

CZYTAJ  
NAS:• CO TYDZIEŃ  
W GAZECIE  
• CODZIENNIE  
W INTERNECIE

9 771731 905061

CENA 2,80 zł  
(w tym 5% VAT)NOWY KURIER  
**mlawski.pl**

DZIERZCOWO GRUDUSK LIPOWIEC MŁAWA RADZANÓW STRZEGOWO STUPSK SZREŃSK SZYDLÓWO WIECZENIA WIŚNIEWO

Fot. Karolina Byrner



# ZŁOTE GODY CZTERECH MAŁŻEŃSTW

– ZDROWIE I SZCZĘŚLIWY ŁOŚ, BO RESZTA, CZYLI MIŁOŚĆ, ŻYCZLIWOŚĆ I WYROZUMIAŁOŚĆ, TO JUŻ ZALEŻĄ TYLKO OD NAS  
– DZIELIŁ SIĘ SWOJĄ RECEPTĄ NA UDANY ZWIĄZEK ANDRZEJ STOLARSKI, KTÓRY WRAZ ZE SWOJĄ ŻONĄ DANUTĄ OBCHODZIŁ  
ZŁOTE GODY. CZTERY PARY OTRZYMAŁY Z RĄK BURMISTRZA SŁAWOMIRA KOWALEWSKIEGO MEDALE ZA DŁUGOLETNIE  
POŻYCIE MAŁŻEŃSKIE, PRYZNANE PRZEZ PREZYDENTA RP. **S. 4**

**JUŻ MOŻNA JEŹDZIĆ ALEJĄ ŚW. WOJCIECHA**

INWESTYCJE ||

s. 5



■ 26 sierpnia udostępniono kierowcom wybudowany niedawno drugi odcinek Alei św. Wojciecha w Mławie, wiodący od skrzyżowania z ul. Sienkiewicza do ulicy Płockiej. Aleja od tego momentu jest drogą uprzywilejowaną w stosunku do ul. Sienkiewicza.

**WRĘCZONO AKTY MIANOWANIA**

OŚWIATA ||

s. 3



■ Jarosław Jabłonowski odebrał z rąk Burmistrza Miasta Mława Sławomira Kowalewskiego akt powierzenia stanowiska Dyrektora Szkoły Podstawowej nr 3 w Mławie na kolejną kadencję. Tego dnia wręczono także akty mianowania nauczycielom.

**KOLARZE SZOSOWI ŚCIGALI SIĘ W MŁAWIE**

SPORT ||

s. 8



■ Za nami kolarskie Kryterium Asów o Puchar Marszałka Województwa Mazowieckiego i o Puchar Burmistrza Miasta Mława. Wyścig był częścią kilkudniowej rywalizacji, rozgrywanej na ulicach Radzimina, Serocka, Płońska, Mławy, Ciechanowa, Nasielska i Legionowa.

Ważny temat dla „Kuriera”, zrobisz fotografię ilustrującą jakiś problem lub ważną dla miasta, gminy i powiatu sprawę? Oczekujesz pomocy? Zadzwoni albo napisz e-maila lub skontaktuj się na naszym fanpage.

redakcja@kuriermlawski.pl  
reklama@kuriermlawski.pl  
tel. 514-800-936 (redakcja)  
tel. 502-499-528 (dział reklamy)  
www.facebook.com/kurier.mlawski

# Miejski Dom Kultury zaprasza

**KULTURA** || Miejski Dom Kultury w Mławie ma sporo propozycji dla mieszkańców. Staramy się zawiadamiać Was o nich na bieżąco. Poniżej dwa wydarzenia warte zauważenia w najbliższych dniach – warsztaty „Dla każdego coś dobrego” oraz koncert „Pieśni Polskiego Oręża”.

**D**la każdego coś... dobrego!” to cykl bezpłatnych warsztatów dla młodzieży i dorosłych. Niezobowiązujące, jednorazowe spotkania to przede wszystkim świetna okazja do zainteresowania się różnymi nowymi dziedzinami lub pogłębienia z nich wiedzy, ale także integracja i ciekawa forma spędzania czasu.

Zajęcia będą odbywały się w każdy czwartek września bieżącego roku w godzinach 17:00–18:30 w Miejskim Domu Kultury w Mławie.



Każdy uczestnik może wziąć udział w dowolnej liczbie warsztatów, jednak ilość miejsc jest ograniczona.

Inicjatywa sfinansowana jest ze środków Ministra Kultury Dziedzictwa Narodowego i Sportu w ramach programu Narodowego Centrum Kultury „Dom Kultury + Inicjatywy lokalne”.

Zapisy odbywają się poprzez formularz pod linkiem: <https://forms.gle/fe7AGZKdarXL9pb46>

Potwierdzenie zgłoszenia, a zarazem dostania się na

warsztaty jest e-mail potwierdzający od organizatora. Prosimy, więc o baczne obserwowanie skrzynki i dokładne czytanie komunikatów!

## Harmonogram i tematyka warsztatów:

**02.09** – „Ekologiczne DIY

– czyli jak o planetę dbać”

**09.09** – „Bizuteria DIY”

**16.09** – „Planszówkowy zawrót

głowy”

**23.09** – „Sztuka abstrakcyjna

– warsztaty niecodziennych

metod w malarstwie”

**30.09** – „Szlakami Mławskich Sław – czyli jak stać się kimś wielkim”

A już w piątek 3 września 2021 r. o godz. 17.00 w Parku Miejskim w Mławie odbędzie się koncert „Pieśni Polskiego Oręża” z udziałem m.in. Ramony Rey, Marii Stasiak, Macieja Miecznikowskiego, Mateusza Mijala i Macieja Lipina. Koncert poprowadzi Anna Popek.

Kierownikiem muzycznym projektu jest Jasiek Kusek. Współorganizatorami zaś Sławomir Kowalewski – Bur-

mistrz Miasta Mława i Jerzy Rakowski – Starosta Mławski

Impreza odbędzie się pod patronatem: prof. dra hab. Piotra Glišńskiego – Wiceprezesa Rady Ministrów, Ministra Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu, Michała Pola – Wiceprzewodniczącego Rady Miasta Mława oraz dra Rafała Zgorzelskiego.

Koncert dofinansowano z środków Ministerstwa Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu. Projekt zrealizowany we współpracy z Narodowym Centrum Kultury.

## Przypadkowy świadek zatrzymał pijaną kierowcę

**NA SYGNALE** || Kierująca samochodem kobieta nie panowała nad pojazdem, zjeżdżając co chwila na przeciwległy pas ruchu. Niebezpieczną sytuację zauważył inny kierowca.

**W**yprzedził kierowcę, a następnie ją zatrzymał. Kobieta była pijana, świadek powiadomił Policję. To kolejny przykład odpowiedzialnego zachowania na drodze kierowcy, który uchronił innych przed niebezpieczeństwem.



Do zdarzenia doszło 26 sierpnia wieczorem, na drodze relacji Mązewo – Strzegowo.

Mieszkaniec Lublina zauważył podejrzane zachowanie się kierowcy pojazdu marki Kia. Kierujący wyraźnie nie panował nad pojazdem, zjeżdżając co chwila ze swojego

pasa ruchu. Świadek wyprzedził ten pojazd, a następnie go zatrzymał. Za kierownicą auta siedziała kobieta, była pod wyraźnym wpływem alkoholu.

Interweniujący mężczyzna powiadomił Policję. Jak się okazało, 46-letnia mieszkanka powiatu mławskiego miała

w organizmie ponad 1,90 promila alkoholu. Kierującą zatrzymano prawo jazdy. Grozi jej wysoka grzywna oraz kara do 2 lat pozbawienia wolności. Postępowanie prowadzi mławska komenda Policji.

Policjanci dziękują świadkowi za reakcję. Takie

działanie to przykład troski i odpowiedzialności na drodze.

Spoleczne zaangażowanie w walce z nietrzeźwymi za kierownicą daje szansę na powstrzymanie zagrożenia. Warto zatem reagować.

Informacja KPP Mława

## WJECHAŁ NA TEREN BUDOWY I... ZASNAŁ

**NA SYGNALE** || Pijany kierowca skody wjechał nią na plac budowy drogi S7, uszkadzając ogrodzenie zabezpieczające teren budowy, a następnie zasnął w samochodzie. Jak się okazało w organizmie miał ponad 2 promile alkoholu. Do zdarzenia doszło 23 sierpnia nad ranem na ul. Nowowiejskiej w Mławie. — Jak wynika ze wstępnych ustaleń policjantów, 51-letni mławianin zjechał z drogi na teren budowy trasy S7, uszkadzając ogrodzenie, a następnie... zasnął — informuje asp. szt. Anna Pawłowska, oficer

prasowy Komendy Powiatowej Policji w Mławie. Policję powiadomił przypadkowy świadek. — Podczas interwencji, w rozmowie z patrolem prewencji, pijany mężczyzna twierdził, że nie kierował samochodem tylko w nim spał, a samochód zaparkował na swoim podwórku — kontynuuje asp. szt. Anna Pawłowska. Z placu budowy pijany kierowca trafił do policyjnego aresztu. Za kierowanie pojazdem w stanie nietrzeźwości grozi wysoka grzywna oraz kara do 2 lat pozbawienia wolności. Postępowanie prowadzi mławska komenda Policji.

Informacja KPP

## SKWER, RONDO I ULICE MAJĄ JUŻ NAZWY

**MŁAWA** || W Mławie mamy już Skwer Druha Zygmunta Wiśniewskiego, Rondo Miast Partnerskich oraz ulice Macierzanki i Niezapominajki. Uchwały w sprawie nadania tych nazw radni miejscy podjęli podczas sesji 29 czerwca 2021 r. Dokumenty weszły w życie 14 dni po ich opublikowaniu w Dzienniku Urzędowym Województwa Mazowieckiego. Skwer Druha Zygmunta Wiśniewskiego (jego patron był zasłużonym druhem Ochotniczej Straży Pożarnej w Mławie) znajduje się przy skrzyżowaniu ul. Padlewskiego i ul. Gabriela Narutowicza, na działce nr



Fot. Karolina Bytner

4213/14. Rondo Miast Partnerskich (na zdjęciu) łączy Aleję Świętego Wojciecha oraz ulicę Płocką i Powstania Warszawskiego. Z kolei ul. Macierzanki i ul. Niezapominajki są położone między ul. Szpitalną a ul. Górną (pierwsza z nich na działkach o numerach 4851, 2200/4, 2199/5 i 2198/5, natomiast druga – na działkach 4819, 2200/2, 2199/3 i 2198/3).

KN / KSM

## DOSTAWCZAK POTRĄCIŁ ROWERZYSTĘ

**POTRĄCENIE** || Trwają czynności mławskiej Policji w sprawie wypadku drogowego na ul. Płockiej w Mławie, w którym ranny został 67-letni rowerzysta. Starszy mężczyzna został potrącony przez kierującego samochodem dostawczym. Do wypadku doszło w 20 sierpnia około południa. Jak wynika ze wstępnych ustaleń na miejscu zdarzenia, 67-letni rowerzysta, mieszkaniec powiatu mławskiego, jechał prawym pasem w kierunku drogi krajowej nr 7. Kierowca dostawczego mercedesa, 23-letni mieszkaniec Kluczborka, cofając z drogi dojazdowej i włączając się do



Fot. KPP

ruchu, uderzył w prawidłowo jadącego rowerzystę. Kierujący rowerem starszy mężczyzna, z obrażeniami ciała został przewieziony do szpitala w Mławie. Uczestnicy tego zdarzenia byli trzeźwi. Policja apeluje o ostrożność i wyobraźnię – nie jesteśmy na drodze sami.

Informacja KPP

# Nauczycielom wręczono akty mianowania

**OŚWIATA** || Jarosław Jabłonowski odebrał z rąk Burmistrza Sławomira Kowalewskiego akt powierzenia stanowiska Dyrektora Szkoły Podstawowej nr 3 w Mławie na kolejną kadencję. Wręczono także akty mianowania nauczycielom.

**P**odczas wtorkowej (24 sierpnia) uroczystości w pałacu ślubów Dyrektor Szkoły Podstawowej nr 3 w Mławie Jarosław Jabłonowski odebrał z rąk Burmistrza Miasta Mława Sławomira Kowalewskiego akt powierzenia stanowiska na kolejną kadencję. Nauczyciele szkół prowadzonych przez Miasto Mława odebrali akty mianowania.

Gratulacje złożyli wszystkim również Zastępca Burmistrza Miasta Mława Szymon Zejer i Naczelnik Wydziału Oświaty i Polityki Społecznej Urzędu Miasta Mława Magdalena Staszewska.

Jarosław Jabłonowski funkcję Dyrektora Gimnazjum nr 2 im. dra Józefa Ostaszewskiego w Mławie, a po reformie oświaty Dyrektora Szkoły Podstawowej nr 3 tegoż imienia, pełni nieprzerwanie od 2001 roku. Na podstawie art. 63 ust. 1, 10 i 21 ustawy Prawo oświatowe oraz Zarządzenia nr 141/2021 Burmistrza Miasta Mława z 23 sierpnia br., powierzono mu stanowisko dyrektora tej placówki na okres od 1 września 2021 r. do 31 sierpnia 2026 r.

Akt mianowania jest dokumentem potwierdzającym zdobycie przez nauczyciela kolejnego szczebla w karierze zawodowej.



foto: Karolina Bytnar

Warunkami uzyskania stopnia awansu zawodowego nauczyciela mianowanego są posiadanie odpowiednich kwalifikacji, odbycie stażu w wymiarze 2 lat i 9 miesięcy zakończonego oceną dorobku zawodowego oraz zdanie egzaminu przed komisją egzaminacyjną.

Zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa, 8 nauczycieli szkół prowadzonych przez Miasto Mława złożyło wnioski o wszczęcie postępowania egzaminacyjnego w terminie do 30 czerwca br. Nauczyciele ubiegający się o awans zawodowy na stopień nauczyciela mianowanego spełnili wymagania formalne przewidziane przepisami prawa. Przystąpili, zgodnie z wymaganą procedurą, do egzaminów w określonym terminie i godzinie przed komisją egzaminacyjną powołaną Zarządzeniem Burmistrza

Miasta Mława. W ich trakcie dokonali prezentacji dorobku zawodowego i odpowiedzieli na pytania członków komisji egzaminacyjnej.

