie 1994/1995 oraz 1995/1996, zespół grający już w znacznie zmienionym składzie, plasował się na drugim miejscu w tabeli i uczestniczył w barażach dających możliwość gry w II lidze.

Po zakończeniu rywalizacji w sezonie 1994/1995, gdzie ze względu na małą ilość zgłoszonych drużyn, grano systemem turniejowym, baraż w dniach 10 – 12 marca 1995 roku rozgrywano w Mławie. Przyniosły one zwycięstwo siatkarzom WKS „Huragan” Wołomin, którzy wyprzedzili MKS MDK Warszawa, MKS „Mławian-

kę”, MZKS „Tur” Turów oraz UKS „Zryw” Ilawa.

Bardziej interesujący był następny sezon, podczas którego wiele emocji miejscowym kibicom dostarczyły mecze z „Centbetem” Olsztyn. Jedno z tych spotkań mławscy siatkarze kończyli zwycięsko, dostarczając dużo wrażeń i zadowolenia swoim sympatykom. Autorami tego sukcesu byli: Jacek Kuciński, Cezary Wtulich, Grzegorz Kuciński, Robert Obrębski, Michał Żuchowski, Dariusz Czaplejewski, Wojciech Polejko, Krzysztof Dymkowski. W turnieju barażowym, który był rozgrywany w Bielsku Podlaskim, pokonali 3:0 MOSiR Elk, 3:1 „Maraton” Warszawa, 3:1 „Tur” Bielsk Podlaski, przegrali 0:3 z „Centbetem” Olsztyn oraz 2:3 ze „Zwarem” Warszawa. Wprawdzie trzecie miejsce w końcowej tabeli oznaczało, że kolejny już raz tak niewiele brakowało, aby świętować sukces. Jednak brak odpowiedniego zaplecza, a w szczególności pięttrzące się problemy finansowe w klubie, doprowadziły do tego, że był to ostatni w dotychczasowej historii „Mławianki” występ w mistrzowskich rozgrywkach. Dla wielu zawodników nie musiało to oznaczać całkowitego rozstania z ulubioną i stanowiącą jedną z życiowych pasji dyscypliną. Grali więc w różnych turniejach organizowanych przez TKKF i inne organizacje.

W roku 2002 z inicjatywy Cezarego Wtulicha i Andrzeja Zejera działalność na rzecz promowania tej dyscypliny rozpoczął Uczniowski Klub Sportowy „Libero”. Zespół seniorów w sezonie 2003/2004 i następnych uczestniczył w rozgrywkach na poziomie III ligi. W zespole grali m. in.: Szymon Zejer, Marcin Jasiński, Michał Świniarski, Cezary Wtulich, Łukasz Mróz, Robert Rybka, Łukasz Borowski, Kamil Nowicki, Tomasz Cudny, Maciej Prusinowski, Konrad Wtulich.

15 marca 2005 roku na bazie klubu „Libero” powołano Klub Sportowy „Zawkrze Mława”, gdzie jedną z trzech sekcji była siatkówka.

Pracami nowej organizacji kierowali: Sławomir Kowalewski – prezes, Cezary Wtulich – wiceprezes, Piotr Jankowski – sekretarz oraz Arkadiusz Dłubisz i Grzegorz Kuciński. c.d.n.

Janusz Grochowski, skarbnik Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Mławskiej.

Zbiory APW O/Mława



Fot. Zbiory prywatne M.Brenskiego

Drużyna „Zawkrze Mława” z pucharem od Burmistrza Miasta za zwycięstwo w rozgrywkach III ligi w sezonie 2010/2011.

REKLAMA

OGŁOSZENIE O PRZYSTĄPIENIU DO SPORZĄDZENIA STUDIUUM UWARUNKOWAŃ I KIERUNKÓW ZAGOSPODAROWANIA PRZESTRZENNEGO GMINY RADZANÓW

Na podstawie art. 11 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (t.j. Dz.U. z 2021 r., poz. 741 z późn. zm.) oraz art. 39 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (t.j. Dz.U. z 2021 r., poz. 247 z późn. zm.) ogłaszam o podjęciu przez Radę Gminy Radzanów uchwały nr XXIII/169/2020 z dnia 22 grudnia 2020 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia Studium Uwarunkowań i Kierunków Zagospodarowania Przestrzennego Gminy Radzanów.

Zainteresowani mogą składać wnioski do opracowywanego projektu studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego oraz prognozy oddziaływania na środowisko do wymienionego studium. Wnioski należy składać w terminie 30 dni od dnia ukazania się niniejszego ogłoszenia. Wniosek powinien zawierać nazwisko i imię, nazwę i adres wnioskodawcy, przedmiot wniosku oraz oznaczenie nieruchomości, której dotyczy.

Wnioski mogą być wnoszone:

- w formie pisemnej na adres Urzędu Gminy w Radzanowie, plac Piłsudskiego 26, 06-540 Radzanów;
- w formie ustnej do protokołu w Urzędzie Gminy w Radzanowie, plac Piłsudskiego 26, 06-540 Radzanów, pokój nr 1;
- za pomocą środków komunikacji elektronicznej, w szczególności poczty elektronicznej, bez konieczności opatrywania ich bezpiecznym podpisem elektronicznym, o którym mowa w ustawie z dnia 18 września 2001 r. o podpisie elektronicznym, na adres e-mail: sekretariat@radzanow.com.

Jako wniesione na piśmie uznaje się również wnioski wniesione za pomocą elektronicznej skrzynki podawczej w rozumieniu przepisów ustawy z dnia 17 lutego 2005 r. o informatyzacji działalności podmiotów realizujących zadania publiczne (t.j. Dz.U. z 2021 r. poz. 670 z późn. zm.):

- opatrzone kwalifikowanym podpisem elektronicznym albo
- opatrzone podpisem potwierdzonym profilem zaufanym ePUAP.

WÓJT GMINY RADZANÓW

Zgodnie z art. 13 rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych „RODO”) informuję, że:

1. administratorem przetwarzanych danych osobowych jest Wójt Gminy Radzanów, ul. Plac Piłsudskiego 26, 06-540 Radzanów;
2. kontakt z inspektorem ochrony danych osobowych – Artur Załęski, e-mail: iob@radzanow.com;
3. dane osobowe przetwarzane będą w celu rozpatrzenia uwagi zgodnie z przepisami ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym;
4. odbiorcami danych osobowych będą wyłącznie podmioty uprawnione do uzyskania danych osobowych na podstawie przepisów prawa;
5. dane osobowe przechowywane będą przez okres wynikający z przepisów prawa dot. archiwizacji;
6. każdy ma prawo do żądania od administratora dostępu do swoich danych osobowych, ich sprostowania lub ograniczenia przetwarzania w przypadku kwestionowania prawidłowości danych osobowych;
7. każdy ma prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego, którym jest Prezes Urzędu Ochrony Danych Osobowych.

Podanie danych osobowych jest obowiązkowe.

GALERIA 13 ZAPRASZA NA WYSTAWĘ

Galeria 13 w Centrum Medycznym w Mławie zaprasza na kolejną wystawę. Tym razem swoje prace prezentują siostry Zuzanna i Gabriela Koźlakiewicz. Wernisaż odbył się 18 listopada. Prace można oglądać do 10 grudnia 2021 r.

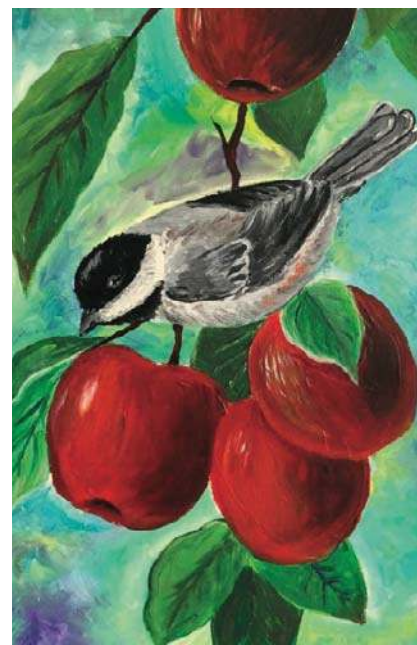
W Galerii 13, mieszczącej się w Centrum Medycznym w Mławie 18 listopada otwarto nową wystawę. Swoje prace prezentują tam siostry Zuzanna i Gabriela Koźlakiewicz, a tematem przewodnim ekspozycji jest pasja w sztuce. Dzieła wykonywane są różnymi technikami i o różnej tematyce – łączy je tytułowa pasja.

Gabriela Koźlakiewicz ma 11 lat, jest uczennicą Społecznej Szkoły Podstawowej „Wyspianum” w Mławie. Swoje hobby rozwija dzięki pani Anny Pietruś Bral.

Gabriela maluje od 5 roku życia. Jej prace zostały niejednokrotnie wyróżnione w konkursach. Między innymi zajęła I miejsce w konkursie „Kardynał Stefan Wyszyński – Wielki Polak” organizowanym przez Parafię Rzymsko – Katolicką w Mławie, II miejsce w konkursie im. Hanny Rudzkiej – Cybisowej oraz III miejsce w Międzynarodowym Konkursie „Polska w kolorze biało-czerwonym – 100-lecie



Fot. Materiały Galerii 13



Prace utalentowanych sióstr

odzyskania niepodległości” pod patronem Wicemarszałka Senatu RP Bogdana Borusewicz.

W wolnym czasie lubi słuchać muzyki pop. Jej ulubionym wokalistą jest Justin Bieber. Uwielbia oglądać horrory i filmy dokumentalne. Ostatnio oglądała film o rodzinie Beksińskiego. Krajobraz cmentarny to jej

zdaniem jeden z lepszych obrazów tego malarza.

Zuzanna Koźlakiewicz ma, lat 12 i jest także uczennicą Społecznej Szkoły Podstawowej „Wyspianum” w Mławie.

Swoją przygodę z malarstwem rozpoczęła mając 6 lat.

Poszukiwała hobby i trafiła na zajęcia dodatkowe pod opieką pani Anny Pietruś Bral. Tam znalazła swój ta-

lent i odkryła swoją pasję do malowania.

Dzięki tym zajęciom poznała wiele technik rysunku, malarstwa i jej prace zostały wielokrotnie wyróżnione w konkursach.

