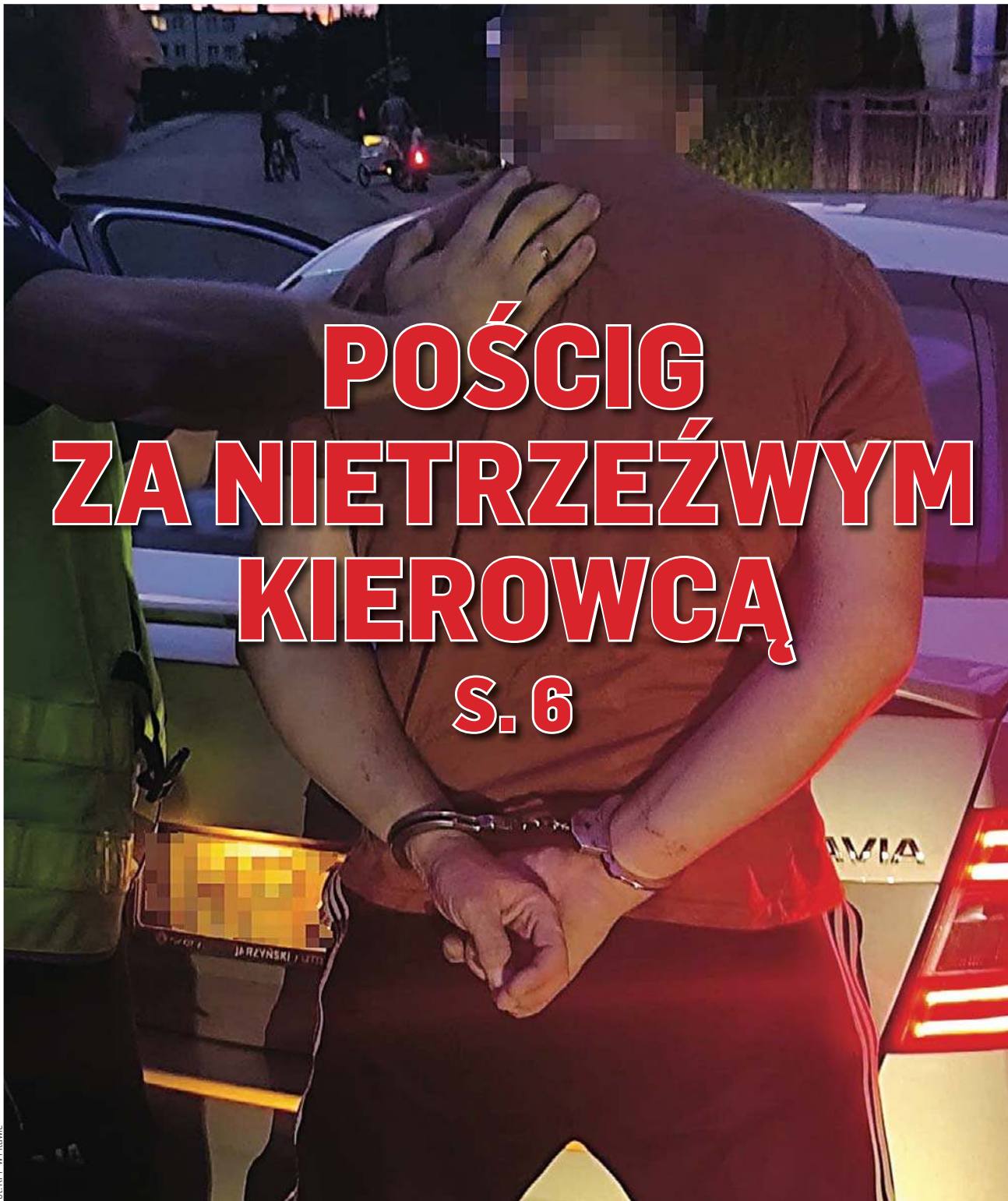




CO, GDZIE, KIEDY?

SPIS WYDARZEŃ I IMPREZ REGIONALNYCH



POŚCIG ZA NIETRZEŻWYM KIEROWCĄ

S. 6

REMONTY DRÓG W POWIECIE MŁAWSKIM

WIADOMOŚCI II

S.3



DNI MŁAWY ZA NAMI!

WYDARZENIA II

S.5



EMERYTURA TO CZAS NA SPEŁNIANIE SIĘ

SONDA II

S.7



Fot. KPP w Mławie

PROMOCJA



66240tp-x-G

Narodowy Fundusz Zdrowia przypomina: nawet jedno ukąszenie kleszcza może mieć poważne konsekwencje dla zdrowia

- Choć niewielkie i niepozorne, kleszcze mogą przenosić groźne bakterie, w tym krętki *Borrelia* odpowiedzialne za boreliozę.

- W 2024 roku lekarze POZ udzielili pomocy ponad 98 tys. pacjentom z chorobami odkleszczowymi.

- Wśród nich, aż 62 tys. osób miało boreliozę – chorobę, która nieleczona prowadzi do groźnych powikłań neurologicznych i kardiologicznych.

- To około 63 proc. wszystkich zachorowań na choroby odkleszczowe.

Kleszcze znów są aktywne – sezon trwa

Pierwsze osobniki kleszczy stają się aktywne już na przełomie lutego i marca. Najwięcej zachorowań przypada jednak w wakacje. W raporcie Narodowego Funduszu Zdrowia o chorobach odkleszczowych widać wyraźną sezonowość zachorowań.

– W ubiegłym roku, od czerwca do sierpnia, blisko

NAWET JEDNO UKĄSZENIE KLESZCZA MOŻE MIEĆ POWAŻNE KONSEKWENCJE DLA ZDROWIA

PIERWSZE OSOBNIKI KLESZCZY STAJĄ SIĘ AKTYWNE JUŻ NA PRZEŁOMIE LUTEGO I MARCA. NAJWIĘCEJ ZACHOROWAŃ PRZYPADA JEDNAK W WAKACJE. W RAPORCIE NARODOWEGO FUNDUSZU ZDROWIA O CHOROBY ODKLESZCZOWYCH WIDĄC WYRAŻNĄ SEZONOWOŚĆ ZACHOROWAŃ.

43 tys. osób zgłosiło się do lekarza POZ z chorobą odkleszczową. W 2024 roku 725 osób wymagało hospitalizacji z powodu wirusowego zapalenia mózgu przeniesionego przez kleszcze – zwraca uwagę Paweł Florek, dyrektor Biura Komunikacji Społecznej i Promocji w Centrali NFZ.

Raport NFZ: choroby odkleszczowe

Jak sytuacja wygląda na Mazowszu? – W 2022 r. z systemu ochrony zdrowia

na Mazowszu korzystało 89 pacjentów z rozpoznaniem kleszczowym zapaleniem mózgu. W 2023 r. takich pacjentów było 151, a w roku minionym już 185 – informuje Piotr Kalinowski z Zespołu Komunikacji Społecznej i Promocji mazowieckiego NFZ.

Drugą chorobą, którą możemy się zakazić przez ukąszenie kleszcza jest boreliozę. – Również w przypadku tej choroby liczba chorych na Mazowszu wzrasta. W 2022 r. mieliśmy do

czynienia z niemal 13 tys. pacjentów. W latach 2023 i 2024 z systemu ochrony zdrowia w naszym województwie korzystało ponad 15,5 tys. chorych na boreliozę – dodaje Kalinowski.

Nie boli, ale może zagrażać zdrowiu

Kleszcz może być wielkości główki od szpilki, ale gdy już wkuje się w żywiciela, rośnie wielokrotnie. Żyje w krzewach, w trawie, w miejscach wilgotnych. Jego ukąszenie choć bez-



Fot. Pixabay

bolesne, może wiązać się z ryzykiem zakażenia chorobami odkleszczowymi.

Największe ryzyko zakażenia występuje po 36 godzinach od wkłucia pasożyta, dlatego tak ważna jest szybka reakcja i właściwe usunięcie kleszcza. Pomocne są w tym dostępne w aptekach narzędzia, które umożliwiają bezpieczne pozbycie się niechcianego intruza.

Badaj siebie, nie kleszcza

Nie warto badać samego kleszcza, ponieważ takie badanie nie daje informacji o zakażeniu człowieka. Badanie kleszcza pozwala jedynie określić, czy jest on nosicielem krętków *Borrelia*. Dodatni wynik nie potwierdza przeniesienia krętków do organizmu

ludzkiego. Nie można zatem na podstawie badania kleszcza potwierdzić, że doszło do zarażenia.

– Takie badanie, zgodnie z przepisami, nie może być uznane za badanie diagnostyczne. Co więcej, nie jest także rekomendowane przez gremia naukowców oraz specjalistów w dziedzinie chorób zakaźnych – informuje Monika Pintal-Ślimak, prezes Krajowej Rady Diagnostów Laboratoryjnych.

Więcej informacji, w tym jak rozpoznać pierwsze objawy choroby i co zrobić, gdy nie uda się całkowicie usunąć kleszcza, jest dostępnych w Poradniku Pacjenta od NFZ: <https://www.nfz.gov.pl/poradnik-pacjenta-nie-lekcewaz-ukaszania-kleszcza>

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@mława.pl,
sekretariat@mława.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: prasowoy.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:
strazmiejska@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 obywatela 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, co-
dziennie od 12:00 do 02:00.

NOWY KURIER
mławski

e-mail: redakcja@kuriermlawski.pl
www.kuriermlawski.pl

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

PREZES
Maciej Matera
zarzad@gazetaolsztynska.pl

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



NIETRZEŻWY KIEROWCA SUZUKI ZATRZYMANY

DZIĘKI BŁYSKAWICZNEJ INTERWENCJI POLICJANTÓW Z MŁAWSKIEJ DROGÓWKI I GODNEJ POCHWAŁY REAKCJI KIEROWCÓW CIĘŻARÓWEK UDAŁO SIĘ ZATRZYMAĆ SKRAJNIE NIEBEZPIECZNEGO KIEROWCĘ, KTÓRY PROWADZIŁ POJAZD, MAJĄC PONAD 3 PROMILE ALKOHOLU W ORGANIZMIE.

W środę (9.07), po godz. 18, dyżurny mławskiej komendy Policji otrzymał zgłoszenie z numeru alarmowego 112 o podejrzenie zachowującym się kierowcy, poruszającym się trasą S7. Według relacji świadka kierowca samochodu marki Suzuki miał problemy z utrzymaniem toru jazdy i stwarzał zagrożenie dla innych uczestników ruchu drogowego.

Na wskazany odcinek ekspresówki natychmiast wysłano patrol ruchu drogowego. Funkcjonariusze zlokalizowali pojazd na wysokości węzła Żurominek. Kierujący suzuki nie panował nad pojazdem. Policjanci wyprzedzili samochód i wydali kierowcy polecenie, by podążał za nimi do najbliższego zjazdu. Mężczyzna początkowo wykonywał polecenia, jednak w ostatniej chwili niespo-

dziewanie wrócił na trasę i rozpoczął ucieczkę.

Patrol ruchu drogowego natychmiast ruszył w pościg, używając sygnałów świetlnych i dźwiękowych. Kierowca suzuki zajeżdżał drogę policyjnemu pojazdowi, próbując uniemożliwić funkcjonariuszom jego zatrzymanie. Niebezpieczną sytuację zauważyli kierowcy TIRów, którzy zareagowali natychmiast – zwalniając i częściowo blokując drogę,

umożliwili funkcjonariuszom skuteczną interwencję.

Dzięki ich pomocy policjanci zatrzymali kierowcę suzuki na pasie zieleni i siłą wyciągnęli go z samochodu. Mężczyzna został obezwładniony i przewieziony do policyjnego aresztu. Badanie alkomatem wykazało, że 37-letni mieszkaniec powiatu szczycieńskiego miał ponad 3 promile alkoholu w organizmie.