## Akty mianowania otrzymali:

**Kinga Lech** – nauczyciel zatrudniony w Szkole Podstawowej nr 2 im. Mikołaja Kopernika w Mławie. Pani Kinga w okresie odbywania stażu pracowała jako nauczyciel wychowania przedszkolnego.

**Agnieszka Dagmara Matuszewska** – nauczyciel zatrudniony w Szkole Podstawowej nr 3 im. dra Józefa Ostaszewskiego w Mławie. Pani Agnieszka w okresie odbywania stażu pracowała jako nauczyciel współorganizujący kształcenie, nauczyciel świetlicy i rewalidacji.

**Krzysztof Koziątek** – nauczyciel zatrudniony w Szkole Podstawowej nr 6 z Oddziałami Integracyjnymi im. Kornela Makuszyńskiego w Mławie. Pan

Krzysztof w okresie odbywania stażu pracował jako nauczyciel wychowania fizycznego.

**Małgorzata Rachocka** – nauczyciel zatrudniony w Zespole Placówek Oświatowych nr 2 w Mławie. Pani Małgorzata w okresie odbywania stażu pracowała jako nauczyciel wychowania przedszkolnego oraz nauczyciel wspomagający.

**Ewelina Ludwikowska** – nauczyciel zatrudniony w Zespole Placówek Oświatowych nr 2 w Mławie. Pani Ewelina w okresie odbywania stażu pracowała jako nauczyciel wspomagający oraz wychowawca świetlicy.

**Aleksandra Członka-Chmielewska** – nauczyciel zatrudniony w Zespole Placówek Oświatowych nr 3 w Mławie. Pani Aleksandra w okresie odbywania stażu pracowała jako nauczyciel przedszkola oraz nauczyciel języka angielskiego.

**Monika Sobotka** – nauczyciel zatrudniony w Zespole

Placówek Oświatowych nr 3 w Mławie. Pani Monika w okresie odbywania stażu pracowała jako nauczyciel języka polskiego i edukacji dla bezpieczeństwa.

**Ewelina Krysztofiak** – nauczyciel zatrudniony w Zespole Placówek Oświatowych nr 2 w Mławie. Pani Ewelina w okresie odbywania stażu pracowała jako nauczyciel wychowania przedszkolnego.

Zgodnie z przepisami prawa oświatowego, nauczyciele złożyli ślubowanie, które następnie potwierdzili podpisami. „Ślubuję rzetelnie pełnić mą powinność nauczyciela wychowawcy i opiekuna młodzieży, dążyć do pełni rozwoju osobowości ucznia i własnej, kształcić i wychowywać młode pokolenie w duchu umiłowania Ojczyzny, tradycji narodowych, poszanowania Konstytucji Rzeczypospolitej Polskiej” – brzmiała rota.

Życzenia wielu kolejnych lat owocnej i satysfakcjonującej pracy w szkołach złożyli nauczycielom mianowanym Burmistrz Miasta Mława Sławomir Kowalewski, Zastępca Burmistrza Szymon Zejer i Naczelnik Wydziału Oświaty i Polityki Społecznej Urzędu Miasta Mława Magdalena Staszewska.

os, KSM

## PIJANY MOTOROWERZYSTA UDERZYŁ W FIATA



Foto: sxc.hu

**WYPADEK** || Niewiele brakowało, by w czwartek, na drodze krajowej nr 7 w Unierzyżu, doszło do tragedii. Pijany motorowerzysta wyjechał z drogi podporządkowanej wprost pod samochód osobowy. Ranny 50-latek, z obrażeniami głowy trafił do mławskiego szpitala.

Do zdarzenia doszło około godz. 17.30. Jak wynika z ustaleń policjantów na miejscu wypadku, kierujący motorowerem 50-letni mieszkaniec pow. mławskiego, na skrzyżowaniu z krajową siódmką w Unierzyżu, wyjechał z drogi podporządkowanej wprost pod jadącego siódmką fiata. Odbił się od szyby czołowej auta i upadł na jezdnię. Z obrażeniami głowy został przewieziony do szpitala w Mławie. W organizmie miał ponad 2,5 promila alkoholu. Okazało się także, że nietrzeźwy mężczyzna ma sądowy zakaz kierowania pojazdami. Jednośląd, którym się poruszał, nie miał tablicy rejestracyjnej a numer VIN był zeszlifowany. Pojazd został zabezpieczony na policyjnym parkingu. Kierowcy fiata, 20-letniemu mławianinowi oraz dwójce pasażerów nic się nie stało. Motorowerzyście, za jazdę w stanie nietrzeźwości i niestosowanie się do zakazu sądowego grozi kara do 5 lat pozbawienia wolności. Postępowanie prowadzi Komenda Powiatowa Policji w Mławie. Przed nami ostatni weekend wakacji, apelujemy o szczególną ostrożność na drodze i zero tolerancji dla nietrzeźwych za kierownicą oraz piratów drogowych. Jeśli jesteś świadkiem niebezpiecznego zachowania na drodze, powiadom Policję, dzwoniąc pod numer 112. Informacje można przekazywać anonimowo.

Asp. szt. Anna Pawłowska

# Pościg policyjny za kierowcą, który był pod działaniem amfetaminy

**NA SYGNALE** || Sceny jak z filmu. We wtorek 24 sierpnia wieczorem ulicami Mławy, funkcjonariusze ruchu drogowego prowadził pościg za kierowcą mercedesa. Agresywny mławianin, w momencie zatrzymania zaatakował policjantów. Jak się okazało, był pod wpływem amfetaminy.

**P**olicjanci mławskiej drogowki zauważyli w centrum miasta popełniającego wykroczenia kierowcę mercedesa.

— Kiedy chcieli zatrzymać kierującego do kontroli, ten zlekceważył sygnały do zatrzymania i ruszył do ucieczki popełniając kolejne wykroczenia — informuje asp. szt. Anna Pawłowska, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Mławie. — Po chwili funkcjonariusze zatrzymali pirata drogowego, który zaatakował interwe-



niujących policjantów i im groził.

25-letni mławianin został szybko obezwładniony. Mężczyznę poddano testowi na obecność środków odurzają-

cych w organizmie. Okazało się, że był pod wpływem amfetaminy.

Ponadto, w jego samochodzie policjanci odnaleźli ponad 100 gramów narkotyków.

Zatrzymany trafił do policyjnego aresztu.

Lista zarzucanych mu przestępstw jest długa: niezatrzymanie się do kontroli drogowej, kierowanie pojazdem pod wpływem środków odurzających, naruszenie nietykalności cielesnej policjantów oraz groźby karalne, a także posiadanie znacznej ilości środków odurzających.

Zatrzymany mławianin usłyszał już zarzuty w mławskiej prokuraturze. Grozi mu kara do 10 lat pozbawienia wolności. Czynności prowadzi

mławska Policja pod nadzorem Prokuratora Rejonowego. Informacja KPP

REKLAMA

## INFORMACJA

Zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy o gospodarce nieruchomościami (Dz.U z 2020 r., poz. 1990 z późn. zm.)

## WÓJT GMINY STUPSK

informuje, że w dniach od 31.08.2021 r. do 22.09.2021 r., na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy w Stupsku, zostanie wywieszony wykaz nieruchomości przeznaczonych do dzierżawy. Wykaz obejmuje n/w nieruchomości, położone na terenie gminy Stupsk: Wola Szydłowska – działka nr 44/3 i część działki nr 45, Bolewo – działka nr 143, Stupsk – działka 45/4, 254/2.

# Złote Gody czterech małżeństw

**JUBILEUSZ** || – Zdrowie i szczęśliwy los, bo reszta, czyli miłość, życzliwość i wyrozumiałość, to już zależą tylko od nas – dzielił się swoją receptą na udany związek Andrzej Stolarski, który wraz ze swoją żoną Danutą obchodził Złote Gody.

**P**odczas uroczystości w mławskim Pałacu Ślubów medale oraz poświadczające ich otrzymanie legitymacje odebrały cztery pary małżeńskie, które w swoich związkach przeżyły co najmniej 50 lat: Alicja i Ryszard Afanasjewowie, Aniela i Jan Młyńscy, Bożena i Stefan Sokolowscy oraz Danuta i Andrzej Stolarscy.

Serdeczne życzenia dalszych lat w zdrowiu i szczęściu



Fot. Karolina Bytner



Cztery pary otrzymały z rąk burmistrza Sławomira Kowalewskiego medale za długoletnie pożycie małżeńskie, przyznane przez Prezydenta RP.

ciu złożyli im Burmistrz Miasta Mława Sławomir Kowalewski, Zastępca Burmistrza Szymon Zejer i Kierownik Urzędu Stanu Cywilnego w Mławie Marzena Lipińska.

Podczas wzruszającego spotkania nie zabrakło też pięknych wspomnień i zabawnych anegdot z życia jubilatów.

Przypominamy, że osoby zamieszkałe na terenie miasta, które przeżyły przynajmniej 50 lat w jednym związku mał-

żeńskim i są zainteresowane otrzymaniem medalu za długoletnie pożycie małżeńskie, mogą się zgłaszać do tutejszego Urzędu Stanu Cywilnego (Pałac Ślubów w parku miejskim).

Urząd Miasta Mława prosi, aby zabrać ze sobą dowody osobiste, w celu sporządzenia wniosku do Prezydenta RP o przyznanie medalu. Jubilatów mogą również zgłaszać osoby z rodziny.

KN / KSM



## Zapisz się na jednodniowe warsztaty florystyczne

**WARSZTATY** || Do 31 sierpnia 2021 r. można się zapisać na jednodniowe warsztaty florystyczne „Z kwiatami nam do twarzy”, które odbędą się 4 września w Parku Miejskim w Mławie.

**J**uż 4 września 2021 na terenie estrady w Parku Miejskim odbędą się warsztaty florystyczne dla mieszkańców Mławy.

„Zachęcamy do udziału w bezpłatnych zajęciach, podczas których będzie można wykonać bukiet pod okiem zawodowej florystki i uzyskać podstawową wiedzę z zakresu tworzenia kompozycji kwiatowych” — piszą organizatorzy, pracownicy Miejskiego Domu Kultury w Mławie.



Fot. Materiały organizatora

Trzygodzinne warsztaty to przede wszystkim zajęcia praktyczne oparte na treningu. Panie mają spędzić miło czas i same poczuć się jak florystki, albowiem wykonane samodzielnie kompozycje zabiorą później do domów. Zajęcia będą odbywać się w dwóch grupach wiekowych.

I grupa (16-26 lat) warsztaty w godz. 11.00-14.00 — uczestniczki będą mogły nauczyć się, jak wykonać bukiet ślubny w mikrofonie oraz do-

wiedzieć się o florystycznych trendach ślubnych

II grupa (27 lat i więcej) warsztaty w g. 15.00-18.00 — zajęcia z tworzenia bukietów okolicznościowych na imieniny czy urodziny.

W każdej grupie limit osób - 25. Warsztaty poprowadzi - mistrz florystyki Małgorzata Zakrzewska, która jest również pomysłodawczynią tej akcji.

Inicjatywa „Z kwiatami nam do twarzy” realizowana jest

w ramach programu Narodowego Centrum Kultury „Dom Kultury+ Inicjatywy lokalne 2021”, a fundusze na jej organizację pochodzą z Ministerstwa Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu.

Przypominamy. Zapisy na zajęcia w Miejskim Domu Kultury do 31 sierpnia 2021 r. W przypadku złych warunków pogodowych warsztaty zostaną przeniesione do budynku MDK. Udział w warsztatach jest bezpłatny.

# Już można jeździć Aleją św. Wojciecha

**MŁAWA** || 26 sierpnia udostępniono kierowcom wybudowany niedawno drugi odcinek Alei św. Wojciecha w Mławie, wiodący od skrzyżowania z ul. Sienkiewicza do ulicy Płockiej. Aleja od tego momentu jest drogą uprzywilejowaną w stosunku do ul. Sienkiewicza.

**N**owory odcinek drogi udostępnili uczestnikom ruchu Burmistrz Miasta Mława Sławomir Kowalewski i jego Zastępca Szymon Zejer, Zastępca Naczelnika Wydziału Inwestycji Urzędu Miasta Mława Dariusz Nieznański, Adam Chmieleński – Członek Zarządu Krusz-Bet s.c. (wykonawcy inwestycji) wraz z pracownikami firmy, projektanci Tomasz i Andrzej Dusiński (pierwszy z nich jest autorem projektu oddawanej w użytkowanie drogi) oraz strażnicy miejscy. Teraz Aleja Świętego Wojciecha można szybko i bezpiecznie dojechać ze skrzyżowania z ulicami Kościuszki i Graniczną do ronda na ulicy Płockiej.



Przypomnijmy, że II etap Alei Świętego Wojciecha to 863 metry drogi zbudowanej z pełną infrastrukturą: odwodnieniem, chodnikami, ścieżkami rowerowymi i oświetleniem. Poza tym traktem zrealizowano także łączniki alei z drogami już

istniejącymi, odcinkami ulic: Banku Miast (109 metrów bieżących), Szmaragdową i Bursztynową (łącznie 220 metrów bieżących). W ten sposób powstała świetnie skomunikowana sieć dróg wyjazdowych z Osiedla Andersa.



Aleja Świętego Wojciecha na odcinku między ulicami Sienkiewicza i Płocką będzie częściowo wzdłuż linii kolejowej E65. Powstanie nowej drogi przyczyni się do uruchomienia nowych obszarów miasta, położonych po wschodniej stronie

tej magistrali. W sąsiedztwie alei będą powstawały budynki mieszkalne i zakłady pracy. Stworzy ona także szybkie połączenie dzielnicy Wólka z ul. Płocką, drogą wyjazdową do DK 7. Będzie też szlakiem komunikacyjnym dla autobusów dalekobieżnych, dla

których przystanki i miejsca postojowe zostały urządzone przy dworcu zintegrowanym i centrum handlowym Stacja Mława.

Koszt realizacji zadania to 11.021.000 zł. Miasto uzyskało na ten cel dofinansowanie w ramach Funduszu Dróg Samorządowych w wysokości 5.163.753,79 zł.

Burmistrz Miasta Mława zgodnie z planem przebudowuje układ komunikacyjny Mławy. Urząd Miasta Mława złożył wniosek do Rządowego Funduszu Polski Ład o dofinansowanie kolejnego, trzeciego już odcinka Alei Świętego Wojciecha, który będzie biegł od nowego ronda przy ul. Płockiej w kierunku ulicy Smolarnia.

