

**CZYTAJ
NAS:**

• **CO TYDZIEŃ
W GAZECIE**
• **CODZIENNIE
W INTERNECIE**

Nr 41 (963)
WTOREK 11.10.2022

NOWY KURIER
mławski.pl

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

CENA 2,80 zł
(w tym 5% VAT)

DZIERZGOWO GRUDUSK LIPOWIEC MŁAWA RADZANÓW STRZEGOWO STUPSK SZREŃSK SZYDŁOWO WIECZFNIA WIŚNIEWO

BURMISTRZ PRZEKAZAŁ SPRZĘT STRAŻAKOM OSP

DRUHOWIE JEDNOSTEK OCHOTNICZYCH STRAŻY POŻARNYCH W MŁAWIE – PRZY UL. PADLEWSKIEGO I PRZY UL. PIEKIEŁKO – MOGĄ JUŻ KORZYSTAĆ Z NOWEGO SPRZĘTU ZAKUPIONEGO ZE ŚRODKÓW MIASTA MŁAWA. OFICJALNEGO PRZEKAZANIA DOKONAŁ SŁAWOMIR KOWALEWSKI, BURMISTRZ MIASTA MŁAWA I PREZES ZARZĄDU MIEJSKIEGO OSP W MŁAWIE. S. 4

ISSN 1731-9056



4 1

9 771731 905506 >

POMNIK BOHATEROM NIEPODLEGŁOŚCI

PAMIĘĆ || S. 2

■ W niedzielę 2 października br. w Pawłowie Kościelnym odbyło się uroczyste odsłonięcie pomnika Bohaterom Niepodległości „W hołdzie obrońcom Ojczyzny”.



REMONTY PŁOCKIEJ I NOWEJ PRZESUNIĘTE

INWESTYCJE || S. 3

■ Podczas sesji Rady Miasta Mława 20 września przesunięto z 2022 na 2023 rok środki budżetowe zarezerwowane na udzielenie pomocy finansowej Powiatowi Mławskiemu na przebudowę dwóch ważnych ciągów komunikacyjnych – ulic Płockiej i Nowej.



ŚWIĄTECZNY KONKURS NA KARTKĘ

TRADYCJA || S. 4

■ Rusza konkurs „Świąteczna kartka od Burmistrza”. Skierowany jest do dzieci z przedszkoli i szkół podstawowych w Mławie. Spośród prac, które wpłyną na konkurs, wybranych zostanie 8 wzorów.



POMNIK BOHATEROM NIEPODLEGŁOŚCI

W niedzielę 2 października br. w Pawłowie Kościelnym odbyło się uroczyste odsłonięcie pomnika Bohaterom Niepodległości „W hołdzie obrońcom Ojczyzny”.

Było to zwieńczenie wcześniejszych trzech uroczystości przekazania trzech urn z miejsc walk obronnych i kaźni żołnierzy podziemia antykomunistycznego.

Urny, które znalazły się pod kryptą zawierają ziemię pobraną z mogiły żołnierzy Brygady Syberyjskiej, którzy bohatersko walczyli z armią czerwoną w sierpniu 1920 roku, w okolicy Chorzel, ziemię z okolicy Góry Kamieńskiej tzw. Czubatki zroszonej krwią żołnierzy 79 Pułku Piechoty Strzelców Słonimskich im. Hetmana Lwa Sapiechy oraz 11 Pułku Ułanów Legionowych im. Marszałka Edwarda Śmigłego-Rydza, którzy w dniach 1-2 września 1939 roku, bronili Polski



Fot. Materiały starostwa powiatowego

w starciu z niemieckim agresorem oraz ziemię z Cmentarza Wojskowego na Powązkach, z tzw. „Łączki”, gdzie bezimiennie chowano żołnierzy podziemia antykomunistycznego.

Uroczystości rozpoczął koncert pieśni patriotycz-

nych w wykonaniu Orkiestry Dętej z Dzierzgowa. Następnie w samo południe odprawiona została msza św za Ojczyznę oraz Bohaterów Niepodległości koncelebrowana pod przewodnictwem JE Księdza Biskupa Mirosława Milewskiego.

Zkościola uczestnicy przemaszzerowali na cmentarz, gdzie złożone zostały wspomniane wyżej urny z ziemią i nastąpiło odsłonięcie pomnika oraz poświęcenie tablicy.

Nie zabrakło też przemówień okolicznościowych. Po czym odbył się Apel

Pamięci, oddano Salwę Honorową i złożono kwiaty a poczty sztandarowe oddały hołd.

Wśród przybyłych była delegacja z Powiatu Mławskiego w składzie Starosta Mławski Jerzy Rakowski, Wicestarosta Krystyna Zając, Przewodniczący Rady

Powiatu Mławskiego Jan Łukasik.

Znaszego powiatu dotarły też poczty sztandarowe Sybiraków, Solidarności i młodzieży z Zespołu Szkół nr 1 w Mławie ze sztandarem Armii Krajowej. Szkole tej ze względu na wiek członków AK sztandar został przekazany pod opiekę.

Wydarzenie to zakończył piknik militarny 2 Przasnyskiego Ośrodka Radioelektronicznego. Można też było obejrzeć stoiska stowarzyszeń rekonstrukcyjnych z północnego Mazowsza i nie zabrakło poczęstunku.

Pomnik jest hołdem dla żołnierzy walczących o wolną i niepodległą Polskę i wszystkich rodaków poległych i pomordowanych w walce z niemieckim i sowieckim najeźdźcą w latach 1918-1956.

Tomasz Bielski/Starostwo Powiatowe



RUSZYŁA INWESTYCJA W BUDACH

Ruszyły prace w związku z realizacją zadania pn. „Przebudowa drogi powiatowej Nr 2353W Budy Bolewskie – Sułkowo Borowe”. Wykona je firma MIK Roboty Ziemne i Drogowe Jan Miklewski za ponad 272 tys złotych.

Inwestycja będzie polegała na przebudowie wspomnianego odcinka drogi o długości 830 m zlokalizowanego na terenie gminy Stupsk poprzez wykonanie nawierzchni z mieszanki niezwiązanej z kruszywem stabilizowanej mechanicznie. W chwili obecnej drogę wyprofilowano i wykończono.

Zakończenie prac przewidziane jest na koniec października br. Całkowity koszt ich wykonania to 272.040,70 złotych

Na realizację wspomnianego zadania powiat mławski otrzymał dotację w wysokości 170 tysięcy



złotych ze środków budżetu Samorządu Województwa Mazowieckiego. Resztę kosztów realizacji przebudowy pokrywa je ze środków własnych.

Warto wspomnieć, że powiat zakończył prace przy przebudowie drogi powia-

towej nr 2313 W – ul. Nowowiejska. Koszt zadania to prawie 659 tysięcy zł.

Wspomniana ulica leży w ciągu drogi powiatowej nr 2313W relacji Mława – Dębsk – Dzierzgowo. Realizowany odcinek ma około 500 m długości i biegnie



od Ronda Solidarności do drogi krajowej nr 7.

Powiat wykonał przy tej inwestycji chodniki i zjazdy z betonowej kostki brukowej, regulację wysokościową studni i zaworów istniejących urządzeń podziemnych. Poza tym położona została warstwa ścierna z mieszanki SMA na całym odcinku. Koszt całkowity tej inwestycji to 658.472, 38 zł z czego udział finansowy Miasta Mława i Powiatu Mławskiego wyniesie po 50 procent wartości zadania. Wykonawca zakończył inwestycję 29 września 2022 roku

Tomasz Bielski/Starostwo Powiatowe

REMONTY PŁOCKIEJ I NOWEJ PRZESUNIĘTE

Podczas sesji Rady Miasta Mława we wtorek 20 września 2022 r. przesunięto z 2022 na 2023 rok środki budżetowe zarezerwowane na udzielenie pomocy finansowej Powiatowi Mławskiemu na przebudowę dwóch ważnych ciągów komunikacyjnych – ulic Płockiej i Nowej.

W związku z tym, że Powiat Mławski dwukrotnie

ogłaszał przetarg na wyłonienie wykonawcy budowy mostu nad rzeką Seracz wraz z drogą dojazdową (ul. Płocka) i dwukrotnie przetarg nie został rozstrzygnięty (w pierwszym podejściu oferta potencjalnego wykonawcy okazała się zbyt droga, w drugim zaś nie została złożona żadna), realizację przedsięwzięcia trzeba było przesunąć na rok 2023. Co

za tym idzie, środki zarezerwowane w budżecie Miasta Mława na pomoc Powiatowi Mławskiemu przy realizacji tego przedsięwzięcia również zostały przesunięte na 2023 r. i wprowadzone do Wieloletniej Prognozy Finansowej. Limit pomocy z tego tytułu na 2023 r. wynosi 1.875.000 zł.

Podobnych przesunięć, choć z innego już powodu,

trzeba było dokonać w zakresie pomocy finansowej dla Powiatu Mławskiego na kompleksową przebudowę ul. Nowej na odcinku od ul. Napoleńskiej do ul. Instalatorów, wraz budową ronda na skrzyżowaniu z Mechaników i abp. Antoniego Nowowiejskiego.

W związku z tym, że Powiat Mławski złożył wniosek o dofinansowanie

inwestycji z Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg i, znalazłszy się na liście rezerwowej, wciąż oczekuje na rozstrzygnięcie naboru (równolegle złożył także wniosek do Rządowego Funduszu Polski Ład: Programu Inwestycji Strategicznych i również czeka na rozstrzygnięcie), inwestycja nie zostanie zrealizowana w 2022 r.

Wpisany do budżetu Miasta Mława na 2022 rok limit pomocy dla Powiatu Mławskiego zmniejszono o 930.000 zł, a w 2023 r. – zwiększono do 2.255.348 zł.

Przeniesione na 2023 rok inwestycje w znaczący sposób zwiększą bezpieczeństwo i poprawią komfort komunikacyjny na ulicach Płockiej i Nowej w Mławie. **KN/KSM**

JODEK POTASU BĘDZIE W MŁAWSKICH APTEKACH

Tabletki jodku potasu, po wydaniu stosownej decyzji Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji, będą dostępne w aptekach na terenie Mławy.

W przypadku awarii elektrowni jądrowej i uwolnienia do atmosfery radioaktywnego jodu konieczne jest podanie przebywającym na zagrożonym terenie osobom tabletki zawierającej wyso-



kie stężenie stabilnego jodu. Tabletki jodku potasu, po wydaniu stosownej decyzji Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji, będą dostępne w aptekach na terenie Mławy (wcześniej preparat nie będzie wydawany).

Punkty dystrybucji preparatu ze stabilnym jodem przewidziano w następujących aptekach na terenie Mławy:

— Apteka Arnica przy ul. Wójtostwo 1
— Apteka przy ul. Stary Rynek 9
— Apteka przy ul. Rynkowej 10
— Apteka Medyk przy ul. Dobrowskiej 12
— Apteka Panaceum przy ul. Osiedle Księżąt Mazowieckich 7A
— Apteka przy ul. Osiedle Młodych 29
— Apteka Pigutka przy ul. Lelewela 2A

— Apteka Przy Szpitalu przy ul. Dobrowskiej 1

Przed zastosowaniem preparatu prosimy koniecznie zapoznać się z ulotką załączoną na stronie internetowej Urzędu Miasta Mława, zawierającą m.in. uwagi odnośnie do dawkowania preparatu i związane z jego przyjmowaniem przeciwwskazania. **KN/KSM**

BURMISTRZ PRZEKAZAŁ SPRZĘT STRAŻAKOM OCHOTNIKOM

Druhowie jednostek Ochotniczych Straży Pożarnych w Mławie – przy ul. Padlewskiego i przy ul. Piekietko – mogą już korzystać z nowego sprzętu zakupionego ze środków Miasta Mława.

Oficjalnego przekazania dokonał w piątek 30 września 2022 r. Sławomir Kowalewski, Burmistrz Miasta Mława i Prezes Zarządu Miejskiego OSP w Mławie.

Jednostka z siedzibą przy ul. Padlewskiego ubiegała się o dofinansowanie zakupu sprzętu w związku ze szkoleniem kandydatów na strażaków ratowników. Nie udało jej się pozyskać środków z Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki



Wodnej, w związku z czym zwrócili się o pomoc do Burmistrza Miasta Mława. Ten uznał wsparcie

finansowe jednostki za zasadne, w związku z czym radni miejscy przeznaczili w budżecie Miasta Mława



środki w wysokości 20.000 zł na ten cel.

W piątek 30 września burmistrz Sławomir Ko-

walewski oficjalnie przekazał druhom – z prezesem Tomaszem Maciejewskim na czele – sprzęt, w któ-

rym znalazły się ubrania specjalne FHR 008, kominiarki, hełmy z latarkami, buty specjalne, rękawice specjalne i ubrania koszarowe.

Tego samego dnia zakupione wcześniej dla jednostki z siedzibą przy ul. Piekietko trzy ubrania koszarowe odebrał jej prezes Kazimierz Smoliński.

Wszystkim strażakom życzymy, aby z otrzymanego sprzętu musieli korzystać jak najrzadziej.

KN / KSM



RUSZA KONKURS „ŚWIĄTECZNA KARTKA OD BURMISTRZA”

Burmistrz Sławomir Kowalewski zaprasza dzieci do udziału w konkursie „Świąteczna kartka od Burmistrza”. Spośród prac, które wpłyną na konkurs, wybranych zostanie 8 wzorów. Zeskanujemy je i wydrukujemy w formie kartek, aby wysłać z życzeniami świątecznymi od Przewodniczącego Rady Miasta i Burmistrza Miasta Mława do przyjaciół naszego miasta, instytucji, organizacji, a także firm w kraju i za granicą.

W konkursie mogą wziąć udział:

- dzieci w wieku przed-szkolnym;
- uczniowie klas I – IV szkół podstawowych;
- uczniowie klas V – VIII szkół podstawowych.

Uczestnicy konkursu będą wybierani dwuetapowo. W pierwszym etapie – szkolnym, placówki wybiorą nie więcej niż 30 najlepszych prac przygotowanych przez dzieci i prześlą je do ratusza. W drugim etapie komisja powołana przez Burmistrza Miasta Mława wybierze 8 najlepszych kartek świątecznych.



Prace nadane na konkurs w 2021 r.

Aby wziąć udział w konkursie, dzieci powinny przygotować projekt

kartki – dowolną techniką plastyczną – w formie płaskiej, umożliwiającej

przygotowanie projektu poligraficznego oraz druk. Wymagany i obowiązkowym elementem na każdej kartce jest akcent mławski.

Uczestnicy konkursu zgłaszają swój udział w nim poprzez formularz, który jest na stronie internetowej Urzędu Miasta Mława.

Prace z kartami zgłoszeniowymi należy dostarczyć w nieprzekraczalnym terminie do 4 listopada 2022 r. do Urzędu Miasta Mława (Kancelaria urzędu lub Wydział Komunikacji Społecznej i Medialnej) osobiście lub drogą pocztową (adres: Urząd Miasta Mława, ul. Stary Rynek 19, 06-500 Mława, z dopiskiem „Świąteczna kartka od Burmistrza”).

Nagrodami w konkursie będą: druk 50 egzemplarzy każdej wygranej karki świątecznej oraz jej wysyłka do instytucji, organizacji, firm w kraju i za granicą wraz z życzeniami świątecznymi od Przewodniczącego Rady Miasta i Burmistrza Miasta Mława. Na karkach i w opisie do skanu będą podane imię, nazwisko oraz szkoła zwycięzcy oraz upominki rzeczowe.

KSM

PRAWIE 8 MLN NA DODATEK WĘGLOWY

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Mławie od 29 września 2022 r. może przekazywać na konta mieszkańców miasta pieniądze z tytułu dodatku węglowego. Dzień wcześniej otrzymał na ten cel – łącznie ze środkami na obsługę zadania – 7.906.734 zł.

Podczas sesji w środę 28 września 2022 r. rada miasta przyjęła zmiany uchwały budżetowej na 2022 r. – wśród nich te dotyczące dodatku węglowego.

O 7.906.734 zł zwiększył się plan dochodów Miasta Mława z tytułu środków pochodzących z Funduszu Przeciwdziałania COVID-19 na realizację wypłat dodatku węglowego wraz z kosztami obsługi, zgodnie z ustawą z 5 sierpnia 2022 r. o dodatku węglowym.