Zdobyła między innymi II miejsce w konkursie „Interpretacji plastycznej wiersza Cypriana Kamila Norwida” organizowanym przez Muzeum Romantyzmu w Opinogórze, w konkursie „Kardynał Stefan Wyszyński – Wielki Polak” organizowanym przez Parafię Rzymsko – Katolicką w Mławie oraz zajęła I miejsce w konkursie „Natura dla wody” organizowanym przez zakład WODKAN w Mławie. Jej praca zdobyła również I miejsce w ogólnopolskim konkursie „Niepodległa, Niepokorna” z okazji 100-lecia odzyskania niepodległości Polski.

W wolnym czasie lubi chodzić na spacer z psem, podziwiając pejzaże, które są dla niej inspiracją. W zaciśzu domowym tworzy grafikę komputerową.

Wystawę będzie można oglądać do 10 grudnia 2021 r.

PASOWANIE NA PRZEDSZKOLAKA W NOSARZEWIE BOROWYM

W piątek 19 listopada 2021r. dzieci z punktu przedszkolnego w Nosarzewie Borowym obchodziły wyjątkowy dzień – „Pasowanie na Przedszkolaka”.



Pasowanie na Przedszkolaka” to bez wątpienia niezapomniana uroczystość w życiu wszystkich maluszków uczęszczających do przedszkola i ich rodziców.

W uroczystości uczestniczyli: Wójt Gminy Szydłowo Grze-

gorz Rochna, ks. proboszcz Cezary Maruszewski, ks. kanonik Andrzej Skorłutowski, dyrektor Szkoły Marzena Kolečka i rodzice przedszkolaków.

Uroczystość rozpoczęła się od części artystycznej. Dzieci zaprezentowały to, czego

nauczyły się w przedszkolu do tej pory, pod kierunkiem Sylwii Śliwińskiej i Sylwii Rzap. Wystąpiły w nowej roli przedszkolaka – aktora, który tańczy, śpiewa i recytuje.

Występ dzieci wzbudził ogromne emocje wśród za-



proszonych gości. Po części artystycznej nastąpił czas na uroczyste naznaczenie dzieci magiczną kredką.

Aktu „Pasowania na Przedszkolaka” dokonała dyrektor Marzena Kolečka. Na pamiątkę tej wyjątkowej chwili przedszkolaki otrzymały pamiątkowe dyplomy oraz upominki od przybyłych gości i rodziców.



Fot. Materiały przedszkola

MUSI POKONAĆ DEMONY PRZESZŁOŚCI

Jej dzieciństwo było koszmarem: matka alkoholiczka, rodziny zastępcze, pogotowie opiekuńcze, próby samobójcze. Dramatów w jej życiu było wiele, jednak na swojej drodze spotkała dobrych ludzi. Julita skończyła studia, pracuje i marzy szczęśliwej rodzinie.

Bycie wychowankiem domu dziecka nie jest łatwe... Nawet gdy już się jest dorosłym i ma się własne mieszkanie, narzeczonego, paczkę przyjaciół i plany na przyszłość. Bo przeszłość jest ciągle w niej. Bywa, że budzi się w nocy z krzykiem. Nie da się wymazać z pamięci lat, w których Julita musiała znosić upokorzenia, głód, wciąż nowe rodziny zastępcze i samotność.

— Nie jest łatwo zapomnieć o przeszłości — mówi. — Staram się żyć jak moi rówieśnicy, jednak bywają dni, że koszmary z dzieciństwa wracają i burzą mój normalny świat. Wciąż we mnie tkwi samotna, mała dziewczynka, która chowa się do szafy i boi się nawet zapłakać. Marzę, że kiedyś będę miała swoją rodzinę: męża, dzieci. Pragnę stworzyć im cudowny dom, dać miłość, której ja nie zaznałam. Trudno jest dziecku z biduła budować życie i marzyć.

NIE ZNAŁA OJCA

Julita miała mamę, której ciągle brakowało czasu. Wychowywała ją samotnie, dziewczyna nigdy nie poznała swojego ojca. Podejrzewa, że matka nie wiedziała nawet, kto nim był. W domu panował zawsze bałagan, ale matka się nie przejmowała, bo ważniejszy był alkohol i wciąż nowi mężczyźni. Julita nigdy nie miała prawdziwej rodziny, nie miała wzorców i bardzo brakowało rodzicielskiej miłości. Jej dzieciństwo to placówki opiekuńcze i rodziny zastępcze. I samotność. Rozmowa o przeszłości jest dla niej bardzo trudna. Przeżyła tyle, że niejedna osoba nie potrafiłaby sobie poradzić z takim losem. Ona przezwyciężyła trudności, choć często trauma z dzieciństwa wraca.

Od urodzenia nie była kochana i wyczekiwana.

Matka nazywała ją „wpadką”. Od dziewiątego roku życia była w rodzinie zastępczej. Najpierw u babci, a po jej śmierci u ciotki.

Niestety wujek pił i wszczynął ciągle awantury. Niby przyjeźli dziewczynę, ale traktowali ją jak intruza. Julita przeżyła kolejne piekło.



Nie chce ujawniać wszystkich swoich traum z dzieciństwa. A było ich mnóstwo

Ciągle popychana, wyśmiewana, traktowana jak służąca. Awantury i alkohol to był chleb powszedni tej rodziny. Dziewczyna nie wiedziała, co ma zrobić. Całe dnie chowała się u koleżanek. Marzyła wtedy o domu dziecka. Pragnęła z całych sił, żeby ktoś ją adoptował i kochał. Tak jak w prawdziwej rodzinie.

— Traktowali mnie strasznie. To był najgorszy okres mojego życia. Było gorzej niż u... matki — opowiada. — Ciągle o wszystko mnie obwiniali, wyzywali, że dają jeść, a ja taka jestem niewdzięczna... Robiłam wszystko co kazali, jednak zawsze było coś nie tak. Nie pozwalali wychodzić z domu, korzystać z telefonu, nie miałam nic. Ciotka dawała mi jakieś stare ciuchy, nie kupiła mi nic nowego. Przeżyłam tam prawdziwe piekło. Wujek kilka razy mnie dotykał po rosnących piersiach, ścisnął, płakałam, że boli, ale jego to nie obchodziło. To boli do dziś nie chcę więcej o tym mówić.

Julia ukrywała swoją sytuację przed wszystkimi. Była smutna, apatyczna, z nikim nie nawiązywała kontaktu w szkole ani w miejscowości, w której przyszło jej miesz-

kać. Nauczyciele jednak uważali, że coś jest nie tak. W końcu Julia nie wytrzymała. Opowiedziała o wszystkim wychowawczyni. Kolejne wydarzenia potoczyły się szybko. Policja i... pogotowie opiekuńcze. 16-latką nie widziała wyjścia. Była zagubiona. W pogotowiu poznała różne dzieci i różne histo-

rie. Tu znalazła nieciekawe wzorce. Zaczęła wagarować, miała złe stopnie, coraz częściej zdarzały jej się ucieczki z pogotowia opiekuńczego.

— Byłam okropna. Awanturowałam się z wychowawcami, jak coś nie było po mojej myśli, to uciekałam albo cięłam się żyletką... — wspomina.

— Dziś wiem, że ci ludzie robili wszystko dla mojego dobra. Zrozumiałam to po latach. Po jednej z prób samobójczych wyładowałam w szpitalu. Po rozmowach z lekarzami i wychowawcami skończyły się wagary i ucieczki, szybko poprawiłam oceny w szkole.

Julita nie chce ujawniać wszystkich swoich traum z dzieciństwa. A było ich mnóstwo. Ona wytrzymała, jednak wciąż jest jej bardzo trudno o tym mówić. Skończyła studia, zaczęła pracować. TBS przyznał jej mieszkanie, o którym marzyła.

— Swoje własne cztery kąty. Kiedy po raz pierwszy weszłam do mojej kawalerki, rozplakałam się. Nie wierzyłam w swoje szczęście — mówi. — To, że mam miejsce, w którym mogę mieć swoje rzeczy, umeblować je tak jak chcę, to było dla mnie coś nieprawdopodobnego! Po raz pierwszy miałam swój pokój, miejsce, w którym mogłam robić co chcę, bez obawy, że za chwilę ktoś mnie wygoni lub każe mi coś robić. Zasypiałam po raz pierwszy spokojnie i z wiarą, że w moim życiu będzie jeszcze dobrze.

Julita stara się patrzeć w przyszłość z optymizmem. Ma narzeczonego, paczkę przyjaciół i marzenia. Chciałaby pomagać innym, zagubionym, bo ona rozumie ich jak nikt inny.



MATKA NAZYWAŁA JĄ „WPADKĄ”. OD DZIEWIĄTEGO ROKU ŻYCIA BYŁA W RODZINIE ZASTĘPCZEJ.

— Boję się zaufać i założyć rodzinę. Jestem z Piotrem, to wspaniały dobry człowiek, jednak gdzieś we mnie jest lęk, że może nam nie wyjść. — tłumaczy. — Nie chcę, by moje dziecko przeżywało to, co ja. Nie wiem, czy jestem w stanie przezwyciężyć swój lęk.

Bardzo dużo czasu potrzebowałam, by zaufać narzeczonemu. Początkowo myślałam, że powinnam być sama, bo nie nadaje się do życia w rodzinie, bo jestem przecież inna, gorsza. Jednak teraz z zazdrością patrzę na koleżanki, które mają dzieci. Też pragnę być mamą, dać swojemu dziecku tyle miłości, ile tylko mam. Ja nigdy nie zaznałam matczynego przytulenia, ciepła serca, miłości. Chodzę na terapię i mam nadzieję, że będę w stanie przezwyciężyć swoje lęki. Spotykam teraz na swojej drodze tylko dobrych ludzi. Dzięki nim uśmiecham się, jestem bardzo ufną. Ma nadzieję, że uda mi się pokonać demony przeszłości, żeby móc budować normalną przyszłość. Chcę teraz innym oddać tę dobroć, którą dostałam. Chcę podziękować moim wychowawcom, przyjacielom i Piotrowi, że pokazali mi, jak pięknie można żyć.

Joanna Karzyńska



CO TO JEST BISFENOL?

... I jak go unikać — chciałoby się natychmiast dodać. Bisfenol A to w skrócie związek wykorzystywany w produkcji tworzyw sztucznych. I już wiemy, że niekorzystnie wpływa na nasze zdrowie.