KSM

REKLAMA

## MAZOWIECKI KONGRES KGW – ŻUROMIN 2021

Z inicjatywy Poseł Anny Cicholskiej 22 sierpnia w Żurominie odbył się Mazowiecki Kongres Kół Gospodyń Wiejskich. Na to wydarzenie przyjechało kilkaset gospodyń wiejskich.

Koła gospodyń wiejskich reprezentowały powiaty: żuromiński, mławski, przasnyski, płoński i ciechanowski. Kolorowe, ludowe stroje i wspaniałe stoiska zachwyciły przybyłych gości. Gościem honorowym była Sekretarz Stanu w Ministerstwie Rolnictwa i Rozwoju Wsi Anna Gembicka. Pierwsze Koła gospodyń Wiejskich powstały w II połowie XIX wieku. Obok Ochotniczych Straży Pożarnych to najstarsze stowarzyszenie działające na wsi. Na przestrzeni lat zmieniał się ich statut, znaczenie i formy działalności KGW. Wiele Kół Gospodyń Wiejskich zostało wygaszonych czy

zlikwidowanych. Głównie z przyczyn finansowych. Ustawa z dnia 9 listopada 2018 r. o kołach gospodyń wiejskich, której jedną z inicjatorek i auterek była Poseł Anna Cicholska spowodowała, że koła przeżywają swój renesans. Spotkanie zaradnych Pań z KGW w Żurominie nie było pierwszą tego typu inicjatywą Poseł Anny Cicholskiej. W lutym 2019 w Grudusku i Gąbinie Poseł Anna Cicholska wraz z Minister Andżeliką Możdżanowską – Sekretarz Stanu w Ministerstwie Inwestycji i Rozwoju zorganizowała Regionalne Konsultacje – „Niezależność i Rozwój Kół Gospodyń Wiejskich

bez obowiązków i obaw”. Główny cel jaki przyświecał tej inicjatywie to zachęcenie i propagowanie zawiązywania KGW. Teraz przyszła kolej na trochę bardziej „rozrywkową” formę spotkania. Generalnie działalność Kół Gospodyń Wiejskich kojarzona jest z kuchnią i kulinariami... Tak, to prawda. Wspaniałe regionalne wypieki, potrawy czy wyroby regionalne są wizytówką większości kół. To właśnie one są podziwiane i wzbudzają zachwyt na przeglądach, kiermaszach czy tradycyjnych dożynkach. Z tego słynie polska wieś i Koła Gospodyń Wiejskich. Wiele kół zajmuje się sztuką ludową, rękodziełem. Nie wolno też zapominać o chórach, zespołach pieśni i tańca. Głównym wydarzeniem forum był konkurs kulinarny. Potrawy oceniał nie byle kto. Człowiek, który o kuchni wie wszystko - Kurt Scheller. I miejsce zajęło KGW Jarzębina (Budy Matusy), II miejsce KGW Malinowe Usta (Kęczewo), a III miejsce KGW Regimin. Przyznano również wyróżnienia dla KGW Rozwozin, KGW Koziebrody, KGW Gołany, KGW Porzeczek z Purzyc, KGW Stare Kosiny. W trakcie Kongresu działał mobilny punkt szczepień przeciw Covid. Można było również zasięgnąć informacji na



stoiskach promocyjnych m.in.: Krajowego Ośrodka Wsparcia Rolnictwa, Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa, czy KRUS. Działał również punkt konsultacyjny Ruchu Społecznego Polskie Amazonki. Warto podkreślić zaangażowanie i wkład w przygotowanie i przeprowadzenie imprezy władz miasta Żuromin. Pani Burmistrz Aneta Goliat wraz z pracownikami zadbała o każdy szczegół, a tym samym o promocję swojego miasta.

Koła gospodyń wiejskich to prężnie działające organizacje. Podejmują się wielu lokalnych inicjatyw społecznych

i wzmacniają kapitał ludzki na obszarach wiejskich. Są sposobem na integrację lokalnych społeczności. Współpracują między innymi z samorządami gminnymi, Ochotniczymi Strażami Pożarnymi, szkołami oraz ośrodkami kultury i innymi organizacjami pozarządowymi. Promują swoje miejscowości, gminy i powiaty. Z uwagi na zaangażowanie w rozwój miejscowości na terenie których działają, są również szkołami społeczeństwa obywatelskiego. Warto o nie dbać i wspierać.

*Biuro poselskie Posła  
Anny Ewy Cicholskiej*

11321otml1-A-P



# Wspominamy ks. dra płk Więckowskiego

W NASZEJ RUBRYCE „Z KART HISTORII” WSPOMINAMY DZISIAJ KS. DRA PŁK JANA WIĘCKOWSKIEGO, NACZELNEGO KAPELANA I DZIEKANA ARMII GEN. HALLERA, KTÓREGO MOGIŁA ZNAJDUJE SIĘ NA CMENTARZU PARAFIALNYM W SZYDŁOWIE POD MŁAWĄ.

**K**s. dr płk Jan Więckowski urodził się w Mnichowie, w powiecie jędrzejowskim, 27 grudnia 1884 roku z ojca Józefa i matki Florentyny ze Szprochów. Rodzina Prus-Więckowskich herbu półtora krzyża była rodziną szlachecką. W 1903 roku Jan Więckowski ukończył gimnazjum w Piotrkowie Trybunalskim i w tym samym roku został przyjęty do Seminarium Duchownego w Płocku.

Ks. Jan Więckowski wykazywał zawsze duże zdolności muzyczne. W seminarium duchownym miał szczęście trafić na ks. prałata Eugeniusza Gruberskiego znanego kompozytora muzyki kościelnej. Już w seminarium był organizatorem chóru śpiewaczego oraz seminaryjnej orkiestry.

Święcenia kapłańskie otrzymał z rąk biskupa Antoniego Juliana Nowowiejskiego 24 czerwca 1909 roku. W lipcu 1909 roku został mianowany wikariuszem w Czyżewie. We wrześniu 1911 roku został przeniesiony jako wikariusz do Czerwińska pod opiekę proboszcza ks. prałata Eugeniusza Gruberskiego, swego mistrza muzycznego z czasów seminarium duchownego w Płocku.

W czerwcu 1914 roku udaje się na studia filozoficzne na paryską Sorbonę oraz jednocześnie studia muzykologiczne w konserwatorium w Paryżu. Na Sorbonie uzyskuje licencjat z filozofii, a także kończy konserwatorium muzyczne z najwyższą lokatą „maxima cum laude”.

W czasie I wojny światowej angażuje się w tworzenie chórów śpiewających, staje się kapelanem Polonii francuskiej oraz szczególną troską obdarza emigrantów weteranów Powstania Styczniowego, a także Polaków weteranów wojny francusko-pruskiej z lat 1870-1871.

W latach 1914-1916 stara się rozbudzać w Polonii fran-

cuskiej nastroje patriotyczne i przenieśli podległościowe, współpracuje z Komitetem Pomocy Ofiarom Wojny w Polsce kierowanym przez Henryka Sienkiewicza oraz jego żonę w Vevey w Szwajcarii.

Po rewolucji lutowej w Rosji z polecenia żony Henryka Sienkiewicza bada sprawę przychylności nastawienia nowej władzy rosyjskiej dla sprawy Polski. Wydaje też dla żołnierzy polskich książeczkę do nabożeństwa, która rozeszła się w tysięcznych nakładach i miała trzy wznowienia wydawnicze.

Od 1915 roku ks. Więckowski zostaje kapłanem jeńców Polaków we Francji przejętych z armii niemieckiej. Już w 1915 roku ks. Więckowski jedzie wraz z delegacją do Papieża Benedykta XV ze sztandarem od jeńców polskich dla Polskiej Armii i dzięki zaangażowaniu ks. Więckowskiego udaje się otrzymać poświęcenie przez Papieża Benedykta XV sztandaru dla przyszłej armii polskiej.

Z chwilą sformowania Armii Polskiej we Francji ks. Więckowski wyruszył razem z żołnierzami na front. Był na pierwszej linii walk, ratował żołnierzy, wnosił rannych, odprawiał msze w okopach, słynny jest przypadek uratowania życia kpt. Stefana Zygałewicza przez ks. Więckowskiego.

Szczególnie istotne dla politycznego wymiaru sprawy polskiej i pozycji negocjacyjnej Komitetu Narodowego Polskiego było zaangażowanie się ks. Więckowskiego w odprawianie mszy polowych, w których uczestniczyło dowództwo francuskie Armii Polskiej oraz przedstawiciele Komitetu Narodowego Polskiego z Romanem Dmowskim na czele.

Ks. Więckowski zorganizował całe duszpasterstwo Armii. Do czasu przybycia generała Hallera do Francji był najważniejszą osobą pełniącą funkcję mediatora, tłumacza między Polakami a dowództwem francuskim, co było tym istotniejsze, że prawie wszyscy Polacy nie znali francuskiego. Ponadto, organizował życie obozowe, był wykładowcą w szkole oficerskiej w Quintin, organizował chóry śpiewacze w armii, pomagał medykom opatrywać rannych, uczestniczył w wypadach jednostek szturmowych pomagając żołnierzom, nie bał się narażać na ogień karabinów czy armat, w pewnym momencie walk uległ zatruciu gazem.

Powszechnie znany jest wpływ ks. Więckowskiego na formację intelektualną i mo-



Fot. archiwum rodzinne  
Ks. dr płk Jan Więckowski

ralną kadry oficerskiej Błękitnej Armii. Ksiądz Więckowski zdając sobie sprawę jak ważna jest rola kapłana w armii dla żołnierzy stale zagrożonych śmiercią zawsze chodził ubrany w sutannę a nie mundur oficera. Był także delegowany na inspekcje wojsk polskich do Włoch oraz bezpośrednio do Rzymu, gdzie formowano Armię Polską z jeńców Polaków z armii Austro-Węgierskiej. Ks. Więckowski uzyskał w ministerstwach Królestwa Włoch stosowne zezwolenia dla jeńców Polaków, a w Sekretariacie Stanu Stolicy Apostolskiej złożył podziękowania za sztandar ofiarowany Armii Polskiej przez papieża Benedykta XV.

O znaczeniu ks. Więckowskiego dla Armii Polskiej we

Francji niech świadczy rozkaz 54a gen. Hallera z 30 sierpnia 1919 roku odczytany przed frontami wszystkich jednostek armii: „Ksiądz Więckowski Jan, dziekan Armii Generala Hallera, Niepospolity Kapelan, piękny charakter, pełen poświęcenia i umiłowania sprawy odbudowania Ojczyzny. Wstąpił do Armii Polskiej we Francji i wyruszył w pole jako kapelan I Pułku Strzelców na front francuski. Nieodstępny towarzysz żołnierza czy to w czasie największych walk na polach Francji, gdzie niósł pociechę religijną i pomoc moralną czy też w obozach we Francji, a zwłaszcza Quintin, w szkole Oficerskiej, gdzie z powodu swych zalet i inteligencji ma wpływ na oficerów. Powoła-

ny na Naczelnego kapłana do sztabu Generala Hallera w Paryżu zorganizował Duszpasterstwo całej Armii”.

Od 6 lipca 1917 roku do listopada był kapłanem I Pułku Strzelców we Francji, od listopada 1918 do marca 1919 roku był kapłanem i wykładowcą w szkole oficerskiej w Quintin, od marca do czerwca 1919 roku był Naczelnym Kapłanem Armii Generala Hallera przy Sztabie Armii gen. Hallera, od lipca 1919 roku był dziekanem „ad interim” Armii Generala Hallera.

Po powrocie do Polski wraz z Armią gen. Hallera w związku z toczącą się wojną Polsko-bolszewicką (1919-1921) udaje się na front i walczy przeciw bolszewikom w walkach pod Lwowem i na lwowskim odcinku frontu.

Za zasługi wojenne zostaje odznaczony krzyżem Virtuti Militari, trzykrotnie „Krzyżem Walecznych”, a od Papieża Benedykta XV otrzymuje komandorię św. Grzegorza. Ks. Jan Więckowski zostaje odznaczony innymi polskimi orderami oraz orderami armii sprzymierzonych w łącznej liczbie 21.

Po zakończeniu bezpośrednich walk ks. Dziekan Jan Więckowski udaje się na dalsze studia muzykologiczne przerwane koniecznością zaangażowania się w sprawę Polskiej Armii we Francji czy wojną Polsko-bolszewicką. Początkowo udaje się na studia muzyki gregoriańskiej do francuskich ojców Benedyktynów na wyspie Wight w Anglii następnie przez 10 miesięcy kształcił się w Szwajcarii i w Belgii a także w Kolonii, Koblencji, Trewirze a później przez dwa lata w Rzymie gdzie w 1922 roku otrzymuje stopień doktora muzyki kościelnej po przedstawieniu tezy o wpływie notacji bizantyjskiej na muzykę łacińską.

Od sierpnia 1922 roku mieszkał w Warszawie na ul. Miodowej 16, będąc w tym czasie czynnym członkiem zarządu weteranów Armii Polskiej we Francji, a także kanclerzem i prezesem kapituły orderu „Miecze Hallerowskie”. W okresie lat 1923-1926 usiłował bezskutecznie utworzyć katedrę muzykologii na Uniwersytecie Warszawskim.

W lipcu 1926 roku zgłasza się na wikarego do Zegrza, w lipcu 1927 roku zostaje proboszczem w Pawłowie gdzie odbudowuje zniszczony po I wojnie światowej zabytkowy kościół wraz z budynkami parafialnymi. W listopadzie 1929 roku zostaje proboszczem w Korczewie, gdzie za sprzedaną część swojej pry-

watnej kolekcji książek, funduje nowe organy.

Będąc proboszczem w różnych parafiach znany jest z tego, że funduje ludności bezpłatne lekarstwa, wspiera finansowo ubogich. W sierpniu 1932 roku został proboszczem w Malużynie, a od września 1934 roku w Szydłowie, gdzie zorganizował raz jeszcze chór śpiewaczy.

Będąc proboszczem różnych parafii przygotowywał kolejne prace muzykologiczne szczególnie w zakresie paleografii muzyki łacińskiej, polifonii klasycznej i chorału gregoriańskiego. Oznaczeniu jego badań naukowych niech świadczy fakt, że 10 zbiorów jego prac naukowych zakupił Uniwersytet w Lipsku w 1931 roku za sumę 10 tysięcy złotych, uznając je za bardzo ważne z punktu widzenia badań muzykologicznych.

