

Beata Winiewska-Kowal z Pastęka pomaga innym w najtrudniejszych momentach, prowadząc wyjątkowe ceremonie pogrzebowe \4

PIĄTEK \ NIEDZIELA

10-06 | 02 | 2022

DZIENNIK ELBLĄSKI

21 LAT

cena 4,50 zł (w tym 8% VAT)

WEEKEND



WYBIERAMY NAJPOPULARNIEJSZYCH SPORTOWCÓW ROKU 2021



CZYTELNICY DZIENNIKA ELBLĄSKIEGO JUŻ PO RAZ SZESNASTY WYBIORĄ DZIESIĄTKĘ NAJPOPULARNIEJSZYCH SPORTOWCÓW Z REGIONU. TYM RAZEM TO ONI ZDECYDUJĄ TEŻ, DO KOGO TRAFI TYTUŁ TRENERA ROKU, A KAPITUŁA NAGRODZI SPORTOWEGO DZIAŁACZA ROKU. ALE TO NIE WSZYSTKO! \24

SPORT Z ELBLĄGA \23-24

ANTONI CZYŻYK
O SWOJEJ
TANECZNEJ PASJI \6-7



MARTA BRZESKA:
JESTEŚMY PO TO, BY
ROZKWITAĆ \3



ISSN 0137-9127



9 770137 912156

DZIENNIK
ELBLĄSKI

W KAŻDY PIĄTEK
WIĘCEJ INFORMACJI
Z ELBLĄGA!!!



45220tr-H-K



LOKOMOTYWA JUŻ RUSZYŁA!

WCZORAJ MIESZKAŃCY ELBLĄGA PO RAZ PIERWSZY UJRZELI WNĘTRZE ODMIENIONEJ BIBLIOTEKI PRZY OGÓLNEJ, KTÓRA W ZWIĄZKU Z REMONTEM POZOSTAWAŁA ZAMKNIĘTA OD NIESPEŁNA DWÓCH LAT. GOTOWA NA NOWE WYZWANIA LOKOMOTYWA RUSZYŁA DZIĘKI BUDŻETOWI OBYWATELSKIEMU.

Biblioteka została zmodernizowana decyzją mieszkańców — to głównie dzięki im głosom mogliśmy przygotować tę filię do współczesnych wyzwań — za co bardzo im dziękuję — mówił podczas uroczystego otwarcia dyrektor Biblioteki Elbląskiej Jacek Nowiński.

Miłośnicy i miłośniczki dobrej lektury mają się



Jacek Nowiński przyznaje: Lokomotywa jest gotowa na współczesne wyzwania

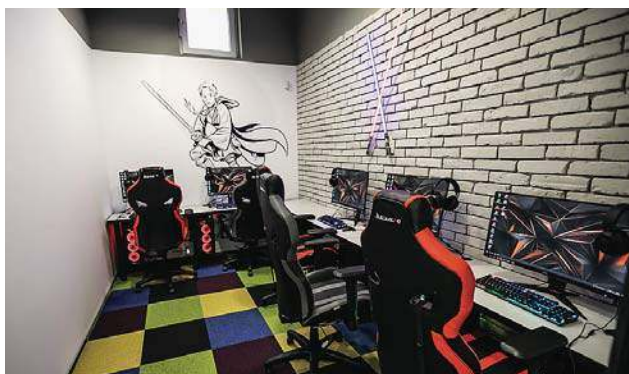


Wnętrze biblioteki zaprojektowano z dbałością o każdy detal

z czego cieszyć. I nie tylko oni, bo nowe wnętrze biblioteki przy ul. Ogólnej 59 w Elblągu zaskoczy też między innymi fanów i fanki gier komputerowych, a także osoby, którym nie są obojętne tematy dotyczące ekologii.

Modernizację biblioteki wykonano w ramach budżetu obywatelskiego 2020 — koszt wykonania dokumentacji i robót budowlanych to w sumie ponad 711 tysięcy złotych. Za to niemal 300 tysięcy Biblioteka Elbląska pozyskała na zakup wyposażenia z Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego.

Przebudowa i aranżacja wnętrza polegała między innymi na rozbiorze ścian działowych, budowie nowego układu funkcjonalnego pomieszczeń, częś-



Fani gier komputerowych znajdą przy Ogólnej specjalnie przygotowaną dla nich przestrzeń

ciowej wymianie stolarki i wymianie posadzek, wykonaniu podwieszanych sufitów tłumiących dźwięk oraz wykonaniu instalacji sanitarnych, elektrycznych i teletechnicznych. Biblioteka została również przystosowana do potrzeb osób niepełnosprawnych.

— Wnętrze wymagało gruntownej przebudowy — całość została tak naprawdę wykonana na nowo. Cieszę się, że kolejny obiekt, bo nie tak dawno remontowaliśmy Cybriadę, będzie służył naszym mieszkańcom. Dziękiuję wszystkim wnioskodawcom i głosującym — po-

wiedział prezydent miasta Witold Wróblewski.

A przewodniczący Rady Miejskiej Antoni Czyżyk przyznał: — Bardzo cieszę się, że kolejne miejsce związane z kulturą, wygląda tak, jak powinno i zachęca swoim wnętrzem do kolejnych odwiedzin. Biblioteka to nie tylko przestrzeń dla osób wypożyczających książki, to miejsce, gdzie można kreatywnie spędzić czas i znaleźć inspiracje. Myślę, że Lokomotywa pokazuje, jak powinniśmy przygotowywać do tego kolejne biblioteki.

Jacek Nowiński nie ukrywa, że w Elblągu jest jeszcze kilka bibliotek, które remontu wymagają — przede wszystkim ta przy ul. Brzeskiej — o czym informowali nas czytelnicy, ale również

filie przy Mielczarskiego, Piłsudskiego czy Słonecznej. Najtrudniejszą kwestią w tej sprawie pozostaje jednak pozyskiwanie środków finansowych i zapewnienie wkładu własnego na realizację inwestycji.

Elblążanie czytać lubią, na co wskazywać może między innymi to, że regularnie korzystają z zainstalowanego przy ul. Hetmańskiej księżkomatu, który pojawił się w mieście w październiku ubiegłego roku. Zakup księżkomatu — przypomnijmy — również został zrealizowany dzięki budżetowi obywatelskiemu. Całkowity koszt urządzenia to 157 440 zł, dofinansowanie w ramach BO wyniosło 150 tysięcy zł.

— Księżkomat to duże ułatwienie przede wszystkim dla osób zapracowanych, które nie są w stanie odebrać książek w godzinach otwarcia biblioteki. Urządzenie posiada 41 skrytek i można zamawiać do niego książki z biblioteki głównej oraz filii nr 7 Cybriada. Książki są gotowe do odbioru po ukazaniu się na koncie czytelnika informacji, że zostały tam już złożone. W księżkomacie można również oddawać książki — wyjaśnia Aleksandra Buła z Biblioteki Elbląskiej.

KAMILA KORNACKA

k.kornacka@dziennikelblaski.pl

SUPERSOŁTYS POWIATU ELBLĄSKIEGO POSZUKIWANY!

Dba o wieś, rozwiązuje codzienne problemy i jest łącznikiem między jej mieszkańcami a władzami gminy. Dziś sołtys to nie tylko urzędnik, ale też lider wsi. Rusza kolejna edycja naszej akcji.

Sołtys dba o każdą sprawę dotyczącą jego sołectwa. Od spraw społecznych przez infrastrukturę i inwestycje, aż po wydarzenia kulturalne i sportowe. Powinien cieszyć się poważaniem i zaufaniem mieszkańców, być również otwarty na ich potrzeby, znać ich problemy. Sołtys to na pewno osoba otwarta i kontakto-

wa, której nie jest obojętny los sąsiadów. Gdy pojawia się problem, szuka rozwiązania. To do niego mieszkańcy wsi pukają, gdy potrzebują rady.

Sołtys to urząd z tradycją. Jego początki sięgają XII wieku. Dziś już sołtys nie jest sędzią, jak to było w średniowieczu, ale jego rola jest bardzo ważna. Od 1990 roku sołtys jest repre-



W ubiegłym roku statuetka Złotego Sołtysa trafiła do Alicji Rogoz z Nowakowa

zentantem społeczności wiejskiej i działa na podstawie uprawnień nadanych mu przez radę gminy. To sołtysi są liderami lokalnych społeczności i odpowiadają za wykorzystanie funduszu sołeckiego. Liczą się ze zdaniem mieszkańców, podpowiadają rozwiązania i walczą o lepszą przyszłość. Są urodzonymi społecznikami.

Dla wszystkich, którzy chcą podziękować swojemu sołtysowi, mamy dobrą wiadomość. Rusza tegoroczna odsłona akcji SuperSołtys! Jak docenić swojego sołtysa? Wystarczy oddać na niego swój głos — listę kandydatów i regulamin zabawy znajdziesz na www.dziennikelblaski.pl.

RED.

WYDAWCA
GRUPA WM Sp. z o.o.
ul. Tracka 5,
10-364 Olsztyn

REDAKTOR NACZELNY
Maciej Matera
zarzad@gazetaolsztynska.pl

ZASTĘPCY REDAKTORA NACZELNEGO
Igor Hrywna
Dawid Zmuda
Bartosz Orliński

REDAKTORZY WYDANIA
Kamila Kornacka
Barbara Barczuk
Igor Hrywna
Jerzy Kuczyński
Artur Dryhynch

wydawca@gazetaolsztynska.pl
sport@gazetaolsztynska.pl

WYDANIE ONLINE internet@gazetaolsztynska.pl
89 539 74 83

GAZETAOLSZTYNSKA.PL
redakcja@gazetaolsztynska.pl
tel. 89 539 74 83

PRENUMERATA E-WYDAŃ
prenumerata@gazetaolsztynska.pl
89 539 76 63

REKLAMA W OLSZTYNIE
ul. Tracka 5
tel. 89 539 74 53, 89 539 77 77
reklama@gazetaolsztynska.pl

CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ
tel. 89 539 74 80, 81, 82

REDAKCJA W ELBLĄGU
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 55 611 46 00
gazeta@dziennikelblaski.pl

REKLAMA W ELBLĄGU
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 55 236 18 02, 55 611 46 01
reklamy@dziennikelblaski.pl

DRUK
Drukarnia Prasowa
GRUPA WM Sp. z o.o.
Olsztyn, ul. Tracka 7
tel. 89 539 74 21



JESTEŚMY PO TO, BY ROZKWITAĆ

WSZYSTKIE NARZĘDZIA, KTÓRE PRZYCZYNIĄ SIĘ DO TEGO, ŻE BĘDZIEMY SZCZĘŚLIWI, MAMY W SOBIE — MÓWI MARTA BRZESKA, KTÓRA NA CO DZIEŃ UCZY INNYCH ODPOWIEDNIO WYKORZYSTYWAĆ CIAŁO, ODDECH, RUCH, ŚWIADOME ODŻYWIENIE I INTUICJĘ.

Nie lubię utożsamiać się z żadnym zawodem. Jestem kobietą w ciągłej podróży. Gdzie? Do własnego wnętrza — mierzę do rozkwitu, bo wierzę, że jesteśmy na świecie właśnie po to — by rozkwitać. Jestem stale ciekawa nowych ścieżek, które nas do tego przybliżają — zaczyna moja rozmówczyni.

Marta Brzeska pochodzi z Elbląga — to tutaj mieszkała przez część swojego życia. Na studia wyjechała do Torunia — wybór padł na filologię angielską. Po odebraniu dyplomu Marta postanowiła przenieść się do Londynu. — Miałam dobrą wymówkę — mówiłam, że lecę tam, by jeszcze lepiej poznać angielski — opowiada.

W międzyczasie zakochała się w Hiszpanii, gdzie przeniosła się w 2003 — najpierw mieszkała w Walencji, a później — do grudnia 2016 — na Ibizie.

— W swoim życiu zawsze staram się kierować głosem serca, a wyjeżdżając z Polski, wiedziałam, że w innym miejscu mogę prowadzić lepsze i radośniejsze życie. Właśnie to udowodniła mi Hiszpania — to tutaj nauczyłam się cieszyć każdą chwilą, być bardziej ekspresywna i otwarta — pozbyłam się kompleksów — relacjonuje Marta.

Ale to w Hiszpanii doszło też do tragedii, która spotkała ją 15 lat temu. — Mieszkałam wtedy na

Ibizie. Kiedy jechaliśmy z moim partnerem motorem, mieliśmy wypadek. On zginął na miejscu, a ja odniosłam poważne obrażenia, ledwo uchodząc z życiem. Uświadomiłam sobie, że stało się tak nie bez powodu — wspomina moja rozmówczyni.

I relacjonuje: — Po tym wydarzeniu poświęciłam wiele lat rozwojowi osobistemu, zdobywaniu wiedzy, szkoleniom i nauce. Chciałam poznać jak najwięcej narzędzi, które pomogłyby mi odzyskać pełnię zdrowia i szczęścia oraz wspierać innych na tej drodze. Sama byłam kiedyś bardzo zakompleksiona — zaczęło się w dzieciństwie — stresowałam się szkołą, nauczycielami i ocenami — kurczyłam się w sobie. To samo w szkole średniej i na studiach — jeden wielki stres. I nagle pewnego dnia mama pokazała mi jakąś starą książkę o jodze i poczułam ciepło w sercu — dziś wiem, że była to moja intuicja. Poczułam się zainspirowana, natchniona i zaciekawiona. Gdzieś w głębi siebie wiedziałam, że nie chcę przez całe życie czuć się wystraszona. Poczułam nieokreśloną tęsknotę za życiem w harmonii i bliskości ze sobą.

Wtedy rozpoczął się proces pogłębiania wiedzy i zdobywania doświadczenia poprzez liczne podróże.

— Rok przed wypadkiem przeczytałam książkę „Potęga teraźniejszości”, która radykalnie zmieniła moje przeżywanie siebie i życia. Porady w niej zawarte zaczęłam aplikować później, gdy musiałam zmierzyć się ze stratą ukochanej osoby. Było mi bardzo trudno, ale jednocześnie odkryłam wtedy, że śmierć nie istnieje. A kiedy przychodzi — nie kończymy się, ale cały czas jesteśmy. Byłam bardzo blisko z moim partnerem i nawet po jego odejściu czułam go przy sobie, jakby był obok. Dawał mi bardzo dużo znaków, co upewniło mnie tylko w tym, że śmierć jest wyłącznie przejściem do innego stanu istnienia — mówi mi Marta.

Dziś na co dzień mieszka i działa w Polsce, ale naszą rozmowę prowadzimy na



Marta Brzeska: Wszystkie narzędzia, które przyczynią się do tego, że będziemy szczęśliwi, mamy w sobie

odległość, bo właśnie jest na Ibizie — odpoczynek łączy tutaj z pracą. Wykonuje masaże, zajmuje się coachingiem intuicyjnym opartym na astrologii, jest instruktorką jogi, doradza w sprawach związanych ze zdrowym odżywianiem i pomaga wdrażać zasady kuchni energetycznej.

— To tak naprawdę różne drogi dążące do tego samego — przywrócenia nam naszego wewnętrznego dobrostanu. Warto żyć we własnym rytmie, wsłuchiwać się w swoje ciało, by wszystko prowadziło do harmonii — przyznaje Marta.

Ważnym elementem tego stylu życia jest między innymi zdrowa dieta.

— Kuchnia energetyczna polega na tym, że odżywiamy się według klimatu, panujących pór roku i miejsca, w którym się znajdujemy. Wykorzystu-

jemy lokalne produkty — to, co daje nam właśnie matka natura. Będąc więc w Polsce, nie jadłam ananasów czy papai — zwłaszcza zimą. Te owoce rosną w ciepłych krajach, a ich energetyczna funkcja to wychładzanie organizmu. Rosną w tropikach, by ulżyć mieszkańcom podczas panujących tam upałów. Jedząc więc w Polsce w styczniu sałatkę z ananasem, dodatkowo się wychładzamy, mimo że termometry już wskazują temperatury poniżej zera — tłumaczy moja rozmówczyni.

I wylicza: — Są trzy składniki, których unikam i odradzam moim klientom — cukier, gluten i nabiał. Nie jem też czerwonego mięsa — uważam, że to zbyt mocny ładunek dla ludzkiego organizmu. Jeżeli już decydujemy się na jedzenie mięsa, starajmy

się, by pochodziło z zaufanego źródła.

Ważną rolę w harmonijnym życiu odgrywa także ruch i odpowiedni kontakt z własnym ciałem.

— Praktykując jogę, możemy wczuć się w swoje ciało i podążać za jego prawdziwymi potrzebami. Nie ujmując innym formom aktywności, to właśnie joga pomaga w połączeniu umysłu z ciałem poprzez oddech, relaksuje, pozwala uspokoić umysł, a jednocześnie wzmacnia ciało — jest wielopoziomowa i służy każdemu, a ćwiczenia można indywidualnie dopasować do potrzeb każdej osoby — wyjaśnia mi Marta.

A co z medytacją?

— Wystarczy znaleźć chociaż chwilę w ciągu dnia, by usiąść wygodnie i poczuć kontakt naszych stóp z podłożem. Później wczuć się w dłoń dotykającą

fotela czy krzesła i zakotwiczyć się w teraźniejszości. Pomaga w tym również pewna forma skanowania, kiedy witamy się z każdą częścią naszego ciała od czubka głowy aż po stopy. Wówczas naturalnie pogłęwiamy nasz oddech, a niestety większość z nas oddycha bardzo płytko, wykorzystując zaledwie jedną trzecią pojemności naszych płuc — informuje moja rozmówczyni.

— Wszystkie narzędzia do pocucia szczęścia mamy w sobie i to za darmo — ciało, oddech, ruch, głos, świadomość, uważność i intuicję. Jedni mówią o wewnętrznym głosie, innych przechodzą dreszcze, a kolejni czują ciepło w sercu — te znaki często pojawiają się w najmniej spodziewanym momencie — to właśnie intuicja, z którą moim zdaniem rodzimy się wszyscy — naturalny dar, dzięki któremu wiemy, czy coś nam służy — mówi Marta.

Elblązanka wróciła do Polski kilka lat temu. Stwierdziła, że wszystkim, czego dowiedziała się, jeżdżąc po świecie, chce podzielić się we własnym kraju.

— Polacy są często dość zamknięci w swoich emocjach, ale na szczęście coraz bardziej się otwieramy. Nadal mamy jednak tendencje do porównywania się z innymi, czujemy się od nich albo lepsi, albo gorsi, a żadna z tych opcji nie wpływa tak naprawdę pozytywnie na nasz wewnętrzny dobrostan — zaznacza moja rozmówczyni.

Marta Brzeska ma jeszcze jeden ciekawy pomysł. — Chciałabym zacząć organizować wycieczki na Ibizę dla Polek i Polaków. To miejsce jest niczym sanatorium dla duszy i ciała, można się tutaj wzmocnić, pozbyć starych napięć i zasilić dobrą energią słońca, pięknej natury i szczęśliwych mieszkańców. Chciałabym organizować tu świadome warsztaty wakacyjne, które poprzez jogę, zdrowe odżywianie i kontakt z naturą, przypomną wszystkim, co jest ważne w życiu i nauczą, jak cieszyć się każdą chwilą.

KAMILA KORNACKA

k.kornacka@dziennikelbaski.pl

POMAGA W NAJTRUDNIEJSZYCH MOMENTACH

BEATA WINIEWSKA-KOWAL POMAGA INNYM, ODKĄD PAMIĘTA. A NIKT NIE POTRZEBUJE WSPARCIA TAK, JAK OSOBY POGRAŻONE W ŻAŁOBIE. TO WŁAŚNIE Z MYŚLĄ O NICH MISTRZYNI CEREMONII POGRZEBOWYCH Z PASŁĘKA STAŁE PODNOŚI SVOJE KWALIFIKACJE I ROZWIJA WŁASNĄ DZIAŁALNOŚĆ.

Beata zajmuje się prowadzeniem świeckich ceremonii pogrzebowych już od ponad roku. Ostatnie pożegnania, które organizuje, są niezwykle. Pasłęczanka może pochwalić się talentem wokalnym, jednocześnie wciąż pracuje nad emisją głosu i coraz lepszym prezentowaniem jego walorów. To między innymi dzięki temu, że żegna zmarłych śpiewem, jej pogrzeby są wyjątkowe.

Ale to nie wszystko. Mistrzyni ceremonii pogrzebowych Beata Winiewska-Kowal należy do Polskiego Stowarzyszenia Pogrzebowego, a wiedzę zdobywała u Anny i Jacka Borowików – pary mistrzów ceremonii, która od wielu lat zajmuje się organizacją ostatnich pożegnań i edukowaniem kolejnych adeptów tego zawodu.

Od niedawna Beata nie tylko prowadzi ceremonie, ale zajmuje się też pośrednictwem pogrzebowym. Oznacza to, że po konsultacjach z rodziną zmarłego, jest w stanie zorganizować całą uroczystość.

– Wiem, co to znaczy stracić bliską osobę i zdaje sobie sprawę z tego, że

wtakich chwilach nie każdy jest w stanie zająć się organizacją tak ważnego wydarzenia, jakim jest pożegnanie zmarłego. Na początku ustalamy z rodziną całą oprawę, a później to ja zajmuję się wszystkimi szczegółami, konsultując je z bliskimi zmarłego – od wyboru trumny lub urny, wiązanek i wieńców, stosownej oprawy muzycznej i mowy pożegnalnej – towarzyszę osobom pogrążonym w żałobie od początku do końca ceremonii pogrzebowej, a nawet dłużej. Zwykle pozostają bowiem w stałym kontakcie z ludźmi, którzy mi zaufali i skorzystali z moich usług – mówi Beata Winiewska-Kowal.

I dodaje: – Dla mnie podstawą jest prostolinijność i szczerść – kiedy widzę, że bliscy zmarłego z różnych przyczyn nie radzą sobie z sytuacją, w jakiej się znaleźli, staram się zorganizować wszystko tak, by nie musieli przez to przechodzić sami. Najważniejszą rzeczą jest wsparcie dla tych, którzy pozostają i hołd oddany tym, którzy odchodzą, z dbałością o każdy detal i odpowiednio dobrane słowa. Może dlatego mam to szczęście, że cieszę się dobrą opinią. I powrotem rodzin oraz poleceniem moich usług.

Temat śmierci jest trudny dla każdego z nas, Beata ma jednak w sobie ogromne pokłady empatii.

– Z wykształcenia jestem pedagogiem specjalnym i to pomaga mi w obecnej pracy. Wiedza z zakresu psychologii ułatwia mi kontakty z innymi i pozwala lepiej ich zrozumieć. Tak jak między innymi szkolenia z wystąpień publicznych. Uczylam się i nadal się uczę profesjonalnie mówić, ustawiać ręce i całe ciało, patrzeć we właściwy sposób. Całe życie śpiewałam, ale tego też wciąż się uczę. Wychodzę z założenia, że cały czas należy się kształcić, bo to jest gwarancją wysokiego poziomu usługi – i właśnie to robię. Niezbędne jest również indywidualne podejście do każdego przypadku, wsłu-



Beata Winiewska-Kowal zajmuje się prowadzeniem świeckich ceremonii pogrzebowych

chanie się w potrzeby bliskich zmarłego. Trzeba być empatycznym, obserwować reakcje rodziny, dostrzec, gdy potrzebuje jeszcze chwili ciszy lub modlitwy – przyznaje moja rozmówczyni.

Czym wtakim razie różni się pogrzeb świecki od kościelnego?

– Podstawowa różnica jest taka, że ceremonii świeckiej nie prowadzi kapłan, tylko świecki mistrz ceremonii, a w trakcie ceremonii nie skupiamy się na dogmatach religijnych, ale na życiu konkretnego człowieka. Żegnamy zmarłego, ale nie mówimy o Stwórcy, tylko o życiu i przemijaniu. W dniu pogrzebu zakładam suknię lub togę, robię delikatny makijaż. Uważam, że skromny i godny wygląd licuje z charakterem ceremonii. Witam żałobników prostymi słowami, mówiąc, że spotkaliśmy się, by pożegnać i oddać hołd zmarłemu. Aby podziękować za jego oddanie bliskim, za każde dobre słowo, które od niego usłyszeliśmy i za to, jaką naukę dla nas po sobie pozostawił. Staram się używać prostych, a zarazem delikatnych słów – wyjaśnia Beata.

Podczas ceremonii mistrzyni odczytuje specjalnie wybrany wiersz i przypomina uczestnikom pogrzebu, że muszą iść dalej przez życie, nie zapominając o zmarłym.

– Zdarzają się też takie sytuacje, że wszystko mam zaplanowane krok po kroku, a nagle patrzę na kartkę i raptownie coś mi nie gra. Nie wiem, jak to się dzieje, ale czasem mimo przygotowanej mowy, zamykam oczy, a z moich ust płyną inne słowa, które trafiają do bliskich. Podczas jednego pogrzebu miałam nawet wrażenie, że ktoś mi śpiewa do ucha. Po ceremonii usłyszałam od bliskich zmarłego, że ten uwielbiał śpiewać. Może dusze naprawdę uczestniczą w swoich pogrzebach i same mi podpowiadają... – zastanawia się moja rozmówczyni.

