

CO, GDZIE, KIEDY?

SPIS WYDARZEŃ I IMPREZ REGIONALNYCH

KAŻDY DZIEŃ JEST DAREM

CO ROKU NA ŚWIECIE Z POWODU CHOROBY NOWOTWOROWYCH UMIERA 8 MLN OSÓB. W POLSCE RAK ZABIJA PONAD 100 TYS. PACJENTÓW ROCZNIE. RAK PIERSI JEST NAJCZĘŚCIEJ WYSTĘPUJĄCYM NOWOTWOREM WŚRÓD KOBIET NA ŚWIECIE I NAJCZĘSTSZĄ PRZYCYNĄ ZGONU — ROCZNIE DIAGNOZUJE SIĘ GO U OKOŁO 1,7 MILIONA OSÓB, Z KTÓRYCH CO ROKU UMIERA AŻ 500 TYSIĘCY. IDEALNEGO LEKU NA RAKA NIE MA, DLATEGO WAŻNE JEST, ŻEBY CHOROBE WYKRYĆ WE WCZESNYM STADIUM I JAK NAJSZYBCIEJ ROZPOCZĄĆ LECZENIE. DLATEGO KOBIETY: BADAJCIE SIĘ! S. 10

ANNA BRZozowska WŚRÓD FINALISTÓW PLEBISCYTU „NAUCZYCIEL ROKU 2024”

MŁAWA II

S. 3



KLUCZE DO MIESZKAŃ WRĘCZONE SZCZĘŚLIWYM LOKATOROM

WYDARZENIA II

S. 4



II LIGA MAZOWIECKA DLA MŁODZIKÓW ZAWKRZA

SPORT II

S.13



Fot. archiwum

PROMOCJA

PORTAL DLA WARSZAWY I MAZOWSZA

NOWY PORTAL INFORMACYJNY

CO CENIMY W NAUCZYCIELACH?

Jak wynika z badania "Dzień nauczyciela, czy to wciąż ważne święto" przeprowadzonego przez serwis Prezentmarzeń cechą, jaką Polscy najbardziej cenią u nauczycieli, jest zaangażowanie w pracę. Wskazało na nią aż 34% respondentów. Nauczyciele, którzy poświęcają czas i energię na przygotowanie ciekawych lekcji, a także wspierają swoich uczniów w indywidualnym rozwoju, są postrzegani jako prawdziwi pasjonaci swojej pracy. Ich determinacja i gotowość do niesienia pomocy są fundamentem relacji z uczniami. Na drugim miejscu znalazła się cierpliwość, którą docenia 23% ankietowanych. W obliczu codziennych wyzwań i trudności związanych z nauczaniem, cierpliwość staje się kluczowym elementem skutecznego procesu edukacyjnego. Respondenci zaznaczają, że nauczyciele, którzy potrafią spokojnie

reagować na różne sytuacje w klasie, budują atmosferę sprzyjającą nauce i rozwojowi emocjonalnemu uczniów. Nie mniej ważne jest indywidualne podejście do uczniów. Cecha ta została wskazana przez 21% uczestników badania. W dobie zróżnicowanych potrzeb edukacyjnych coraz więcej osób zwraca uwagę na to, jak nauczyciele dostosowują metody nauczania do indywidualnych predyspozycji uczniów. Dzięki temu uczniowie czują się zauważeni i zrozumiani, co znacząco wpływa na ich motywację i zaangażowanie w naukę. Wiedza i umiejętność jej przekazywania to kolejna cecha, którą docenia 22% respondentów. Nauczyciele, którzy potrafią w jasny i zrozumiały sposób przedstawić nawet najbardziej skomplikowane zagadnienia, są niezwykle cenieni przez



foto: Adobe Stock

uczniów i rodziców. Dzięki umiejętnościom dydaktycznym stają się przewodnikami w świecie wiedzy, a ich metody pracy mają bezpośredni wpływ na osiągnięcia podopiecznych. Współczesna edukacja wymaga od nauczycieli nie tylko szerokiej wiedzy, ale

także otwartości na innowacje i umiejętności dostosowania się do zmieniających się potrzeb. W badaniu 34% ankietowanych wskazało, że nauczyciele są otwarci na nowe metody nauczania, które sprzyjają rozwojowi uczniów w dynamicznie zmieniającym się świecie. Z kolei 28%

respondentów podkreśliło, że nauczyciele są świadomi społecznych wyzwań i różnorodności, co pozwala im lepiej zrozumieć i wspierać swoich uczniów.

Spółeczna rola pedagogów

Oprócz umiejętności zawodowych, nauczyciele odgrywają istotną rolę w kształtowaniu wartości społecznych i emocjonalnych u młodych ludzi. Dla 31% respondentów nauczyciel jest wzorem do naśladowania, a 28% osób postrzega go jako przewodnika i inspiratora, który pomaga uczniom odkrywać swoje talenty i pasję. Te dane pokazują, że nauczyciele są postrzegani nie tylko jako osoby przekazujące wiedzę, ale także jako liderzy i mentorzy w życiu młodzieży. Coraz częściej podkreśla się społeczną rolę nauczycieli jako przewodników i inspira-

torów w życiu uczniów. Nauczyciele są ceni nie tylko za swoją wiedzę, ale także za cierpliwość, zaangażowanie i indywidualne podejście do uczniów. Dobry nauczyciel nie poniża tylko zaprasza do rozmowy. Z badania wynika, że nauczyciele są ceni nie tylko za swoje kompetencje zawodowe, ale także za cechy osobiste, które mają bezpośredni wpływ na relacje z uczniami. Zaangażowanie, cierpliwość, indywidualne podejście oraz umiejętność skutecznego przekazywania wiedzy to cechy, które budują zaufanie i szacunek wobec pedagogów. Współczesne wyzwania edukacyjne wymagają od nauczycieli elastyczności, otwartości na innowacje i świadomości różnorodności, co czyni ich nie tylko nauczycielami, ale także mentorami i przewodnikami w rozwoju młodych ludzi. **oprac. red**

WAŻNE ADRESY I TELEFONY

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

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

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

e-mail:
starostwo@powiatmlawski.pl

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Dobry nauczyciel to nauczyciel skuteczny. Skuteczność oznacza osiąganie celów przy optymalnym nakładzie pracy. Skuteczny nauczyciel to taki, który osiąga cele, jakie postawiono przed nim i jakie on sam sobie wyznaczył. Jeżeli go zrealizuje, to znaczy, że jest dobrym nauczycielem. Dobry nauczyciel jest jak lider, który odwracając się za siebie widzi tłum, który chce za nim podążać. Dobry nauczyciel to osoba, która w określonej grupie uczniów stymuluje proces wytyczania i osiągania celów, wyzwalaając w sobie i innych entuzjazm oraz zdolności i najlepsze cechy charakteru.

8 października w Sali Wielkiej Zamku Królewskiego w Warszawie odbyła się 22. Gala Konkursu „Nauczyciel Roku”. Plebiscyt organizowany jest corocznie przez Głos Nauczycielski oraz Ministerstwo Edukacji Narodowej. Jego finał przypada na październik i towarzyszy obchodom Dnia Edukacji Narodowej. W tegorocznej edycji wśród „złotej trzynastki” finalistów była Anna Brzozowska z Mławy.

Anna Brzozowska jest nauczycielką matematyki w I Liceum Ogólnokształcącym im. Stanisława Wyspiańskiego oraz w Społecznej Szkole Podstawowej „Wyspianum” w Mławie. Ponadto od 27 sierpnia br. pełni funkcję Mławskiego Rzecznika Praw Ucznia.

Jak możemy przeczytać na stronie Głosu Nauczycielskiego, jury miało w tym roku nie lada kłopot aby wśród wielu zgłoszeń wyłonić trzynastkę finalistów:

„– Nadesłane w tym roku zgłoszenia konkursowe były bardzo dobre – znakomicie udokumentowane, z wieloma opiniami i rekomendacjami – podsumował prof. Stefan M. Kwiatkowski. – A bardzo wyrównany poziom wniosków nie ułatwiał pracy jury. Dlatego mieliśmy nie lada kłopot, żeby wybrać najpierw finalistów, a później zwycięzców.”

Serdecznie gratulujemy pani Annie tak zaszczytnego wyróżnienia i życzymy dalszych sukcesów w kształceniu młodzieży oraz wszelkiej pomyślności w życiu zawodowym i prywatnym. **Mateusz Przybyszewski**

TOMASZ SIWKO DYREKTOREM SAMODZIELNEGO PUBLICZNEGO ZAKŁADU OPIEKI ZDROWOTNEJ W MŁAWIE

W dniu 2 października 2024 roku na mocy porozumienia zawartego pomiędzy Zarządem Powiatu Mławskiego a dyrektorem Samodzielnego Publicznego Zakładu Opieki Zdrowotnej w Mławie Waldemarem Rybakiem została rozwiązana umowa o pracę zawarta z dyrektorem SPZOZ w Mławie w dniu 08.02.2019r.



Od dnia 3 października 2024 roku obowiązki dyrektora SPZOZ w Mławie pełni pan Tomasz Siwko.

Zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21.08.1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. z 2024 r. poz. 1145 z późn. zm.)

Burmistrz Miasta Mława

informuje, że w dniach od 15.10.2024 r. do 15.11.2024 r. na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Mława, ul. Stary Rynek 19, oraz w Biuletynie Informacji Publicznej www.mlawa.pl podano do publicznej wiadomości wykaz nieruchomości przeznaczonych do wydzierżawienia zawierający nieruchomości nr nr 10-130/87 (część), 10-4129/16, 10-683/3, 10-698/47 (część), 10-740/3 (część), 10-740/5 (część).

13824otm1-a-M

ANNA BRZozowska WŚRÓD FINALISTÓW PLEBISCYTU „NAUCZYCIEL ROKU 2024”

PODCZAS 22. GALI KONKURSU „NAUCZYCIEL ROKU” WŚRÓD „ZŁOTEJ TRZYNASTKI” FINALISTÓW ZNALAZŁA SIĘ ANNA BRZozowska z Mławy. PANI ANNA JEST NAUCZYCIELKĄ MATEMATYKI I PEŁNI FUNKCJĘ MŁAWSKIEGO RZECZNIKA PRAW UCZNIA.



fol. Arch. prywatne

REKLAMA

przetarg

Wiśniewo, dnia 14.10.2024 r.

OGŁOSZENIE O II PRZETARGU USTNYM NIEOGRANICZONYM na sprzedaż niezabudowanej nieruchomości gruntowej, działki nr 59/1 o obszarze 0,3000 ha oraz działki nr 59/2 o obszarze 0,1400 ha w miejscowości Kosiny Kapiczne

- Działki nr ewid. 59/1 i 59/2, w obrębie 0006 Kosiny Kapiczne, gmina Wiśniewo, położone bezpośrednio przy gruntowej drodze gminnej, działce nr ewid. 57, około 150 m od asfaltowej drogi powiatowej prowadzącej od dawnej E7 przez Kosiny Kapiczne do wsi Bogurzyn.
- Dla nieruchomości Sąd Rejonowy w Mławie Wydział IV Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą nr PL1M/00057995/7.
- Nieruchomość bez uzbrojenia, nieogrodzona. W części wykorzystywane przez właściciela sąsiedniej nieruchomości jako teren do składowania słomy i siana oraz do parkowania maszyn rolniczych, a w części nieużytkowana.
- Działki są ze sobą połączone, tworząc kształt zbliżony do prostokąta, o łącznej powierzchni 4400 m².
- Miejscowość Kosiny Kapiczne położona jest w południowej części gminy Wiśniewo. Miejscowość oddalona od siedziby gminy o około 2,5 km
- W miejscowości znajduje się przystanek autobusowy. Szkoła i przedszkole jest w oddalonej o ok. 1,5 km wsi Kosiny Stare oraz w Wiśniewie.

Dla nieruchomości wyżej opisanej, ustalono cenę wywoławczą i wadium:

- cena wywoławcza: **38 038,00 zł** (słownie: trzydzieści osiem tysięcy trzydzieści osiem złotych 00/100)
- wadium: **3 804,00 zł** (słownie: trzy tysiące osiemset cztery złote 00/100).