Jednocześnie po stronie wydatków zwiększono plan wydatków Miejskiego

Ośrodka Pomocy Społecznej w Mławie z przeznaczeniem na wypłatę dodatków węglowych w kwocie 7.863.000 zł oraz koszty obsługi zadania w kwocie 43.734 zł.

Najważniejsze informacje dotyczące dodatku węglowego i dodatku z tytułu wykorzystywania niektórych źródeł ciepła przedstawiła podczas sesji, posiłkując się prezentacją multimedialną, Dyrektor Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Mławie Dorota Kaczorek-Magdalińska. Omówiła kwestie związane z podstawami prawnymi, pokazała wzory wniosków



Dorota Kaczorek-Magdalińska omówiła prezentację multimedialną podczas sesji Rady Miasta Mława

oraz wyjaśniła, komu przysługują dodatki i jakie są zasady ich przyznawania, a także poruszyła kwestie weryfikacji wniosków

i prowadzonych w związku z tym kontroli.

Wszystkie te informacje są dostępne w prezentacji zamieszczonej na stronie

WSZYSTKIE INFORMACJE SĄ DOSTĘPNE W PREZENTACJI ZAMIESZCZONEJ NA STRONIE INTERNETOWEJ UM MŁAWA.

internetowej Urzędu Miasta Mława.

Jak poinformowała dyrektor MOPS-u, do 28 września 2022 r. ośrodek

przyjął 2.590 wniosków o wypłatę dodatku węglowego, 1.225 z nich zostało już wprowadzonych do systemu, a rozpatrzone – 1.033.

Urząd Miasta Mława przypomina, że cały czas można składać wnioski o wypłatę dodatku węglowego i dodatku z tytułu wykorzystywania niektórych źródeł ciepła. Formularze są dostępne na stronie internetowej UM Mława. Wnioski są przyjmowane w budynku przy ul. Padlewskiego 13 pok. nr 6 (budynek straży miejskiej, wejście od strony rzeki Seracz).

KN / KSM

REKLAMA

MŁAWA DLA CZYSTEGO POWIETRZA 2022

W ramach realizowanej kampanii pod nazwą „Mława dla czystego powietrza 2022 – akcje edukacyjno-informacyjne” odbyły się cykle spotkań z mieszkańcami, dotyczących dobrych praktyk w zakresie ochrony powietrza, oszczędzania energii i propagowania walki ze smogiem.

Spotkania organizowano m.in. podczas Biesiady Wólcząńskiej na terenie Zespołu Placówek Oświatowych nr 2 w Mławie, pikniku historycznego w parku miejskim i Festiwalu Smaków na terenie Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Mławie. Promowano podczas nich ekologiczny i efektywny sposób palenia w piecach „od góry”; uczono dzieci dbałości o środowisko, zachęcając je do udziału w ekologicznych zabawach edukacyjnych i quizach z nagrodami; prowadzono działania informacyjne nt. przyjętej przez Sejmik Województwa Mazowieckiego uchwały antysmogowej; udzielano porad eksperckich z zakresu ekologii, w tym troski o czyste powietrze. Na spotkaniach były dystrybuowane ulotki i broszury zawierające najważ-

niejsze informacje związane z tematem ochrony powietrza.

Przeprowadzone z udziałem ekspertów spotkania pokazały, że zwiększa się świadomość mieszkańców w zakresie źródeł powstawania zanieczyszczeń powietrza oraz smogu. Największy problem stanowią przestarzałe instalacje grzewcze w domach jednorodzinnych i wielorodzinnych kamienicach. Spora część z nich to tzw. kopciuchy, czyli kotły niskiej klasy. Niestety częstą praktyką jest korzystanie z kiepskiej jakości paliwa, ale również spalanie odpadów komunalnych w piecach.

Dodatkowym, adresowanym do najmłodszych elementem kampanii „Mława dla czystego powietrza 2022 – akcje edukacyjno-informacyjne” był zorganizowany w mławskich szkołach podstawowych konkurs plastyczny pod hasłem „Czyste powietrze oczami naszych dzieci”. Powstały piękne i zaangażowane prace plastyczne, świadczące o dużej wrażliwości młodych twórców na problematykę ochrony środowiska.



Praca konkursowa „Czyste powietrze oczami naszych dzieci”, Jakub Tomczak, SP nr 2

Powietrze, którym oddychamy, to dobro wspólne, za które każdy powinien brać odpowiedzialność. Wszystkich zainteresowanych troską o środowisko zapraszamy na kolejne spotkanie, które odbędzie się 16 października podczas Mławskiego Święta Biegania na stadionie miejskim.



Mazowsze

Mazowsze dla czystego powietrza

Zadanie pn. „Mława dla czystego powietrza 2022 – akcje edukacyjno-informacyjne” współfinansowane ze środków Samorządu Województwa Mazowieckiego

ZAWKRZE, POBORZE I ICH MIESZKAŃCY (CZ. 2.)

Dzisiaj druga i zarazem ostatnia część opowieści O „Zawkrzu, Poborzu i ich mieszkańcach” autorstwa doktora Leszka Arenta, wiceprezesa Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Mławskiej.

Nazwa Poborza nie jest jednoznacznie wyjaśniona. W dziełach historycznych opracowaniach pojawiło się kilka hipotez, próbujących określić jej pochodzenie. Jedni autorzy twierdzili, że jest to część Mazowsza zwana Poborzem albo Poboczem, czyli gruntem z boru wydobytym, po borze powstałym. Inna hipoteza, zupełnie nie trafiona zakładała, że Pobocze bliska jest nazwie Pobodze, więc związana jest z rycerskim herbem Pobóg. Inne zupełnie fantastyczne ludowe etymologie, mówiły o tym, że Poboczanie wzięli nazwę od osiedlenia ich na poboczu, przez księcia mazowieckiego Konrada dla obrony przed Prusami, lub przez króla Władysława Jagiełłę do pilnowania granicy zkrzyżakami, po bitwie pod Grunwaldem.

Właściwe wyjaśnienie nazwy zaproponował Oskar Kolberg, twierdząc, że jak Polesie odnosi się do terenów znajdujących się po wycięciu lasów, bądź Pogórze – to obszar pagórkowaty, Podole – to tereny gdzie znajdują się doły, wąwozy, tak Poborze – to obszar porośnięty borem sosnowym.

POBORZANIE

Cytowany wcześniej Józef Ostaszewski o Poborzu pisze tak: „Wszystkie cechy szlachty mazowieckiej w stopniu skondensowanym można zaobserwować na nieco odrębnej ludności szlacheckich majątków, zaciśniętych w okalającą je pętlę w postaci granicy od czasów krzyżackich z Prusami od strony zachodniej i północnej oraz błot nieprzebranych Orzyca ze wschodniej strony, co razem stanowi zamknięty



Mapa Ziemi Zawkrzeńskiej z zaznaczonymi ośrodkami miejskimi i wiejskimi

korytarz, mający wyjście w stronę Mławy. Nie jest to żadna jednostka terytorialna w sensie administracyjnym i nigdy nią nie była, nie figuruje na żadnej mapie i granice ma nieściśle ustalone ze strony, wolnej od wspomnianej obrazy. Ten teren, a właściwie szlachta, zajmująca go, nosi od wieków nazwę „Poborzan”, a okolica ta określa się jako będąca „na Poborzanach”.

Irena Kotowicz-Borowy podała w jednej ze swoich prac o drobnej szlachcie północnego Mazowsza kilkanaście wersji pochodzenia nazwy Poborze, cytując różne wyjaśnienia na ten temat. W konkluzji stwierdziła, że: „Najbardziej prawdopodobna wydaje się być wersja pochodzenia nazwy Poboże od rodu heraldycznego Pobogów. Teren Poboża na początku XV w., położony wzdłuż granicy z Prusami po stronie zachodniej, zamiesz-

kały był przez rozrodzony ród Pobogów. Pierwotnie nazwa Poboże mogła dotyczyć tylko terenu zamieszkałego przez ród heraldyczny Pobogów isięgać granicy z Zakonem Krzyżackim na wysokości dzisiejszego Miecznikowa-Gołębi do Lekowa Wielkiego. Być może, późniejsze mariaże Pobogów z przedstawicielami rodów heraldycznych Trzasków, Zagrobów, Adwańców spowodowały, że cała parafia Janowiecka otrzymała nazwę Pobożany. Współcześnie ludność pobożańska średniego pokolenia identyfikuje się z określeniem Pobożanie. Młodsze pokolenia nie jest już zorientowane i nie zna tej nazwy.

MAPA ZAWKRZA

Patrząc na mapę Zawkrza warto zastanowić się na rozmieszczeniu ośrodków miejskich tej ziemi. Większość z nich skupio-



Mapa Poborza

na zastała w północno – zachodniej części. Tam najwcześniej lokowane były miasta: najstarszy Szreńsk – prawa miejskie uzyskał w 1383, później Kuczbork – 1384, Radzanów 1400, choć prawdopodobnie istniał już kilkadziesiąt lat wcześniej, Mława – prawa miejskie otrzymała w 1429 roku, Janowiec w 1421 roku, Dłutowo – 1432 roku, Lubowidz – 1446 roku. Cała południowo-wschodnia część Zawkrza pozostała bez większych ośrodków miejskich, nie licząc Niedźborza.

Kim byli ludzie zamieszkujący Ziemię Zawkrzeńską w dawnych czasach?

Ciekawy opis daje Józef Ostaszewski w pracy „Z dziejów mławskiego Mazowsza. Szkic historyczny”, oczywiście współczesnych mu ludzi, ale pewne cechy przez wieki utrwalone, przetrwały do czasów współczesnych autorowi. Nazywa Ostaszewski

byli pozbawieni dążeń do nowości, byli wyjątkowo konserwatywni i niezwykle oporni w korzystaniu z „mody”.

„Właściwie innym stronom barwne stroje ludowe tutaj nigdy nie były znane. Tak dawny strój ludowy, który zanikał już około 100 lat temu, jak stroje szlachty dawne i dzisiejsze są szare, ciemne, granatowe bezbarwne. Porównać można te strony jedynie z Podlasiem, zaludnionych przez tych samych Mazurów”.

I dalej kontynuuje opis Mazurów, tym razem zajmując się ich brakiem zamilowania do muzyki i co z tego wynikało.

„Rozpowszechniona w Polsce skłonność do zabaw, śpiewów, do tańców występuje tu w małym stopniu i spotyka się z surową oceną starszych. Mazur tutejszy jest zupełnie „nie-muzykalny” i żadna melodia rodzima prąsłowiańska nie rozlega się na jego polach. Nauczyciele muzyki i śpiewu w szkołach tutejszych na zalecenie „rozśpiewania” uczniów-Mazurów wybuchają śmiechem z powodu nedoręczności propozycji. W związku z nierozwiniętym poczuciem muzycznym (sic!) istnieje nierozwinięta inteligencja dźwiękowo-językowa. Mazur tutejszy z trudnością przyswaja sobie język literacki i wymowę ogólnopolską, a w mowie jest w ogóle słaby. Już w oddalonej przeszłości łatwo przekreślał wyrazy i tworzył lamigłówki w nazwach, trudne dzisiaj do odcyfrowania.

MAŁO KOLORÓW I MUZYKI

Cytując dalej spostrzeżenia autora na temat ubiorów, możemy dojść do wniosku, że współcześni i pradawni Mazowszanie

MŁODZI NIE ZABIERAJĄ GŁOSU

W dalszej części swojego wywodu o Mazurach opowiada, nie bez złośliwości, o zachowaniu Mazurów

żyjących i mieszkających w konkretnej wsi, znajdującej się w pobliżu Poborzan. „U progu Poborzan jest wieś Załęże o bardzo nędznej piaszczystej ziemi, uboga. „Psy tam szczekają oparte o ścianę, nie mogąc się utrzymać na nogach z wycieńczenia i głodu”. Zamężni mieszkańcy Wieczfn już od wielu pokoleń nazwali tych załężaków „wronami”. Największą satysfakcją przejeżdżającego przez Załęże parobczaka z innej wsi jest i dzisiaj, jak przed laty, przy zachowaniu ostrożności i już na wylocie ze wsi - zaciąć konie i krzyknąć: „kra!”. Wywołuje ten okrzyk obraźliwy i bojowy efekt piorunujący. Obecni załężacy łącznie z dziećmi rzucają się z furją za uciekającym i obrzucają go kamieniami. „Niechybnie nie wypuściliby go żywcem, gdyby nie dobre konie” - twierdzą sąsiedzi. W rodzinie panuje zwyczaj pierwotny, surowy. Tkwi głęboko echo ustroju patriarchalnego panowania hierarchji. (sic!). Wpaja się i przestrzega, żeby starsi szanowali „uczeńszych”, a młodszy starszych. Młodzi przeważnie nie zabierają głosu.

ZATARGI POMIĘDZY OBYWATELAMI

Dalej Józef Ostaszewski odślania jaśniejszą stronę omawianych Mazurów pisząc „Uderzenie wnutę patriotyczną wywołuje wielki oddźwięk i gotowość do ofiar w Mazurze tutejszym, w innych sprawach do decyzji nieskorym”.

Taką postawę potwierdza Władysław Smoleński dodając „Szlachta mazurska dostarczała dzielnych setników do piechoty, rotmistrzów do jazdy lekkiej, słynęła z odwagi i bitności. Lecz z cnotami rycerskimi łączyła wichrowatość umysłu, pochopność do zatargów sąsiedzkich i swywoli (sic!). Nieustannie były zatargi pomiędzy obywatelami wschodnich ziem mazowieckich i podlaskimi, W niektórych

okolicach szlachta jeszcze w XVI wieku oddawała się rozbojem i łupiestwu. Szlachcic mazurski nie rozstawał się poza domem z kijem sękatym, obuchem lub rusznicą. Z najbliższej przyczyny wszczynal bójkę. Wrażliwy na lada uchybienie, na obelgi lub potwarz bronił swojej czci, kalecząc prześladowcę, lub zabijając. Przyrodzoną popędliwość potęgowało w nim piwo, które pochłaniał w wielkiej obfitości. W karczmie z kmieciami, podchmielony, wadził się i bił. Awanturował się na targu z mieszczanami i Żydami. Rąbał współziemian w sądzie i na sejmiku. Zapalczywość swą dawał folę nawet w kościele. W domu miał tysiące okazji (sic!) do nieporozumień z sąsiadami o skibę roli, o pokos łąki, o szkodę w zbożu, pastwisku i ogrodzie. W ciągłych swarach stworzył obfity zasób przekleństw i wymysłów, nabrał rutyny w rozstrzygnięciu pięścią lub kijem. Potrafił znęcać się nad pokonanym przeciwnikiem.

KOBIETY NIE USTĘPOWAŁY MĘŻCZYZNOM

Przedstawiony przez znakomitego historyka szkoły warszawskiej, profesora Uniwersytetu Warszawskiego, obraz Mazura nie odbiega od tego, który zaprezentował historyk amator - Józef Ostaszewski. Mieszkańcy z północnego Mazowsza, również z Ziemi Zawkrzeńskiej byli zapewne bardzo dobrymi żołnierzami, ponieważ ich sposób życia i cechy osobowości świetnie przydawały się na polu walki. W życiu codziennym sprawiali więcej kłopotów, niż mogli uczynić przeciętni mieszkańcy z innych części państwa.

Czy tylko mężczyźni byli w nadmiarze agresywni i skłonni do awantur, kończących się często uszkodzeniem ciała, trwałym kalectwem i nierzadko zgonem w wyniku poważnych obrażeń? Jak zachowywały

się kobiety w tym środowisku, pełnym patriarchalnych pozostałości? Przytoczmy opinię Władysława Smoleńskiego. „W dzikości obyczajów nie ustępowały mężczyznom niewiasty. W r. 1794 doręczono w Grabicach Małych, parafii niedzbarskiej, pozw Maciejowi Pokrzywnickiemu. Pawłowi Gizińskiemu małżonkom ich pracownice Wojciechowi Traczowi izby stanęły przed sądem ziemskim zawkrzeńskim. Pozwani zostali: Tracz, oraz panie: Pokrzywnicka i Gizińska w asystencji (sic!) mężów o> uczynioną gwałtowność przy zakładaniu urzędowego aresztu w dobach Grabienickich Panie te przy pomocy Tracza powitały kładących areszt kijami, dragami, pałami, pobiły ich i poraniły, darły im włosy z głowy, dusiły za gardła, poszarpały odzienie i zelżyły.