Następnego dnia, po tym, jak wytrzeźwiał, usłyszał zarzuty niezatrzymania się do kontroli drogowej i kierowania pojazdem w stanie nietrzeźwości. Grozi mu kara do 5 lat pozbawienia wolności, wysoka grzywna oraz sądowy zakaz kierowania pojazdami.

Policjanci dziękują kierowcom TIR-ów za zdecydowaną i odważną reakcję, która pomogła zatrzymać nietrzeźwego kierowcę i zapobiec tragedii na drodze. Serdeczne dzięki dla Was i szerokiej drogi – dodają funkcjonariusze.

asp. szt. Anna Pawłowska

Od 2023 roku użytkownicy aplikacji mObywatel mogą łatwo zastrzec swój numer PESEL, co chroni m.in. przed zaciągnięciem kredytu przez osoby trzecie. Zrozwiązania skorzystało już ponad 5 milionów Polaków. Niestety, jak pokazują przypadki z ostatnich miesięcy, oszuści nadal potrafią obejść to zabezpieczenie i wykorzystać dane ofiar do wyłudzeń. To pokazuje, że nawet najnow-

ZASTRZEĞŁEŚ PESEL? TO MOŻE NIE WYSTARCZYĆ – OSZUŚCI I TAK PRZYPISZĄ CI CUDZY DŁUG

ZASTRZEŻENIE NUMERU PESEL MIAŁO CHRONIĆ PRZED WYŁUDZENIEM KREDYTÓW. OKAZUJE SIĘ JEDNAK, ŻE OSZUŚCI ZNALEZLI SPOSÓB NA OBEJŚCIE TEGO ZABEZPIECZENIA – MIMO BLOKADY, POTRAFIĄ ZADŁUŻYĆ OFIARĘ. W REZULTACIE POSZKODOWANI MUSZĄ SPŁACAĆ DŁUGI, KTÓRYCH NIGDY NIE ZACIĄGALI.

sze systemy ochrony wymagają dalszego doskonalenia.

Oszustwa związane z polisami OC przybierają coraz bardziej wyrafinowane formy. Złodzieje wykorzystują

skradzione numery PESEL, by zawierać fikcyjne umowy ubezpieczeniowe. Wystarczy opłacenie pierwszej raty, by polisa została aktywowana – a jej wypowiedzenie

przez ubezpieczyciela staje się trudne. Ofiary, często nieświadome, że padły celem przestępstwa, mogą mieć poważne problemy prawne i finansowe.

Zastrzeżenie numeru PESEL chroni przed zaciągnięciem kredytu czy podpisaniem umowy z operatorem, ale nie działa w przypadku zawierania polis OC. Oszuści, posiadając

PESEL ofiary, mogą wykupić ubezpieczenie i korzystać z ochrony, a zobowiązania trafiają do niczego nieświadomego właściciela numeru.

Co więcej, przestępcy potrafią też fałszować umowy kupna-sprzedaży samochodów na cudze dane. W efekcie polisa OC automatycznie przedłuża się na osobę, która nie miała nigdy kontaktu z pojazdem, ale staje się dłużnikiem wobec ubezpieczyciela. Źródło: Interia Biznes

ROZPOCZĘŁY SIĘ REMONTY DRÓG W POWIECIE MŁAWSKIM

TRWAJĄ PRACE ZWIĄZANE Z REMONTEM DRÓG POWIATOWYCH. W RAMACH REALIZACJI ZADAŃ PRZEWIDZIANO WYKONANIE NOWEJ NAWIERZCHNI Z BETONU ASFALTOWEGO, FREZOWANIE ISTNIEJĄCYCH WARSTW ASFALTOWYCH, REGULACJĘ WPUSTÓW DESZCZOWYCH I ZAWORÓW SIECI WODOCIĄGOWEJ, PROFILOWANIE I ZAGĘSZCZANIE PODŁOŻA, A TAKŻE WZMOCNIENIE I UZUPEŁNIENIE POBOCZY KRUSZYWEM.

Celem prac jest poprawa stanu technicznego dróg, podniesienie komfortu jazdy oraz zwiększenie bezpieczeństwa wszystkich uczestników ruchu.

Zakres prac obejmuje odcinki dróg wskazanych poniżej:

- Remont drogi powiatowej nr 2312W na odcinku Turowo – Załęże

- Remont drogi powiatowej nr 2314W na odcinku Budy Garlińskie – Szumsk

- Remont drogi powiatowej nr 2326W na odcinku Wiśniewo – Wyszyny Kościelne (wiadukt nad drogą S7)

- Remont drogi powiatowej nr 2345W na odcinku Stare Kosiny – droga wojewódzka nr 587

- Remont drogi powiatowej

nr 2303W Turza Mała – Krępa – Cegielnia Lewicka

- Remont drogi powiatowej nr 1240W na odcinku Niedzbórz – Drogiszka

- Remont drogi powiatowej nr 2337W na odcinku Szeńsk – Pączkowo

- Remont skrzyżowań dróg powiatowych nr 2330W i nr 2344W z drogą wojewódzką nr 587

Łączna długość modernizowanych odcinków dróg wyniesie około 12,7 km. Planowany koszt realizacji zadań to 3 000 000,00 zł.

Wkład własny Powiatu Mławskiego wyniesie 1 500 000,00 zł, natomiast po 250 000,00 zł dofinansowuje każda z gmin na której jest

przebieg drogi: Wieczfnia Kościelna, Wiśniewo, Dzierzgowo, Lipowiec Kościelny, Strzegowo, oraz Szeńsk.

Termin zakończenia prac: sierpień 2025 rok.

Mateusz Przybyszewski



REKLAMA

Zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. z 2024 r. poz. 1145 z późn. zm.)

BURMISTRZ MIASTA MŁAWA

informuje, że w dniach od 15.07.2025 r. do 13.08.2025 r. na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Mława, ul. Stary Rynek 19 oraz w Biuletynie Informacji Publicznej na stronie internetowej www.mlawa.pl podano do publicznej wiadomości wykazy nieruchomości przeznaczonych do zbycia.

Wykazy obejmują nieruchomości:

– nr nr 2198/8, 2198/10, 2199/8, 2199/9, obręb 10, o łącznej pow. 0,0813 ha, poł. w Mławie w rejonie ul. Górnej,
– nr nr 2198/7, 2199/7, obręb 10 o łącznej pow. 0,0517 ha, poł. w Mławie, w rejonie ul. Górnej.

NAGRODY CZEKAJĄ! KONKURS PREZESA ZUS NA NAJLEPSZE PRACE O UBEZPIECZENIACH SPOŁECZNYCH

Zakład Ubezpieczeń Społecznych ogłasza V edycję Konkursu Prezesa ZUS na najlepszą pracę licencjacką, magisterską lub doktorską z zakresu ubezpieczeń społecznych.

Do udziału w konkursie można zgłaszać prace obronione w okresie od 1 stycznia 2022 r. do 31 lipca 2025 r. na polskich uczelniach, niezależnie od dziedziny nauki.

Warunkiem uczestnictwa jest, aby temat pracy bezpośrednio dotyczył ubezpieczeń społecznych, a praca była napisana w języku polskim. Każdą pracę do konkursu może zgłosić wyłącznie promotor lub kierownik jednostki naukowej, w której praca została obroniona. Zgłoszenie jest jednocześnie i nie można przesyłać tej samej pracy w kolejnych edy-

cjach – informuje Wojciech Ściwiarowski, rzecznik prasowy ZUS w województwie mazowieckim. Na autorów najlepszych prac czekają nagrody finansowe. Termin nadsyłania zgłoszeń upływa 30 września 2025 r., a ogłoszenie laureatów planowane jest na luty 2026 r.

Szczegółowy regulamin konkursu dostępny jest na stronie

internetowej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych: Konkurs Prezesa ZUS na najlepszą pracę licencjacką, magisterską oraz doktorską z zakresu ubezpieczeń społecznych - ZUS.

Dodatkowe informacje można uzyskać, kontaktując się z organizatorami konkursu pod adresami: -konkurs/_zus@zus.pl, -robert.marczak@zus.pl.



Dwa razy brali ślub. Wierzą, że są sobie przeznaczeni

Jak się jest młodym, to się inaczej myśli i czuje. Czasem podejmuje się pochopne decyzje. Wiemy to ze swojego doświadczenia. Na własnej skórze przekonaliśmy się, że prawdziwa miłość zwycięży wszystko ikto dla kogo jest pisany, to będzie razem. — Śmieją się małżonkowie.

Młodzięcza miłość

Pan Andrzej i pani Małgorzata znali się od zawsze. Mieszkali w tym samym bloku, a ponieważ różnica wieku była niewielka, całe wakacje i czas po lekcjach spędzali na podwórku. Razem się bawili, dorastali, mieli marzenia, a w pewnym momencie zrozumieli, że to już nie przyjaźń, a miłość zagościła w ich sercach. — Zналиśmy się od dziecka. Chodziliśmy do jed-

nego przedszkola, a potem do tej samej szkoły — opowiada pani Małgorzata. — Razem wychodziliśmy do szkoły i wracaliśmy z niej. Rodzice pracowali, więc my z kluczami na szyi po powrocie do domu szybko szliśmy zjeść i odrobić lekcje. A potem to już spędzaliśmy czas na podwórku. W bloku było kilku chłopców i tylko dwie dziewczynki: ja i Ania. Ona jednak nie lubiła się z nami bawić, bo bała się pobrudzić. Ja natomiast chętnie brałam udział we wszystkich zabawach, chodziłam po drzewach, dachach, bawiłam się w wojnę. Do domu często wracałam w porpanych i brudnych ubraniach albo z otartymi kolanami. Nawet jak podrosłam, dobrze się czułam w naszej blokowej grupie.

Kiedy pani Małgorzata miała 17 lat, jej serce mocno zabiło. Okazało się, że wzajemnością. Rok starszy Andrzej zaczął poświęcać jej więcej uwagi. Częściej spędzali czas we dwoje niż z rówieśnikami. Zostali oficjalnie parą w 1982 roku.

— Byliśmy w sobie po uszy zakochani. Młodzi, piękni i z tysiącem marzeń. Myśleliśmy, że w życiu liczy się tylko miłość — opowiadają. — Marzyliśmy, że znajdziemy dobrą pracę, pobierzemy się, kupimy dom i będziemy mieli dzieci. Często o tym rozmawialiśmy. Jednak dorosłe życie nas przerosło.

Nie było łatwo

W 1985 roku okazało się, że pani Małgorzata jest wciąż. Para szybko zorganizowała ślub i zamieszkała w wynajętej kawalerce. Pan Andrzej

DALI SOBIE DRUGĄ SZANSĘ

SĄ MAŁŻEŃSTWEM Z PRAWIE 36-LETNIM STAŻEM. W ICH ŻYCIU NIE ZAWSZE ŚWIECIŁO SŁOŃCE... NAJPIERW BYŁA MIŁOŚĆ I ŚLUB, POTEM ROZWÓD, A JESZCZE PÓŹNIEJ PONOWNY ŚLUB W USC. — NIE BYLIBYŚMY DZIŚ TAKĄ RODZINĄ, GDYBY NIE TO, ŻE POTRAFILIŚMY SOBIE WYBACZYĆ I DAĆ SZANSĘ NA BYCIE RAZEM. CZASEM ŚMIEJEMY SIĘ DO DZIECI, ŻE MUSIELIŚMY DOJRZEĆ DO MAŁŻEŃSTWA — MÓWIĄ.

pracował jako mechanik. Kiedy na świat przyszła ich pierwsza córka, byli bardzo szczęśliwi. Niestety szybko szara codzienność zmieniła ich nastawienie do życia i do siebie.