KAMILA KORNACKA

k.kornacka@dziennikelblaski.pl

WZROST CEN MATERIAŁÓW NIE WPŁYNIE NA KOSZT BUDOWY PRZEKOPU

Nie widzę ryzyka zmiany wartości kontraktu na przekop Mierzei Wiślanej — przekazał wiceminister infrastruktury i potwierdził, że budowa ma zakończyć się według planu.



Od lewej: wiceminister Marek Gróbarczyk, prezes PiS Jarosław Kaczyński oraz poseł Jerzy Wilk (1955-2021) podczas wbicia symbolicznego słupka na Mierzei Wiślanej (2018).

Marek Gróbarczyk w rozmowie z PAP stwierdził, że wzrost cen materiałów budowlanych nie powinien wpłynąć na wartość kontraktu na budowę drogi wodnej łączącej Zalew Wiślany z Zatoką Gdańską. — Nie powinno być żadnego ryzyka, ponieważ większość pracy mamy już wykona-

nych. Pozostają przede wszystkim prace pogłębieniowe i umocnieniowe — powiedział wiceminister infrastruktury i podtrzymał termin otwarcia przekopu, który zaplanowano na drugą połowę 2022. Umowa na wykonanie I etapu zadania została podpisana w 2019 z polsko-belgiskim konsorcjum

NDI/Besix i opiewała na 992 miliony 270 tysięcy złotych. Jednocześnie trwają prace przy II etapie budowy kanału na Mierzei Wiślanej realizowane przez

firmę Budimex — wartość kontraktu to 570 milionów. Drugi etap inwestycji to m.in. przebudowa toru wodnego na rzece Elbląg, budowa mostu obrotowego nad rzeką Elbląg i w miej-

scowości Nowakowo. Trzecim i scalającym całe zadanie etapem będą roboty pogłębiarskie na Zalewie Wiślanym i rzece Elbląg. Wykonawca będzie miał 11 miesięcy na zakończenie

robót — odcinek toru wodnego objętego przetargiem to około 8200 metrów. Cały szlak wodny — według planów — ma być gotowy w 2023.

KK

REKLAMA

przetarg

ESM „SIELANKA” z siedzibą w Elblągu, ul. Gwiazdna 26/27 ogłasza ustny przetarg nieograniczony a najem nw. lokali użytkowych w Elblągu usytuowanych przy ulicach:

w budynku mieszkalno-usługowym przy ulicy Wigilijnej 8-9;

- Lokal o pow. użytk. 159,34 m² położony na parterze budynku (na powierzchnię składają się pomieszczenia na parterze, antresoli oraz w poziomie piwnic) z przeznaczeniem na działalność gastronomiczną lub handlowo-usługową. Czynsz za najem lokalu to kwota 4000,00 zł netto + media i VAT/m-c. Wadium w kwocie 4000,00 zł. Lokal do objęcia z dniem podpisania umowy.

w budynku mieszkalno-usługowym przy ulicy Czerwonego Krzyża 1;

- Lokal o pow. użytk. 107,00 m² położony na parterze budynku z przeznaczeniem na działalność usługowo-handlową. Czynsz za najem lokalu to kwota 4500,00 zł netto + media i VAT/m-c. Wadium w kwocie 4.500,00 zł. Lokal do objęcia z dniem podpisania umowy.

w budynku mieszkalno-usługowym przy ulicy Królewieckiej 85-87;

- Lokal o pow. użytk. 69,16 m² położony na parterze budynku, z przeznaczeniem na działalność usługowo-handlową. Czynsz za najem lokalu to kwota 2100,00 zł netto + media i VAT/m-c. Wadium w kwocie 2100,00 zł. Lokal do objęcia z dniem podpisania umowy.
- Lokal o pow. użytk. 33,90 m² położony na parterze budynku, z przeznaczeniem na działalność usługowo-handlową. Czynsz za najem lokalu to kwota 1100,00 zł netto + media i VAT/m-c. Wadium w kwocie 1100,00 zł. Lokal do objęcia z dniem podpisania umowy.
- Lokal o pow. użytk. 43,74 m² położony na parterze budynku, z przeznaczeniem na działalność usługowo-handlową. Czynsz za najem lokalu to kwota 1400,00 zł netto + media i VAT/m-c. Wadium w kwocie 1400,00 zł. Lokal do objęcia z dniem podpisania umowy.

w budynku mieszkalno-usługowym przy ulicy Mączna 2A;

- Lokal o pow. użytk. 53,53 m² położony na parterze budynku z przeznaczeniem na działalność handlowo-usługową. Czynsz za najem lokalu to kwota 1600,00 zł netto + media i VAT/m-c. Wadium w kwocie 1600,00 zł. Lokal do objęcia z dniem podpisania umowy.

w budynku mieszkalno-usługowym przy ulicy 1 Maja 28-46;

- Lokal o pow. użytk. 80,24 m² położony na parterze budynku z przeznaczeniem na działalność usługowo-handlową. Czynsz za najem lokalu to kwota 2500,00 zł netto + media i VAT/m-c. Wadium w kwocie 2.500,00 zł. Lokal do objęcia z dniem podpisania umowy.
- Lokal o pow. użytk. 88,72 m² położony na parterze budynku z przynależnymi pomieszczeniami w poziomie piwnic, z przeznaczeniem na działalność usługowo-handlową. Czynsz za najem lokalu to kwota 2000,00 zł netto + media i VAT/m-c. Wadium w kwocie 2.000,00 zł. Lokal do objęcia z dniem podpisania umowy.
- Lokal o pow. użytk. 253,34 m² położony na parterze budynku, z przeznaczeniem na działalność usługowo-handlową. Czynsz za najem lokalu to kwota 6000,00 zł netto + media i VAT/m-c. Wadium w kwocie 6000,00 zł. Lokal do objęcia z dniem podpisania umowy.
- Lokal o pow. użytk. 95,61 m² położony na parterze budynku, przy ul. 1 Maja 30, z przeznaczeniem na działalność handlowo-usługową. Czynsz za najem lokalu to kwota 3000,00 zł netto + media i VAT/m-c. Wadium w kwocie 3000,00 zł. Lokal do objęcia z dniem podpisania umowy.
- Lokal o pow. użytk. 101,50 m² położony na parterze budynku przy ul. 1 Maja 44, z przeznaczeniem na działalność handlowo-usługową. Czynsz za najem lokalu to kwota 3000,00 zł netto + media i VAT/m-c. Wadium w kwocie 3000,00 zł. Lokal do objęcia z dniem podpisania umowy.
- Lokal o pow. użytk. 26,37 m² położony na parterze budynku przy ul. 1 Maja 30 z przeznaczeniem na działalność biurowo-usługową. Czynsz za najem lokalu to kwota 850,00 zł netto + media i VAT/m-c. Wadium w kwocie 1000,00 zł. Lokal do objęcia z dniem podpisania umowy.
- Lokal o pow. użytk. 52,81 m² położony na parterze budynku, z przeznaczeniem na działalność usługowo-handlową. Czynsz za najem lokalu to kwota 1600,00 zł netto + media i VAT/m-c. Wadium w kwocie 1600,00 zł. Lokal do objęcia z dniem podpisania umowy.
- Lokal o pow. użytk. 29,04 m² położony na parterze budynku przy ul. 1 Maja 30, z przeznaczeniem na działalność handlowo-usługową. Czynsz za najem lokalu to kwota 1200,00 zł netto + media i VAT/m-c. Wadium w kwocie 1200,00 zł. Lokal do objęcia z dniem 01.03.2022 r.

w budynku handlowo-usługowym przy ulicy płk. S. Dąbka 64;

- Lokal o pow. użytk. 62,93 m² położony na parterze budynku, z przeznaczeniem na działalność handlowo-usługową. Czynsz za najem lokalu to kwota 1700,00 zł netto + media i VAT/m-c. Wadium w kwocie 1700,00 zł. Lokal do objęcia z dniem podpisania umowy;

w budynku mieszkalno-usługowym przy ulicy Hetmańskiej 26;

- Lokal o pow. użytk. 106,76 m² położony na parterze budynku, z przeznaczeniem na działalność handlowo-usługową. Czynsz za najem lokalu to kwota 3200,00 zł netto + media i VAT/m-c. Wadium w kwocie 3200,00 zł. Lokal do objęcia z dniem 01.03.2022 r.

Powierzchnię lokali użytkowych ustalono na podstawie Polskiej Normy PN-70/B-02365. Umowa najmu zostanie zawarta według wzoru ESM „Sielanka” — tekst do wglądu w siedzibie Spółdzielni, pokój nr 15.

Przetarg odbędzie się dnia 14.02.2022 roku o godz. 14.00 w siedzibie spółdzielni przy ul. Gwiazdnej 26/27 (Świetlica) w Elblągu. Podczas przetargu będzie obowiązywać reżim sanitarny tj. dystans, dezynfekcja rąk i maseczki.

Oferty w zalakowanych kopertach, zawierających nw. dokumenty, prosimy wysłać na adres siedziby Spółdzielni, dostarczyć do sekretariatu Spółdzielni lub wrzucić do skrzynki zamontowanej przy drzwiach siedziby Spółdzielni przy ul. Gwiazdnej 26/27 w terminie do dnia 14.02.2022 r. do godz. 11.00:

- charakterystyka firmy — prowadzona działalność, przeznaczenie lokalu
- oferowana stawka czynszu najmu
- aktualne zaświadczenie z ZUS o nie zaleganiu z opłatami na świadczenia społeczne
- aktualne zaświadczenie z urzędu skarbowego o nie zaleganiu z opłatami podatkowymi
- podstawa prowadzenia działalności gospodarczej — aktualne zaświadczenie o wpisie do ewidencji działalności gospodarczej lub odpis z KRS
- zaświadczenie o nadaniu numeru identyfikacji podatkowej VAT oraz numeru REGON
- kserokopia dowodu wpłaty wadium na konto spółdzielni w banku PKO BP, nr 57 1020 1752 0000 0302 0003 1575
- oświadczenie o zapoznaniu się z warunkami przetargu, postanowieniami Regulaminu postępowania przetargowego oraz wzorem umowy najmu/projektem, które oferent uznaje za wiążące.

Szczegółowe informacje o przetargu- jego zasadach i lokalach można uzyskać w administracji Spółdzielni (pok. 15) lub pod numerem telefonu (55) 642-50-46. W przypadku gdy odnośnie najmu danego lokalu wpłynie więcej niż jedna oferta, przetarg odbędzie się w formie licytacji z postąpieniem co najmniej o jeden złoty. Spółdzielnia zastrzega sobie prawo swobodnego wyboru oferenta oraz odstąpienia, odwołania lub unieważnienia przetargu bez podania przyczyn.

REKLAMA

komunikat

OBWIESZCZENIE STAROSTY ELBLĄSKIEGO

Zgodnie z art. 11f ust. 3 ustawy z dnia 10.04.2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (t.j. Dz.U. z 2020 r. poz. 1363 ze zm.)

Starosta Elbląski

podaje do publicznej wiadomości, że z dniem 24.01.2022 r. na wniosek Burmistrza Pastęka z dnia 31.08.2021 r., uzupełniony pod względem formalnym pismem z dnia 13.12.2021 r., została wydana decyzja nr 1/22 o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn. „Przebudowa ulic Augustyna Steffena i ks. Franciszka Osńskiego w Pastęku”.

Inwestycja zlokalizowana będzie na działkach:

- w liniach rozgraniczających teren drogi:
 - 102/2, 82/1, 82/2, położonych w obrębie ewidencyjnym 07 Pastęk,
 - 1/3, położonej w obrębie ewidencyjnym 11 Pastęk, jednostka ewidencyjna Pastęk;
- przeznaczonych do ograniczonego sposobu korzystania w związku z realizacją sieci uzbrojenia terenu, przebudową zjazdów oraz dróg innych kategorii:
 - 96/5, 88/4, 89, 98/42, 86, 85/3, 85/1, 84/2, 79/3, 90, 91/2, 93/2, 94/1, 79/11, 79/2, 68/2, 211/2, położonych w obrębie ewidencyjnym 07 Pastęk,
 - 2/1, 2/2, 1/4, 14/1, 16, 19/28, 19/29, 19/31, 19/34, 21/1, 24, 25, 26, 27, 29/28, 29/19, 39, 35/2, 29/16, 36/11, 40, 29/22, położonych w obrębie ewidencyjnym 10 Pastęk, jednostka ewidencyjna Pastęk.

W związku z powyższym strony postępowania w terminie 14 dni od daty opublikowania niniejszego obwieszczenia mogą zapoznać się z aktami sprawy oraz składać swoje uwagi i wnioski. Akta sprawy dostępne są w Wydziale Architektury i Budownictwa Starostwa Powiatowego w Elblągu, ul. Saperów 14A, 82-300 Elbląg, pokój nr 312, III piętro, w poniedziałki, wtorki, czwartki i piątki w godz. 7.30-13.00, w środy w godz. 7.30-17.00 (tel. 55 239 49 55), Naczelnik Wydziału Architektury i Budownictwa, tel. 55 239 49 56.

3222see1-A -P

komunikat

Starosta Braniewski

informuje, że w dniach od 02.02.2022 r. do 23.02.2022 r., tj. na okres 21 dni, na tablicy ogłoszeń w siedzibie Starostwa Powiatowego w Braniewie oraz na stronach internetowych www.bip.powiat-braniewo.pl i www.bip.uw.olsztyn.pl został wywieszony i podany do publicznej wiadomości wykaz nieruchomości Skarbu Państwa przeznaczonej do dzierżawy w trybie bezprzetargowym, położonej w obrębie 3 miasta Braniewa – działka nr 105/4.

1822sezt-A -P

3422see1-A -P

TO, GDZIE JESTEM TU I TERAZ,

PO ORGANIZACJI MISTRZOSTW ŚWIATA FORMACJI STANDARDOWYCH W ELBLĄGU W 1999, PODCZAS KTÓRYCH ZDOBYLIŚMY NAJWYŻSZY TYTUŁ, POCZULIŚMY, ŻE CHCEMY CZEGOŚ WIĘCEJ. STWIERDZILIŚMY, ŻE POSTARAMY SIĘ RAZ W ROKU URZĄDZAĆ DUŻĄ IMPREZĘ TANECZNĄ I — Z PRZERWĄ SPOWODOWANĄ W 2020 PRZEZ PANDEMIE — WŁAŚNIE TO ROBIMY I MYŚLĘ, ŻE JEST TO JEDNO Z WAŻNIEJSZYCH TEGO TYPU WYDARZEŃ W POLSCE I W PÓŁNOCNEJ CZĘŚCI EUROPY — MÓWI ANTONI CZYŻYK.



KAMILA KORNACKA
k.kornacka@
dziennikelblaski.pl

Już podczas nauki w gdyńskiej szkole średniej, Antoni Czyżyk był aktywnym sportowcem. Był to czas, gdy szkoły spotykały się na zawodach i to właśnie Antoni Czyżyk został wybrany, by reprezentować swoje liceum w zawodach tanecznych.

— Pamiętam jak dziś — trzeba było zatańczyć cza-czę, walca i krakowiaka. Byłem aktywnym uczniem — nie tylko w samorządzie szkolnym — dobrze grałem w piłkę ręczną, nożną i siatkówkę. I tak nauczyciel oddelegował mnie i koleżankę z klasy, byśmy wystąpili

na tych międzyszkolnych zawodach. Tak mi się to spodobało, że trafiłem do klubu tanecznego i nawet wziąłem udział w kilku turniejach najniższej klasy tanecznej — wspomina mój rozmówca.

Przygoda z Gdynią się skończyła i trzeba było wrócić do Elbląga.

POSZUKIWANIA

— Poszukiwałem czegoś podobnego tutaj i tak trafiłem do Zespołu Pieśni i Tańca „Ziemia Elbląska” — jedyne wówczas ośrodka, w którym można było realizować swoje taneczne pasje. W międzyczasie rodziła się we mnie nadzieja, by ukończyć dwuletni instruktorzski kurs kwalifikacyjny w Gdańsku organizowany przez Centralny Ośrodek Metodyki i Upowszechniania Kultury. Początkowo nie sądziłem, że kończąc ten kurs, będę zajmował się tańcem towarzyskim — myślałem o tańcu ludowym, ale im lepiej poznawałem taniec towarzyski, tym więcej chciałem o nim wiedzieć — przyznaje Antoni Czyżyk.

Warunkiem zaliczenia było przeprowadzenie kursu tańca.

— Zorganizowaliśmy go z moją — jeszcze wtedy przyszłą — żoną na świetlicy Szkoły Podstawowej nr 12. Tak naprawdę sami zdobywaliśmy doświadczenie, ucząc jednocześnie innych. Nasza działalność spotkała się z dużym zainteresowaniem wśród elblążan, a patronował nam Wojewódzki Uniwersytet Robotniczy. To dzięki jego środkom udało się zorganizować zimowy taneczny obóz dla młodzieży — relacjonuje mój rozmówca.

I opowiada: — Wszystko zaczęło się rozwijać i powstawały pierwsze szkółki tańca towarzyskiego, który — można powiedzieć — konkurował w tamtym czasie z „Ziemią Elbląską” i tańcem ludowym, ale wiedzieliśmy, że nasza pasja i determinacja mogą również i nas daleko zaprowadzić. Zaczęliśmy się pokazywać — pamiętam, jak nasi zawodnicy tańczyli podczas festynów na placu Jagiellończyka. Nastąpił ten moment, w którym wie-



Stworzyliśmy całą społeczność — fajna młodzież, dużo spotkań, obozy, ogniska i treningi — to wszystko oznaczało dla nas potrzebę rozwoju — wspomina Antoni Czyżyk

dzieliśmy już, że w Elblągu istnieje też przestrzeń na inną formę taneczną, ale nie zdawaliśmy sobie jeszcze sprawy z tego, że uda się ją wprowadzić na tak wysoki, wyczynowy poziom.

Instruktorzy — którzy nadal uczyli się razem z uczniami — musieli mimo wszystko być od nich okrokiem dalej. Stąd szkolenia i warsztaty — do Elbląga przyjeżdżali też bardziej doświadczeni nauczyciele, którym również zależało

na tym, by miasto rozkwitło w tańcu towarzyskim.

— Stworzyliśmy całą społeczność — fajna młodzież, dużo spotkań, obozy, ogniska i treningi — to wszystko oznaczało dla nas potrzebę rozwoju i znalezienie stałego miejsca — mówi Antoni Czyżyk.

Itak w latach 80. powstało Centrum Tańca Promyk z siedzibą — jak do dziś — przy ulicy Browarnej — chociaż wówczas dzielono ją z Zespołem Pieśni i Tańca „Ziemia Elbląska”.

— Zaczęliśmy tańczyć wyczynowo i uczyć pary sportowe. Zorganizowaliśmy nawet jeden dzień międzynarodowego turnieju tańca, który organizowany był wówczas przez Gdańskie Towarzystwo Taneczne, które zaproponowało nam współpracę. Pamiętam, że to było ogromne wydarzenie, w które zaangażowały się władze wojewódzkie. Autokary przywoziły do Elbląga tancerzy z Niemiec, Jugosławii, Danii i Rosji, a zawody odbywały

się przy udziale Orkiestry Reprezentacyjnej Marynarki Wojennej. Impreza odbiła się ogromnym echem — turniej nosił nazwę Jantar — wspomina mój rozmówca.

Młodzież, która pomagała w organizacji wydarzenia, była zachwycona. Tak narodził się pomysł, by w Elblągu powstał klub taneczny — wspólną decyzją formacja przyjęła nazwę na cześć gdańskiego turnieju — i tak powstał Elbląski Klub Tańca „Jantar”.

CZAS NA JANTAR

— Sukcesy pojawiły się dość szybko. Zajęcia opieraliśmy o elementy baletu i stretchingu — na tamten moment to było coś nowego. Już po niedługim czasie zastanawialiśmy się, co zrobić z tymi parami, które potrzebują wsparcia treningowego na najwyższym poziomie — pojawili się więc kolejni goście, m.in. z dominującego w całej Polsce Klub Tańca „Miraż” z Olsztyna. Wkrótce pojawiły się plany utworzenia pierwszej w Polsce formacji standardowej w kategorii wiekowej powyżej 15 roku życia. Zadanie było trudne, ale postanowiliśmy spróbować i to był strzał w dziesiątkę — przyznaje Antoni Czyżyk.

I zaznacza: — Formacja spowodowała, że tancerze poczuli się równi, wspierali się w dążeniu do wspólnego celu, a więzi stawały się coraz silniejsze. Ta grupa ludzi przetrwała jako drużyna przez lata, a w międzyczasie budowało się już kolejne pokolenie elbląskich tancerzy — ciągłość była zachowana. Dziś trafiają do nas dzieci moich tancerzy, których uczyłem na samym początku — to już trzecie pokolenie, które jest w Jantarze, a przez ręce moje i mojej żony przeszło około 15 tysięcy podopiecznych. Czasami zastanawiamy się, czy jest w ogóle w Elblągu rodzina, która nie miała styczności z Elbląskim Klubem Tańca „Jantar”.

Również rodzina Czyżyków związała swoje życie z tańcem.

— Tata był zaangażowany i w pracę zawodową, i w tę popołudniową w klubie, więc żona przyprowadzała

ZAWDZIĘCZAM SWOJEJ PASJI



W 1999 Formacja Standardowa Jantar zdobyła tytuł Mistrza Świata Formacji Standardowych. Tancerze zaprezentowali układ choreograficzny oparty na filmie „Titanic”



Antoni Czyżyk — choreograf, tancerz, animator kultury, polityk i przewodniczący Rady Miejskiej w Elblągu. Urodzony w 1960 w Markusach w powiecie elbląskim. Absolwent technologii maszyn Politechniki Gdańskiej. Założyciel Elbląskiego Klubu Tańca „Jantar”, twórca i trener Formacji Standardowej Jantar w Elblągu, która w latach 1999 i 2010 zdobyła złoty medal i tytuł Mistrza Świata Formacji Standardowych. Antoni Czyżyk był głównym organizatorem Mistrzostw Świata Formacji Standardowych w Elblągu w latach 1999, 2005 i 2010. Od 2004 pełni funkcję dyrektora Centrum Spotkań Europejskich „Światowid” w Elblągu.



Międzynarodowy Festiwal Tańca Baltic Cup 2021 okazał się kolejnym sukcesem, mimo wciąż zmieniających się obostrzeń i konieczności stosowania się do rygorystycznych zasad sanitarnych

z 2010 roku. Mateusz kończy kurs trenerów klasy II i również może pochwalić się wieloma osiągnięciami — opowiada dumny tata.

CZAS NA BALTIC CUP

Od 2000 roku za sprawą Antoniego Czyżyka Elbląg na jeden weekend w roku staje się prawdziwą stolicą tańca, a Międzynarodowy Festiwal Tańca „Baltic Cup” przyciąga zawodników i kibiców z całego świata. Ale jak to wszystko się zaczęło?

— Po organizacji Mistrzostw Świata Formacji Standardowych w Elblągu w 1999, podczas których zdobyliśmy najwyższy tytuł, poczuliśmy, że chcemy czegoś więcej. Podobał nam się ten kolorowy Elbląg, do którego zjechało kilkaset osób z różnych zakątków świata. Stwierdziliśmy wówczas, że postaramy się raz w roku urządzać w naszym mieście dużą imprezę taneczną — i z przerwą spowodowaną w 2020 przez pandemię — właśnie to robimy i myślę, że jest to jeden z ważniejszych tego typu eventów w Polsce i w północnej części Europy — mówi Antoni Czyżyk.

Organizacja MFT Baltic Cup 2021 — mimo wciąż zmieniających się obostrzeń i konieczności stosowania się do rygorystycznych zasad sanitarnych — zakończyła się sukcesem, a kolejna edycja jest już zaplanowana na początek października tego roku.

— Początkowo taniec był sposobem na humanizację życia poukładanego stu-

denta gdańskiej politechniki, który siedział nad regułkami i projektami. Dziś muszę przyznać, że zmienił w moim życiu bardzo wiele. To, gdzie jestem tu i teraz, zawdzięczam swojej pasji — stwierdza mój rozmówca.

I podsumowuje: — Dzięki niej jestem perfekcjonistą, jestem cierpliwy, konsekwentnie realizuję kolejne pomysły i mam pewność, że z wartościowymi ludźmi u boku, można wspólnie odnieść sukces.

REKLAMA

Największa Hurtownia Odzieży w Olsztynie

Olsztyn, ul. Wyszyńskiego 7
tel. 89 534 63 52

www.gracjaolsztyn.pl



Z tym kuponem kupisz bez marży*
Oferta ważna do 19 lutego 2022 r.