DUCHÓW OBRAŻAĆ NIE WOLNO

Byli więc mieszkańcy Ziemi Zawkrzeńskiej obojga płci, równie agresywni jak i niepohamowani w przemocy wobec przeciwników. Nie byli skorzy do porozumienia na drodze wzajemnego zrozumienia i polubownego rozwiązywania problemów, tylko rozstrzygnięcia ich z użyciem siły, często graniczącej z brutalnym znęcaniem. Warto więc zapoznać się z życiem religijnym Mazurów, których nie powstrzymywały zasady wiary chrześcijańskiej wichajdamackim życiu.

Jak kształtowała się ich duchowa sfera życia? Józef Ostaszewski twierdzi, że „Naogół (sic!) Mazur tutejszy wychowywany jest w poszanowaniu dla religji (sic !), obrzędów i tradycji kościelnej. Jednocześnie zachował wiele przesądów, wierzeń i obyczajów o rzeczach nadprzyrodzonych. Przestrzegano więc bezwzględnie zwyczaju, żeby po śmierci członka rodziny odprawiać puste „noce”, zakrywano lustra zasło-

ną, przewracano krzesła, taborety na którym stała trumna wywracano do góry nogami.

Inne zwyczaje stosowano skrupulatnie na wsiach, żeby miski z wodą nie wylewać przed dom po zmierzchu „chodziło o to, żeby po ciemku nie oblać duchów zmarłych, krążących przed domem i po zmierzchu stojących przed drzwiami. Ten fragment kultu przodków sprzed tysiąca lat jest bardzo wymowny. Mówi on: to duchy przodków, bo jakby inne interesowały się właśnie tą rodziną i tym domostwem; bytowanie ich po śmierci jest politowania godne; duchy, jak psy w zamieć, wystają „przed domem, jakby skomlać (słysząc ich czasem...), jakby pełne pretensji: „oto wy żyjecie sobie wygodnie, a nasz los jaki?”. Duchów obrażać nie wolno, gdyż będą się mścić, a mają po temu władzę i siłę, tak jak opiekują się rodziną i sprawują pomyślność”.

POCZUCIE WŁASNEJ GODNOŚCI

Przez wieki kształtowana moralność Mazurów, opierająca się na kulcie przodków, była przez chrześcijaństwo „cywilizowana” i uszlachetniana, wykazała się nadzwyczajną żywotnością i trwałością, przetrwała prawie do połowy XX wieku. Co ciekawe, posłuch i poszanowanie starych obyczajów i osób uznawanych za „uczeńszych” i starszych było silniejsze, niż obawa przed sądami i śledztwami, i w efekcie więzieniem, przed którym można się było ukryć, a nawet piekłem, do którego było daleko.

Czy opisywani wcześniej Poborzan stanowili odrębną podgrupę Zawkrza. Pozytywną odpowiedź daje Józef Kazimierski twierdząc, że „Była to zwarta grupa ludności wojennej zobowiązana do posług militarnych zwana Poborzanami. Z czasem wytworzyła ona własną subkulturę Za-

wkrza. Ludność znana była z kłótniwości, wysokiego poczucia godności i własnej wartości. Przetrwiała tu do naszych czasów”.

Poczucie własnej godności, honoru i co za tym idzie własnej wartości, potwierdza Irena Kotowicz-Borowy, podając jako przykład na wyróżniającą tutejszą szlachtę dumę i nawet próżność, nadawanie dzieciom wyszukanych imion, np. Symplicjusz, Remigiusz, Scholastyka, Cyryl czy Apollonia.

POSZANOWANIA RELIGII I KOŚCIOŁA

Konkludując zachowanie Mazurów Ostaszewski stwierdza „Jeżeli przez kilkanaście lat powojennych można stwierdzić olbrzymie przemiany w zwyczajach i psychice Mazura i zanik stopniowy przesądów i wierzeń, to wparze z tym idzie wyraźny upadek moralności i tradycji rodzinnych, jak poszanowania religii i kościoła”.

Przedstawiony dotychczas obraz życia Poborzan i ogólnie mieszkańców Zawkrza, byłby niepełny, bez zaznaczenia również pozytywnej

strony życia mieszkańców za rzeką Wkrą.

Trzeba również podkreślić, że ludność mazurska była gościnną i na swój sposób uczciwą. Tereny te były praktycznie pozbawione, zamków obronnych, wielkich obiektów pałacowych a dwory mieszkającej tu szlachty były raczej skromne w porównaniu do innych rejonów Rzeczypospolitej.

Jak zanotował Ostaszewski, każde dobre hasło łatwo trafiało do przekonania miejscowej ludności. Człowiek inteligentny i wykształcony był chętnie słuchany i podziwiany. Natomiast hasła i pomysły wywrotowe na pewno nie mogły liczyć na zrozumienie. Mazurzy do obcych i nieznanymi im, nie mieli zrozumienia i zaufania.

Pod tym względem byli bardzo konserwatywni.

Do dzisiaj zachowały się elementy tradycji i sposobu bycia Poborzan, ale tylko wśród starszych ludzi, młodzież, jak podkreśliła Irena Kotowicz-Borowy, poborzańską tradycją mało się interesuje.

Dr Leszek Arent,

wiceprezes Towarzystwa Przyjaciół Ziemi

REKLAMA

WÓJT GMINY RADZANÓW

informuje, że w dniach od 11.10.2022 r. do 02.11.2022 r. na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Gminy w Radzanowie wywieszony jest wykaz nieruchomości wchodzących w skład zasobów Gminy Radzanów przeznaczonych do sprzedaży.

15422otm1-a-M

OGŁOSZENIE O WYWIESZENIU WYKAZU NIERUCHOMOŚCI PRZEZNACZONYCH DO NAJMU

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

Wójt Gminy Wieczfnia Kościelna

informuje, że na okres 21 dni, tj. od 11.10.2022 r. do 31.10.2022 r., na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Gminy Wieczfnia Kościelna oraz na stronie Biuletynu Informacji Publicznej Gminy Wieczfnia Kościelna: ugwieczfnia.bipgmina.pl został wywieszony wykaz nieruchomości przeznaczonych do najmu w trybie bezprzetargowym obejmujący lokale użytkowe z przeznaczeniem na prowadzenie apteki oraz usług medycznych, położone w budynku komunalnym nr 44, usytuowanym na działce nr ewid. 86 w miejscowości Wieczfnia Kościelna.

WÓJT GMINY WIECZFNIA KOŚCIELNA
Mariusz Gębała

37622niwn-a-M

MUSISZ SIĘ ZRELAKSOWAĆ, BY DAĆ KRÓK NAPRZÓD

— NAUCZYŁAM SIĘ, JAK RADZIĆ SOBIE W TRUDNYCH SYTUACJACH. TAK JAK MAŁY KSIĄŻĘ OSWAJA LISA, TAK JA OSWAJAŁAM STRES – MÓWI AGNIESZKA EWALD, FACETKA OD STRESU.

— Pandemia, wojna w Ukrainie, inflacja. Codziennie dostarcza nam coraz więcej stresu. Jak sobie z tym radzimy?

— Stres towarzyszy nam od zawsze. Stresowali się już nasi przodkowie, choć rzeczywiście mniej od nas, żyjących w czasach Doliny Krzemowej. Reakcje na stres są zaprogramowane w naszych mózgach od tysięcy lat i pomagały ludziom przetrwać wtedy, gdy zagrażał im głód albo grasowały tygrysy szablozębne. Osobiście uważam, że stres może być jednak źródłem dobrej energii. Sprawił, że przetrwaliśmy. W sytuacjach zagrożenia mobilizował nas do obrony. Jednak rzeczywiście dziś stres zyskuje na znaczeniu. Już od urodzenia jesteśmy narażeni na szereg bodźców.

— Jakich?

— Rano budzą nas alarmy w telefonach. Już samo słowo „alarm” ma pejoratywne znaczenie. Wciąż jesteśmy online. Mamy w sobie przymus bycia na bieżąco. Wciąż zaglądamy do naszych telefonów, by śledzić najnowsze wiadomości. A to musimy sprawdzić, jak toczą się walki



Agnieszka Ewald, Facetka od stresu: nasi rodzice razem z genami przekazują nam również w spadku sposób radzenia sobie ze stresem. To od tego zależy, czy kiedy pojawia się bodziec stresowy, mobilizujemy się do działania, czy wręcz przeciwnie – działa to na nas destrukcyjnie

w Ukrainie, co się wydarzyło. Karmimy się negatywnymi emocjami, które tym informacjom towarzyszą. Jakby tego było mało, zaglądamy też na profile społecznościowe. A tam śledzimy losy bliższych lub dalszych znajomych, czy też celebrytów żyjących w idealnym świecie. I najczęściej emocją, która pojawia się w takich chwilach, jest

zazdrość. W ten sposób już o godzinie 6.05, wczesnym porankiem, nasz poziom kortyzolu osiąga gigantyczny poziom. I to nie jest tak, że ktoś nam tego stresu dostarczył. Nie, fundujemy go sami, na własne życzenie. Potem jeszcze idziemy budzić dzieci, które muszą wyjść do szkoły, a nie zawsze mają na to ochotę. Nawet śniadanie może być

stresujące. Potem w drodze do pracy stoimy w korkach. Kiedy już w końcu jesteśmy w pracy, jesteśmy zmęczeni i zestresowani. W naszym życiu brakuje balansu.

— Jakie skutki niesie za sobą taka kumulacja stresu?

— Stres potrafi wyrządzić wiele spustoszeń, nie tylko w ciele, ale też w naszych myślach. Choroby



PIJMY WIĘC 8 SZKLANEK WODY DZIENNIE. WYBIERAJMY ŚWIADOME ODŻYWIENIE. JEŚLI NASZ ORGANIZM MA ODPOWIEDNIĄ ILOŚĆ WODY I RUCHU, TO OD RAZU CZUJEMY SIĘ LEPIEJ I JESTEŚMY BARDZIEJ ODPORNI NA BODŹCE STRESOWE Z ZEWNĄTRZ.

somatyczne to zaledwie wierzchołek góry lodowej. Stres powoduje, że mamy przyspieszony oddech, czerwienimy się lub przeciwnie – jesteśmy przeraźliwie bledzi. Cierpimy na biegunki, bóle brzucha, nękają nas napadowe, migrenowe bóle głowy, drżą nam ręce, mamy tiki nerwowe, jękamy się. Mogłabym wymieniać w nieskończoność. Pojawiają się też myśli, które z pewnością są mało wspierające. Mówimy sobie na przykład: „nie nadaję się do tego”, „lepiej nie wychylać się, nie będę próbować”. Do głosu dochodzi nasz wewnętrzny krytyk, który nie pozwala na działanie. Stwierdzamy, że stres nas zabija, co jednak się nie sprawdza.

— A co robi?

— To nie stres zabija, a myślenie o tym, że tak jest. To działa trochę jak samospełniająca się przepowiednia. W dodatku mamy tendencję do ruminacji, czyli do ciągłego przeżywania przeszłości. Pastwimy się nad sobą, rozkładając przeszłe wydarzenia na czynniki pierwsze. Zastanawiamy się nad zachowaniami innych osób i zaczynamy je interpretować w negatywny dla nas sposób. Myślimy na przykład o tym, że ktoś na nas krzywo spojrział i to wpływa na nasze samopoczucie na cały dzień. Aprzecz! To już było, stało się, zapomnijmy o tym. Do tego zamartwiamy się na zapas. Wciąż przeżywamy, co czeka nas w przyszłości i najczęściej rysujemy wszystko w czarnych barwach. Zapominamy o tym, że żyjemy tu i teraz. Bardziej produktywnie i dobrze dla nas byłoby skupienie się na naszej codzienności. By każdego dnia nie zabrakło w nim odpoczynku czy sposobu na naładowanie akumulatorów.

— Stres może być dobry?

— Hans Selye, autor definicji stresu, powiedział, że ten, kto się nie stresuje, ten nie żyje. Wniosek jest taki, że stres jest wszechobecny, tylko musimy nauczyć się z nim żyć. Hans Selye zdefiniował również dwa rodzaje stresu: pozytywny i negatywny. Ten pozytywny dodaje nam skrzydeł, mobilizuje do podejmowania aktywności, powoduje, że chce nam się pokonywać trudności. Jest jeszcze ten zły stres, nazywany distresem. To on najczęściej wywołuje szereg chorób somatycznych. Zły stres jest wtedy, kiedy nie potrafimy sobie poradzić z bodźcami

stresowymi, bądź jesteśmy narażeni na przewlekły stres.

— Są osoby, które są mniej lub bardziej odporne na stres?

— To, w jaki sposób radzimy sobie ze stresem, ma związek z naszą odpornością psychiczną. Mówi się, że nasi rodzice razem z genami przekazują nam również w spadku sposób radzenia sobie ze stresem. To od tego zależy, czy kiedy pojawia się bodziec stresowy, mobilizujemy się do działania, czy wręcz przeciwnie – działa to na nas destrukcyjnie. Rzeczywiście jest tak, że niektórzy z nas potrafią szybko otrząsnąć się po negatywnych przeżyciach, a inni nie. Pokazała to też pandemia. Kiedy nastąpił lockdown, część przedsiębiorców zamknęła swoje działalności. Inni postanowili wymyślić rozwiązanie, które pomoże im przetrwać ten trudny czas, zmieniając zakres swojej działalności. Obecnie wielu z nas bardzo przeżywa wojnę w Ukrainie. Tutaj ogromną rolę pełnią optymiści, którzy są w takich sytuacjach bardzo potrzebni. Oni nie przejmują się na zapas, a starają się kreować rozwiązanie adekwatne do tego, co dzieje się dziś, teraz.

— Ależ my, Polacy, uwielbiamy się zamartwiać. Co więcej, nie potrafimy też odpoczywać. Większość z nas została wychowana w kuli pracy. Kiedy odpoczywamy czujemy, że robimy coś złego, bo przecież trzeba ciągle coś robić, bo w innym wypadku jesteśmy mniej wartościowi.

— Oczywiście, że niejednokrotnie kierują nami życiowe skrypty. To też słowa-klucze, które są nam przekazywane w procesie wychowania, na przykład „odpocznę na emeryturze”, „nienierobienie to strata czasu”. Niektórzy idą nawet o krok dalej i mówią, że „odpocznę po śmierci”. Rzeczywiście, my Polacy, jesteśmy tak zaprogramo-

wani, że musimy być wciąż aktywne. Z mojej perspektywy oceniam, że to nie jest dobre. Nie możemy wечно pracować, bo w naszym życiu ważny jest podział na pracę i odpoczynek. Tylko w ten sposób będziemy w stanie funkcjonować. Sama też nie potrafiłam odpoczywać. Jednak umiejętności odpoczywania można się nauczyć. Mam w swojej pracy zawodowej taki cel: uczyć ludzi odpoczynku, bez wyrzutów sumienia.

— No właśnie, bo nagle może pojawić się myśl, że ktoś nas oceni i powie: a ty tylko ciągle leżysz.