Przetarg zostanie przeprowadzony na podstawie przepisów ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 roku o gospodarce nieruchomościami (t.j. Dz.U. z 2023 r. poz. 344 z późn. zm.) oraz rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 14 września 2004 roku w sprawie sposobu i trybu przeprowadzania przetargów oraz rokowań na zbycie nieruchomości (t.j. Dz. U. z 2021 r. poz. 2213).

I przetarg odbył się w dniu 4 września 2024 r.

Przetarg odbędzie się w dniu **9 grudnia 2024 r.** o godzinie **11:00** w siedzibie Urzędu Gminy Wiśniewo, Wiśniewo 86, 06-521 Wiśniewo, sala nr 10.

Osoby zainteresowane uczestnictwem w przetargu zobowiązane są do wniesienia wadium w kwocie **3804,00 zł** najpóźniej do dnia **27 listopada 2024 r.** (decyduje data uznania rachunku bankowego Gminy Wiśniewo) na konto nr 91 1020 3541 0000 5502 0356 8383 – tytuł przelewu „Wadium – II przetarg na sprzedaż działek niezabudowanych nr 59/1 i 59/2”.

O wysokości postąpienia – nie mniej niż 1% ceny wywoławczej – decydują uczestnicy przetargu.

Uczestnicy przetargu w dniu przetargu okazują komisji przetargowej:

- dowód wpłaty wadium
- dowód tożsamości – w przypadku osób fizycznych
- aktualny wypis z właściwego rejestru, stosowne pełnomocnictwa, dowody tożsamości osób reprezentujących podmiot – **w przypadku osób prawnych.**

Wpłata wadium w przetargu jest równoznaczna z potwierdzeniem zapoznania się uczestnika przetargu z treścią ogłoszenia, warunkami przetargu i ich akceptacją. Uczestnikom przetargu, którzy przetargu nie wygrają lub gdy przetarg zostanie odwołany, wadium zostanie zwrócone nie później niż w terminie trzech dni od dnia odwołania, zamknięcia, unieważnienia lub zakończenia wynikiem negatywnym przetargu, na konto z którego wadium zostało wpłacone, po złożonym wniosku o zwrot wadium, który stanowi załącznik do niniejszego ogłoszenia.

Ustalony w drodze przetargu nabywca nieruchomości, zobowiązany jest zapłacić cenę ustaloną w przetargu, pomniejszoną o wpłacone wadium, nie później niż do dnia zawarcia umowy notarialnej w sposób określony w protokole przetargu i w protokole uzgodnień.

Termin i miejsce zawarcia umowy sprzedaży, wyznaczone zostaną w ciągu 21 dni licząc od dnia rozstrzygnięcia przetargu, o czym zawiadamia się nabywcę nie później niż na 7 dni przed terminem zawarcia umowy. Koszty związane z zawarciem umowy w formie aktu notarialnego w całości ponosi nabywca. Wadium przepada, jeżeli osoba ustalona jako nabywca nieruchomości, nie przystąpi bez usprawiedliwienia do zawarcia umowy w miejscu i terminie podanym w zawiadomieniu przez organizatora przetargu.

Zastrzega się prawo odwołania przetargu lub jego unieważnienia w przypadku zaistnienia uzasadnionych powodów.

Szczegółowe informacje o powyższym postępowaniu można uzyskać w Urzędzie Gminy Wiśniewo, pokój nr. 8, tel. 23 655-70-24 wew. 248, email: ugwisniewo@ugwisniewo.pl.

**Wójt Gminy Wiśniewo
Grzegorz Woźniak**

13924otm1-a-M

DEBATA ON-LINE „NIE BĄDŹ OBOJĘTNY...” Z UDZIAŁEM SP 2 W MŁAWIE



fot. SP nr 2 w Mławie

Wpisując się w realizację kierunków polityki oświatowej państwa Mazowiecki Kurator Oświaty zorganizował debatę on-line „Nie bądź obojętny...”, czyli o prawie dziecka do ochrony zdrowia psychicznego”. W Szkole Podstawowej nr 2 wzięli w niej udział: dyrekcja, klasa VIIIa, przewodniczący klas piątych, szóstych, siódmych oraz ósmej, Młodzieżowy Radny Miasta Mława

- Brajan Starzak, a także przedstawiciele Samorządu Uczniowskiego, pedagog szkolny oraz nauczyciele szkoły. Było to wydarzenie niezwykle ciekawe, poruszające tematy potrzebne, ważne oraz bardzo nam bliskie. Oby więcej takich wydarzeń. Wiedza przekazana nam przez wspaniałych prelegentów zostanie z nami na długo.

KLUCZE DO MIESZKAŃ WRĘCZONE SZCZĘŚLIWYM LOKATOROM

Burmistrz Miasta Mława Piotr Jankowski wręczył klucze do mieszkań, które będą wynajmować szczęśliwi lokatorzy odnowionego budynku komunalnego przy ul. Piłsudskiego 31. W kameralnej uroczystości uczestniczyli także i obejrżeli wraz z mieszkańcami efekty niedawnej rozbudowy domu przewodniczący społecznej komisji ds. przydziału lokali z mieszkaniowego zasobu Miasta Mława Marian Wilmowski oraz przedstawiciele Towarzystwa Budownictwa Społecznego Sp. z o.o. w Mławie i Wydziału Gospodarki Komunalnej, Mieszkaniowej i Ochrony Środowiska Urzędu Miasta Mława. Przypomnijmy, że zakończona niedawno inwestycja obejmowała rozbudowę o klatkę schodową budynku mieszkalnego wielorodzinnego i nadbudowę poddasza

użytkowego z dachem dwuspadowym. Przebudowany został parter budynku, gdzie powstały 4 lokale mieszkalne i nadbudowana jedna kondygnacja, na której znalazły się 4 kolejne lokale mieszkalne. Wszystkie przeznaczono na wynajem wskazanym przez gminę osobom spełniającym warunki określone w art. 7 a ust. 1 ustawy z dnia 8 grudnia 2006 r. o finansowym wsparciu niektórych przedsięwzięć mieszkaniowych. Miasto Mława otrzymało na realizowaną przez TBS inwestycję „Rozbudowa i nadbudowa budynku mieszkalnego wielorodzinnego przy ul. Piłsudskiego 31” bezzwrotne dofinansowanie w wysokości 85% wartości inwestycji z Banku Gospodarstwa Krajowego. Burmistrz Piotr Jankowski życzył wszystkim najemcom przyjemnego, komfortowego użytkowania lokali. **KN/WP**



REKLAMA

Warmia&Mazury — MAGAZYN TURYSTYCZNY

Świat ————— Polska

PODRÓŻE, KTÓRE INSPIRUJĄ

Magazyn można zakupić w salonikach prasowych, salonach Empik, na dworcach i lotniskach, a także online przez strony internetowe **kupgazete.pl** i **e-kiosk.pl**. Reklama i prenumerata – **509 712 242**

KLASA II B Z WIZYTĄ W MŁAWSKIEJ KOMENDZIE

W Komendzie Powiatowej Policji w Mławie, gościliśmy dziś uczniów klasy II b, ze Szkoły Podstawowej Nr 1 w Mławie. Uczniowie dowiedzieli się jak funkcjonuje mławska jednostka, zwiedzili miejsca na co dzień dostępne dla osób spoza komendy, poznali oficera dyżurnego, dzielnicowych oraz policjanta ruchu drogowego. Wzięli także udział w zajęciach profilaktycznych, poświęconych bezpieczeństwu na drodze.

Podczas zwiedzania budynku komendy, największe zainteresowanie uczniów, wzbudziło pomieszczenie, gdzie przewożone są osoby zatrzymane przed osadzeniem w ce-

lach. Byli także zainteresowani służbą oficera dyżurnego. Trudno im było sobie wyobrazić, że dyżurny pełni służbę przez całą noc.

Rozmawiali także z dzielnicowymi. Uczest-

nicyli również w spotkaniu profilaktycznym z policjantem ruchu drogowego. Zajęcia poświęcone były bezpieczeństwu pieszych, akcji „Świeć przykładem- Noś odblaski” oraz bezpieczeństwu

podczas jazdy rowerem i hulajnogą.

Dzieci miały także okazję zobaczyć policyjny sprzęt i radiowozy. Jak same stwierdziły – praca policjanta jest fajna i trudna jednocześnie.

Klasa II b obiecała, że zatroszczy się o swoje bezpieczeństwo i postara się chronić inne dzieci, bo to po prostu bardzo ważne. Mamy zatem nowych pomocników w trosce o bezpieczeństwo na drodze.

Dla naszych gości mieliśmy oczywiście drobne ale ważne upominki - elementy odblaskowe.

Dziękujemy za spotkanie i serdecznie pozdrawiamy.

asp.szt. Anna Pawłowska



PASOWANIE NA UCZNIĄ W SP NR 1 W MŁAWIE

Na uroczystym apelu szkolnym uczniowie klas pierwszych złożyli obietnicę, że będą wzorowymi uczniami Szkoły Podstawowej nr 1 i obywatelami Rzeczy-

spolitej Polskiej. Ślubowanie zostało złożone w obecności burmistrza Miasta Mława pana Piotra Jankowskiego, pana zastępcy burmistrza Mariusza Szczechowicza,

przedstawicielki Rady Rodziców pani Sabiny Koźlakiewicz - Krajewskiej, Dyrektora ZPOI pani Janiny Lampkowskiej, wicedyrektora pani Jolanty Luciszewskiej oraz

Rodziców pierwszoklasistów. Uczniowie klas 1a, 1b i 1c popisali się śpiewem, tańcem i recytacją. W tym dniu obchodziliśmy też święto patrona szkoły Hugona

Kołatąja. Pierwszaki złożyły kwiaty pod tablicą pamiątkową patrona. Z okazji Dnia Patrona życzymy Szkole Podstawowej nr 1 wszystkiego co najlepsze.

Niech każdy dzień wspólnie spędzony w szkole przynosi radość uczniom, nauczycielom i pracownikom.



TRWA PRZEBUDOWA BAZY SPORTOWEJ PRZY SZKOLE PODSTAWOWEJ NR 2 W MŁAWIE

Termin zakończenia prac, zgodnie z zawartą umową na wykonanie robót budowlanych to 15 listopada 2024 r. W ramach zadania, które obejmuje przebudowę obiektów sportowych: boiska wielofunkcyjnego, bieżni, skoczni w dal oraz budowę boiska piłkarskiego i rzutni do pchnięcia kulą wraz z niezbędną infrastrukturą towarzyszącą dotychczas wykonano: rozbiórkę istniejących nawierzchni, roboty ziemne, pomiarowe, podbudowy,



odwodnienia, uformowano skarpy pomiędzy boiskiem i bieżnią, przebudowano schody terenowe prowadzące do

bieżni, wykonano drenaż wraz z warstwą odsączającą pod boisko piłkarskie, zakończono warstwę podbudowy oraz

warstwę wyrównawczą na boisku piłkarskim, wykonano oświetlenie boiska. Trwają prace nawierzchniowe na bieżni i skoczni w dal. Do wykonania pozostały również m.in. warstwa nawierzchni na obu boiskach, piłkochwyty oraz montaż małej infrastruktury. Termin zakończenia prac, zgodnie z zawartą umową na wykonanie robót budowlanych, do 15 listopada 2024 r. Zadanie inwestycyjne pn. „Modernizacja bazy sporto-

wej przy Szkole Podstawowej nr 2 w Mławie” dofinansowane ze środków Rządowego Funduszu Polski Ład:

Program Inwestycji Strategicznych w kwocie 1 910 955,31 zł. Całkowita wartość zadania 2 340 996,34 zł. MJ/

REKLAMA

KONSTAŁ PRODUCENT

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

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

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

GARAŻE WZMOCNIŁE | MONTAŻ GRATIS | AUTOMATYKA DOBRAM

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

BOIMY SIĘ O NASZE BEZPIECZEŃSTWO W SIECI

Według „Testu z cyberbezpieczeństwa” największe obawy o bezpieczeństwo swoich danych ma grupa wiekowa 50-59 lat. 70 proc. respondentów lęka się utraty pieniędzy. Nieco mniej boi się zaciągnięciem zobowiązań na skradzione dane.