Ks. Jan Więckowski zmarł na zapalenie płuc 12 maja 1935 roku w Szydłowie. Pogrzeb odbył się w tej miejscowości 15 maja 1935 roku z udziałem osobistego delegata gen. Józefa Hallera, przedstawicieli Związku Halerczyków, 1 Pułku Ułanów z Ciechanowa oraz 32 Pułku Mazowieckiego z Działdowa, a także tłumu wiernych. Obecny był także kpt. Stefan Zygałewicz, któremu ks. Więckowski uratował życie. Wieko trumny przyozdobione było tylko jednym wieńcem — od chóru parafialnego.

## ORDERY I ODZNACZENIA

### KS. DRA PŁK JANA WIĘCKOWSKIEGO:

Krzyż Wojenny Orderu Virtuti Militari V klasy, Krzyż Walecznych, Order Polonia Restituta, Komandoria św. Grzegorza, Rycerski Żelazny Krzyż Jądrzów, Gwiazda Górnolaska, Order Związku Legionistów Puławskich, Miecze Hallerowskie, Odznaka Oficera Armii Polskiej we Francji, „Orzeł w Rombie”, Odznaka Bytych Żołnierzy w Rosji Centralnej 1917-1919, Krzyż na Śląskiej Wstędze Waleczności i Zasługi, Odznaka Krzyża na Śląskiej Wstędze Waleczności i Zasługi, Krzyż za wybitną Działalność Na Polu Ratowania Mienia Polskiego, Zabytków i Dzwonów Na Terytorium b. Cesarstwa Rosyjskiego w latach 1915-1919, Medal Zwycięstwa za Obronę Cywilizacji 1914-1918, Krzyż Waleczności Byłej Ochotniczej Sprzymierzonej Armii gen. Bułak-Bałachowicza, Krzyż Żołnierzy Polskich z Ameryki, Order I Korpusu Polskiego gen. Dowbor-Muśnickiego, Odznaka Pamiątkowa Wojskowej Straży Kolejowej, Medal Pamiątkowy za wojnę 1918-1921, Krzyż św. Jerzego, Krzyż Niepodległości.

Informacje dra Grzegorza Majewskiego



Fot. archiwum rodzinne  
Zdjęcie nowego pomnika nagrobnego sfinansowanego przez IPN na wniosek dra Grzegorza Majewskiego, jako członka rodziny, ustawowego opiekuna grobu oraz kustosza pamięci ks. dra płk Jana Więckowskiego

# „Żywa szkoła” Jerzego Ostrowskiego

DZISIAJ ZACZYNAMY NOWY TEMAT Z „KART HISTORII”. TYM RAZEM DR LESZEK ARENT, WICEPREZES TOWARZYSTWA PRZYJACIÓŁ ZIEMI MŁAWSKIEJ PRZYBLIŻA NAM „ŻYWA SZKOŁĘ” JERZEGO OSTROWSKIEGO.

Fot. Zdjęcia ze zbiorów autora i Wikipedii



Budynek seminarium przy ul. Warszawskiej

Określenie jest być może trochę mylące, ponieważ sugeruje że pozostałe placówki szkolne mogą być martwymi. Awale tak nie jest. Określenie dotyczy głównie sposobu nauczania. Jest ono związane z osobą Jerzego Zbigniewa Ostrowskiego, który był przez prawie rok czasu dyrektorem w mławskim Państwowym Seminarium Nauczycielskim. Tu próbował, przynajmniej częściowo, realizować swój program „Żywej szkoły”.

Nim przejdziemy do omówienia propozycji nauczania w szkole żywej, zapoznajmy się najpierw z interesującą postacią, jaką był Jerzy Ostrowski. A był on jednym z wybitnych pedagogów okresu międzywojennego.

Jerzy Zbigniew Ostrowski urodził się 13 stycznia 1887 roku w miejscowości Chodel leżąca na Lubelszczyźnie. Był jednym z pięciorga rodzeństwa. Ojciec Stanisław był urzędnikiem pochodzącym ze zubożałej rodziny szlacheckiej. Matką Jerzego była Zofia Stokowska.



Jerzy Ostrowski wielką rolę w procesie nauczania i wychowania oraz kształtowania patriotyzmu, przywiązywał do regionalizmu i muzeum szkolnego.

POW uczestniczył w rozbrajaniu Niemców.

Po wojnie studiował początkowo na Wydziale Prawa i Nauk Społecznych w Katolickim Uniwersytecie Lubelskim, a następnie na Wydziale Ekonomiczno-Politycznym na Uniwersytecie Poznańskim, po ukończeniu którego przeniósł się do Instytutu Pedagogicznego w Warszawie. Uczestniczył w życiu społecznym młodzieży akademickiej.

W 1921 roku otrzymał dyplom uprawniający do pracy w zawodzie nauczycielskim. Rok później otrzymał posadę nauczyciela w Państwowym Seminarium Nauczycielskim Męskim w Kielcach, a od 1 września 1922 roku płatny urlop roczny na dokończenie studiów pedagogicznych w Instytucie Pedagogicznym w Warszawie. Ukończył je 12 czerwca 1923 roku z wynikiem bardzo dobrym, na podstawie pracy dyplomowej „Żywa szkoła. Zarys organizacyjny i metodyczny przyszłej szkoły średniej”. W roku szkolnym 1923/1924 pracował jako nauczyciel gimnazjum w Skolimowie. W następnym roku szkolnym 1924/1925 pracował już w Mławie.

Swoje zainteresowania edukacją przedstawił w pracy dyplomowej „Żywa szkoła”. Jej zagadnienia teoretyczne w praktyce próbował realizować w Państwowym Seminarium Nauczycielskim w Mławie, a następnie w Wymyślinie, w powiecie lipnowskim, później winnych placówkach edukacyjnych w Polsce.

Do Mławy przyjechał Jerzy Ostrowski 2 września 1924 roku wraz z żoną Ewą Szelburg, znaną już wtedy

autorką wierszy i opowiadań dla dzieci. Objął stanowisko dyrektora Państwowego Seminarium Nauczycielskiego. Uczyl również psychologii a jego żona opiekowała się teatrem szkolnym i wydawaniem miesięcznika uczniowskiego „Kompas”. Mając 28 lat był najmłodszym dyrektorem szkoły w Polsce.

Jerzy Ostrowski bardzo krytycznie odnosił się do ówczesnego systemu dydaktyczno-edukacyjnego szkół średnich, zarzucając mu nadmierny werbalizm, uczenie encyklopedyczne, co powodowało wyobcowanie z życia społecznego. Szkoła miała być według niego placówką edukacyjną przygotowującą młodzież do życia w społeczeństwie. Pierwszym sposobem na przygotowanie młodzieży do życia społecznego miał być samorząd uczniowski, który był oparty w dużej mierze na wzorach amerykańskich. Miał on realizować zarówno cele dydaktyczne jak i wychowawcze. Trzeba pamiętać, że ówczesna młodzież seminarium pochodziła głównie ze wsi. Byli to więc uczniowie o innych obyczajach, nie znający podstawowych zasad zachowania w towarzystwie, przy stole w trakcie obiadu. Brakowało im kindersztuby. Należało więc zmienić metody wychowawcze.

Dyrektor Ostrowski kładł również nacisk, nie tylko na naukę czytania i pisanie, ale również na kształcenie umiejętności jasnego, logicznego i pięknego wyrażania się. Uważał że uczniowie nie potrafili wyrażać w dyskusjach swoich myśli, tylko posługując się opiniami nauczycieli. Z przykrością trzeba stwierdzić, że ten sposób myślenia obowiązuje nadal.

Jednym z zadań mających poprawić tę sytuację był pomysł wydawania własnego uczniowskiego pisma, które powstało jako miesięcznik zatytułowany „Kompas”. Było pismem redagowanym i wydawanym przez uczniów. Nie zawierało poezji i utworów literackich, tylko sprawy dotyczące szkoły i problemów miasta. Nakład wynosił przeciętnie od 150 do 300 egzemplarzy. Teksty artykułów, skład a nawet ilustracje na linotypach wykonywali uczniowie. „Kompas” był drukowany w Działdowie. Było to pismo, które spełniało zamierzenia dyrektora Ostrowskiego, mające pobudzić inicjatywę i umiejętności intelektualne młodzieży.

Pisząc artykuły uczniowie poznawali problemy szkoły, uczyli się myśleć i logicznie pisać o sprawach praktycznych, związanych z realnym życiem, a nie wymyślonymi i przeczytanymi w książkach.

Jerzy Ostrowski wielką rolę w procesie nauczania i wychowania oraz kształtowania patriotyzmu, przywiązywał do regionalizmu i muzeum szkolnego. Według niego muzeum miało być przeglądem owoców pracy szkoły, z dru-

giej obrazem kultury regionu mławskiego, a szerzej historycznej Ziemi Zawkrzeńskiej na tle całego kraju. Zbierając eksponaty do muzeum szkolnego uczniowie mieli możliwość poznawania materialnych pamiątek przeszłości, poznawania tradycji, zwyczajów i życia lokalnej społeczności. Taką możliwość dawały wycieczki terenowe, organizowane przez nauczycieli, w trakcie których zdobywano zabytki archeologiczne i etnograficzne, poznawano zwyczaje okolicznych mieszkańców.

Warto podkreślić, że zamysł Ostrowskiego dotyczący muzeum, wynikający z jego „Żywej szkoły”, już po opuszczeniu przez niego Mławy, doczekał się realizacji. W 1926 roku w gmachu seminarium została zorganizowana wystawa mazurska, która cieszyła się dużym zainteresowaniem. W efekcie kolejnych działań w 1929 roku otwarte zostało Miejskie Muzeum Regionalne.

c.d.n.

dr Leszek Arent, wiceprezes Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Mławskiej.

Cytaty z książki „Żywa szkoła”, zdjęcia ze zbiorów autora i Wikipedii.



Fot. Zdjęcia ze zbiorów autora i Wikipedii



Budynek powstałego w 1929 roku muzeum, od 1938 roku KKO i urzędu akcyzy

# Kolarze szosowi ścigali się w Mławie

**SPORT** || Za nami kolarskie Kryterium Asów o Puchar Marszałka Województwa Mazowieckiego i o Puchar Burmistrza Miasta Mława. Wyścig był częścią kilkudniowej rywalizacji, rozgrywanej na ulicach Radzyna, Serocka, Płońska, Mławy, Ciechanowa, Nasielska i Legionowa.



**P**odobnie jak w zeszłorocznym kryterium, w czwartek 19 sierpnia br., kolarze mieli do pokonania – w zależności od kategorii, w jakiej startowali – od czterech do dwudziestu półtorakilometrowych okrążeń ulicami Reymonta, Sienkiewicza, Wyspiańskiego, Bagno, Długa i Żeromskiego (tym razem jednak, dla odmiany, organizatorzy zaproponowali odwrotną stronę trasy).

Pogoda dopisała, nastroje również – dopingowani przez kibiców, nastoletni i dorośli szosowcy rywalizowali o laury najlepszych. Bezpiecznej jeździe sprzyjały też pora roku i wynikający z niej fakt, że wszystkie wyścigi odbyły się przed zapadnięciem zmroku (w 2020 r., gdy ścigano się jesienią, reprezentanci ostatnich kategorii jechali już nocą).

Na kryterium nie mogło oczywiście zabraknąć Burmistrza Miasta Mława Sławomira Kowalewskiego – i to nie tylko ze względu na współorganizację imprezy. Jak miłośnicy kolarstwa doskonale wiedzą, przez lata ścigał się on jako zawodowiec w barwach Juranda Ciechanów, a następnie CWKS Legii Warszawa, obecnie zaś rywa-

lizuje w wyścigach w kategoriach amatorskich.

Milą niespodzianką dla sportowców oraz ich kibiców była runda honorowa, jaką Sławomir Kowalewski zrobił z juniorami i amatorami. A gdy już emocje opadły, na estradzie im. Tekli Bądarzewskiej w miejskim parku, wraz z Zastępcą Burmistrza Miasta Mława Szymonem Zejerem i miejskimi radnymi oraz reprezentującymi organizatorów Wice-marszałkiem Województwa Mazowieckiego Wiesławem Raboszukiem i Dyrektorem wyścigu Dariuszem Banaszkiem, udekorował zwycięzców poszczególnych wyścigów.

Z wynikami mławskiego kryterium można się zapoznać na stronie internetowej Urzędu Miasta Mława, gdzie są także dostępne rezultaty kolarzy startujących w tegorocznym Kryterium Asów we wszystkich miastach.

Organizatorami Kryterium Asów o Puchar Marszałka Województwa Mazowieckiego i o Puchar Burmistrza Miasta Mława byli Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego, Urząd Miasta Mława i Stowarzyszenie AAM Cycling Team. Dyrektorem wyścigu był Dariusz Banaszek. KRZYSZTOF NAPIERSKI / KSM



# Recepty astronoma Kopernika

**HISTORIA** || Weź dwie kwarty wina, dodaj cztery drachmy suszonych fig, cynamonu, goździków i szafranu po pięć drachm każdego. Jeśli Bóg pozwoli to pomoże! To jedna z recept, jakie Mikołaj Kopernik zalecał na żołądek.

Astronomia była wielką pasją Mikołaja Kopernika i, jak powszechnie wiadomo, na tym polu osiągnął największe sukcesy. Studiował jednak również prawo i medycynę we Włoszech. Tę ostatnią po to, aby wraz z konieczności, pomagać w dolegliwościach zdrowotnych samemu biskupowi warmińskiemu. Tak właściwie, to do studiowania medycyny został „zachęcony”. Kiedy zjawił się we Fromborku 28 lipca 1501 roku na posiedzeniu kapituły warmińskiej, której był członkiem, przedłożył odpowiednią petycję, aby kontynuować studia prawnicze we Włoszech. Kapituła zgodziła się między innymi dla tego, że obiecał studiować również medycynę, aby w przyszłości stać się „pożytecznym doradcą lekarskim” zarówno biskupa, jak i kapituły. W ten sposób Kopernik mógł również rozwijać we Włoszech swoje zainteresowania związane z badaniami astronomicznymi.

— Włoskiemu niebu zawdzięczał cały bagaż empirii, wszystkie najważniejsze obserwacje, których wyniki cytuję w swym dziele — pisze dr Jerzy Sikorski w artykule poświęconym Mikołajowi Kopernikowi jako lekarzowi praktykowi. — I w tej intencji gotów był ponieść wszelkie dodatkowe trudy, jakie wiązały się dlań zarówno ze studiami prawniczymi w Bolonii, jak i studiami medycznymi w Padwie. Jak wiadomo zadaniu temu sprostał, bo sprostac musiał — we własnym interesie.