Bisfenol A (BPA) to związek chemiczny z grupy fenoli, wykorzystywany do produkcji tworzyw sztucznych. Pierwszy raz wytworzył go w 1891 r. rosyjski chemik Aleksander Dianin. Produkcja BPA, który jest składnikiem głównie poliwęglanów i żywicy epoksydowych, rosła stopniowo wraz z coraz powszechniejszym wypieraniem opakowań ze szkła, ceramiki czy drewna przez opakowania z materiałów syntetycznych.

Najpowszechniej BPA występuje w papierze termicznym do drukarek fiskalnych, jako powłoka wnętrza puszek, a przede wszystkim w produktach z plastiku, który powstał z poliwęglanów. Ponieważ temu związkowi budową bardzo blisko do estrogenu — żeńskiego hormonu płciowego — może oddziaływać na funkcjonowanie układu hormonalnego. Ale jak odkryli naukowcy — to nie jedyny układ, który BPA zaburza.

NAWET W SZCZOTECZKACH DO ZĘBÓW

O ile w 1970 r. na świecie wyprodukowano 45 milionów kg BPA — to jego produkcja w 2004 r. osiągnęła poziom już 3 miliardów kg. BPA jest w butelkach i innych plastikowych opakowaniach do żywności, a także w różnych plastikowych produktach: zabawkach, szczoteczkach do zębów, woreczkach na ryż czy kaszę. Sporo tego. Dodatkowo stosuje się go także jako przeciwutleniacz w produktach spożywczych, w tańszych kosmetykach oraz do produkcji płyt CD, monitorów komputerowych, reflektorów samochodowych i wielu produktów codziennego użytku.

Być może z powodu tej wszechobecności BPA i łatwego przenikania do organizmu z różnych źródeł — jego stężenie w moczu osób badanych w dużym badaniu przekrojowym w ciągu ostatnich 15 lat zwiększyło się trzykrotnie.

Choć w wodzie BPA rozpuszcza się słabo — świetnie robi to w produktach żywnościowych zawierających tłuszcz i cukier. Jak wspomniałam, budową przypomina żeński hormon płciowy i dlatego łatwo może łączyć się z receptorami estrogenu w organizmie, przez co wpływa na funkcjonowanie gospodarki hormonalnej kobiet. Na jego toksyczne działanie narażone są także niemowlęta i małe dzieci: obecny jest wszak w zabawkach, a ich organizmy nie potrafią jeszcze skutecznie unieczynniać i wydalać toksyn.

Wprawdzie jednoznaczne stanowiska naukowego dotyczącego toksyczności związku nadal brak, badania zwierząt i ludzi już dziś powodują, że



Fot. pixabay

BPA można podejrzewać o zwiększanie ryzyka otyłości, chorób serca, cukrzycy typu 2, zaburzeń w pracy tarczycy i układu nerwowego oraz problemów z płodnością u mężczyzn. W badaniach laboratoryjnych wyszło także, że BPA oddziałuje na choroby metaboliczne i zaburza prawidłowy rozwój w wieku dziecięcym.

JAKO BPA DOSTAJE SIĘ DO ORGANIZMU?

Bardzo łatwo: układem pokarmowym, wprost z żywności, która opakowana była wcześniej w plastikowy pojemnik lub puszkę. Jeszcze bardziej BPA przenika, gdy opakowanie jest porysowane, uszkodzone lub poddajemy je wysokiej temperaturze, choćby podgrzewając danie w plastikowym opakowaniu w mikrofalówce lub gotując ryż w woreczku.

BPA wchodzi też w nasz układ oddechowy — tu najbardziej narażeni są pracownicy fabryk produkujących plastik, farby, lakiery,

kleje czy papier do kas fiskalnych. Jakby tego było mało, BPA znajduje się też w dymie papierosowym!

BPA może przedostać się także skórą, kiedy dziecko wkłada do ust plastikową zabawkę lub gdy do rąk bierzemy paragon fiskalny. Stąd na kontakt z BPA przez skórę najbardziej narażone są kasjerki. Badania wykazały, że stężenie BPA w paragonach jest nawet 250-1000 razy większe niż w żywności, a jego przenikalność przez skórę wynosi aż 46 proc.

Podsumowując — główne źródła, z których bisfenol A przenika do organizmu człowieka to konserwy i napoje w puszkach, butelki wykonane z plastiku lub innych opakowań z poliwęglanów, papier termiczny, a nawet materiały dentystyczne.

JAK GO UNIKAĆ?

Sprawa nie jest łatwa i doświadczenie przeprowadzone na Uniwersytecie Illinois w Chicago tylko dobitnie potwierdziło tę smutną praw-

dę. Mianowicie badane osoby przez miesiąc starały się unikać przedmiotów zawierających BPA, a po miesiącu w moczu każdego z uczestników i tak związek wykryto, co oznacza, że miały z nim styczność w ciągu ostatnich 48 godzin!

Jak zatem widać, materiały syntetyczne z BPA są tak powszechne, że nawet nie ma o czym marzyć, by całkowicie wyeliminować go z organizmu, ale kontakt z nim wszystko można jednak zminimalizować.

Przed wszystkim unikajmy żywności i napojów w puszkach — zawsze zamiast konserw lepiej postawić na świeże mięso i wędliny oraz także warzywa. Jeśli warzywa i owoce przetworzone, to tylko te ze słoiczków, a gdy już sałatka warzywna skazuje nas na groszek lub kukurydzę z puszki — po otwarciu szybko ją przekładamy do ceramicznej miseczki. I generalnie wybieramy żywność świeżą, do kupienia luzem, bez opakowania, szczególnie plastikowego. W domu przechowujemy ją w pojemnikach ze szkła lub stali nierdzewnej, a jeśli już wybieramy plastik, to tylko taki bez zawartości BPA.

Co do butelek — również wybieramy te wyprodukowane z tworzyw bez BPA. Coraz częściej na wielu opakowaniach plastikowych producenci umieszczają symbol trójkąta, który tworzą trzy strzałki, a w środku znajduje się cyfra. To ona informuje, z jakiego materiału opakowanie zostało wytworzone. My powinniśmy unikać trójkątów z trójką — to znak, że butelkę wykonano z PVC lub V, czyli polichlorku winylu, i tych z siódmką — do ich produk-

cji na mur-beton użyto BPA. Szukajmy więc opakowań oznaczonych napisem „BPA free” — wolne od BPA. Jeszcze do 2011 r. oznakowywano tak butelki dla niemowląt i dzieci, ale od tego czasu wszystkie takie butelki są od bisfenolu A wolne. Ogólnie zwracajmy uwagę na wszelkie materiały i sprzęty wykonane z plastiku i tych oznakowanych literami PC unikamy.

Plastikowych opakowań nie podgrzewamy: wysoka temperatura wzmacnia przenikanie BPA do żywności. I nie używamy opakowań uszkodzonych lub zarysowanych — w nich też BPA łatwiej przenika do żywności. Po kontakcie z papierem termicznym dokładnie myjmy ręce — i choć wiem, że to trudne, ale szczególnie paniom kasierkom mycie rąk polecam naprawdę przy każdej możliwej sposobności.

Magdalena Maria Bukowiecka

Obecnie zakaz używania bisfenolu A obowiązuje w Korei, Japonii, Kanadzie i niektórych stanach USA. Zainteresowanie BPA i nacisk na uznanie tego związku za substancję toksyczną wzrosły w 2010 r., kiedy opublikowano wyniki 4-letniego badania, wykazującego, iż 91 proc. populacji Kanady ma w organizmie BPA. Całkowicie stosowania tego związku w produkcji tworzyw sztucznych jednak nie zakazano. Nie zmniejszono też wartości bezpiecznej dziennej dawki BPA, która wynosi obecnie 0,05 mg/kg masy ciała. Poszczególne kraje Unii Europejskiej wprowadzają ograniczenia w używaniu bisfenolu A. Należą do nich Francja i Szwecja. W Polsce dotychczas obostrzeń prawnych dotyczących BPA nie wprowadzono.



DUCH, KTÓRY WIEJE W MARZENIACH

Marzę o Kościele, w którym kobiety współdecydują o kierunkach jego rozwoju, gdzie księża interesują się świeckimi i troszczą się o nich, a świeccy potrafią rozmawiać z duchownymi — o polskim kościele z perspektywy Watykanu mówi teolog Alicja Kostka.

— Kilka tygodni temu rozpoczął się w Kościele synod. Miała pani okazję być w tym czasie w Watykanie. Papież zachęcił do tego, aby wstuchiwać się w pytania, niepokoje i nadzieje każdego Kościoła, każdego ludu i narodu... O co świat pyta dziś Kościół?

— Smutne jest to, że świat w coraz mniejszym stopniu pyta Kościół o cokolwiek..., że nie chce już go pytać. Jest to niewralgiczny punkt, po przekroczeniu którego Kościół musiałby zapytać o swoją rację bytu, jeśli nie miałby adresatów swojego orędzia i odbijał się od zamkniętych uszu i serc. Dlatego postrzegam zwołanie synodu przez papieża Franciszka jako wydarzenie na wskroś płynące z Ducha, dające okazję do otrząśnięcia się i wyruszenia razem w drogę, do stawiania pytań i słuchania siebie nawzajem, do wypowiedzenia nadziei i oczekiwań, ale też rozczarowań i żalu, a może też i gniewu. Bo jednak pod warstwą bólu i dezorientacji nadal bije w Kościele ożywcze jądro Dobrej Nowiny, która dotyka najgłębszych pytań człowieka. Myślę, że świat pyta Kościół nie tyle o teorię, ile o świadectwo wiarygodności. Wtedy Ewangelia ma sens. Ona uwiarygadnia się w „ucieleśnieniu”. To jest jej sprawdzian.

— Spędziła pani trochę czasu w Niemczech. Jak wygląda polski Kościół z perspektywy niemieckiej? Może warto coś zaczerpnąć z niemieckiego Kościoła, który przeszedł niejedną kryzys?

— Do niedawna Kościół w Niemczech patrzył z pewną nadzieją na silny wiarą Kościół w Polsce. Jednak trzęsienie ziemi, jakiego byliśmy i nadal jesteśmy świadkami, w związku z utratą wiarygodności wielu ludzi odpowiedzialnych za Kościół, w wyniku nadużyć seksualnych i sposobu podchodzenia do nich, zdało się te nadzieje bezpowrotnie pogrzebać.