Większość Polaków (78 proc.) obawia się o bezpieczeństwo swoich danych w internecie. Jedynie 20 proc. nie żywi obaw w tym zakresie. Najmniej o bezpieczeństwo swoich danych w sieci martwią się ludzie w przedziale wiekowym 18-29 lat. Aż 66 proc. z nich wierzy, że ich dane są bezpieczne. Odsetek ten maleje wraz z wiekiem i już blisko 9 na 10 pięćdziesięciolatków

wyraża znaczne obawy o swoje dane — wynika z raportu „Test z cyberbezpieczeństwa” przygotowanego przez IB RiS na zlecenie Santander Consumer Banku.

Według badania 42 proc. Polaków uważa, że obecne technologie zabezpieczeń są wystarczające, aby chronić ich dane. Nieco wyższy odsetek (45 proc.) ma odmienne zdanie, podzielając pogląd, że technologiczne

rozwiązania nie obronią przed cyberzagrożeniami. Największy sceptycyzm wykazuje grupa wiekowa 50-59 lat (55 proc.), a najwyższe zaufanie (46 proc.) deklarują respondenci między 40 a 49 rokiem życia. Prawie 13 proc. z nich nie wie bądź trudno im określić, czy obecne technologie zapewniają adekwatną ochronę.

Użytkownicy chcą mieć pewność, że ich dane

i pieniądze są chronione przed nieautoryzowanym dostępem czy hakerskimi atakami. Banki w odpowiedzi na te oczekiwania udoskonalają swoje systemy zabezpieczeń i wprowadzają takie rozwiązania jak m.in. dwuetapowa weryfikacja, tokenizacja czy zaawansowane szyfrowanie danych. Zgodnie z raportem „Test z cyberbezpieczeństwa” Polacy mają duże zaufanie do wprowa-

dzanych rozwiązań. Są one wystarczające dla 76 proc. respondentów.

Z raportu wynika, że największa grupa ankietowanych (70 proc.) obawia się utraty pieniędzy. Na drugim miejscu znajduje się strach przed wyłudzeniem kredytu lub zaciągnięciem zobowiązań na skradzione dane. Takie cyberzagrożenie niepokoi 58 proc. pytanym, przy czym najbardziej (71 proc.) boją się

tego osoby w wieku 50-59 lat. A o utratę danych osobowych obawia się 45 proc. ankietowanych. Badani jako źródło niepokojów wskazali także na zainfekowanie urządzeń wirusem (33 proc.) oraz przejęcie kontroli nad urządzeniem (32 proc.).

Większy niepokój wobec zagrożeń związanych z finansami oraz danymi wyrażają starsze pokolenia.

PAP

WYPADEK NA UL. NOWOWIEJSKIEJ W MŁAWIE. RANNA ROWERZYSTKA TRAFIŁA DO SZPITALA

Trwają czynności mławskiej policji w sprawie zdarzenia drogowego, w którym ranna została 31-letnia rowerzystka. Jak wynika ze wstępnych ustaleń, rowerzystkę potrąciła kierująca audi 35-letnia mieszkanka pow. mławskiego. Obie kobiety były trzeźwe. Ranna rowerzystka została przewieziona do szpitala w Mławie.

Do wypadku doszło 7 października późnym popołudniem, na ul. Nowowiejskiej w Mławie. Jak wynika



z ustaleń interweniujących policjantów, kierująca audi

35-letnia mieszkanka pow. mławskiego, jadąc w kierunku centrum Mławy, najechała na tylne koło roweru, którym kierowała 31-letnia mieszkanka pow. mławskiego.

W wyniku potrącenia rowerzystka upadła na chodnik. Po udzieleniu jej pierwszej pomocy przez straż pożarną i załogę ratownictwa medycznego, kobieta została przewieziona do szpitala w Mławie.

Uczestniczki zdarzenia były

trzeźwe. Trwają ustalenia przebiegu i przyczyn wypadku, postępowanie prowadzi mławska komenda policji. Policja apeluje o rozsądek i ostrożność na drodze oraz zachowanie bezpiecznej odległości przez kierujących pojazdami, podczas wyprzedzania rowerzystów. Jeżdżąc rowerem warto także używać kasku ochronnego i kamizelki odblaskowej.

asp.szt. Anna Pawłowska



ZABYTKOWE MONETY I MEDALE TRAFIŁY DO MUZEUM NARODOWEGO W WARSZAWIE

Blisko 1,1 tys. sztuk obiektów numizmatycznych przekazała Muzeum Narodowemu w Warszawie Izba Administracji Skarbowej w Olsztynie. Zabytkowe monety i medale okolicznościowe pochodzą z udaremnionej próby przemytu na przejściu granicznym w Grzechotkach. – Wśród eksponatów przekazanych muzeum są monety z kilku kontynentów,

pochodzące nawet z V wieku p.n.e. i medale okolicznościowe – poinformowała w środę asp. Marta Rosiak z IAS w Olsztynie. Numizmaty zatrzymali funkcjonariusze Warmińsko-Mazurskiej Służby Celno-Skarbowej w grudniu 2021 roku na granicy z obwodem królewieckim. Były ukryte w desce rozdzielczej ciężarówki wytypowanej do kon-

troli na przejściu granicznym w Grzechotkach. – Zgodnie z postanowieniem sądu po zakończeniu postępowania zabytki stały się własnością Skarbu Państwa i możliwe było ich scedowanie na rzecz Muzeum Narodowego w Warszawie – powiedziała asp. Rosiak. Wśród tych zabytków są złote i srebrne monety z różnych epok – antyczne,

średniowieczne, nowożytnie i współczesne. Polskie monety należące do zbioru to m.in. półgrosze litewskie i koronne Aleksandra Jagiellończyka z lat 1492-1506, szelągi elbląskie Augusta III z 1763 r., szóstaki Jana III Sobieskiego z 1682 i 1683 r., ort Jana Kazimierza z 1658 r., półgrosze koronne Jana Olbrachta z lat 1492-1501, trojaki litewskie Stefana



Batorego z 1583 i 1584 r., półgrosze litewskie i grosz elbląski Zygmunta I Starego z lat 1508-1534, półgrosze litewskie

Zygmunta II Augusta z lat 1546-1565, ort gdański, korony, szóstak, półtoraki i trojak Królestwa Polskiego Zygmunta III Wazy z lat 1596-1626. W zbiorze są również dwa złote polskie wyemitowane na polecenie powstańczego Rządu Narodowego podczas powstania listopadowego w 1831 r. z wybitą nazwą państwa „Królestwo Polskie”.

PAP

ZATRZYMANI DO KONTROLI DROGOWEJ MIAŁ W SAMOCHODZIE NARKOTYKI

Trwają czynności mławskiej policji w sprawie zatrzymanego mieszkańca pow. mławskiego, który w samochodzie przewoził 26 porcji handlowych marihuany. Mężczyzna był już wcześniej znany inter-

weniującym policjantom. Za posiadanie środków odurzających, 26-latkowi grozi kara do 3 lat pozbawienia wolności. Do zatrzymania doszło w ubiegłym tygodniu, na terenie gm. Strzegowo. Tuż po północy,

patrol pełniący służbę w rejonie Unierzyża, zauważył kierującego oplem, który jechał niesprawnym technicznie samochodem. Mężczyzna został zatrzymany do kontroli drogowej. Okazało się, że za kierownicą pojazdu

siedzi 26-letni mieszkaniec pow. mławskiego, znany już wcześniej policji. Mężczyzna był wyraźnie pobudzony i zdenerwowany. W trakcie kontroli, policjanci odnaleźli w samochodzie podzieloną na porcje marihuane.

Mężczyzna został osadzony w policyjnym areszcie a jego samochód odholowany. Przeprowadzono także szczegółowe przeszukania pojazdu i domu zatrzymanego. Następnego dnia 26-latek usły-

szął zarzut posiadania środków odurzających. Za przestępstwo to grozi kara do 3 lat pozbawienia wolności. Trwają dalsze czynności, postępowanie prowadzi mławska komenda policji.

asp.szt. Anna Pawłowska

BEZPIECZEŃSTWO NA DRODZE JESIENIĄ – OBOWIĄZKI KIERUJĄCYCH I PIESZYCH



Jesień wiąże się z utrudnionymi warunkami do jazdy ze względu na dynamicznie zmieniającą się pogodę

Jesienna aura ma swoje zalety, gdyż o tej porze roku wiele osób odwiedza lasy w celu zbierania grzybów. Ten czas niestety wiąże się z utrudnionymi warunkami do jazdy ze względu na dynamicznie zmieniającą się pogodę. Mgły, ulewne deszcze i leżące na jezdni liście mają duży wpływ na bezpieczeństwo kierowców. Piesi i rowerzyści również powinni szczególnie zadbać o swoje bezpieczeństwo w tym czasie, gdyż szybko zapadający zmrok sprawia, że są mniej widoczni na drodze.

Każdy użytkownik drogi – kierowca samochodu, pieszy, czy rowerzysta, powinien mieć świadomość tego, że jesień wiąże się z wieloma zagrożeniami. Przestrzeganie obowiązujących przepisów i zachowanie szczególnej ostrożności zapewnia bezpieczeństwo wszystkim uczestnikom ruchu drogowego.

O czym powinien pamiętać każdy kierowca?
- Należy dostosować prędkość i technikę jazdy do warunków panujących na drodze. Leżące na

jezdni liście w połączeniu z ulewnymi deszczami mogą spowodować, że nawierzchnia będzie śliska.
- Jesienią bardzo częstą występują gęste mgły, a także szybko zapada zmrok, co utrudnia widoczność na drodze. W takich warunkach trudno zauważyć migrującą zwierzynę leśną lub pieszego, który nie posiada elementów odblaskowych. Podczas jazdy samochodem należy zachować szczególną ostrożność.
- W celu poprawy widoczności podczas jazdy samochodem warto sprawdzić światła w pojeździe. Prawidłowo ustawione i przede wszystkim sprawne oświetlenie pozwoli na bezpieczną podróż oraz zapobiegnie oślepianiu innych kierujących.

Bezpieczeństwo pieszego i rowerzysty
- Każdy pieszy musi pamiętać o korzystaniu z elementów odblaskowych poza obszarem zabudowanym. Zachęcamy, aby korzystać z nich także w mieście, gdyż w ten sposób dbamy o swoje bezpieczeństwo.

- Apelujemy do pieszych o odpowiednie zasygnalizowanie zamiaru przejścia przez jezdnię. Przed wejściem na przejście dla pieszych należy upewnić się, czy kierowca nas widzi i zdąży zareagować w odpowiednim czasie. Pamiętajmy, że jeśli nawierzchnia jest śliska, wtargnięcie na jezdnię wprost przed jadącym samochodem, może zakończyć się poważnymi konsekwencjami zdrowotnymi, a nawet utratą życia!

- ROWERZYSTOM PRZYPOMINAMY O ODPOWIEDNIM WYPOSAŻENIU ROWERU. ZGODNIE Z PRZEPISAMI ROWER POWINIEN POSIADAĆ ŚWIATŁA ODBLASKOWE, ŚWIATŁA POZYCYJNE Z PRZODU I Z TYŁU, DZWONEK ORAZ CO NAJMNIEJ JEDEN SPRAWNY HAMULEC.

Każdy kierujący rowem powinien dbać o odpowiednią widoczność dla kierujących samochodami, dlatego warto używać kamizelek odblaskowych oraz innych elementów odblaskowych.

opr. jk

STAROSTA MŁAWSKI

informuje, że na tablicach ogłoszeń Starostwa Powiatowego w Mławie przy ul. Reymonta 6 i ul. Stary Rynek 10, na stronie internetowej www.bip.powiatmlawski.pl oraz w BIP Wojewody Mazowieckiego w dniach 15 października – 5 listopada 2024 roku zamieszczone są wykazy nieruchomości Skarbu Państwa przeznaczonych do sprzedaży obejmujące:

- nieruchomość położoną w Parcelach Łomskich, gm. Lipowiec Kościelny, oznaczoną jako działka nr 109/37 o powierzchni 0,4900 ha, przeznaczoną do sprzedaży w drodze przetargu,
- nieruchomość położoną w Mławie, oznaczoną jako działka nr 3733 o powierzchni 0,1634 ha, przeznaczoną do sprzedaży w drodze bezprzetargowej na rzecz użytkownika wieczystego.