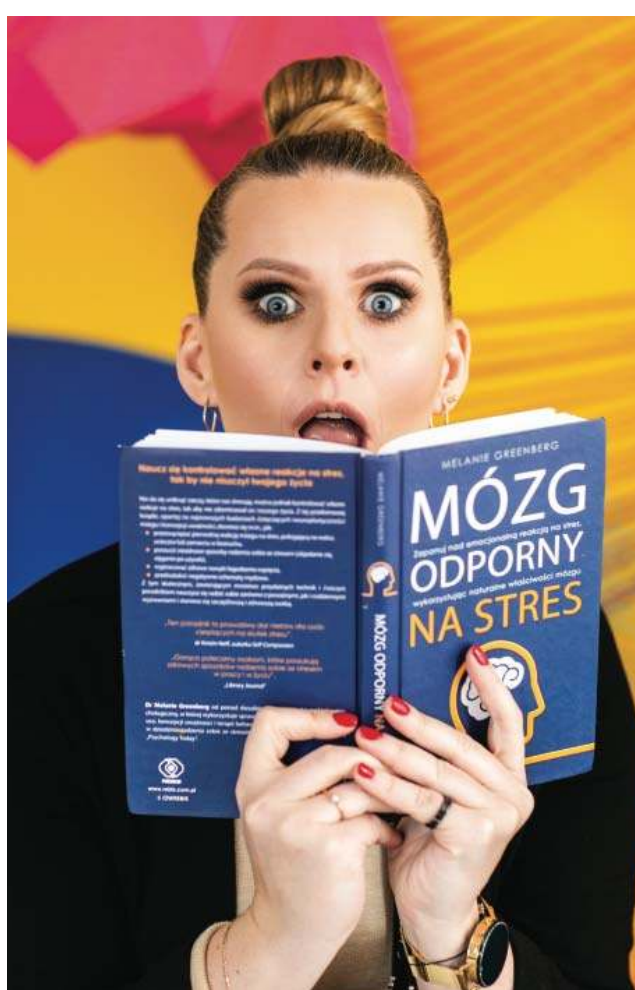
— Ależ to właśnie ten moment leżenia, czyli nienierobienia jest niezwykle ważny. Leżę, bo regeneruję swoje życiowe akumulatory, by mieć siłę, by przeciwstawić się trudnościom.

— A nie jest tak, że to kobiety częściej nie potrafią odpoczywać?

— Tak, i to kobiety, kiedy w końcu pozwolą sobie na wytchnienie, częściej mają wyrzuty sumienia. Zaraz pojawiają się u nich myśli, co jest jeszcze do zrobienia – muszę zrobić zakupy, nastawić pranie, przygotować dziecko do szkoły. Wszystkie obowiązki bierzemy na siebie, nie potrafimy umiejętnie delegować zadań. Kobiety to takie „Zosie Samosie”, które uważają, że wszystko zrobią najlepiej. Jesteśmy perfekcjonistkami. Kiedy dziecko posprząta samodzielnie, to je poprawiamy, bo to przecież my robimy to najlepiej.

— A jak ze stresem i odpoczynkiem radzi Facetka od stresu?

— Przeżyłam mnóstwo stresujących sytuacji. Jednak nadszedł taki moment, kiedy postanowiłam zrobić ze stresu swojego sprzymierzeńca. Ja już się tego nauczyłam i teraz uczę innych, jak sobie radzić z tymi trudnymi sytuacjami. Tak jak Mały Książę oswaja lisa, tak ja oswajam stres. Dziś jestem bardziej uważna na to, co mówi mi mój orga-



nizm. Kiedy zaczyna dawać sygnały, że jest przeciążony, potrafię odpuścić. Wiem, że kiedy nie będę wypoczęta, będę mniej efektywna. Nie wypoczęty mózg oznacza jedno – nicy z efektywności.

— W czasie ostatniego seminarium, które odbyło się w Olsztynie – „(P)obudź swój mózg, czyli o o rozwoju osobistym w oparciu o aktywność” mówiłaś o tym, że stres dosłownie zabija komórki mózgowe. Co oznacza jedno – możemy mieć trudności z przyswajaniem wiedzy.

— Badania pokazują niekorzystny wpływ stresu na proces uczenia się. Stres powoduje uwalnianie hormonów, które wpływają niekorzystnie na działanie synaps i neuronów, co skutkuje obniżeniem naszych możliwości poznawczych, zwłaszcza w zakresie rozumienia, zapamiętywania i przypominania sobie materiału.

— Jak z tym poradzić? Co może być naszą bronią w walce ze stresem?



EKSPERCI OD CIAŁA MÓWIĄ O 10 TYSIĄCACH KROKÓW. JA MÓWIĘ: WYBIERZMY 8 TYSIĘCY KROKÓW.

— Mam taką ulubioną definicję: „stres to życie bez relaksacji”. Daniel Siegel zbadał i opisał, jak działa nasz organizm i stworzył tzw. model regulacji, który podzielił na cztery strefy: żółtą, zieloną, czerwoną i niebieską. W strefie żółtej organizm człowieka jest w stanie relaksu i odpoczynku. Abyśmy mieli siłę do radzenia sobie z różnymi wyzwaniami, ważny jest sen. Badania pokazują, że optymalny czas snu oso-

by dorosłej wynosi osiem godzin. To jest gwarancją regeneracji naszych organizmów. Kiedy jesteśmy wyspani, lepiej radzimy sobie z sytuacjami stresowymi. To są naprawdę bardzo proste rzeczy. To może być również świadomy oddech. Kiedy stresujemy się, nasz oddech staje się przyspieszony, nierówny. Wystarczy, że weźmiemy głęboki oddech przez nos, zamkniemy oczy, policzymy do siedmiu, a następnie wypuścimy powietrze, również przez nos, i policzymy do jedenastu. Takie ćwiczenie możemy powtórzyć kilka razy. To sprawi, że poczujemy się wyciszeni, spokojniejsi. Możemy zastosować wizualizację. Nawet w pracy możemy na chwilę zamknąć oczy i pomyśleć, że jesteśmy w miejscu, które nas uspokaja, relaksuje, gdzie było nam dobrze. To może być progresywna relaksacja mięśni metodą Jacobsona.

— Na czym polega?

— To jedna z najbardziej znanych technik relaksacyjnych. Trening Jacobsona polega na tym, by wykonując określone ruchy kolejno napinać, a następnie rozluźniać określone grupy mięśni naszego organizmu. Jacobson twierdził, że rozluźnione ciało to spokojniejsza głowa. Czasem możemy po prostu obejrzeć śmieszne filmiki ze zwierzakami, których tysiące możemy znaleźć w Internecie. Śmiech też może być sposobem na rozładowanie stresu.

— Mówi się też, że lepiej radzimy sobie ze stresem, kiedy więcej się ruszamy.

— Sport, ruch jest bardzo ważny. Podczas treningu uwalniamy endorfiny i blokujemy wyrzut kortyzolu, czyli hormonu stresu. Nie musimy od razu zapisywać się na siłownię, wystarczy zwykły spacer. To są proste rzeczy, które mają ogromny wpływ na nasz dobrostan. Jesteśmy społeczeństwem „krzeselkowym”. W ciągu dnia, w pracy, siedzimy

przed komputerami. Potem, wracając do domu, wybieramy kanapę. Siedzimy i oglądamy seriale. Warto wiedzieć, że najlepszym sposobem na stres jest ruch. Światowa Organizacja Zdrowia mówi, że dla zdrowia powinniśmy przejść około sześciu tysięcy kroków dziennie. Eksperci od ciała mówią o 10 tysiącach kroków. Ja mówię: wybierzmy 8 tysięcy kroków. Oczywiście, nie musi to być taki rodzaj aktywności. To może być taniec, basen, jazda na rowerze. Pamiętajmy jednak, że musi to być rodzaj ruchu bliski naszej naturze. W innym wypadku szybko zrezygnujemy. Musimy również pić dużo wody. Jeżeli nasz organizm jest odwodniony, to jesteśmy bardziej narażeni na uboczne skutki stresu. Pijmy więc 8 szklanek wody dziennie. Wybierajmy świadome odżywianie. Jeśli nasz organizm ma odpowiednią ilość wody i ruchu, to od razu czujemy się lepiej i jesteśmy bardziej odporni na bodźce stresowe z zewnątrz, na które jesteśmy narażeni każdego dnia.

— No dobrze, ale żeby to wszystko dostrzec, musimy w końcu zatrzymać się. Czy często dzieje się tak pod wpływem trudnych, przetłomionych chwil w naszym życiu?

— Oczywiście, ale jednocześnie w wielu przypadkach to wiele osób z naszego życia nie pozwala nam się zatrzymać. Myślę też, że jeśli do kalendarza wpisujemy wszystko to, co musimy zrobić, to musimy wpisać do niego odpoczynek. To właśnie wspomniany wcześniej Jacobson napisał świetną książkę „You must relax”, czyli dosłownie: „Ty musisz się zrelaksować”. Nie lubimy, kiedy ktoś nam rozkazuje, ale ja pod tym przesłaniem podpisuję się obiema rękami. Jeśli nie zrelaksujemy się, prędzej czy później o odpoczynek zapomni nasz organizm, który zachoruje.

Katarzyna Janków-Mazurkiewicz

ZAWIADOMIENIE WOJEWODY MAZOWIECKIEGO

Na podstawie 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 2022 r., poz. 176) zawiadamia się, że w dniu 10 sierpnia 2022 r. zostało wszczęte postępowanie w sprawie zezwolenia na realizację inwestycji drogowej pn. „**Budowa drogi wojewódzkiej klasy G – zachodniej obwodnicy Mławy na odcinku między ulicą Gdyńską a nowo projektowaną drogą krajową S7**”.

Inwestorem przedsięwzięcia jest Zarząd Województwa Mazowieckiego, ul. Jagiellońska 26, 03-719 Warszawa, reprezentowany przez Mazowiecki Zarząd Dróg Wojewódzkich w Warszawie, ul. Mazowiecka 14, 00-048 Warszawa.

Inwestycja zlokalizowana jest na terenie gmin: miasto Mława, Lipowiec Kościelny, Wiśniewo w powiecie mławskim, województwo mazowieckie.

Działki usytuowania obiektu:

– **nieruchomości objęte inwestycją:**

gmina m. Mława:

obręb 0010 m. Mława: działki nr ewidencyjny: 1036, 1080/10, 1092, 1093, 1094/1, 1094/2, 1094/3, 1094/6, 1095, 1096, 1097/2, 1098, 1099/5, 1101/2, 1102/2, 1116/1, 1116/2, 1117, 1138, 1139, 1223, 1349, 1350, 1351, 1362/1, 1362/3, 1382/1, 1383, 1384, 1492, 1512/1, 1512/2, 1515/2, 1517/2, 1518, 1519/1, 1520/4, 1520/6, 1520/7, 1520/8, 1521, 1522, 1523, 1526, 1527, 1528, 1529, 1530, 1532, 1538, 1539, 1540/1, 1540/2, 1541, 1542, 1543/2, 1543/3, 1543/4, 1544, 1545, 1546, 1547/2, 1548/2, 1554, 1555, 1556, 1557, 1558, 1559, 1560, 1561/1, 1561/2, 1562, 1565, 1571/1, 1571/2, 1572/1, 1572/2, 1573/1, 1573/2, 1574, 1575/1, 1575/2, 1576/63, 1576/75, 1576/141, 1576/142, 1576/165, 4441, 4451,

obręb 0011 Mława Scalenie: działki nr ewidencyjny: 46/3, 47/3, 48/2, 48/3, 49/2, 50/1, 50/2, 51/1, 51/2, 52, 53/2, 53/3, 53/4, 53/5, 54, 55, 56, 57/1, 57/2, 58/32, 58/2, 58/3, 59/1, 59/2, 59/3, 60/1, 60/2, 61/1, 61/2, 61/3, 62/2, 62/3, 62/5, 62/6, 63/1, 63/3, 63/4, 63/13, 63/20, 64/3, 64/4, 64/5, 64/6, 64/7, 64/8, 65/2, 65/3, 65/4, 65/5, 66, 71, 72/5, 73/3, 73/5, 73/7, 73/23, 74/14, 80, 83, 84/1, 84/3, 84/4, 88, 89, 90/2, 90/3, 90/4, 90/5, 90/8, 90/9, 90/10, 90/12, 90/13, 91, 92/1, 100, 101, 121, 122, 126, 127, 128, 129, 130, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 137, 163, 164, 165, 166, 167, 168, 169, 170, 172/1, 172/2, 175, 176, 177, 196, 197, 198, 516, 1406/2, 1406/3, 1407/5, 9077,

gmina Lipowiec Kościelny:

obręb 0008 Łomia: działki nr ewidencyjny: 97, 224/2, 224/4, 224/5, 224/15, 224/17, 224/18, 224/19, 225/2, 225/4, 225/5, 225/13, 225/14, 225/15, 225/16, 225/17, 225/18, 225/19, 225/27, 225/28, 225/29, 225/53, 286/2, 288/2, 292, 293/1, 293/2, 294, 297/1, 298/1, 298/4, 299/13, 299/14, 299/17, 299/18, 299/19, 299/20, 299/22, 299/23, 302/2, 303/4, 304/6, 304/7, 305/4, 306/12, 307/14, 328, 329, 330/1, 338/2,

gmina Wiśniewo:

obręb 0009 Modła: działki nr ewidencyjny: 63/2, 63/4, 63/5, 63/6, 64/2, 64/4, 64/5, 64/6, 104/1, 104/2, 218/9, 218/15, 218/16, 218/17, 218/18, 219/1, 220, 221/2, 222/6, 225, 226/8, 227/1, 240, 242/1, 257, 258, 259, 288/1, 297/1, 297/3, 297/4, 297/5, 298

obręb 0011 Otocznia Stara: działki nr ewidencyjny: 12/3, 12/12, 13/6, 13/7, 13/8, 13/9, 13/10, 13/11, 14/3, 14/4, 14/5, 15/1, 19/1, 19/2, 37/1, 37/2, 38/1, 38/2, 39, 40, 41, 45, 48/2, 48/4, 59/1, 59/2, 61/1, 61/3, 62/2, 63/1, 63/2, 64/1, 64/2, 323,

– **działki po podziale (pogrubionym drukiem działki w liniach rozgraniczających pas drogowy)**

gmina m. Mława:

obręb 0010 m. Mława: działki nr ewidencyjny: 1092 (1092/4, **1092/3, 1092/1, 1092/2**), 1093 (1093/4, 1093/5, 1093/6, **1093/2, 1093/3, 1093/1**), 1094/1 (1094/8, **1094/7**), 1094/6 (1094/11, 1094/12, **1094/10, 1094/9**), 1095 (1095/3, 1095/4, **1095/2, 1095/1**), 1096 (1096/3, 1096/4, **1096/2, 1096/1**), 1097/2 (1097/5, 1097/6, **1097/4, 1097/3**), 1098 (1098/3, **1098/2, 1098/1**), 1099/5 (1099/7, 1099/8, **1099/6**), 1101/2 (1101/4, 1101/5, **1101/3**), 1102/2 (1102/4, **1102/3**), 1116/1 (1116/4, **1116/3**), 1116/2 (1116/6, 1116/7, **1116/5**), 1117 (1117/2, **1117/1**), 1138 (1138/2, **1138/1**), 1139 (1139/2, **1139/1**), 1223 (1223/2, 1223/3, **1223/1**), 1349 (1349/4, 1349/5, **1349/2, 1349/3, 1349/1**), 1350 (1350/3, 1350/4, **1350/2, 1350/1**), 1351 (1351/2, **1351/1**), 1362/1 (1362/5, 1362/6, **1362/4**), 1362/3 (1362/8, **1362/7**), 1382/1 (1382/6, **1382/5**), 1383 (1383/2, **1383/1**), 1384 (1384/2, 1384/3, **1384/1**), 1492 (1492/3, 1492/4, **1492/2, 1492/1**), 1515/2 (1515/4, **1515/3**), 1519/1 (1519/5, **1519/4**), 1520/4 (1520/11, **1520/10, 1520/9**), 1520/6 (1520/14, 1520/15, **1520/13, 1520/12**), 1520/7 (1520/16, 1520/17), 1521 (1521/3, 1521/4, **1521/2, 1521/1**), 1522 (1522/3, 1522/4, **1522/2, 1522/1**), 1523 (1523/3, 1523/4, **1523/2, 1523/1**), 1528 (1528/3, **1528/2, 1528/1**), 1529 (1529/2, **1529/1**), 1538 (1538/3, 1538/4, **1538/2, 1538/1**), 1539 (1539/3, 1539/4, **1539/2, 1539/1**), 1540/1 (1540/5, 1540/6, **1540/4, 1540/3**), 1541 (1541/3, 1541/4, **1541/2, 1541/1**), 1542 (1542/3, 1542/4, **1542/2, 1542/1**), 1543/2 (1543/7, 1543/8, **1543/6, 1543/5**), 1543/3 (1543/11, **1543/10, 1543/9**), 1543/4 (1543/13, **1543/12**), 1544 (1544/2, **1544/1**), 1546 (1546/4, 1546/5, **1546/2, 1546/3, 1546/1**), 1547/2 (1547/5, **1547/4, 1547/3**), 1548/2 (1548/4, **1548/3**), 1554 (1554/2, **1554/1**), 1555 (1555/2, **1555/1**), 1556 (1556/3, **1556/2, 1556/1**), 1557 (1557/4, 1557/5, **1557/2, 1557/1, 1557/3**), 1558 (1558/3, 1558/4, **1558/2, 1558/1**), 1559 (1559/4, 1559/5, **1559/2, 1559/1, 1559/3**), 1560 (1560/3, 1560/4, **1560/2, 1560/1**), 1561/1 (1561/4, **1561/3**), 1561/2 (1561/7, 1561/8, **1561/6, 1561/5**), 1562 (1562/3, **1562/2, 1562/1**), 1571/1 (1571/5, **1571/4, 1571/3**), 1576/63 (1576/183, **1576/182**), 1576/75 (1576/186, **1576/185**), 1576/142 (1576/188, **1576/187**), 4441 (4441/2, 4441/3, **4441/1**),