Myślę, że niemieccy katolicy nie do końca rozumieją Kościół w Polsce, nie rozumieją tajemnicy jego siły i w jakiś sposób tęsknią za nią. Owa „substancja wiary”, jak ją nazywają, jest faktycznie mocną stroną naszego Kościoła, ale trzeba ją poważnie pielegno-

wać. Szczególnie tam, gdzie ona jeszcze jest, by mogła umacniać się w nowym kontekście kulturowym, z jakim niewątpliwie mamy do czynienia.

Co warto zaczerpnąć z Kościoła niemieckiego? Odwagę stawiania pytań, jak i stawiania czoła problemom. Powinniśmy umieć sobie odpowiedzieć na pytanie o kumulację władzy i źródła jej nadużywania, również o problemy systemowe związane z tak silnym w Polsce klerykalizmem. Kolejny temat to faktyczny udział kobiet w życiu Kościoła, nie tylko deklaracyjny, ale również na poziomie realnej współodpowiedzialności, a więc także jakieś formy współdecydowania o jego losach i przyszłości. Dla młodego pokolenia Kościół w swej strukturze jednostronnie męski jest nie do przyjęcia, gdy w pozostałych strukturach w świecie mężczyźni i kobiety wspólnie kształtują i zagospodarowują przestrzeń. Dalej, wyjście na przeciw problemom związanym z kryzysem celibatu, konkretna troska o kapłanów, pielęgnowanie ich powołania adekwatne do realnych problemów, z jakimi się spotykają i jakie po prostu mają. I wreszcie nowe i twórcze spojrzenie na etykę seksualną: nie tylko poprzestanie na danych socjologicznych, mówiących o małym odsetku wiernych przestrzegających etyki, ale znalezienie argumentów trafiających do młodego (i nie tylko!) pokolenia, tak, by etyka ta rzeczywiście motywowała do zapoznania się z nią, do podejmowania trudu, który w dłuższej perspektywie jednak wynagradza. To cztery tematy Synodu Kościoła niemieckiego, które żywo interesują społeczność wiernych. I choć daleko jeszcze do konsensusu, to jednak sama odwaga podjęcia realnych, palących tematów i zdiagnozowania ich, to coś, co moglibyśmy zaczerpnąć od tamtego Kościoła.

— Dziś musimy radzić sobie bez Jana Pawła II. Do jakich jego nauk warto jednak wrócić?

— Papież starał się dowartościować świeckich w Kościele – jest to temat, który nadal bardzo ociężale posuwa się do przodu. Dowartościowanie ro-



Fot. archiwum prywatne

dziny i teologia rodziny, a także teologia ciała – tak wówczas – i nadal dla wielu rewolucyjna, czeka na konkretną adaptację w konfrontacji z nurtami, które właśnie to spektrum tematów stawiają w centrum. Tożsamość płci, identyfikacja poprzez ciało, autokreacja – to momenty, do których można nawiązać i prowadzić dialog, wychodząc od bardzo ciekawych i ważnych myśli Jana Pawła II. Warto też przede wszystkim spróbować żyć jak on: w odwadze wiary, która się angażuje, która wpatruje się w Maryję i z nią kształtuje świat i Kościół.

— Czy nie za szybko papież został kanonizowany? Może, gdyby proces jeszcze trwał, częściej byśmy do jego nauczania zaglądali?

— Faktycznie kanonizacja odbyła się w atmosferze euforii („Santo subito!”), która być może zostawiła za mało miejsca na krytyczne spojrzenie. A taki dystans daje czas. Teraz bardziej dostrzegamy

momenty krytyczne. Mam wrażenie, że zarówno w czasie trwania pontyfikatu, jak i teraz bardziej identyfikujemy się z wielkością Papieża i samym faktem, że był Polakiem, a trudniej nam poszperać w jego pismach, skądinąd nadal bardzo interesujących. Czas płynie naprzód, za nami pontyfikat Benedykta XVI i dziewięć lat pontyfikatu papieża Franciszka z ogromnym ładunkiem inspiracji i dziedzictwem do przyswojenia. Co pozostało z nauczania Jana Pawła II i co nadal motywuje? – warto samemu zdać sobie z tego rachunek i wracać do tego, co najcenniejsze.

— Brakuje pani czegoś w polskim Kościele? Czy nie jest za mało powszechny? Teraz ma pani okazję obserwować go z perspektywy Watykanu, gdzie studiuję archiwistykę.

— Mam wrażenie, że Kościół w Polsce jest jednak mało otwarty na nurty poruszające Kościół powszechny. Za bardzo zapatrzoną w swoją wy-

jątkowość, wręcz zadufany w sobie. Temu zasklepieniu brakuje jakieś propozycji na konkretną reformę, jakieś nurtu odnowy, który pociągnąłby wiernych. Owszem, są oddolne inicjatywy, ale brak świeżego powiewu, jaki czuło się chociażby we wczesnym pontyfikacie Jana Pawła II. To zasklepienie widać najbardziej po dystansie do papieża Franciszka. Jak wytłumaczyć fakt, że wielu wiernych w Polsce, mieniając się być najbardziej katolickim narodem w Europie, są najbardziej sceptyczni wobec obecnej Głowy Kościoła? I nie stawiają tej swojej postawy pod znakiem zapytania. To jest właśnie to zasklepienie, za którym nie idzie pogłębiona wiedza teologiczna zdolna do poważnej konfrontacji. Podczas wizyty ad limina apostołorum papież wyraził swoją troskę mówiąc

ALICJA KOSTKA

- teolog, w latach 2008-2020 wykładowca teologii duchowości w Międzydiecezjalnym Seminarium S.T. Lambert w Lantetshofen, publicystka, tłumacz, postulator procesów beatyfikacyjnych i kierownik duchowy

biskupom polskim, że jego nauka w Kościele polskim jest zbyt mało znana i nierozumiana. To bardzo smutne stwierdzenie, które powinno nas poważnie zaniepokoić. Awłaściwie wstrząsnąć. Mam wrażenie, że jego wypowiedzi nie zawsze docierają do nas wcalej ostrości, w jakiej są wypowiedziane i dlatego nie mogą poruszyć, zmienić. Chyba, że nie chcemy się zmieniać i jako miarę katolicyzmu bierzemy to, jak my go widzimy i przeżywamy. To nam wystarcza. Dlatego zachęcam do czytania wypowiedzi papieża dzień po dniu. To jest czas łaski, mocny powiew Ducha Świętego, w którym żyjemy. Szansa na rozwój i wyjście z impasu.

— A propos archiwistyki... Czy sam dostęp do archiwów watykańskich przyprowadził panią o dreszczyk emocji? Znajduje się tam przecież wiele bezcennych dokumentów.

— Z pewnością. Jednocześnie budzi poczucie współodpowiedzialności za losy

i historię Kościoła, pragnienie poznania go z wszystkimi jego blaskami i cieniami, które zawsze były, są i będą. Czasem trudne momenty wyjaśniania więcej, niż wypolerowane biografie. Jedną z postaci, którą obecnie badam jest Wojciech Turowski. To pochodzący z Unieszewa, generał pallotynów (1947-1953), który był konsultorem dykasterii watykańskich i biskupem nominatorem częstochowskim (1953). Służby specjalne dowiedziawszy się o jego nominacji, cofnęły go z lotniska w Warszawie z powrotem do Rzymu, obawiając się dodatkowego mocnego gracza na polskiej scenie w walce o wolność Kościoła i narodu, uboku i na miarę kardynała Stefana Wyszyńskiego. Postać warta ze wszech miar poznania, a jeszcze głębiej „zakopana”.

(...) — O jakim Kościele pani marzy? Czy powinniśmy snuć jakieś swoje wizje? Przecież „Duch wieje, kędy chce”...

— On wieje także w naszych marzeniach, w rozmowach i poszukiwaniach. Marzę o Kościele, w którym każdy czuje się przyjęty i może odkryć swoje miejsce. W którym każdy jest potrzebny, owszem, niezbędny, by misja Kościoła mogła się urzeczywistniać w całej pełni. Marzę o Kościele, w którym miłość Chrystusa jest doświadczalna i który ma moc przemienienia naszego życia; w którym księża interesują się świeckimi i troszczą się o nich – z poświęceniem; w którym świeccy potrafią rozmawiać z duchownymi i razem szukać wspólnie tego, co Duch Boży mówi do Kościołów, czego pragnie tu i teraz. W którym wszyscy wierni odkrywają swoje charyzmaty i je realizują – a jedni drugim w tym pomagają, we wspólnocie. W którym kobiety nie są niemą siłą, utrzymującą i podtrzymującą ten Kościół, głównie swoją modlitwą i wierną obecnością, a nierzadko wdowim grochem, wbrew wszystkiemu, ale współdecydują o kierunkach rozwoju przez wspólne wsłuchiwanie się w Ducha Bożego – jak niegdyś w Wieczerniku. Marzę o Kościele zgromadzonym wokół Maryi i proszącym wraz z nią o nowe wylanie Ducha Świętego. Tu i teraz.

WOJCIECH KOSIEWICZ

PRACA

ADMINISTRATORA- Zarządcę (konserwatora) do www.marinaleser.pl z zamieszkaniem. Osoba dojrzała, samotna, odpowiedzialna, inteligentna, uczciwa, bez nalogów, prawo jazdy, obsługa komputera- poszukiwana na stałe z zamieszkaniem. CV+ życiorys: bos@lester.pl, k.Giżycka, 601-23-12-12

BOSMANA do firmy czarterowej Wilkasy. 600-202-436

FABRYKA Konsmetal w Nidzicy szuka pracowników na stanowiska: Operator Maszyn CNC. Z doświadczeniem i bez. Stabilne zatrudnienie. 30 lat na rynku. Bardzo dobre warunki pracy. rekrutacja@konsmetal.pl, Telefon: +48600960499

FABRYKA Konsmetal w Nidzicy szuka pracowników na stanowiska: Operator Zgrzewarki, Operator Prasy Krawędziowej. Z doświadczeniem i bez. Stabilne zatrudnienie. 30 lat na rynku. Bardzo dobre warunki pracy. rekrutacja@konsmetal.pl, Telefon: +48600960499

FIRMA Polamp Sp. z o.o. poszukuje pracownika do produkcji dekoracji świątecznych. Praca sezonowa z możliwością zatrudnienia. Nr kontaktowy 604971 794/ 87-444-04-00, e-mail: praca@polamp.com

KIEROWCA CE, 503-103-703

POSZUKUJĘ do pracy brukarzy i pomocników z doświadczeniem, 690188885

POSZUKUJĘ opiekunki do osoby starszej. 500-168-318

PRACA DLA OPIEKUNÓW OSÓB STARSZYCH W NIEMCZACH, ZAROBKI DO 1800 EURO NETTO, PREMIA ŚWIĄTECZNA DO 300 EURO tel. 501-409-214

TECHNIKA farmacji zatrudnię. Apteka VIOLA w Rynie tel. 605-440-671 e-mail luryrn@poczta.fm

ZATRUDNIĘ emeryta do prac ogrodowych. 602-715-753

ZATRUDNIĘ kierowcę z uprawnieniami na samochód ciężarowy. Praca na miejscu. Umowa o pracę na cały lub część etatu (do uzgodnienia). tel. 507-049-241, 87-429-95-35

ZATRUDNIĘ pracowników budowlanych i murarzy oraz do prac wykończeniowych tel. 506-439-480.