IRŚ. 6740.1.11.2024

Mława, 23.09.2024 r.

ZAWIADOMIENIE O WSZCZĘCIU POSTĘPOWANIA

Zgodnie z art. 61 § 4 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. – Kodeks postępowania administracyjnego (Dz.U. z 2023 r. poz. 775 ze zm.), w związku z art. 11d ust. 5 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz.U. z 2023 r. poz. 162 ze zm.) i art. 32, art. 33 i art. 34 ust. 2 i ust. 3 – ustawy z dnia 7 lipca 1994 r. Prawo budowlane (Dz. U. z 2023 poz. 682 ze zm.) zawiadamia się, że w dniu **22.08.2024 r.** zostało wszczęte na żądanie wnioskodawcy: **Burmistrz Miasta Mława, ul. St. Rynek 19, 06-500 Mława** z dnia **22 sierpnia 2024 r.** postępowanie w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn. **„Rozbudowa odcinka ulicy Bednarskiej w Mławie”** na działkach o numerach ewid. 534/4, 548, 577/1, 547/1, 546/1, 545/1, 544/5, 544/6, 542/1, 541/1, 540/1, 538/6, 550/1, 571/1, 549/2, 572/1, 573/1, 574/4, 574/6, 575/1, 576/1, 550/7 obręb miasto Mława, jednostka ewidencyjna 141301_1 miasto Mława, powiat mławski, województwo mazowieckie.

Uwagi i wnioski dotyczące przedmiotowej sprawy w terminie **7 dni** od daty podania niniejszej informacji do publicznej wiadomości należy zgłaszać w Wydziale Infrastruktury Rolnictwa i Środowiska Starostwa Powiatowego w Mławie przy ul. Stanisława Władysława Reymonta 6 od poniedziałku do piątku w godzinach pracy urzędu, tj. od 8⁰⁰ do 16⁰⁰.

Akta sprawy wyłożone są do wglądu w Wydziale Infrastruktury, Rolnictwa i Środowiska Starostwa Powiatowego w Mławie przy ul. Stanisława Władysława Reymonta 6 (pokój nr 25, tel. 023 654 33 11).

Stosownie do przepisu art. 41 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. – Kodeks postępowania administracyjnego w toku postępowania strony oraz ich przedstawiciele i pełnomocnicy mają obowiązek zawiadomić organ o każdej zmianie swego adresu. W razie zaniedbania tego obowiązku doręczenie pisma pod dotychczasowym adresem ma skutek prawny.

Ponadto zgodnie z art. 33 i art. 40 k.p.a.:
Jeżeli strona ustanowiła pełnomocnika, pisma doręcza się pełnomocnikowi. Jeżeli ustanowiono kilku pełnomocników, doręcza się pisma tylko jednemu pełnomocnikowi. Strona może wskazać takiego pełnomocnika.
Strona zamieszkała za granicą lub mająca siedzibę za granicą, jeżeli nie ustanowiła pełnomocnika do prowadzenia sprawy zamieszkalego w kraju, jest obowiązana wskazać w kraju pełnomocnika do doręczeń.
Pełnomocnikiem strony może być osoba fizyczna posiadająca zdolność do czynności prawnych. W razie niewskazania pełnomocnika do doręczeń przeznaczone dla tej strony pisma pozostawia się w aktach sprawy ze skutkiem doręczenia.

Starosta Mławski
(-) Witold Okumski

13324otm1-a-m

przetarg

GPP6840.21.2023.EW

Mława, 10.10.2024 r.

Wyciąg z ogłoszenia o drugim przetargu pisemnym ograniczonym

Burmistrz Miasta Mława

ogłasza drugi przetarg pisemny ograniczony na sprzedaż nieruchomości składającej się z działek oznaczonych w ewidencji gruntów m. Mławy nr. nr. 2198/1 i 2199/1 o łącznej pow. 0,0414 ha, położonej w Mławie, przy ul. Górnej

dla której Sąd Rejonowy w Mławie prowadzi księgę wieczystą dla działki nr 2198/1 – PL1M/00045161/5, a dla działki nr 2199/1 – PL1M/00073761/6. Nieruchomość jest przeznaczona do sprzedaży w całości.

Nieruchomość jest położona na terenie, dla którego nie ma obowiązującego miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego. Zgodnie ze Studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego m. Mławy nieruchomość jest położona w strefie funkcjonalno-przestrzennej zieleni urządzonej.

Wybór formy przetargu ograniczonego uzasadniony jest tym, iż nieruchomość nie może być zagospodarowana jako odrębna nieruchomość, natomiast może poprawić warunki zagospodarowania przyległych nieruchomości.

Nieruchomość zostanie sprzedana w drodze przetargu ograniczonego na poprawienie warunków zagospodarowania (powiększenie) przyległych nieruchomości.

W przetargu mogą uczestniczyć wyłącznie właściciele przyległych nieruchomości. W przypadku jeśli przyległa nieruchomość stanowi współwłasność kilku osób, w przetargu muszą uczestniczyć wszyscy współwłaściciele łącznie.

Nieruchomość zostanie dołączona do księgi wieczystej tej przyległej nieruchomości, której właściciel zostanie nabywcą nieruchomości nr nr 2198/1 i 2199/1 w wyniku niniejszego przetargu.

Na terenie działek znajdują się blaszany garaż oraz ogrodzenie nie będące przedmiotem sprzedaży.

Ewentualna przebudowa kolidujących urządzeń uzbrojenia technicznego terenu oraz wyznaczenie punktów granicznych nastąpi na koszt nabywcy.

Pierwszy przetarg na sprzedaż nieruchomości odbył się w dniu 04.09.2024 r.

Cena wywoławcza: **55 000,00 zł (słownie złotych: pięćdziesiąt pięć tysięcy 00/100).**

Wadium: **5500,00 zł (słownie złotych: pięć tysięcy pięćset 00/100).**

Sprzedaż nieruchomości podlega opodatkowaniu podatkiem VAT wg stawki 23%. Podatek VAT należy dodać do ceny wywoławczej oraz ceny sprzedaży nieruchomości.

Pisemne zgłoszenia uczestnictwa w przetargu oraz oferty należy składać w kancelarii Urzędu Miasta Mława, 06-500 Mława, ul. Stary Rynek 19, w terminie do dnia **15.11.2024 r.** w zamkniętych kopertach zaadresowanych: Burmistrz Miasta Mława, 06-500 Mława, ul. Stary Rynek 19 i opatrzonych napisem „Drugi przetarg pisemny ograniczony na sprzedaż nieruchomości nr nr 2198/1 i 2199/1 – ul. Górna”.

Jawna część przetargu odbędzie się w dniu 20 listopada 2024 r. o godz. 10.00 w Urzędzie Miasta Mława, ul. Stary Rynek 19, dawna sala ślubów. Jawna część przetargu odbywa się w obecności oferentów.

Ogłoszenie o przetargu zostało wywieszone na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Mława, ul. Stary Rynek 19, oraz opublikowane na stronie internetowej Urzędu Miasta Mława w Biuletynie Informacji Publicznej: www.mlawa.pl.

Szczegółowe informacje dotyczące przetargu można uzyskać w Urzędzie Miasta Mława, Wydział Gospodarki Nieruchomościami i Planowania Przestrzennego, ul. Stary Rynek 19, pok. 14, tel. 23 654 32 53 wew. 401, e-mail: ewa.wozniak@mlawa.pl.

13624otm1-a-M

13724otm1-a-M

— Jestem ciekawa, czy zaczyna pani dzień od drożdżówki?

— Przyznaję, że tak. Zdecydowanie lubię zacząć dzień od drożdżowych bułeczek bądź chleba.

— Zawsze tak było?

— Ciasto drożdżowe towarzyszy mi od najmłodszych lat. W moim domu odkąd pamiętam, zawsze się je piekło. Babcia i dziadek piekli wspaniałą drożdżówkę z rodzynkami w prodiżu. Dziadek przygotowywał też pyszne pączki. Co to był za smak! Były przepyszne. Moja mama piekla chałkę z kruszonką, drożdżowe strucle z dżemem, drożdżówki z budyniem i owocami. U nas w każdy weekend pachniało wypiekami drożdżowymi.

— Ten smak zatem nieodłącznie kojarzy się więc pani z dzieciństwem?

— Ależ tak! Pamiętam, jak razem z siostrą czekałyśmy, siedząc tuż przy piekarniku, aż ciasto się upiecze i będzie można je jeść. Uwielbiałyśmy jeść drożdżowe bułeczki, jeszcze lekko ciepłe. Jak dla mnie nie ma nic pysniejszego. Po założeniu rodziny kontynuowałam tradycję pieczenia ciasta. Próbowałam, kombinując i tworząc coraz to nowe wypieki, zarówno słodkie, jak i wytrawne. Potem pojawił się pomysł na wydanie książki „Drożdżowe love”. Powstawała bardzo długo, bo niemal dwa lata. W tym czasie gromadziłam przepisy, próbowałam. Niektóre wypieki powtarzałam po kilka razy. Można powiedzieć, że drożdżowe pojawiło się u mnie w dzieciństwie, a później wciąż było obecne. Doszłam do takiej perfekcji, że dziś drożdżowe wypieki nie są dla mnie problemem. Postanowiłam więc podzielić się moim doświadczeniem.

— Nie bez powodu więc w książce znalazło się zdanie: „ciasto drożdżowe wymaga uwagi, cierpliwości i miłości”.

— Tak, bo jeżeli chcemy, by nasze ciasto drożdżowe było pyszne, musimy poświęcić mu troszeczkę uwagi. Musi być bardzo dobrze wyrobione, co mo-



Fot. arch. prywatne

żemy uzyskać wygniatając je ręcznie, ale możemy posilkować się robotem z nakładką z hakiem, co ułatwi nam pracę. Jest taka zasada, że ciasto drożdżowe powinno być wyrabiane od pięciu do dziesięciu minut. Musi też mieć czas,

— Niektórzy rezygnują na początku, bo ciasto drożdżowe wydaje im się zbyt trudne. Może przełamią ten strach po lekturze pani książki? Jest tam mnóstwo porad. A jaki błąd popełniamy najczęściej?

Marzena Szkodzińska

— autorka bloga i profilu na Instagramie kulinarna/_manusia. Od wielu już lat karmi bliskich, znajomych i przyjaciół pysznymi daniami, które tworzy w swojej czerwonej kuchni. Pełna optymizmu, uśmiechu i pozytywnie nastawiona do życia kobieta, matka i żona. Poza gotowaniem kocha spacerować z mężem i psem, zwiedzanie różnych zakątków świata oraz czytanie książek a także sport.

drożdże. Zawsze sprawdzajmy datę do spożycia, także drożdży suchych. Te ostatnie, po otwarciu, muszą być przechowywane w lodówce. Ważne też, by w czasie zagniatania ciasta nie używać zbyt gorącej wody czy mleka,

zbyt wysoka, ciasto nie wyrośnie, będzie twarde lub z zakalcem.

— Przyda się więc termometr?

— Nie przesadzajmy, bo to mleko powinno być lekko ciepłe, a nie gorące. Po prostu.

— Mnie zaskoczyła liczba rodzajów mąki. Nie wiedziałam, że jest ich tak dużo.

— Jest ich naprawdę mnóstwo, ale do wypieków drożdżowych potrzebujemy mąki typu 500 czy 550, 650. To popularne mąki, których możemy używać do wypieków.

POLE DO POPISU MAMY WTĘDY, KIEDY DECYDUJEMY SIĘ NA BUŁECZKI CZY CHLEB DROŻDŻOWY. WTĘDY MOŻEMY MIESZAĆ RÓŻNE RODZAJE, KTÓRE DAJĄ OKREŚLONY EFEKT. MOŻNA NA PRZYKŁAD ZASTĄPIĆ MĄKĘ PSZENNĄ MĄKĄ ORKISZOWĄ JASNĄ. MA CUDOWNE WŁAŚCIWOŚCI, A CIASTO ZAWSZE NAM WYJDZIE.