— Cały czas się kłóciliśmy. Zazwyczaj przychodziłem po pracy, a tam Gośka narzekała, że jej ciężko, że cały czas siedzi z dzieckiem i że pieniędzy na wszystko brakuje — wspomina pan Andrzej. — Denerwowały mnie te jej gadki. Nie rozumiałem, o co jej chodzi. Pracowałem, zarabiałem pieniądze, czasem wyskoczyłem po pracy na piwko z kolegami. Zamiast odpocząć w domu, musiałem wysłuchiwać jej narzekań.

— Chyba przerosła mnie rola matki i żony — mówi pani Małgorzata. — Czasy były ciężkie, a ja myślałam, że życie to bajka. Denerwowałam się, że Andrzej mi nie pomaga, że całe dnie siedzę w domu. Pewnego dnia się spakowałam i wróciłam do rodziców. Miałam dość awantur i kłótni. Mama pomagała mi w wychowywaniu Marty. Poszłam do pracy i postanowiłam, że się rozwiodę. I tak zrobiłam.

Druga szansa

Przez ponad trzy lata małżonkowie nie mieszkali ze sobą, kontaktowali się jedynie w sprawach córki. Pan Andrzej zabierał dziecko do siebie, chodził z małą na spacer i obsypywał ją prezentami.

— Kiedyś przedszkolaki miały występ i razem przyszliśmy go obejrzeć — wspominają. — Zaczęliśmy rozmawiać, potem razem poszliśmy na spacer.

Marta w pewnym momencie powiedziała, że kocha nas i chciałaby mieć oboje rodziców jak inne dzieci... Wtedy coś w nas pękło. Początkowo zaczęliśmy się spotykać, potem zamieszkaliśmy razem. Byliśmy dojrzałsi dzięki doświadczeniu i wiekowi. Było inaczej. Wzięliśmy kredyt, pobudowaliśmy mały dom. Byliśmy razem na dobre i złe. W sierpniu 1991 roku po raz drugi stanęli na ślubnym kobiercu i przysięgli sobie miłość i oraz to, że wytrwają aż do śmierci...

— Chcieliśmy przysięgi dotrzymać, bo miłość rozkwitła na nowo i była teraz dojrzała — tłumaczy. — Wiedzieliśmy, że nie możemy tej szansy zmarnować.

Na świecie pojawiła się jeszcze dwójka dzieci: Marek i Monika. Jak to w życiu, bywało różnie, ale oni zawsze szli razem, nie poddając się trudnościom i razem dzieląc radości i smutki. Są już też dziadkami dwójki wnuków: Igora i Julitki.

Miłość trzeba pielęgnować

Pełni miłości patrzą na siebie i wspierają się. Przeżyli złe i dobre chwile. Są przyjaciółmi dla siebie i dla swoich dzieci. Uczą je, że zawsze warto szanować ludzi, żyć uczciwie i dawać szansę, bo każdy może popełnić błąd. Najważniejsze to wsłuchać się w swoje serce i być dobrym człowiekiem.

— W małżeństwie trzeba czasem iść na kompromisy i być zawsze drugiego przyjaciół. Trzeba rozmawiać, a nie gniewać się na siebie. Zawsze się szanować i kochać. Bez tego małżeństwo nie przetrwa trudnych chwil.

I jeszcze umieć wybaczać — radzą małżonkowie. — Nie bylibyśmy dziś taką rodziną, gdyby nie to, że potrafiliśmy sobie wybaczyć i dać szansę na bycie razem. Czasem mówimy, śmiejąc się, dzieciom, że musieliśmy dojrzeć do małżeństwa. Może zbyt pochopnie podjęliśmy decyzję o rozwodzie, może potrzebowaliśmy czasu, spojrzenia na siebie z dystansu. Najważniejsze, że daliśmy sobie drugą szansę. Dziś jesteśmy bardzo szczęśliwi, mamy siebie, wspaniałą rodzinę i miłość.

W życiu małżonków ważną rolę odgrywa wiara. Oboje są przekonani, że to Bóg dał im drugą szansę na wspólne życie i tak pokierował ich losem, że są wspaniałą rodziną.

— Zawsze dziękuję Bogu w modlitwie, że nas znów połączył — mówi pani Małgorzata. — Dziękuję, że pozwolił nam razem doczekać się dzieci i cieszyć się swoją obecnością. Przeżyć wspólnie tyle lat, z radością patrzeć na dzieci i wnuki... Nie wyobrażamy już sobie, że moglibyśmy być sami lub z innymi osobami. Jesteśmy razem już 30 lat. Tak szybko minął nam ten czas. Mimo różnych życiowych przeciwności mamy wiele pięknych wspomnień. Kiedy patrzę na swoje dzieci i wnuki, jestem dumna, że mam tak cudowną rodzinę. Kiedy patrzę na nasze rodzinne fotografie, nie mogę ukryć wzruszenia. Niewiele brakowało, a nie byłoby nas. Myślę, że bylibyśmy sobie przeznaczeni, tylko na chwilę los zepchnął nas z dobrej drogi. Na szczęście ją odnaleźliśmy i kroczymy nią razem.

Joanna Karzyńska

W czwartek, 10 lipca Stowarzyszenie Mława Miasto Zabytkowe zaprosiło mieszkańców do zwiedzania wystawy „Mława postaciami zapisana”.

Natomiast w piątek, Towarzystwo Przyjaciół Ziemi Mławskiej zaprasili na promocję publikacji „Laureaci tytułu Mławianin Roku 1999-2023”, która miała miejsce w sali koncertowej Państwowej Szkoły Muzycznej I i II stopnia im. Andrzeja Krzanowskiego w Mławie. Od godz. 19:00 kino Kosmos należało do fanów hip-hopu. To właśnie tam pojawił się raper Łukasz „Hodak” Hodakowski, który zagrał koncert dla mławskiej publiczności.

W sobotę już od godz. 10:00 do 23:00 odbył

DNI MŁAWY ZA NAMI!

TEGOROCZNE DNI MŁAWY PRZESZŁY JUŻ DO HISTORII. TE KILKA PEŁNYCH ATRAKCJI DNI MOŻNA BYŁO SPĘDZIĆ JAK NAJBARDZIEJ AKTYWNIIE. KAŻDY DZIEŃ BYŁ WYJĄTKOWY, A MALI I DUZI DO WYBORU MIELI WIELE ATRAKCJI!

się Jarmark Wojciechowy, który – podobnie jak przed rokiem – miał miejsce w strefie rekreacyjnej na terenie Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji i ulicy Kopernika. Tutaj każdy znalazł coś dobrego

dla siebie. Jedzenia, wysokiej jakości rękodzieł oraz stoisk z innymi atrakcjami nie brakowało.

Dla fanów motoryzacji przygotowano dwie propozycje. Stowarzyszenie Grupa Motocyklowa Moto-Mława zaprosiła na Dni Mławy z Motocyklistami. To wydarzenie rozpoczęło na ul. 3 Maja icszyło się zainteresowaniem fanów tych maszyn.

Fani aut zostali natomiast zaproszeni na szóstą edycję Mławskiego Festiwalu. The Event – Złot samochodów



foto: MDK w Mławie

tuningowanych na Starym Rynku. Gwiazdą imprezy był raper Vin Vinci.

Wieczorem na wszystkich czekała solidna dawka muzycznych wrażeń. Zegrali: Weekend, STARSi, Piersi, Michał Szczygieł oraz Feel. Niedzielę można było spędzić z zespołem Publiczki.

Dni Mławy zgromadziły na wydarzeniach wielu mieszkańców Mławy ale też turystów. Każdy znalazł coś dla siebie - dla ciała i ducha.



Kierowca został zatrzymany w piątek wieczorem (04.07), na ul. Wyzwolenia w Strzegowie. Jechał w terenie zabudowanym z prędkością 120 km/h. Został ukarany mandatem wwarunkach recydywy, 4000 zł i 14 punktów karnych. W trakcie kontroli okazało się, że 39-letni mieszkaniec pow. żuromińskiego zlekceważył sądowy zakaz kierowania pojazdami. Mężczyzna został osadzony w policyjnym areszcie. Za niestosowanie się do wyroku sądu, grozi mu wysoka grzywna oraz kara do 5 lat pozbawienia wolności. Postępowanie prowadzi mławska komenda Policji.

Tego samego wieczoru, na tym samym odcinku za-

KOLEJNI ZATRZYMANI PRZEZ GRUPĘ SPEED

KOLEJNY, WAKACYJNY WEEKEND I KOLEJNI UKARANI KIEROWCY, KTÓRZY RAŻĄCO PRZEKROCZYLI PRĘDKOŚĆ W TERENIE ZABUDOWANYM. REKORDZISTKĄ OKAZAŁA SIĘ KIERUJĄCA SKODĄ MIESZKANKA PŁOŃSKA, KTÓRA JECHAŁA UL. WYZWOLENIA W STRZEGOWIE Z PRĘDKOŚCIĄ 136 KM/H. POLICJANCI ZATRZYMALI KIERUJĄCEGO CHRYSLEREM PIRATA DROGOWEGO, KTÓRY NIE STOSOWAŁ SIĘ DO SĄDOWEGO ZAKAZU KIEROWANIA POJAZDAMI. MIESZKANIEC POW. ŻUROMIŃSKIEGO TRAFIŁ DO POLICYJNEGO ARESZTU.



foto: KPP w Mławie

trzymała została 29-letnia płońska, która jechała z prędkością 136 km/h w terenie zabudowanym. Kobieta straciła prawo jazdy na 3 miesiące. Została ukarana mandatem w wysokości 2500 zł oraz 15 punktami karnymi. Niespełna pół godziny później, także na ul. Wy-

zwolenia w Strzegowie, patrol ruchu drogowego zatrzymał kierującego jeepem, 51-letniego mieszkańca Olsztyna. Kierowca jechał w terenie zabudowanym z prędkością 118 km/h. Został ukarany mandatem w wysokości 2000 zł oraz 14 punktami karnymi.

Stracił prawo jazdy na 3 miesiące.

W niedzielę (06.07), policjanci mławskiej grupy SPEED prowadzili także kontrole m.in. w Nosarzewie Borowym i Dębsku. W Nosarzewie Borowym prawo jazdy w trzech kategoriach, stracił 21-letni mieszkaniec pow. ostrowskiego. Kierując BMW, przejeżdżał przez miejscowość z prędkością 110 km/h. Został ukarany mandatem w wysokości 1500 zł oraz 13 punktami karnymi.

W Dębsku prawo jazdy stracił 19-letni mieszkaniec pow. mławskiego. Kierując volkswagenem, jechał z prędkością 101 km/h w terenie zabudowanym. Został

ukarany mandatem w wysokości 1500 zł oraz 13 punktami karnymi. Stracił także na 3 miesiące prawo jazdy, które posiadał od niespełna 11 miesięcy.

Policja ostrzega - teren zabudowany to szczególne miejsce, w którym kierowca, poza stosowaniem się do obowiązujących ograniczeń prędkości, powinien zachować szczególną ostrożność. Jazda z prędkością ponad 100 km/h w terenie zabudowanym to nie tylko wykroczenie, zagrożone poważnymi konsekwencjami, ale przede wszystkim lekceważenie podstawowych zasad bezpieczeństwa własnego i innych uczestników ruchu drogowego.

asp.szt. Anna Pawłowska

28-LATEK Z DOŻYWOTNIM ZAKAZEM KIEROWANIA POJAZDAMI I KARĄ POZBAWIENIA WOLNOŚCI

28-LETNI KIEROWCA DOŻYWOTNIO STRACIŁ PRAWO JAZDY. NA TYM NIE KONIEC POWAŻNYCH KONSEKWENCJI. MŁAWIANIN ZOSTAŁ ZATRZYMANY NOCĄ 10 LIPCA, NA AL. PIŁSUDSKIEGO W MŁAWIE. BYŁ NIETRZEŻWY. ZLEKCEWAŻYŁ SĄDOWY ZAKAZ KIEROWANIA POJAZDAMI. TRAFIŁ DO POLICYJNEGO ARESZTU. PRZED UPŁYWEM 48 GODZIN USŁYSZAŁ WYROK.



foto: Adalina-Sinick

Patrol prewencji, pełniący służbę na terenie Mławy, tuż po północy zauważył podejrzanie zachowującego się kierowcę audi, jadącego niesprawnym technicznie pojazdem. Mężczyzna został natychmiast zatrzymany do kontroli drogowej. Jak się okazało, był nietrzeźwy. Miał

ponad 0,5 promila alkoholu w organizmie.