obręb 0011 Mława Scalenie: działki nr ewidencyjny: 49/2 (49/5, **49/4**), 50/1 (50/7, **50/6**), 50/2 (50/5, **50/4**), 51/1 (51/12, 51/13, **51/10, 51/11**), 51/2 (51/16, **51/14, 51/15**), 52 (52/3, 52/4, **52/1, 52/2**), 53/2 (53/16, 53/17, **53/15**), 53/3 (53/7, **53/6**), 53/4 (53/10, **53/9**), 53/5 (53/13, 53/14, **53/11, 53/12**), 54 (54/3, 54/4, **54/1, 54/2**), 55 (55/2, **55/1**), 56 (56/2, **56/1**), 57/1 (57/8, 57/9, **57/7**), 57/2 (57/6, **57/5**), 58/32 (58/13, 58/14, **58/11, 58/12**), 58/2 (58/16, 58/17, **58/15**), 58/3 (58/9, **58/8**), 59/2 (59/11, **59/10, 59/9**), 59/3 (59/8, **59/7, 59/6**), 60/1 (60/5, **60/4, 60/3**), 60/2 (60/8, **60/7, 60/6**), 61/2 (61/5, **61/4**), 61/3 (61/8, **61/7, 61/6**), 62/2 (62/8, **62/7**), 62/3 (62/17, **62/16, 62/15**), 62/5 (62/14, **62/13**), 62/6 (62/12, **62/11**), 63/3 (63/26, **63/25**), 63/4 (63/21, **63/22**), 63/13 (63/24, **63/23**), 63/20 (63/28, **63/27**), 64/3 (64/16, **64/15**), 64/4 (64/9, **64/10**), 64/6 (64/12, **64/11**), 64/7 (64/13, **64/14**), 65/2 (65/12, **65/9, 65/10, 65/11, 65/8**), 65/3 (65/15, **65/14, 65/13**), 65/4 (65/17, **65/16**), 66 (66/2, 66/3, **66/1**), 72/5 (72/12, 72/13, **72/10, 72/11, 72/9**), 73/3 (73/25, **73/24**), 73/7 (73/27, **73/26**), 74/14 (74/25, 74/26, **74/24**), 84/1 (84/6, **84/5**), 88 (88/2, **88/1**), 89, 90/9 (90/15, **90/14**), 90/10 (90/17, **90/16**), 90/12 (90/19, **90/18**), 90/13 (90/21, **90/20**), 92/1 (92/3, **92/2**), 100 (100/2, 100/3, **100/1**), 101 (101/2, **101/1**), 121 (121/2, **121/1**), 122 (122/2, 122/3, **122/1**), 126 (126/2, 126/3, **126/1**), 127 (127/2, 127/3, **127/1**), 128 (128/2, 128/3, **128/1**), 129 (129/2, 129/3, **129/1**), 130 (130/2, 130/3, **130/1**), 131 (131/2, 131/3, **131/1**), 132 (132/2, 132/3, **132/1**), 133 (133/2, 133/3, **133/1**), 134 (134/2, **134/3, 134/1**), 135 (135/2, 135/3, **135/1**), 136 (136/2, 136/3, **136/1**), 137 (137/2, 137/3, **137/1**), 163 (163/2, **163/1**), 164 (164/2, **164/1**), 165 (165/2, **165/1**), 166 (166/2, **166/1**), 167 (167/2, **167/1**), 168 (168/2, **168/1**), 169 (169/2, **169/1**), 170 (170/2, **170/1**), 172/1 (172/4, **172/3**), 172/2 (172/6, **172/5**), 176 (176/3, **176/2, 176/1**), 177 (177/2, **177/1**), 197 (197/3, **197/2, 197/1**), 198 (**198/2, 198/1**), 516 (516/2, **516/1**),

gmina Lipowiec Kościelny:

obręb 0008 Łomia: działki nr ewidencyjny: 97 (97/3, 97/4, **97/2, 97/1**), 224/4 (224/40, **224/39, 224/38**), 224/5 (**224/42, 224/41**), 224/17 (224/44, **224/43**), 224/18 (224/48, **224/47, 224/45, 224/46**), 224/19 (224/50, **224/49**), 225/2 (225/33, **225/32, 225/31**), 225/4 (225/35, **225/34**), 225/13 (225/37, **225/36**), 225/14 (225/39, **225/38**), 225/16 (225/41, **225/40**), 225/17 (225/43, **225/42**), 225/18 (225/46, **225/44, 225/45**), 225/27 (225/48, **225/47**), 225/28 (225/50, **225/49**), 225/29 (225/61, **225/59, 225/60, 225/58**), 225/53 (225/56, **225/55**), 286/2 (286/4, **286/3**), 288/2 (288/10, 288/11, **288/9, 288/8**), 292 (292/2, 292/3, **292/1**), 293/1 (293/4, 293/5, **293/3**), 293/2 (293/7, 293/8, **293/6**), 294 (294/2, 294/3, **294/1**), 299/13 (299/25, **299/24**), 299/17 (299/28, **299/27, 299/26**), 299/18 (299/31, **299/30, 299/29**), 299/20 (299/34, 299/35, **299/33, 299/32**), 302/2 (302/5, 302/6, **302/4, 302/3**), 303/4 (303/7, 303/8, **303/6, 303/5**), 304/6 (304/10, **304/9, 304/8**), 304/7 (304/12, **304/11**), 305/4 (305/7, 305/8, **305/6, 305/5**), 306/12 (306/15, 306/16, **306/14, 306/13**), 307/14 (307/17, 307/18, **307/16, 307/15**), 338/2 (338/5, **338/4, 338/3**)

gmina Wiśniewo:

obręb 0009 Modła: działki nr ewidencyjny: 63/2 (63/8, **63/7**), 64/2 (64/8, **64/7**), 218/9 (218/29, **218/28**), 218/15 (218/31, **218/30**), 219/1 (219/3, **219/2**), 220 (220/2, **220/1**), 221/2 (221/6, **221/5**), 222/6 (222/8, **222/7**), 225 (225/2, **225/1**), 226/8 (226/10, **226/9**), 227/1 (227/4, **227/3**), 242/1 (242/5, 242/6, **242/4**), 258 (258/2, **258/1**), 259 (259/2, **259/1**), 288/1 (288/3, **288/2**), 297/1 (297/7, **297/6**),

obręb 0011 Otocznia Stara: działki nr ewidencyjny: 12/3 (12/9, **12/8, 12/7**), 12/12 (12/6, **12/5, 12/4**), 13/6 (13/13, 13/14, **13/12**), 13/8 (13/16, **13/15**), 13/9 (13/18, **13/17**), 13/11 (13/22, **13/21**), 14/3 (14/8, **14/7**), 14/5 (14/10, 14/11, **14/9**), 19/2 (19/4, 19/5, **19/3**), 37/1 (37/6, **37/4, 37/5, 37/3**), 38/1 (38/6, **38/4, 38/5, 38/3**), 39 (39/4, **39/2, 39/3, 39/1**), 40 (40/3, **40/2, 40/1**), 41 (41/3, **41/2, 41/1**), 45 (45/4, **45/2, 45/3, 45/1**), 48/2 (48/6, **48/5**), 59/1 (59/10, **59/7, 59/8, 59/6, 59/9**), 59/2 (59/11, **59/4, 59/5, 59/3**), 61/1 (61/8, **61/7, 61/5, 61/6**), 62/2 (62/7, 62/8, **62/5, 62/6, 62/4**), 63/2 (63/7, 63/8, **63/5, 63/6, 63/4**), 64/2 (64/5, **64/4, 64/3**),

– **działki w liniach rozgraniczających (w projektowanym pasie drogowym drogi wojewódzkiej), pogrubionym drukiem przeznaczone do przejęcia pod inwestycję na rzecz właściwej jednostki samorządu terytorialnego tj. Województwa Mazowieckiego:**

gmina m. Mława:

obręb 0010 m. Mława: działki nr ewidencyjny: 1092 (1092/4, **1092/3, 1092/1, 1092/2**), 1093 (1093/4, 1093/5, 1093/6, **1093/2, 1093/3, 1093/1**), 1094/1 (1094/8, **1094/7**), 1094/6 (1094/11, 1094/12, **1094/10, 1094/9**), 1095 (1095/3, 1095/4, **1095/2, 1095/1**), 1096 (1096/3, 1096/4, **1096/2, 1096/1**), 1097/2 (1097/5, 1097/6, **1097/4, 1097/3**), 1098 (1098/3, **1098/2, 1098/1**), 1099/5 (1099/7, 1099/8, **1099/6**), 1101/2 (1101/4, 1101/5, **1101/3**), 1102/2 (1102/4, **1102/3**), 1116/1 (1116/4, **1116/3**), 1116/2 (1116/6, 1116/7, **1116/5**), 1117

(1117/2, **1117/1**), 1138 (1138/2, **1138/1**), 1139 (1139/2, **1139/1**), 1223 (1223/2, 1223/3, **1223/1**), 1349 (1349/4, 1349/5, **1349/2, 1349/3, 1349/1**), 1350 (1350/3, 1350/4, **1350/2, 1350/1**), 1351 (1351/2, **1351/1**), 1362/1 (1362/5, 1362/6, **1362/4**), 1362/3 (1362/8, **1362/7**), 1382/1 (1382/6, **1382/5**), 1383 (1383/2, **1383/1**), 1384 (1384/2, 1384/3, **1384/1**), 1492 (1492/3, 1492/4, **1492/2, 1492/1**), 1515/2 (1515/4, **1515/3**), 1519/1 (1519/5, **1519/4**), 1520/4 (1520/11, **1520/10, 1520/9**), 1520/6 (1520/14, 1520/15, **1520/13, 1520/12**), 1520/7 (**1520/16, 1520/17**), 1520/8, 1521 (1521/3, 1521/4, **1521/2, 1521/1**), 1522 (1522/3, 1522/4, **1522/2, 1522/1**), 1523 (1523/3, 1523/4, **1523/2, 1523/1**), 1528 (1528/3, **1528/2, 1528/1**), 1529 (1529/2, **1529/1**), 1538 (1538/3, 1538/4, **1538/2, 1538/1**), 1539 (1539/3, 1539/4, **1539/2, 1539/1**), 1540/1 (1540/5, 1540/6, **1540/4, 1540/3**), 1541 (1541/3, 1541/4, **1541/2, 1541/1**), 1542 (1542/3, 1542/4, **1542/2, 1542/1**), 1543/2 (1543/7, 1543/8, **1543/6, 1543/5**), 1543/3 (1543/11, **1543/10, 1543/9**), 1543/4 (1543/13, **1543/12**), 1544 (1544/2, **1544/1**), 1546 (1546/4, 1546/5, **1546/2, 1546/3, 1546/1**), 1547/2 (1547/5, **1547/4, 1547/3**), 1548/2 (1548/4, **1548/3**), 1554 (1554/2, **1554/1**), 1555 (1555/2, **1555/1**), 1556 (1556/3, **1556/2, 1556/1**), 1557 (1557/4, 1557/5, **1557/2, 1557/1, 1557/3**), 1558 (1558/3, 1558/4, **1558/2, 1558/1**), 1559 (1559/4, 1559/5, **1559/2, 1559/1, 1559/3**), 1560 (1560/3, 1560/4, **1560/2, 1560/1**), 1561/1 (1561/4, **1561/3**), 1561/2 (1561/7, 1561/8, **1561/6, 1561/5**), 1562 (1562/3, **1562/2, 1562/1**), 1571/1 (1571/5, **1571/4, 1571/3**), 1571/2, 1576/63 (1576/183, **1576/182**), 1576/75 (1576/186, **1576/185**), 1576/142 (1576/188, **1576/187**), 4441 (4441/2, 4441/3, **4441/1**),

obręb 0011 Mława Scalenie: działki nr ewidencyjny: 48/2, 49/2 (49/5, **49/4**), 50/1 (50/7, **50/6**), 50/2 (50/5, **50/4**), 51/1 (51/12, 51/13, **51/10, 51/11**), 51/2 (51/16, **51/14, 51/15**), 52 (52/3, 52/4, **52/1, 52/2**), 53/2 (53/16, 53/17, **53/15**), 53/3 (53/7, **53/6**), 53/4 (53/10, **53/9**), 53/5 (53/13, 53/14, **53/11, 53/12**), 54 (54/3, 54/4, **54/1, 54/2**), 55 (55/2, **55/1**), 56 (56/2, **56/1**), 57/1 (57/8, 57/9, **57/7**), 57/2 (57/6, **57/5**), 58/32 (58/13, 58/14, **58/11, 58/12**), 58/2 (58/16, 58/17, **58/15**), 58/3 (58/9, **58/8**), 59/2 (59/11, **59/10, 59/9**), 59/3 (59/8, **59/7, 59/6**), 60/1 (60/5, **60/4, 60/3**), 60/2 (60/8, **60/7, 60/6**), 61/2 (**61/5, 61/4**), 61/3 (61/8, **61/7, 61/6**), 62/2 (**62/8, 62/7**), 62/3 (62/17, **62/16, 62/15**), 62/5 (62/14, **62/13**), 62/6 (62/12, **62/11**), 63/3 (63/26, **63/25**), 63/4 (**63/21, 63/22**), 63/13 (63/24, **63/23**), 63/20 (63/28, **63/27**), 64/3 (64/16, **64/15**), 64/4 (**64/9, 64/10**), 64/6 (64/12, **64/11**), 64/7 (**64/13, 64/14**), 65/2 (65/12, **65/9, 65/10, 65/11, 65/8**), 65/3 (65/15, **65/14, 65/13**), 65/4 (65/17, **65/16**), 66 (66/2, 66/3, **66/1**), 72/5 (72/12, 72/13, **72/10, 72/11, 72/9**), 73/3 (73/25, **73/24**), 73/5, 73/7 (73/27, **73/26**), 74/14 (74/25, 74/26, **74/24**), 84/1 (84/6, **84/5**), 88 (88/2, **88/1**), 89, 90/9 (90/15, **90/14**), 90/10 (90/17, **90/16**), 90/12 (90/19, **90/18**), 90/13 (90/21, **90/20**), 92/1 (92/3, **92/2**), 100 (100/2, 100/3, **100/1**), 101 (101/2, **101/1**), 121 (121/2, **121/1**), 122 (122/2, 122/3, **122/1**), 126 (126/2, 126/3, **126/1**), 127 (127/2, 127/3, **127/1**), 128 (128/2, 128/3, **128/1**), 129 (129/2, 129/3, **129/1**), 130 (130/2, 130/3, **130/1**), 131 (131/2, 131/3, **131/1**), 132 (132/2, 132/3, **132/1**), 133 (133/2, 133/3, **133/1**), 134 (134/2, **134/3, 134/1**), 135 (135/2, 135/3, **135/1**), 136 (136/2, 136/3, **136/1**), 137 (137/2, 137/3, **137/1**), 163 (163/2, **163/1**), 164 (164/2, **164/1**), 165 (165/2, **165/1**), 166 (166/2, **166/1**), 167 (167/2, **167/1**), 168 (168/2, **168/1**), 169 (169/2, **169/1**), 170 (170/2, **170/1**), 172/1 (172/4, **172/3**), 172/2 (172/6, **172/5**), 176 (176/3, **176/2, 176/1**), 177 (177/2, **177/1**), 197 (197/3, **197/2, 197/1**), 198 (**198/2, 198/1**), 516 (516/2, **516/1**), 1406/2, 9077 (9077/2, 9077/1),