Myślę, że w mojej książce każdy znajdzie coś dla siebie, jest w niej mnóstwo przepisów, bo aż 120. I to nie tylko na słodko, ale też wytrawne. Pokutuje fałszywe przekonanie, że drożdżowe to tylko na słodko. Ależ skąd. Właśnie chodzi o to, że możliwości są nieograniczone. Mogą to być na przykład drożdżowe naleśniki na śniadanie czy gofry, nie wspominając o przeróżnych bułkach z wieloma nadzieniami. Nie ma co się zniechęcać, trzeba próbować.

— Warto przekazywać te przepisy z pokolenia na pokolenie?

— Ja tak uważam. Spotykam wiele osób, które po zjedzeniu drożdżówek nagle ożywają się i mówią: „pamiętam, jak moja babcia robiła takie bułeczki”. To smaki dzieciństwa, które tkwią w nas bardzo głęboko.

— Od dziesięciu lat prowadzi pani blog Kulinarna Maniusia, właśnie nakładem wydawnictwa Purple Book ukazała się

pani książka „Drożdżowe love”. To musi być prawdziwa pasja.

— Od zawsze kochałam gotować. Mój dziadek był z zawodu cukiernikiem, choć co prawda nie pracował w zawodzie. Tę miłość otrzymałam w genach.

GOTOWANIE JEST DLA MNIE RELAKSEM, ODPOCZYNIEM, ALE I PROCESEM TWÓRCZYM. W KUCHNI MIJA ZMĘCZENIE I MOGLABYM W NIEJ SPĘDZAĆ GODZINY. DO PROWADZENIA BLOGA ZACHĘCIŁ MNIE MÓJ MAŻ, KTÓRY STWIERDZIŁ, ŻE MUSZĘ PRZEKAZAĆ TO, CO UMIEM, W ŚWIAT. POTEM MIAŁAM MARZENIE O KSIĄŻCE, KTÓRE WŁAŚNIE SIĘ SPEŁNIŁO.

— Bo gotowanie łączy.

— Też tak uważam. Dziś widzę, że mój blog odwiedza bardzo dużo osób, które korzystają z przepisów. Mam wiele wiadomości, w których ludzie dziękują za inspirację, za receptury. I to właśnie jest dla mnie największą nagrodą. To, że mogę dzielić się moją pasją z innymi i są ludzie, którzy zaczynają dostrzegać, że pieczenie, gotowanie, sprawia im radość. Uczą się celebrować wspólne posiłki i to jest wspaniałe. Cieszymy się jedzeniem, wspólnym gotowaniem i spędzonym czasem. A jeśli ja mam w tym swój udział, to jest to dla mnie źródłem radości.

Katarzyna Janków-Mazurkiewicz

Z MIŁOŚCI DO SMAKÓW DZIECIŃSTWA

MARZENA SZKODZIŃSKA, CZYLI AUTORKA BLOGA KULINARNA MANIUSIA, WŁAŚNIE WYDAŁA DEBIUTANCKĄ KSIĄŻKĘ KULINARNĄ „DROŻDŻOWE LOVE”.
— GOTOWANIE TO MOJA WIELKA PASJA, MOJA MIŁOŚĆ I SPOSÓB NA RELAKS I ODPOCZYNEK — MÓWI.

by wyrosnąć. Najlepiej, jeśli jest to 1,5 czy nawet dwie godziny. Trzeba też pamiętać, by było to ciepłe miejsce. Jeśli zastосуemy się do tych zasad, ciasto wyjdzie puszyste i mięciutkie.

— Ciastu drożdżowemu najbardziej szkodzi pośpiech. Nie możemy pominąć poszczególnych etapów. Ciasto trzeba dobrze wyrobić. Przyczyną nieudanego wypieku mogą być też nieświeże

bo w ten sposób zabijamy drożdże. Temperatura płynu w przypadku drożdży świeżych to maksymalnie 37 stopni Celsjusza, w przypadku suchych – maksymalnie 40 stopni. Jeśli temperatura będzie



Materiały wydawnictwa Purple Book

Mówią, że bycie babcią to najpiękniejsza rola, jaką kobiety mają szansę spełniać zaraz po byciu mamą. To zbieranie plonów naszego życia i oddawanie wnukom tej miłości, którą pielęgnujemy i rozwijamy przez całe nasze życie. Pani Jadwiga ma 65 lat i jest żoną wspaniałego męża Krzysztofa. Małżeństwem są od 42 lat. Wciąż patrzą na siebie zakochanym wzrokiem i trzymają się za ręce.

— Lepszego męża nie mogłam sobie wymarzyć — zapewnia pani Jadwiga. — Choć początkowo nie podobało mi się w nim to, że jest małowówny. Ja uwielbiam rozmawiać; buzia mi się nie zamyka. Zawsze byłam odważna, gadatliwa i aktywna. Energia wprost mnie rozpierała, a Krzysiek taki spokojny, cichy, ale dobry i pomocny człowiek z niego. Byliśmy przeciwieństwami, a jak wiadomo, one się zawsze przyciągają.

Tworzyli szczęśliwą rodzinę

Miłość zaprowadziła ich przed ołtarz. Wypowiadając sakramentalne „Tak” oczy mieli pełne łez wzruszenia, a serca przepelnione szczęściem. Pracowali, wybudowali dom i zostali rodzicami dwóch córek: Kasi i Iwonki. Rodzina była dla nich najważniejsza.

— Z rodzinnych domów wynieśliśmy mnóstwo miłości, więc swoim dzieciom też staraliśmy się ją przekazywać — mówi małżonkowie. — Córkę byli dla nas ósmym cudem świata. Kochaliśmy je bardzo ale uczyliśmy zawsze szacunku do starszych, rozróżniania dobra od zła, poszanowania pracy i pieniędzy. Chcieliśmy, żeby wyrosły na dobrych ludzi. Byliśmy dumni, gdy dziewczynki przynosiły świadectwa z czerwonym paskiem, ale jeszcze bardziej cieszyło nas to, że mają w sobie wiele empatii wobec ludzi i miłości do zwierząt. Nie potrafiły obojętnie przejść wobec krzywdy i nieszczęścia. Cieszyliśmy się, gdy wychodziły za mąż i gdy

CHCĘ WYCHOWAĆ WNUCZKI NA DOBRYCH LUDZI

PANI JADWIGA WYCHOWAŁA Z MĘŻEM DWOJKĘ DZIECI. KIEDY PRZESZŁA NA EMERYTURĘ, MARZYŁA, ŻE BĘDZIE REALIZOWAĆ SVOJE PASJE. ŻYCIE NAPISAŁO INNY SCENARIUSZ... PO ŚMIERCI CÓRKI MUSIAŁA ZAOPIEKOWAĆ SIĘ WNUKAMI. — BYCIE MAMOBABCIĄ STAWIA WIELE NOWYCH WYZWAŃ. OD CZASU NASZYCH BABĆ WSZYSTKO SIĘ DIAMETRALNIE ZMieniŁO. NA SZCZĘŚCIE JEDNO POZOSTAŁO NIEZMIENNE. TO MIŁOŚĆ, BEZPIECZEŃSTWO I CZAS, KTÓRE MOGĘ PODAROWAĆ MOIM WNUKOM — TŁUMACZY PANI JADWIGA.

rodziły się im dzieci. Dla każdego rodzica szczęście dzieci jest chyba najważniejsze...

Choroba córki wywróciła ich życie

Starsza córka Kasia została mamą dwóch uroczych dziewczynek: Agnieszki i Ali, natomiast Iwona urodziła zdrowego chłopca, Igora. Rodzina bardzo się cieszyła, że w ich domu słychać tupot małych nóżek i dziecięcy śmiech.

— Niestety nasze szczęście się skończyło tuż po drugim porodzie Kasi... Ala urodziła się zdrowa, jednak okazało się, że dwa miesiące po porodzie Kasia ma nowotwór szyjki macicy — opowiada pani Jadwiga. — To był dla nas ogromny szok. Nie dowierzaliśmy. Choroba postępowała szybko... Jeździliśmy z córką po lekarzach, na badania, na

świetlenia itd. Gasła nam w oczach. Wszyscy walczyliśmy o nią ze wszystkich sił. Ona sama mówiła, że tak bardzo chciałaby wychować swoje dzieci na dobrych ludzi, patrzeć, jak rosną, uczą się, a kiedyś same zostają mamami... Nie pomogły starania lekarzy ani nasze modlitwy. Kasia odeszła we śnie. Dzień wcześniej prosiła nas, byśmy zaopiekowali się jej dziećmi. Zięć pracował za granicą, więc nie było innej możliwości. Po pogrzebie zabraliśmy dziewczynki do naszego domu.

Śmierć dziecka boli najbardziej

Dla rodzica nie ma nic gorszego niż śmierć dziecka. Pani Jadwiga i jej mąż nie mogli rozpamiętywać ani przeżywać żaloby samotnie. Były dwie małe istoty, które bardzo ich potrzebowały. Wnuczki były



Pani Jadwiga: — Staram się żyć przyszłością, bo przeszłości zmienić nie mogę

zbyt małe, by zrozumieć, co się dzieje. Często płakały, starsza pytała: „Gdzie jest mama?”

— Okazało się, że w tej całej tragedii musieliśmy stanąć od razu na wysokości zadania i zająć się dziewczynkami — mówi pani Jadwiga. — To one najbardziej ucierpiały, choć nam też serca krwawiły. Musiałam otrząsnąć się i zastąpić dziewczynkom mamę. Nawet jak dziś o tym myślę, to łzy napływają mi do oczu. Gdyby nie to, że musiałam być silna dla nich, to nie wiem, jak przeżyłabym śmierć córki. Kiedy przestało bić jej serce, to część mojego razem z nią umarła. Nie jest łatwo żegnać ukochane dziecko, nie taka powinna być kolejność. Do dziś nie potrafię sobie tego wytłumaczyć.

Wychować na dobrych ludzi

Pani Jadwiga, choć już na emeryturze, swój dzień ma wypełniony po brzegi.

Pan Krzysztof jeszcze pracuje zawodowo, ale liczba obowiązków po powrocie do domu też nie pozwala na nudę. To on zajmuje się naprawami w domu, paleniem w piecu, ogrodem. Jest też prywatnym kierowcą swoich kobiet oraz organizatorem wycieczek. Pani Jadwiga oprócz zajmowania się domem, opieką nad wnuczkami w wolnych chwilach uwielbia szydełkować. To jej odskocznia od problemów i czas na relaks.

— Wszystko w moim życiu kręci się teraz wokół moich wnuczek. Gotowanie, pranie, sprzątanie, zabawa i tak w kółko, odkład z nami zamieszkały — tłumaczy babciomama. — Ala teraz ma już pięć lat, ale zamieszkała ze mną, jak miała osiem miesięcy, Agusia miała cztery latka, teraz to już ośmiolatka. Od tego czasu większość mojego życia, a nawet całe życie spędzam na opiece nad nimi.

Wszystko kręci się wokół nich. Ale za nic bym nie chciała tego zmienić. Wystarczy, że z rana się uśmiechną, przytulą i powiedzą: „Babciu, Kocham cię”... Nic więcej do szczęścia mi potrzebne nie jest. No, muszę być zdrowa, bo przecież muszę wychować dziewczynki. Chciałabym, żeby wyrosły na mądre i dobre osoby. Kiedy na nie patrzę, to widzę ich ogromne podobieństwo do córki. Zdarza się, że i łezka popłynie... Staram się żyć przyszłością, bo przeszłości zmienić nie mogę. Wiem, że córka czuwa nad nami. Marzę o tym, że doczekamy z mężem chwili, kiedy dziewczynki będą już dorosłe, założą swoje rodziny, staną matkami. Wtedy będziemy mogli spokojnie odejść. Teraz mamy misję do spełnienia: dać im szczęśliwy i bezpieczny dom oraz wychować je na dobrych ludzi...