W trakcie interwencji policjanci ustalili, że 28-latek zignorował sądowy zakaz kierowania pojazdami. Był już wcześniej skazany za kierowanie pojazdem w stanie nietrzeźwości. Mężczyzna został osadzony

w policyjnym areszcie a jego samochód odholowany.

Zatrzymany kierowca audi stanął przed sądem w trybie przyspieszonym. Przed upływem 48 godzin usłyszał zarzut kierowania pojazdem w stanie nietrzeźwości i niestosowania się do sądowego zakazu. Na sali

sądowej zapadł wyrok - 4 miesięcy pozbawienia wolności, dożywotniego zakazu prowadzenia wszelkich pojazdów mechanicznych oraz 10000 zł wpłaty na rzecz Funduszu Pomocy Pokrzywdzonym oraz Pomocy Postpenitencjarnej, plus opłaty sądowe.

Zastosowanie zakazu kierowania pojazdami ma na celu zapewnienie bezpieczeństwa na drogach, poprzez wyeliminowanie z ruchu kierowcy, który stanowi zagrożenie dla innych. Stosowanie trybu przyspieszonego, w przypadku kierowców

z sądowym zakazem, to konsekwencja lekceważenia orzeczonego przez sąd wyroków. Oznacza to nieuchronność kary i rozpatrzenie sprawy przez sąd w ciągu maksymalnie 48 godzin od chwili zatrzymania kierowcy.

asp.szt. Anna Pawłowska

POŚCIG ZA NIETRZEŻWYM KIEROWCĄ. MIAŁ PONAD 2 PROMILE ALKOHOLU

W PONIEDZIAŁEK WIECZOREM (7.07), NA ULICACH MŁAWY DOSZŁO DO NIEBEZPIECZNEJ SYTUACJI Z UDZIAŁEM NIETRZEŻWEGO KIEROWCY, KTÓRY NIE ZATRZYMAŁ SIĘ DO POLICYJNEJ KONTROLI. MĘŻCZYŻNA ZOSTAŁ UJĘTY PO KRÓTKIM POŚCIGU PRZEZ PATROL RUCHU DROGOWEGO.

Około godziny 21:40 dyżurny mławskiej Policji odebrał anonimowe zgłoszenie o nietrzeźwym kierującym w rejonie pływalni, przy ul. Kopernika. Na miejsce natychmiast skierowano patrol. Po chwili funkcjonariusze zauważyli wskazaną w zgłoszeniu Toyotę. Kierowca

rozmawiał przez telefon, a jego zachowanie wzbudzało podejrzenia.

Policjanci wydali kierowcy polecenie do zatrzymania pojazdu. Mężczyzna zatrzymał się na poboczu, jednak gdy funkcjonariusz podchodził do auta, gwałtownie ruszył do ucieczki. Patrol, po krótkim pościgu, zatrzymał kierującego

na jednej z pobliskich ulic, blokując mu drogę ucieczki.

Mężczyzna został siłą wyciągnięty z pojazdu i obezwładniony. Jak się okazało, miał ponad 2 promile alkoholu w organizmie. Zatrzymany to 45-letni mieszkaniec Mławy. Został osadzony w policyjnym areszcie, a samochód, którym uciekał, odholowany.

Policjanci zatrzymali kierującemu prawo jazdy w aż 9 kategoriach. Po wytrzeźwieniu mężczyzna usłyszał zarzuty kierowania pojazdu w stanie nietrzeźwości oraz niezatrzymanie się do kontroli drogowej. Za te przestępstwa grozi mu kara do 5 lat pozbawienia wolności, wysoka grzywna oraz sądowy zakaz prowadzenia



foto: KPP w Mławie

pojazdów. Postępowanie prowadzi Komenda Powiatowa Policji w Mławie.

Dzięki informacji, przekazanej przez przypadkowego, anonimowego świadka, wyeliminowano z ruchu niebezpiecznego, nietrzeźwego kierowcę. Twoja reakcja ma ogromne znaczenie!

asp.szt. Anna Pawłowska/KPP w Mławie

MŁAWSKY KRYMINALNI ZABEZPIECZYLI KONTRABANDĘ O WARTOŚCI RYNKOWEJ PONAD 43 TYSIĘCY ZŁ.

Do zdarzenia doszło w tym tygodniu, na terenie Mławy i pobliskiej miejscowości. Mławscy kryminalni, na podstawie prowadzonych ustaleń, weszli do lokalu handlowego, na jednym z mławskich osiedli, gdzie zabezpieczyli ponad 1,5

tysiąca paczek papierosów bez polskich znaków skarbowych akcyzy, z logo znanej marki. Zatrzymano właścicielkę lokalu, 39-letnią mieszkankę pow. mławskiego. Podczas przeszukania w jej mieszkaniu i busie, policjanci



foto: KPP w Mławie



ujawnili i zabezpieczyli 5 kartonów z zawartością około 20 tysięcy sztuk papierosów luzem. Wartość rynkową zabezpieczonej kontrabandy oszacowano na ponad 43 tysiące złotych. 39-letniej mieszkance pow. mławskiego, za posiadanie

wyrobów tytoniowych bez polskich znaków skarbowych akcyzy grozi wysoka grzywna oraz kara do 3 lat pozbawienia wolności. Postępowanie prowadzi mławska komenda policji.

asp.szt. Anna Pawłowska

EMERYTURA TO CZAS NA SPEŁNIANIE SIĘ

MÓWIA, ŻE AKTYWNY SENIOR TO SZCZĘŚLIWY SENIOR. CO JESZCZE SPRAWIA NASZYM DROGIM SENIOROM RADOŚĆ? CO POWODUJE, ŻE CHCĄ NA EMERYTURZE SPĘDZAĆ CZAS W SWOIM TOWARZYSTWIE, MIEĆ MARZENIA I PASJE. BEZ CZEGO PO PROSTU NIE POTRAFIĄ ŻYĆ?

Adam Kureński:

— Uważam, że każdy człowiek ma jakieś ukryte talenty. A współczesne czasy na szczęście sprzyjają rozwojowi zainteresowań. Warto więc realizować swoje pasje. Hobby bowiem pomaga racjonalnie zagospodarować każdy dzień, rozwija interpersonalne relacje i pomaga wsamooakceptacji. Niektóre zajęcia przynoszą naprawdę satysfakcję. To najwyższy czas na to, aby wcielić w życie uśpione pomysły. Ja, będąc na emeryturze, powróciłem do swojej rowerowej pasji. Oczywiście początki były trudne, bo po 20 latach z samochodu przesiadłem się na rower. Po pierwszej przejażdżce myślałem, że umrę. Wszystkie mięśnie mnie bolały. Nie poddałem się i teraz potrafię i 30 kilometrów zrobić. Zona w domu się śmieje, że ten rower to teraz moje uzależnienie. Każdego dnia staram się przejechać podobny dystans. Dzięki tej aktywności czuję się lepiej, jestem zdrowszy, nie bolą mnie stawy i kręgosłup. Zdradzę, że udało mi się schudnąć kilkanaście kilogramów. Czuję się o 20 lat młodszy. Takie uzależnienie polecam każdemu!

Zofia Myszczyńska:

— Pasja wypełnia moje życie. To dla mnie oderwanie się od rzeczywistości i alternatywa na nudę. Robienie tego, co kocham, co daje mi satysfakcję i radość. Wzbogaca moje życie i pozwala choć na chwilę stać się kimś zupełnie innym niż tylko szarym człowiekiem. Uzależniłam się od moich robótek ręcznych.

Potrafię z kawałka włóczki wyczarować nie tylko skarpetki, ale też zabawki, owoce, warzywa czy kwiaty. Mam satysfakcję, kiedy widzę radość obdarowanego moimi pracami. W swoim domu mam wiele rzeczy zrobionych własnoręcznie. Moje dzieci i wnuki są już dorosłe, ja jestem na emeryturze. Początkowo nudziłam się, chodziłam do sklepów i do koleżanek. W internecie zobaczyłam, jak kobiety wyplatają różne rzeczy z papierowej wikliny. Postanowiłam spróbować. I teraz aż trudno wyjść mi z domu, bo tyle mam pomysłów na różne rzeczy. Cały czas się uczę, jednak jestem dumna z siebie, że robię takie niepowtarzalne cudenka. Dzieci i wnuki się nimi zachwycają. Często oddaję moje rzeczy na różne akcje charytatywne. Znowu czuję się potrzebna.

Wanda Rochmalska:

— Odkąd sięgam pamięcią, w moich marzeniach zawsze był wspaniały ogród. Piękny, kolorowy, pełen kwiatów, zadbane, wręcz wypieszczony i dopracowany w każdym szczególe. Moje marzenie spełniło się kilkanaście lat temu, gdy przesłam na zasłużoną emeryturę, ale dopiero dziś mogę powiedzieć, że mój ogród stał się taki, jak go sobie wyobrażałam. Dojrzał razem ze mną, czekał, aż będę mogła poświęcić mu odpowiednio dużo uwagi, zając się nim i pielęgnować każdego dnia. Stało się to możliwe dopiero gdy dzieci dorosły, usamodzielnily się, a ja zyskałam wtedy czas dla siebie. I wówczas moje myśli w naturalny sposób

zwróciły się w kierunku ogrodu. Po oczyszczeniu i przygotowaniu terenu przyszedł czas na aranżację. Ten etap był dla mnie okresem wielkich emocji: radości, a zarazem napięcia. Oczywiście także i pracy, bo zrobić trzeba było wszystko: od nasadzeń drzew, krzewów i bylin po wykonanie oczka wodnego i kaskady. Teraz mogę chwalić się swoim ogrodem. Tak oto mój ogród wychodzi w świat, jest rozpoznawany, a nawet powielany w wielu elementach. To teraz moja wielka radość i satysfakcja.

Ryszard Rodziewicz:

— Moją największą pasją jest pszczelarstwo. To hobby i styl życia. Trzeba dobrze znać obyczaje i potrzeby pszczół. Czasem dać się użądlić, czasem posłuchać ich śpiewu. Pszczelarz musi je naprawdę kochać, by dobrze się nimi opiekować. Pszczoły odwzajemniają się za tę miłość, oddając mi swój największy skarb — miód. Swoją pasją zaraziłem się od ojca. To on pokazał mi, jak trzeba obchodzić się z pszczołami, co robić, żeby nie uciekły, a dawały jak najwięcej miodu. To pasja, która mnie uspokaja, wycisza. To pszczoły nauczyły mnie cierpliwości i zaufania. Zajmuję się nimi już ponad 20 lat i wiem, że to nie jest dochodowy interes. Gdybym nie miał emerytury, ciężko byłoby zarobić na chleb, produkując miód. Musiałbym okradać pszczoły z całych zapasów. A tego robić nie wolno, bo w ten sposób skazywałbym je na śmierć podczas zimy. Gdyby nie pszczoły, wiele roślin nie owocowałoby i nie wytwarzałyby nasion. Cieszę



Seniorzy, jeżeli zdrowie im na to pozwala, chcą być aktywni także na emeryturze

się, że moją pasją zaraził się wnuk. Podobnie jak mój tata, teraz ja przekazuję mu całą swoją wiedzę na temat pszczelarstwa.