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie, 501-172-462

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie, 501-172-462

ZMIEŃ zawód z Konsmetal. Szukamy pracowników do pracy w

Fabryce sejfów w Nidzicy. Student i osoby do przyuczenia mile widziane. Stawka do ustalenia, w zależności od posiadanych kwalifikacji. rekrutacja@konsmetal.pl. Telefon: +48600960499

SPRZEDAM

CHOINKI ŚWIERKOWE naturalne, świerk pospolity, srebrny cięty lub kopany- dużo tanio sprzedam. Pokrzydowo 98 i Brodnica ul. Sikorskiego 47, tel.606-381-127, tel.56-498-59-97

DREWNO opałowe sprzedam, różny gatunek, cięte z kłosa, cena do uzgodnienia, 504-250-135

DREWNO opałowe, Nidzica, 508-622-314

EKO-GĘSI, kaczki, króliki-ubite, żywe, smalec gęsi, krew, k/Mrągową, 507-546-052

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

NML Sprzedam rowery i kosiarki spalinowe od 250zł, odkurzacze od 180zł, pilarkę spalinową ALKO 370zł, krzesła tapicerowane od 20zł, gołębie ozdobne Pawie od 50zł, 509-347-713

SEGMENT pokojowy, wersalkę (nowa), łóżko uzdrowskowe, zegar ścienny. 505-476-197

SPRZEDAM drewno kominkowe opałowe, kostka sosnowa, transport, 511 989 755

SPRZEDAM: lodówkę Samsung-RB31FRNBSA, panel sterowania, zamrażalnik 98l., 181x60x67cm, stan idealny, 502-602-156

KUPIĘ

KUPIĘ motorower Simson, WSK, motorynka mogą być niesprawne. 505-431-881

NIERUCHOMOŚCI

I-KANCELARIA NIERUCHOMOŚCI GUTKOWSKI; od XXw. Obsługujemy Rynek Krajowy **SPRZEDAŻ-KUPNO-WYNAJEM**, **Łława-Niepodległości 8**, 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 z kuchnia + łazienka, 512-809-216

KUPIĘ ZA GOTÓWKĘ działkę, mieszkanie, nieruchomość. Może być do remontu lub zadłużona, POMOGE w spłacie długu. ZAPŁACĘ 4000zł za informację o takiej nieruchomości. 661-435-785

KUPIĘ ziemie uprawną, 501-172-462

KUPIĘ ziemię rolną. 570-982-800

KUPIĘ ziemie uprawną (powiat mławski, powiat nidzicki), 501-172-462

LOKAL do wynajęcia 47,6m2, ul.Smętka 21, Giżycko. 693-100-605

MIESZKANIE 4- pokojowe w centrum Giżycka- sprzedam. 601-056-195

MIESZKANIE 51m2 przy ul.Okrzei 1 w Giżycku do wynajęcia. Odstępne 1000zł+ opłaty. 662-645-907

NML Pokój, kuchnia, łazienka do wynajęcia w Kurzętniku, 694-057-843

NML Sprzedam dom 130m2, garaż wolno stojący, ogrzewanie pellet+ przyłącze gazowe, posesja 7,78ar, zabudowa, 518-624-809

NML Sprzedam lub wynajmę powierzchnię magazynową o pow. 460m2 pod hurtownię lub inną działalność gospodarczą wraz z utwardzonym parkingiem w Nowym Mieście Lubawskim, 3000zł+ media, 782-506-555

POKOJE 1,2-osobowe dla osób uczących, pracujących, oddzielne wejście. 660-024-565.

POKÓJ jednoosobowy do wynajęcia z łazienką, aneksem dla kobiety pracującej- Tanio, ul. Olsztyńska. 692-644-128 po 12:00

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

SPRZEDAM działki, 1500m2 każda, pod zabudowę jednorodzinną, wielorodzinną. Węgorzewo. 606-496-659

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL, 503-103-703

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL; tel 503-103-703

WYNAJMĘ pawilon handlowo-usługowy o pow. 36m2 w centrum Giżycka na Manhatan, ul. Mickiewicza 22 (aktualnie zakład krawiecki- do końca listopada), cena najmu 850zł/mc. 668-750-856

AUTO-MOTO

!!! Auto moto części Jacek Duszyński, ul. Kościuszki 14, 87/732-44-03, 784-246-665

! Pomoc drogowa 24h. 602-592-793

! Skup aut- całe, uszkodzone. Osobowe, dostawcze! 539-318-188

AUTOKASACJA, skup aut. 506-270-521

LAWETA, wynajmę- transport. 602-592-793

NML Sprzedam koło nieużywane felga 41/2JX13H2ET-38 opona 155/70MXL/R13 130zł, opona 18,4/34 120zł, opona Michelin N+S 185/55/R15 2 sztuki 25zł/sztuka, koła

czterootworowe trzynastki używane 3 sztuki 45zł/sztuka, 500-859-080

NML Sprzedam opony zimowe z felgami 4 sztuki 185/65/R15, 605-739-091

NML Sprzedam Toyota Corolla kombi, 2.0 diesel 2004r., bordo, stan dobry, ekonomiczny 509-646-095

OPONY nowe, używane, bieżnikowane; felgi- duży wybór. Wulkanizacja. Obwodowa 3 (były POM). 87/428-77-47, 602-592-793

POMOC drogowa 24h. 602-592-793

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

SKUP aut- atrakcyjne ceny! 516-368-453

WYPOŻYCZALNIA przyczep, ławet. Obwodowa 3, (87)428-77-47, 602-592-793

USŁUGI

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

!! Lustra, szkło okienne, kominkowe- usługi szklarskie. „Szkłobud”, Obwodowa 6A. (87)429-80-51, 604-758-112.

! Remonty mieszkań, sufity napinane, płytki, dekoracje, malowanie, elewacje, itp. 790-727-016.

CYKLINOWANIE podłogi + schody, 507-306-262

GLAZURA, terakota. Tel.885-505-570

LUSTRA, szkło okienne, kominkowe- usługi szklarskie, oprawa obrazów. Giżycko, „Szkłobud”, Obwodowa 6A. (87)429-80-51, 604-758-112.

PRZEPROWADZKA- „absolutnie tanio, noszenie. 504-124-110

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

REMONTY, wykończenia, podwykonawstwo, 731-662-038, 600-347-128.

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

SZYCIE kołder, 665-434-450

TRANSPORT- „absolutnie tanio, przeprowadzka, noszenie. 504-124-110

TRANSPORT- „absolutnie tanio. 504-124-110

TRANSPORT- „absolutnie” tanio, przeprowadzka, noszenie. „ASTRA”, 504-229-798

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

TRANSPORT towarowy, faktura VAT. (87)428-77-47, 602-592-793

TRANSPORT, przeprowadzki, 729-242-457

GARAŻE Blaszane BRAMY Garażowe KOJCE dla Psów Wiaty Kontenery
Najniższe **CENY** Różne wymiary Dogodne **RATY** Transport cały **KRAJ**
www.konstal-garaze.pl **GARAŻE MONTAŻ AUTOMATYKA**
505-526-036 **WZMOCNIŁO GRATIS DO BRAM**
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
6521otbr-A-P

TYNKI maszynowe. 514-767-572

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

USŁUGI hydrauliczne, 508-491-711

USŁUGI ślusarsko- spawalnicze (bramy, ogrodzenia, balustrady), wyginanie profili, generator prądu 9,5kW. 518-120-361.

UTYLIZACJA, zdejmowanie asbestu. 514-767-572

RÓŻNE

USŁUGI remontowo-budowlane, wolne terminy, 517-308-772

WSZYSTKO z drewna, wykonam schody, altanki, domki letniskowe, itp., 500-077-522

NAUKA

JĘZYK ANGIELSKI KOREPE- TYCJE- wszystkie poziomy zaawansowania, przygotowanie do egzaminu maturalnego oraz ośmioklasisty, tel.507-572-218.

JĘZYK polski- korepetycje, matura. 509-141-828

ZWIERZĘTA

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

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

SPRZEDAM jałówkę wysokocielną, wycielenie 23 grudnia, 516 061 837

ZDROWIE I URODA

PSYCHIATRA Dorota Drewnicka tel. 505-998-232

PSYCHIATRA Witold Tomaszewski tel. 512-238-380

ROLNICTWO

zwierzęta hodowlane

!! Kupię byczki, jałowki w każdej

kondycji, 50kg- 400kg do dalszego chowu. 607-53-32-66

BYCZKI, jałoszki sprzedam, 501-122-678

KUPIĘ bydło od 300 do 600kg, 692-411-362

KUPIĘ konie rzeźne i hodowlane. 880-606-980, 607-533-266

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

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

NML Cielęta sprzedam okolice Nowego Miasta Lubawskiego, 516-181-554

maszyny rolnicze

NML Sprzedam agregat siewny, plug 3 skibowy lub 4 skibowy Grudziądzki, 889-642-512

NML Sprzedam silnik 7kW i śrutownik kamienny, 661-758-302

SPRZEDAM rozrzutnik obornika jednoosiowy, kosiarkę rotacyjną polską, sprawne, 797-795-672

SPRZEDAM WYCINAKI, WYBIERAKI DO KISZONEK I KUKURYDZY, PRZEWRAČARKI, BECZKOWOZY I INNE MASZYN, 608-279-110

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

ciągniki

SPRZEDAM ciągnik C-330, 797-795-672

produkty rolne

SPRZEDAM jęczmień, siano, słoma bele sucha, 694-808-966

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

LEKARZE SPECJALIŚCI

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

BIJEMY W OSTEOPOROZĘ!