Padwa była wówczas bardzo prężnym ośrodkiem naukowym szczególnie w temacie badań astronomicznych oraz medycznych. Ściągano tutaj najlepszych uczonych, a tytuł rektora uczelni przysługiwał statutowo profesorom medycyny. Studia medyczne w Padwie trwały trzy lata. Na pierwszym roku studenci zaznajamiali się z „Kanonem medycyny” autorstwa Awicenny, filozofa i perskiego lekarza, który żył na przełomie X/XI wieku i jest uważany za ojca nowoczesnej medycyny. Na drugim roku zajmowano się m.in. metodami leczenia

„ojca medycyny” — Hipokratesa, a na trzecim m.in. Galenusem, jednym z najznakomitszych lekarzy starożytności. Studenci w Padwie uczestniczyli również w pokazach anatomicznych i brali udział w sekcjach zwłok. W mieście tym Kopernik przebywał dwa lata, dzięki czemu miał uzyskać przynajmniej — jak twierdzi dr Jerzy Sikorski — licencjat z medycyny, co upoważniało go do podjęcia praktyki lekarskiej.

Warto na chwilę przyjrzeć się ówczesnej medycynie. Prof. Ryszard Witold Gryglewski z Katedry Historii Medycyny Collegium Medicum Uniwersytetu Jagiellońskiego, pisząc o rozwoju medycyny w czasach Mikołaja Kopernika podkreśla, że w momencie, kiedy ukazuje się drugie dzieło Kopernika: „De revolutionibus”, bruckelczyk Andreas Vesalius publikuje: „De humani corporis fabrica libri septem”. To dzieło, w którym Vesalius pokazuje człowieka, jakiego jeszcze nie znaliśmy. Ludzkość otrzymała do rąk pierwszą prawidłową księgę anatomii. Skończył w ten sposób ze spekulatywną anatomią starożytności i otwierał nowy rozdział w dziejach medycyny opartej na racjonalnych przesłankach potwierdzonych doświadczeniem. Wówczas zmieniły się także dotychczasowe przekonania panujące chociażby



Mikołaj Kopernik przedstawiany był również z konwalia jako symbolem wiedzy i sztuki medycznej

w kwestii zaopatrywania ran. Do tej pory za Galenem uznawano, że ropienie ran jest nie tylko zgodne z naturą, ale wręcz pożądane z punktu widzenia procesów leczniczych. Od starożytności przez średniowiecze utrzymywał się pogląd, że rany otwarte

i głębokie winno wypalać się lub zalewać gorącym olejem. Niestety, obowiązywał on powszechnie i był rygorystycznie przestrzegany. Myślenie co do tego zmienił w XVI wieku Francuz Ambrois Pare, który twierdził, że więcej pożytku przyniosą kompresy

ze środkami ściągającymi. W ten sposób narodziła się desmurgia, czyli nauka o leczeniu ran.

Kiedy Kopernik w 1503 roku powrócił na Warmię, był jednym z najbardziej znanych lekarzy-praktyków w Prusach Królewskich. Utrzymywał kontakty m.in. z Wawrzyńcem Wilde, lekarzem księcia Albrechta w Królewcu oraz z Benedyktem Solfą, nadwornym lekarzem króla polskiego — Zygmunta Starego. Kopernik leczył kolejnych biskupów warmińskich: Fabiana Łuzjańskiego, Maurycego Ferbera oraz Jana Dantyszka. Leczył zarówno samych kanoników, jak i ich krewnych. Doglądał chorych w Szpitalu Świętego Ducha we Fromborku oraz nieodpłatnie leczył ubogich.

Jak twierdzi prof. Janusz Malłek z Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu, wtekście pt.: Edukacja i praktyka medyczna Mikołaja Kopernika, słynny astronom „...walczył z chorobami za pomocą środków jakimi dysponowała ówczesna nauka i praktyka medyczna. Pozostawione przez niego recepty wskazują wyraźnie, że w swej działalności lekarskiej używał często stosowanych przez innych lekarzy składników, choć unikał popularnych wówczas środków nie kojarzących się dziś z medycyną, takich jak mocz, żaby węże, nietoperze czy zwierzęce pazury lub substancje trujące. Był przy tym zwolennikiem leków nie mających zbyt skomplikowanego składu”.

Przepisując recepty Mikołaj Kopernik starał się zachowywać umiar i rozważę. Twierdził, iż najlepsze są... krótkie. Jedna z nich, według składu mnicha Bernarda, miała pomagać na żołądek: Weź dwie kwarty wina, dodaj cztery drachmy suszonych fig, cynamonu, goździków i szafranu po pięć drachm każdego. Jeśli Bóg pozwoli to pomoże!

Swoje recepty i zapiski notował często na marginesach stron książek medycznych. Pisał, że wywar z tamaryszku pomaga przeciw trądom, z kolei na wzdęcia i bóle żołądka pomocne są otręby. W jego notatkach znalazła się i re-

W 1970 roku w poważanym amerykańskim czasopiśmie „The Journal of American Association” autorstwa S. Handa i A. Kunina napisano, że Mikołaj Kopernik zalecił smarowanie chleba masłem z wierzchu, aby w ten sposób dostawcy żywności zachowywali czystość. Miało mieć to znaczenie w walce z panującą biegunką na olsztyńskim zamku w 1520 roku. Zdaniem autorów tekstu, to Kopernikowi możemy zawdzięczać zwyczaj smarowania chleba masłem.



Pomnik Mikołaja Kopernika w Olsztynie

# Do zdrowia przez dno oka

**NAUKA** || Choć sztuczna inteligencja to jeszcze pieśń przyszłości i wiąże się z nią pewne ryzyko – prof. Andrzej Grzybowski uważa, że kiedyś z jej pomocą lekarze będą nieść pacjentom ulgę i szybszy dostęp do wysokiej jakości medycyny.

**– Jak to jest należeć do grona dwóch procent najbardziej rozpoznawalnych naukowców świata?**

– Przede wszystkim bardzo przyjemnie jest być docenionym. Wprawdzie te dwa proc. to i tak bardzo duża grupa – tylko w Polsce to kilkuset naukowców. Ale rzeczywistość: z jednej strony to uczucie wielkiego zadowolenia, ale z drugiej, jak dla mnie to też zobowiązanie, które od chwili opublikowania listy trzymam na swoich barkach – przecież reprezentuję polską naukę na arenie międzynarodowej. Dla mnie ma to ogromne znaczenie, tym bardziej, że wśród polskich naukowców jestem na tej liście jedynym okulistą, a to czyni moje zobowiązanie jeszcze większym. Oczywiście, mamy w Polsce mnóstwo dobrych aktywnych naukowców okulistów – a jednak na liście Stanford University jako okulista reprezentuję Polskę sam.

**– Czyli zobowiązanie i odpowiedzialność przede wszystkim.**

– Każdy z nas, obojętnie czym para się zawodowo, raz na jakiś czas potrzebuje słowa uznania, pochwały. Potrzebuje wiedzieć, że jego wysiłki ktoś dostrzeże i docenia. Ale warto pamiętać, że pozycja w takim rankingu nie jest jednorazową erupcją. Nie wynika przecież z jednego wielkiego odkrycia – pracuje się na nią wiele lat. Ta pozycja jest raczej potwierdzeniem, że konsekwentna, wieloletnia praca może przynieść efekty. Jest dobrym sygnałem i mobilizuje do dalszych działań.

**– Sztuczna inteligencja w medycynie – czyli co konkretnie?**

– Sztuczna inteligencja to algorytmy, szczególnie o charakterze uczenia głębokiego, naśladujące sieci neuronalne, których zadaniem jest rozwiązywanie określonych działań matematycznych, głównie takich, które przekraczają możliwości ludzkiego umysłu, żmudnych i czasochłonnych. Że kalkulator policzy na wielkich liczbach znacznie szybciej – to wszyscy wiemy od dawna. I podobnie trzeba patrzeć na algorytmy. A stosuje się je, nie tylko w medycynie, ale generalnie w świecie już od dobrych 20



lat. Szczególną karierę algorytmy zaczęły w chwili, gdy poznaliśmy i zaczęliśmy na co dzień stosować Internet i telefony komórkowe.

Duża część aplikacji, z których codziennie korzystamy, działa właśnie na podstawie algorytmów. Można nawet powiedzieć, że wszyscy korzystamy ze sztucznej inteligencji codziennie: choćby obsługując skrzynkę mailową. Albo używając tłumacza internetowego. Albo sortując zdjęcia w folderze.

Także media społecznościowe szeroko korzystają z algorytmów. Musimy sobie jednocześnie zdawać sprawę, że wszystkie te platformy, które dzięki algorytmom działają, choć pozornie są bezpłatne – tak naprawdę żyją z naszych danych. Żywiemy je naszą prywatnością – dlatego ważne, by robić to świadomie.

Sam też z nich korzystam, ale zawsze pamiętam, że moja prywatność to cena, jaką płacę za korzystanie z określonej aplikacji lub wyszukiwarki.

Jednak wciąż wiele osób nie ma tej świadomości i czasem czuje rozczarowanie, że po wyszukaniu jakiegoś towaru – chwilę później widzi na swoim ekranie mnóstwo reklam z towarami o podobnym profilu. To w sztucznej inteligencji ta druga, ciemniejsza strona medalu – ta, która może budzić pewne obawy i powodować zagrożenia. Jeśli jednak nauczymy się sztucznej inteligencji kontrolować – ta ciemna strona może nas nigdy nie dotknąć. I tu

możemy przejść do medycyny, która z pewnością różni się od pozostałych, bardziej rynkowych lub komercyjnych dziedzin naszego życia.

Medycyna zarządza danymi wrażliwymi – o czym musimy zawsze pamiętać. To dane, których udostępnienie mogłoby doprowadzić do poważnych konsekwencji. Czasem problemem bywa fakt, że lekarze, ale i pacjenci nie bardzo algorytmy w medycynie rozumieją, a i jedni, i drudzy chcieliby wiedzieć,

z czego określona informacja medyczna wynika. Na przykład: wykonano zdjęcie skóry, które następnie trafia do oceny przez sztuczną inteligencję.

Mamy dziś algorytmy, które z wielką dokładnością potrafią wychwycić w skórze zmiany nowotworowe. Ale otrzymując taki wynik, i lekarz, i pacjent mogą zapytać, skąd algorytm wie, że tak rzeczywiście jest. I tu zaczynają się schody: bo lekarz swój tok rozumowania przed postawieniem określonej diagnozy może nam szczegółowo objaśnić.

Algorytm takiego komfortu nam nie da. Gorzej: często sposób i procedury, na podstawie których uzyskał określony wynik, są dla nas kompletnie niezrozumiałe. Często określa się to zjawisko jako black box effect – efekt czarnej skrzynki. Nawet jeśli wyniku nikt nie kwestionuje – często pozostaje pytanie: jak algorytm go uzyskał. A to już wywołuje kolejny problem – problem kontroli algorytmu. Lekarzy w różny sposób, ale jednak stale kontrolujemy.

Potencjałem algorytmu jest jego dostępność i dyspozycyjność: pracuje przecież 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu, a zatem w ciągu tygodnia jest w stanie przebadać tysiące konkretnych przypadków. Nie męczy się inie bierze urlopów. Ponadto, człowiek może być też czasem źródłem błędów – bywa przecież zmęczony, roztargniony, ulega wielu emocjom. Jeśli algorytm popelnia błąd – czyli to systemowo, we wszystkich badaniach tak samo. Z jednej strony zatem wielka efektywność, ale z drugiej potrzeba stałej kontroli, by do tych błędów systemowych dochodziło jak najrzadziej.

**– A w okulistyce?**

– To w okulistyce wyrażnie widać, jak oczywiste są korzyści ze sztucznej inteligencji. Zaczniemy od tego, że przybywa nam osób chorych. Wynika to z rosnącej długości życia, ale i z faktu, że wzrasta częstość występowania wielu chorób cywilizacyjnych. Coraz więcej ludzi cierpi z powodu otyłości, cukrzycy... Dziś o wiele więcej osób umiera z powodu cukrzycy właśnie



**Prof. Andrzej Grzybowski:**  
Relacja lekarza czy jakiegokolwiek pracownika ochrony zdrowia z pacjentem jest tak wyjątkowa, tak intymna – że nikt i nic ich pacjentowi nie zastąpi. A już na pewno nie zastąpi jej wydruk komputerowy z zaleceniami lub głos jakiegoś komputerowego bot.

– niż z powodu głodu na świecie. Paradoks, ale tak jest! A zatem dłuższe życie i więcej chorób stanowią dla systemu ochrony zdrowia prawdziwe wyzwanie – bo dla większej liczby pacjentów potrzebujemy więcej lekarzy. A nie ma co liczyć na to, że lekarzy będzie więcej. Średni czas, jaki lekarz poświęca pacjentowi podczas wizyty, też stale maleje: w USA to 7 minut, z czego 5 zajmuje elektroniczna dokumentacja medyczna. Na jakikolwiek kontakt z pacjentem pozostają zatem 2 minuty! Problem coraz większego pośpiechu w medycynie i braku czasu dla pacjenta możemy określić jako medycynę powierzchowną.

Sztuczna inteligencja może okazać się pomocna, by wybrnąć z tych problemów, i z paradoksów. Gdyby mogła





Prof. Andrzej Grzybowski, specjalista z zakresu okulistyki, kierownik Katedry Okulistyki na Wydziale Lekarskim UWM, to jedyny polski okulista, który znalazł się na liście Uniwersytetu Stanforda, prezentującej 2 proc. najbardziej rozpoznawanych naukowców świata.

odbarczyć lekarzy i odwrócić tę proporcję: by z tych 7 minut na pacjenta przypadło 5, a na dokumenty — 2, byłby to już bardzo duży sukces. Wiem, że to myślenie nieco idealistyczne, ale musimy jakoś ten świat przyszłości planować, wysoko mierzyć i stawiać duże wyzwania. Naszym celem jest medycyna głęboka, która z jednej strony wykorzystuje wszystkie atuty sztucznej inteligencji we wczesnym wykrywaniu chorób, określaniu ryzyka zachorowania oraz wyborze leczenia zindywidualizowanego dla pacjenta, a z drugiej strony pozwoli lekarzowi poświęcić więcej czasu na kontakt z pacjentem, by mu wytłumaczyć te bardzo trudne wyliczenia.