gmina Lipowiec Kościelny:

obręb 0008 Łomia: działki nr ewidencyjny: 97 (97/3, 97/4, **97/2, 97/1**), 224/4 (224/40, **224/39, 224/38**), 224/5 (**224/42, 224/41**), 224/17 (224/44, **224/43**), 224/18 (224/48, **224/47, 224/45, 224/46**), 224/19 (224/50, **224/49**), 225/2 (225/33, **225/32, 225/31**), 225/4 (225/35, **225/34**), 225/13 (225/37, **225/36**), 225/14 (225/39, **225/38**), 225/16 (225/41, **225/40**), 225/17 (225/43, **225/42**), 225/18 (225/46, **225/44, 225/45**), 225/27 (225/48, **225/47**), 225/28 (225/50, **225/49**), 225/29 (225/61, **225/59, 225/60, 225/58**), 225/53 (225/56, **225/55**), 286/2 (286/4, **286/3**), 288/2 (288/10, 288/11, **288/9, 288/8**), 292 (292/2, 292/3, **292/1**), 293/1 (293/4, 293/5, **293/3**), 293/2 (293/7, 293/8, **293/6**), 294 (294/2, 294/3, **294/1**), 299/13 (299/25, **299/24**), 299/17 (299/28, **299/27, 299/26**), 299/18 (299/31, **299/30, 299/29**), 299/20 (299/34, 299/35, **299/33, 299/32**), 302/2 (302/5, 302/6, **302/4, 302/3**), 303/4 (303/7, 303/8, **303/6, 303/5**), 304/6 (304/10, **304/9, 304/8**), 304/7 (304/12, **304/11**), 305/4 (305/7, 305/8, **305/6, 305/5**), 306/12 (306/15, 306/16, **306/14, 306/13**), 307/14 (307/17, 307/18, **307/16, 307/15**), 338/2 (338/5, **338/4, 338/3**),

gmina Wiśniewo:

obręb 0009 Modła: działki nr ewidencyjny: 63/2 (63/8, **63/7**), 63/4, 63/6, 64/2 (64/8, **64/7**), 64/5, 64/6, 218/9 (218/29, **218/28**), 218/15 (218/31, **218/30**), 219/1 (219/3, **219/2**), 220 (220/2, **220/1**), 221/2 (221/6, **221/5**), 222/6 (222/8, **222/7**), 225 (225/2, **225/1**), 226/8 (226/10, **226/9**), 227/1 (227/4, **227/3**), 242/1 (242/5, 242/6, **242/4**), 258 (258/2, **258/1**), 259 (259/2, **259/1**), 288/1 (288/3, **288/2**), 297/1 (297/7, **297/6**), 297/3, 297/5, **obręb 0011 Otocznia Stara:** działki nr ewidencyjny: 12/3 (12/9, **12/8, 12/7**), 12/12 (12/6, **12/5, 12/4**), 13/6 (13/13, 13/14, **13/12**), 13/7, 13/8 (13/16, **13/15**), 13/9 (13/18, **13/17**), 13/10, 13/11 (13/22, **13/21**), 14/3 (14/8, **14/7**), 14/5 (14/10, 14/11, **14/9**), 19/2 (19/4, 19/5, **19/3**), 37/1 (37/6, **37/4, 37/5, 37/3**), 37/2, 38/1 (38/6, **38/4, 38/5, 38/3**), 38/2, 39 (39/4, **39/2, 39/3, 39/1**), 40 (40/3, **40/2, 40/1**), 41 (41/3, **41/2, 41/1**), 45 (45/4, **45/2, 45/3, 45/1**), 48/2 (48/6, **48/5**), 59/1 (59/10, **59/7, 59/8, 59/6, 59/9**), 59/2 (59/11, **59/4, 59/5, 59/3**), 61/1 (61/8, **61/7, 61/5, 61/6**), 61/3, 62/2 (62/7, 62/8, **62/5, 62/6, 62/4**), 63/2 (63/7, 63/8, **63/5, 63/6, 63/4**), 64/2 (64/5, **64/4, 64/3**),

- działki zlokalizowane poza pasem drogi wojewódzkiej niezbędne dla budowy lub przebudowy innych dróg publicznych, urządzeń wodnych lub urządzeń melioracji

wodnych szczegółowych, sieci uzbrojenia terenu, z których korzystanie będzie ograniczone (w nawiasie numer działki po podziale):

gmina m. Mława:

obręb 0010 m. Mława: działki nr ewidencyjny: 1036, 1092 (1092/4), 1093 (1093/4, 1093/6), 1094/1 (1094/8), 1094/2, 1094/6 (1094/11, 1094/12), 1095 (1095/3, 1095/4), 1096 (1096/3, 1096/4), 1097/2 (1097/5, 1097/6, 1097/4, 1097/3), 1099/5 (1099/8), 1116/2 (1116/7), 1139 (1139/2), 1223 (1223/2, 1223/3), 1349 (1349/4, 1349/5), 1350 (1350/3, 1350/4), 1351 (1351/2), 1362/1 (1362/6), 1362/3 (1362/8), 1384 (1384/3), 1492 (1492/3, 1492/4), 1512/1, 1512/2, 1517/2, 1518, 1519/1 (1519/5), 1520/4 (1520/11), 1520/6 (1520/14, 1520/15), 1521 (1521/3), 1522 (1522/3, 1522/4), 1523 (1523/3, 1523/4), 1526, 1527, 1528 (1528/3), 1529 (1529/2), 1530, 1532, 1538 (1538/3, 1538/4), 1539 (1539/3, 1539/4), 1540/1 (1540/5), 1540/2, 1541 (1541/3, 1541/4), 1542 (1542/3, 1542/4), 1543/4 (1543/13), 1544 (1544/2), 1546 (1546/4, 1546/5), 1547/2 (1547/5), 1548/2 (1548/4), 1558 (1558/4), 1559 (1559/4, 1559/5), 1560 (1560/4), 1561/2 (1561/8), 1562 (1562/3), 1565, 1571/1 (1571/5), 1572/1, 1576/63 (1576/183), 1576/141, 1576/142 (1576/188), 1576/165, 4441 (4441/2, 4441/3), 4451,

obręb 0011 Mława Scalenie: działki nr ewidencyjny: 47/3, 48/3, 51/2 (51/16), 56 (56/2), 57/2 (57/6), 58/32 (58/14), 58/2 (58/16), 59/1, 59/3 (59/8), 60/1 (60/5), 60/2 (60/8), 61/1, 61/3 (61/8), 62/3 (62/17), 62/5 (62/14), 62/6 (62/12), 63/1, 63/3 (63/26), 63/13 (63/24), 64/5, 64/8, 65/2 (65/12), 65/4 (65/17), 65/5, 66 (66/2, 66/3), 71, 73/3 (73/25), 73/7 (73/27), 73/23, 74/14 (74/25, 74/26), 80, 83, 84/1 (84/6), 84/3, 84/4, 88 (88/2), 90/2, 90/3, 90/4, 90/5, 90/9 (90/15), 90/13 (90/21), 91, 100 (100/2), 122 (122/2), 136 (136/2), 137 (137/2), 163 (163/2), 164 (164/2), 165 (165/2), 166 (166/2), 167 (167/2), 168 (168/2), 169 (169/2), 170 (170/2), 172/1 (172/4), 172/2 (172/6), 175, 176 (176/3), 196, 197 (197/3), 516 (516/2), 1406/3, 1407/5,

gmina Lipowiec Kościelny:

obręb 0008 Łomia: działki nr ewidencyjny: 97 (97/3, 97/4), 224/2, 224/15, 225/2 (225/33), 225/4 (225/35), 225/13 (225/37), 225/18 (225/46), 225/19, 225/29 (225/61), 225/53 (225/56), 286/2 (286/4), 288/2 (288/10, 288/11), 292 (292/3), 293/1 (293/5), 293/2 (293/8), 294 (294/2), 297/1, 298/1, 298/4, 299/13 (299/25), 299/14, 299/17 (299/28), 299/18 (299/31), 299/19, 299/20 (299/34), 299/22, 299/23, 302/2 (302/5, 302/6), 303/4 (303/7, 303/8), 304/6 (304/10), 304/7 (304/12), 305/4 (305/8), 306/12 (306/16), 307/14 (307/17, 307/18), 328, 329, 330/1, 338/2 (338/5),

gmina Wiśniewo:

obręb 0009 Modła: działki nr ewidencyjny: 104/1, 104/2, 218/16, 218/18, 240, 242/1 (242/5, 242/6), 257, 258 (258/2), 259 (259/2), 297/1 (297/7),

obręb 0011 Otocznia Stara: działki nr ewidencyjny: 12/3 (12/9), 12/12 (12/6), 13/6 (13/14), 13/8 (13/16), 13/9 (13/18), 14/4, 14/5 (14/10, 14/11), 15/1, 19/1, 19/2 (19/4, 19/5), 37/1 (37/6), 40 (40/3), 41 (41/3), 48/2 (48/6), 48/4, 59/1 (59/10), 59/2 (59/11), 61/1 (61/8), 63/1, 64/1, 323.

Jednocześnie zawiadamia się, że w toku postępowania Wojewoda Mazowiecki wydał postanowienie, w którym nałożył na inwestora obowiązek usunięcia nieprawidłowości i braków w projekcie budowlanym. Na powyższe postanowienie Wojewody Mazowieckiego nie służy zażalenie.

Stronami postępowania w sprawie są wnioskodawca, właściciele, użytkownicy wieczysti nieruchomości objętych wnioskiem.

Strona chcąc zapoznać się z aktami postępowania bądź wypożyczyć dokumentację może tego dokonać na pl. Bankowym 3/5, pok. 7, w poniedziałek w godz. 13⁰⁰-16⁰⁰ lub w czwartek w godz. 8⁰⁰-12⁰⁰ **po wcześniejszym umówieniu się telefonicznym pod nr. 22 695-62-19. Osoby nieumówione nie będą obsługiwane.**

Informacja ta ma na celu jedynie przedstawienie aktualnego stanu postępowania. Podczas jej trwania strony nie uzyskają informacji o planowanym terminie zakończenia postępowania ani nie otrzymują informacji merytorycznych.

Czas przeznaczony na zapoznanie się z aktami wynosi do 30 min i nie może zostać przedłużony.

Zgodnie z art. 49 ustawy k.p.a., doręczenie uważa się za dokonane po upływie czternastu dni od dnia publicznego ogłoszenia.

Jednocześnie informuje się, iż strony postępowania będą informowane w drodze publicznych obwieszczeń, zgodnie z art. 49 k.p.a. „ § 1: Jeżeli przepis szczególny tak stanowi, zawiadomienie stron o decyzjach i innych czynnościach organu administracji publicznej może nastąpić w formie publicznego obwieszczenia, w innej formie publicznego ogłoszenia zwyczajowo przyjętej w danej miejscowości lub przez udostępnienie pisma w Biuletynie Informacji Publicznej na stronie podmiotowej właściwego organu administracji publicznej”.

Dzień publicznego obwieszczenia: 11 października 2022 r.

WI-I.7820.2.27.2022.JK

PRACA

KIEROWCA CE, 503-103-703

PRZYJMĘ do sprzątania bloków z windami, emerytkę. Giżycko, 508-509-055

ZATRUDNIĘ brukarzy i pomocników, tel.690188885

ZATRUDNIĘ kierowcę C+E, stała pensja, umowa o pracę, praca od zaraz, 691-035-480

NIERUCHOMOŚCI

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

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

DO wynajęcia kontener 30m2 na magazyn, garaż, przeprowadzkę. Giżycko., 669-197-279

KUPIĘ mieszkanie w Ełku. Może być zadłużone lub do remontu. Tel: 737729255

LUBAWA, Sprzedam lub wynajmę mieszkanie 36m2, osiedle Królewskie, Lubawa, 501-134-578

NML Mieszkanie 68m2 do wynajęcia, blok, parter, 3-pokoje, duży przedpokój, kuchnia, duży balkon, piwnica, ogródek. Mieszkanie bez progów, na klatce schodowej wjazd dla osoby niepełnosprawnej. W cenę wliczony jest czynsz+media wg zużycia, Nowe Miasto Lubawskie, 603-038-233

NML Mieszkanie do wynajęcia- kawalerka, pokój, kuchnia, łazienka, pierwsze piętro, blok, centrum Nowego Miasta Lubawskiego, 530-673-351

NML MIESZKANIE do wynajęcia- trzypokojowe lub dwupokojowe, umeblowane, centrum Nowego Miasta Lubawskiego tel.880-705-282, tel.698-618-396

NML Sprzedam dom piętrowy do remontu w Nowym Dworze Bratniańskim, cena 150.000zł, 692-528-309

NML Sprzedam duży dom z dużym gospodarczym budynkiem, działka 15 ar, Nawra 28, 696-348-176

NML Sprzedam działkę o pow.773m2 w Nowym Mieście Lubawskim, ul.Kamionki, na działce dom 201m2 do kapitalnego remontu oraz budynek gospodarczy 78m2, 696-166-562

NML Sprzedam garaż metalowy 18m2 z gruntem przy ul.Dworcowej w Kurzętniku, 7.000zł, 511-412-660

NML Sprzedam garaż muryrowany z kanałem, przy ul.Tysiąclecia, obok Przedszkola Miejskiego w Nowym Mieście Lubawskim, 603-038-233.

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

PRZYJMĘ w dzierżawę grunty rolne w okolicach Giżycka, 512 201 327

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

SPRZEDAM mieszkanie 50m2, 3 pokoje, 3 piętro Ostróda Armii Krajowej + garaż, 506-675-530

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

WYNAJMĘ M-4, Nidzica, ul.Warszawska 12b, 4p., 784-137-922

WYNAJMĘ od zaraz kawalerkę, ul.Kolejowa Giżycko. 887 487 435

WYNAJMĘ/SPRZEDAM mieszkanie 51m2, 2-pokojowe,

Os.Warszawskie, Lubawa, 695-721-267

YOUHOUSE Korzystnie sprzedam Twoje mieszkanie, działkę, dom- Wycena i Sprzedaż Nieruchomości Krzysztof Kasprowicz, tel.510-511-522

SPRZEDAM

DREWNO opałowe sprzedam, różny gatunek oraz w workach na rozpałkę, 504-250-135

GIŻYCKO Sprzedam deski budowlane i drewno opałowe, tel.504675577

NML Domek letniskowy do rozbiórki w okolicy Skarlina o powierzchni 30m2 za 3.500zł sprzedam. Na własną odpowiedzialność, możliwość przetransportowania całości. Domek zawiera wyposażenie, które wliczone jest w cenę. tel.501-056-206

NML Pianino firmy Kuhl & Klatt tanio sprzedam, 600-376-158

NML Przyczepę do transportu koni sprzedam, 606-796-996

NML Sprzedam farbę elewacyjną białą, 2 opakowania po 15L, 550zł, Biofarba Kreisel Polislilikonowa, Mszanowo koło Nowego Miasta Lubawskiego, 518-677-989

SPRZEDAM stół okolicznościowy, stan super dobry, b.tanio., 603-087-202

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

AUTO-MOTO

!AUTA ASKUP 609730905

ABSOLUTNIE kupię auta całe rozbite na złom bez oc odbioru lawetą, 887-813-007

NML Sprzedam Audi Q3, 1.4TFSI EStronic, salonowy 2014r., pierwszy właściciel, tapicerka skóra, alufelgi, ser-

wisowana co 15.000km ASO, czarna perła, 153.000km, stan bdb., 508-892-259

NML Sprzedam Fiat Seicento, 900cm3, 1998r., 517-727-095

SKUP AUT - atrakcyjne ceny! 516 368 453

USŁUGI

ŁAZIENKI profesjonalnie!!! 572 543 888,

REMONTY 793547242

TŁUMACZ PRZYSIĘGŁY J.ANGIELSKIEGO tel.692-445-433.