Osteoporoza to choroba szkieletu. Prowadzi do złamań kości, które mogą wystąpić nawet po niewielkim urazie. Owa nadmierna podatność kości na uszkodzenie wynika ze zmniejszenia gęstości mineralnej kości, zaburzenia jej struktury i jakości.

PRZYCZYNY

Złamania osteoporotyczne najczęściej dotyczą kręgosłupa, kości przedramienia i szyjki kości udowej, ale mogą wystąpić również w innych lokalizacjach. Osteoporoza może być pierwotna lub wtórna. Najczęstsza jest pierwotna, która jest konsekwencją starzenia się układu szkieletowego. Rozwija się u kobiet po menopauzie oraz u mężczyzn w podeszłym wieku. Utrata gęstości mineralnej kości to proces nieuchronny, związany z wiekiem. Rozpoczyna się już około 40. roku życia u kobiet i 45. roku życia u mężczyzn. A jednak wiele czynników może jeszcze przyspieszyć jej przebieg. Najważniejsze z nich to kiepska dieta, bardzo uboga w wapń, witaminę D lub w ogóle niedożywienie. Mała aktywność fizyczna i niedostateczna ekspozycja na światło słoneczne — to kolejne czynniki, które sprzyjają przyspieszonej osteoporozie. Nie pomaga też palenie tytoniu i nadużywanie alkoholu.

Osteoporoza wtórna występuje rzadziej i jest wynikiem innych chorób lub stosowania niektórych leków. Ta postać osteoporozy może dotknąć osób w każdym wieku. Wśród czynników wywołujących wtórną postać tej choroby należy przede wszystkim wymienić zaburzenia hormonalne: nadczynność tarczycy, przystarcie, cukrzycę, przedwczesną menopauzę. Także choroby układu pokarmowego przebiegające z zaburzeniami wchłaniania czy przewlekłe zapalne choroby reumatyczne mogą przyczynić się do wystąpienia choroby. Do leków sprzyjających po-

wstaniu osteoporozy wtórnej należą m.in. glikokortykosteroidy, leki przeciwpadaczkowe i heparyna.

OBJAWY

Problem w tym, że początkowo osteoporoza nie daje żadnych zauważalnych objawów. Te pojawiają się dopiero, gdy złamiemy kość, a i to niekiedy łatwo je przeoczyć lub zbagatelizować. Najczęściej dochodzi do złamań kręgow, których połowa przebiega skrycie, stopniowo doprowadzając do obniżenia wzrostu, garbienia się, problemów z poruszaniem oraz pogorszenia nastroju, a nawet depresji. Złamania trzonów kręgow powodują często przewlekły zespół bólowy kręgosłupa, traktowany zwykle jako „normalny” objaw starości i zmian zwyrodnieniowych kręgosłupa. Z reguły chorzy nie potrafią przypomnieć sobie urazu, w wyniku którego doszło do złamania kręgu — a może go wywołać nawet niewielki ruch, kaszel, niefortunne schylenie się lub podniesienie jakiegoś przedmiotu. Rzadziej wystąpi nagły silny ból kręgosłupa — gdzieś w okolicy złamanego kręgu. Może on mieć charakter opasujący i często towarzyszy mu napięcie przylegających mięśni. W dodatku złamany kręg może uciskać okoliczne korzenie nerwowe, powodując ból, drętwienie i niedowład kończyny dolnej. Ponieważ przed nami jesień i zima — złamania kości długich będą coraz częstsze, bo łatwiej opoślizgnięcia i upadki. Złamanie kości przedramienia w nadgarstku, przy podparciu ręką, jest dla os-



Aktywność fizyczna jest potrzebna w każdym wieku

teoporozy najbardziej typowe. Drugie najczęstsze jest złamanie szyjki kości udowej. Złamaniom towarzyszy silny ból, ograniczenie ruchomości oraz zniekształcenie okolicznych tkanek. Chory po upadku może nie być w stanie się podnieść i wezwać pomocy, co może doprowadzić do wielu groźnych powikłań, a nawet do zgonu.

LECZENIE

Najważniejsze w leczeniu osteoporozy — to zapobieganie złamaniom kości i wynikającym z nich powikłaniom. Świadomość zachorowania na osteoporozę, szczególnie w przypadku jej skrytego przebiegu — powinna stać się motywacją do odpowiednio wczesnej modyfikacji stylu życia oraz regularnego stosowania leków. Niestety, większość leków trzeba przyjmować przez długi czas, najczęściej kilka lat, a działania profilaktyczne konsekwentnie prowadzić do końca życia. Warto jednak pamiętać, że dzięki odpowiedniemu postępowaniu można skutecznie zapobiec złamaniom kości i utrzymać sprawność układu ruchu do późnej starości. Przede wszystkim eliminujemy czynniki ryzyka — to pomaga i w leczeniu, i w zapobieganiu osteoporozie. Bardzo ważna jest stała suplementacja wapnia i witaminy D. Wapń jest niezbędnym składnikiem zdrowej kości, a jego dobowe

zapotrzebowanie zmienia się z wiekiem: u dzieci do 10. roku życia wynosi 800 mg, u młodzieży i osób dorosłych — 1000 mg, u kobiet w ciąży, w trakcie karmienia piersią i po menopauzie oraz u osób w wieku podeszłym — 1500 mg. Do utrzymania prawidłowego stężenia wapnia w organizmie niezbędna jest witamina D.

To od prawidłowej podaży tych dwóch składników skuteczne leczenie choroby zależy najbardziej. Dieta to jedno, ale często konieczne jest stosowanie odpowiednich preparatów, najczęściej do końca życia. W trakcie leczenia powinno się kontrolować gospodarkę wapniową w organizmie: oznaczenie stężenia wapnia we krwi, wydalanie wapnia z moczem.

DIETA

Najlepszym źródłem wapnia jest pokarm, przede wszystkim mleko i jego przetwory. Przykładowo — 3 szklanki mleka zawierają 1000 mg wapnia. Tyle samo dostarczą nam 2 szklanki mleka i 2 plastry żółtego sera, 3–4 kefiry lub 3 jogurty. Co ważne, produkty odłuszczone zawierają tyle samo wapnia co pełnotłuste, a osoby, które nie tolerują mleka, powinny spożywać mleko wzbogacone w laktazę lub kefiry i jogurty. W wapń wzbogacone są też płatki śniadaniowe i soki owocowe. Pamiętajmy ponadto o pro-

duktach, które wchłanianie wapnia zmniejszają: choćby szpinak i inne warzywa zawierające kwas szczawiowy, ziarna zbóż zawierające kwas fitynowy, np. spożywane w dużych ilościach otręby pszenne, a prawdopodobnie także herbata.

Witaminę D nasz organizm wytwarza w skórze pod wpływem promieniowania słonecznego. W Polsce odpowiednie nasłonecznienie panuje od połowy czerwca do połowy września, a wystarczający czas przebywania na słońcu wynosi 2–3 razy w tygodniu po 15 minut. Te 3 miesiące to trochę mało — dlatego w pozostałych miesiącach należy ją uzupełniać z pokarmów, w których szczęśliwie też ją znajdziemy. Raz w tygodniu powinniśmy zjeść porcję tłustej ryby — śledzia, makreli, sardynek. Dobre

źródła witaminy D to też tran, mleko, margaryny i jaja.

Niebagatelne znaczenie dla osteoporozy ma też fosfor, którego niedostateczność, ale i nadmierne spożycie niekorzystnie wpływa na stężenie wapnia w ustroju. Dobowe zapotrzebowanie na ten pierwiastek wynosi 700–900 mg. Źródłem fosforu są sery, mięso, ryby, chleb i jaja. Ponieważ jest to dość powszechny pierwiastek i łatwo wchłania się z przewodu pokarmowego — niedobór fosforu z przyczyn dietetycznych stwierdza się bardzo rzadko.

Białko to kolejny element, niezbędny dla utrzymania sprawności układu ruchu. U dzieci niedobór białka prowadzi do zaburzeń wchłaniania wapnia, a u osób starszych powoduje utratę masy kostnej, zmniejszenie siły mięśniowej, co sprzyja upadkom, a także złemu gojeniu się złamań. Należy pamiętać, że zbyt duże spożycie białka również niekorzystnie wpływa na gospodarkę wapnia, zwiększając jego utratę z moczem.

No i czynniki ryzyka. Przykładowo, spożycie powyżej 3 filiżanek kawy dziennie, zwłaszcza przy niedostatecznym spożyciu wapnia, rozwój osteoporozy przyspiesza. Niekorzystny wpływ ma również niedobór magnezu, witaminy C i witaminy K oraz nadmiar sodu i fluoru. Rozwój osteoporozy przyspiesza też palenie. Z kolei nadmierne spożycie alkoholu prowadzi do uszkodzenia wątroby, niedożywienia, zmniejszenia stężenia witaminy D i wapnia oraz przyspieszonego niszczenia kości.