Joanna Karzyńska

Wwieku 24 lat zdiagnozowano u Karoliny zaawansowanego raka piersi. Kobieta wyczuła guzka na ciele podczas kąpieli. Był twardy, nie przemieszczał się. Rok wcześniej urodziła swoje pierwsze dziecko. Była szczęśliwa i — jak jej się wydawało — zdrowa.

— Zgłosiłam się na USG, gdzie radiolog po wykonaniu badań od razu skierował mnie na konsultację do onkologa, twierdząc, że należy szybko wyciąć zmianę — opowiada. — Po wykonaniu badań, okazało się, że to rak piersi z przerzutami. Niby wiedziałam, co to oznacza, jednak ciągle myślałam, że da się to wyciąć. Kolejne badania sprawiły, że przestałam się ludzić. Sprawa była bardzo poważna, przeplakałam kilka dni. Potem jednak poszłam na wizytę do onkologa z wynikiem USG, potem wykonano badanie palpacyjne, wywiad, skierowanie do szpitala, tam kolejne USG, mammografia, biopsja gruboigłowa, RTG, badania krwi, a na końcu — zanim podano mi chemię — badanie PET. Rak był agresywny, szybko rósł, przerzucił się na węzły chłonne. Każdy dzień to była walka o to, żeby nie doszło do przerzutów na wątrobę, płuca. Czasem brakowało mi sił i myślałam, żeby uwolnić się od bólu. Jednak na szafce przy łóżku stało zdjęcie mojej córeczki i męża. Nie chciałam umrzeć. Tak bardzo ich kochałam i chciałam z nimi być.

Leczenie Karoliny trwało 13 miesięcy. Najpierw chemioterapia, potem leczenie chirurgiczne, radiografia. Młoda mama ma za sobą 6 miesięcy chemioterapii, 2 operacje, radioterapię. Każdego dnia walczy z bólem, walczy o życie.

— Siłę do walki czerpię z miłości do dziecka i do życia. Chciałbym żyć dalej, wciąż walczę, nie poddaję się — mówi Karolina. — Mam 26 lat, więc wydaje mi się, że to nie jest czas, by umierać, ale cieszyć się życiem. Przyjmuje codziennie leki, a zastrzyki co 28 dni. Tak będzie już chyba przez całe życie. Chciałbym

DIAGNOZA TO PRZYPOMNIENIE, ŻE KAŻDY DZIEŃ JEST DAREM

CO ROKU NA ŚWIECIE Z POWODU CHOROBY NOWOTWOROWYCH UMIERA 8 MLN OSÓB. W POLSCE RAK ZABIJA PONAD 100 TYS. PACJENTÓW ROCZNIE. RAK PIERSI JEST NAJCZĘŚCIEJ WYSTĘPUJĄCYM NOWOTWOREM WŚRÓD KOBIET NA ŚWIECIE I NAJCZĘSTSZĄ PRZYCYNĄ ZGONU — ROCZNIE DIAGNOZUJE SIĘ GO U OKOŁO 1,7 MILIONA OSÓB, Z KTÓRYCH CO ROKU UMIERA AŻ 500 TYSIĘCY. IDEALNEGO LEKU NA RAKA NIE MA, DLATEGO WAŻNE JEST, ŻEBY CHOROBE WYKRYĆ W WŁASNYM STADIUM I JAK NAJSZYBCIEJ ROZPOCZĄĆ LECZENIE. DLATEGO KOBIETY: BADAJCIE SIĘ!

pokazać dziecku cały świat, podróżować i czerpać z życia to, co najpiękniejsze. Modłę się o to każdego dnia. A wszystkim chorym kobietom mówię: „Nie poddawajcie się! Nieważne, czy masz 20, 40 czy 60 lat. Każda z nas ma szansę wyzdrowieć. Trzeba myśleć pozytywnie i wierzyć, że pokonamy chorobę”.

Nie byłam przygotowana na chorobę

Pani Liliana ma 49 lat, jest mamą dwóch córek, pracuje zawodowo. Od 25 lat szczęśliwa żona Kamila. Czula się spełniona i kochana. Wszystko układało się dobrze do 2010 roku, kiedy podczas kąpieli wyczuła u siebie guzek na piersi.

— Miałam wspaniałą rodzinę i przyjaciół. Wszystko układało się doskonale, a tu nagle coś takiego — opowiada. — Umówiłam się natychmiast do lekarza. Skierowanie na badanie usg, biopsja i diagnoza: nowotwór złośliwy. W ciągu kilku dni mój misternie budowany świat legł wgruzach. Nie byłam na to przygotowana, ale kto by był? W wieku 38 lat nikt się nie spodziewa takiej wiadomości, wręcz wyroku... A zaniepokoiłam



Fot. Archiwum

się tym bardziej, że rok wcześniej zmarła siostra mojej mamy. Właśnie na raka piersi.

Początkowo było wiele łez, tysiące przerażających myśli i pytanie: dlaczego właśnie ja to spotkało... Pani Liliana była przerażona i załamana.

— Całe życie przeleciało mi przed oczami — wspomina. — Dlaczego ja? Tysiące myśli kłębiło mi się w głowie. Czy umrę? Kiedy? Nie będę widziała, jak moje dzieci idą na studia, nie poznam ich

partnerów, nie pobłogosławię im w dniu ślubu, nie zobaczę moich wnucząt...

Najbliżsi byli załamani informacją o jej chorobie. Wszyscy zaczęli szukać informacji, jak „pozbyć się najskuteczniej” raka i gdzie można to zrobić. Po wszystkich badaniach okazało się, że w jej przypadku potrzebna jest operacja usunięcia całej prawej piersi i węzłów chłonnych.

— Strach... Bałam się tak bardzo, że nie chciałam

z nikim rozmawiać. Czulałam się, jakbym już umarła — mówi. — W pierwszym odruchu miałam ochotę się poddać, jednak patrzyłam w smutne oczy męża i córek i wiedziałam, że nie mogę się poddać. Postanowiłam walczyć. Wiedziałam, że ta wojna toczy się o najwyższą stawkę — życie.

Amputowano jej piersi i węzły chłonne. Przeszła radioterapię, napromienianie, dostała odpowiednią dawkę chemii. Na swojej drodze do wyzdrowienia pani Liliana spotkała wielu dobrych lekarzy i pielęgniarki, którzy dawali jej wsparcie w trudnych chwilach. Poznała też wiele osób, które podobnie jak ona, stoczyły walkę ze śmiertelną chorobą. Nie wszystkim udało się z nią wygrać... Ona należy do tych szczęśliwców, którym udało się. Minęło już 11 lat od tamtych wydarzeń. Dziś pani Liliana cieszy się z każdego promyka słońca. Włosy odrosły. Nie jest też tak sprawna jak kiedyś, ale optymizm jej nie opuszcza. Wróciła do pracy i cieszy się z każdego dnia.

— Apeluje do kobiet: badajcie się regularnie! Życie to cenny dar, o który trzeba dbać! Nikt inny za was tego nie zrobi! — tłumaczy. — Ten, kto przeszedł przez cierpienie tej choroby, wie, jak ważne jest wczesne wykrycie raka. Diagnoza była dla mnie przypomnieniem, że każdy dzień jest darem. W szpitalu człowiek się natrząsnął na tyle cierpienia i śmierci... Mam wciąż przed oczami wielu chorych, którzy nie mieli tyle szczęścia co ja. Dlatego tak ważne są regularne badania, profilaktyka i mówienie o tym głośno. To jest problem, bo wiele kobiet się jeszcze wstydzi, odwleka wizytę u lekarza, myśli, że może samo przejdzie... Nie, trzeba przełamać te stereotypy i jeśli coś was niepokoi, iść z tym do lekarza. Nie ma na co czekać, bo czas działa na niekorzyść chorego... Dbajcie o siebie, bo życie to największa wartość, jaka nam została dana!

Od 4 lat walczę o życie

Pani Jadwiga ma 64 lata. Tuż przed swoimi 60 urodzinami dowiedziała się,

że ma nowotwór piersi. Podczas badań kontrolnych piersi lekarz wykrył coś niepokojącego. Badania wykazały, że to nowotwór złośliwy.

— Kiedy lekarz przekazał mi tę informację, zrobiło mi się słabo — wspomina pani Jadwiga. — Dlaczego ja? Tysiące myśli kłębiło mi się w głowie. Oczywiście pomyślałam, że wkrótce umrę. W pierwszym odruchu miałam ochotę się poddać, jednak zaraz moja siostra zaczęła mnie pocieszać. Postanowiłam walczyć. Poddalam się operacji usunięcia połowy piersi. Niestety, dwa tygodnie później okazało się, że są nacieki na węzłach chłonnych. Kolejna operacja. Przeżyłam.

Pani Jadwiga przyjęła 26 chemii i 36 naświetlań. Nie przejęła się tym, że straciła włosy. Zakładała perukę i uśmiechnięta wychodziła z domu. Do ludzi, do świata. Każdy dzień przyjmowała z radością i wiara.

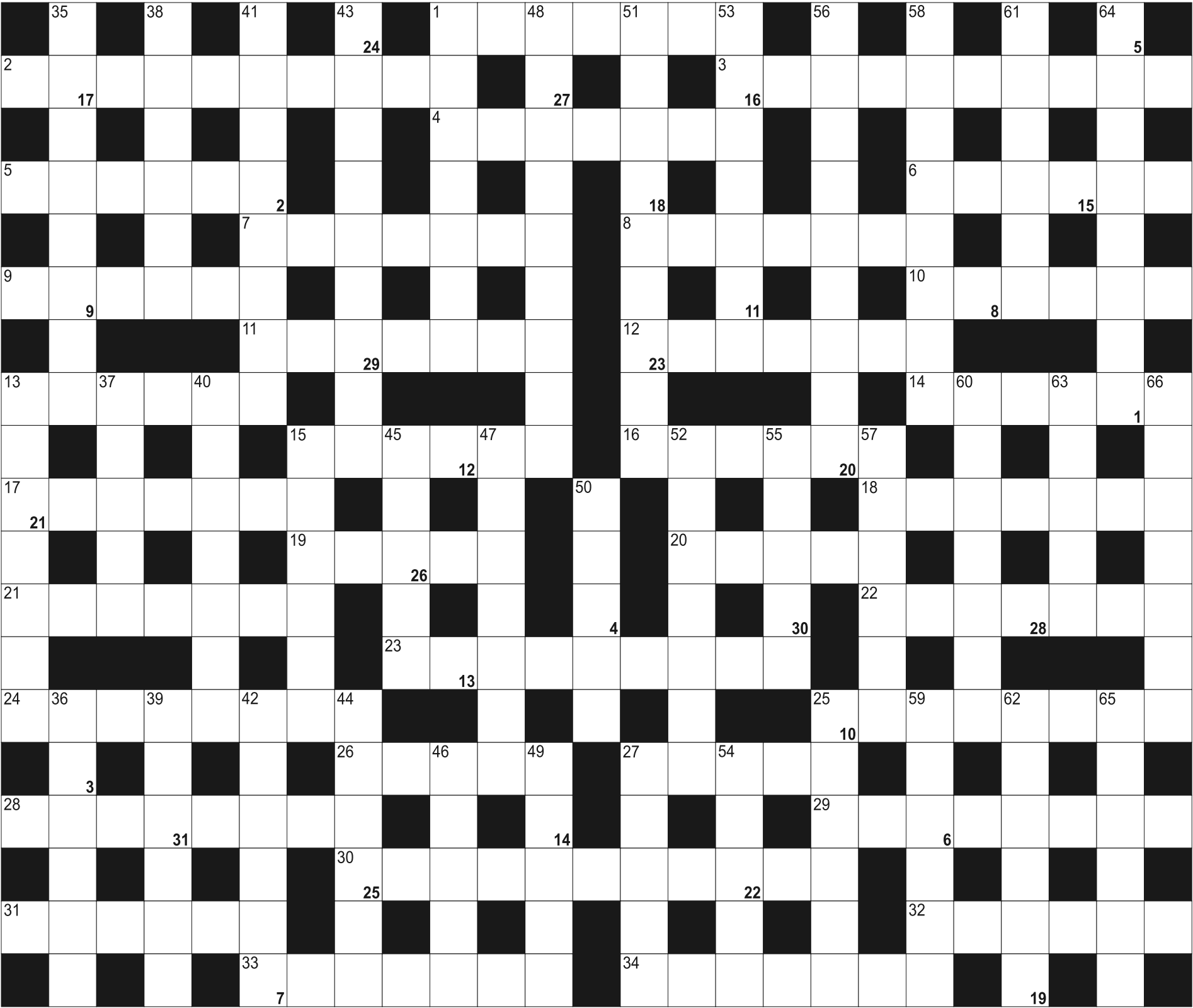
— W moim życiu ważne miejsce zajmuje wiara. Modlitwa pomogła mi przetrwać trudne chwile — mówi. — Przed każdą operacją, naświetleniami czy chemią żarliwie się modliłam, bym mogła spędzić jeszcze trochę czasu z dziećmi i wnukami. Chcę patrzeć jak sobie radzą w życiu. Jestem z nich bardzo dumna, bo są moim życiowym wsparciem i podporą w trudnym czasie.