Hurtownia wprowadziła na stałe

sprzedaż detaliczną

Serdecznie zapraszamy
• pon.-pt. 9.00-18.00
• sob. 9.00-15.00

* Do zakupu bez marży uprawniona tylko kupon z papierowego wydania gazety.



dzieci na zajęcia, by mogły spędzić ze mną więcej czasu. To zaowocowało — cała trójka jest poniekąd związana z tańcem. Najstarszy

syn Piotr jest trenerem klasy II, sędzią pierwszej kategorii w Polsce i najwyższej na świecie, chociaż podobnie jak ja i jego

młodszy brat, kończył Politechnikę Gdańską. Kasia jest wielokrotną finalistką mistrzostw Polski i mistrzynią świata formacji

BISKUP POWINIEN BYĆ BLISKO SWOICH WIERNYCH

— WIERZĘ, ŻE NIE BĘDZIE WOJNY, ŻE DOCZEKAMY SIĘ POKOJU I DECYZJI, KTÓRE POZWOLĄ UKRAINIE ROZWIJAĆ SIĘ. WSZYSCY PRZEŻYWAMY TO, CO DZIEJE SIĘ WOKÓŁ UKRAINY — MÓWI KSIĄDZ BISKUP ARKADIUSZ TROCHANOWSKI, ZWIERZCHNI OLSZTYŃSKO-GDAŃSKIEJ DIECEZJI KOŚCIOŁA GRECKOKATOLICKIEGO. 23 STYCZNIA MINĄŁ ROK OD JEGO ŚWIĘCEŃ BISKUPICH. ROZMAWIAMY Z NIM O PLANACH ORAZ PRACY DUSZPASTERSKIEJ.



PAWEŁ SNOPKOW
p.snopkow@
gazetaolsztynska.pl

— Niemal rok temu w katedrze greckokatolickiej w Olsztynie ksiądz biskup otrzymał chirotonię biskupią. W pontyfikalnej boskiej liturgii uczestniczyło wielu ważnych gości. Jakie przeżycia towarzyszyły księdzu biskupowi podczas tej uroczystości?

— Uroczystość z 23 stycznia 2021 r. była dla mnie ogromnym przeżyciem. Powierzono mi z pełnym zaufaniem poprowadzenie nowo utworzonej eparchii (biskupstwa) olsztyńsko-gdańskiej, za co bardzo dziękuję Synodowi Biskupów Kościoła Greckokatolickiego oraz papieżowi Franciszkowi. Było to dla mnie ogromne zaskoczenie, ale też duże wyróżnienie. Z powołaniem nowej epar-



foto: arch. prywatne

— To Bóg, jako stwórca świata, rozpoczął dialog z ludźmi. Ekumenizm jest też szukaniem dialogu z każdym człowiekiem — mówi ks. bp. Arkadiusz Trochanowski

chii wiąże się bardzo dużo nowych wyzwań. Wizyta w Watykanie w październiku 2021 r. „as limina Apostolorum — do watykańskich progów” uświadomiła mi, jak wiele zadań stoi przed biskupem. Jednocześnie jestem gotowy, aby te nowe zadania zrealizować.

— Na czym dokładnie polegają te zadania?

— Przede wszystkim na tworzeniu wspólnoty eparchialnej. Na ukazaniu, że Cerkiew powinna być blisko swoich wiernych. Na stworzeniu planu duszpasterskiego, aby tym samym wspomóc wszelkie zadania duszpasterskie, katechetyczne, ewangelizacyjne. To wszystko ma pomóc w budowaniu wspólnoty i duchowej jedności na terytorium, z którego została utworzona eparchia olsztyńsko-gdańska. Terytorium jest bardzo rozległe, co z kolei wymaga dużej aktywności zarówno ode mnie, jak i księży pracujących w parafii. Oprócz parafii, które już istnieją, powinny powstać nowe w tych miejscowościach, w których ich brakuje. Jest to związane z emigrantami z Ukrainy, a dokładniej z Galicji, bo są oni grekokatolikami i chcemy objąć ich opieką duszpasterską.

— Żyjemy w czasach postępującej sekularyzacji. Wielu



ŚW. JAN PAWEŁ II:
DZISIAJ DOSŁOWNIE WSZYSTKO - A PRZED WSZYSTKIM WSPÓLNA WIARA W JEZUSA CHRYSZTUSA - WZYWA DO POJEDNANIA, BRATERSTWA I WZAJEMNEGO SZACUNKU; DO SZUKANIA TEGO, CO ŁĄCZY... O JAKŻE SERDECZNIE PRAGNĘ, ABY SIĘ WZAJEMNIE MIŁOWALI KATOLICY OBYDWÓCH OBRZĄDKÓW!

ludzi, zwłaszcza młodych, odchodzi od Kościoła. Czy to zjawisko dotyka również Kościoła greckokatolickiego?

— Nasza młodzież, pomijając wątek narodowościowy, nie jest inna od młodzieży polskiej. Żyjemy w tych samych realiach, dotyczą nas te same problemy. Choć może przez to, że nasze wspólnoty są mniej-

sze, kapłani mają bliższy kontakt z młodzieżą, i trzeba powiedzieć, że nie obserwujemy masowego zjawiska wypisywania się z katechezy greckokatolickiej. Wierni nie są anonimowi i to nam pomaga. Wierni też to sobie cenią. Mocna tradycja rodzinna i przywiązanie do Kościoła — to są specyficzne warunki — mniejszości narodowych. Dlatego nie mamy też odstępstw od Cerkwi. Wierni chcą być całymi rodzinami w Cerkwi. I taka wielopokoleniowość jest dla nas bardzo ważna.

— W 2012 roku biskup uzyskał tytuł doktora teologii ekumenicznej. Czy ten rodzaj wiedzy pomaga w pełnieniu duszpasterskiej służby?

— Myślę, że uczy szacunku dla każdej wspólnoty i każdego człowieka. To Bóg, jako stwórca świata, rozpoczął dialog z ludźmi. Ekumenizm jest też szukaniem dialogu z każdym człowiekiem. To dzisiaj bardzo trudna sztuka. Dlatego też powinniśmy szanować siebie i przechodzić do wielu praktycznych zadań. Ekumenizm uczy, że jedność możemy też budować w różnorodności. Umiejemy to cenić.

— Świat bacznie obserwuje wydarzenia, jakie rozgrywa się w Europie Wschodniej.

Arkadiusz Trochanowski (ur. 6 stycznia 1973 w Szprotawie) — duchowny greckokatolicki, doktor nauk teologicznych, biskup eparchii olsztyńsko-gdańskiej. Pochodzi z temkowskiej rodziny przesiedleńców z Akcji „Wisła”.

Po maturze wstąpił do Wyższego Seminarium Duchownego w Lublinie. W 2000 roku uzyskał magisterium z teologii na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim. W latach 2001–2020: proboszcz parafii Podwyższenia Krzyża Pańskiego w Wałczu. W latach 2003–2020 duszpasterz sportowców, a także redaktor czasopisma „Błahowist” (miesięcznik Kościoła greckokatolickiego w Polsce). Przez dziesięć lat pełnił funkcję dyrektora wydziału ds. duszpasterstwa dzieci i młodzieży.

Cały czas mówi się o inwazji wojsk Federacji Rosyjskiej na Ukrainę. Czy mniejszość ukraińska, związana z Kościołem greckokatolickim w Polsce, jest mocno zaniepokojona tą sytuacją?

— Uważam, że dzisiaj cały świat bardzo mocno przeżywa to, co dzieje się na Ukrainie. Obserwujemy, słuchamy i czekamy na mądre decyzje, aby nie doszło do kolejnej eskalacji, bo przecież część wschodniej Ukrainy cały czas jest ogarnięta konfliktem zbrojnym. Potrzeba wielu dobrych, dyplomatycznych decyzji. Wierzę, że nie będzie wojny, że doczekamy się pokoju i właściwych decyzji, które pozwolą Ukrainie rozwijać się. Wszyscy przeżywamy to, co dzieje się wokół Ukrainy.

— Czy w przypadku inwazji wojsk rosyjskich na Ukrainę Kościół greckokatolicki w Polsce podejmie jakieś działania, by wesprzeć mieszkańców tego kraju?

— Na razie robimy wszystko, aby wojny nie było. To jest podstawowe zadanie. Rozpoczęliśmy modlitwy za pokój na Ukrainie. Takim dniem modlitwy i postu była środa 26 stycznia. 30 stycznia we wszystkich Cerkwiach greckokatolickich został odczytany „List Pastorski Biskupów greckokatolickich z Pol-

ski”, w którym zachęcamy do modlitwy i postu w intencji pokoju na Ukrainie. Cerkiew greckokatolicka włączyła się w modlitwy, bo jest to dla nas bardzo ważne. Szukajmy najpierw i przede wszystkim pokojowego rozwiązania. I do tego zachęcam wszystkich, do modlitwy za pokój na Ukrainie i za odsunięcie zagrożenia militarnego. Módlmy się za Ukrainę, bo pokój jest skarbem ludzkości i niech zapanuje miłość między narodami.

— Od ponad roku ksiądz biskup mieszka w stolicy Warmii i Mazur. Jak czuje się ksiądz biskup w naszym mieście?

— Olsztyn to ciekawe miejsce. Poznając to miasto i całe terytorium Warmii i Mazur. Jest to potrzebne do pracy duszpasterskiej. Uważam, że biskup powinien być bardzo blisko swoich wiernych.

— Jakie plany ma ksiądz biskup na najbliższe lata? Na co chciałby ksiądz biskup położyć szczególny akcent, jeśli chodzi o posługę w eparchii olsztyńsko-gdańskiej?

— Przede wszystkim trzeba wzmocnić pracę z dziećmi i młodzieżą. Odbudować wspólnotę, aby wierni wrócili do świątyni, bo Covid-19 bardzo utrudnił nam normalną posługę duszpasterską. To też dostrzeżenie osób starszych i samotnych. To szukanie sposobów na nowe inicjatywy, angażowanie osób świeckich, bo one są bardzo ważne i powinny dużo wnieść w życie naszej Cerkwi. Ponadto ważne jest wzmocnienie wspólnoty kapłańskiej, a w bieżącym 2022 r. upamiętnienie 75 rocznicy Akcji „Wisła”.

— W jaki sposób spędza ksiądz biskup wolny czas? Czy ma ksiądz biskup jakieś hobby, które pomaga odpocząć od trudów pracy duszpasterskiej?

— Obecnie tego czasu wolnego praktycznie nie mam. Jeżeli mam wolne chwile to maksymalnie wykorzystuję je na czytanie książek. Lubię aktywność sportową, pływanie, jazdę na rowerze. Troszkę to zaniedbałem, ale myślę, że niebawem wrócę do tego.

CHORĄGIEW DZIAŁYŃSKIEGO WRÓCI DO DOMU

MINĘŁO 20 LAT OD CHWILI, KIEDY CHORĄGIEW ŻAŁOBNA JANA PAWŁA DZIAŁYŃSKIEGO Z BAZYLIKI W NOWYM MIEŚCIE LUBAWSKIM TRAFIŁA DO TORUŃSKICH KONSERWATORÓW. CENNY ZABYTEK ZOSTAŁ ODNOWIONY, ALE DO KOŚCIOŁA JUŻ NIE WRÓCIŁ. JUŻ WIADOMO JEDNAK, ŻE ODRESTAUROWANA CHORĄGIEW BĘDZIE EKSPONOWANA W NOWYM MIEŚCIE.



STANISŁAW R. ULATOWSKI
s.ulatowski@
gazetaolsztynska.pl

Przypomnijmy. Chorągiew Żałobna Jana Pawła Działyńskiego z 1643 roku wisiała w głównej nawie nowomiejskiej bazyliki. Cenny zabytek wykonany został z czerwonego adamaszku. Na obu jej stronach symbole wymalowane były temperą na podkładzie kredowym. Rozmiary chorągwi są naprawdę imponujące, ma bowiem wymiary siedem na 3,2 metra.

To prawdziwa rzadkość. Historycy sztuki określają ją jako prawdziwy ewenement w europejskiej skali.

Stan wiekowej chorągwi wiele do życzenia, czas nie by dla niej życzliwy, a dzieła zniszczenia dopełniło umycie chorągwi na przykościelnym cmentarzu w latach dwudziestych minionego wieku.

Ponad 20 lat temu cenny zabytek trafił do Zakładu Papieru i Skóry Instytutu Zabytkoznawstwa i Konserwatorstwa Wydziału Sztuk Pięknych UMK w Toruniu.



Chorągiew podczas prac konserwatorskich w Toruniu została pocięta na bryty



Dom Aneczki, w którym będzie się mieściło Muzeum Parafialne

Tam zespół specjalistów pod kierunkiem Haliny Rosy i Mirosławy Wojtczak wykonał misterną pracę odnowienia chorągwi. Od razu wykluczono jednak możliwość ekspozycji zabytku w dotychczasowej podwieszanej formie, bezpośrednio w kościele. Stwierdzono, że konieczne jest wykonanie specjalnej gabloty, gdzie można by przechowywać pamiątkę po rodzie Działyńskich. Po dokonaniu prób i wizytach specjalnych komisji, pomysł nie został zaakceptowany i zwinięta w brytach chorągiew leżała w toruńskim zakładzie konserwacji papieru i skóry UMK.

Kilka lat później, chorągiew została przetransportowana do Muzeum Diecezjalnego w Toruniu, i tam miała być wystawio-

na. Natomiast do Nowego Miasta miała trafić wierna kopia wykonana zaawansowaną techniką drukarską. Niestety, monstrialne wymiary nowomiejskiego zabytku nie pozwoliły na wystawienie go w niewielkich pomieszczeniach muzeum.

Nieco później pojawiły się nowe, dobre informacje dla miłośników zabytków i tożsamości historycznej ziemi nowomiejskiej. Ksiądz Zbigniew Markowski, proboszcz parafii w Nowym Mieście zapowiedział, że powstały nowe ustalenia związane z powrotem oryginalnej chorągwi Działyńskiego do Nowego Miasta. — Będzie to możliwe po wykonaniu prac remontowych w tzw. domu Aneczki przy ogrodzie plebanii — dodaje ks. Zbigniew Markowski.



Kaplica rodu Działyńskich w bazylice nowomiejskiej



Chorągiew Jana Pawła Działyńskiego podczas oceny przez ekspertów

Prace remontowo-adaptacyjne budynku, który stanie się Muzeum Parafialnym rozpoczęły się już kilka miesięcy temu. Niestety przerwała je panująca pandemia. Jednak, jak twierdzi duchowny, prace powinny zakończyć się jeszcze w tym roku. W parafii nowomiejskiej trwały tzw. msze koładowe, podczas których zbierane były datki na dofinansowanie renowacji miejsca przyszłej ekspozycji chorągwi.

— Pomimo że adamaszek, z którego wykonana jest chorągiew, jest bardzo słaby i nie powinna być ona ekspozowana pionowo, to czynione są starania w celu wzmocnienia tkaniny z pomocą najnowszych technik. Wówczas zabytek można będzie oglądać w pełnej okazałości — po-

wiedział nam proboszcz Zbigniew Markowski, który jest jednocześnie kustoszem sanktuarium Matki Boskiej Łąkowskiej. Chorągiew Działyńskich związana jest ściśle z Nowym Miastem i Bratianem. Jej brak w kościele przez całe lata był tematem gorących dyskusji i wielu komentarzy mieszkańców. Teraz pozostaje tylko czekać na zakończenie prac w domu Aneczki i powrót cennego zabytku.

Z życia Jana Pawła Działyńskiego

W latach 1607 - 1615 studiował w Elblągu, Braniewie, w Kolegium Jezuitów w Poznaniu i na Uniwersytecie w Padwie. Starostwo bratiańskie otrzymał w 1613 roku za zgodą królewską od swej matki. W czasie wojny



KS. ZBIGNIEW MARKOWSKI:

ADAMASZEK, Z KTÓREGO WYKONANA JEST CHORĄGIEW, JEST BARDZO SŁABY I NIE POWINNA BYĆ ONA EKSPONOWANA PIONOWO. JEDNAK CZYNIONE SĄ STARANIA W CELU WZMOCNIENIA TKANINY ZA POMOCĄ NAJNOWSZYCH TECHNIK.

polsko-tureckiej został w 1620 roku wyznaczony komisarzem sejmowym przy hetmanie Janie Karolu Chodkiewiczu. Był postem szlachty z województwa chełmińskiego, postem powiatu świeckiego na Sejm Warszawski 1626 roku. Od 1630 roku piastował urząd podskarbiego pruskiego. W maju 1630 roku otrzymał nominację na wojewodę pomorskiego. Był elektorem Władysława IV Wazy z województwa pomorskiego. W 1635 roku został starostą bratiańskim. Piastował ten urząd przez 26 lat. Jan Paweł Działyński dążył do zmonopolizowania handlu z Gdańskiem solą, śledziami oraz piwem i wódką wytwarzanymi w starostwie na podległym mu terenie. Robił to przy wykorzystaniu żeglugi na Drwęcy. Zmarł 17 lipca 1643 roku w Bratianie. Został pochowany w grobowcu w bazylice św. Tomasza w Nowym Mieście. Chorągiew nagrobna miała utrwalić postać zmarłego oraz opisać jego bohaterskie czyny.

BEZ MOKRADEŁ ANI RUSZ

NIEDAWNO (2 LUTEGO) OBCHODZILIŚMY ŚWIATOWY DZIEŃ MOKRADEŁ. ZAABSORBOWANI WŁASNYMI SPRAWAMI, NIE ZDAJEMY SOBIE SPRAWY JAK WAŻNE JEST OTACZAJĄCE NAS EKOSYSTEMY. TO WŁAŚNIE ONE MAJĄ KLUCZOWE ZNACZENIE DLA LUDZI I PRZYRODY, PRZYNOSZĄ NATURALNĄ WARTOŚĆ, KORZYŚCI ŚRODOWISKOWE, KLIMATYCZNE, EKOLOGICZNE, SPOŁECZNE, GOSPODARCZE, NAUKOWE, EDUKACYJNE, KULTUROWE, REKREACYJNE I ESTETYCZNE.



RENATA SZCZEPANIK
r.szczepanik@gazetaolszynska.pl

Mokradła pełnią niezwykle ważną rolę w regulowaniu dostępności zasobów słodkiej wody dla ludzi i przyrody. Retencjonują wodę deszczową, magazynują i powoli uwalniają w czasie niedoboru deszczu. Tereny podmokłe poprawiają jakość wody absorbując sporą część zanieczyszczeń takich jak nawozy sztuczne.

Co roku od ponad 25 lat, 2 lutego obchodzony jest Światowy Dzień Mokradeł. To właśnie te ekosystemy mają kluczowe znaczenie dla ludzi i przyrody, przynoszą naturalną wartość, korzyści środowiskowe, klimatyczne, ekologiczne, społeczne, gospodarcze, nauko-



Fot. Renata Szczepanik

we, edukacyjne, kulturowe, rekreacyjne i estetyczne.

W Lesie Miejskim w Gajewie koło Giżycka udało się zretencjonować tyle wody, ile pomieściłby wieżowiec w Dubaju. W wyniku modernizacji leśnych stawów dotychczasowa ilość wody w stawach powinna wzrosnąć z niespełna 18 tys. m³ do ponad 60 tys. m³. Natomiast grunt wokół stawów powinien retencjonować dodatkowo wodę w ilości prawie 400 tys. m³. Należy sobie wyobrazić, ile to jest 60 tys. m³. To mniej więcej blok mieszkalny 10 m x 10 m o wysokości 604,8 m.

— To wieżowiec — tłumaczy leśniczy Sławomir Kowalczyk z Nadleśnictwa Giżycko. — No i jeszcze woda w gruncie. To taki sam wieżowiec, ale ponad czterokrotnie wyższy od najwyższego wieżowca zbudowanego w Dubaju. Zahamowanie odpływu wody pochodzącej z opadów pozwoli nie tylko chronić jej zasoby w sensie ilościowym, lecz także jakościowym. Woda w naturalny sposób jest natleniana i oczyszczana poprzez roślinność porastającą leśne strumienie i zbiorniki. Dobrze nawodnione lasy i mokradła są ostoją różnorodności biologicznej. Tereny położone wokół zbiorników wodnych oraz obszary podmokłe stanowią przyjazne środowisko do rozwoju rzadkich gatunków zwierząt i roślin, wzbogacając nasze otoczenie przyrodnicze.

Zdaniem leśników, tereny podmokłe należą do ekosystemów o najwyższym tempie zaniku i degradacji, i ta



Fot. arch. Nadleśnictwa Giżycko/Sławomir Kowalczyk

negatywna tendencja będzie się utrzymywać lub nasilać w odpowiedzi na czynniki, takie jak szybki wzrost populacji ludzkiej, niezrównoważona produkcja i konsumpcja, niekorzystne skutki zmiany klimatu. Ich zdaniem chronić mokradła możemy przeciwdziałając kryzysowi wodnemu. Jak to robić?

— Powinniśmy zaprzestać jakichkolwiek działań degradujących mokradła, między innymi zrezygnować z regulacji rzek i przegradzania ich tamami oraz z odgradzania naturalnych

terenów zalewowych od rzek wałami, a także osuszania bagien, torfowisk i podmokłych łąk na cele rolnicze — twierdzą specjaliści z Centrum Ochrony Mokradeł. — Powinniśmy odtworzyć naturalnie meandrujące rzeki wraz z przyległymi terenami bagiennymi. Aby to było możliwe, kluczowe jest uznanie retencji wody na terenach podmokłych za priorytet w planach rozwoju i zarządzania przestrzenią.

Jak podkreślają eksperci Centrum Ochrony Mokradeł, jednym z przejawów

kryzysu ekologicznego jest kryzys wodny. Przyczyną jest nie tylko złe użytkowanie mokradeł, ale też zmiany klimatu powodujące zaburzenia cyklu hydrologicznego — wzrost prawdopodobieństwa występowania susz w niektórych regionach i intensywnych opadów powodujących powodzie winnych. Tymczasem zużycie wody przez ludzi wzrosło sześciokrotnie w ciągu ostatnich 100 lat i każdego roku rośnie o 1 procent. Zużywamy więcej wody niż naturalne ekosystemy są w stanie wytworzyć.

Mokradła

To obszary, na których poziom wody jest bliski poziomowi gruntu, a więc pokrywająca go roślinność przystosowana jest do częściowego zanurzenia. Według Międzynarodowej Unii mokradłami czyli obszarami wodno-błotnymi, nazywane są tereny bagien, błot i torfowisk lub zbiorniki wodne.

Dawniej w Europie zajmowały znaczne obszary. W wyniku działalności człowieka w ostatnich stuleciach uległy osuszeniu i odwodnieniu w wyniku przekształcania naturalnych mokradeł w pastwiska (od XIII w.), zmienianiu podmokłych łąk w pola orne (od XIV w.), wprowadzaniu odwadniających melioracji na masową skalę (od XIX w.), gospodarczego użytkowania torfu. W końcu XX w. w związku z nadwyżką żywnościową zmniejszyła się presja człowieka na tereny podmokłe. Wiele mokradeł zostało objętych ochroną.

Mokradła w Polsce zajmują obecnie obszar ok. 43 tys. km kwadratowych, z czego na torfowiska przypada ponad 12 tys.

Bagno

Obszar o utrzymującym się wysokim nawilgoceniu, porośnięty przez roślinność przystosowaną do specyficznych warunków. Pojęcia bliskoznaczne to trzęsawisko, grzęzawisko lub błoto. Bagno może oznaczać teren stale podmokły i porośnięty roślinnością przystosowaną do bardzo wilgotnych warunków, której szczątki przekształcają się w torf. W topografii bagnem określany jest obszar, na którym woda znajduje się na powierzchni — między kępami roślinności — przez znaczną część roku, a w najsuchszym okresie 80-90% objętości gruntu jest trwale nasycone wodą. Bagna tworzą się w warunkach płytkiego zalegania wód podziemnych, gdy odpływ jest utrudniony przez zagłębienia terenu lub w strefie wysięków. Czasem powstają w wyniku ładowania zbiorników wodnych.

Retencja wodna

Zdolność do gromadzenia zasobów wodnych i przetrzymywania ich przez dłuższy czas w środowisku biotycznym i abiotycznym. Istnieje m.in. retencja szaty roślinnej, retencja glebowa i gruntowa, śnieżna, depresyjna, zbiorników i cieków wodnych.

MONGOLIA — MOJA MIŁOŚĆ

MOŻNA PRZELECIEĆ SAMOLOTEM Z JEDNEGO KRAŃCA ŚWIATA NA DRUGI. MOŻNA TEŻ PRZEJECHAĆ SAMOCHODEM. TRWA TO ZNACZNIE DŁUŻEJ. ALE PO DRODZE JEST CAŁA MASA RZECZY, KTÓRE MOŻNA POZNAĆ — POWIEDZIAŁ BOLESŁAW URYN PODCZAS SPOTKANIA W KSIĄŻNICY POLSKIEJ W OLSZTYNIE.



PAWEŁ SNOPOKOW
p.snopkow@
gazetaolsztynska.pl

Bolesław Uryn to olsztyński podróżnik, ichtiolog, pisarz, niezależny reporter i fotografik. Był na wszystkich kontynentach, ale jego największą pasją okazała się Mongolia.

— Mój dziadek i mój ojciec pochodzą z Kresów Wschodnich — zdradza. — Kiedyś nazywali się Uchryniewiczami i podobno byli Tatarami, czyli Mongołami, którzy zostali ściągnięci na wschodnie kresy z terenów stepów mongolskich. Prawdopodobnie moje mongolskie geny, jeżeli takowe mam, spowodowały moje zainteresowanie Mongolią — podejrzewa.

RAJ DLA WĘDKARZY

Do Mongolii olsztyńskiego podróżnika przywiodła także inna pasja.

— Od dziecka byłem wędkarzem — przyznaje. — Później pletwonurkiem polującym pod wodą. Zawsze interesowałem się hydrobiologią i rybami. Skończyłem studia z rybactwa, pracowałem jako ichtiolog. Karierę naukową prowadziłem w Instytucie Rybactwa Śródlądowego.