Ewa Czaplicka:

— Gotowanie to moja pasja i ogromna radość w życiu. Dzień, który spędzam poza kuchnią, to dla mnie dzień stracony!

Gotowania tradycyjnych potraw nauczyłam się od mamy i babci. Gotowanie i częstowanie innych od dziecka było moją pasją. Kiedy byłam młodsza, pomagałam mamie i babci w kuchni, a czasem nawet przygotowywałam całe danie sama. Gdy wyszłam za mąż, gotowanie stało się integralną częścią mojego

życia. Potem gotowałam dla dzieci i wnuków. Czasem znajomi proszą mnie o przygotowanie jakichś potraw. Jestem szczęśliwa, kiedy wszystkim smakuje. A już na imieniny, urodziny i święta przygotowuję takie dania, że aż szkoda ich jeść, bo czasem wyglądają jak dzieła sztuki.

Joanna Karzyńska

REKLAMA

przetarg

GPP.6840.30.2024.EW

Mława, 10.07.2025 r.

Wyciąg z ogłoszenia o pierwszym przetargu pisemnym nieograniczonym

Burmistrz Miasta Mława

ogłasza pierwszy przetarg pisemny nieograniczony
na sprzedaż nieruchomości
oznaczonej w ewidencji gruntów m. Mławy nr. 751/48, obręb 10,
o pow. 0,0157 ha. Działka posiada dostęp do drogi publicznej.

Nieruchomość jest położona na terenie, dla którego nie ma obowiązującego miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego. Dla nieruchomości nr 751/48 Sąd Rejonowy w Mławie prowadzi księgę wieczystą nr PL1M/00064655/4.

Nieruchomość jest położona na obszarze układu urbanistycznego wpisanego do rejestru zabytków na podstawie decyzji nr 1179/2012 z dnia 09.11.2012, Mazowieckiego Wojewódzkiego Konserwatora Zabytków.

Przez nieruchomości przebiegają urządzenia infrastruktury technicznej. Szczegółowy opis urządzeń oraz ograniczeń i zobowiązań w związku ze sprzedażą ww. nieruchomości został umieszczony w ogłoszeniu o przetargu.

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

Cena wywoławcza: **33 200,00 zł (słownie złotych: trzydzieści trzy tysiące dwieście 00/100).**

Wadium: **3500,00 zł (słownie złotych: trzy tysiące pięćset 00/100).**

Sprzedaż nieruchomości podlega opodatkowaniu podatkiem VAT wg stawki 23%.

Pisemne oferty należy składać w kancelarii Urzędu Miasta Mława, 06-500 Mława, ul. Stary Rynek 19, w terminie do dnia **14.08.2025 r.** w zamkniętych kopertach zaadresowanych: Burmistrz Miasta Mława, 06-500 Mława, ul. Stary Rynek 19 i opatrzonych napisem: „Pierwszy przetarg pisemny nieograniczony na sprzedaż nieruchomości nr 751/48 – ul. Grzebskiego”.

Część jawna przetargu odbędzie się w dniu 19 sierpnia 2025 r. o godz. 10.00 w Urzędzie Miasta Mława, ul. Stary Rynek 19, sala konferencyjna. Część jawna przetargu odbędzie się w obecności oferentów.

Ogłoszenie o przetargu zostało wywieszane 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.

**MAGDALENA GLINKA
Z SUSKA STAREGO
(1893-1917)**

Magdalena Glinka Wielkanoc 1916 r. w KozłóWKu spędza z ojcem, który przyjechał z Moskwy i narzeczonym Stefanem Skarżyńskim, a w czerwcu przyjeżdża z Kijowa brat Stefan z panną Piętkówną - przez moment wgronie rodzinnym mogli poczuć się jak w Susku.

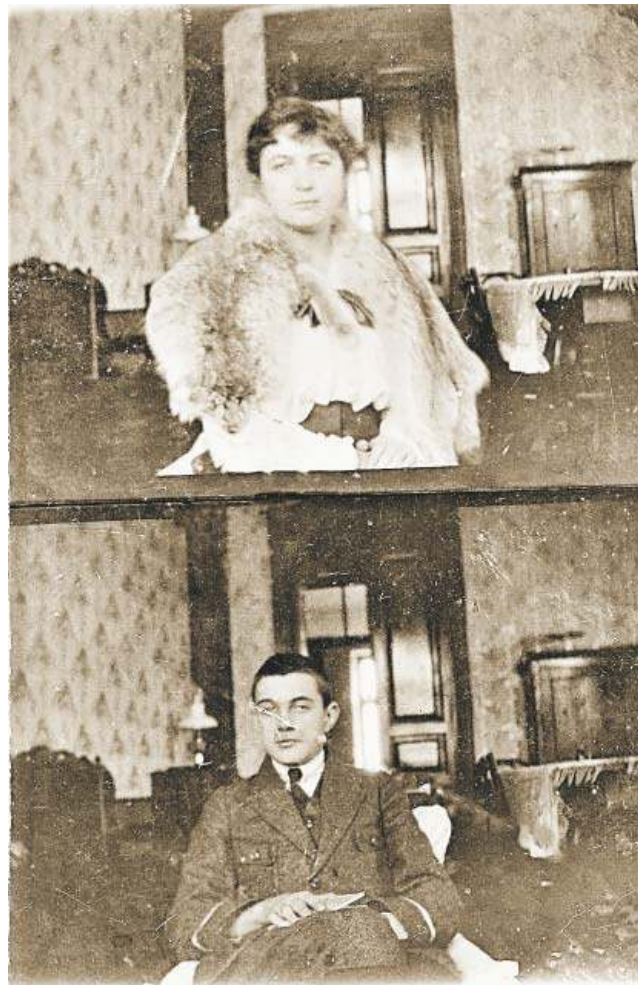
Po likwidacji szkoły ochroniarek, której kierowniczką była Magdalena, wiosną 1917 r. przyjeżdża do Moskwy, gdzie mieszka Władysław Glinka. Jej ślub ze Stefanem Skarżyńskim odbywa się 21 kwietnia 1917 r. w kościele Św. Piotra i Pawła, skąd para młoda ze świadkami Władysławem Kurcyuszem oraz Janem Lutosławskim z żoną, dorożką i tramwajem dojechała na skromne, ale uroczyste śniadanie. Państwo Skarżyńscy zamieszkali z ojcem. Krótki to był czas radości i szczęścia, a o podróży poślubnej nie było nawet mowy, bo Pan Młody musiał wrócić do swojego Pułku.

Minęły ledwie trzy miesiące - Madlenka trafia do moskiewskiego szpitala ewangelickiego. Operacja wyrostka ma miejsce 14 lipca 1917 r., pod nieobecność męża służącego w wojsku. Najstraszniejszym dniem w życiu Władysława był 23 lipca 1917 r. Nagle pogorszenie stanu zdrowia, mimo natychmiastowej pomocy (miała tego dnia wyjść ze szpitala) doprowadziło do utraty przytomności i po krótkim czasie do śmierci. Pani Zofia Piętkówna była przy niej, ojciec nie zdążył....

Według przekazu naszej Mamy Magdalena umówiła się ze swoim mężem, że napisze do jego zwierzchnika telegram, że jest chora i na tej

RÓD GLINKÓW Z DWORU W SUSKU STARYM (CZ. III)

DZIŚ PRZEDSTAWIAMY DALSZĄ CZĘŚĆ WSPOMNIEŃ P. PIOTRA I JEGO SIOSTRY BARBARY O POSZCZEGÓLNYCH CZŁONKACH RODZINY GLINKÓW, KTÓRZY URODZILI SIĘ I MIESZKALI W MAJĄTKU SUSK STARY K. OSTROŁĘKI. MATERIAŁY DO SZKICU BIOGRAFICZNEGO O ICH CIOCI MAGDALENIE Z GLINKÓW SKARŻYŃSKIEJ OPRACOWALI: PIOTR PLEWKA I BARBARA CYWIŃSKA.



Madlenka Glinka z bratem Stefanem Glinką. Mińsk, 20 | 1916 r.

podstawie dostanie on urlop. Telegram rzeczywiście nadszedł, ale od teścia: „Madlenka bardzo chora...Stop... przyjeżdż szybko...Stop... Ojciec”. Stefan pokazuje telegram kolegom i chwali się jaki to fortel uknuli z żoną. Urlop dostał, ale na pogrzeb już nie zdążył. Dlatego wnaszej rodzinie nie ma zwyczaju wymawiać się chorobą.

Władysław wspomina w „Pamiętniku z Wielkiej Wojny”: „Do Stefana Skarżyńskiego nie zatelegrafowałem zaraz całej prawdy, a tylko, że żona jego ciężko chora, zląkłem się bowiem, że może z rozpaczy popełnić szaleństwo. Znajduje się on wśród cofającej się sromotnie armii, jest w bezpiecznym miejscu przy sztabie 6-tej dywizji, ale mógłby zażądać wysłania go na linię boju i iść pod kule. 28 lipca jednak zatelegrafowałem mu, co się stało. Syn mój Stefan jest daleko, na Ukrainie, na letnisku ze skautami, na pogrzeb zdążyć nie mógłby, napisaliśmy więc tylko do drużynowego skautów, aby po odpowied-



Madlenka Glinka w majątku Susk Stary, przed I wojną światową

nim przygotowaniu powie-dział mu ośmierni siostry. Do Janka zatelegrafowałem, co się stało i kiedy odbędzie się pogrzeb, lecz telegram go doszedł dopiero we czwartek, w dzień pogrzebu.

Eksportacja ze szpitala do kościoła odbyła się 25, a pogrzeb 26 lipca. Trumna metalowa złożona została w drewnianej skrzyni zakopanej na parę lokci w piasku. Po wojnie drogie szczątki będą przeniesione do Polski, do naszego grobu w Rzekuniu. Wielkich dowodów serca doznałem w tych ciężkich chwilach od przyjaciół i znajomych. Szczególną zachowam wdzięczność dla państwa Heydlów i ich córek, a wiele serdeczności okazali mi też Radziwiłłowie, Puzynowie, Pilawitzowie i Hania Lilpopówna. Nasi przyjaciele umówili się zamiast wieńców złożyć pewną sumę na cel społeczny. Na trumnie był więc jeden tylko wieniec z napisem: <<Od C.K.O. w Rosławiu - dzielnej współpracownicy>>. Dało to wskazówkę naszym zna-

jomy, aby złożyć ofiarę na ochronki w KozłóWKu, tak przez Madlenkę umiłowane. Po kilku dniach przesłano koło tysiąca rubli do KozłóWKa na ręce księdza Suchcickiego”. „(...) Oplaciłem w biurze cmentarza koszty utrzymania mogiły do 1 października 1919 r. Bóg wie, czy do tego czasu będziemy mogli przewieźć drogą Madlenkę do Rzekunia! (...)”.



Por. Stefan Skarżyński podczas wojny polsko - bolszewickiej prawdopodobnie w 3 Pułku Ułanów, 1919-1920 r. (Zbiory p. Jana Skarżyńskiego)



Madlenka Glinka z dubeltówką w Susku Starym, 1912 r.



Madlenka Glinka jako nauczycielka podczas lekcji z polskimi dziećmi. Mińsk, | 1916 r.



„Biuro Komisji Hodowlanej w Rostawku, IX 1916 r. (Od lewej): p. Polkowska, p. Wojciechowska, p. Wł. Glinka, p. Ostaszewski, p. Boczkowski (?)”.