Minęło już cztery lata od tamtych wydarzeń. Dziś pani Jadwiga cieszy się z każdego promyka słońca. Jest już emerytką ale wciąż ma tyle energii, że mogłaby niejednego młodego człowieka zaskoczyć. Cały czas jest pod kontrolą lekarzy, regularnie bada się.

— Wszystko co zyska na nas los, jest po coś — przekonuje. — Może często nie dostrzegamy tego co mamy, czasem bezwiednie poddajemy się temu, co robią za nas inni... Ażycie trzeba przeżyć samemu i tak, żebyśmy na końcu swojej drogi zostawili po sobie dobre wspomnienia. Nigdy nie można się poddawać, trzeba walczyć, bo jest o co. Każdy dzień to dar od Boga, więc wykorzystajmy go dobrze...

Joanna Karzyńska

Krzyżówka klasyczna z hasłem



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 31, utworzą rozwiązanie - przysłowie:

1	2	3	4	5	6	7	8	9		10	11	12	13	14	15		16	17		18	19	20	21	22
23		24	25	26	27	28	29	30	31															

POZIOMO: 1) opera Verdiego z królem Babilonii; 2) Nosowska lub Kayah; 3) okrągła, blaszana forma do ciast; 4) Warszawa, Moskwa i Budapeszt; 5) zwrotka; 6) Dykiel, polska aktorka; 7) Cohen, bard z Kanady; 8) sery z podhala; 9) sejmowa dyskusja; 10) pieśń żeglarska; 11) dwutomowa powieść Juliusza Verne'a; 12) wytworny mężczyzna; 13) do mieszkania i samochodu; 14) nacisk w wymowie; 15) telewizyjne lub przemysłowe; 16) dopisuje głodnemu; 17) mieszkanka Syrii; 18) w ustach trębaczy; 19) potocznie o rześistej ulewie; 20) zwinięty papier; 21) rzeka płynąca przez stolicę Chile, Santiago; 22) zastępuje śnieg na skoczni; 23) półpiętro; 24) kłamoty, starocie; 25) skupienie gazu i pyłu wokół gwiazd; 26) cenne

znalezisko; 27) Neruda i Picasso; 28) gość przyjęcia ślubnego; 29) agenci wywiadu; 30) np. jagielloński w Krakowie; 31) łukowata grupa wysp w basenie Morza Karaibskiego; 32) niedorzeczność, nonsens; 33) "Poznańskie...", chór chłopięcy; 34) postać błazna w commedia dell'arte
PIONOWO: 1) retabulum; 13) zły sen; 15) kamizelki ratunkowe; 25) kładka nad rzeczką; 27) rybna lub do zębów; 35) drugie co do wielkości miasto Kanady; 36) liczba o wartości poniżej zera; 37) wrzątek; 38) jadalna roślina strąkowa; 39) gaz musztardowy; 40) w dół na plażę; 41) najwyższe góry na Ziemi; 42) francuskie miasto

festiwalu filmowych; 43) pomieszczenie z przyrządami sterowniczymi; 44) była jednostka monetarna Portugalii; 45) zabalsamowane zwłoki; 46) oczyszcza podejrzanego z zarzutów; 47) serce elektrowni atomowej; 48) odpady pochodzenia organicznego; 49) wrzucane w samochodzie; 50) sworzeń; 51) Ośrodek Dokumentacji Sztuki Tadeusza Kantora; 52) ważna osobistość; 53) drobna rana naskórka; 54) pieprz żuwny inaczej; 55) komplet kart do gry; 56) dodatki aromatyczne do potraw; 57) modyfikacja samochodu; 58) kolekcjoner, zbieracz; 59) Arctium, czepliwa roślina przydrożna; 60) rzucana ze statku; 61) dla stałego klienta; 62) dzieło poety; 63) EGILL; 64) mąż Nefretete; 65) Pazura, aktor; 66) wierzy w jednego Boga

W XXVIII Biegu Przełajowym o Nóż Komandosa im gen broni Włodzimierza Potasińskiego i zarazem Mistrzostwach Polski Służb Mundurowych w Crossie pod patronatem Szefa Biura Bezpieczeństwa Narodowego Jacka Siewiery udział wzięło prawie 900 zawodników, którzy mieli do pokonania trasę w lesie pod Lublińcem w umundurowaniu służbowym.

ZAWODNICZY STARTOWALI NA DYSTANSIE 10 KM W DWÓCH KATEGORIACH: MĘŻCZYZN ORAZ KOBIET. NA LINIĘ STARTU STAWILI SIĘ PRZEDSTAWICIELE WOJSKA, POLICJI,

ST. OGN. ŁUKASZ PRZYBYSZEWSKI NA PODIUM 28 BIEGU PRZEŁAJOWEGO „O NÓŻ KOMANDOSA”

ST. OGN. ŁUKASZ PRZYBYSZEWSKI Z KOMENDY POWIATOWEJ PSP W MŁAWIE REPREZENTOWAŁ KOMENDĘ WOJEWÓDZKĄ PSP W WARSZAWIE PODCZAS 28 BIEGU PRZEŁAJOWEGO „O NÓŻ KOMANDOSA”. WYWALCZYŁ III MIEJSCE W KATEGORII STRAŻ POŻARNA.

STRAŻY GRANICZNEJ, STRAŻY POŻARNEJ ORAZ INNYCH SŁUŻB MUNDUROWYCH.

Funkcjonariusz - st. ogn. Łukasz Przybyszewski z Komendy Powiatowej PSP w Mławie reprezentował



foto: Andrzej Kreczman - KW PSP Warszawa Zmierzmy Czas

Komendę Wojewódzką PSP w Warszawie. Finalnie, z czasem 00:42:25 wywalczył III miejsce w kategorii Straż Pożarna i uplasował się na wysokiej 43 pozycji w klasyfikacji ogólnej.

Serdecznie gratulujemy i życzymy dalszych sukcesów!

mł. asp. Mariusz Lubański
- KP PSP Mława



HISTORYCZNY WYSTĘP DAMSKIEJ DRUŻYNY SIATKARSKIEJ W II LIDZE MAZOWIECKIEJ

Klub Sportowy Zawkrze Mława poza drużynami męskimi w tym sezonie wystawił do drugiej ligi wojewódzkiej zespół juniorek. Wszystkie dziewczyny trenują w klubie od dwóch lat i jest to ich pierwszy rozgrywany sezon,

w którym mają nabrać jak najwięcej doświadczenia i rozwijać swoje umiejętności. Mają za sobą już dwa rozegrane mecze w tym sezonie. Obydwa mecze niestety nasz zespół przegrał z warszawskimi drużynami, ale to dopiero początek

rozgrywek i mamy nadzieję, że będziemy z meczu na mecz prezentować coraz wyższy poziom.

Wyniki meczów: 28.09.2024

KS Zawkrze Mława - MUKS Sparta Warszawa II 0:3 (4:25, 8:25, 15:25)

Skład: BERGOLC Gabriela, GRABOWSKA Weronika, GROCKA Patrycja, GROMADZKA Paulina, JĘDRZEJEWSKA Oliwia, KACZERSKA Oliwia, KASZUBA Małgorzata, KLIMCZAK Joanna, KUC Kinga, ŁĄTKOWSKA Zofia, STANISZEWSKA Maria

5.10.2024

UKS Atena KSG II Warszawa - KS Zawkrze Mława 3:0 (25:14, 25:14, 25:16)
Skład: BERGOLC Gabriela, BRZOZOWSKA Magdalena, GRABOWSKA Weronika, GROCKA Patrycja, GROMADZ-

KA Paulina, JĘDRZEJEWSKA Oliwia, KACZERSKA Oliwia, KASZUBA Małgorzata, KLIMCZAK Joanna, KUC Kinga, ŁĄTKOWSKA Zofia, STANISZEWSKA Maria

Krzysztof Koziatek
/ KS Zawkrze Mława



foto: KS Zawkrze Mława

II LIGA MAZOWIECKA DLA MŁODZIKÓW ZAWKRZA

Drużyna młodzików Klubu Sportowego Zawkrze Mława po bardzo udanym pierwszym turnieju rozstawieniowym, który rozgrywany był w Kobyłce pod Warszawą, zagra w II Lidze Mazowieckiej. Jest to duży sukces naszej młodej drużyny. Będziemy walczyć o awans lub utrzymanie z najlepszymi. Gratulacje!

Wyniki meczów:

KS Zawkrze Mława - UKS MOS Wolska Siatkówka 2:1

KS Zawkrze Mława - Iskra Warszawa 2:0
KS Zawkrze Mława - UKS Trójka Kobyłka 0:2

Skład zespołu: Aleksander Nowosielski (kpt.), Michał Skwarczyński, Igor Kącki, Michał Olczak, Oskar Miłoszewski, Wiktor Deka, Jakub Szymański, Bartek Różycki, Szymon Kujawa.

Krzysztof Koziatek
/ KS Zawkrze Mława



foto: KS Zawkrze Mława



Przywrócenia handlu we wszystkie niedziele chce 52,6% ankietowanych

Przywrócenia handlu we wszystkie niedziele w roku, tak jak wyglądało to przed 1 marca 2018 r., chce 52,6% Polaków. To wynik najnowszego badania rynkowego autorstwa UCE Research i Grupy Offerista. Przeciwnych takiemu pomysłowi jest 38,9% badanych, ale ich odsetek spadł od lutego o 5,1 punkta procentowego. Poprzednio zwolennicy zakazu stanowili 44%. Do tego przez 8 ostatnich miesięcy mocno zmieniła się struktura osób popierających powrót handlu w każdą niedzielę.

— Choć zakaz handlu w niedziele funkcjonuje już w przestrzeni publicznej od ponad 6 lat, wciąż rozgrzewa Polaków. I to wyraźnie widać po tej edycji badania. Do tego tuż przed zeszłorocznymi wyborami parlamentarni obecna koalicja rządząca zapowiadała, że zlikwiduje ten zakaz, co dodatkowo podgrzało atmosferę wokół tego tematu

— zauważa Robert Biegaj, ekspert z Grupy Offerista.

Można też zauważyć, że zwolenników zniesienia zakazu przybywa od kilku miesięcy. Poprzednia edycja sondażu wykazała, że w lutym 2024 r. za przywróceniem handlu we wszystkie niedziele było 46% ankietowanych. Obecnie takich osób jest 52,6%. Z kolei przeciwnicy takiego rozwiązania stanowili wcześniej 44%. Ich odsetek spadł do 38,9%. Niezdecydowanych było 10%, a teraz jest ich 8,5%.

Z badania również wynika, że częściej za przywróceniem handlu we wszystkie niedziele opowiadają się mężczyźni niż kobiety. Ponadto mówią o tym przede wszystkim osoby w wieku 25-34 lat, z miesięcznym dochodem netto 7000-8999 zł, z wykształceniem podstawowym lub gimnazjalnym oraz z miast liczących od 100 tys. do 199 tys. mieszkańców.