TRANSPORT zboża, 724-531-354

TYNKI maszynowe, 509-512-130

USŁUGI hydrauliczne, 508-491-711

USŁUGI koparko-ładowarką, 790-220-500

USŁUGI ładowarką czołową, transport, załadunek ziemi, gruzu, obornika. Lubawa i gm.Lubawa, 691-123-162

USŁUGI remontowo- budowlane: wykończenia, docieplenia budynków, glazura, terakota, szpachlowanie, malowanie tel.517-647-634

UTYLIZACJA i zdejmowanie azbestu, 509-512-130

WYKOŃCZENIA wnętrz, remonty A-Z. 572 543 888

RÓŻNE

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

KUPIE i przyjmę rowery dla mieszkańców Ukrainy, 504-631-626

KUPIĘ stare motocykle SHL, WFM, Junak, motorowery żak, ryś, 504-631-626

MĘŻCZYZNA po 60-tce poszukuje drugiej połówki, pow. nidzicki., 693-673-123

PRACE ogrodowe, ogrodzenia różne, 452-154-792

KONSTAŁ PRODUCENT
GARAŻE blaszane | BRAMY garażowe
KOJCE dla psów | WIATY | KONTENERY
Najniższe **CENY** Różne wymiary **Dogodne RATY** Transport cały **KRAJ**
www.konstal-garaze.pl
505-526-036
29-642-34-61 22-100-45-96 89-650-30-43 24-368-32-17
25-740-57-38 509-574-644 23-683-10-85 86-225-23-11
578220tr-A-P

NAUKA

ANGIELSKI DLA DZIECI OD LAT 5- ANGOL tel.56/472-57-89, tel.692-445-433

ANGIELSKI DO MATURY-ANGOL tel.56/472-57-89, tel.692-445-433

ANGIELSKI, NIEMIECKI, FRANCUSKI DLA POCZĄTKUJĄCYCH, INNE POZIOMY-ANGOL tel.56/472-57-89, tel.692-445-433.

BOOST YOUR ENGLISH- PREP COURSES TO FCE & CAE- ANGOL tel.56/472-57-89, tel.692-445-433

KOREPETYCJE Z JĘZYKA ANGIELSKIEGO- wszystkie poziomy zaawansowania, Nowe Miasto Lubawskie 507-572-218

ZWIERZĘTA

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

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

ZDROWIE I URODA

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

ROLNICTWO

zwierzęta hodowlane

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

BYCZKI, jałoszki sprzedam, 600-850-092

GĘSI chowane naturalnie, na wolnym wybiegu, karmione owsem sprzedam. 786-988-240

KUPIĘ bydło od 250kg, 692-411-362

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

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

NML Sprzedam cielną jałowicę, termin wycielenia 10 października, 663-678-299

SKUP bydła rzeźne i eksportowe, 451-521-555; 512-365-027

SPRZEDAM jałówki cielne, tel.501460353

maszyny rolnicze

NML Sprzedam ładowacz Cyclop T-214, 503-925-424

PRASĘ kosztującą Famarol sprzedam, 87-520-67-60

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

ciągniki

SPRZEDAM ciągnik C-360 3P, URSUS, sprawny rok.1985, 797-795-672

produkty rolne

NML Sprzedam tegoroczną słomę w kostkach, 56-472-15-69

NML Sprzedam żyto, 503-896-762

SPRZEDAM owies, 693-778-935

SPRZEDAM siano w kostkach b.dobrej jakości., 664-867-321

SPRZEDAM ziemniaki Irga. Tel. 698-640-426

SPRZEDAM ziemniaki jadalne, Nidzica, 724-259-595

PORZĄDKI POMAGAJĄ W ŻYCIOWEJ ZMIANIE

Opowiada wnętrza językiem psychologii i radzi, jak stworzyć dom, w którym będziemy szczęśliwi. Rozmawiamy z Anną Gacką, psycholożką, coachem i projektantką wnętrz, która na Instagramie prowadzi profil Psychologia szczęśliwego domu.

— Co powoduje, że w jednych wnętrzach czujemy się dobrze, a w innych źle?

— Odpowiedź na to pytanie nie jest prosta. Wszystko zależy od tego, o jakim wnętrzu mówimy. Czy to są wnętrza naszych znajomych, czy takie, w których chcielibyśmy mieszkać. Można jednak powiedzieć, że dobrze czujemy się we wnętrzach, które pasują do ich właścicieli. Jeśli wchodzimy do mieszkania, na przykład, znajomej osoby i naszym zdaniem to wnętrze do niej nie pasuje, to będziemy się w nim czuć mało komfortowo.

— Czy zaczynamy doceniać to, jak ważne jest przebywanie we wnętrzach, które nam pasują, bo ma to wpływ na nasze samopoczucie?

— Odnoszę wrażenie, że wciąż nie dostrzegamy tej zależności. Urządzając wnętrza kierujemy się modą, tym, co inni mają w domach oraz obowiązującymi trendami. Często zdarza się, że nasze mieszkanie ma być na pokaz, by pochwalić się nim przed innymi znajomymi. Absolutnie więc nie powiedziała bym, że większości ludzi urządzając wnętrza patrzą na to, czy czują się w nim dobrze. Aby wnętrza było tożsame z tym, kim jesteśmy, odpowiadało naszym potrzebom, wartościom, byśmy dobrze się w nim czuli, najpierw sami musimy odkryć, kim jesteśmy. A większość z nas, mówiąc o wnętrzu, skupia się od razu na tym, jakiego koloru będą ściany czy kanapa.

— A tymczasem są badania, które pokazują, że nasza osobowość wpływa na to, jak urządzamy wnętrza.

— Badania psychologów zajmujących się naszą relacją z otoczeniem fizycznym

udowodniły, że osoby o różnych osobowościach inaczej reagują na tony kolorów, preferują inne kształty mebli, planują określoną liczbę przedmiotów wokół siebie, a nawet aranżują inaczej kąty wypoczynkowy w salonie.

— Co dzieje się, kiedy stajemy się bardziej świadomi? Jeśli zaczniemy zmieniać wnętrza wokół nas i zaczniemy je tworzyć po swojemu?

— Może mieć to wpływ na nasze zachowania. Załóżmy, że chcielibyśmy zmienić nasze przyzwyczajenia żywieniowe, zadbać o nasze zdrowie i znaleźć dietę, która nam służy. A w tym momencie naszą kuchnię zapełniają produkty, których założenia nie powinniśmy jeść. A te zdrowe są przechowywane tak głęboko, że ich nie zauważamy. W zmianie nawyków nie pomoże również bałagan w łódźce, w której jest mnóstwo niezdrowych przekąsek. Proste zmiany w naszym otoczeniu, czyli na przykład uporządkowanie szafek, mogą nam pomóc w zmianie zachowań, aco za tym idzie nawyków. Każdą zmianę w naszym życiu najłatwiej jest zacząć od najprostszej rzeczy, czyli od uporządkowania naszego mieszkania. Ten efekt będzie widoczny, dzięki czemu my sami będziemy mieć poczucie, że coś w końcu ruszyło się w naszym życiu.

— Jednym słowem mówiąc: najpierw porządk w mieszkaniu, potem w życiu?

— Pierwszym krokiem do zmian może być oczyszczenie przestrzeni, zrobienie porządku, wyrzucenie niepotrzebnych rzeczy. Robimy porządek w szafie, zostawiając ubrania, które na nas pasują. Chcemy, by w naszym domu były rze-



Autor: mat, prasowe

Anna Gacka, psycholożka, coach i projektantka wnętrz, która na Instagramie prowadzi profil Psychologia szczęśliwego domu

czy, które nam służą i są fizyczną reprezentacją tego, czym kierujemy się w życiu, o czym marzymy, w końcu – co chcemy zmienić.

— Na profilu na Instagramie zamieściła pani treść przysłowia chińskiego, które mówi: „przestaw 27 rzeczy w swoim domu, a odmienisz swoje życie”. Ale nie musi być ich aż 27?

— Nie chodzi tutaj o liczbę, a bardziej wydźwięk tego przysłowia. Słowo „przestaw” można też przetłumaczyć jako „porusz”. Nie chodzi tutaj, żeby wszystko w domu porządkować. To przesłanie ma nam pokazać, że zawsze warto coś w naszym życiu

zmienić. By przyjrzeć się temu, co może sprawić, że poczuje się wygodnie, czy są meble, które stoją tam, gdzie nie powinny i blokują ciągi komunikacyjne. Zoptimalizować przestrzeń, ale wykonać też pewien ruch.

— Czym się kierować zmieniając nasze wnętrza i dostosowując je do naszych potrzeb?

— Przede wszystkim trzeba odpowiedzieć sobie na pytanie, jak się chcemy w tym pomieszczeniu czuć i jak się zachowywać. To nam pomoże odpowiedzieć na pytanie, jakie wybrać kolory albo kształt kanapy. Musimy zastanowić się również nad tym, czemu

ma służyć określona przestrzeń w naszym wnętrzu. Wprowadzając do nich określoną barwę sprawimy na przykład, że pewne wnętrza będą nas do działania pobudzać, a inne uspokajać. Jeżeli więc pomaluję sobie salon na czerwono, to każdy z nas przecież czuje, że to barwa bardziej energetyzująca, niż uspokajająca. Taką energię ma również pomarańczowy. Z kolei niebieski, zielony, różne odcienie beżu, brązów nie są barwami, które nas energetyzują, ale mają właściwości stabilizujące, uspokajające. Beże i brązy kojarzą nam się z bezpieczeństwem, stabilizacją. Nie ma jednak gotowego przepisu. Każdy musi sobie uświadomić, jak chce poczuć się w danym wnętrzu.

— Ale pani też mówi o wnętrzach psychicznie męczących. Jakie to wnętrza?

— Przede wszystkim są to takie wnętrza, w których panuje bałagan i jest nadmiar przedmiotów. Pozostawione w różnych miejscach rzeczy symbolizują nasze niezadowolone sprawy. To są tematy, z którymi nie jesteśmy w stanie się uporać. Możemy to ignorować, nie uświadamiać sobie tego, co nie zmienia faktu, że to wciąż na nas oddziałuje. Niekorzystnie działają na nas wnętrza bez wyrazu, monotonne. Dlaczego? Przecież my też nie jesteśmy jednowymiarowi, mamy w sobie różnorodność. Męczą nas wnętrza niedokończone, niespersonalizowane, w których nie widać, kim jesteśmy, jaka jest nasza historia.

— Pani prowadzi też kursy. Jeden z nich nosi nazwę „Dom w porządku”. Nie chodzi tutaj jedynie o zlikwidowanie bałaganu, prawda?

— W czasie tego kursu uczestniczki dowiadują się na przykład, jakie są źródła ich bałaganu, albo czym jest dla nich porządek. Kurs opiera się na pięciu krokach, a wśród nich jest m.in. poszukiwanie optymalnej dla nas liczby rzeczy. Uczestniczki uczą się, jak wprowadzać ład w przestrzeni, rutynę sprzątania, jak wpisać w nasze życie rytuały, które pomogą stabilizować codzienność. I jak sprawić, że te rytuały uda nam się zachować.

— Wtedy możemy stworzyć szczęśliwy dom?

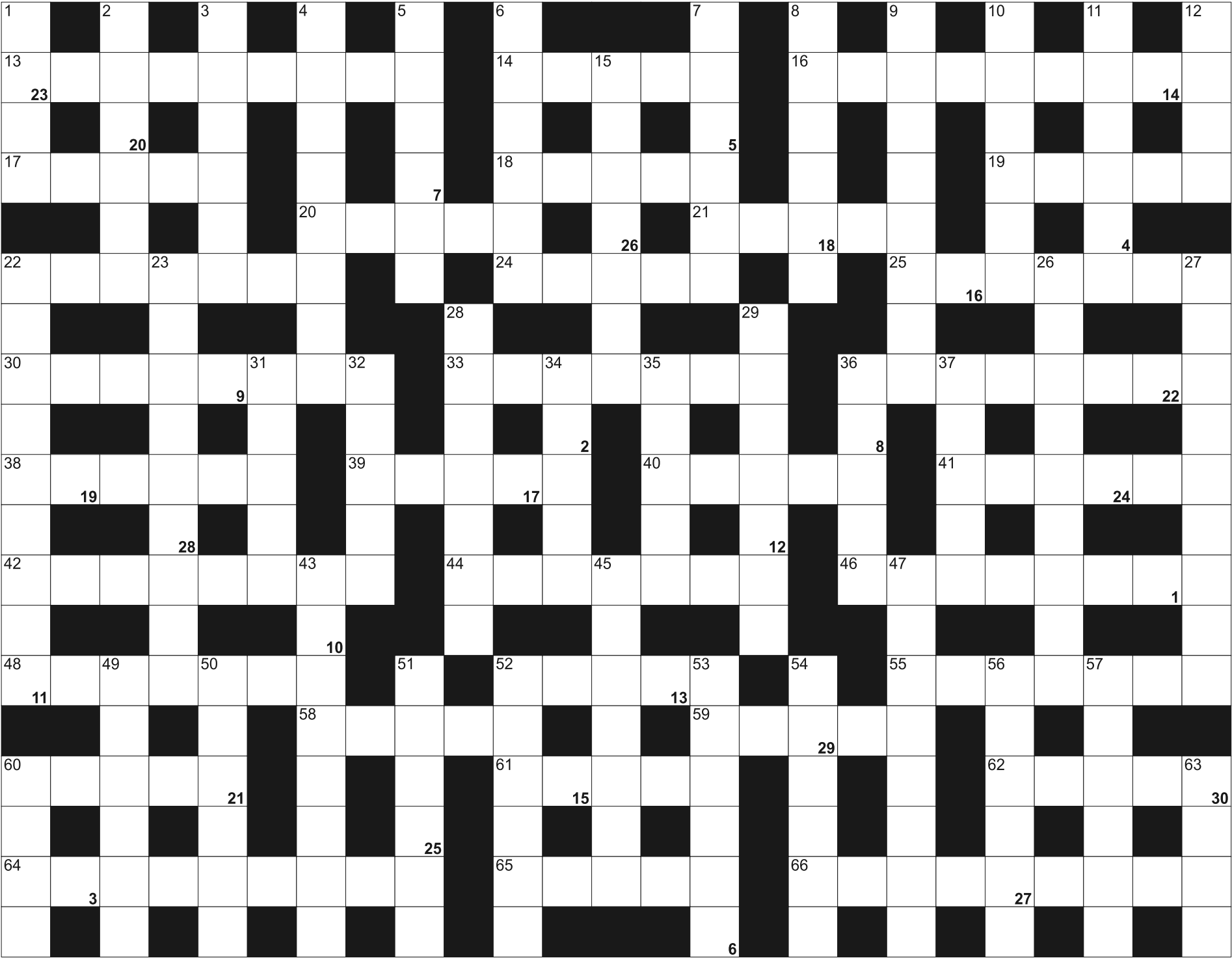
— Moja autorska formuła szczęśliwego domu mówi o tym, że by dom był szczęśliwy muszą być spełnione trzy warunki, trzy filary. To po pierwsze – piękno. Ważna jest warstwa estetyczna, która odzwierciedla naszą niepowtarzalną osobowość. Po drugie – przytulność, czyli to, czy w naszym domu mamy poczucie, że zaspokojone są nasze potrzeby. To nie są więc tylko „kocyki”, świeczki czy zapachy eteryczne. Po trzecie – porządek, czyli posiadanie optymalnej liczby rzeczy, utrzymywanie wnętrza w czystości i życie w rytm codziennych rytuałów.

— Pani jest psycholożką, coachem i projektantką wnętrz i opowiada o wnętrzach językiem psychologii. To dość nietypowe.

— Takie podejście wciąż u nas jest mało znane. Poszukiwałam dziedziny, która połączy psychologię i projektowanie. Wymagało to wielu starań, szukania możliwości rozwoju w tym kierunku, ale dziś udało mi się to połączyć. I mam nadzieję, że jeszcze wiele ciekawych odkryć przede mną.