Magdalena Maria Bukowiecka

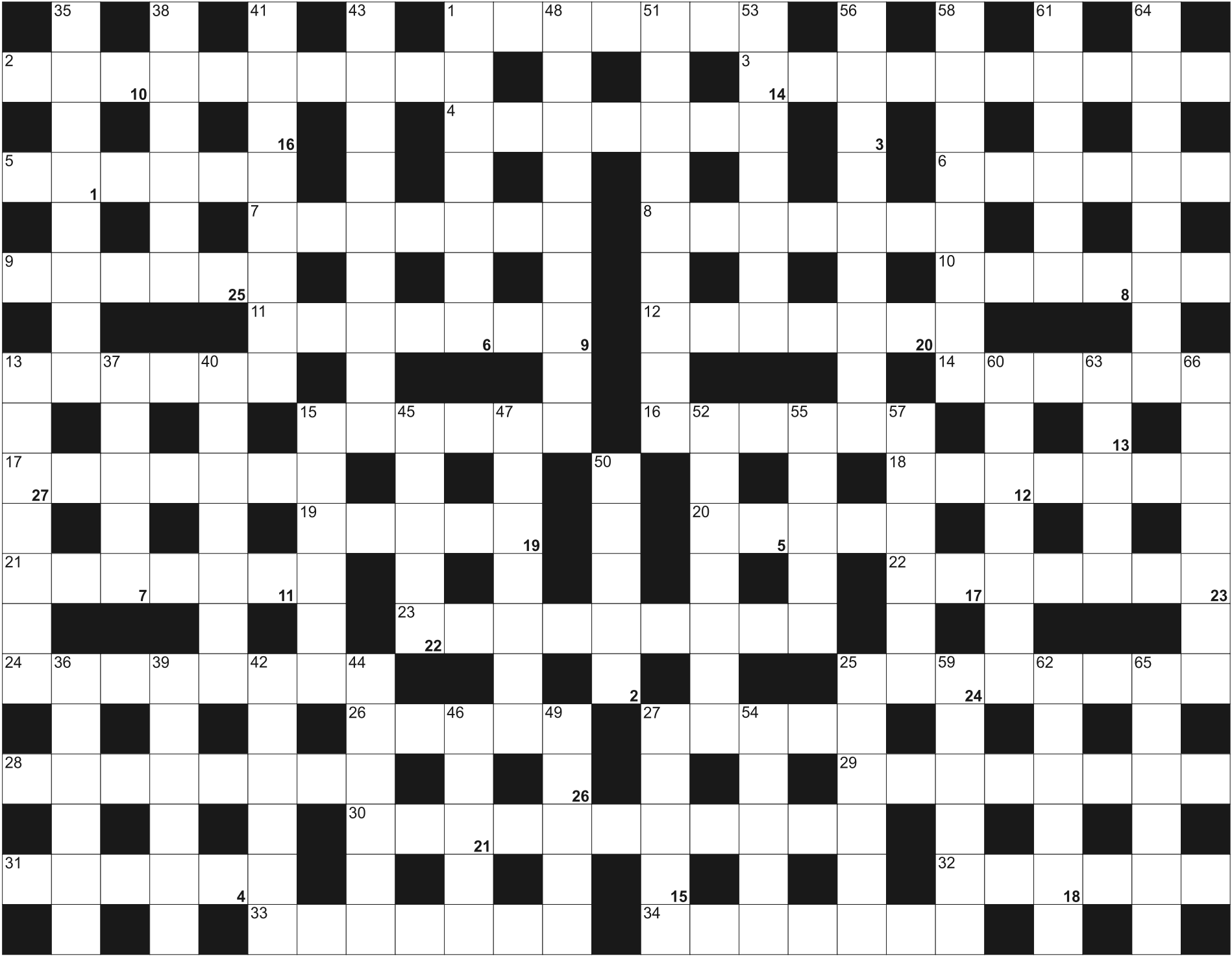


Najważniejsze w leczeniu osteoporozy — to zapobieganie złamaniom kości i wynikającym z nich powikłaniom



Najlepszym źródłem wapnia jest pokarm, przede wszystkim mleko i jego przetwory

Krzyżówka klasyczna z hasłem



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 27, utworzą rozwiązanie - przysłowie:

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

POZIOMO: 1) rodzaj protestu; 2) wykonawca projektu; 3) rozpoznaje i leczy cukrzycę; 4) ramka okularów; 5) bezkrytyczna naśladowczyni, pozorantka; 6) uroczyste objęcie władzy przez biskupa; 7) śledzik w ruloniu; 8) przepływa przez Waszyngton; 9) Wiedźmin Sapkowskiego; 10) rysunek na skórze; 11) taktyka działania trockistów; 12) skutek życia w stresie; 13) mały na poddaszu; 14) krótkie, kabaretowe utwory sceniczne; 15) Macierewicz i Piechniczek; 16) typ japońskich żywych torped; 17) dawna stolica stanu Michigan; 18) ziemniaczane łupiny; 19) lina z hakiem do załadunku statku; 20) Brytyjczyk w spódnicy; 21) zachęca do kupna, promuje; 22) włoska wyspa u wybrzeża Sardynii; 23) potocznie spychacz; 24) wysoki dostojnik kościelny; 25) czerwone i okrągłe do kanapek; 26) John Quincy, były prezydent USA; 27)

niejedna w szkole; 28) regularny wzrost poziomu morza; 29) przepowiednia astrologiczna; 30) magik, prestidigitator; 31) obszar, zakres działania; 32) niespełniona miłość Hamleta; 33) japońskie bukieciarstwo; 34) waluta Malezji
PIONOWO: 1) biblijni wizjonerzy; 13) prezent, upominek; 15) imitacja towaru na wystawie; 25) rzeka w Malezji, najdłuższa na Półwyspie Malajskim; 27) kontroler biletów potocznie; 35) "olimpijska" dzielnica Władysławowa; 36) Monk, serialowy detektyw; 37) mały mruczek; 38) żartobliwie o żonie; 39) doskonały kaukaski jeździec; 40) wyniki dzielenia; 41) po środzie; 42) szkodliwe nawyki, przyzwyczajenia; 43) król Anglii przed Edmundem Starszym; 44) stada ryb; 45) sport na

korcie; 46) rodzinna wyspa Bobby'ego Farrella; 47) bezkrytyczne uwielbianie samego siebie; 48) wulkan w paśmie Wirunga na granicy Rwandy i Konga; 49) ptak który wciąż wybiera się za morze; 50) gruba deska; 51) wyposażenie na podróż; 52) dawna waluta Argentyny; 53) odtwarzacz płyt gramofonowych; 54) As, pierwiastek; 55) kalebasa; 56) sekrety; 57) Laurie, pisarka "Klub idiotek"; 58) klub piłkarski ze Stambułu; 59) "Królowa ..." powieść A. Dumasa; 60) szpital szkolące lekarzy; 61) de Lisle, autor "Marsylianki"; 62) sztywna część czapki; 63) dziecko płci żeńskiej; 64) zawiadowca lub konduktor; 65) liparyt, skała podobna do granitu; 66) Zjednoczone Arabskie, kraj na Bliskim Wschodzie

NIE POWIELAJMY BEZSENSOWNYCH MITÓW

Przed laty walczyliśmy z zupełnie innymi wirusami, teraz musimy zmierzyć się z nowymi. To jednak nie oznacza, że te sprzed lat już zupełnie nam nie zagrażają. Rozmawiamy z Dorotą Szadkowską, współautorką książki „Wirusy kontra fake newsy. Czy możemy przetrwać bez medycyny?”.

— Jaką wiedzę o wirusach mają Polacy?

— Niewielką. O wirusach przypominamy sobie zwykle wtedy, kiedy dopada nas przeziębienie, które tak naprawdę jest niczym w porównaniu do HIV czy HCV, czyli wirusowego zapalenia wątroby typu C. Identyfikujemy wirusy z czymś mało groźnym, co nas nie dotknie. Nie chcemy myśleć o poważnych chorobach. Instynktownie uciekamy od potencjalnych problemów. Bo robiąc test w kierunku wirusa HIV czy HCV musimy brać pod uwagę fakt, że wynik może okazać się pozytywny. Tymczasem chowanie głowy w piasek, to droga donikąd. Jeżeli choroba postępuje, a odwleka się wykonanie badania, to nasze szanse na wyliczenie znacząco się zmniejszają. Wiedza jest naprawdę bardzo mała.

— Jednak wolimy zachowywać się tak, jakby nam nic nie groziło.

— Uciekamy od tematu, choć pandemia spowodowała, że wiemy więcej o koronawirusie, zaczęliśmy interesować się tym, jak się rozprzestrzenia i jak się przed nim ustrzec. Z jednej strony jesteśmy świadomi zagrożenia, wiemy, jak zachować się w przypadku COVID-19, ale z drugiej wielu z nas nie przyjmuje do wiadomości tych informacji i postępuje tak, jak dotychczas. Życie pokazuje, że lekceważymy problem tak długo, póki nie dotknie nas lub naszych najbliższych.

— W książce, razem z profesorem Krzysztofem Simonem piszą państwo również, że to nie jest ostatnia pandemia, która nas dotknie.

— Tak, z pewnością. Kolejne epidemie chorób zakaźnych są w istocie historią ludzkiej cywilizacji. Choć dzisiejsza pandemia COVID-19 jest dla nas czymś zaskakującym i nowym, to tak naprawdę jest kolejnym ogniwem wydarzeń, które pojawiały się na przestrzeni wieków. Jak każda pandemia, ta też się skończy. Być może kolejne pokolenie nie doświadczy już tego co my. Może powróci do nas zmutowany wirus, albo pojawi się całkiem nowy, jeszcze nieznan. Nikt nie jest wsta-



Dorota Szadkowska, dziennikarka publikująca między innymi w „Wysokich Obcasach” i „Newsweeku” wspólnie z prof. dr. hab. n. med. Krzysztofem Simonem, specjalistą w dziedzinie chorób zakaźnych, ordynatorem Oddziału Zakaźnego Wojewódzkiego Specjalistycznego Szpitala im. Gromkowskiego we Wrocławiu napisali książkę „Wirusy kontra fake newsy. Czy możemy przetrwać bez medycyny?”

nie tego przewidzieć. Dodatkowo skutki pandemii, różnych aspektach naszego życia, będziemy odczuwać jeszcze przez wiele lat.

— Tymczasem specjaliści na całym świecie zaznaczają, że jedyną naszą bronią w walce z koronawirusem są szczepienia. Jak zaznacza prof. Simon w książce, aby uzyskać odporność stadną, potrzeba około 90 procent zaszczepionego społeczeństwa. Część specjalistów sugeruje niższy odsetek – około 70 procent.

— Osiągnięcie poziomu zaszczepionego społeczeństwa w 70 procentach jest w naszym przypadku mało realne. Obecnie osiągnęliśmy niewiele ponad 50 procent. Kolejne fale będą więc powracać, choć pewnie w nieco mniejszej skali. Teraz jesteśmy świadkami czwartej fali, czy wiosną przyjdzie kolejna? To też trudno przewidzieć, choć sceptycznie podchodzę do stwierdzenia, że wiosną będziemy wolni od problemu.

— Otrzymaliśmy sygnał ostrzegawczy, ale wydaje się, że nadal nie wyciągnęliśmy wniosków z tej lekcji?

— Ten sygnał dla wielu okazał się ostateczny. Historia pokazuje, że Polacy mają bardzo krótką pamięć i szybko zapominają o złych wydarzeniach. Zbyt rzadko wyciągają wnioski. Gdy tylko latem pandemia przycichła, ludzie przestali nosić maski w zamkniętych pomieszczeniach. Tak jest i dziś, kiedy koronawirus znów szaleje. Już teraz ponosimy konsekwencje tej beztroski.