Władysław wiedział, że Wielka Wojna zbliża się do końca, nie przewidział wtedy wybuchu wojny polsko - bolszewickiej. Zastanawiające jest, ile ciepłych słów i przejmujących wyznań słyszy się podczas pogrzebów, czy we wspomnieniach o zmarłych zamieszczonych w prasie. Jaka szkoda, że nie mogą oni tego usłyszeć, przeczytać ...

Dwutygodnik „Ziemiańska Polska” (oryginał w zbiorach rodzinnych P. Plewki i B. Cywińskiej) we wrześniu 1927 r. zamieszcza artykuł o Magdalenie autorstwa Zofii Krassowskiej: „Dnia 28 lipca minęło 10 lat od zgonu ś. p. Magdaleny z Glinków Skarżyńskiej, której życie przedwcześnie przecięte zostawiła u tych co ją znali, jasne i niezatarte wspomnienie.” Dziś te słowa brzmią nieco patetycznie, ale świadczą o emocjach tych, którzy się z Nią zetknęli. Autorka pisze dalej: „(...) Tylko ci, którzy ją znali, a zwłaszcza widzieli przy pracy jak wielki i dobroczynny wpływ miała na otoczenie i ile zdziałała jedynie siłą swej osobowości, tym że była taką, jaką była. Nawet dojrzałe istarsze osoby przyznawały się, że zetknięcie z Nią zmieniło cały sposób ich myślenia i życia, a uczennice i dzieci pozostały jakby pod działaniem uroku, który kierował ich postępowaniem i uczuciami (...).” „(...) Właśnie wielką zasługą ś. p. Magdaleny Skarżyńskiej było głębokie odczucie swej roli życiowej: stworzyła typ kobiety, a raczej młodziutkiej dziewczyny który łączył w sobie wszystkie zalety przechowywane przez tradycję z działalnością i rozwojem

współczesnym (...).”

„(...) Pamiętam rozmowę na krótko przed jej ślubem. M ó w i - ł y ś m y o p r z y - s z ło ś c i, o P o l s c e k t ó r a p o w s t a n i e i z a ż a d a o d s w y c h o b y - w a t e l i w i ę k - s z e j j e s z c z e p r a - c y n i ż n a w y g n a n i u, o w o l n e m i s z c z ę ś l i w e m ż y c i u p e ł n e m r a d o ś c i c z y n u. <<Będę zwyczajną, zupełnie zwyczajną kobietą>> powiedziała w pewnej chwili zwłaszcza sobie uśmiechem, jakby zgadując myśli moje pełne entuzjazmu młodości, który pragnął widzieć tę isto-

Krzyż nagrobny Madlenki (z d. Glinka) Skarżyńskiej. Moskwa, 23 VII 1917 r.



tę na czele jakichś wielkich poczynań, sławną i czczoną. Czułam, że nigdy, nigdy nie będzie <<zwyczajną>>, bo każda chwila, każda praca z nią była niezwykłą, ale dopiero później zrozumiałam prawdziwe znaczenie tych słów (...).”

C.d.n.

Piotr Rafalski, członek Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Mławskiej



Nekrolog Madlenki Skarżyńskiej



Nauka polskich dzieci w Rosji, 1916 r.



Kurs ochraniarek. W środku Madlenka Glinka. Kozłówek, 1916 r.



Ćwiczące polskie dzieci w ochronce. Z prawej strony stoi: Madlenka Glinka. Kozłówek, 1916 r.



„Nasz ekwipaż zimowy”, 1916 r.



Od lewej: Madlenka Glinka, NN., NN., ok. 1916 r.



„Rok wygnania. Pierwszy kurs ochraniarek w Kozłówku. V 1916 r.”



Dzieci polskie w ochronce. Kozłówek, 1916 r.

— Kiedy powstały twoje pierwsze wiersze?

— Nie umiem odpowiedzieć na to pytanie, bowiem pisanie i myślenie „literaturą” towarzyszy mi właściwie od zawsze. W wieku pięciu lat nauczyłam się czytać, a chyba dla każdej osoby piszącej zanurzenie się w świat literatury jest tym momentem, kiedy pojawia się refleksja, takie zastanowienie nad sobą, otaczającym światem, sensem życia, i ta refleksja właśnie daje początek pisaniu. Zwłaszcza pisaniu poezji. Dla mnie tworzenie wierszy jest procesem trudnym. Zdarza się, że nad jednym tekstem pracuję miesiącami. Na przykład nad wierszem „Penelopa. Wporcie. Nad morzem” pracowałam dwa lata. Gdy utwór powstanie, odkładam go, aby „odležał”, dopiero po wielu tygodniach, gdy do niego wracam, uznaję, czy jest gotowy.

— Czy będąc Żoną Poety pisanie było to trudniejsze? Nawiązuję tutaj do tytułu twojego tomiku.

— W tym roku świętujemy z Marcinem dwudziestą rocznicę ślubu, miałam więc czas przyjrzeć się jego zmaganiom z pisaniem. I przyznam, że postanowiłam pójść inną drogą. Nie determinować życia bliskich mi osób swoim pisaniem. Nie szarpać się tak. Owszem, pracować nad sobą, rozwijać swój warsztat, pomyśl na siebie i swoje teksty, ale przy tym być sobą, czyli po prostu Mirą. To, że ukazał się mój tomik i moje wiersze wyruszyły w świat isą czytane, mnie cieszy, ale też w pewnym sensie onieśmiela.

— Opisujesz tam też swoje trudne, życiowe przeżycia. Pokonałaś chorobę. Jesteś też matką, to właśnie macierzyństwo dodaje sił?

— W rozmowie, w takim kontakcie bezpośrednim nie ukrywam, że doświadczyłam wielu trudnych życiowych momentów, w tym walkę z rakiem trzustki w 2011 roku. Osiem lat temu upubliczniłam numer swojego telefonu i wspieram osoby walczące z rakiem. Jednak, wiesz, jestem z siebie dumna z innego powodu. Do żadnego z wierszy nie „włożyłam” swoich cho-

JESTEM PO PROSTU MIRA

Z SUMY MOICH OSOBISTYCH PRZEŻYĆ I OPOWIEŚCI SPOTYKANYCH NA MEJ DRODZE OSÓB NARODZIŁO SIĘ WE MNIE COŚ, CO MOGĘ NAZWAĆ WIELKIM WSPÓŁCZUCIEM I WYROZUMIAŁOŚCIĄ DLA DRUGIEGO CZŁOWIEKA — MÓWI MIRA LINGA-CIELECKA, OLSZTYNIANKA, BIBLIOTEKARKA, AUTORKA TOMIKU POEZJI „ŻONA POETY”.

rób. Nie piszę o pobytach w szpitalach, o diagnozach, o poczekalniach, długich szpitalnych nocach. Pisząc wiersze, jestem bardzo zdyscyplinowana. W jednym z nich napisałam: „Istnieje pokusa aby włożyć do poezji każdy swój zachwyty i skowyt”. Uważam, że nie wszystko, co piszemy, tak „lirycznie”, jest poezją. A już na pewno nie powinno być upubliczniane.

— Czy jednak myślisz, że trochę te trudne doświadczenia sprawiły, że poezja stała się kanałem komunikacji?

— Jako motto do mojej książki „Żona Poety” wybrałam fragment z wiersza szwedzkiego poety, Tomasza Tranströmera: „Tyle ufności musimy pokładać, żeby móc żyć dniem codziennym i nie zapaść się pod śmiecią”.

ziemię!”. W tym jednym zdaniu zawarł on bowiem to, czego nauczyłam się właśnie z moich trudnych doświadczeń, które choć są moje, bardzo prywatne, to jednak w pewnym sensie też takie ludzkie, uniwersalne wręcz. Mówię o tym za pośrednictwem poezji. Osamotności, o smutku, ale w takim głębszym, egzystencjalnym znaczeniu.

— Poświęcasz też wiersze swojej mamie. To wzruszające. Jakie były jej słowa po ich przeczytaniu?

— Moja mama jest osobą bardzo praktyczną. Poezja czy w ogóle sztuka nie znajduje się w kręgu jej zainteresowań. Wychowywałam się na wsi i całe swoje dzieciństwo przyglądałam się mamie i innym dzielnym kobietom z mojej wsi, których jedynym celem życio-



foto: K.M.M.

wym było zapewnienie jak najlepszej opieki swoim bliskim. Pranie, gotowanie, wychowywanie dzieci, zajmowanie się ogrodem, praca. Tu nie było miejsca nie tylko na poezję. W dzieciństwie ja czytająca książki i recytująca wiersze byłam takim trochę odmieńcem, ale tylko w Kronówku, ale też w rodzinnym domu. Dlatego moje wiersze chyba moją mamę trochę peszą. Jej duma objawia się jednak po raz kolejny w bardzo praktyczny sposób: tomik „Żona Poety”, który jej podarowałam, pożyczka sąsiadkom i wszystkim opowiada, że jej córka pisze wiersze. Jest to dla mnie wzruszające.

— Czy uważasz, że dziś wrażliwość jest atutem?

— Jeśli pod tym pojęciem rozumiemy „czułość”, „re-

fleksję”, „uwagę”, „empatia” i dużo zrozumienia dla siebie, innych ludzi i otaczającego nas świata, to tak. To, że jesteśmy wrażliwi, zatrzymuje nas w pędzie dzisiejszego świata. Wrażliwość pozwala nam pochylić się nad drugim człowiekiem, ale też zachwycić na przykład samiczką kosa w trawie.

— Uwielbiasz też ludzi, bo w zatorzańskiej bibliotece naprawdę dzieje się magia. Ta praca też jest twoją pasją?

— Kocham książki. Od zawsze. Uważam, że są moim najbliższym przyjacielem i pomogły mi wyjść z wielu trudnych życiowych zakrętów. Ale z wiekiem nauczyłam się też kochać ludzi, i to głównie dzięki pracy w bibliotece, każdego dnia bowiem rozmawiam z wieloma czytelnikami. To dzięki tym rozmowom, a czasem nawet zwierzeniom, uświadamiam sobie, że za każdym człowiekiem stoi jakaś fascynująca historia. Bagaż doświadczeń, trudnych decyzji, zmagani z przeciwnościami. Z sumy moich osobistych przeżyć i opowieści spotykanych na mej drodze osób narodziło się we mnie coś, co mogę nazwać wielkim współczuciem i wyrozumiałością dla drugiego człowieka.

— Myślisz, że będziesz kiedyś autorką prozy?

— Jakiś czas temu podjęłam decyzję, że im starsze

i gotowe do opuszczenia rodzinnego gniazda są moje dzieci, tym bardziej skupiam się na pisaniu. Na razie pragnę wyrazić siebie poprzez poezję. Ale... skrycie marzę o napisaniu sztuki teatralnej. Ciągnie mnie w stronę pisania bajek dla dzieci, jestem bowiem wielką miłośniczką baśni Andersena i braci Grimm. Pisanie prozy jest gdzieś na samym końcu tych moich pisarskich zapędów. Obecnie pracuję nad drugim tomikiem, który nosi roboczy tytuł „Ka”.

— Dziś razem z mężem tworzicie małżeństwo poetyckie. Ciekawi mnie, jaki to ma wpływ na waszą relację?

— Na pewno się nie ścigamy i ze sobą nie rywalizujemy. Jednak przed wiele lat jedyną osobą piszącą w naszej rodzinie był Marcin i to wokół jego pracy pisarskiej skupiało się nasze domowe życie. Moje wiersze powstawały gdzieś między obieraniem ziemniaków a dudnieniem pralki. Nigdy nie rozmawialiśmy o mojej drodze literackiej. Ona właściwie dopiero się zaczyna, wraz z premierą tomiku „Żona Poety”. Muszę jednak dodać, że nasz starszy syn od lat również tworzy i często rozmowy przy naszym stole dotyczą nowych wierszy albo jakichś zmagani z pisaniem.