Katarzyna Janków-Mazurkiewicz

Krzyżówka klasyczna z hasłem



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 30, utworzą rozwiązanie - przysłowie:

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

POZIOMO: 13) sadzą i przesadzają; 14) cieśnina między Zatoką Perską a Omańską; 16) Mróz, napisał "Kasację"; 17) honorowo oddaje krew; 18) biblijna klęska powodzi; 19) nie osobno; 20) kursuje między piętrami; 21) w kuskusie i krupniku; 22) ważna część sztuki wojennej; 24) większe od gawronów; 25) córka Heroda Wielkiego; 30) zapalenie, nieżyt oskrzeli; 33) stolica Brandenburgii; 36) francuskie bułki; 38) kraj z Hajfą i Tel Awiwem; 39) klejnoty z muszli małża; 40) Street 221b - adres Sherlocka Holmesa; 41) wał rozdzielający stawy; 42) urządzenie mogące zastąpić baterie; 44) stolica stanu New Jersey w USA; 46) stan w USA ze stolicą w Denver; 48) olejara żelazna inaczej;

52) inwencja, fantazja; 55) rokowania, negocjacje; 58) narząd filtrujący krew; 59) inaczej o plakacie; 60) popularne pieczywo; 61) matematyczna granica; 62) kablowe lub światłowodowe; 64) i Kongres, i Duma; 65) duże, szerokie drzwi; 66) z nich rodzynki.
PIONOWO: 1) marka amerykańskiego samochodu; 2) fragment tekstu; 3) resztki z produkcji; 4) hinduistyczne święto światła; 5) wieloletnie, trwałe rośliny zielne; 6) pokrywa, osłona na kole; 7) noszące pływacy; 8) początek dnia, świt; 9) myjąca maszyna; 10) zielone warzywo; 11) dom ślimaka; 12) miasto z Koloseum; 15) jeden z apostołów; 22) czekolady lub mnożenia; 23) najgłębsze jezioro Afryki; 26) skróty zapisu obrad komisji sejmowej; 27)

mylone często z krokodylami; 28) cyfrowe bez klisz; 29) galowy, uroczysty ubiór męski; 31) tytuł opery Moniuszki; 32) rubin brazylijski; 34) rzeka w Glasgow; 35) ujemna strona rachunku; 36) warzywo na ćwikłę; 37) Nikołaj, autor "Rewizora"; 43) Raymond, autor "Żegnaj, łaleczko"; 45) lotos dla botanika; 47) błona pokrywająca jamę brzuszną; 49) dawny wiosłowy statek wojenny; 50) mleko i ser; 51) poruszają się po nich planety; 52) do napędzania silników; 53) Abel, odkrywca Tasmanii; 54) przypodłogowa i progowa; 56) marynarze wraz z kapitanem; 57) największa wyspa Bajkału; 60) wyspa z Nikozją; 63) McGregor, aktor brytyjski.

JESTEM GIORGIA, JESTEM KOBIETĄ, JESTEM MATKĄ, JESTEM CHRZEŚCIJANKĄ!

Córka komunisty i pisarki romansów. Ikona prawicowych Braci Włochów i europejskiej prawicy. Prawdopodobnie już niedługo premier Włoch. Na brukselskich salonach budzi strach i pytanie, kim jest. Giorgia Meloni łamie znane stereotypy na temat tzw. nowej prawicy.

Wyborcze zwycięstwo bloku centroprawicy we Włoszech jest jednoznaczne. Blok otrzymał łącznie 235 miejsc w 400-osobowej Izbie Deputowanych i 112 mandatów w 200-osobowym Senacie. Oprócz Braci Włochów do bloku należy Liga Północna Matteo Salviniego oraz Forza Italia Silvio Berlusconi. Zalicza się do niej także Partię Umiarkowanych. Te cztery ugrupowania zdobyły łącznie 44,1 procent głosów.

Giorgia Meloni jest naturalną kandydatką na przyszłego premiera Włoch. Zwycięstwo jej bloku już budzi emocje w Brukseli. Zamiast gratulacji, płyną z niej groźby stosowania narzędzi podobnych do tych, „jak wobec Węgier i Polski”. Wszystko dlatego, że zmiana władzy we Włoszech może zaburzyć przewagę lewicowo-liberalnej opcji w Unii Europejskiej.

KIM JEST GIORGIA MELONI?

Urodziła się w rzymskiej dzielnicy Garbatella. Jej ojciec był komunistą, a matka pisarką romansów. W wieku 15 lat założyła młodzieżowe stowarzyszenie Gli Antenati. Związała się z Azione Studentesca wspierającym prawicowy Sojusz Narodowy. Jak sama przyznaje w licznych wywiadach i wypowiedziach medialnych, w działalności partyjnej szukała „namiastki rodziny”.

Była autorką inicjatyw zmierzających do otwierania szkół w godzinach popołudniowych i darmowego wypożyczania podręczni-

ków. W 1998 roku została wybrana na rzymską radną z ramienia Sojuszu Narodowego. Od tej chwili zaczęła się jej błyskawiczna kariera. Giorgia Meloni zostaje posłanką, wiceprzewodniczącą izby parlamentu, ministrem do spraw młodzieży w czwartym rządzie Silvia Berlusconi.

Dziesięć lat temu odeszła z kompromitującego się ugrupowania Berlusconi i założyła partię Bracia Włosi – Centroprawica Narodowa. Od tej pory jej droga do władzy to niechęć do intryg i elit, która – według obserwatorów – inspiruje nawet lewicowców. Od 2020 roku jest przewodniczącą Partii Europejskich Konserwatystów i Reformatorów.

— Jestem Giorgia, jestem kobietą, jestem matką, jestem chrześcijanką! Nie zabierzcie mi tego! — to zarówno deklaracja ideowa, jak i hasło wyborcze, które zaprowadziło Meloni na szczyt.

POLITYKA ZAGRANICZNA

Jednoznacznie prawicowe poglądy Giorgii Meloni budzą różne emocje. Przyszła premier Włoch jest przeciwniczką imigracji, LGBT i kieruje opozycyjną wobec władz obecnej Komisji Europejskiej Partią Europejskich Konserwatystów i Reformatorów — do której w Parlamencie Europejskim należy również Prawo i Sprawiedliwość. Przez krytyków działań UE jest nazywana „szansą na korektę europejskiej polityki”.

Zupełnie przeciwne reakcje wywołuje u przedstawicieli władz Unii Europejskiej. Ci chętnie



Giorgia Meloni

powołują się na jej wypowiedzi z okresu aneksji Krymu przez Rosję, kiedy Giorgia Meloni opowiadała się za polepszeniem relacji włosko-rosyjskich. Trzeba jednak podkreślić, że teraz — w kampanii wyborczej w 2022 — zobowiązała się do kontynuacji i niezmienszania pomocy wojskowej dla Ukrainy oraz działań na rzecz wzmocnienia pozycji międzynarodowej tego państwa. Deklaruje też wspólne wartości i doświadczenia z izraelskim Likudem, brytyjską Partią Konserwatywną i amerykańską Partią Republikańską.

Gratulacje z okazji zwycięstwa otrzymała między innymi od prezydenta Ukrainy. — Gratulacje dla Giorgii Meloni i dla jej partii z okazji zwycięstwa w wyborach. Doceniamy stałe poparcie Włoch dla Ukrainy w walce przeciwko rosyjskiej agresji. Liczymy na owocną współpracę z nowym włoskim rządem — napisał na Twitterze Wołodymyr Zełenski.

— Wie Pan, że może liczyć na nasze lojalne poparcie



— „NIE” DLA BIUROKRATÓW W BRUKSELI. I „TAK” DLA NASZEJ CYWILIZACJI. I „NIE” DLA TYCH, KTÓRZY CHCĄ JĄ ZNISZCZYĆ. (...) NIECH ŻYJE EUROPA PATRIOTÓW! — TO JEDNE Z HASEŁ Z POWYBORCZEGO PRZEMÓWIENIA PRZYSZŁEJ PREMIER WŁOCH.

dla sprawy wolności narodu ukraińskiego — odpowiedziała również na Twitterze Giorgia Meloni.

O tym, jak skrajne reakcje wywołuje Giorgia Meloni, najlepiej świadczy wypowiedź szefowej KE Ursuli Von der Leyen, która podczas debaty na Uniwersytecie Princeton została zapytana o zbliżające się wybory parlamentarne w tym kraju.

— Zobaczmy wynik głosowania we Włoszech. Były też wybory w Szwecji. Jeśli sprawy pójdą w trudnym kierunku, mamy na-

rzędzia, jak w przypadku Polski i Węgier — odpowiedziała szefowa KE, cytowana przez agencję Ansa. — Moje podejście jest takie, że pracujemy z każdym demokratycznym rządem, gotowym pracować z nami — dodała jednak Ursula Von der Leyen.

POLITYKA WEWNĘTRZNA

Posel Krzysztof Bosak z Konfederacji jest jednym z tych polskich polityków, którzy znają przyszłą premier Włoch od czasu jej zaangażowania w prawicowych organizacjach młodzieżowych. Według jego oceny „zwycięstwo Fratelli d'Italia tworzy ciekawą sytuację nie dlatego, że to nowa siła, radykalowie i eurosceptycy, ale dlatego, że to politycy doświadczeni, bo współzrządzili już Włochami w przeszłości, umiarkowani w poglądach i eurorealistyczni”.

Komentatorzy zmian na włoskiej scenie politycznej wskazują, że Giorgia Meloni wyraźniej niż jakikolwiek inny polityk we Włoszech wzywa do przekształcenia republiki w demokrację prezydencką, z bezpośrednim wyborem głowy państwa. Ma to, ich zdaniem, na celu pozbawienie władzy klasy politycznej, która „negocjuje losy kraju między sobą”.

I właśnie ten z jej postulatów jest uważany za klucz do serc Włochów. Nie tylko tych o prawicowych poglądach, ale również tych, którzy wcześniej mieli lewicowe sympatie.

Wszyscy komentatorzy są zgodni, że stawką tych wyborów jest nie tylko kto przejmie władzę, ale rów-

nież jaki system polityczny będzie panował we Włoszech. Meloni proponuje przejście z obecnego systemu parlamentarno-gabinetowego do prezydenckiego. Prezydent, zgodnie z zapowiedziami zmian ogłoszonymi przez Giorgię Meloni, mógłby dymisjonować ministrów, a jednocześnie zachowałby prawo rozwiązywania parlamentu. Zdaniem przyszłej premier Włoch system prezydencki dałby Włochom stabilność, której dziś nie mają.

PIERWSZE PRZEMÓWIENIE

— „Tak” dla tożsamości płciowej, „nie” dla ideologii gender. „Tak” dla krzyża, „nie” dla przemocy islamu. „Tak” dla bezpiecznych granic, „nie” dla masowej imigracji. „Tak” dla zatrudnienia naszych obywateli, „nie” dla międzynarodowych finansjer. „Nie” dla biurokratów w Brukseli. I „tak” dla naszej cywilizacji. I „nie” dla tych, którzy chcą ją zniszczyć. (...) Niech żyje Europa patriotów! — to główne hasła z powyborczego przemówienia przyszłej premier Włoch.

Gratulacje Giorgii Meloni chętnie składają prawicowi politycy. Otrzymała je od przedstawicieli polskiego rządu. Także od przedstawicieli prawicowych partii i ruchów politycznych z Francji, Węgier, Hiszpanii, Szwecji czy Niemiec. Agencja prasowa Ansa, która szeroko informowała o reakcjach na wynik wyborczych zmaganiach we Włoszech, zwraca uwagę na milczenie przedstawicieli Unii Europejskiej...

Stanisław Kryściński

Z ŻYCIA SZKÓŁ I PRZEDSZKOLI

SZKOŁA ZDROWEGO ŻYWIENIA



Pod takim hasłem uczniowie klasy IIa Szkoły Podstawowej nr 7 w Mławie poznawali znaczenie owoców i warzyw dla zdrowia.

Podczas zajęć dzieci rozpoznawały owoce i warzywa z wykorzystaniem zmysłu smaku, węchu i dotyku, przygotowane zostały także prace plastyczne.

Dzięki tym działaniom nasze maluchy wykazały się kreatywnością i twórczym myśleniem.

Uczniowie odwiedzili również wystawę informującą o zdrowym stylu życia, roli witamin, znaczeniu piramidy żywieniowej oraz podziwiali piękne okazy różnych owoców i warzyw.

Dla uczniów klasy II alekce przygotowały uczennice z klasy VIII d Aleksandra Paprotna i Dominika Potrzuska, które są przedstawicielami szkolnych organizacji PCK i ILOP. Po tych zajęciach każdy uczeń wie: jak zdrowo jemy, to zdrowo żyjemy.

Informacja szkoły

MISTRZOSTWA POWIATU W BIEGACH PRZEŁAJOWYCH

6 października w Mistrzostwach Powiatu w sztafetowych biegach przełajowych pierwsze miejsce zajęli chłopcy oraz dziewczęta z rocznika 2010 – 2011.

Na drugim miejscu na podium uplasowały się dziewczęta rocznik 2009-2008 natomiast trzecie miejsce zajęła sztafeta mieszana z rocznika 2012.

Trzy drużyny ze Szkoły Podstawowej nr 7 w Mławie uzyskały awans na Mistrzostwa Rejonu w Ciechanowie, które odbędą się 12 października 2022.

Informacja szkoły



DZIEŃ GIER PLANSZOWYCH

Z okazji zbliżającego się Dnia Gier Planszowych uczniowie Szkoły Podstawowej nr 7 w Mławie, podczas lekcji języka polskiego, przygotowywali „planszówki”.

Klasa 6a, jako projekt podsumowujący, przygotowywała grę planszową, sprawdzającą wiedzę z lektury „Felix, Net i Nika oraz Gang Niewidzialnych Ludzi”.

Ósmoklasiści powtórzyli pisownię zasad ortograficznych, przygotowując swoje wersje gier planszowych. Jak widać nauka nie wyklucza dobrej zabawy.

Informacja szkoły



WYCIECZKA DO PARKU NAUKI TORUS



Dzieci z grup 0a i 0b wczwartek 6 października udały się na wycieczkę do Ciechanowa do Parku Nauki Torus.

Miejsce to zachwycało dzieci, oferując ciekawe interaktywne stanowiska na których badaliśmy zjawiska, poszukiwaliśmy ciągów przyczynowo skutkowych i wyciągaliśmy wnioski. Prawie przy każdym stoisku spędziliśmy sporo czasu. A kilka naszych faworytów to: telegraf Morse'a, wieża ciśnień, magnetyczny most, kula plazmowa, lewitująca piłka.

W drugiej części spotkania dzieci wysłuchały krótkiej pogadanki na temat gatunków zagrożonych ich wpływem na łańcuch pokarmowy oraz wykonały węża z papieru.

Informacja szkoły

WYCIECZKA DO LASU

Korzystając z październikowej pogody dzieci z grupy I, II, IX wybrały się na wycieczkę do pobliskiego lasu – Iłowo Dwukoły.

Dzieci aktywnie poznawały przyrodę patrząc, słuchając i dotykając. Podziwiali różnorodność szaty roślinnej lasu: drzewa iglaste, liściaste, krzewy, mchy i runo leśne. Słuchały odgłosów lasu, poszukiwały mieszkań leśnych zwierząt, zbierały „skarby lasu” do kącika przyrody.

Przedszkolaki przypomniły sobie, że las to źródło świeżego powietrza. Otaczająca przyroda i wspaniałe krajobrazy wzbudziły w dzieciach zachwyt.

Wiele radości sprawiły wszystkim wędrowki po leśnych ścieżkach w towarzystwie Leśnika - Pani Magdaleny Borkowskiej. Wszyscy w dobrych nastrojach wrócili do przedszkola.

Informacja przedszkola



GUMISIE I NIEDŹWIADKI W POSZUKIWANIU SKARBÓW PANI JESIENI



W czwartek 6 października 2022r. 5-latki: Gumisie i Niedźwiadki wybrały się do parku na jesienny spacer.

Przedszkolaki chętnie podziwiali park w jesiennym szacie i otaczającą przyrodę. Rozpознаwały gatunki drzew, zbierały skarby jesieni, a z kolorowych liści tworzyły piękne bukiety. Zebranymi skarbami jesieni, dzieci udekorowały kąciki przyrody.

Pogoda tego dnia była wyjątkowo piękna, dzieci aktywnie spędziły czas w zachwycających okolicznościach przyrody.

Informacja przedszkola