— I tu dochodzimy do dna oka...

— Zdjęcia dna oka dają nam w okulistyce wielką możliwość poznawczą. Już w 2017 r. opublikowano pracę, w której pokazano, jak algorytm sztucznej inteligencji pozwala na podstawie tylko zdjęcia dna oka określić wiek pacjenta, płęć, jego ciśnienie tętnicze, skurczowe i rozkurczowe, wskaźnik BMI oraz fakt, czy pacjent pali, czy nie. To był początek zainteresowania dnem oka — jedynym miejscem, gdzie bezinwazyjnie możemy obejrzeć mikronaczynia krwionośne, a do tego możemy je zmierzyć i zbadać. Wszędzie indziej musielibyśmy pokonać barierę, choćby skóry. W tej chwili już wiemy, że na podstawie tego samego zdjęcia możemy ocenić też ryzyko chorób nerek, układu krą-

żenia, udaru mózgu czy centralnego układu nerwowego. Kiedyś mówiło się, że oko jest zwierciadłem duszy — dziś, choć jeszcze 20 lat temu nikt się tego nie spodziewał, widzimy to w działaniu. Z jednej strony algorytmy dowodzą, że te korelacje mają sens, a z drugiej — pozwalają na operowanie wielką liczbą danych w tym samym czasie. Sam człowiek, bez pomocy matematyki i statystyki, tego nie potrafi. W okulistyce do standardu w wielu miejscach na świecie weszło już wykorzystanie obrazu dna oka do diagnozowania retinopatii cukrzycowej.

— No, właśnie. Czytałam już o wykorzystaniu sztucznej inteligencji z myślą o cukrzycach z retinopatią cukrzycową. Jak dużo osób z cukrzycą cierpi dodatkowo z powodu retinopatii? Jak można im skutecznie pomóc?

— Obecnie mamy w Polsce ok. 3 mln chorych na cukrzycę, a ta liczba stale rośnie. A retinopatia cukrzycowa jest główną przyczyną utraty wzroku u osób w wieku produkcyjnym. Widać zatem — nomen omen gołym okiem — jak ważny jest to problem. Zalecenia wobec chorych obejmowały raz na rok kontrolę okulistyczną pacjenta z cukrzycą w kierunku retinopatii. Czyli trzeba co roku przebadać te 3 mln pacjentów, z których 30 proc. na retinopatię cierpi, a 10 proc.

z tych 30 kwalifikuje się do natychmiastowego leczenia. Tu akurat sztuczna inteligencja pomaga, bo od kilku lat działają bardzo precyzyjne algorytmy, które na podstawie zdjęcia dna oka potrafią określić, czy pacjent na retinopatię cierpi. Tym samym co roku ponad 2 mln pacjentów nie trzeba będzie badać. A to ogromna liczba i ogromne obciążenie dla systemu opieki zdrowotnej. To też łatwiejszy dostęp do specjalistów dla tych pacjentów, którzy naprawdę tego potrzebują.

Dziś w Wielkopolsce w ramach grantu z UE badamy populację ok. 40 tys. pacjentów z cukrzycą. Z pomocą fundus camera, czyli narzędzia do badania dna oka, wykonuje się pacjentom zdjęcie, następnie algorytm bada ten wynik i pacjent natychmiast otrzymuje odpowiedź, czy ma retinopatię, a jeśli tak, to na jakim jest ona poziomie. Pacjentów z retinopatią kierujemy do okulisty, a ci z retinopatią zagrażającą widzeniu dostają skierowanie na cito. Pozostali nie muszą trafiać do okulisty — muszą się zgłosić na badanie ponownie za rok. To największe tego typu badanie w Europie, zaplanowane na 4 lata w 15 poradniach, przy czym nie są to ośrodki wielkomiejskie.

Zależało nam na ocenie realnej przydatności takiego badania z pomocą algorytmu w jak najbardziej prawdzi-

wych warunkach. Kolejne prace dotyczą opracowania algorytmu dla wykrywania jaskry, która występuje nieco rzadziej — ale dziś w Polsce cierpi na nią 700 tys. pacjentów, z czego połowa prawdopodobnie nie wie, że ją ma. Znów wiele nadziei pokładamy w zdjęciach dna oka — wspólnie z informatykami UWM stale pracujemy nad odpowiednim algorytmem, który osobom z jaskrą też pomoże.

— Część środowiska lekarskiego obawia się, że sztuczna inteligencja zastąpi lekarzy, że stracą pracę. Sądząc po brakach na każdym polu funkcjonowania służby zdrowia — jako pacjentka obawiam się raczej, że dla mnie wizyta u lekarza może skończyć się rozmową z robotem!

— Ja takiego problemu nie dostrzegam. Zaczniemy od tego, że relacja lekarza czy jakiegokolwiek pracownika ochrony zdrowia z pacjentem jest tak wyjątkowa, tak intymna — że nikt i nic ich pacjentowi nie zastąpi. A już na pewno nie zastąpi jej wydruk komputerowy z zaleceniami lub głos jakiegoś komputera bota. Poza tym zwłaszcza te poważne choroby, jak nowotwór, wymagają bardzo dużej uwagi lekarza, ale i jego umiejętności psychologicznych oraz zwykłej empatii. Tego nie zastąpi żaden algorytm. Chodzi o to,

by one odciążyły lekarzy w tej pracy administracyjnej.

— Z pewnością są tacy, którzy słysząc „sztuczna inteligencja w medycynie” — już knują swoje nieczne zamiary...

— Sama w sobie sztuczna inteligencja może być nadużywana. Znamy to z doświadczenia, co chwilę słyszymy w reklamach o zmiataczach wolnych rodników i nanotechnologiach. Często wiele pojęć naukowych wykorzystuje się, by zwiększyć zaufanie do danego produktu i jego sprzedaż. Podobnie będzie z tą inteligencją i algorytmami. Tu dodatkowa trudność polega też na tym, że nie da się ich tak łatwo zweryfikować. A algorytm musi być rzetelny. Poza tym potrzebne są odpowiednie, bardzo precyzyjne regulacje. Obecnie w Unii Europejskiej taki algorytm zarejestrować o wiele łatwiej niż w USA. Ale ja, mimo realnych problemów i potencjalnych zagrożeń, jakie z zastosowania algorytmu mogą wynikać — uważam, że sztuczna inteligencja w medycynie jest w stanie przynieść nam wiele korzyści. Miejmy nadzieję, że wkrótce odpowiednie regulacje pozwolą w Unii, ale i w Polsce rejestrować takie algorytmy, których przydatności i wiarygodności nikt nie zakwestionuje, a które rzeszom pacjentów przyniosą szybszy dostęp do wysokiej jakości medycyny.

Magdalena Maria Bukowiecka

## Victor Young Jazz Festival będzie we wrześniu

**KULTURA** || 24 i 25 września w Miejskim Domu Kultury w Mławie wystąpią: Jan Młynarski i Warszawskie Combo Taneczne, zespoły Cuban Latin Band oraz Wojciech Konopko – Victor Young Project, a także Trio Kuby Stankiewicz i Grażyna Auguścik.

Trzecia edycja Victor Young Jazz Festival Mława zapowiada się rewelacyjnie. Przez dwa dni odbędą się cztery koncerty, potańcówka w retro stylu, konferencja poświęcona muzyce przedwojennej, warsztaty dla młodzieży i dwa wernisaże wystaw.

Organizatorzy zachęcają, aby zarezerwować sobie czas we wrześniu i spędzić dwa dni (24-25.09) w miłym towarzystwie, przy świetnej muzyce.

Konferencję poświęconą muzyce przedwojennej i bohaterowi festiwalu – wybitnemu amerykańskiemu kompozytorowi z mławskimi korzeniami Victorowi Youngowi – w piątek 24 września poprowadzi znany



dziennikarz muzyczny Andrzej Winiszewski. On także w sobotę 25 września przygotuje i przedstawi repertuar potańcówki w przedwojennym stylu. Do tańca zapro-

simy przed estradą w parku miejskim.

Muzyczną ucztą będą koncerty rewelacyjnych muzyków różnych generacji. Na żywo zobaczymy Grażynę Auguścik,

która wystąpi z Trio Kuby Stankiewicz z repertuarem Victora Younga (program przygotowany specjalnie na nasz festiwal).

Wielkim wydarzeniem będzie obecność na mławskiej

scenie Warszawskiego Combo Tanecznego z liderem – Janem Młynarskim, jednego z najciekawszych wykonawców jazzu tradycyjnego.

Ciekawe interpretacje Younga proponują dwie młode formacje, Cuban Latin Band oraz Wojciech Konopko – Victor Young Project. Jesteśmy przekonani: będzie kreatywnie, inspirująco, miło i dźwięcznie.

Dwudniowe wydarzenie odbędzie się z zachowaniem obowiązujących w terminie festiwalu wymogów sanitarnych.

Victor Young Jazz Festival Mława'21, podobnie jak w roku ubiegłym, będzie można obejrzeć na żywo i w sieci, korzystając ze streamingu on-line.

Osoby, które chciałyby obejrzeć festiwal, siedząc na widowni sali kina Kosmos, organizatorzy proszą o kontakt z Miejskim Domem Kultury.

— Dziękujemy wszystkim darczyńcom, dzięki którym nasze wydarzenie może być realizowane. W sprawie wpłat i darowizn prosimy o kontakt w Wydziale Komunikacji Społecznej i Medialnej Urzędu Miasta Mława (tel. 23 654 33 82 wew. 104) — piszą organizatorzy imprezy, którymi są: Miasto Mława, Fundacja For Art oraz MDK w Mławie.

Współorganizatorami są: Narodowe Centrum Kultury, Samorząd Województwa Mazowieckiego, Powiat Mławski oraz Muzeum Ziemi Zawkrzeńskiej.

Magdalena Grzywacz/KSM

PRACA

**LEGALNA** praca w Opiece w Niemczech wysokie zarobki tel. 501-409-214

**MECHANIK** i **POMOCNIKA MECHANIKA** w Serwisie Motorowodnym w stabilnych i renomowanych firmach w Międzybórzach i Rydzewie. Oferuję ciekawą pracę na pełen etat, system wynagradzania godzinowy 18zł- 25zł/h oraz przeszkolenie osobom bez doświadczenia. Kontakt: 500-250-841

**POSZUKUJĘ** do pracy brukarza i pomocników, tel.690188885

**POSZUKUJĘ** osoby do sprzątania mieszkania (długoterminowo). 517-385-509

**PRZYJMĘ** do pracy brukarza i pomocników, mile widziane doświadczenie. Nidzica, 690-188-885

**ROZWIJAJĄCA** się firma MOTOWEST TRANSPORT SP. Z O.O. zatrudni kierowców kategorii C+E w transporcie międzynarodowym. Firma oferuje stabilne warunki zatrudnienia, atrakcyjne wynagrodzenie, ciekawą i pełną pracę w przyjaznej atmosferze. CV proszę kierować na adres: biuro.motowest@interia.pl, tel.509-951-960

**ZAJAZD** Miłki zatrudni kelnera/ę. 507-104-590

**ZATRUDNIĘ** brukarza i pomocników. 668-267-200

**ZATRUDNIĘ** budowlańców, pomocników i murarzy, 502-558-484

**ZATRUDNIĘ** elektryka (może być po szkole). 539-975-149

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

**ZATRUDNIĘ** w gospodarstwie, 608-627-353

SPRZEDAM

**DREWNO** opałowe sprzedam, różny gatunek oraz w workach na rozpalkę, cena do uzgodnienia 504-250-135.

**FREZARKĘ** do drewna dolnowrzecionową z wózkiem +inne maszyny stolarskie, 500-077-522

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

**NML** Chłodziarko- zamrażarkę nową Samsung na gwarancji sprzedam, cena okazjna, 889-756-802

**NML** Drewno opałowe sprzedam na terenie powiatów: nowomiejskiego i ławskiego- brzoza, buk, dąb, sosna pocięte, połupane z kłosa oraz obładra bukowa i sosnowa pocięta, sucha. Zapewniam transport 697-768-908

**NML** Sprzedam 5 bryczek konnych, stoły i ławy dębowe ogrodowe, 56-474-71-52

**NML** Sprzedam rower Grand Uniwersalny, 21 biegów, stan bdb., cena 350zł, 515-611-688

**NML** Sprzedam tokarnię do toczenia metalu 110 w dobrym stanie, gwintowniki rozmiar od 10 do 20 średnicy, 501-848-028

**ODKURZACZ** piorący Karcher (testowany)- Nowy. 696-838-314

**SPRZEDAM** 1ha przy trasie Działdowo-Iłowo, 500-077-522

**SPRZEDAM** drewno kominkowe-opałowe, kostka sosnowa, transport, 511999755

**SPRZEDAM** działki budowlane, naprzeciwko Karczmy pod Gołębem, 519-487-180, 506-124-587

**SPRZEDAM** gorczycę, 697-091-366

**SPRZEDAM** gorczycę, 697-091-366

NIERUCHOMOŚCI

**!-KANCELARIA NIERUCHOMOŚCI GUTKOWSKI**; od XXw. Obsługujemy Rynek Krajowy **SPRZEDAŻ-KUPNO-WYNAJEM**, Ława-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

**KAWALERKA** do wynajęcia, Nidzica (od 15.09), 501-673-004

**KUPIĘ** nieruchomość, może być do remontu lub zadłużone, pomogę w spłacie długu, zapłacę 3000zł za informację o takiej nieruchomości. 661-435-785

**LOKAL** do wynajęcia, centrum Giżycka. 510-095-220

**LUBAWA.** Do wynajęcia pokój, mężczyźnie, 535-237-271

**LUBAWA.** Sprzedam mieszkanie oś. Warszawskie, 51m2, po kapitalnym remoncie, 2 pokoje, kuchnia, łazienka, loggia 6m2 +piwnica, 695-721-267

**MIESZKANIE** 2-pokojowe częściowo umeblowane do wynajęcia. 500-509-652.

**NML** Garaż murowany do wynajęcia w pobliżu dworca PKS w Nowym Mieście Lubawskim, 668-214-028

**NML** Lokal do wynajęcia od 1 listopada, przy ul.Wodnej 9 (po Redakcji „Gazety Nowomiejskiej”) w Nowym Mieście Lubawskim, tel.509-919-103