— Mama, olsztynianka, poetka. To dobra kolejność w opisywaniu twojej osoby?

— Żona, córka, bibliotekarka, koleżanka... Tych latek każdy z nas ma wiele, ale ja najbardziej lubię jedną. Jestem po prostu Mira.

Katarzyna Janków-Mazurkiewicz



TRWA POMOC RODZINOM DOTKNIĘTYM POŻAREM

W ZWIĄZKU Z POŻAREM BUDYNKU MIESZKALNEGO PRZY UL. SŁOWACKIEGO 10 W MŁAWIE, MIASTO MŁAWA PROWADZI INTENSYWNE DZIAŁANIA NA RZECZ OSÓB DOTKNIĘTYCH TYM ZDARZENIEM. BURMISTRZ PIOTR JANKÓWSKI KILKUKROTNI SPOTKAŁ SIĘ Z POSZKODOWANYMI RODZINAMI, ABY OSOBIŚCIE ZAPOZNAĆ SIĘ Z ICH SYTUACJĄ, POTRZEBAMI ORAZ OCZEKIWANIAM. WSZYSTKIM ZAPEWNIONO NIEZBĘDNE WSPARCIE I OPIEKĘ.



foto: UM Mława

Osoby, które w wyniku pożaru utraciły dach nad głową i nie mogły liczyć w tej kwestii na pomoc najbliższych, zostały objęte opieką i zakwaterowane tymczasowo najpierw w Hotelu Mława i Zespole Ośrodków Wsparcia a obecnie przebywają w Bursie Szkolnej przy ul. Lelewela, gdzie mają zapewnione bezpłatne mieszkanie i pełne wyżywienie. Ponadto każda rodzina otrzymała jednorazowe wsparcie finansowe.

Już w najbliższych dniach rozpocznie się przekazywanie pierwszych lokali z miejskiego zasobu komunalnego. Pozostałe będą udostępniane stopniowo,

po zakończeniu niezbędnych prac remontowych i adaptacyjnych, tak, aby zapewnić rodzinom trwale i godne warunki życia.

Równocześnie w Centrum Usług Społecznych prowadzone są indywidualne rozmowy z poszkodowanymi mieszkańcami, podczas których ustalane są szczegółowe potrzeby dotyczące m.in. wyposażenia i przygotowania przydzielanych lokali. Pozyskane informacje pozwolą precyzyjnie dopasować dalsze formy wsparcia, by jak najszybciej umożliwić im powrót do stabilnej codzienności.

Dodatkowo każda z dotkniętych osób może sko-

rzystać z bezpłatnej pomocy psychologicznej. Informacje o dostępnych specjalistach przekazane zostały podczas spotkań z poszkodowanymi.

Nadal trwa zbiórka artykułów pierwszej potrzeby: środków czystości, kosmetyków, materiałów papierniczych, żywności o przedłużonej trwałości oraz innych niezbędnych produktów. Dary można przekazywać do punktu zbiórki przy ul. Lelewela 7 (siedziba CUS) w dni robocze, w godzinach 8:00–16:00.

Dostępne jest także konto bankowe prowadzone przez Stowarzyszenie „Bądźmy Razem” działające przy CUS, na które można wpłacać darowizny z przeznaczeniem na pomoc dla pogorzalców: 07 2030 0045 1110 0000

0197 7130 (w tytule przelewu należy wpisać: „POGORZELCY MŁAWA SŁOWACKIEGO”).

Miasto Mława pozostaje w pełnej gotowości do dalszego wspierania rodzin dotkniętych skutkami pożaru. Dzięki szybkiej reakcji i skoordynowanym działaniom, już niebawem mieszkańcy będą mogli rozpocząć nowy etap swojego życia w przygotowywanych dla nich mieszkaniach. Zapewnienie bezpiecznego zakwaterowania oraz pomocy w urzędzeniu mieszkań to obecnie najważniejszy priorytet samorządu. Aktualne informacje o zbiórce i formach wsparcia można znaleźć również na stronie internetowej Centrum Usług Społecznych <https://cus.mlawa.pl>

SPOTKANIE Z UCZESTNIKAMI PÓLKOLONII LETNICH W MORAWACH



foto: Boczniła-Sowinińska-Kwirtek - GOK Stupsk

7 lipca miało miejsce spotkanie funkcjonariusza z Jednostki Ratowniczo – Gaśniczej Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Mławie oraz druhów OSP Stupsk z dziećmi przebywającymi na półkoloniach letnich w Morawach. Dzieci zostały zapoznane z zasadami postępowania na wypadek pożaru oraz bezpiecznego wypoczynku

w domu i nad wodą. Przeprowadzono zajęcia praktyczne z ratownictwa medycznego oraz omówiono procedury ratownicze z zakresu udzielania kwalifikowanej pierwszej pomocy. Szczególne zainteresowanie wzbudził pokaz pojazdu i sprzętu ratowniczego będącego na wyposażeniu OSP Stupsk.

Milena Ernest

REKLAMA

wawa.info
PORTAL DLA WARSZAWY I MAZOWSZA

NOWY PORTAL WAWA.INFO

Generalnie dobrze nie jest też i dlatego, że w ogóle nie wspiera mnie społeczeństwo...! Kilka miesięcy temu, kiedy byłam może szersza, a może taka jak dziś — trafił chciał, że zaprosiłam do naszej Telewizji GO zawodową dietetyczkę, osobę z odpowiednimi dyplomami, certyfikatami i wieloletnim doświadczeniem, od lat realnie pomagającą osobom z nadwagą i otyłością, od lat wskazującą złe i dobre nawyki żywieniowe, od lat pokazującą jak skutecznie od złych do dobrych przejść, nie doznając większego uszczerbku na zdrowiu. Rozmowa toczyła się swobodnie, a ja, świadoma swoich własnych centymetrów, napomknęłam, że całe życie walczę z nimi bez jakichkolwiek sukcesów. Pani dietetyk, ku mojemu zdziwieniu, nawet rozpaczy — a przypominam, że rzecz dzieje się przed kamera i wszystko to można osobiście sprawdzić! — mówi mi, że roztańczam wokół siebie tak dobrą energię i tyle radości życia, że ona sama w życiu nie zaproponuje mi jakiegokolwiek diety...!

Jeszcze gorzej, że ze swoich rozterek, kompleksów i snów o chudości zwierzyłam się ostatnio chłopu. I co? Zamiast jak normalny chłop odpowiedzieć mi, że nigdy nie należałam do osób przesadnie szczupłych, że o chudych już nawet nie ma co wspominać — to nie! Najpierw usłyszałam coś o względności różnych przymiotników, którymi raczyłam siebie określić. Potem wspomniał coś — nomen omen — o niepotrzebnym przywiązywaniu wagi do tych przymiotników oraz ich znaczenia. A na koniec, nader natarczywie zaczął dopytywać, skąd u mnie takie negatywne nastawienie. No, z życia, a jeszcze bardziej zilustrowa!

Dlaczego my, kobiety, aż tak bardzo przejmujemy się swoim wyglądem?

A do tego brzydki...

Jest taki mem, jeden z moich najulubieńszych. Zdjęcie jest podzielone na dwie części: u góry widać grono kobitek, z których jedna zwierza się swoim

SZEROKIE WROGIEM WĄSKIEGO

DOBRE NIE JEST. DOBRZE NIE JEST, BO — PRZYNAJMNIEJ WIZUALNIE I W SWOICH WŁASNYCH OCZACH — W OGÓLE OSTATNIO NIE IDĘ WZDŁUŻ. A ZA TO CORAZ BARDZIEJ IDĘ WSZERZ...! JAK TO SIĘ DZIEJE, ŻE MY, KOBIETY, TAK WIELKĄ WAGĘ PRZYWIĄZUJEMY DO WYGLĄDU ZEWNĘTRZNEGO, Z WIELKIM KRYTYCYZMEM OCENIAJĄC ZWŁASZCZA SAME SIEBIE? I DLACZEGO SZEROKIE JEST ZNACZNIE GORSZE OD WĄSKIEGO...?

‘siostram’, że jest gruba. — Kochana, jesteś piękna — odpowiadają jej siostry zgodnym chórem. — A poza tym masz cudowną osobowość i jesteś mega-seksowna...!

Z kolei dół obrazka to grupa kilku mężczyzn, z których jeden żali się, że jest gruby, a reszta kumpi — ku mojemu przerażeniu — wcale go nie pociesza. Nie — jeden dodaje nawet: — A do tego jesteś w ch... chro brzydki. Napijmy się...!

I całkiem możliwe, że coś w tym jest. Dlaczego my, kobiety, wciąż jesteśmy takie krytyczne — i to zarówno dla siebie samych, ale i dla siebie wzajemnie...? Dlaczego nawet mężczyźni nie są wobec nas aż tak krytyczni i deprymujący...? Jak walczyć z tym samokrytycyzmem i jak zaradzić tym tendencjom?

4 (NIELATWE) KROKI DO SZCZĘŚCIA

Przede wszystkim to my, kobiety, w porównaniu do mężczyzn, jesteśmy bardziej podatne na rozwój zaburzeń internalizacyjnych, takich jak depresja i lęk. Psychologia i medycyna potwierdzają też przypadki, kiedy to kobiety mają wielokrotnie niższą samoocenę niż mężczyźni. Co

jednak wcale nie oznacza, że większość kobiet nie jest pewna siebie — a mimo to niski poziom samooceny może być dla nas problemem, ponieważ od dawna jest wskaźnikiem zdrowia psychicznego. Ma to zatem sens, że kobiety mają go mniej, prawda? Jeśli któraś z nas nie dostrzega zbyt wielkiej wartości własnej, niestety — ma tendencję do popadania w depresję i lęk.

I jeszcze gorsze niestety: rozwiązanie nie jest tak proste, jak się wydaje. Problem z samooceną polega bowiem na tym, że wymaga ona osiągnięcia pewnej wyższości nad innymi. Jeśli kobieta nie może sprostać temu standardowi, wpada w pułapkę samokrytycyzmu. Może nieświadomie powiedzieć: „Mam być w tym dobra! Dlaczego zatem popełniam błędy?” Ponadto, według psychologa Martina Seligmmana nadmierne skupianie się na poczuciu własnej wartości może prowadzić do wzrostu ego i kobiecego narcyzmu.

Na szczęście współczucie dla samej siebie ratuje nas tam, gdzie zawodzi poczucie własnej wartości. Współczucie dla samej siebie odnosi się do naszej tendencji do bycia łagodnymi dla siebie w chwilach cierpienia. Zamiast tego



zastępujemy zwykle dobre i złe osady, które same sobie wydajemy, bezwarunkową życzliwością. Mówimy sobie, że cierpienie jest czymś ludzkim i że bycie człowiekiem jest w porządku.

Synteza 71 badań przeprowadzona przez Lisę Yarnell i jej współpracowników wykazała, że kobiety są mniej współczujące wobec siebie w chwilach cierpienia. Różnica była niewielka i prawdopodobnie niewidoczna gołym okiem — niemniej jednak różnica w nastawieniu do siebie jest prawdziwa. Na szczęście nie musi to być status quo dla żadnej z płci. Zawsze można zwiększyć współczucie dla siebie poprzez praktykę.

Co robić, gdy my, kobiety zaczynamy siebie osądzać lub — co gorsza! — karać? Wystarczy, że pomyślimy o sytuacji, w której jesteśmy z siebie niezadowolone. Czy uważasz, że brakuje ci czegoś w pracy? W związku? To właśnie tam można zasiać nasiona współczucia.