Okazuje się, że Mongolia to raj dla wędkarzy.



Bolesław Uryn to olsztyński podróżnik, ichtiolog, pisarz, niezależny reporter i fotografik

— Mongolia ma bardzo dużo jezior, bardzo dużo wielkich, pięknych rzek — informuje Bolesław Uryn. — Jednym z najpiękniejszych i najczystszych jezior świata jest Chubsugul, ogromny akwen poniżej Bajkału. Do Mongolii jeździło wielu moich znajomych zapalonych wędkarzy. Jest to miejsce, gdzie wędkarz ma ogromną przyjemność, łowiąc wielkie, ogromne, ryby we wspaniałych warunkach przyrodniczych. Wielu wędkarzy do Mongolii jeździło i jeździ dalej.

WĘDRUJĄCE RZEKI

Po raz pierwszy Bolesław Uryn odwiedził Mongolię w 1995 roku.

— Miałem to szczęście, że poznałem profesora Kisieleńskiego, pułkownika, lekarza, emeryta w wieku 73 lat, który był w Mongolii, bo ją kochał. Był moim pierwszym przewodnikiem w Mongolii. I on tę Mongolię przede mną otworzył — cieszy się.

Podczas pierwszej wizyty ten azjatycki kraj może zaskoczyć nas swoją przyrodą.

— U nas przeźroczystość powietrza wynosi od kilku do kilkunastu kilometrów. Natomiast w Mongolii widoczność przekracza sto kilometrów — opisuje Bolesław Uryn. — Gdy leci się samolotem na wysokości 8 tys. metrów nad czystą Mongolią, gdzie przez 250 dni w roku świeci słońce, to po horyzont wszystko szczegółowo widać. Podróżni przyjeżdżający z naszego świata mają zabawny problem. Nasz mózg jest przyzwyczajony do innego oceniania odległości. W Mongolii wszystko wydaje się bliższe, niż u nas — przyznaje.

Może to prowadzić do mniej lub bardziej poważnych pomyłek. Na nieprzygotowanych podróżników czyhają też inne zasadzki. W Mongolii, nie tylko z powodu biedy, ale również ze względów przyrodniczych, praktycznie nie ma mostów.

— Problem polega na tym, że w Mongolii panują okresy suszy na przemian z okresami bardzo dużych opadów. Te rzeki w stepie wędrują — podkreśla Bolesław Uryn. — Dzisiaj płynie ona w jednym miejscu, a za rok, dwa — kilkadziesiąt metrów dalej. Spotykałem mosty, które stały na stepie, a rzeka płynęła obok. Stąd albo robi się prymitywne mosty drewniane, albo promy, które cieszą się największą popularnością. Poza tym każdy rozsądny podróżnik, który wybiera się do Mongolii, porusza się prymitywnym, ale najdoskonalszym w świecie terenowym samochodem rosyjskiej UAZ-em. Te samochody pozwalają przemieszczać się, przepływając praktycznie przez rzeki, nie zakopując się w mule.

BRODATE YETI

W połowie lat 90. XX w. polscy podróżnicy odwiedzający Mongolię stanowili sensację dla tubylców.

— Gdy zaczynałem jeździć do Mongolii, to turystów właściwie tam nie było — wyjaśnia Bolesław Uryn. — Jak trafiałem na miejscowych Mongołów, tych żyjących w jurtach, to ich dzieci traktowały mnie jakbym był yeti. Dlaczego? Mongołowie wyróżniają się tym, że rzadko mają zarost na twarzy. Więc gdy odwiedzałem ich taki Polak z brodą, dzieci myślały, że to yeti przyszło z lasu — relacjonuje.



Spotkanie z Bolesławem Urynem w Książnicy Polskiej w Olsztynie

Dziś Mongolię odwiedza ponad milion turystów rocznie.

— Niestety przekłada się to na koszty pobytu. Świat zmienia się i na lepsze, i na gorsze — przyznaje olsztyński przyrodnik.

Podczas pierwszych podróży po Mongolii Bolesław Uryn brał udział w wyprawach na północ kraju do plemienia Caatanów. Były to osoby, które uciekły przed komunistycznymi represjami z republiki Tuwa. Żyli w skrajnej biedzie.

— To była końcówka ubiegłego wieku — wspomina. — Dzisiaj każda firma turystyczna ma w ofercie wyprawę do mongolskich Caatanów nad jezioro Chubsugul. Trzeba zapłacić w dolarach za wstęp do ich wioski, za wstęp do ich tipi, za wstęp szamana, czy szamanki i za każde zdjęcie, które chce się tam zrobić itd. Dzisiaj ta komercjalizacja jest wszechobecna — nie ukrywa.

I dodaje:

— Niedawno pan Pałkiewicz powiedział: praktycznie wyprawy już się skończyły. Zostały tylko drogie wycieczki.

TRADYCJA I RELIGIA

Pomimo komercjalizacji i globalizacji Mongolia nie utraciła swojej niepowtarzalności.

— Ten kraj jest unikatem wskałi świata — ocenia Bolesław Uryn. — Powierzchnia trzy razy większa od Polski. Ludności mniej więcej ma tyle, co Warszawa z peryferiami. Połowa tych ludzi mieszka w Ulan Bator: mieście bardzo zabudowanym, zatłoczonym, gdzie panuje smog. Natomiast reszta społeczeństwa mieszka z dala od siebie w jurtach. Większość tych ludzi zaj-

muje się hodowlą zwierząt.

To przywiązanie do tradycji wyraża się nie tylko w codziennym życiu.

— Mongołowie mają to do siebie, że do dzisiaj ich historia jest obecna w ich współczesnej kulturze — podkreśla olsztyński podróżnik.

— Mongołowie kultywują swoją historię związaną z tradycją i jest to u nich wszechobecne. Od dawien dawna w Mongolii uprawiany był szamanizm. Do czasu, gdy zaczęła rządzić tam rosyjska komuna, szamanizm był potęgą. Później został praktycznie zlikwidowany, podobnie jak lamaizm buddyjski. Po roku 1990, gdy Mongolia odzyskała wolność polityczną, to wszystko zaczęło się odradzać. Ponieważ jedno i drugie jest doskonałą reklamą Mongolii, stąd szamanizm jest w tej chwili bardzo popularny, podobnie jak religia lamajska, która również tam wróciła. Mongołowie szczerzą się tym, że za czasów imperium mongolskiego potrafili przyjąć i zniszczyć wielkie miasto łączące setki tysięcy mieszkańców. Ale kapłani wszystkich religii pozostawali nietknięci. Podobnie kościoły, meczety i inne miejsca kultu. Dziś Mongołowie wspierają religie z całego świata, które są w ich kraju obecne — akcentuje.

Mongolska kultura darzy również wielkim szacunkiem środowisko naturalne.

— Dla nich bóstwem jest przyroda, która nas otacza — zauważa podróżnik. — Jest bóstwo niebo i jest bóstwo ziemia. Tradycyjnie, zgodnie z mongolską wiarą, ziemia jest święta. Nie należy jej brudzić, nie wolno jej kopać. Mongołowie tradycyjnie noszą buty z zagiętymi do góry dzióbkami. Dlaczego? Żeby nie ranić ziemi, jak idziesz.

Wiara nie zawsze jednak działa, gdy w grę wchodzi duże pieniądze.

— Na pustyni Gobi Mongolia uruchomiła największą na świecie kopalnię odkrywkową węgla — zwraca uwagę Bolesław Uryn. — Zainwestowali w nią Niemcy, Amerykanie i Chińczycy. Unia zabrania Polsce wydobywania węgla, natomiast w Mongolii można to robić. Kopalnia jest tak duża, że zakłóca całe środowisko na południu kraju.

DOCIEC DO ŹRÓDŁA

Podczas spotkania w Książnicy Polskiej Bolesław Uryn opowiadał przeróżne historie, jakie przeżył podczas licznych wyjazdów. Jako autor książek podróżniczych podzielił się też kilkoma refleksjami na temat własnego warsztatu reporterskiego.

— Jeśli popatrzyście państwo na moją książkę, znajdziecie tam bardzo dużo zdjęć — zwrócił uwagę czytelników. — To warunek, jaki stawiam sobie przy publikacjach książkowych, czy gazetowych. Niestety osoby, które uważają się za podróżników, podróżują samotnie, bardzo często nie relacjonują swoich doświadczeń podróżniczych. To jest fikcja literacka. Dlatego moje aspiracje spełniają się w robieniu zdjęć. Nie fotografuję jako artysta, tylko jako dokumentalista. Jeżeli mówię, że topilem się w bagno jadąc na koniu, to zawsze mam do tego mnóstwo zdjęć — zapewnia.

Podróżnik wyznaje też inną ważną zasadę:

— Zanim ocenię coś krytycznie, albo pochwalę, to się zapytam: dlaczego? Dojdę do źródeł.

Zaleca również unikać śpiesznych w podróży.

— Jeśli ktoś jedzie po to, żeby poznawać, uczyć się, podziwiać, fotografować, dokumentować, to im wolniej się przemieszcza, tym więcej zyskuje — konstatuje. — Można przelecieć samolotem z jednego krańca świata na drugi. Można też przejechać samochodem. Trwa to znacznie dłużej. Ale po drodze jest cała masa rzeczy, które dodatkowo się przeżywa, albo ogląda, albo zwiedza, albo poznaje. Między dużymi mongolskimi miastami można przelecieć samolotem. Ale wolałem męcząco jechać tym twardym UAZ-em. Za to ile miałem atrakcji.

PODARUJMY 1 PROCENT AURELII I INNYM CHORYM DZIECIOM

CZĘSTO SIĘ ZDARZA, ŻE NIE ZDAJEMY SOBIE SPRAWY, JAK TAKIE „NIBY NIC” MOŻE POMÓC CHORYM I NIEPEŁNOSPRAWNYM DZIECIOM. A JEDNAK! PRZEKAZANY PRZEZ NAS 1% DAJE TYM MALUCHOM SZANSĘ NA LECZENIE, REHABILITACJĘ, WIZYTY U SPECJALISTÓW I ZAKUP SPRZĘTU. DAJE SZANSĘ DZIECIOM NA POPRAWĘ STANU ZDROWIA I LEPSZE ŻYCIE.



JOANNA KARZYŃSKA
j.karzyńska@
gazetaolsztynska.pl

Kolejny raz, rozliczając się z urzędem skarbowym, każdy z nas może przeznaczyć 1% swojego podatku na wybraną organizację pożytku publicznego. Wśród tych organizacji znajduje się też Fundacja „Przyszłość dla Dzieci”, która wspiera prawie 500 chorych i niepełnosprawnych dzieci z terenu naszego województwa.

Przekazując 1% podatku pomagasz nam wspierać chore dzieci w leczeniu, rehabilitacji, zakupie sprzętu i leków. To łatwe, nie kosztuje, a świadczy o wielkim sercu. Kilka, czy kilkanaście złotych ofiarowanych przez wielu podatników składa się na sumę, dzięki której nasza Fundacja ma szansę nieść pomoc chorym i niepełnosprawnym dzieciom.

Aurelia to 7-latką z Lidzbarka Warmińskiego, która jest właśnie podopieczną Fundacji „Przyszłość dla Dzieci”. To piękna dziewczynka, która dzielnie walczy z chorobą.



Fot. arch. prywatne

Fundacja z 1 proc. podatku zrefundowała Aurelii rehabilitację na łączną kwotę blisko trzech tysięcy złotych

— Aurelia to nasze jedyne dziecko — mówi pani Katarzyna, mama dziewczynki. — Wczynie ciąży byłam cały czas pod opieką lekarzy. Wykryto u mnie zakażenie toksoplazmą. Bardzo się niepokoiłam, ale lekarze uspokajali, że wszystko jest w porządku. Mieszkaliśmy wtedy w Anglii. Tam też urodziła się nasza córeczka. Przed porodem zgłaszałam, że coś złego się dzieje, jednak nikt mi nie wierzył. Dziecko przyszło na świat niedotlenione... Czekaliśmy tak bardzo na Aurelię. Dla nas była najpiękniejszą i najwspanialszą dziewczynką. Od pierwszej chwili pokochaliśmy ją. W 2016 roku zdiagnozowano u córki mózgową porażenie mieszaną. Od razu zaczęliśmy szukać pomocy. Niestety w Anglii rehabilitację mieliśmy tylko raz w miesiącu.

Rodzice Aurelii długo się nie zastanawiali i dla dobra dziecka postanowili wrócić do Polski. U dziewczynki oprócz MPD występuje również wada wzroku, wada mowy. Ma problemy z poruszaniem się. Aurelia jest pod stałą opieką licznych poradni specjalistycznych, w tym neurologicznej, ortopedycznej, okulistycznej i rehabilitacyjnej.

— Zdrowie naszej córki i jej sprawność jest dla nas najważniejsza — tłumaczy rodzice. — Aurelia

ma czterokończynowe porażenie mózgowe. Jest cały czas rehabilitowana, wyjeżdża na turnusy, jest pod opieką poradni psychologiczno-pedagogicznej i innych specjalistycznych. Każdego dnia walczymy, by była jak najbardziej sprawna i mogła normalnie funkcjonować. To nasze największe marzenie.

Dziewczynka jest bardzo nieśmiała i wrażliwa. Chodzi do przedszkola, jest w grupie integracyjnej i ma nauczyciela wspomagającego. Boi się hałasu, głośnych krzyków i dużych grup. Ale jest bardzo ciekawa świata, wszystko ją interesuje. Uwielbia malować i podróżować z rodzicami. Aurelia jest jedyną córką i „oczkiem w głowie” rodziców. Ojciec dziewczynki jest jedynym żywicielem rodziny, ponieważ mama opiekuje się dziewczynką, dowozi i odbiera ją z przedszkola, wozi na prywatną rehabilitację trzy razy w tygodniu do Dobrego Miasta. Aurelia potrzebuje regularnych specjalistycznych zajęć terapeutycznych, które wiążą się jednak z dużymi kosztami.

— Gdybyśmy nie rehabilitowali Aurelii od początku, teraz jeździłaby na wózku — mówi pani Katarzyna. — Po każdym turnusie, rehabilitacjach widać, że jest lepiej. Obecnie jesteśmy w Ameryce pod Olsztynem na turnusie. Zawsze

z mężem powtarzamy córce, że nie jesteśmy na wczasach, a po to, by poprawić jej sprawność. Marzeniem Aurelii jest być kiedyś stomatologiem, mówi, że chce leczyć ludziom zęby. Jako rodzice zrobimy wszystko, by dać jej szansę na normalność. Ciężko jest patrzeć rodzicom na chorobę dziecka, bo choć po Aurelii tej choroby nie widać, to widać to po jej ruchach. Nasza córka to mały wojownik i my też walczymy razem z nią!

Walka z chorobą i niepełnosprawnością wymaga nie tylko wielu poświęceń ale też środków finansowych. Leczenie, rehabilitacja, wizyty u specjalistów, dojazdy i sprzęt to duże obciążenie dla domowego budżetu — dodaje.

— Każdy rodzic chciałby dla swojego dziecka dobrej przyszłości. Marzy, że będzie zdrowe i szczęśliwe. Jednak nie zawsze jest tak, jak tego chcemy — mówi Iwona Żochowska-Jabłońska, dyrektor zarządzająca Fundacją „Przyszłość dla Dzieci”. — Nasza Fundacja zauważa ogromne problemy rodzin dzieci chorych i niepełnosprawnych, ich ograniczenia oraz kłopoty finansowe rodzin w codziennym życiu. Dbamy o to, by dzieci dotknięte przez los miały lepsze życie i więcej szans. Wszystkim, których nieobojętne są ich potrzeby, zachęcamy do włączenia się w nasze dzieło. Te rodziny codziennie zmagają się z wieloma problemami. Dlatego pomagamy i wspieramy je. Państwo możecie to uczynić przekazując swój 1%. Dzięki pozyskanym funduszom możemy finansować zakup sprzętu, leczenie oraz wspomagać szeroko pojęty zakres rehabilitacji prawie 500 podopiecznych naszej Fundacji. Razem możemy więcej. Pomóżmy dzieciom w walce o sprawność i przywróćmy uśmiech na ich buziach.

Żeby przekazać 1 procent podatku, wystarczy wpisać w rozliczeniu numer KRS 0000148747. A już teraz można dokonać wpłaty na konto Fundacji „Przyszłość dla Dzieci”: 58 1240 1590 1111 0000 1453 6887

Masz moc!

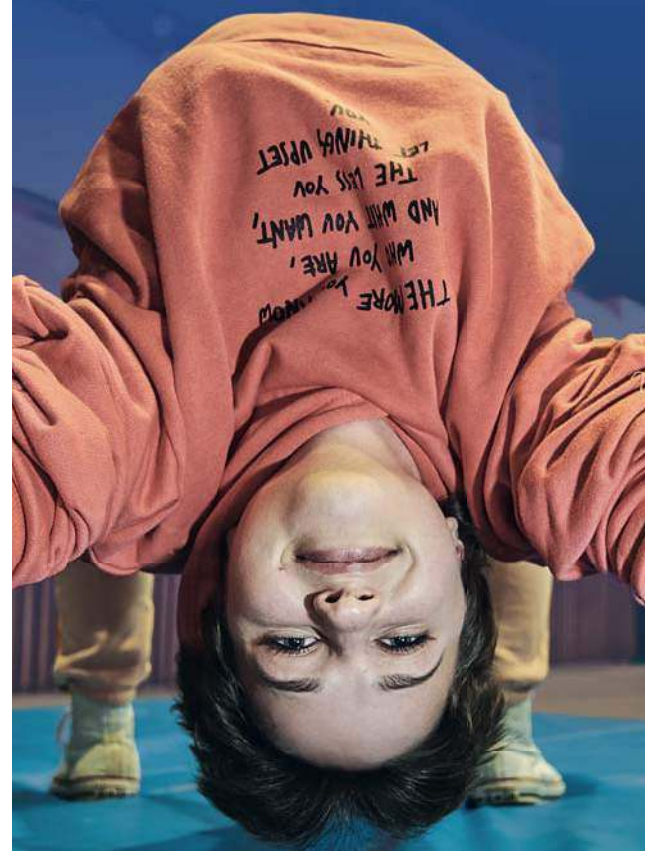


Przekaż 1% podatku

Fundacji „Przyszłość dla Dzieci”

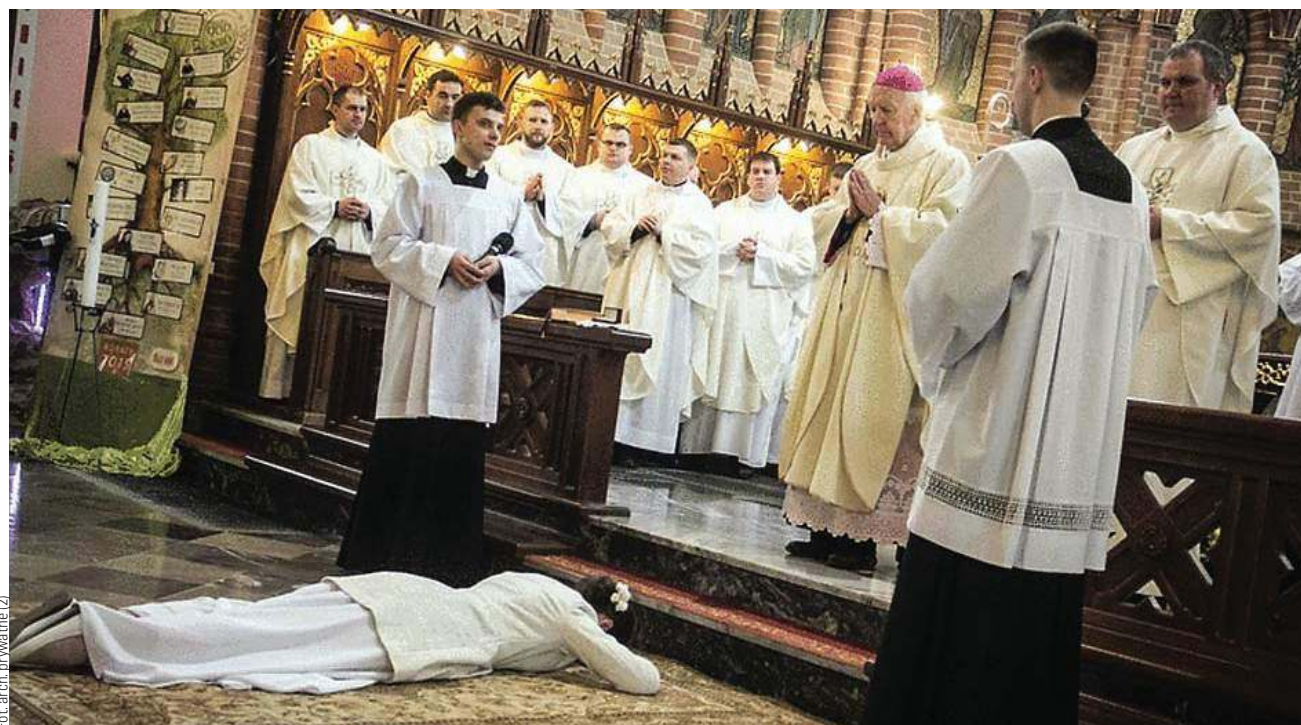
Daj dzieciom siłę do walki z chorobą!

KRS 0000148747
www.przyszloscdladzieci.org

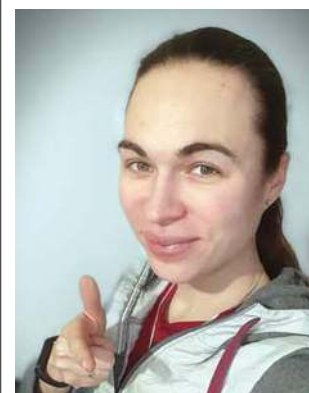


KOŚCIÓŁ? TO JESTEŚMY MY: JA I TY

RÓŻNORODNOŚĆ POWOŁAŃ JEST ZNAKIEM MIŁOŚCI BOGA DO NASZEGO CZŁOWIECZEŃSTWA — MÓWI JULITA DEPCZYŃSKA, DZIEWICA KONSEKROWANA. OKAZUJE SIĘ, ŻE CORAZ WIĘCEJ KOBIET W POLSCE WYBIERA TĘ DROGĘ POWOŁANIA. JEST ICH JUŻ 365, Z CZEGO W ARCHIDIECEZJI WARMIŃSKIEJ — 13.



Konsekracja Julity Depczyńskiej w kościele Gietrzwałdzie



JULITA DEPCZYŃSKA:
LUBIĘ SPĘDZAĆ
CZAS AKTYWNIIE,
PRZEBYWAĆ
Z LUDŹMI.

— Wybrała pani wyjątkową, trochę nietypową drogę w Kościele. Na czym ona polega?

— Droga konsekracji dziewic staje się coraz popularniejsza. Jest odpowiedzią na to, w jakim świecie żyjemy oraz na to, czego oczekuje od nas Kościół. Jesteśmy oddane Bogu, pełniąc zarazem obowiązki życia świeckiego. Nie każdy czuje się na siłach, aby zamknąć się gdzieś w klasztorze z daleka od świata. Chcemy być bardzo aktywne w Kościele, a jego bogactwem jest wielość dróg. Różnorodność powołań jest znakiem miłości Boga do naszego człowieczeństwa. Dziewictwo konsekrowane jest drogą indywidualną, więc na pytanie, czym jest, można otrzymać tyle odpowiedzi, ile jest powołanych osób. Krótko mówiąc, jest to dążenie do zbawienia i świętości. Ofiarowanie życia Jezusowi w taki sposób, by oddawać swoją czystość nie wchodząc w relacje małżeńskie. Mając męża i dzieci jesteśmy ogarnięci życiem rodzinnym, natomiast życie w samotności daje możliwość poświęcenia się innym. Drogę mojego powołania traktuję nietypowo.

— Dlaczego nie zgromadzenie?

— To był mój pierwotny wybór, ponieważ pierwsze pięć lat życia, które poświęciłam Bogu, spędziłam w Zgromadzeniu Sióstr św. Teresy od Dzieciątka Jezus. Wstąpiłam do niego zaraz

po maturze. Tam nauczyłam się skupienia, modlitwy oraz otwierania się na pragnienia Boga, co do mojego życia. Uczylam się też siebie, mojego miejsca w Kościele. To była pokorna służba i formacja, ale w jej czasie zdałam sobie sprawę z tego, że jeszcze czegoś nie wiem, że moja droga ma wyglądać inaczej. Zrozumiałam, że On chce posłać mnie gdzieś indziej i zaprasza mnie do innego dzieła. Wówczas dowiedziałam się, że w Kościele jest wyjątkowa forma konsekracji zwana konsekracją dziewic.

— Kim tak właściwie jest pani Julita?

— Jakim jestem człowiekiem? Jestem osobą wszechdobryską. Lubię spędzać czas aktywnie, przebywać z ludźmi. Sama wiele czerpię z tych spotkań. Dają one możliwość, aby zapraszać innych do spotkania z panem Bogiem. Bóg obdarzył mnie talentami, którymi mogę się dzielić. Właśnie przez to staję się szczęśliwsza. Na co dzień pracuję z młodzieżą w szkole, gdzie uczę religii oraz etyki. Obserwuję, jak młodzież przeżywa chwile zwątpienia obserwując sytuacje kryzysowe w Kościele. Odpowiadałam im, że Kościołem jesteśmy my: ja i ty. Tam, gdzie jest Kościół, tam są nasze grzechy, nasze słabości i nasze problemy.