**NML** Sprzedam dom w Nowym Mieście Lubawskim tel.697-441-433.

**NML** Sprzedam działki budowlane o pow. 10 arów w Marzęcicach, ul.Południowa, ładne położenie, 510-713-975

**NML** Sprzedam mieszkanie w Mszanowie, 47,6m2, 2 pokoje, winda, wysoki standard, 509-894-439

**POKÓJ** z kuchnią + łazienka - wynajmę. Nidzica-Piątki, 512-809-216

**POSZUKUJEMY** dla naszych klientów domów, działek oraz mieszkań nr tel. 502-701-301

**SPRZEDAM** działkę budowlaną o pow.12ha. Uzdowo pow.działdowski, 785-541-026

**SPRZEDAM** działki w centrum Działdowa, łączna pow.2tys.m2. Jedna zabudowana, 886-551-965

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

**SPRZEDAM** lokal handlowo-usługowy, Lubawa, ul.Warszawska, (25m2-parter, 25m2-lp.), obok parking, 504-696-494

**SPRZEDAM** mieszkanie 3- pokojowe w Kimkajmach o pow. 74 m2 + garaż murowany + grunta o pow. 1800m2, tel. 512-810-470

**SPRZEDAM** mieszkanie 50 m2, 2 pokoje, II piętro + garaż, centrum Kowale Oleckie. 140.000 zł., 887-988-833

**SPRZEDAM** mieszkanie 63m2, 3p., ul.Warszawska 14a, Nidzica, 603-087-202

**SPRZEDAM** mieszkanie, pow. 55,8m2, do remontu, Nidzica, ul. Traugutta 9, cena 120tys., do negocjacji, 510-193-842

**STANCJA-** pokoje, oddzielne wejście, Olsztyńska. 604-106-268

**WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL**, 503-103-703

**WYNAJMĘ** lub sprzedam mieszkanie M-3 w Lidzbarku Warmińskim, Tel. 533-339-740

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

**AUTO-MOTO-IDEA:** części, samochody, wypożyczalnia. Wilkasy ul.Olsztyńska 3A. 87/428-30-14, www.automotoidea.otomoto.pl

**FORD** Mondeo kombi 2.0TDci (2008)- sprzedam. 693-386-166

**LAWETA**, wynajmę- transport. 602-592-793

**NML** Sprzedam Seat Ibiza 1.4 benzyna 2003r., niebieski, 503-025-446

**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

**SKUP** aut- atrakcyjne ceny! 516-368-453

**SPRZEDAM** Passata-B6, czarny, sedan 2008r., 1,9TDI, 105KM, przebieg-286tys.km, 668-291-916

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

USŁUGI

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

**BUDOWA**, remonty, dachy, ocieplenia. 731-662-038, 600-347-128

**CHŁODNICTWO**, pralki- naprawa. Montaż klimatyzacji. 606-359-662.

**KRYCIE** garaży, remonty dachów. 607-557-532.

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

**RAF-BRUK.** Usługi brukarskie, transport wywrotką 3,5t, koszenie trawników. 507-217-174

**REMONTY-** Łazienki- Hydraulika. 504-297-453

**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 WZMOCNIONE 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

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

**TRANSPORT**, przeprowadzki, 729-242-457

**TYNKI** maszynowe, gipsowe, cementowe- wapienne. Wysoka jakość. BJ Jabłońscy 602-682-313

**USŁUGA** GLEBOGRYZARKA, oraz wertykulacja trawnika, tel.603-911-079

**USŁUGI** hydrauliczne, 508-491-711

**ZIEMIA** ogrodowa, piasek, żwir. 668-267-200

**ŻWIROWNIA** Kruklin- żwiru płukane, sortowane. 604-153-247

RÓŻNE

**FOTELE** do busa, wał łukowy, części do IVECO, 606-513-447

**SPRZEDAM** cegłę białą, czerwona i szamotową, 606-513-447

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

NAUKA

**JĘZYK** polski- korepetycje, maturo. 509-141-828

**JĘZYK** polski- korepetycje. tel. 575-781-353

MATRYMONIALNE

**SZUKAM** dziewczyny. 793-906-276

ROLNICTWO

zwierzęta hodowlane

**KUPIĘ** bydło do dalszego chowu, 608-627-353

**NML** Sprzedam cielęta- byczki i jałówki, okolice Nowego Miasta Lubawskiego, 516-181-554

**NML** Sprzedam jałówkę wysokocielną, 89-645-82-66

**NML** Sprzedam prosięta szczepione, 733-536-808

**RYBY** zarybieniowe, 602-399-656

**SPRZEDAM** cielęta byczki w wieku 2-6 miesięcy, 698-821-610

**SPRZEDAM** dwie jałówki, byczka ok.250kg- cena 2500zł/szt. 515-456-016

maszyny rolnicze

**NML** Sprzedam agregat uprawowo- siewny, Kverneland, 2005r., aktywny, pierwszy właściciel, garażowany, zadbane, 507-233-782

**SPRZEDAM** C360, przyczepa, opryskiwacz, kopaczka, sortownik, plug, talerzówka, kultywator, owijarka, 698-220-636

**SPRZEDAM:WAGĘ** inwentarską, 3-plugi, opryskiwacz, przyczepę dłuźycową, zmiękę do zboża, rozsiewacz nawozu, ciągnik Białorus, 784-039-985

produkty rolne

**SIANO** i sianokiszzonka w belach. 797-293-668.

**SPRZEDAM** owies, siano, słoma żytnia, bele sucha, 513-920-754

**ZIEMNIAKI:** irga, vineta, sifrasprzedam. Transport gratis. 723-238-223

inne

**OBORNIK** z dowozem. 668-267-200

**WEZMĘ** ziemię w dzierżawę, Prątnica, Omule, okolice. Gwarancja utrzymania gleby w kulturze, regulacji-pH. Tylko poważne oferty. Przemysław Zelma, 509-353-609

LEKARZE SPECJALIŚCI

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

# Super-jedzenie z domowego ogródka

**SPORO OSTATNIO PISZE SIĘ O TAK ZWANYM SUPERFOOD. A TO SIEMIĘ LNIANE, A TO PESTKI OD ARBUZA, A TO OGÓRKI... ALE CO TO TAK KONKRETNIE JEST I CZEMU ZARAZ SUPER? I CO JESZCZE MOŻNA TAK NAZWAĆ?**

**S**uperfood to po angielsku super żywność. Tyle tylko, że bynajmniej nie o walory smakowe tu chodzi — a przede wszystkim o wartości odżywcze. Skutkiem czego w polskich specjalistycznych sklepach handlujących wyłącznie zdrową żywnością od wielu lat furorę robią egzotyczne nasiona chia, jagody goji, a nawet spirulina, czyli mikroalga. Ale to jak to? A na naszej swojskiej, polskiej ziemi już się super żywności wyhodować nie da? Że co? Że tylko zapychanie się ogórkami mi zostało i dłubanie pestek z arbuza? A właśnie, że nie! Także we własnym ogródku, a nawet na działce pracowniczej wszędzie nam, z myślą następnie o konsumpcji, przynajmniej pięciu przedstawicieli takiej superfood. Nazwy może mało egzotyczne, ale wartości odżywcze w nich nie gorsze, może nawet lepsze, o dostęp całkiem łatwo, a import-fela nie nadszarpną — choć w tym sezonie tej ostatniej zalety już nie jestem taka pewna...!

Grunt, że w Polsce superfood też wyrośnie. No to wyliczamy.

## DYNIA



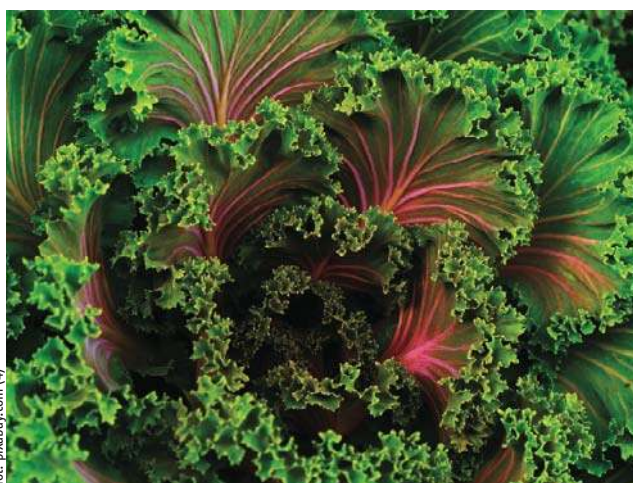
Ponieważ jesień drobnymi kroczkami, ale jednak coraz bardziej dziarsko zmierza w naszą stronę — zaczynam od tego wdzięcznego warzywa. Dynia zawiera nie tylko całą masę składników wzmacniających odporność, ale wiele z nich działa też antynowotworowo. Szklanka dyniowego purée dostarcza 10 mg witaminy C oraz pokrywa siedmiokrotnie (!) dzienne zapotrzebowanie na witaminę A. Sporo też w dyni błonnika, ok. 7 g na szklankę, i karotenoidów, które odpowiadają za piękny odcień pomarańczowego, ale i chronią nas przed chorobami serca, oczu i nowotworami. Dynia zawiera też magnez, wapń i potas. Natomiast pestki dyni są bogate w cynk — co najmniej 2,5 mg na 16 g, czyli średnią garść. Dostarczają też fitosteroli, które ograniczają wchłanianie cholesterolu z pożywienia.

Dynię można jeść pod wieloma postaciami i na kilka sposobów. Choćby jako składnik zupy-krem, a także w curry, gulaszu lub sosie na makaron.

Dynia to warzywo, które bardzo dobrze się przechowuje w postaci mrożonek, dzięki czemu z jej walorów zdrowotnych można korzystać cały rok.

Mało kto wie, a jeszcze mniej praktykuje dynię jako podstawę ciast, ciasteczek, placków i deserów — a zaręczam, że przyprowadzona przyprawą korzenną to jest po prostu delicia! Do jesienno-zimowego jadłospisu zatem dynie marsz. Apotem oczywiście na swojskie dziady czy Halloween — morda upiora jak znalazł!

## JARMUŻ



Należy do rodziny kapustnych i w smaku właśnie ją przypominam. To w Europie jedno z najpopularniejszych warzyw od czasów średniowiecza. Co nie dziwi, bo to skarbnica wartości odżywczych. Jest bogaty w białko, błonnik, wapń, żelazo, fosfor, cynk, magnez. Silne przeciwutleniające — chlorofil, luteina, sulforafan — eliminują z organizmu substancje uszkadzające DNA i powodujące nowotwory, a także powstrzymują wzrost komórek rakowych. Szklanka jarmużu zaspokaja 90 proc. dziennego zapotrzebowania na witaminę C, 100 proc. na witaminę A i 450-600 proc. (!) na witaminę K. Jarmuż zawiera też witaminy E oraz z grupy B. Ponieważ znakomicie czuje się w naszym klimacie, a wręcz lubi przymrozki — umyty i pokrojony powinien być dostępny w lodówce przez cały rok.

Najlepiej jeść jarmuż na surowo, z sokiem z cytryny i oliwą, lub w postaci duszonej, smażonej, a także w zupach i pieczony — takie zdrowe chipsy.

Jak wszystkie zielone liście — świetnie sprawdza się jako składnik pesto. Ogólna zasada jest taka, że podobnie jak brokuły, najlepiej jeść jarmuż na surowo lub krótko gotowany na parze — nie pozbawimy go wtedy antyrakotwórczego sulforafanu, bo ten w wysokiej temperaturze przestaje być aktywny.

## NAĆ PIETRUSZKI

Choć zazwyczaj używamy jej do ozdoby — nać pietruszki prócz urody ma zdecydowanie więcej zalet. Przykładowo, jedna łyżka natki zaspokoi dzienne zapotrzebowanie na witaminę C. Na 100 g przypada też całkiem sporo żelaza — 5 mg, z powodu wysokiego poziomu wspomnianej witaminy C łatwo wchłanianego. Co sprawia, że nać jest bardzo popularna wśród osób cierpiących na anemię. Sporo w niej też beta-karotenu, witamin z grupy B i K, wapnia, magnezu, kwasu foliowego oraz błonnika, którego na 100 g w naci jest aż 40 g. Dodatkowo flawonoidy i chlorofil sprawiają, że nać pietruszki ma też silne działanie antyoksydacyjne.

Z tych wszystkich powodów warto te nasze potrawy ozdabiać natką obficie i zdecydowanie częściej!

Sypimy na zupę, ziemniaki, dodajemy do sałatek, sosów, past... Można pęczek natki zmiksować z oliwą, płatkami migdałów, solą i czosnkiem — powstanie smaczne i zdrowe pesto, w sam raz na makaron lub do kanapek. Nać może być też składnikiem zdrowego koktajlu: wystarczy zblendować pół pęczka natki z bananem, pomarańczą i odrobiną wody.

## KASZA JAGLANA

Setki lat nasi słowiańscy przodkowie właśnie na prosię, z którego kasza jaglana powstaje, opierali swoją dietę. Kaszę jaglaną dopiero ziemniak zepchnął na dietetyczne marginesy, a tak naprawdę to prawdziwa skarbnica zdrowia i królowa wśród kasz. Podczas gdy większość spożywanych przez nas codziennie produktów — mięso, nabiał, cukier — jest zdecydowanie kwasotwórcza, kasza jaglana jest jednym z nielicznych produktów zbożowych o właściwościach zasadotwórczych. A to bardzo korzystne dla naszego organizmu. Ponadto, kasza bogata jest

w beta-karoten, witaminy z grupy B, żelazo, wapń, fosfor, potas i lecytynę. Sporo w niej także krzemu, niezbędnego budulca zdrowej skóry, włosów i paznokci, który w dodatku zapobiega zmianom miażdżycowym. Kasza jaglana to też całkiem obfite źródło białka i węglowodanów złożonych. Mało kto wie, że nie ma w niej za to grama glutenu.

Kasza jest posiłkiem wręcz idealnym w czasie infekcji: lekkostrawna, bogata w różnorakie składniki odżywcze, a poza tym usuwa nadmiar śluzu z górnych dróg oddechowych.