1. Świadoma swojego wewnętrznego krytyka

Wewnętrzny krytyk lub superego to część ciebie, która nigdy nie zapomina powiedzieć ci, jak okropna lub nieodpowiednia jesteś. Gdy doświadczasz trudności, bądź świadoma dialogu, który rozgrywa się w twoim umyśle. Czy twój wewnętrzny krytyk mówi, że jesteś głupia? Bezużyteczna? Być może twój wewnętrzny krytyk ma strategię krytykowania innych

ludzi. Uświadomienie sobie tego negatywnego głosu jest pierwszym krokiem do odebrania się od niego.

2. Bycie człowiekiem jest w porządku

Sprawiamy, że czujemy się źle, ponieważ nie chcemy popełniać więcej błędów. Ale czasami zapominamy, że porażki są całkowicie ludzkie. Kiedy zobaczysz swojego wewnętrznego krytyka, to świetny moment, by upewnić się, że jesteś tylko człowiekiem. Nie oznacza to, że stajesz się zadowolona z siebie i leniwa. Zamiast tego, potwierdź, że popełnianie błędów jest ludzkie. Bycie człowiekiem jest w porządku. Odkrycie, że nie różnimy się tak bardzo od reszty ludzkości, może zranić nasze ego, ale z pewnością sprawi, że porażka będzie mniej bolesna.

3. Ja — mój najlepszy przyjaciel. Albo nawet przyjaciółka

Czasami jesteśmy winni traktowania naszych przyjaciół lepiej niż siebie. Jak zazwyczaj traktujesz przyjaciół w trudnych chwilach? Najprawdopodobniej traktujesz ich z jakąś formą życzliwości lub dobrej woli. Kobiety są bardziej skłonne do obejmowania i okazywania uczuć. Wyraż tę życzliwość wobec siebie poprzez gesty fizyczne. Kilka klepnięć po ramieniu lub okłasków mogą pomóc ci dodać otuchy w zmaganiach, z którymi się mierzysz.

4. Wróć do życia trochę bardziej życzliwa

Gdy już podejmiesz niezbędne kroki, by wyzdrowieć, wróć do życia z bardziej życzliwym dialogiem z samą sobą. Zmagania w życiu nie zmniejszą się, ale będziesz stawiać im czoła z bardziej zachęcającym sojusznikiem. Sobą samą.

Niby to wszystko proste, ale... Cóż czasem z tego, że pracujemy nad samymi sobą, staramy się wzmacniać własną wartość i pocieszać faktem, że włożyliśmy w sukienkę kupioną na wakacjach w Maladze 10 lat temu...? Czasem jedno złe spojrzenie, jedno czyjeś warknięcie — inasza walka z samokrytyką bierze w łeb, a z trudem zbudowane poczucie własnej wartości wali się z hukiem jak marnej jakości szalasa na wietrze...

Moją wartością na koniec dobił redaktor Hrywna, który zadzwonił specjalnie do mnie, bo — jak nader autorytatywnie stwierdził — to ja w całej naszej redakcji jestem największą specjalistką od seniorów. I to nic, że w błąd wprowadził go ktoś zupełnie inny...!

Magdalena Maria Bukowiecka

P.S. A może iść za radą jednej z kobitek, która napisała publicznie te twarde słowa: „Nie używam wagi, bo mnie menda pogrubia.”...?

Korzystałam z materiałów na stronie medium.com.

To jednocześnie szósty wielkoszlemowy triumf 24-letniej Polki, która wcześniej cztery razy była najlepsza w paryskim French Open (2020, 2022-24), oraz w nowojorskim US Open (2022). Po zwycięstwie na trawiastych kortach w Londynie jest jedyną aktywną tenisistką, która wygrała Szlema na wszystkich trzech nawierzchniach.

To jej 23. tytuł w karierze, a pierwszy od ubiegłorocznej wiktoria na kortach im. Rolanda Garrosa w stolicy Francji.

Dla Anisimovej sam awans do finału był największym sukcesem w karierze. Amerykanka, tak jak Świątek urodzona w 2001 roku, była obiecującą nastolatką, ale późniejsze problemy zarówno natury fizycznej, jak i mentalnej wyhamowały jej karierę. Zaledwie rok temu odpadła w Londynie w... kwalifikacjach.

Teraz prezentowała się bardzo dobrze, eliminując w półfinale liderkę światowego rankingu Białorusinkę Arynę Sabalenkę. W finale nawet przypominała siebie z czwartku czy wcześniejszych meczów.

Dysponująca solidnym podaniem Anisimova już w gemie otwarcia została przełamana. Miała wyraźny problem z pierwszym serwisem, notując jego skuteczność na poziomie zaledwie 33 procent w pierwszym secie.

Amerykanka przed meczem wypowiedziała się o Świątek w samych superlatywach. Podkreślała, jaką jest mistrzynią i że stanowi dla niej inspirację. Polka

IGA ŚWIĄTEK PRZESZŁA DO HISTORII

TENIS IGA ŚWIĄTEK WYGRAŁA W FINALE Z AMERYKANKĄ AMANDĄ ANISIMOVĄ 2:0 (6:0, 6:0) I PO RAZ PIERWSZY W KARIERZE ZWYCIĘŻYŁA W WIELKOSZLEMOWYM WIMBLEDONIE, NAJSTARSZYM I NAJBARDZIEJ PRESTIŻOWYM TURNIEJU TENISOWYM ŚWIATA.

jakby samą swoją obecnością po drugiej stronie siatki w połączeniu ze stawką spotkania paraliżowała Amerykankę rosyjskiego pochodzenia.

Łatwo, szybko i przyjemnie

Pierwszy set trwał zaledwie 25 minut. Świątek posłała w nim tylko dwa zagrania wygrywające. Amerykanka miała za to aż 14 niewymuszonych błędów i trzy podwójne przy serwisie.

Publiczność starała się wspierać Anisimovę, wiwatując przy wygranych przez nią pojedynczych punktach. Przez chwilę, na początku drugiej partii, wydawało się, że Amerykanka wraca do życia. Ostatecznie jednak też została przełamana, a po zepsutym forhendzie po linii, tylko krzyknęła z bezradności.

Grająca na oczach wielkich mistrzyń podopieczna trenera Wima Fissette'a ro-

biła wszystko, aby rywalka nie poczuła, że ma jakieś szanse. W loży honorowej siedziały m.in. Amerykanka Billie Jean King, która w 1975 roku zdobywając w Londynie swój szósty tytuł wygrała finał 6:0, 6:1, a także również reprezentująca USA Martina Navratilova. Do niej należy rekord triumfów w Wimbledonie - 9.

Anisimova nie była w stanie poprawić swojej gry. Wciąż popełniała błędy, wciąż słabo serwowała. Gdy okazjonalnie udawało jej się zmusić Świątek do wysiłku, to odpowiadała doskonałymi zagraniami, jak przy piłce meczowej, gdy trafiła w linię.

Pojedynek trwał zaledwie 57 minut. 6:0, 6:0 w finale singla kobiet poprzednio widziano w Londynie w 1911 roku, gdy Dorothea Lambert Chambers w takim stosunku wygrała z Dorą Boothby.

Poprzednim w ogóle finałem wielkoszlemowym zakończonym wynikiem 6:0,



FOT. PAP/EPAA/ADAM WALUGHAN

6:0 było zwycięstwo Niemki Steffi Graf z reprezentującą wtedy barwy ZSRR Białorusinką Nataszą Zwieriewą w paryskim French Open w 1988 roku.

– CZUJĘ SIĘ JAK DOŚWIADCZONA ZAWODNICZKA, BO WCZEŚNIEJ WYGRYWAŁAM TURNIEJE WIELKOSZLEMOWE, ALE TEGO SIĘ NIE SPODZIEWAŁAM. Z TRENEREM MIELIŚMY WZŁOTY I UPADKI, ALE POKAZALIŚMY, ŻE TO JEDNAK DZIAŁA. DZIĘKUJĘ MOJEMU ZESPOŁOWI ZA TO, ŻE CZASEM WIERZYŁ WE MNIE MOCNIEJ NIŻ JA SAMA – POWIEDZIAŁA ŚWIĄTEK PO ODEBRANIU TROFEUM, A WCZEŚNIEJ ZDAŻYŁA SIĘ WYŚCISKAĆ Z OJCEM I SIOSTRĄ.

W wielkoszlemowych finałach w singlu Świątek pozostaje niepokonana. Sześć wygranych w swoich pierwszych sześciu decydujących bojach w Wielkim Szlemie miała wcześniej tylko urodzona na terytorium dzisiejszej Serbii Amerykanka Monica Seles.

W poniedziałek Świątek awansuje z czwartego na trzecie miejsce w światowym rankingu, którego... nie zajmowała nigdy wcześniej, choć łącznie przez 125 tygodni była liderką zesta-

wienia WTA. Anisimova przesunie się na najwyższe w karierze siódme miejsce. Za zwycięstwo Polka otrzyma trzy miliony funtów, czyli ok. 15 mln złotych.

DROGA ŚWIĄTEK DO TRIUMFU W WIMBLEDONIE 2025:

1. runda

Świątek - Polina Kudiermietowa (Rosja) 7:5, 6:1

2. runda

Świątek - Caty McNally (USA) 5:7, 6:2, 6:1

3. runda

Świątek - Danielle Collins (USA) 6:2, 6:3

1/8 finału

Świątek - Clara Tauson (Dania) 6:4, 6:1

ćwierćfinał

Świątek - Ludmiła Samsonowa (Rosja) 6:2, 7:5

półfinał

Świątek - Belinda Bencic (Szwajcaria) 6:2, 6:0

finał:

Świątek - Amanda Anisimova (USA) 6:0, 6:0

TRIUMFY POLSKICH TENISISTÓW W IMPREZACH WIELKOSZLEMOWYCH:

Australian Open

1978, debel: Wojciech Fibak, Kim Warwick (Polska, Australia) - Paul Kronk, Cliff Letcher (Australia) 7:6, 7:5

2014, debel: Łukasz Kubot, Robert Lindstedt (Polska, Szwecja) - Eric Butorac, Raven Klaasen (USA, RPA) 6:3, 6:3
2024, mikst: Hsieh Su-wei, Jan Zielinski (Tajwan, Polska) - Desirae Krawczyk, Neal Skupski (USA, W. Brytania) 6:7 (5-7), 6:4, 11-9

ODDAŁABYM JEDNEGO SZLEMA ZA ZŁOTY MEDAL OLIMPIJSKI – POWIEDZIAŁA IGA ŚWIĄTEK PO WYGRANIU TEGOROCZNEGO WIMBLEDONU.

French Open (do 1967 roku mistrzostwa Francji)

1939, debel: Jadwiga Jędrzejowska, Simone Mathieu (Polska, Francja) - Alice Florian, Hella Kovac (Jugostawia) 7:5, 7:5
2020, singiel: Iga Świątek (Polska) - Sofia Kenin (USA) 6:4, 6:1
2022, singiel: Iga Świątek (Polska) - Cori Gauff (USA) 6:1, 6:3
2023, singiel: Iga Świątek (Polska) - Karolina Muchova (Czechy) 6:2, 5:7, 6:4
2024, singiel: Iga Świątek (Polska) - Jasmine Paolini (Włochy) 6:2, 6:1

Wimbledon

2017, debel: Łukasz Kubot, Marcelo Melo (Polska, Brazylia) - Oliver Marach, Mate Pavic (Austria, Chorwacja) 5:7, 7:5, 7:6 (7-2), 3:6, 13:11
2024, mikst: Hsieh Su-wei, Jan Zielinski (Tajwan, Polska) - Giuliana Olmos, Santiago Gonzalez (Meksyk) 6:4, 6:2
2025, singiel: Iga Świątek - Amanda Anisimova (USA) 6:0, 6:0
US Open
2022, singiel: Iga Świątek - Ons Jabeur (Tunezja) 6:2, 7:6 (7-5)



FOT. PAP/EPAA/TOLGA AKHMEN