— Żyje pani normalnie w świecie, a jest pani osobą konsekrowaną. Niby „incognito”, a jest pani „rozpozna-

walna” wśród wielu osób należących nie tylko do Kościoła katolickiego.

— Jesteśmy powołane do naszej misji, aby być „incognito”, przez to, że nie mamy zewnętrznych znaków. Można powiedzieć, że nie jesteśmy znakiem przez swój ubiór, tylko przez swój styl bycia. Zostałam obdarowana przez Jezusa miłością i muszę się nią dzielić z innymi. Misja „incognito” jest dla mnie o tyle inspirująca, że ludzie zaczynają mówić przy mnie o wierze w sposób spontaniczny i nawet nie wiedząc, że jestem osobą szczególnie oddaną panu Bogu. To jest przestrzeń do dzielenia. Wiele razy tego doświadczyłam.

— Proszę powiedzieć, jak można połączyć te dwie sfery: ducha i świata?

— Muszę powiedzieć, że pytanie to zadaję sobie dość często. To zadanie każdego chrześcijanina: jak mam dzielić doświadczenie pana Boga, które jest wyjątkowe i mistyczne ze światem, który stawia wiele przeszkód na tej drodze. Moja wierna obecność na modlitwie przynosi wiele odpowiedzi. Pomaga wnieść ducha w świat, wpatrywać się w Jezusa, aby mój zapal nie przygasł. Być przy nim na modlitwie — to odpowiedź.

— Sam moment konsekracji dziewczycy jest wyjątkowy...

Kobieta idzie do ołtarza w białej sukni, otrzymuje obrączkę... Taki ślub.

— To był jeden z najbar-

dziej wyjątkowych dni w moim życiu. Samo oczekiwanie na ten moment trwało aż osiem lat. Przez pięć lat przygotowywałam się w zgromadzeniu zakonnym, a kolejne trzy lata były przygotowywaniem w diecezji, kiedy uczyłam się funkcjonować w świecie, włączając w niego ducha. Dzień niesamowity pod każdym względem. Kroczenie przez cały kościół w białej sukni dawało mi poczucie, że Bóg chce mnie obdarzyć czymś wyjątkowym. Prawie każda kobieta bardzo tego pragnie. Pan Bóg chce oblec nas swoim pięknem i tak się wówczas czułam m.in. przez białe szaty i formułę konsekracji. Poświęcenie było pięknym darem nie tylko dla mnie, ale i dla osób, które w tym uczestniczyły. Często do tego momentu wracam. Jedynym znakiem widzialnym naszych ślubów jest obrączka, którą otrzymujemy w momencie zaślubin. Nie wzbudza ona jakiegoś szczególnego zainteresowania, bo noszą je i małżonkowie.

— Można by zapytać, a gdzie pan młody?

— Dzień mojej uroczystej konsekracji odbywał się w Gietrzwałdzie. Obserwowałam reakcje ludzi i słyszałam ich zapytania: gdzie jest pan młody? Co to za dziwny ślub? Już wówczas pan Bóg pokazał mnie jako pewien znak. Moi bliscy, którzy stali przed kościołem i słyszeli pytania, sami zaczęli na nie odpowiadać, że to

szczególny ślub poświęcenia się panu Bogu, forma życia konsekrowanego, gdzie nie widać szczególnego znaku — habitu czy sutanny. Dziewica konsekrowana żyje w świecie nie wyróżniając się przez swój strój, ale zarazem wchodzi w niego w głębszy, duchowy sposób.

— Chociaż nie jest pani formalnie w żadnej wspólnotce, to zapewne ma pani jakiegoś przewodnika duchowego, który podpowiada, kieruje...

— W naszym codziennym życiu nie zrzeszamy się, jak to jest w tradycyjnym zakonie, ale spotykamy się na comiesięcznej modlitwie i dzieleniu z biskupem miejsca. Spotykamy się też indywidualnie, w naszych parafiach, wspólnotach, z którymi współpracujemy. Dzielimy się świadectwem życia między sobą. Raz w roku przeżywamy wspólne rekolekcje. Są specjalne, przeznaczone dla nas, jako dla dziewczic konsekrowanych, ale mamy też możliwość uczestnictwa w innych rekolekcjach. Ja na przykład należę do Ruchu Światło-Życie. Każdy z nas ma też opiekuna duchowego, który pomaga przeżywać swoją drogę. To szczególnie przewodnik, który przez stałą łączność z nami ma możliwość wpatrywania się w naszą duszę i serce. Trzeba poświęcić dużo czasu, aby takiego przewodnika znaleźć. To propozycja dla każdego, kto chce kroczyć pogłębianą drogą duchową.

— Na koniec proszę o refleksję o Kościele. Tak bardzo jest krytykowany, a pani odnalazła w nim swoją drogę. To wielkie bogactwo, z którego można jednak czerpać...

— Kościół jest dla mnie darem Boga, który obiecał dać nam życie. Jego założyciel, Jezus Chrystus, dał nam siebie i ofiarował swoje życie za to, abym była oczyszczona ze swoich słabości i grzechów. To w Kościele mogę korzystać z sakramentów, które są lekarstwem i dają mi siłę. Jezus powiedział, że, spożywając jego ciało, będziemy mieli życie w sobie i ja wto wierzę. Zdaje sobie sprawę z tego, że będąc osobą konsekrowaną, w szczególny sposób oddaję swoje życie Kościołowi. Dzień 2 lutego, kiedy świętujemy ofiarowanie Jezusa w świątyni jest przeze mnie wspominany ze wzruszeniem, że mogę kroczyć tą drogą. Ofiara ta wielokrotnie jest dla mnie trudna, czasami nawet zadaję sobie pytanie: czy dam radę? Wiem, że Bóg zaprasza mnie do komunii z moimi słabościami i grzechami, a przez sakrament pojednania i Eucharystii na nowo daje nowe życie i siły. Kościół to jest mój dom, to jestem ja, to jesteś Ty. Dzięki temu, że pokochałam Boga, na swojej drodze spotkałam wiele osób, których również darzę miłością. Starajmy się o tym pamiętać, wówczas będziemy wspólnotą dążącą razem do Boga.

WOJCIECH KOSIEWICZ

w.kosiewicz@gazetaolsztynska.pl

KIWI, CZYLI SAMO ZDROWIE

NIBY ZAGOŚCIŁO NA POLSKICH PÓŁKACH JUŻ DOBRYCH PARĘ LAT TEMU, ALE CO MY WŁAŚCIWIE O TYM KIWI WIEMY...? ZDROWIE ONO CZY TYLKO SMACZNE? JEŚĆ CZY UNIKAĆ? I CO ROBIĆ, GDY NA KIWI JESTEŚMY AKURAT UCZULENI — ZREZYGNOWAĆ I TYLE...?



MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA
m.bukowiecka@gazetaolsztynska.pl

Może przejść na str. 15 — skrócę wtedy tekst na str. 15 jeśli będzie trzeba

pagina: zdrowie
Tu mogę natychmiast udzielić jednoznacznej odpowiedzi na wszystkie powyższe pytania: kiwi powinniśmy spożywać regularnie, bo to owoc od wieków znany ze swoich unikatowych właściwości. Zawiera bardzo dużo składników odżywczych, których nasze organizmy stale potrzebują. Poza tym kiwi jest smaczne, abywa, że za kilogram zapłacimy mniej niż za swojskie jabłka... Skąd kiwi przyszło, co konkretnie tak cenniego w sobie

posiada i jak natychmiast włączyć je do diety?

TROCĘ HISTORII

Tak naprawdę kiwi to owoc aktinidii chińskiej, od starożytności znany w Chinach jako Yang Tao i uprawiany na plantacjach podobnych do europejskich upraw winorośli. Owszem, krzewy odkryto właśnie w Państwie Środka, ale tak naprawdę sławę zawdzięcza kiwi misjonarzom, którzy na początku XX w. przenieśli je do Nowej Zelandii i na początku nazywali „chińskim agrestem”. Nazwę „kiwi” na cześć nowozelandzkiego ptaka nadał mu w połowie lat 70. XX w. przedsiębiorczy dostawca żywności: kiwi-ptak jest niewielki, zamieszkuje tylko Nową Zelandię i z daleka przypomina ten włochaty, okrągły, brązowy owoc.

WŁAŚCIWOŚCI

Od samego początku swojej europejskiej kariery kiwi nazywane jest owocem zdrowia. W gruncie rzeczy jest jagodą. Najpopularniejsze odmiany mają ciekawą skórę pokrytą gęstym kutnerem — czyli płataniną włosków okrywającą cały owoc. Miąższ kiwi jest soczysty i galaretowaty. W jego centralnej części znajdują się promienie ułożone, liczne, czarne lub brązowe nasionka. W zależności od odmiany miąższ jest zielony lub żółtawy, choć zdarzają się odmiany o czerwonym środku.

Kiwi należy do grupy owoców niskokalorycznych, a jednocześnie dostarcza

wielu niezbędnych substancji odżywczych. To przede wszystkim przebogate źródło witaminy C: porcja kiwi pokrywa połowę jej dziennego zapotrzebowania, a jak wiadomo jest to kluczowa witamina we wzmacnianiu naszego układu odpornościowego, dodatkowo zapobiega grypie i przeziębieniom, pomaga w walce ze stresem i zatrzymuje procesy starzenia się. Kiwi zawiera też witaminę A, niezbędną dla zdrowej skóry, kości, rozwoju i ochrony wzroku, włącznie z zapobieganiem degeneracji plamki żółtej. Jest równie bogatym źródłem witaminy E, przeciwutleniającego, którego ma dwa razy więcej niż kaloryczne awokado, a który pomaga nam usuwać wolne rodniki, podnosić odporność i obniżać poziom cholesterolu. Dalej idzie witamina B, czyli kwas foliowy: jeden owoc pokrywa 10 proc. zalecanego dziennego spożycia, dlatego warto jeść kiwi w okresie ciąży, by zapobiec wadom rozwojowym dziecka. Kwas foliowy chroni też przed chorobami serca i rakiem. Kiwi jest także potężnym źródłem witaminy K: jeden owoc pokrywa niemal 90 proc. dziennego zapotrzebowania na ten związek, który wspiera procesy krzepnięcia krwi.

Prócz witamin kiwi to też bogate źródło magnezu — już dwa owoce dostarczają 30 mg magnezu, co korzystnie wpływa na przewodzenie impulsów nerwowych i pracę mięśni. Z kolei potasu znajdziemy w kiwi



Fot. Pixabay

więcej niż w bananie: w 100 g owoców — aż 312 mg potasu. Spożywanie kiwi obniża nam ciśnienie i zapobiega wielu chorobom układu krwionośnego: u osób, które regularnie jedzą 3 średniej wielkości owoce kiwi dziennie, ciśnienie skurczowe obniżyło się w krótkim czasie o średnio 3,6 mmHg. Dodatkowo potas z kiwi zapewnia nam równowagę elektrolitów w organizmie i stopniowo uwalnia energię podczas wykonywania ćwiczeń. Kiwi to też źródło cynku, który odpowiada za zdrową skórę, włosy i paznokcie, a u mężczyzn zwiększa produkcję testosteronu. Ktokolwiek ma problemy z chorobami oczu i wzrokiem, powinien regularnie jeść kiwi ze względu na luteinę, której w owocu dużo, a która chroni oczy przed uszkodzeniami i zapobiega ślepotcie. Natomiast obecna w kiwi miedź jest szczególnie dobra dla dzieci: wspomaga rozwój mózgu oraz produkcję czerwonych krwinek, a także buduje odporność.

Jakby tego wszystkiego było mało, dwa owoce kiwi zawierają więcej błonnika niż cała miska otrąb zbożowych. Dzięki temu możemy

szybko pobudzić trawienie, obniżyć poziom cholesterolu i zadbać o zdrowe serce. Odpowiednia ilość błonnika powoduje ponadto, że przewód pokarmowy działa bez problemów, dzięki czemu zmniejsza się ryzyko zapalenia uchyłków i występowania czynników rakotwórczych. Z kolei zawarte w kiwi antyoksydanty neutralizują wolne rodniki, które niszczą komórki organizmu, powodując stan zapalny i przyczyniając się do powstawania nowotworów.

Generalnie dużą zaletą kiwi jest jego niski indeks glikemiczny, który wynosi 50, dzięki czemu mogą go jeść osoby odchudzające się, a w umiarkowanych ilościach nawet diabetycy — tak do 200 g dziennie. Owoce można przechowywać nawet do 6 miesięcy: w tym czasie nie tracą ani swoich walorów smakowych, ani wartości odżywczych.

O rozważę proszę tylko w kontekście fruktozy, której w kiwi jest dużo, a która w zbyt dużych ilościach może być szkodliwa dla zdrowia.

Same nasiona kiwi to bardzo bogate źródło kwasów omega-3, a te pomagają zredukować ryzyko wystąpienia choroby wieńcowej, udaru, i pomagają w zabieganiu ADHD, autyzmu i innych chorób rozwojowych u dzieci. Badania pokazały również, że owoc odgrywa znaczną rolę w walce z astmą i problemami z oddychaniem, np. z chrapaniem.

A KALORIE...?

Jako się już rzekło — kiwi jest owocem niskokalorycznym: zawiera ok. 61 kalorii na każde 100 g. Już tylko z tego powodu spokojnie może stać się elementem diety dla osób odchudzających się, a wręcz, jak twierdzi wielu lekarzy, powinno się w niej znajdować. Natomiast obficie zawarty w owocach

kiwi błonnik zawarty sprawi, że nasz metabolizm będzie działał szybciej, a perystaltyka jelit będzie bardziej sprawna. Owoc kiwi pomoże nam również uporać się z zaparciami.

JAK KUPOWAĆ KIWI?

Oczywiście, kupujemy wyłącznie świeże kiwi, a tę świeżość poznajemy dotykiem. Skórka dojrzałego i świeżego kiwi będzie ustępować pod naszym dotykiem. Jeśli kupimy lub wprezencie dostaniemy kiwi twarde, możemy poczekać, aż dojrzeje, trzymając je na przykład w papierowej torbie. Wielu osobom przeszkadza ten charakterystyczny, cierpko-kwaśny smak i dodaje do niego cukier lubi inne słodziki. Owszem, można itak, ale pamiętajmy, że wartość energetyczna tej mieszanki zwiększy się wielokrotnie. Najzdrowsze kiwi to takie, które zjemy w postaci surowej, bez żadnych dodatków. Zawsze można dodać kiwi do salatek owocowej, ale i do warzywnej: jadłam ostatnio taką zsałatę, sera feta, pestek słonecznika i kiwi właśnie, a wszystko połączone było sosem vinaigrette. Pycha!

ALERGIA NA KIWI

Przykre, ale prawdziwe: kiwi jest silnym alergenem. Uczulenie może objawiać się na różne sposoby, ale najczęściej pojawia się jako zespół alergii jamy ustnej i powoduje świąd i obrzęk języka, gardła, jamy ustnej i ust. Ostrożność muszą zachować też osoby uczulone na lateks. Owoc kiwi może być bowiem przyczyną reakcji krzyżowej, czyli takiej, w której u osoby uczulonej na dany alergen pojawiają się objawy uczulenia, mimo że nie miała styczności z tym konkretnym alergenem, ale z innym produktem, którego alergeny są zbliżone budową.

REKLAMA

Dr n. med. PIOTR MALINOWSKI
specjalista chirurgii ogólnej i naczyniowej

- Diagnostyka i badanie chorób naczyń
- Usuwanie żylaków: laserowe, nieoperacyjne, operacyjne, skleroterapia

ZABIEGI:
środa 16.00-18.00, czwartek 16.00-18.00
KONSULTACJE:
środa 18.00-19.30, czwartek 18.00-19.30

Olsztyn, ul. Kopernika 30, gabinety nr 14 i 15

Dr n. med. MACIEJ BIERNACKI
SPECJALISTA CHIRURGII OGÓLNEJ I ONKOLOGICZNEJ

- chirurgia ogólna • chirurgia onkologiczna
- żylaki • przepukliny • usuwanie drobnych zmian skórnych • leczenie chorób piersi
- leczenie nowotworów przewodu pokarmowego

Olsztyn, al. Wojska Polskiego 39 (Lancet)
89 535 72 80 od godz. 13⁰⁰, 508 36 26 52

Gabinet Urologiczny
USG układu moczowego
(pełny zakres badań urologicznych)

lek. med.
RYSZARD MAREK
Olsztyn, ul. Żytnia 74
pon. 16.00-18.00
tel. 89 527-81-48
tel. 604 552 518

NZOZ „ARTERIA” PRYWATNE SPECJALISTYCZNE CENTRUM CHOROBY NACZYŃ

Olsztyn, ul. Kopernika 30 (parter, lok. 14, 15) pn.-pt., rej. w godz. 10⁰⁰-18⁰⁰, tel. 89 534-55-65

CHOROBY ŻYŁ I TĘTNIC

- diagnostyka
- leczenie zachowawcze
- skleroterapia żylaków
- laserowe leczenie żylaków!!!
- leczenie operacyjne żylaków

Specjaliści chirurgii naczyniowej i ogólnej:
Mariusz Błoniecki | Rafał Dryzner
Piotr Malinowski
Maciej Sadowski tel. 89 509 344 667
www.arteria.olsztyn.pl

Roman Łesiów
UROLOG

- leczenie zachowawcze i operacyjne
- USG układu moczowego
- cystoskopia, zabiegi operacyjne
- uroflometria

rejestracja Olsztyn, od godz. 13⁰⁰
Lancet 89 535 72 80
al. Wojska Polskiego 39

MILLER DENTAL
PRZYCHODNIA STOMATOLOGICZNA

lek. stom. Katarzyna Miller
specjalista periodontolog
lek. stom. Adam Miller
lek. stom. Anna Miller

- leczenie w ramach NFZ i prywatnie • pełen zakres usług stomatologicznych • RTG

Olsztyn, ul. Piotrowskiego 16 lok. C
tel. 502-071-870, 89 539 96 38

STOMATOLOG
LEK. EWA MICKIEWICZ
specjalista protetyki stomatologicznej

Olsztyn, ul. Barcza 48/1
tel. 89 542 67 40
tel. 512 506 756

- pełny zakres stomatologii zachowawczej • protetyka
- RTG zębów • laseroterapia • wybielanie zębów
- licówki porcelanowe

Lech Mickiewicz
GINEKOLOG

- sonda pochwowa
- cytologia
- antykoncepcja

Olsztyn
ul. Barcza 48/1
poniedziałki, czwartki od godz. 15.00
rej. tel. kom. 601-952-165

STRES ZAMIEŃ ICH ŻYCIA W PIEKŁO

AKTUALNA SYTUACJA EPIDEMIOLOGICZNA W KRAJU I OBOWIĄZUJĄCE OBSTRZĘNIENIA, IZOLACJE, CIĄGŁE KWARANTANY W SZKOŁACH ORAZ NIEREGULARNY SYSTEM ZDALNEGO NAUCZANIA MAJĄ NEGATYWNY WPŁYW NA ZDROWIE NIE TYLKO PSYCHICZNE, ALE I FIZYCZNE NASTOLETNI PACJENTÓW Z ATOPOWYM ZAPALENIEM SKÓRY – ALARMUJĄ EKSPERCI.

Przeciagająca się pandemia wywołała permanentny stres, presję psychiczną i strach o bliskich, które w konsekwencji nasiliły objawy ciężkiego atopowego zapalenia skóry. – Jedyną szansą dla tych młodych ludzi jest dostęp do skutecznego leczenia biologicznego. Mamy nadzieję, że zgodnie z zapowiedziami Ministerstwa już niebawem również i ta grupa pacjentów zostanie zabezpieczona – podkreśla Hubert Godziątkowski, prezes Polskiego Towarzystwa Chorób Atopowych.

Atopowe zapalenie skóry to przewlekła nawrotowa choroba zapalna skóry, której towarzyszy niezwykle silny trudny do opanowania świąd, który swoje apogeum osiąga nocą i wieczorami. Choroba zbiera swoje niszczycielskie żniwo na wielu płaszczyznach życia młodego pacjenta. Utrudnia normalne funkcjonowanie, wpływa na koncentrację i naukę oraz relacje z rówieśnikami. Niszczy fizycznie ale i psychicznie młodych ludzi. Nieestetycznie wyglądające rumieniowo złuszczone zmiany pojawiające się głównie na twarzy oraz szyi są często przyczyną stygmatyzacji i wykluczenia społecznego.

Do rozwoju AZS dochodzi na skutek wielu czynników m.in. genetycznych, środowiskowych czy zaburzeń układu immunologicznego, aczkolwiek impulsem wywołującym objawy kliniczne są stres i silne emocje. Skóra i układ nerwowy są bowiem ze sobą mocno powiązane.

Przewlekły stres związany z pandemią i jej nieprzewidywalnością, poczucie zagrożenia ze strony wirusa, trudności w szkole związane ze zdalnym nauczaniem, niepewność jutra, izolacja i brak kontaktów z rówieśnikami oraz strach o najbliższych spowodowały u wielu młodych pacjentów cierpiących na AZS jeszcze silniejsze nasilenie objawów choroby, a te wywołały kolejny stres.

– Z jednej strony stres u tych młodych osób nasilił objawy choroby, z drugiej zaś – świad i widoczne dla otoczenia zmiany skórne wywołały ponowną reakcję stresową. W przypadku AZS możemy więc mówić o błędnym kole, które przerwać może jedynie skuteczna terapia, do której Ci młodzi pacjenci nie mają dostępu, gdyż aktualnie w Polsce nie jest dla tej grupy refundowana – zaznacza Hubert Godziątkowski. – Do naszego stowarzyszenia zgłasza się wielu nastolatków wraz z rodzicami, którzy nie radzą sobie w tej sytuacji. Nie dość, że okres dojrzewania jest sam w sobie trudnym czasem dla młodego człowieka, to w zestawieniu z tak ciężką i nieprzewidywalną chorobą przewlekłą jaką jest AZS, utrudnionym dostępem do lekarzy specjalistów i wszechobecnym strachem wywołanym pandemią powoduje, że znajdują się oni w bardzo trudnym położeniu – dodaje Godziątkowski.

– Przeważająca większość badań potwierdza negatywny wpływ stresu na pojawienie się oraz zaostrzenie zmian skórnych w przebiegu atopowego zapalenia skóry. Pod wpływem stresu chorzy odczuwają potrzebę drapania, czego następstwem jest nasilenie choroby podstawowej i wtórne infekcje bakteryjne, grzybicze lub wirusowe. To błędne koło stres-świad-drapanie wymaga przerwania poprzez zastosowanie odpowiedniej terapii – podkreśla prof. dr hab. n. med. Irena Wa-

lecka, kierownik Kliniki Dermatologii CMKP Centralnego Szpitala Klinicznego MSWiA.

O ile dla pacjentów z łagodnym AZS stosowane leczenie powierzchniowe jest wystarczające, to w przypadku nastoletnich pacjentów z umiarkowaną i ciężką postacią AZS, u których dotychczasowe terapie nie przyniosły skutku, jedyną szansą jest zastosowanie innowacyjnej terapii biologicznej. – Terapia biologiczna refundowana jest już dla dorosłych pacjentów. Teraz musimy skupić się na młodszej grupie chorych. Wierzę, że nasze prośby zostaną ponownie wysłuchane. Dostęp do leczenia biologicznego to szansa na zapewnienie pacjentom młodszy lepszej i długoterminowej kontroli nad chorobą – mówi Hubert Godziątkowski, prezes Polskiego Towarzystwa Chorób Atopowych.