Główny zarzut przeciwników kaszy jaglanej brzmi bezlitośnie: mdła! A ja akurat uważam to za jej ogromną zaletę — bo po prostu jest uniwersalna. W moim domu kasza, nie tylko zresztą jaglana, stanowi częstą i wiele smaczniejszą alternatywę dla ziemniaków, szczególnie, że te już od lat ziemniakami nawet nie pachną. Gotujemy ją al dente i szczerze posypujemy koprem. To też świetna baza do kotletów warzywnych i zagęszczacz do zup, a z pesto i warzywami stworzy pożywną i pyszną sałatkę. Prócz dań wytrawnych jemy też kaszę jaglaną na słodko: z jabłkiem, cynamonem i orzechami. A zblendowaną z owocami, w mojej ulubionej wersji z bananem, i kakao — stworzy pyszny i zdrowy budyn.

## ROKITNIK



Był ogród babci, a na jego tyłach była aleja. Aleja dawno temu obsadzona została zwartym szpalerem krzaków, które krótko przed końcem wakacji pokrywały się miliardem błyszczących, pomarańczowych kuleczek! I pozostawały na tych krzakach całą zimę aż do wiosny. Korciły mnie i nećili, choć kłudy niemiłosiernie, ale od dorosłych dostałam kategoryczne ostrzeżenie, by ich nie brać do ust, najlepiej w ogóle nie zrywać, nie dotykać, ewentualnie patrzeć, ale nie za długo, bo trują. W życiu nikt mnie tak bardzo w błąd nie wprowadził!

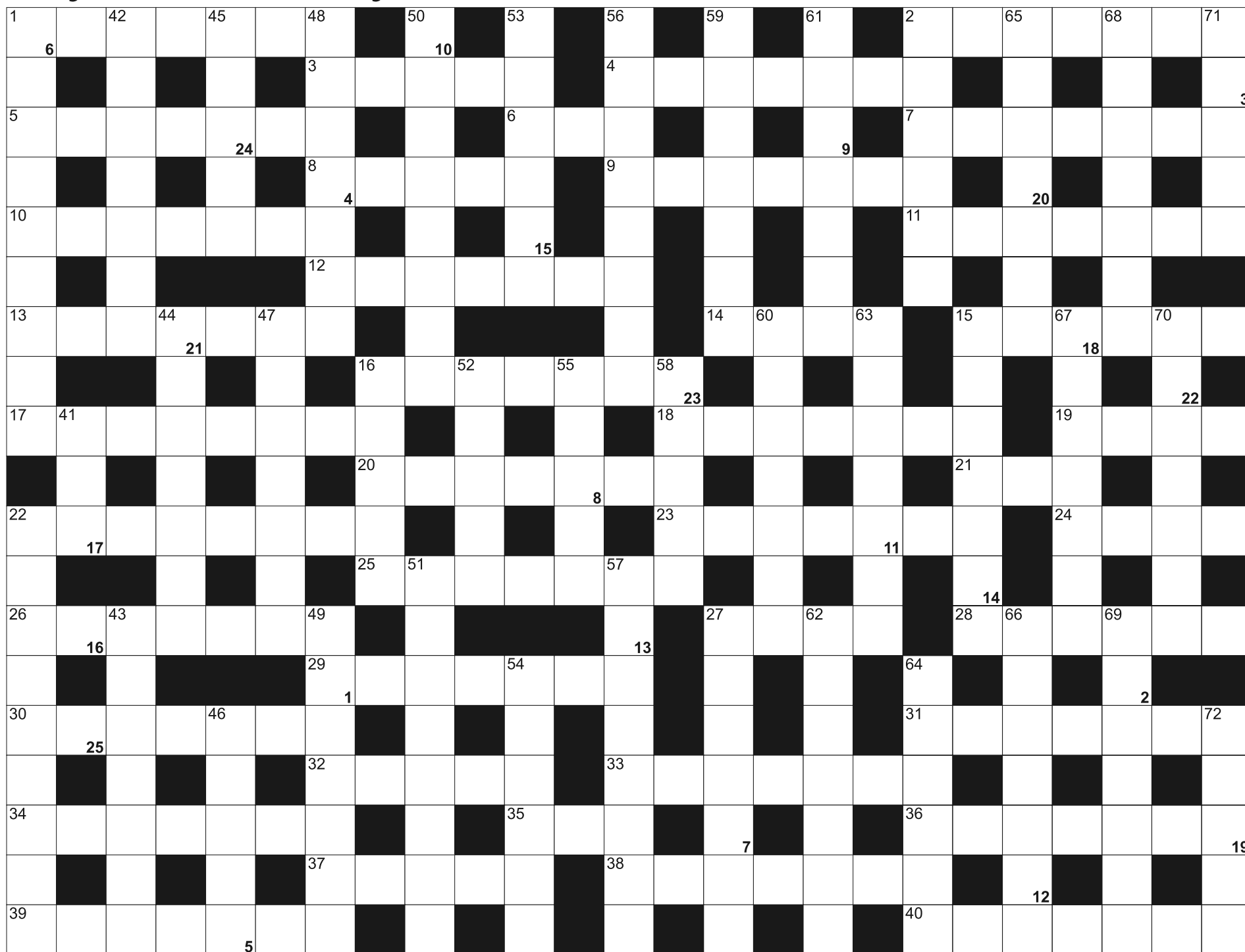
Owoce rokitnika to bowiem jedno z największych dobrodziejstw, które rośnie w naszym klimacie.

Ceniony też choćby w Azji, rokitnik swoimi właściwościami zdrowotnymi swobodnie dorównuje jagodom goji czy acai. Jego tajemnica to fakt, że zawiera połączenie składników, które zwykle nie występują w pojedynczych produktach. Zależnie od odmiany, na 100 g owoców znajdziemy tam od 300 do 3000 mg witaminy C, ale co ważniejsze — zawiera też substancje, które znacznie ograniczają utratę tej witaminy podczas gotowania czy przechowywania. Bogaty jest też w karotenoidy, witaminę K, a witaminy E jest w nim cztery razy więcej niż w nasionach słonecznika. Rokitnik to też naturalne źródło kwasów omega-3 i omega-6, potasu, cynku, wapnia, żelaza, kwasu foliowego i fitosteroli. Ma silne właściwości przeciwzapalne, przeciwwirusowe i antynowotworowe. Wzmacnia odporność, łagodzi przebieg atopii i łuszczycy.

Fakt, owoce rokitnika i sok z nich wyciśnięty — są dość cierpkie. Dlatego najlepiej dodawać je do koktajli i soków z bardzo słodkich owoców. Ze świeżych owoców można przygotować różne przetwory, konfitury, nalewki, a nawet musztardę. Zkolei olej z rokitnika pomaga w leczeniu wrzodów żołądka i dwunastnicy.

MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA

# Krzyżówka klasyczna z hasłem



**Litery z pól ponumerowanych od 1 do 25, 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 |  |   |   |   |   |    |    |    |  |    |  |    |    |    |    |    |    |  |    |  |

**POZIOMO:** 1) obiad lub kolacja; 2) rosyjska kraina za Uralem; 3) pod zamkiem; 4) wygładzony kamień z pola; 5) izolowana szafka w kuchni; 6) waluta Kirgistanu; 7) stromy, spadziści; 8) chwast, świńska trawa; 9) dawny położnik; 10) trudnią się rzeźczym sławem drzewa; 11) świąteczne drzewko; 12) Państwowa Inspekcja Sanitarna; 13) słynny amerykański wodospad; 14) pan z raju; 15) jeden z braci Karamazow; 16) lodowiec w Karakorum, sąsiad K2; 17) "... o Basieę" Makuszyńskiego; 18) sowy uszate potocznie; 19) rzeka w środkowej Mołdawii; 20) Hasan, prezydent Iranu; 21) kucharz okrętowy; 22) jad kielbasiany inaczej; 23) ze stolicą w Kingston; 24) długie u zająca; 25) rzeka w Serbii i Bułgarii; 26) odsiaduje wyrok; 27) kolokazja jadalna; 28) deportacja na Syberię za carskiej Rosji; 29) przykład Peloponezu.

Tenaron; 30) organ wydzielający żółć; 31) urzędnik służby dyplomatycznej; 32) odprowadzają wodę z dachu; 33) wynik z tabliczki; 34) grozi osobie żyjącej w ciągłym stresie; 35) szcztokoszmat na kiju; 36) mieszkza w Tulonie; 37) państwo wyspiarskie z Jaren; 38) oddział bombowców; 39) rzadkie imię męskie; 40) Robert, pisarz "Zdrada Lewintera"

**PIONOWO:** 1) wielogłosowość w muzyce; 2) tik mięśnia; 15) pies do polowań na dziki; 16) znak zodiaku; 22) powtarzanie utworu po oklaskach; 27) małe siekiery; 41) Światowa Organizacja Zdrowia; 42) pani arbiter; 43) jest nią Olga Tokarczuk; 44) człowiek z niezwykłym talentem; 45) przy parkowej alejce; 46) potocznie nietrzeźwy, pijany.

47) wyspa na Oceanie Indyjskim z Saint-Denis; 48) obchodzi imieniny 1 lipca i 9 sierpnia; 49) kolor biskupi; 50) szkoła z rektorem; 51) Stambuł dla turek; 52) imię Armstronga, muzyka; 53) przed publicznością; 54) najlepszy uczeń; 55) Barack, były prezydent USA; 56) prezes klubu żeglarskiego; 57) stolica kanadyjskiej prowincji Manitoba; 58) tabliczka do rozmów z duchami; 59) pionowy rząd cyfr; 60) lekki sen; 61) kość z zębami; 62) jednoczesny ruch króla i wieży; 63) Jan, namalował "Stańczyka"; 64) pierwiastek Ta; 65) łuk nad oczodołem; 66) krótka broń biała; 67) planeta najbliższej Słońca; 68) słynne z płaskowyżu Nazca; 69) razem, wspólnie, w całości; 70) ubijak do mięsa; 71) płynię przez Werone; 72) list elektroniczny

# Zakończenie wakacyjnych zajęć w muzeum

**MUZEUM** || W czwartek 27 sierpnia 2021 r. w Muzeum Ziemi Zawkrzeńskiej w Mławie odbyły się ostatnie warsztaty edukacyjne dla dzieci. W ciągu dwóch miesięcy w Muzeum odbyło się ponad 40 warsztatów edukacyjnych o różnicowanej tematyce.

Uczestnicy z rąk Dyrektora Barbary Zaborowskiej otrzymali w czwartek dyplomy oraz drobne upominki. Dzieci bardzo żałowały, że zajęcia

już się kończą, bo wszystkie im się podobały i zapewniały o swoim udziale w przyszłym roku.

Zajęcia były poświęcone archeologii, przyrodzie, sztuce, historii i regionali-

zmowi. Przygotowali i poprowadzili je kustosze: Katarzyna Skorupa-Malińska oraz Mirosława Wilamowska i Andrzej Panasiuk.

Dzisiaj publikujemy zdjęcia z tych wydarzeń.



Fot. Materiały NZZ



REKLAMA

IRŚ.6740.1.4.2021

Mława, 25.08.2021 r.

## ZAWIADOMIENIE O WSZCZĘCIU POSTĘPOWANIA

Zgodnie z art. 61§ 4 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. - Kodeks postępowania administracyjnego (Dz. U. z 2021 r., poz. 735 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 2020, poz. 1363 ze zm), zawiadamia się, że w dniu **12.07.2021 r.** zostało wszczęte, na żądanie wnioskodawcy:

**Wójt Gminy Strzegowo**  
**ul. Plac Wolności 32**  
**06-445 Strzegowo**

z dnia **12.07.2021 r.** postępowanie w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej – polegającej na zadaniu pn. „Rozbudowa drogi gminnej w miejscowości Dąbrowa, Mdzewko, Rudowo, gmina Strzegowo w ramach zadania inwestycyjnego na „Rozbudowa drogi gminnej nr 505W Dąbrowa – Mdzewko - Rudowo, gmina Strzegowo”.

Planowana inwestycja zlokalizowana jest na działkach w gminie Strzegowo położonych na terenie obrębu ewidencyjnego: Obręb 0022 - Dąbrowa działka nr ewid. 240, Obręb 0034 - Mdzewko działki nr ewid. 95, 83, 305, 256, 371, 258, 112, 84, 325, 249, 237, 232, 370, 114/2, 239/7, 239/5, 240/1, 241/3, 242/1, 243/1, 244/1, 245/1, 248/1, 250/1, 251/1, 252/1, 253/3, 254/1, 255/1, 234/1, 235/1, 236/1, 229/1, 301/1, 207/1, 7/1, 6/1, 5/1, 4/1, 3/1, 2/1, 1/1, 309/1, 310/1, 315/1, 316/1, 319/1, 320/1, 321/1, 323/1, 324/1, 326/1, 327/1, 343/1, 344/1, 345/1, 346/1, 347/1, 348/1, 302/1, 376, 375, 259/2, 259/1, 260/1, 261/1, 262/1, 263/1, 264/1, 265/1, 266/1, 267/1, 268/1, 269/1, 270/1, 271/1, 272/1, 273, 274/1, 275/1, 276/1, 277/1, 278/1, 279/1, 280/1, 288/1, Obręb 0037 – Rudowo działki nr ewid. 110, 97, 86, 69, 53, 68/1, 96/1, 95/1, 94/1, 93/1, 92/1, 91/1, 90/1, 85/1, 98/5, 98/9, 98/7, 88/1, 87/1.

województwo mazowieckie, powiat mławski, gmina Strzegowo.

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. Wyspiańskiego 8A, II piętro, od poniedziałku do piątku w godzinach pracy urzędu, tj.; od 8<sup>00</sup> do 16<sup>00</sup>.

Akta sprawy do wglądu znajdują się w Wydziale Infrastruktury Rolnictwa i Środowiska Starostwa Powiatowego w Mławie przy ul. Wyspiańskiego 8A (II piętro, tel. 023 654 33 11) Stosownie do przepisu art. 41 ustawy z dn. 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 Kpa:

*„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 zamieszkałego 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**  
**(-) Jerzy Rakowski**

# Kartki i fotografie starej Mławy

Przed Wami kolejna publikacja starych fotografii i kartek Mławy, pochodzących ze zbiorów Andrzeja Czerwińskiego. Patronem rubryki jest Towarzystwo Przyjaciół Ziemi Mławskiej.



Cerkiew



Rynek, 1917 rok.



Tabory wojskowe. Data zdjęcia 1914



Obecna ulica Reymonta. Data zdjęcia 1917



Cerkiew



Ogród spacerowy. W dali cerkiew prawosławna. Data zdjęcia 1914