Według badania częściej przeciwnikami przywrócenia handlu we wszystkie niedziele są kobiety niż mężczyźni. Ponadto takie stanowisko prezentują głównie osoby w wieku 65-74 lat, wolące nie mówić o wysokości miesięcznych dochodów netto, z wykształceniem średnim oraz ze wsi i z miejscowości liczących do 5 tys. mieszkańców.

— Wyraźnie zmienia się struktura grup, które są za przywróceniem stanu sprzed 1 marca 2018 r. Wcześniej za takim rozwiązaniem byli głównie osoby w wieku 30-40 lat i z największych miast. Teraz są to młodszy Polacy i z mniejszych ośrodków miejskich. Natomiast niezmienną kwestią pozostają uzyskiwane przychody z tytułu pracy. I obecnie, i wcześniej za takim rozwiązaniem byli ludzie, którzy z reguły zarabiali powyżej średniej krajowej — wskazuje Robert Biegaj.

CO MYŚLIMY O NIEDZIELNYM HANDLU?

ZAKAZ HANDLU W NIEDZIELE NADAL BUDZI KONTROWERSJE I MOCNO POLARYZUJE POLAKÓW. Z NAJNOWSZEGO BADANIA PLATFORMY UCE RESEARCH I GRUPY OFFERISTA WYNIKA, ŻE OBECNIE 52,6% RODAKÓW OPOWIADA SIĘ ZA POWROTEM DO SYTUACJI SPRZED 1 MARCA 2018 R. WÓWCZAS SKLEPY BYŁY OTWARTE WE WSZYSTKIE NIEDZIELE. PRZECIWKO TEMU POMYSŁOWI JEST 38,9% BADANYCH, A NIE MA ZDANIA NA TEN TEMAT 8,5%.

I dodaje, że wzrost liczby zwolenników zniesienia zakazu może być lekko rozbudzony przez polityków koalicji rządzącej, zapowiadającej w kampanii zmiany w tym zakresie, ale nie tylko, bo nie tak dawno znowu temat powrócił. Dlatego rozbudzone nadzieje Polaków tak szybko nie opadną. Warto też zwrócić uwagę na to, że w niedługim czasie po wprowadzeniu ww. zakazu rodacy podobnie myśleli. Zatem obserwujemy powrót do sytuacji z tamtego okresu.

— Wyniki tego typu badań różnią się w zależności od sondażowni. Niezależnie od tego wszystkie pokazują, że liczba zwolenników i przeciwników zakazu handlu mniej więcej rozkłada się po połowie. Dlatego ciężko się odnieść do tego badania i traktować je jako



WEDŁUG BADANIA CZĘŚCIĘ PRZECIWNİKAMI PRZYWRÓCENIA HANDLU WE WSZYSTKIE NIEDZIELE SĄ KOBIETY NIŻ MĘŻCZYŹNI. PONADTO TAKIE STANOWISKO PREZENTUJĄ GŁÓWNI OSOBY W WIEKU 65-74 LAT, WOLĄCE NIE MÓWIĆ O WYSOKOŚCI MIESIĘCZNYCH DOCHODÓW NETTO, Z WYKSZTAŁCENIEM ŚREDNIM ORAZ ZE WSI I Z MIEJSCOWOŚCI LICZĄCYCH DO 5 TYS. MIESZKAŃCÓW.

coś przełomowego. Do tej pory rozbieżności nie były duże. Niezależnie od tego mimo pewnego wzrostu odsetka osób opowiadających się za przywróceniem handlu w niedziele

w tym sondażu nie jest to drastyczny skok, taki, który wskazywałby na odwrócenie trendu — podkreśla Maciej Ptaszyński, prezes Polskiej Izby Handlu.

Źródło: MondayNews

POLSKIE FIRMY PADAJĄ PRZEZ KONKURENCJĘ Z CHIN

„Rynek zalewa rzeka tanich produktów bez atestów i badań. A rygorystyczne przepisy, nad jakimi pracuje Bruksela, mogą wymierzyć kolejny cios rodzimym producentom i importerom zabawek” — czytamy w „Rzeczpospolitej”. Jak podała gazeta, firmy alarmują, że wciąż płyną do Polski

miliony przesyłek z Chin z produktami w dumpingowych cenach. „Będzie ich coraz więcej, ponieważ zaczyna się powoli sezon zakupów świątecznych. Przesyłki dostarczane są już w ciągu maksymalnie dziesięciu dni, za darmo, z możliwością darmowego zwrotu — alarmują produ-

cenci zabawek” — przekazuje „Rz”. Tymczasem — jak wskazuje gazeta — Komisja Europejska „nie dość, że dotychczas nie zrobiła z tym problemem nic, to jeszcze pracuje nad niestypowaniem rygorystycznym rozporządzeniem regulującym bezpieczeństwo zabawek”. „Projekt zawiera zbyt wiele

wymagań w kwestiach, które nie mają absolutnie żadnego wpływu na bezpieczeństwo dzieci. Z tego powodu nie widzimy w projekcie rozwiązania, które faktycznie zmniejszyłoby liczbę niebezpiecznych zabawek na rynku UE” — powiedziała cytowana przez gazetę Monika Chmieleńska, prezes Polskiego Sto-

warzyszenia Branży Zabawek i Artykułów Dziecięcych. „Rzeczpospolita” zwraca uwagę na fakt, że większość nowych przepisów to obciążenia administracyjne i finansowe, które będą musieli ponieść odpowiedzialni przedsiębiorcy, a które zostaną zignorowane przez tych nieuczciwych.

Organizacja — na którą powołuje się „Rz” — wyraziła przekonanie, że regulacje nie rozwiążą problemu przekraczania przez transporty niebezpiecznych zabawek granicy UE, ponieważ nie będą żadną przeszkodą, o ile w ogóle ich producenci będą przestrzegać tych postanowień. (PAP)



ROWER I ZDROWIE ZAWSZE W PARZE

Najlepsze w rowerowym szaleństwie jest to, że nie ma znaczenia czy masz 15 lat, czy 50

Nie ma wątpliwości, że dwa kółka, poza funkcją relaksującą, posiadają jeszcze inne zalety, pozytywnie wpływając na nasze zdrowie zarówno fizyczne jak i psychiczne. Bez wątpienia łatwiej dostrzec plusy rowerowych szaleństw niż ich minusy. W rzeczywistości to one biorą górę, przemawiając na korzyść jednośladów.

W życiu tak to już bywa, że regularność, zapal i poświęcenie się pewnej sprawie zazwyczaj przynosi owoce. Tak też jest w przypadku rowerowej rekreacji. Mimo, że zazwyczaj nie zdajemy sobie z tego sprawy, bądź zwyczajnie o tym nie myślimy, to dzięki naszemu jednośladowi możemy pozostać w zdrowiu po długie lata życia. Regularne korzystanie z roweru wpływa nie tylko na nasze zdrowie fizyczne, ale również na samopoczucie, a także przynosi odczuwalne korzyści materialne.

Radość

Regularna jazda rowerem sprawia wiele radości. Jednak to nie wszystko.

Wysiłek fizyczny, który wkładamy w codzienną jazdę, pozytywnie wpływa na nasz organizm. Przecież nie od dziś wiadomo, że ruch to zdrowie. To właśnie rower daje nam możliwość aktywnego, ale

dwugłowe oraz czworogłowe uda. Intensywnie pracują też mięśnie pośladków, co w rezultacie wpływa na ich lepszy wygląd. Poruszając się rowerem wspomagamy naszą przemianę materii, co też

JAZDA ROWEREM POPRAWIA PRACĘ UKŁADU ODDECHOWEGO I KRAŻENIA. WYSIŁEK SPRZYJA DOTLENIENIU ORGANIZMU, WZMACNIA MIĘŚNIE NÓG, POMAGA ROZRUSZAĆ STAWY BIODROWE I KOLANOWE. JEST TO SPORT BEZPIECZNY, NIE OBCIĄŻAJĄCY NADMIERNIE ORGANIZMU.

nade wszystko zdrowego wypoczynku. Jeżdżąc rowerem uruchamiamy nasze mięśnie, te potrzebując do pracy energii spalają zbędne kalorie z naszego organizmu. Na uwagę zasługuje fakt, że podczas jazdy uruchamiane są niemal wszystkie grupy mięśniowe naszego organizmu. Szczególnie mocno pracują mięśnie nóg. To właśnie dzięki regularnej jeździe rozwijają się łydki, czy mięśnie

przyczynia się do spalania nadmiaru kalorii. Korzystając z dwóch kółek możemy spalić nawet 500kcal w ciągu godziny. Rezultat ten jest uzależniony od intensywności jazdy.

Zdrowie

Jazda rowerem pozytywnie wpływa na nasze zdrowie psychiczne. Regularne krótsze, czy dłuższe wycieczki są okazją do wyciszenia i refleksji. Używając dwóch kółek pozbywamy

się wszelkich negatywnych emocji, relaksujemy się oraz poprawiamy swój nastrój. W czasie wyprawy rowerowej rozwiązanie problemów przychodzi łatwiej niż nam się może wydawać. Takie obcowanie ze sobą samym dobrze wpływa na nasze samopoczucie. Wyprawa przed siebie jest okazją do odprężenia oraz relaksu. Najlepsze w rowerowym szaleństwie jest to, że nie ma znaczenia czy masz 15 lat, czy 50. Możesz zacząć w każdej chwili. Nie potrzebujesz też najdroższego sprzętu, aby czerpać przyjemność z jazdy bcyklem.

ZARÓWNO PANIE JAK I PANOWIE OPRÓCZ UTRATY ZBĘDNYCH KILOGRAMÓW DOCENIĄ TO, JAK POD WPŁYWEM REGULARNYCH PRZEJAZDÓW WYMODELUJE SIĘ ICH SYLWETKA. NAJSZYBCIEJ ROZWINĄ SIĘ MIĘŚNIE CZWOROGŁOWE UD, TRÓJGŁOWE ŁYDKI I POŚLADKI.

Nie ulega wątpliwości, że każda aktywność ruchowa jest zdrowa, ważna jest jej odpowiednia ilość. Jazda rowerem jest przykładem aktywności ogólnorozwójowej, odpowiednie dopasowanie dystansu wpływa na zadowolenie z jazdy.

ABY CZERPAĆ RADOŚĆ Z ROWEROWEGO HOBBY NALEŻY PAMIĘTAĆ O TYM, ŻE PRZESADA MOŻE BARDZIEJ ZASZKODZIĆ, NIŻ POMÓC. DLATEGO INTENSYWNOŚĆ ROWEROWYCH WYPRAW TRZEBA DOBIERAĆ DO SWOICH INDYWIDUALNYCH MOŻLIWOŚCI.

Z pewnością odpowiednie podejście do treningu korzystnie wpłynie na stan naszego zdrowia.

Hobby

Jazda na rowerze to świetny sposób na poznanie swojej najbliższej okolicy. Często bywa tak, że mieszkając w danym miejscu tak na prawdę

nie znamy najbliższego otoczenia. Idąc do sklepu ktoś zapyta o drogę, a my rozkładamy bezradnie ręce. Niby to nasza najbliższa okolica, a jak że często wydaje się taka obca. Z receptą przychodzi nasz jednoślad. Dzięki niemu możemy w szybki sposób poznać swoje otoczenie. Odkrywanie okolicznych zaułków to niesamowity plus rowerowej rekreacji. Jeżdżąc rowerem mamy możliwość poznania wielu ciekawych ludzi, a także pogłębić więzy rodzinne. Innym atutem sięgania po jednoślad jest dbanie o środowisko. Dzięki niemu nie wpływamy negatywnie na stan naszego otoczenia.

Joanna Karzyńska

Jazdę rowerem polecamy tym, którzy:

- rozpoczynają swoją przygodę ze sportem,
- chcą zrzucić zbędne kilogramy,
- wymodelować sylwetkę,
- poprawić kondycję,
- kochają ruch na świeżym powietrzu i obcowanie z przyrodą.

Rolnicze abc

z Tobą od 1971 r.

MIESIĘCZNIK **NIE TYLKO** DLA ROLNIKÓW



PAŹDZIERNIKOWE WYDANIE JUŻ W SPRZEDAŻY!

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

• **STYL ŻYCIA, EKOLOGIA, ZDROWIE**

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