– Atopowe zapalenie skóry to choroba dermatologiczna, w sposób nieunikniony niosąca za sobą konsekwencje natury psychologicznej, zarówno w grupie osób dorosłych, jak i młodzieży. Co więcej, wydaje się, że okres adolescencji niesie ze sobą jeszcze większe zagrożenia w tym względzie. Jest to przecież czas, kiedy młody człowiek kształtuje swoją tożsamość opartą na poczuciu własnej wartości, buduje sieć społeczną i testuje swoje umiejętności w zakresie budowania relacji, opanowuje ważne umiejętności dotyczące zarządzania swoimi emocjami. Jest to także moment, w którym znaczące odniesienie dla poczucia własnej wartości stanowi wygląd fizyczny młodego człowieka, jego samoocena oraz ocena dokonywana przez rówieśników. AZS w istotny sposób ogranicza realizację tych ważnych celów rozwojowych. Obserwowalny, zewnętrzny charakter objawów, ich chroniczność oraz fakt, iż są one źródłem dręczących doznań w postaci świądu i bólu to zwykle powody obniżenia samooceny, wycofania się z kontaktów społecznych i spadku nastroju – mówi dr Magdalena Nowicka z Uniwersytetu SWPS. – Objawy dermatologiczne i ich konsekwencje psychologiczne tworzą zamknięte koło wz-

ajemnych zależności: objawy dermatologiczne powodują skutki psychologiczne, które zwrótnie (jako ogólnie rozumiane poczucie stresu) wpływają na nasilenie objawów skórnych. Konsekwencje AZS dla funkcjonowania młodego człowieka dotyczą także jego rodziny – w rodzinach z tym problemem częściej występują trudności komunikacyjne. Częściej na depresję i zaburzenia lękowe zapadają także członkowie tych rodzin. Co pewnie najbardziej przerażające, AZS u młodzieży stanowi istotny czynnik ryzyka zachowań samobójczych. Badania Lee i Shin z 2017 roku sugerują, iż nawet połowa młodzieży z ciężką postacią AZS może mieć realne myśli i zachowania samobójcze. Pandemia COVID-19 dodatkowo pogarsza sytuację nastolatków z AZS. Zagrożenie zakażeniem, jak i ogólny

wzrost napięcia sytuacji stresowych powoduje, iż ta grupa kliniczna częściej cierpi na zaburzenia stresowe pourazowe (PTSD) (badania Gonzalez-Diaz i in., 2021). Duża z nich część podejmuje także działania zmierzające do samouszkodzeń (rozdrapywanie ran), co pozwala zmniejszyć odczuwany przez nich ból psychiczny i skoncentrować się na znajomym im od zawsze bólu fizycznym. Tak wyraźny związek AZS z negatywnymi konsekwencjami tej choroby to nie dający się podważyć argument w dyskusji nad koniecznością zwiększania dostępności do leczenia biologicznego. Jakkolwiek tej grupie chorych potrzebne jest wsparcie psychologiczne i psychiatryczne oraz zróżnicowane programy terapeutyczne, zwykle pozostają one jedynie częściowo skuteczne w obliczu przewlekłości ob-

jawów AZS. Nie sposób bowiem skutecznie pomagać osobie, która wciąż cierpi! I to cierpi na tak wielu wymiarach. Jedynie interakcyjny efekt skutecznego leczenia biologicznego oraz profesjonalnych oddziaływań psychologicznych ma szansę istotnie zmienić jakość życia tych pacjentów – dodaje dr Nowicka.

Dr Magdalena Nowicka: Objawy dermatologiczne i ich konsekwencje psychologiczne tworzą zamknięte koło wzajemnych zależności: objawy dermatologiczne powodują skutki psychologiczne, które zwrótnie wpływają na nasilenie objawów skórnych. Konsekwencje AZS dla funkcjonowania młodego człowieka dotyczą także jego rodziny – w rodzinach z tym problemem częściej występują trudności komunikacyjne.

bar, źródło: www.compasspr.pl

REKLAMA

NIEPUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ

MARK PROTETIK®

PRACOWNIA ORTOPEDYCZNA KONSTANCIN

Pomagamy żyć o własnych siłach

Realizujemy wnioski w ramach NFZ

OTWIERAMY NOWY PUNKT:
Olsztyn, ul. Kardynała Stefana Wyszyńskiego 1
lok. 106, tel. 666 111 200

NOWOCZESNE!
protezy kończyn
górnych i dolnych



Gorsety do
leczenia skolioz



Komfortowe leje
do protez



Inny sprzęt
ortopedyczny



na indywidualne zamówienie

(w ofercie posiadamy także lekkie protezy z włókna węglowego, leje silikonowe oraz elektroniczne kolana)

Pracownia Ortopedyczna Mark Protetik Konstancin

Główna siedziba:
Konstancin-Jeziorna, ul. Moniuszki 10
tel. (+48) 022-754-12-73
tel. kom. 666-300-993

Filia:
Konstancin-Jeziorna, ul. Wierzbnowska 70
tel. (+48) 022-726-56-02
tel. kom. 666-111-200

Przyjmujemy po telefonicznym uzgodnieniu:
Warszawa, Ciechanów, Płock, Siedlce,
Sandomierz, Tomaszów Mazowiecki,
Radomsko, Kielce, Lublin

www.markprotetik.pl

4 LUTEGO

Recital fortepianowy w romantycznym nastroju

Olsztyn

W piątek 4 lutego o godz. 19:00 w sali koncertowej Filharmonii Warmińsko-Mazurskiej w Olsztynie odbędzie się recital fortepianowy Ignacego Lisieckiego „W romantycznym nastroju”.

Prowadzenie: Jagienka Perlikiewicz-Kass.

W programie m.in. Fryderyk Chopin Ballada As-dur op. 47, Etiuda c-moll op. 10 nr 12 „Rewolucyjna”, Preludium Des-dur op. 28 nr 15 „Deszczowe”, Ballada g-moll op. 23; Piotr Czajkowski Walc sentymalny op. 51 nr 6, Temat i wariacje op. 19 nr 6. Marcel Chyrzyński (1971) – Reflection No. 8 (polskie prawykonanie).

Szczegółowy opis repertuaru autorstwa Piotra Matwiejczuka na stronie www.filharmonia.olsztyn.pl

Bilety (40/30 zł) w kasie filharmonii oraz na stronie www.bilety.filharmonia.olsztyn.pl



Fot. organizator

5 LUTEGO

Koncert na złotym klawesynie

Lidzbark Warmiński



Fot. Muzeum Warmii i Mazur

Muzeum - Zamek w Lidzbarku Warmińskim zaprasza w sobotę 5 lutego o godz. 17.00 na koncert na złotym klawesynie Ewy Mrowca z okazji urodzin Ignacego Krasickiego.

Instrument to nowy depozyt muzeum — klawesyn został wykonany przez mistrza Freda Bettenhausen'a na wzór historycznego z 1628 roku, malowany, złożony z 22-karatowym złotem. Oryginał jest eksponowany w Muzeum w Wersalu.

Ewa Mrowca, urodzona w Krakowie, naukę gry na klawesynie rozpoczęła w wieku 12 lat. Z wyróżnieniem ukończyła studia w Krakowskiej Akademii Muzycznej w klasie prof. Elżbiety Stefańskiej. Jest absolwentką Guildhall School of Music & Drama w Londynie w klasie Nicholas Parle'a oraz Schola Cantorum Basiliensis w Bazylei w klasie Jörga Andreasa Böttichera. W 2003 roku Została wyróżniona w VI Konkursie Klawesynowym im. J. Broadwooda w Londynie. W 1999 roku uzyskała Diploma di Merito Accademii Musicale Chigiana w Sienie. Jest laureatką nagrody Łódzkie Eureka 2012, stypendystką Ministerstwa Kultury, Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego Accademii Musicale Chigiana, Rządu Szwajcarii oraz Guildhall School of Music & Drama. Ze szczególną pasją poświęca się wykonawstwu muzyki na instrumentach oryginalnych, a także historycznej realizacji basso continuo. Jej działalność koncertowa obejmuje recitale solowe oraz występy z zespołami muzyki dawnej. Koncertuje w Polsce, Francji, Niemczech oraz USA.

Wstęp wolny. Koncert w reżimie sanitarnym.

Instrument to nowy depozyt muzeum, wykonany przez mistrza Freda Bettenhausen'a na wzór historycznego klawesynu Rucekrs z 1628 roku

OD 6 DO 14 LUTEGO

V Tydzień Małżeństwa

Olsztyn

Fundacja Aktywnej Rodziny postanowiła zorganizować kampanię Tydzień Małżeństwa. Ideą projektu jest czas dla DWOJGA — najbliższych sobie osób, którym codzienność może trochę zatarła intensywność relacji.

Według Fundacji Aktywnej Rodziny jednym z ważnych problemów naszego regionu jest rozpad instytucji małżeństwa. Na każdy tysiąc zawieranych małżeństw, rozpada się prawie 400.

W Olsztynie akcja Tydzień Małżeństwa trwa od 6 do 14 lutego i obejmuje wykłady, koncerty, lekcje tańca oraz wiele innych atrakcji. Wydarzenia będą odbywać się m.in. w kościele pw. św. Franciszka z Asyżu, Szkole Podstawowej Nr 18 oraz w Centrum Świętego Jakuba. Organizatorem Tygodnia Małżeństwa w Olsztynie jest Wydział Duszpasterstwa Rodziny z Fundacji Aktywnej Rodziny.

Szczegóły na stronie internetowej Fundacja Aktywnej Rodziny.

LUTY

Wystawa akwrel w Planecie 11

Olsztyn

W Planecie11 w Olsztynie można oglądać wystawę Akwarele Zbigniewa Piotra Krajewskiego, olsztyńskiego artysty.

– Jestem olsztynianinem, tu mieszkam i pracuję. Ukończyłem studia na wydziale Architektury i Wzornictwa Przemysłowego na kierunku Architektura Wnętrz w 1989 r. w gdańskiej PWSSP (obecnie ASP). Po studiach pracowałem w kilku pracowniach i biurach w Gdańsku, Sopocie i Gdyni, gdzie nabywałem doświadczenia, pracując jako architekt wnętrz — mówię o sobie artysta. — Uczę się akwareli i...ona uczy również mnie.

LUTY

Wystawa fotograficzna Jarka Poliwko

Olsztyn

Wojewódzka Biblioteka Publiczna w Olsztynie zaprasza na wystawę fotograficzną pt. „Rzuty płaskie” Jarka Poliwko. Galeria Stary Ratusz WBP; ul. Stare Miasto 33. Ekspozycja czynna do 17 lutego.

„Rzuty płaskie” to spojrzenie na świat poprzez jeden właśnie płaski wymiar, niczym 1D. Wielopłaszczyznowość jest względna i nie musi być rozłożona na wiele planów. Fascynują mnie malarskość takich obrazów, ich struktura, graficzność i zarazem moc przekazu poprzez swoją bezpośredniość, pozorną ubogość.

Jarosław Poliwko – urodził się w 1974 r. w Gdańsku. Fotografiją jako pasję zaczął się zajmować już pod koniec lat 80., by w roku 1999 r. poświęcić się jej całkowicie na polu i zawodowym, i artystycznym. W czasie pobytu w Gdańsku był związany z trójmiejską niezależną sceną muzyczną. Na Warmię i Mazury przeprowadził się pod koniec lat 90. Jako fotograf związany jest ze środowiskami teatralnymi i muzycznymi.

DO 7 LUTEGO

Planetarium: Wystawa interaktywna „Barwy”

Olsztyn

Zapraszamy do zwiedzania wystawy interaktywnej „Barwy”. Gdzie nauka spotyka magię, a zabawa spotyka się z nauką. Wystawa dla uczniów szkół podstawowych, ponadpodstawowych i wszystkich zainteresowanych w holiu górnym olsztyńskiego planetarium do 7 lutego.

Godziny wejść:

od poniedziałku do piątku: 9:30 – 10:30; 11:00 – 12:00; 12:30 – 13:30; 14:00 – 15:00; 15:30 – 16:30;

od soboty do niedzieli: 11:00 – 12:00; 13:00 – 14:00; 14:00 – 15:00; 16:00 – 17:00.

Interaktywna wystawa „Barwy” w atrakcyjny sposób prezentuje zagadnienia związane z kolorami. Przedstawia zjawisko rozszczepienia światła białego na poszczególne

barwy, wyjaśnia zjawisko tęczy oraz zależność percepcji barw od kolorowego oświetlenia.

Pokazuje tworzenie wrażenia barwnego poprzez mieszanie kolorów wykorzystane w kolorowych monitorach i wyświetlaczach i w kolorowym druku. Przedstawia też barwne konsekwencje zjawiska dichroizmu w przypadku światła spolaryzowanego. Wystawa jest także okazją, aby pobawić się ogromnym kalejdoskopem, w którym pojawiają się niezwykle, geometryczne układy kolorowych elementów.

LUTY

Portret miasta z czasów (drugiej) młodości

Olsztyn

MOK zaprasza na wystawę uniikatowych zdjęć Józefa Szczepniaka, prezentujących nieznane oblicza budującego się Olsztyna lat 70. XX w. oraz znikających z przestrzeni miejskiej budynków.



Fot. BWA Olsztyn

Hanna Shumska, Portret zbiorowy

Zajezdnia trolejbusowa MOK, ul. Knosaty, Olsztyn, wstęp wolny.

Godziny otwarcia: pn-czw. 11:00-18:00; so-nd. 11:00-18:00

DO 7 LUTEGO

Lew się leni, słoń się ślania

Olsztyn

W Galerii Amfilada w Olsztynie można oglądać fantastyczny świat ilustracji Magdaleny Wosik. Na wystawie „Lew się leni, słoń się ślania” można wspólnie poszukiwać zaginionych przedmiotów, nie brakuje również kolorowanek, układanek i rymowanek. Magdalena Wosik pochodzi z Wrocławia. Jest autorką rysunków satyrycznych, plakatów i ilustracji dla dzieci. Jest również profesorką wrocławskiej Akademii Sztuk Pięknych. Sama mówi o sobie: „W dzieciństwie lubiłam bawić się w chowanego, ale to zwykle ja musiałam szukać swoich starszych kuzynów. Może dlatego teraz, od dobrych kilkunastu już lat, oddaję się skrupulatnemu ukrywaniu setek przedmiotów i zwierząt w rubryce ‘Ukryte obrazki’ w dziecięcym czasopiśmie ‘Świerszczyk’. Wymyśliłam też książkę ‘Wyteż wzrok! czyli ukryte obrazki’, z której pochodzą ilustracje i wiersze prezentowane na wystawie. Właściwie chciałyby, żeby to nie była wystawa, tylko plac zabaw. Dlatego zapraszam do rysowania! I rysując, i rymując, możecie tu także skompletować niemal cały alfabet, a przewodnikami po nim będą afrykańskie zwierzęta z mojej książki pt. ‘Ale draka! rysuję zwierzaka!’”

Wystawa w Galerii Amfilada w Kamienicy Naujackskiej przy Dąbrowszczaków 3 w Olsztynie czynna do 7 lutego. MOK zaprasza również grupy przedszkolne.

8 LUTEGO

Filmy z techniką w tle

Olsztyn

W Zajezdni tramwajowej MOK w Olsztynie filmy z techniką w tle: kawalerskie życie na obczyźnie. Rubaszny portret życia robotnika na emigracji napisany w 1923 roku przez autentycznego polskiego pracownika, wznakomitej adaptacji filmowej Andrzeja Barańskiego. Śmiały i inelukrowany obraz stosunków społecznych, a w tle kopalnie Westfalii i innych przemysłowych ośrodków emigracyjnych.

Wtorek 8 lutego, godz. 18. Wstęp wolny

10 LUTEGO

Koncert w kościele ewangelickim

Olsztyn

W kościele ewangelicko-augsburskim w Olsztynie wystąpi Urszula Makosz i muzycy z Piwnicy pod Baranami. Artyści zaprezentują utwory w języku ladino, charakterystyczne

dla kultury muzycznej Żydów sefardyjskich, spadkobierców kulturowych Żydów wypędzonych w XVI wieku z Hiszpanii i Portugalii. W pieśniach tych słychać wpływy muzyki hiszpańskiej, arabskiej, greckiej i bałkańskiej. Żywiołowe, pełne ekspresji brzmienia, czasem też nastrojowe i melancholijne, przywodzą na myśl południowe klimaty przeplatające się ze stylem orientalnym. Pieśni Żydów sefardyjskich fascynują nie tylko swoim brzmieniem, ale także historią ludzi, którzy je tworzyli i wykonywali. Zapisane są w nich losy wypędzonych z kraju swoich przodków, którzy mimo wszystko zachowali swój język i specyfikę swojej kultury.

Skład zespołu: Urszula Makosz - śpiew, Paweł Pierzchała - fortepian, Krzysztof Cyran - gitara,

Michał Półtorak - skrzypce, mandolina, Michael Jones - skrzypce, altówka, djembe, ravanhuta

czwartek, 10 lutego / 18:00 / Kościół Ewangelicko-Augsburski

Bilety: 10 zł, <https://bilety.mok.olsztyn.pl>

DO 15 LUTEGO Pierwszy Regionalny Konkurs Niesmutnej Piosenki online

Warmia i Mazury

Konkurs „Wesoła Nuta” skierowany jest do młodzieży na Warmii i Mazurach. Ma charakter otwartego przeglądu, w którym mogą wystąpić w formie on-line indywidualni wykonawcy w wieku 11-17 lat z regionu. Łączny czas wykonania nie może przekraczać 5 minut. Uczestnicy wykonują wybrany przez siebie utwór w języku polskim lub angielskim. Warunkiem jest pozytywne, radosne przesłanie utworu, który powinien swoją tematyką podnosić na duchu lub wprawiać w dobry nastrój. Warunkiem jest wysłanie nagrania audio/video w formacie mp4 (np. telefonem komórkowym) ze swoim wykonaniem piosenki i z opisem uczestnika na adres start/_off@onet.pl. Organizator konkursu: Studio Piosenki Start-Off w Olsztynie. Szczegóły pod nr. 697 217 456. Zgłoszenia — do 15 lutego.

DO 16 LUTEGO Wystawa w Galerii Bakalarz

Olsztyn

W Galerii Bakalarz w Warmińsko-Mazurskiej Bibliotece Pedagogicznej w Olsztynie przy ul. Natalii Żarskiej 2. można obejrzeć wystawę prac Grażyny Komorskiej, Alicji Król i Haliny Różewicz-Książkiewicz „Żuławy”.

Godziny: pn.-pt. 12.00-18.00, sob. 9.00-15.00.

19 LUTEGO Baby Filharmonia. Koncert dla dzieci około 1 roku życia

Olsztyn

Hej Maluchy tu Ciocia Fili. Serdecznie zapraszam Was do mnie, zaraz po śniadaniu na kolorowe chwile pełne śpiewanek i rytmów. Na pewno będziemy się świetnie bawić! Towarzyszyć mi będzie moja przyjaciółka altówka, z którą będziemy wspólnie muzykować.

Zajęcia umuzykalniające dla dzieci są inspirowane koncepcją Edwina Gordona. Przy swobodnej atmosferze zabawy uczymy się muzyki poprzez jej aktywne słuchanie. Nie potrzeba słów kiedy muzykę możemy poczuć całym ciałem.

Fily Diakite-Mikulska to absolwentka Uniwersytetu Muzycznego Fryderyka Chopina w Warszawie.

Na co dzień altowiolistka Filharmonii Warmińsko-Mazurskiej. Jest nauczycielką altówki w PSM I i II st. im. Fryderyka Chopina w Olsztynie oraz angażuje się w projekty umuzykalniania Maluszków z wykorzystaniem koncepcji Gordona.

Prywatnie, z miłości do rozrywki i żartu jest muzykiem i wokalistką Filharmonii Dowcipu Waldemara Malickiego.



Fot. organizator

DO 27 LUTEGO

Wystawa nabytków w Muzeum Warmii i Mazur

Olsztyn

W Muzeum Warmii i Mazur na olsztyńskim zamku można oglądać wystawę czasową „Pokaz nabytków 2021”. W ubiegłym roku Muzeum Warmii i Mazur pozyskało 432 eksponaty, z czego połowa to dary, przekazy, zakupy i pozyskania własne, a reszta to depozyty. Jak podkreślają pracownicy, mimo pandemii przyjaciele muzeum nie zawiedli, obdarzając placówkę nowymi zabytkami – 196 nowych pamiątek to dary i przekazy. Z powodu ograniczonej przestrzeni pokazane są tylko niektóre obiekty.

Wystawa jest czynna w godz. 9-16 (poza poniedziałkiem). Kasa biletowa: do 15.30.

DO 27 LUTEGO

Kolor i zmysły — wystawa w BWA

Olsztyn

W BWA w Olsztynie można obejrzeć wystawę „Kolor i zmysły”. Ekspozycja została przygotowana specjalnie dla Galerii Sztuki BWA w Olsztynie. Jest to prezentacja artystów związanych z Wydziałem Malarstwa ASP w Gdańsku: nauczycieli akademickich oraz doktorantów Szkoły Doktorskiej tej uczelni.

Ekspozycja skupia się na najistotniejszych z punktu widzenia malarstwa elementach: kolorze i zmysłach. Myślenie barwą i światłem, które tworzą kolor, jest aspektem wyróżniającym dla każdego z malarzy. Artyści określa się wobec niego na wiele różnych sposobów, nawet ograniczając się do bieli i czerni. Równie ważnym żywiołem dla sztuki są zmysły, zarówno w procesie tworzenia, jak i w odbiorze dzieła. Wrażliwość sensualna jest podstawą nie tylko malarstwa, stąd na wystawie zaprezentowane zostaną także formy wykraczające poza obszary związane z podobrazem: obiekty, instalacje, video, fotografie. Te wszystkie formy łączy wspólna cecha, którą określa się jako „malarskość”. Kurator: Arkadiusz Sylwestrowicz.

Wystawa czynna do 27 lutego w godzinach otwarcia galerii 11:00-19:00.

19 LUTEGO

Jezus, Maria, Uchodźca

Olsztyn

MOK zaprasza na spektakl w wykonaniu Living Space Theatre zostało założone w 2016 roku przez absolwentów Akademii Sztuk Teatralnej w Krakowie – Wydziału Teatru Tańca w Bytomiu.

Jako nomadyczny teatr, realizują spektakle w różnych miejscach i z różnymi artystami. Są skupieni na pracy z ciałem i wyobraźnią, które są dla nich skutecznymi narzędziami w procesie twórczym.

Od momentu powstania współpracowali z artystami i organizacjami z USA, Chin, Korei Płd., Japonii, Polski, Belgii, Holandii oraz Bułgarii (prezentując spektakle lub organizując warsztaty). Brali udział m.in. w: Konkursie na Inscenizację Dawnych Dziel Literatury Polskiej „Klasyka Żywa”, Polskiej Sieci Tańca 2019, Europejskiej Stolicy Kultury 2019 w Płowdiu, XIV Międzynarodowym Festiwalu Gombrowiczowskim, BaletOffFestiwal, Festiwalu Kontrapunkt, Festiwalu AgitAgueda, T'Danse – Danse et Technologie Festival, Busan International Performing Arts Festival, Vth ITI Dance Symposium i innych.

Spektakl: 19.02/ 18:00 / Sala pod Amfiteatrem, Olsztyn Bilety: 20 zł

23 LUTEGO

Grand Orkiestra z Odessy — Pod dachami Paryża

Olsztyn

Paryż... Od stu lat oczy (i uszy) świata są zwrócone na piosenkę francuską, która urodziła się pod dachami Paryża, na Polach Elizejskich, pod wieżą Eiffła, w Lasku Bulońskim i przy szklanej piramidzie przed Luwrem. To muzyka znaczone takimi nazwiskami jak Edith Piaf, Joe Dassin, Dalida, Mireille Mathieu. To kankan, kabarety

(na czele z Moulin Rouge!), a nawet upiór — bo przecież to właśnie w gmachu opery paryskiej straszyl bohater powieści i musicalu.

Olsztyńska filharmonia zaprasza na dwugodzinne spotkanie z muzyką francuską, dające okazję do wzruszeń i uśmiechu. Impreza biletowana.

LUTY

Muzeum Budownictwa Ludowego

Olsztynek

Muzeum w sezonie zimowym jest czynne jest od wtorku do niedzieli w godz. 10-15. W tym roku obiekty dużej i małej architektury wiejskiej z Warmii, Mazur, Powiśla i Małej Litwy zobaczyć można tylko z zewnątrz. Muzeum udostępnia 31 stałych ekspozycji.

4-6 MARCA

XXXVII Kaziuki Wilniuki

Region



Fot. LDK / Kaziuki Wilniuki

Kaziukowe święto w naszym regionie 4- 6 marca. Artyści z Wileńszczyzny wystąpią w Olsztynie, Kętrzynie, Szczytnie, Bartoszycach, Lidzbarku Warmińskim.

Koncert w Lidzbarku Warmińskim — 6 marca o godzinie 12:00 w Lidzbarskim Domu Kultury. W programie — Polski Zespół Artystyczny Pieśni i Tańca „Wilnia” z Wilna w programie „Cześć Ci, Polsko” oraz „Kapela Świętojańska” z Sużan. Koncert poprowadzą - niezastąpiona Anna Adamowicz – Citka Franukowa oraz Dominik Kuziniewicz – Wincuk Bałtaunszczyk z Pustaszyszek. Nad kierownictwem grup artystycznych czuwa Krystyna Adamowicz.

Występom artystycznym będzie towarzyszył tradycyjny kiermasz rękodzieła w wykonaniu mistrzów ludowych Litwy. Na jarmarku m.in.: palmy wielkanocne, pisanek, wyroby kuchni wileńskiej, obwarzanki smorgońskie i serca piernikowe.

Jak co roku odwiedzi Warmię także Romuald Mieczkowski i Wydawnictwo „Znad Wilii”.

Bilety w sekretariacie LDK, kasie Kina Ignacy oraz poprzez stronę www.biletyignacy.pl

REKLAMA

przetarg

Spółdzielnia Mieszkaniowa w Olecku

ul. Zyndrama 4, 19-400 Olecko

**ogłasza przetarg nieograniczony
na świadczenie usług w zakresie utrzymania
czystości i pielęgnacji zieleni w zasobach SM w Olecku.**

Termin składania ofert upływa **18 lutego 2022 r. o godz. 10.00**. Oferty należy złożyć w sekretariacie Spółdzielni Mieszkaniowej w Olecku przy ul. Zyndrama 4.

Otwarcie ofert nastąpi **18 lutego 2022 r. o godz. 10.30** w biurze Spółdzielni Mieszkaniowej w Olecku przy ul. Zyndrama 4.

Szczegółowe informacje można uzyskać w siedzibie Spółdzielni Mieszkaniowej w Olecku przy ul. Zyndrama 4 (Dział Techniczny) w godz. 7.00-15.00, nr telefonu (87) 520 30 68.