— Dziś żyjemy w cieniu koronawirusa, ale choroby wywołane przez inne wirusy, jak wspomniane HCV, HIV czy HPV, czyli wirus brodawczaka nie zniknęły. Wciąż konieczna jest edukacja.

— Tak, wspomniany wirus HIV nie zniknął. Mówimy o pandemii koronawirusa, a tysiące osób ma inne schorzenia i na co dzień mierzy się z trudnym, przewlekłym

leczeniem. Oczywiście, nie zawsze mamy wpływ na to, czy będziemy zakażeni, ale to nie powód, by się nie badać. W tym momencie musimy być odpowiedzialni za siebie i naszych bliskich. Na przykład wirus zapalenia wątroby typu B, czyli HBV, jest bardzo zakaźny, sto razy bardziej niż wirus HIV i 10 razy bardziej zakaźny niż HCV. W Polsce każdego roku rozpoznaje się ok. 1,5 tys. nowych przypadków zachorowań spowodowanych wirusem HBV i rejestruje się ponad 2 tys. zgonów – i są to dane niedoszacowane. To jedna z najczęstszych przewlekłych chorób zakaźnych na świecie. Jeśli któryś z domowników jest zakażony, a o tym nie wie, może przekazać wirusa pozostałym członkom rodziny. Często tak jest, bo zakażeniu nie towarzyszą specyficzne objawy. Gdy dołącza nam ciągle zmęczenie, bóle w nadbrzuszu, częściej zrzucimy winę na stres, niż pomyślimy, że nosimy w so-

bie wirusa. Zakażyć się HBV jest bardzo łatwo. Wystarczy, że domownicy używają tego samego grzebienia czy nożyczek do paznokci, którymi można niechcący naruszyć ciągłość naskórka.

— Jak się chronić?

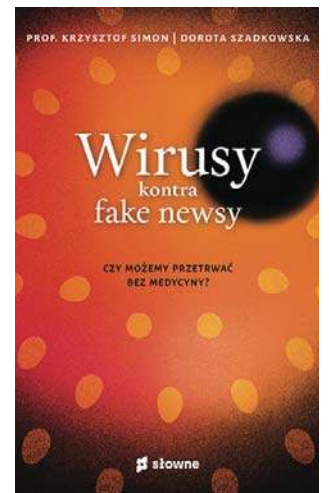
— Przede wszystkim wykonać odpowiednie badania, przewyżając, często nieuzasadniony, strach przed wynikami. Lepiej uchwycić problem w zarodku, niż mierzyć się z długotrwałymi konsekwencjami. W przypadku HBV warto się zaszczepić. W książce, razem z profesorem Krzysztofem Simonem, obalamy wiele mitów, w tym te dotyczące przenoszenia wirusów zapalenia wątroby HBV. Ryzyko zachorowania zwiększają liczne hospitalizacje, operacje, tatuaże, wizyty w salonie fryzjerskim czy kosmetycznym. Dlatego lepiej korzystać z profesjonalnych gabinetów, gdzie przykładają się ogromną wagę do bezpieczeństwa i używa odpowiednich narzędzi do dezynfekcji.

— Temat wirusów i fake newsów z nimi związanych wzbudza wiele emocji. W książce pani przewodnikiem po trudnym świecie wirusów jest profesor Simon. Jak doszło do tej współpracy?

— Nie znalazłam profesora wcześniej, ale postanowiłam zaprosić go do współpracy. Cenię go za odwagę mówienia prawdy i wyrazistą osobowość. Było mi miło, gdy zgodził się napisać ze mną tę książkę. Oczywiście brałam pod uwagę ewentualność, że z jakichś względów odmówi, ale pomyślałam też, że kto nie ryzykuje, ten nie pije szampana.

— Książka wzbudza wiele emocji. Jak radzi sobie pani z krytyką?

— Jeśli wzbudza emocje, to bardzo dobrze, bo może zwrócić uwagę na podejmowany przez nas temat. Na razie nie spotkałam się z krytyką, ale też nie szukam jej w Internecie. Spodziewam się, że największa krytyka spadnie na nas w temacie szczepień, których orędownikiem jest od zawsze profesor Simon. Jestem jednak na to odporna. Jeśli mam do czegoś przekonanie, nie waham się,



by o tym głośno mówić, niezależnie od tego, jak to zostanie przez niektórych ocenione. Podobnie jak profesor.

— Nie czuje pani, że została pani trochę edukatorką w zakresie wirusów?

— Chciałabym, by wiedza Polaków w zakresie profilaktyki zdrowia była choć trochę większa. Denerwuje mnie ignorancja i nonszalancja w tym temacie, powielanie bezsensownych mitów, które nie mają żadnych podstaw naukowych. Dziwię się też ludzkiej niefrasobliwości. To co się dzieje dotyczy każdego z nas, bez wyjątku. Pochodzę z rodziny lekarzy, więc wychowywałam się wśród ludzi z wiedzą medyczną, i dlatego pewne kwestie są dla mnie oczywiste. Mój nieżyjący tata był matematykiem, naukowcem Polskiej Akademii Nauk, po nim odziedziczyłam wnikliwość i pasję do zgłębiania tego typu zagadnień. Książka „Wirusy kontra fake newsy. Czy możemy przetrwać bez medycyny?” (Wydawnictwo Słowne – red.) nie jest pozycją o treściach lekkich, łatwych i przyjemnych. Jest nieco w opozycji do powszechnie akceptowanego trendu czerpania hedonistycznych przyjemności życia. Nie przeczyta się jej jednym tchem, bo przyswajanie trudnych kwestii wymaga skupienia. Jednak mam nadzieję, że dzięki nam wiedza o wirusach zaistnieje w świadomości Polaków, sprawi, że pochylimy się nad sobą i ustalimy właściwe priorytety.

Katarzyna Janków-Mazurkiewicz

Z ŻYCIA SZKÓŁ I PRZEDSZKOLI

LEKTURA NA WIESZAKU



Fot. Materiały szkoły

Uczniowie klas siódmych w Szkole Podstawowej nr 7 w Mławie kolejny raz przekonali się, że czytanie lektur szkolnych wiąże się z dobrą zabawą.

Jako projekt podsumowujący wiedzę dotyczącą książki E.E. Schmitta „Oskar i pani Róża” przygotowali lekturę na wieszaku.

Zadanie polegało na tym, że za pomocą symboli musieli przedstawić treść książki i zaprezentować swoje czytelniczne dzieła sztuki.

Materiały szkoły

ŻOŁNIERZ POLSKI W OCZACH DZIECKA



Fot. Materiały szkoły

Nasi uczniowie z dużym zaangażowaniem biorą udział we wszystkich konkursach plastycznych. Odzwierciedleniem tej aktywności są wysokie miejsca jakie otrzymują w tych konkursach.

Cieszymy się, że ich wysiłek i praca zostaje doceniona. W konkursie międzyszkolnym „Żołnierz polski w oczach dziecka” organizowanym przez Szkołę Podstawową nr 6 w Mławie wzięło udział 24 uczniów, czterech zostało wyróżnionych nagrodami:

Jan Lempek - kl. VII a - I miejsce
Gabriela Sosińska - kl. V c - I miejsce
Jakub Szymański - kl. V c - wyróżnienie
Sandra Śwircz - kl. VI a - wyróżnienie.
Gratulujemy.

Materiały szkoły

BIEG NIEPODLEGŁOŚCI



Fot. Materiały szkoły

Podczas XXX Biegu Niepodległości uczniowie Szkoły Podstawowej nr 7 w Mławie zajęli czołowe miejsca. W biegu na 300 m - 1. miejsce zajęła Maja Nowotczynska z klasy 4d, w biegu na 600 m - 1. miejsce zajęła Zofia Majko z klasy 7e, w biegu na 900 m - 1. miejsce Oliwia Calik 8s, - 2. miejsce Aleksandra Gołębiewska 7s, - 3. miejsce Amelia Nowosielska 7s, wśród chłopców w biegu na 900 m - 2. miejsce zajął Sebastian Gokiewicz 8s.

W klasyfikacji drużynowej dziewcząt nasza szkoła 1. miejsce. Gratulacje.

Materiały szkoły

LEKCJE KLEKSOGRAFII



Fot. Materiały szkoły

Na jednej z lekcji języka polskiego klasy 4a i 4c w Szkole Podstawowej nr 7 w Mławie mogły choć na chwilę przenieść się w magiczny świat pana Kleksa. Uczniowie wzięli udział w lekcji kleksografii.

Na arkuszach papieru robili duże kleksy, które rozmazywane, przybierały kształty różnych figur, zwierząt i postaci. Uczniowie zainspirowani powstałymi obrazkami, uruchomili wyobraźnię i dopisali do swoich prac zabawne wierszyki i historyjki.

Efekty niezwykłej lekcji zaskoczyły samych uczniów. Śmiechu i zachwytów było co nie miara. Na relację z tych zajęć zapraszamy do galerii.

Materiały szkoły

WYSTAWA W MDK



Fot. Materiały KPP

Od 17 listopada, w foyer Miejskiego Domu Kultury w Mławie oglądać można nagrodzone i wyróżnione prace, które przysłały na konkurs Komendy Powiatowej Policji w Mławie pn. „Ekipa T.A.K - Bezpieczeństwo”. W sumie organizatorzy otrzymali aż 233 prace dzieci i młodzieży. To niesamowite komiksy o przygodach superbohaterów Tomka, Aśki i Kacpra oraz prace plastyczne, których bohaterami są Dzieci - Superbohaterowie, dbający o bezpieczeństwo własne i innych w drodze do szkoły.

Wystawa potrwa do 25 listopada. To tego dnia poznamy dwóch zwycięzców konkursu, którzy otrzymają nagrody główne.



Na stronie KPP Mława czytamy: „Z uwagi na bezpieczeństwo w dobie pandemii, finał będzie miał kameralny charakter. Wyróżnienia dla 25 autorów prac zostaną przekazane bezpośrednio do szkół.

Dziękujemy wszystkim młodym autorom prac za udział w plastycznym - graficznym konkursie. Konkursowi patronował Starosta Mławski, Burmistrz Miasta Mława oraz Wojewódzki Ośrodek Ruchu Drogowego w Ciechanowie, którzy ufundowali nagrody. Relację z finału znajdziecie na naszych stronach internetowych.

Pozdrawiamy wszystkich uczestników konkursu - tak na prawdę to Wy zasługujecie na miano „Ekipy T.A.K - BEZPIECZENSTWO”.

Materiały KPP Mława