SIWZ dostępna jest na stronie internetowej Spółdzielni Mieszkaniowej w Olecku, w zakładce „Przetargi”.

Zastrzega się prawo do unieważnienia przetargu bez podania przyczyn i ponoszenia jakichkolwiek skutków prawnych i finansowych.

Zarząd Spółdzielni Mieszkaniowej
w Olecku

GAZETA OLSZTYŃSKA.PL || DZIENNIK ELBLĄSKI.PL | ROZRYWKA | 18

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 32, utworzą rozwiązanie - przysłowie:

POZIOMO: 1) ozdoba na szyi z fotografią; 7) druga płyta zespołu Abba; 11) matka mitologicznego Cerbera; 14) krakowski Unity Tower potocznie; 15) włoskie pierożki jak uszka; 16) kolonizator, kolonista; 17) stolica Aruby; 19) wybitne dzieło sztuki; 20) pensja posła; 22) pogadanka kontuszuwa inaczej; 24) król wrózek ze "Snu Nocy Letniej"; 29) ród z Orlego Gniazda "Gry o Tron"; 30) wyspa z wulkanem Yasur; 33) zjawia, mara; 34) cenne u słonia; 35) prezent, podarunek; 36) czwarta część całości; 37) zdzia, pika; 38) zasadzane na dzieci; 40) jeden z siedmiu światów; 41) siodłany przed jazdą; 43) Niemcy lub Polacy; 44) filipińska sztuka walki; 47) rzeka w Nantes; 48) oko

mikroskopu; 49) żużel, odpad hutniczy; 51) leśne, jedyny krowiak żyrafy; 53) ze szpulą na wędce; 56) węży mord czarny, roślina; 58) amerykański stan z Montgomery; 59) wadłowiec OV-099; 60) jeden z sakramentów; 61) Westminsterskie w Londynie; 63) Roald, norweski badacz polarny; 64) rdzenna mieszkanka Ameryki. **PIONOWO:** 1) niejeden w "M jak miłość"; 2) przymierze, sojusz; 3) antylopa Derbiego; 4) zły król z jasełek; 5) szesnasta litera alfabetu greckiego; 6) grzywa pietruszki; 8) marcinki, kwiaty; 9) żyje z uprą i hodowli; 10) miasto z Muzeum Romantyzmu; 12) "... Cosel", powieść Krzeszewskiego; 13) Dobrobit, polski muzyk; 18) dymisja króla; 21)

produkują piwo; 22) wije je ptak; 23) namalował "Odzjazd na Cyterę"; 25) Stanisław, wydał "Przyczyny zgonu"; 26) grocho-drzew akacjowy; 27) krem czekoladowy od Ferrero; 28) Beata Kozidrak po mężu; 30) znak wężyka w tekście; 31) de Len-clos, słynna kurtyzana; 32) antylopa pustynna z Sahary; 39) rozpoczyna "Pana Tadeusza"; 42) inaczej gondoliera, pieśń; 45) przerywa film w telewizji; 46) wszczep do organizmu; 50) Janis Lyn ..., amerykańska piosenkarka; 52) mała Anna; 54) zjawisko świętego Elma; 55) ceratonia, zamiennik kakao; 56) państwo z Apia; 57) obrotowy pręt w piekarniku; 62) chlor.

061

062063

GO

#rzetelnaGO

RZETELNE
DZIENNIKARSTWOJESTEŚMY
ZORIENTOWANI
NA REGION!1886 ^{136 LAT} 2022

BĄDŹ

NA BIEŻĄCO!

KONSTAŁ PRODUCENT

**GARAŻE blaszane
BRAMY garażowe
KOJCE dla psów**

Najniższe **CENY**
Różne wymiary
Transport cały kraj
Montaż **GRATIS**
Dogodne **RATY**

89-650-30-43 85-733-60-26
29-642-34-61 55-621-23-38
512-853-323
www.konstal-garaze.pl

47220tr-B-P

ZWIERZĘTA

sprzedam

OWCZARKI niemieckie długowłose, (89) 617-20-72

SPRZEDAŻ kur, kaczek, brojlerów, kokoszek, dowóz gratis, tel. 728-104-188.

SPRZEDAŻ kur, kurcząt -dostawa gratis, 503-508-148

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam

SPRZEDAM mieszkanie 27 m2 (do remontu) Zatorze - Puszkina tel. 696-077-863

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL, 503-103-703

kupię

KUPIĘ mieszkanie, działkę. Może być do remontu lub zadłużona, POMOGE w spłacie długu. ZAPŁACE 5000zł za informację o takiej nieruchomości. 661-435-785

zamienię

ZAMINIĘ beczynszowe mieszkanie pod Olsztynem po generalnym remoncie na zadłużone lub do remontu w Olsztynie, 696-402-623

do wynajęcia

LOKAL na usługi - tanio, 600-018-121

MIESZKANIE tanio, 600-018-121

POKÓJ z kuchnią Kołobrzeka, 604-187-823

PRACA

dam pracę

BRUKARZY, pomocników, pracowników fizycznych 600-36-33-76

CIEŚLA, dekarz, pomocnik, 601-680-820

KIEROWCA CE, 503-103-703

KUCHARZ od zaraz, 606-643-429 krys-stant@wp.pl

MURARZY- zbrojarzy, 667-947-124

POMOCNIKA elektryka bądź elektryka, 505-783-503

POSZUKUJEMY podwykonawców elektryków, 505-783-503

PRACA w gospodarstwie rolnym, 668-404-918

SEKRETARKE-ASYSTENTKE Zarządu, absolwentkę gosp. przestrz. lub geodezji, do biura w Olsztynie(projektowanie)CV i LM, pracownia.rekrutacja21@gmail.com

SZPACHLARZA zatrudnię. Dobre wynagrodzenie. Tel. 602-864-115

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie rolnym. Zakwaterowanie, wyżywienie + pensja, 602-724-745

AUTO-MOTO

kupię

KUPIĘ motocykl WFM, OSA, SHL, Junak, motorynka, 504-631-626

TURYSTYKA

WCZASY DLA SENIORA- Kry-nica Morska - 8 dni od 949 zł/os., Stegna - 8 dni od 849 zł/os. tel:534244044, www.wczasy-senior.pl

USŁUGI

budowa | remont

GLAZURA, terakota, malowanie, hydrauliczne, panele, 50-20-60-413

HYDRAULIK, 501-209-794

KOPARKA Long Reach 16m, 889-321-899

MALOWANIE, szpachlowanie, panele, 664-493-138

REMONTY mieszkań, 783-543-814

SZALÓWKA, podłoga, boazeria, sztacheta, taras; Tartak Żarnowo k. Augustowa, 693-491-205.

WYCINKA drzew niebezpiecznych, 889-321-899

inne

DOM opieki EDO Marcinkowo koło Olsztyna - mamy wolne miejsca, 883-744-826

SZYCIĘ kołder, 665-434-450

RÓŻNE

sprzedam

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

ROLNICTWO

zwierzęta hodowlane

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

maszyny rolnicze

SPRZEDAM: MASZYNY ROLNICZE UŻYWANE 200SST. Kiwity tel.605-429-486, Ostróda tel.601-612-068, Węgorzewo, tel.539-448-102.

produkty rolne

KUPIĘ: zboża paszowe, konsumpcyjne.FHU ANIMAR.Tel.694-508-207

SKUP ZBÓŻ KUPI: zboża paszowe, konsumpcyjne.Tel.606-505-511

SPRZEDAM pszenicę do siewu i baloty słomy, 538-449-616

TRZY tony ładnego owsa na paszę sprzedam, 606-796-996.

ZIEMNIANKI jadalne irga, 896458164

Wybierz profesjonalistów
Wybierz nas!
Sukasz klientów?

docieramy do 1400000 odbiorców



wykorzystujemy zaawansowane sposoby emisji i targetowania reklam



dostarczymy Twoją ofertę do potencjalnych klientów na najpopularniejszych nośnikach



zapewniamy pełne raportowanie efektów przeprowadzonych działań

GAZETA
OLSZTYŃSKA.pl

(89) 539-74-46, reklama@wm.pl



45220pb1-A-P

Pograżeni w głębokim smutku zawiadamiamy,
że 2 lutego 2022 r. odeszła od nas
nasza najukochańsza
Żona, Mama, Babcia i Siostra

ś. † p.

Teresa Kowalczyk

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się
5 lutego 2022 r. o godz. 9.00
w kaplicy przy ul. Mariańskiej,
skąd o godz. 9.30 nastąpi wyprowadzenie
do kościoła pw. Chrystusa Zmartwychwstałego
przy ul. Żytniej 68 (Dajtki), a następnie
na cmentarz komunalny w Dywitach.

Rodzina

345220pb1-A-G

*Człowiek zapisany w sercach innych ludzi
będzie żyć wiecznie*

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że 29 stycznia 2022 r. odszedł od nas na zawsze
Nasz Kochany Tata, Dziadek i Brat

ś. † p.

Jerzy Śliwczyński

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się
5 lutego 2022 r. (sobota) o godz. 8.30
odmówieniem Różańca w kościele
pw. Błogosławionego Stefana Wyszyńskiego
przy ul. Wilczyńskiego 7, po czym o godz. 9.00
zostanie odprawiona Msza Święta Żałobna.
Ceremonia pochowania odbędzie się
na cmentarzu komunalnym w Dywitach.

Pograżona w bólu i żałobie rodzina

34220pb1-A-G

**Marcinowi
Abramowskiemu
oraz Jego Rodzinie**
wyrazy współczucia z powodu śmierci

Mamy

składają Tadeusz, Danuta i Artur Gałązka wraz z pracownikami

35220pb1-A-P

Można odejść na zawsze, by stale być blisko... Ks. J. Twardowski

Koleżance **Kasi Białeckiej**
oraz **Jej Najbliższym**
najszczerze wyrazy współczucia z powodu śmierci
Taty
składają Koleżanki i Koledzy
z POL-ASSUR SP. Z O.O. w Olsztynie

340220pb1-A-G

**TU ZLECISZ ZAMIESZCZENIE
NEKROLOGU LUB KONDOLENCJI
W „GAZECIE OLSZTYŃSKIEJ”
I „DZIENNIKU ELBLĄSKIM”**

NEKROLOGI

(wymagany akt zgonu).

Terminy przyjęć*:

- na poniedziałek – do piątku do godz. 15.00
- na wtorek, środę, czwartek, piątek
– dnia poprzedniego w godz. 7.00-15.00

* Dotyczy Biura Ogłoszeń w Olsztynie, plac Józefa Bema 5

KONDOLENCJE

(wymagany dowód osobisty osoby nadającej)
ukazują się w ciągu trzech dni od chwili nadania

Biuro Ogłoszeń,
OLSZTYN, plac Józefa Bema 5
czynne w godz. 7.00-15.00
soboty – nieczynne
tel. 89-539-74-80,
b.ogloszen@gazetaolsztynska.pl

www.pozegnania.net

Biuro Ogłoszeń,
ELBLĄG, ul. Rybacka 35
tel. 55-236-18-02
pon.-pt. godz. 8.00-16.00

380-289190pb1-c-M

Koleżance
**Marii
Hanuszewskiej-Dominiak**
wyrazy głębokiego współczucia
oraz szczerze słowa wsparcia i otuchy z powodu śmierci
Mamy
składają współpracownicy z Katedry Histologii i Embriologii
Wydziału Medycyny Weterynaryjnej
Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie

344220pb1-A-G

Rodzinie i Bliskim
wyrazy głębokiego współczucia i żalu z powodu śmierci
ś. † p.
Eugeniusza Latkowskiego
emerytowanego, długoletniego Nadleśniczego
Nadleśnictwa Stare Jabłonki
składa Nadleśniczy z pracownikami

338220pb1-A-P

Panu
**Albertowi
Zabielskiemu**

słowa wsparcia i otuchy
oraz wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

Mamy

składają
Dyrekcja i Pracownicy
Krajowego Ośrodka Wsparcia Rolnictwa
Oddziału Terenowego w Olsztynie

350220pb1-A-G



ARKADIA

Olsztyn, ul. Jagiellońska 52/85

tel. 89 526 67 53, 665 175 125
całodobowe przewozy zmarłych

Zbigniew Jarmużewski Joanna Kamińska Andrzej Domasiewicz
kom. 602 514 880 kom. 691 410 360 kom. 602 514 888

Gwarantujemy godną
i kulturalną posługę

6144190pb1-f-M



SACRUM

KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE

ANDRZEJ DĄBROWSKI
Olsztyn, ul. Limanowskiego 18/2
☎ 89 67 77 100, kom 530 308 308

GODNIE - SOLIDNIE - Z SZACUNKIEM

Całodobowy przewóz zmarłych

320520pb1-d-M



**USŁUGI
POGRZEBOWE**

ARKA
Elżbieta Michałowska Anna Michałowska

OLSZTYN (Zatorze), ul. M. Zientary-Malewskiej 2A

☎ 89 534 72 42, 605 635 908

OLSZTYN (Jaroty), ul. Herberta 16/24
(wejście od Wilczyńskiego, naprzeciw „Medyka”)

☎ 89 526 66 01, 605 665 909

www.arkaolsztyn.pl

Całodobowy przewóz zmarłych

6146190pb1-f-M



dawniej **↓market**

OLSZTYN	895 355 300
ul. Lengowskiego 18-20	602 327 277
BISKUPIEC	897 152 093
ul. Armii Krajowej 4	608 680 642

POGOTOWIE POGRZEBOWE 89 527-09-09

Pomożemy Ci godnie pożegnać

6142190pb1-g-M

NAJSZYBSZY KANDYDAT

PLEBISCYT \\ Tylko 10 dni zostało do zakończenia głosowania na sportowych bohaterów minionego roku. Wyniki ogłosimy 26 lutego na tradycyjnym balu.

Wczoraj przypomnieliśmy listę kandydatów w 61. Plebiscycie na 10 Najpopularniejszych Sportowców Roku (lista jest na sport.wm.pl), natomiast dzisiaj kilka zdań poświęcimy kategoriom sms-owym, które od wielu lat towarzyszą plebiscytowi. Zaczniemy od najważniejszej, w której wybieramy najpopularniejszych sportowców (jego wyniki będą zsumowane z wynikami kuponowymi oraz z głosowaniem plebiscytowej Kapituły). Obecnie w tej kategorii prowadzi Daniel Mańkowski (wyścigi motocyklowe, Graften Motorsport/Motoklub Olsztyn), drugi wicemistrz Polski w motocyklowej klasie Superbike. Pan Daniel jest też najszybszym kandydatem, bo na prostych odcinkach toru jedzie nawet z prędkością 300 kilometrów na godzinę. Drugi jest Marcin Malewski, który szybko, ale jednak nie aż tak, porusza się po boisku piłki ręcznej, natomiast na trzeciej pozycji jest Konrad Bukowiecki, który nad szybkość przedkłada odległość (choćby żebym poleciała daleko, to odpowiednia szybkość też jest jednak potrzebna).

OTO OBECNA CZŁÓWKA SMS-OWEJ KATEGORII NAJPOPULARNIEJSZY SPORTOWIEC 2021 ROKU:

1. Daniel Mańkowski (wyścigi motocyklowe, Graften Motorsport/Motoklub Olsztyn) **go.spw.45**



Fot. archiwum teamu

Daniel Mańkowski jest drugim wicemistrzem Polski w motocyklowej w klasie Superbike

- 2. Marcin Malewski** (piłka ręczna, Warmia Energa Olsztyn) **go.spw.44**
3. Konrad Bukowiecki (lekka atletyka, AZS UWM Olsztyn) **go.spw.9**
4. Aniela Kozłowska (szermierka, Hajduce Olsztyn) **go.spw.34**
5. Anastazja Kuś (lekka atletyka, AZS UWM Olsztyn) **go.spw.38**
6. Jakub Majek (piłka ręczna, Jedynka KODO Morąg) **go.spw.43**
7. Wojciech Loret (brazylijskie jiu jitsu, Arrachion Olsztyn) **go.spw.41**
8. Kacper Jurczak (pływanie w płetwach, Amfiprion Olecko) **go.spw.24**
9. Bartosz Idzikowski (piłka ręczna, Jedynka KODO Morąg) **go.spw.22**
10-11. Łukasz Cudnoch (taekwondo olimpijskie, AZS UWM Olsztyn) **go.spw.12**; **Martyna**

Świerczyńska (jeździectwo, AZS UWM Olsztyn) **go.spw.68**

INNE KATEGORIE SMS-OWE

- Najpopularniejszy Sportowiec Powiatu Olsztyńskiego:** 1. Kinga Rybkiewicz (kolarstwo torowe, LKK Zakłady Mięsne Warmia Biskupiec) **go.nsp.16**; 2. Kinga Jackowska (lekka atletyka, Asy Dywity) **go.nsp.9**; 3. Szymon Stokłos (kolarstwo torowe, SK Stawiguda) **go.nsp.17**; 4. Barbara Budek (taekwondo, Egida Biskupiec) **go.nsp.5**; 5-6. Patrycja Maleszka (lekka atletyka, Asy Dywity) **go.nsp.12**; Szymon Haponik (kolarstwo torowe, SK Stawiguda) **go.nsp.8**
• Najpopularniejszy Sportowiec Olsztyna: 1. Daniel Mańkowski (wyścigi motocyklowe, Graften Motorsport/Motoklub Olsztyn) **go.nso.18**; 2. Marcin Malewski (piłka

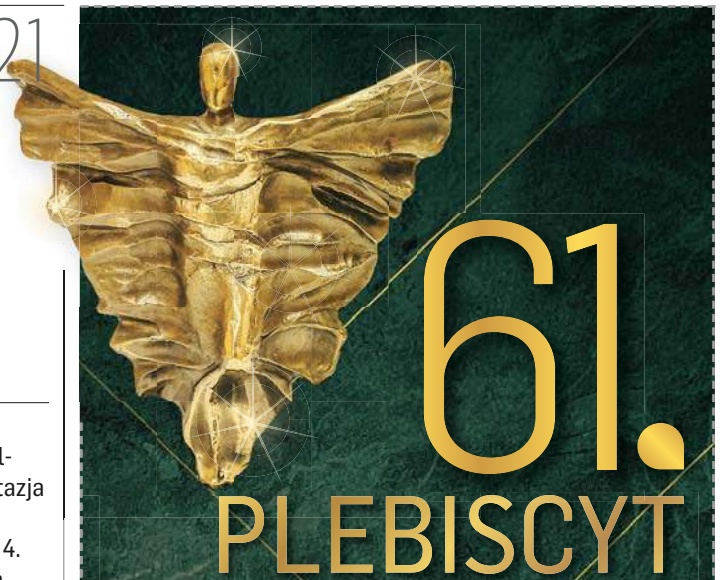
ręczna, Warmia Energa Olsztyn) **go.nso.17**; 3. Anastazja Kuś (lekka atletyka, AZS UWM Olsztyn) **go.nso.15**; 4. Mateusz Kopyciński (piłka ręczna, Warmia Energa Olsztyn) **go.nso.11**; 5. Piotr Dzido (piłka ręczna, Szczepior-niak Olsztyn) **go.nso.5**

• Sportowy Talent Roku: 1. Kinga Jackowska (lekka atletyka, Asy Dywity) **go.sta.15**; 2. Kacper Golonka (zapasy, Budowlani Olsztyn) **go.sta.12**; 3. Aleksander Gralewicz (wyścigi motocyklowe, Motoklub Olsztyn) **go.sta.14**; 4. Karol Kijewski (lekka atletyka, Jurand Szczecno) **go.sta.19**; 5. Aleksandr Birchenko (zapasy, Budowlani Olsztyn) **go.sta.5**

• Najpopularniejszy Instruktor/Trener Personalny: 1. Maciej Wyszynski (CrossBox-Fit Kętrzyn) **go.nit.31**; 2. Ewa Najmowicz (MRS.SPORTY w Olsztynie, Hotel Warmia Park w Pluskach) **go.nit.18**; 3. Miłosz Lenart (trener biegowy, ML Kętrzyn) **go.nit.15**
• Biegacz Roku: 1. Daria Mitrega (Pszczółkowski Team, Olsztyn) **go.bgr.15**; 2. Dawid Goleniowski (AZS UWM Olsztyn) **go.bgr.33**; 3. Krzysztof Sokół (Bieganie Pod Sokolim Okiem, Olsztyn) **go.bgr.31**; 4. Sylwester Jakacki (Bartoszyce) **go.bgr.5**; 5. Emilia Kuźmiak (ASICS Frontrunner, Olsztyn) **go.bgr.13**

Sms-y wysyłamy na numer 7248 (2,46 zł brutto), w treść wpisując jedynie kod (są zaznaczone na czerwono). Na stronie sport.wm.pl znajdziesz listy wszystkich kandydatów.

DAD



61.

PLEBISCYT

NA 10 NAJPOPULARNIEJSZYCH
SPORTOWCÓW
WOJ. WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO

GŁOSUJĘ NA:

1.....
 2.....
 3.....
 4.....
 5.....
 6.....
 7.....
 8.....
 9.....
 10.....

Pełna lista kandydatów dostępna na www.gazetaolsztynska.pl
 Kupon należy dostarczyć do **14 lutego 2022 r.** na adres: **Grupa WM Sp. z o.o., 10-364 Olsztyn, ul. Tracka 5, z dopiskiem „Plebiscyt”.**

Imię i nazwisko

Adres

Tel.

E-mail:

1. TAK / NIE* Oświadczam, że zapoznałem się i akceptuję regulamin Plebiscytu, który jest dostępny w siedzibie spółki i na stronie internetowej www.gazetaolsztynska.pl, oraz że zapoznałem się z informacją o przetwarzaniu danych osobowych, którą zamieszczono w § 8 regulaminu.

2. TAK / NIE* Oświadczam, iż wyrażam dobrowolną zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych na potrzeby przeprowadzenia plebiscytu i wyłonienia zwycięzcy nagrody na podstawie regulaminu Plebiscytu.

3. TAK / NIE* Oświadczam, iż wyrażam dobrowolną zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych w celach marketingowych, w tym otrzymywania informacji handlowych drogą elektroniczną na podany wyżej adres poczty e-mail i numer telefonu, realizowanych przez Grupę WM Sp. z o.o. w Olsztynie.

Data i czytelny podpis

* Właściwą odpowiedź należy zakreślić. W przypadku niewyrażenia zgody w pkt 2 oświadczenia uczestnik Plebiscytu nie będzie brał udziału w losowaniu nagród.

61.

PLEBISCYT

NA 10 NAJPOPULARNIEJSZYCH
SPORTOWCÓW
WOJ. WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO

PATRONI HONOROWI



PARTNER STRATEGICZNY



PARTNERZY



PATRONI MEDIALNI



OLIMPIADA W TV

PIĄTEK

• **Ceremonia otwarcia igrzysk w Pekinie** (12.55 TVP 1, 12.55 TVP Sport, 13 Eurosport 1)

SOBOTA

• **Biathlon.** Sztafeta mieszana (9.45 Eurosport 1, 9.55 TVP 1)
• **Boks.** Gala w Las Vegas - waga półśrednia: Keith

Thurman - Mario Barrios, waga piórkowa: Leo Santa Cruz - Keenan Carbajal (3.00 TVP Sport)

• **Curling.** Mecze par mieszanych: Szwajcaria - Szwecja, Szwajcaria - Szwecja (2.00, 3.00 Eurosport 1)
• **Hokej.** Turniej kobiet: USA - ROC (14.50 Eurosport 1)
• **Łyżwiarstwo figurowe.** Zawody drużynowe: program

krótki solistek (2.30, 3.00 Eurosport 1)

• **Łyżwiarstwo szybkie.** Bieg na 3000 m kobiet (9.25, 10.15 TVP Sport)
• **Short track.** Eliminacje kobiet na 500 m kobiet i mężczyzn na 1000 m (11.55 TVP Sport); sztafeta mieszana (13.20 Eurosport 1, 13.20 TVP Sport)
• **Skoki narciarskie.** Seria próbna (6.15 TVP Sport),

kwalifikacje do konkursu na skoczni normalnej (7.15 TVP Sport), konkurs kobiet na skoczni normalnej (11.30 Eurosport 1, 11.40, 12.35 TVP 1)
• **Saneczkarstwo.** 2. przejazd jedynek mężczyzn (14.10 Eurosport 2)

NIEDZIELA

• **Biegi narciarskie.** Bieg łączony mężczyzn (7.55 TVP

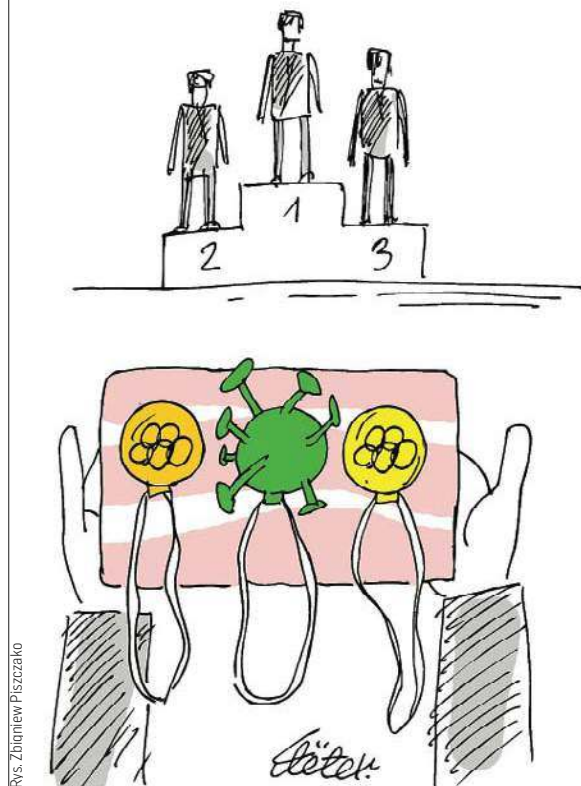
Sport, 8 Eurosport 1)

• **Hokej.** Turniej kobiet: Szwajcaria - USA (14 Eurosport 2)
• **Narciarstwo alpejskie.** zjazd mężczyzn (3.55 TVP 1, 4 Eurosport 1)
• **Saneczkarstwo.** 3. przejazd jedynek mężczyzn (12.25 TVP Sport), 4. przejazd (14.10 Eurosport 2, 14.15 TVP Sport)
• **Skoki narciarskie.** Seria próbna na skoczni normalnej

(11 TVP 1), konkurs na skoczni normalnej (11.55, 13 TVP 1, 12 Eurosport 1)

• **Łyżwiarstwo figurowe.** Zawody drużynowe: program dowolny par sportowych, program dowolny par tanecznych (2.15, 3.00 Eurosport 1)
• **Łyżwiarstwo szybkie.** Bieg na 5000 m mężczyzn (9.30 TVP Sport, 9.45 Eurosport 1)

DAD



Rys. Zbigniew Piszczako



SPORT W TV

PIĄTEK

• **Futsal.** Mistrzostwa Europy, półfinały: Ukraina - Rosja, Portugalia - Hiszpania (16.50, 19.50 TVP Sport)
• **Kolarstwo.** Tour of Saudi Arabia (11 Eurosport 2); Wyścig dookoła Walencji (16 Eurosport 2)
• **Koszykówka.** Turkish Airlines EuroLiga: Real Madryt - Zenit Sankt Petersburg (20.45 Polsat Sport News)
• **Piłka nożna.** PKO BP Ekstraklasa: Bruk-Bet Termalica Nieciecza - Jagiellonia Białystok, Zagłębie Lubin - Legia Warszawa (17.55 nSport+, 17.55, 20.25 Canal+ Sport); liga francuska: Olympique Marsylia - Angers (20.55 Canal+ Sport 2, 20.55 Eleven Sports 2); 2. liga hiszpańska: Almeria - Ibiza (20.55 nSport+); Puchar Anglii: Manchester United - Middlesbrough (21 Eleven Sports 1)
• **Siatkówka.** TAURON Liga: BOSTIK Bielsko-Biała - UNI Opole, Radomka Radom - Legionovia Legionowo (17.30, 20.30 TVP Sport)
• **Tenis.** Turniej ATP w Pune:

ćwierćfinały (8.30, 11, 13, 15 Polsat Sport Extra)

SOBOTA

• **Boks.** Gala w Cardiff, waga średnia: Chris Eubank Jr. - Liam Williams (20.30 Canal+ Sport 2); gala w Las Vegas, waga półśrednia: Keith Thurman - Mario Barrios, waga piórkowa: Leo Santa Cruz - Keenan Carbajal (3.00 TVP Sport)
• **Kick-boxing.** Gala HFO w Warszawie (20.25 TVP Sport)
• **Kolarstwo.** Wyścig dookoła Walencji (16 Eurosport 2)
• **Koszykówka.** Energa Basket Liga: Czarni Słupsk - Anwil Włocławek (17.20 Polsat Sport Extra); liga hiszpańska: Casademont Saragossa - Unicaja (18 Sportklub); NBA: Orlando Magic - Memphis Grizzlies (23.15 Canal+ Sport)
• **Piłka nożna.** PKO BP Ekstraklasa: Stal Mielec - Górnik Zabrze, Lechia Gdańsk - Śląsk Wrocław (14.55, 19.55 Canal+ Sport), Piast Gliwice - Pogon Szczecin (17.25 TVP Sport, 17.25 Canal+ Sport); liga angielska: Burnley - Watford (18.55 Canal+ Family); Puchar



Fot. Mateusz Lewandowski

W poniedziałek w Ławie o godz. 17.30 rozpocznie się mecz Indykpol AZS Olsztyn - LUK Lublin (transmisja w Polsacie Sport)

Anglii: Chelsea - Plymouth Argyle, Manchester City - Fulham, Tottenham Hotspur - Brighton & Hove Albion (13.25, 15.55, 20.55 Eleven Sports 2); liga francuska: Monaco - Olympique Lyon (20.55 Canal+ Family); liga czeska: Slavia Praga - MFK Karvina (14.55 Polsat Sport); liga hiszpańska: Mallorca - Cadiz, Celta Vigo - Rayo Vallecano (16.10, 18.25 Canal+ Sport 2), Osasuna - Sevilla (20.55 nSport+); liga włoska: Roma - Genoa, Inter Mediolan - AC Mila, Fiorentina - Lazio (14.55,

17.55, 20.40 Eleven Sports 1)
• **Piłka ręczna.** PGNiG Superliga: MMTS Kwidzyn - Orlen Wisła Płock (15.10 TVP Sport)
• **Siatkówka.** PlusLiga: PGE Skra Białystok - Projekt Warszawa, Ślepsk Małow Suwałki - Stal Nysa (17.30, 20.30 Polsat Sport); liga włoska: Cucine Lube Civitanova - Tonno Callipo Calabria Vibo Valentia (18.20 Polsat Sport News)
• **Sporty motorowe.** Race of Champions - ROC Nations Cup (12 Canal+ Sport 2)
• **Sporty walki.** UFC Fight Night (1.00 Polsat Sport)

• **Tenis.** Turniej ATP w Pune: półfinały gry pojedynczej (11, 13 Polsat Sport Extra)

NIEDZIELA

• **Futsal.** Mistrzostwa Europy: finał (17.25 TVP Sport)
• **Kolarstwo.** Wyścig dookoła Walencji (16 Eurosport 2)
• **Koszykówka.** Liga hiszpańska: Lenovo Tenerife - UCAM Murcia (13 Sportklub); liga niemiecka: Telekom Baskets Bonn - ALBA Berlin (18 Sportklub); Energa Basket Liga: Śląsk Wrocław - King Szczecin (17.30 Polsat Sport Extra); liga hiszpańska: Real Madryt - Valencia (18.25 nSport+); NBA: Denver Nuggets - Brooklyn Nets (21.30 Canal+ Sport 2)
• **Lekka atletyka.** Halowy mityng w Nowym Jorku (18 Polsat Sport News)
• **Piłka nożna.** PKO BP Ekstraklasa: Warta Poznań - Górnik Łęczna, Raków Częstochowa - Wisła Kraków (12.25, 14.55 Canal+), Cracovia - Lech Poznań (17.25 Canal+ Sport); liga francuska: Lorient - Lens, Lille - Paris Saint-Germain (12.55 Eleven Sports

2, nSport+, 20.40 Eleven Sports 2, 20.55 nSport+); liga włoska: Atalanta - Cagliari, Juventus - Werona (12.25, 20.40 Eleven Sports 1), Venezia - Napoli (14.55 Eleven Sports 2), Udinese - Torino (17.55 Eleven Sports 2); liga holenderska: Feyenoord - Sparta Rotterdam (12.10 Polsat Sport News); liga szkocka: Motherwell - Celtic (14.25 Polsat Sport News); liga hiszpańska: Valencia - Real Sociedad (13.55 Canal+ Family), Real Madryt - Granada (20.55 Canal+ Sport); Barcelona - Atletico Madryt, Real Betis Balompie - Villarreal (16.10, 18.25 Eleven Sports 1)
• **Siatkówka.** PlusLiga: Trefl Gdańsk - Asseco Resovia Rzeszów, Aluron CMC Warta Zawiercie - Cerrad Enea Czarni Radom, GKS Katowice - Cuprum Lublin (14.45, 17.30, 20.30 Polsat Sport)
• **Sporty motorowe.** Race of Champions (12 Canal+ Sport 2)
• **Tenis.** Turniej ATP w Pune: finał (13 Polsat Sport Extra)
• **Tenis stołowy.** LOTTO Superliga: mecz 14. kolejki (16 Sportklub)

DAD

WALCZYLI Z RYWALEM I WIATREM

PIŁKA NOŻNA \\ Drugi tej zimy sparing rozegrali piłkarze II-ligowej Olimpii Elbląg, którzy na własnym boisku pokonali III ligowy Bałtyk Gdynia 1:0. Kolejny mecz Olimpia Zagra u siebie w sobotę o godz. 12, a rywalem będzie Stolem Gniewino.



JERZY KUCZYŃSKI
j.kuczynski@
dziennikelblaski.pl

• **Olimpia Elbląg — Bałtyk Gdynia 1:0 (0:0)**

1:0 — (samob. 81)

OLIMPIA: I połowa Rutkowski — Piekarski, Wenger, Wierzba, Filipczyk, Winsztal, Guilherme, Danowski, Katalur, Bawolik, Branecki, II połowa: Lechowid — Sarnowski, Czarny, Wenger, Kazimierowski, Krawczun, Czernis, Milanowski, Sienkiewicz, Kurbiel, Kozera.

Spotkanie rozegrano w trudnych warunkach przy padającym deszczu ze śniegiem i silnym wietrze, który utrudniał grę obu zespołom. Dla obu tych drużyn była to druga gra kontrolna. Bałtyk wcześniej pokonał IV-ligowy Borowiak Czersk 9:0. Z kolei Olimpia przegrała z I-ligową Arką Gdynia 0:1. Meczem z Bałtykiem podopieczni trenera Tomasza Grzegorzczaka zakończyli tygodniowe zgrupowanie dochodzeniowe. W meczu przeciwko gdyńskiej drużynie zagrały dwie inne jedenastki w każdej



Fot. Ryszard Biel

połowie. Jedynie Wenger grał pełne 90 min.

W pierwszej odsłonie spotkania w zespole Olimpii zagrało trzech młodzieżowców: Wierzba, Filipczyk, Branecki, a w drugiej części wystąpiło ich aż sześciu: Lechowid, Milanowski, Kozera, Kazimierowski, Czernis i Sarnowski. Tym razem nie zagraли obaj kontuzjowani bramkarze: Witan i Dudek oraz narzekający na uraz nogi Stanisławski.

Mecz rozpoczął się od ataków Olimpii, która zepchnęła gości do defensywy, ale z tej przewagi nic nie wynikało. Jedynie po stałych fragmentach gry było gorąco pod bramką przyjezdnych. Bałtyk się mądrze bronił, ale i też wyprowadzał kontry. Po



Olimpia pokonała Bałtyk 1:0

jednej z takich akcji mógł wyjść na prowadzenie, ale niebezpieczeństwo zażeg-

nał bramkarz Rutkowski. W drugiej części spotkania elblążanie zaczęli grać

szybciej i dokładniej. Już w 67 min byli blisko zdobycia gola, ale piłka po

uderzeniu Sarnowskiego oblała słupkę.

Kilka minut później Stankiewicz obsłużył idealnie Kozera, ale ten przegrał pojedynek sam na sam z bramkarzem Bałtyku.

Wreszcie w 81 minucie zziębnięci kibice zobaczyli gola. W środku pola piłkę przejął Kozera, podał do Milanowskiego, ten chciał dośrodkować do Kurpiela, jednak lot piłki wcześniej przeciął jeden z obrońców gości i wpakował piłkę do swojej bramki.

Po meczu trener elblążan Tomasz Grzegorzczak powiedział: — Jesteśmy po ciężkiej pracy wykonywanej na zgrupowaniu, więc wszystkim piłkarzom brakuje świeżości. W tym tygodniu będziemy się skupiać nad automatyzmami, żeby w ataku było więcej sytuacji. We wtorek i czwartek, będą po dwie jednostki treningowe z wykorzystaniem siłowni, a potem będziemy przechodzić już do innych zajęć, techniczno-taktycznych oraz szybkościowych.

Kolejny mecz Olimpia Zagra u siebie w sobotę o godz. 12 a rywalem będzie Stolem Gniewino.

PIŁKARKI STARTU ELBLĄG JADĄ POKRZYŻOWAĆ SZYKI KPR ?

Piłkarki ręczne Startu Elbląg w sobotę zagrają na wyjeździe z KPR Kobierzyc. Rywal z górnej części tabeli ponownie walczy o miejsce na podium.

W sobotę na Dolnym Śląsku spotkają się drużyny, które mają zupełnie inne cele w tym sezonie. KPR Kobierzyc celuje w jeden z medali mistrzostw Polski, a zespół Startu ma przede wszystkim utrzymać się w superlidze. Dla elblążanek będzie to czwarty mecz mistrzowski w nowym roku olimpijskim, gdzie w dotychczasowych trzech zespół nie zainkasował żadnego punktu. Na czwarte zwycięstwo kibice czekają już od 15 października. Podopieczne trenera Marcina Pilcha w minionym tygodniu miały rozpocząć trzecią rundę roz-



Fot. arch. Ryszard Biel

Piłkarki ręczne Startu Elbląg w sobotę zagrają na wyjeździe z KPR Kobierzyc

grywek u siebie z Młynami Stośław Koszalin, ale z powodu epidemii koronawirusa w zespole gości, pojedynek został odwołany.

Rywal elblążanek zalicza się obecnie do czołowych drużyn w kraju. KPR z dorobkiem 24 punktów zajmuje trzecie miejsce

w tabeli i nad Startem ma 15 punktów przewagi. Jak widać po miejscu w tabeli KPR jest solidnym zespołem i jest zdecydowanym faworytem w tym spotkaniu. W tym sezonie oba te zespoły grały ze sobą dwukrotnie i górą były podopieczne Edyty Majdzińskiej, które wygrały u siebie 26:20 oraz na wyjeździe 30:22.

— Patrząc po miejscach w tabeli, które zajmujemy, to w roli zwycięzcy wskazać trzeba byłoby gospodynie, ale my nie jedziemy na wycieczkę, tylko pokazać grę i pokrzyżować szyki „kobierkom” — zapowiada dyrektor

sportowy elbląskiego klubu Andrzej Niewrzawa. I stwierdza: — Drużyna z Kobierzyc, gra agresywnie, przy tym pewnie i ma już swój styl gry i przed nikim nie składa broni, więc o punkty będzie bardzo ciężko. Jeśli chcemy powalczyć o dobry wynik, to niezależnie od tego, kto wchodzi na boisko, to wszystkie zawodniczki, muszą powalczyć z dużą determinacją i dużą wolą zwycięstwa.

Elblążanki zagrają w najsilniejszym składzie. Pod znakiem zapytania stoi jednak występ Pauliny Stapurewicz (kontuzja nogi).

• **Mecze 16. kolejki, czwartek:** Młyny Stośław Koszalin — Korona Kielce (zakończył się po wydaniu gazety), **sobota** KPR Kobierzyc — Start Elbląg (godz. 17), **niedziela:** Eurobud JKS Jarostaw — Perta Lublin (17.30), w meczu awansem Zagłębie Lubin — Piotrcovia Piotrków Tryb 22:27 (9:14).

PO 16 KOLEJKACH

1. Zagłębie	16	42	479:380
2. Perta	15	39	453:345
3. KPR	14	24	362:335
4. Piotrcovia	14	21	358:356
5. Eurobud	14	21	349:372
6. Koszalin	13	11	297:339
7. Start	14	9	331:403
8. Korona	14	4	341:440

JERZY KUCZYŃSKI



SPORT.wm.pl

KOGO WYBRAĆ DO DZIESIĄTKI?

Czytelnicy Dziennika Elbląskiego już po raz szesnasty wybiorą dziesiątkę najpopularniejszych sportowców z regionu. Tym razem to oni zdecydują też, do kogo trafi tytuł trenera roku, a kapituła nagrodzi sportowego działacza roku. Ale to nie wszystko.

Od kilkunastu lat Dziennik Elbląski bacznie przygląda się sportowym sukcesom zawodników z miasta i okolic, by raz do roku oddać w ręce swoich Czytelników wybór dziesiątki, która najbardziej zasłużyła na uznanie. W tym roku — podobnie jak dwa lata temu — nagrodzony zostanie najlepszy trener — ale tym razem to Czytelnicy zdecydują, do kogo trafi ten zaszczytny tytuł. Za to redakcyjna kapituła wybierze sportowego działacza 2021.

Ale to nie koniec — w tym roku mamy dla Was niespodziankę w postaci nowej kategorii, w której to Wy będziecie mieli decydujący głos. Wiemy, że Elbląg ma długą taneczną historię i ta dyscyplina, która podobnie jak inne, wymaga od zawodników wytrwałości, konsekwencji i wielogodzinnych treningów. Az drugiej strony taniec poprawia humor i samoocenę, stanowiąc idealną formę ruchu dla osób w każdym wieku. To właśnie dlatego w tym roku postanowiliśmy nagrodzić najpopularniejszą szkołę tańca.

Teraz wszystko zależy od naszych Czytelników. Głosowanie na najpopularniejszych sportowców, trenera i szkołę tańca rusza

4 lutego 2022. SMS-y na swoich faworytów możecie wysłać do godziny 23.59 dnia 31 marca.

Jak głosować?

Wystarczy wysłać SMS (koszt 2,46 zł z VAT) pod numer 7248, w treści wpisując odpowiedni kod. Każdy może wysłać dowolną ilość SMS-ów. Na liście nominowanych mamy 36 sportowców i 1 parę taneczną, 13 trenerów i 6 szkół tańca, ale lista nadal nie jest zamknięta. Jeśli więc uważacie, że kogoś na niej brakuje, dzwońcie pod numer 55 611-46-00, lub piszcie na adres gazeta@dziennikelblaski.pl. Czekamy na Wasze propozycje! Regulamin akcji znajdziecie na www.dziennikelblaski.pl. Wyniki plebiscytu ogłosimy w kwietniu podczas gali finałowej, która tradycyjnie odbędzie się w gościnnych murach Hotelu Młyn w Elblągu.

LISTA NOMINOWANYCH SPORTOWCÓW:

Adam Wiśniewski (judo, IKS Atak Elbląg) — SMS o treści de.sr.35 na numer 7248
Adrian Durma (kickboxing, Silvant Kajak Elbląg) — SMS o treści de.sr.5 na numer 7248
Dominik Jaworski (piłka ręczna, KPR Elbląg) — SMS o treści de.sr.8 na numer 7248
Dominik Rajkowski (podnoszenie ciężarów, UKS Meyer Elbląg) — SMS o treści de.sr.23 na numer 7248

Igor Komorowski (kajakarstwo, Silvant Kajak Elbląg) — SMS o treści de.sr.9 na numer 7248
Jakub Błażewicz (piłka nożna, Polonia Pastęk) — SMS o treści de.sr.2 na numer 7248
Jarosław Wernik (paralelkoatletyka, IKS Atak Elbląg) — SMS o treści de.sr.34 na numer 7248
Joanna Świdarska (siatkówka na siedząco, IKS Atak Elbląg) — SMS o treści de.sr.29 na numer 7248
Joanna Wołoszyk (piłka ręczna, Start Elbląg) — SMS o treści de.sr.32 na numer 7248
Kacper Lewalski (lekkoatletyka, Truso Elbląg) — SMS o treści de.sr.17 na numer 7248
Kacper Sparzak (piłka ręczna, KPR Elbląg) — SMS o treści de.sr.27 na numer 7248
Kamil Graczyk (piłka nożna, Zatoka Braniewo) — SMS o treści de.sr.6 na numer 7248
Kamil Wenger (piłka nożna, Olimpia Elbląg) — SMS o treści de.sr.33 na numer 7248
Lidia Czarnecka (szachy, Skoczek Elbląg) — SMS o treści de.sr.4 na numer 7248
Marceli Józefowicz i Parycja Jankowska (taniec towarzyski, EKT Jantar) — SMS o treści de.sr.37 na numer 7248
Mariusz Pelc (piłka nożna, Concordia Elbląg) — SMS o treści de.sr.21 na numer 7248
Mateusz Peret (piłka ręczna, KPR Elbląg) — SMS o treści de.sr.20 na numer 7248

Mateusz Szmydt (piłka nożna, Concordia Elbląg) — SMS o treści de.sr.30 na numer 7248
Michał Czarny (piłka nożna, Olimpia Elbląg) — SMS o treści de.sr.3 na numer 7248
Michał Łoniewski (boks, Kontra Elbląg) — SMS o treści de.sr.18 na numer 7248
Miłosz Katakur (piłka nożna, Olimpia Elbląg) — SMS o treści de.sr.13 na numer 7248
Nada Alwaqedi (judo, Truso Elbląg) — SMS o treści de.sr.1 na numer 7248
Nikodem Kozak (boks, KSW Tygrys Elbląg) — SMS o treści de.sr.15 na numer 7248
Oskar Rynkowski (piłka nożna, Zatoka Braniewo) — SMS o treści de.sr.26 na numer 7248
Paulina Kopańska (piłka ręczna, Start Elbląg) — SMS o treści de.sr.14 na numer 7248
Paweł Kamiński (piłka nożna, Polonia Pastęk) — SMS o treści de.sr.10 na numer 7248
Paweł Krause (kajakarstwo, Silvant Kajak Elbląg) — SMS o treści de.sr.11 na numer 7248
Przemysław Rojek (kajakarstwo, Silvant Kajak Elbląg) — SMS o treści de.sr.24 na numer 7248
Radosław Lenart (piłka nożna, Polonia Pastęk) — SMS o treści de.sr.16 na numer 7248
Rafał Rocki (paralelkoatletyka, IKS Atak Elbląg) — SMS o treści de.sr.25 na numer 7248

Rafał Wojtowicz (siatkówka na siedząco, IKS Atak Elbląg) — SMS o treści de.sr.36 na numer 7248
Ryszard Grzelak (tenis stołowy, Mlexer Elbląg) — SMS o treści de.sr.7 na numer 7248
Sandra Kruk (boks, niestowarzyszona) — SMS o treści de.sr.12 na numer 7248
Tomasz Szawara (piłka nożna, Concordia Elbląg) — SMS o treści de.sr.28 na numer 7248
Tomasz Talewicz (podnoszenie ciężarów, UKS Meyer Elbląg) — SMS o treści de.sr.31 na numer 7248
Victoria Rocka (koszykówka, Truso Elbląg) — SMS o treści de.sr.22 na numer 7248
Wioleta Pajak (piłka ręczna, Start Elbląg) — SMS o treści de.sr.19 na numer 7248

LISTA NOMINOWANYCH TRENERÓW:

Agnieszka Banaś (kajakarstwo, Silvant Kajak Elbląg) — SMS o treści de.tr.1 na numer 7248
Czesław Nagy (lekkoatletyka, Truso Elbląg) — SMS o treści de.tr.7 na numer 7248
Damian Malandy (piłka ręczna, KPR Elbląg) — SMS o treści de.tr.6 na numer 7248
Daniel Kogut (piłka nożna, Zatoka Braniewo) — SMS o treści de.tr.4 na numer 7248
Grzegorz Rajkowski (podnoszenie ciężarów, KS Meyer Elbląg) — SMS o treści de.tr.10 na numer 7248
Izabela Jaworska (trenerka

personalna i instruktorka fitness) — SMS o treści de.tr.13 na numer 7248
Karol Przybyła (piłka nożna, Olimpia Elbląg) — SMS o treści de.tr.9 na numer 7248
Krzysztof Machiński (piłka nożna, Concordia Elbląg) — SMS o treści de.tr.5 na numer 7248
Krzysztof Wojtaszek (lekkoatletyka, IKS Atak Elbląg) — SMS o treści de.tr.11 na numer 7248
Marcin Pilch (piłka ręczna, Start Elbląg) — SMS o treści de.tr.8 na numer 7248
Mateusz Czyżyk (taniec towarzyski, EKT Jantar) — SMS o treści de.tr.12 na numer 7248
Sebastian Cierlicki (piłka nożna, Polonia Pastęk) — SMS o treści de.tr.2 na numer 7248
Tomasz Grzegorzczak (piłka nożna, Olimpia Elbląg) — SMS o treści de.tr.3 na numer 7248

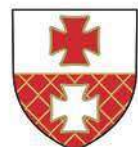
SZKOŁY TAŃCA:

Akademia Sztuki Baletowej w Elblągu — SMS o treści de.st.6 na numer 7248
Centrum Tańca Cadmans w Elblągu — SMS o treści de.st.3 na numer 7248
Centrum Tańca Promyk w Elblągu — SMS o treści de.st.1 na numer 7248
Destination Elbląg — SMS o treści de.st.2 na numer 7248
Energy Dance w Pastęku — SMS o treści de.st.5 na numer 7248
Szkoła Tańca Broadway Elbląg — SMS o treści de.st.4 na numer 7248

ORGANIZATOR



PATRONAT HONOROWY



Prezydent Elbląga
Witold Wróblewski

PATRONI



Starosta Elbląski
Maciej Romanowski



Burmistrz Miasta
i Gminy Pastęk
Wiesław Śniećkowski



Burmistrz Miasta
Braniewa
Tomasz Sielicki



Wójt Gminy Milejewo
Krzysztof Szumala

PARTNERZY

