

MŁAWA KOCHAM MOJE MIASTO!



KPP w Mławie

UCZCILI 105. ROCZNICĘ POWSTANIA POLICJI PAŃSTWOWEJ

MŁAWSCY POLICJANCI UCZCILI 105. ROCZNICĘ POWSTANIA POLICJI PAŃSTWOWEJ. W UROCZYSTEJ ZBIÓRCIE, W AULI KOM. APOLONIUSZA STRZELECKIEGO, WZIAŁ UDZIAŁ INSP. JERZY SZTUĆ ZASTĘPCA KOMENDANTA WOJEWÓDZKIEGO POLICJI ZS. W RADOMIU. NA WYŻSZE STOPNIE SŁUŻBOWE AWANSOWAŁO 26 FUNKCJONARIUSZY. **S. 5**

WIELKI FINAŁ „WAKACJI Z MAXEM 2024”

WYDARZENIA ||

S. 4



MŁAWIANIN ADRIAN ŚWIDERSKI PIERWSZY W MASTERS!

SPORT ||

S. 5



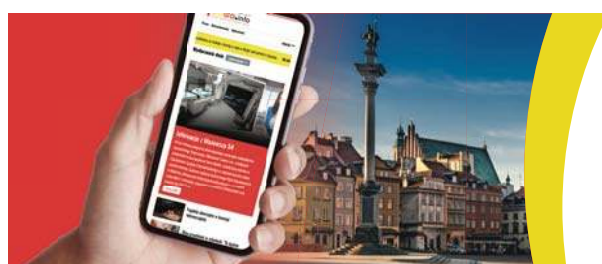
DO SANATORIUM NA FAJFY CZY PO ZDROWIE?

WIADOMOŚCI ||

S. 10

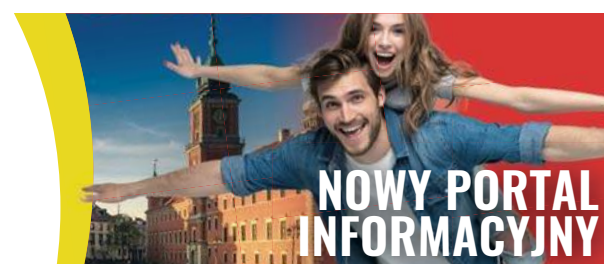


REKLAMA



wawa.info
PORTAL WARSZAWY I MAZOWSZA

**CODZIENNE
NAJNOWSZE WIADOMOŚCI**



40240TBP-R-K

TRWAJĄ PRACE PRZY ROZBUDOWIE DROGI POWIATOWEJ NR 2361W

Zadanie pn. „Rozbudowa drogi powiatowej nr 2361W Szemplino – Brzozowo Maje – Dzierzgowo – Rzęnowo – Grójec – Klewki. Etap I Nowe Brzozowo – Dzierzgowo” zostało dofinansowane z Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg.

Rozpoczęły się prace związane z realizacją zadania inwestycyjnego pn. „Rozbudowa drogi powiatowej nr 2361W Szemplino – Brzozowo Maje – Dzierzgowo – Rzęnowo – Grójec – Klewki. Etap I Nowe Brzozowo – Dzierzgowo”. Wykonano roboty rozbiórkowe i przygotowano teren budowy pod roboty drogowe. Trwa-

ją roboty ziemne, brukarskie oraz budowa kanalizacji deszczowej.

Zakres prac obejmuje rozbudowę drogi od miejscowości Nowe Brzozowo poprzez Stare Brzozowo, Brzozowo-Dąbrówka, Stegna i Dzierzgowo poprzez wykonanie robót na odcinku o długości 5 604 m w tym: rozbiórka istniejącej nawierzchni bitumicznej

drogi, rozbiórka przepustów pod koroną drogi. Następnie wykonanie rowów przydrożnych wraz z przepustami drogowymi, przebudowa rowu melioracyjnego w postaci budowy nowego przepustu, wykonaniu obustronnych poszerzeń konstrukcji nawierzchni do 6,00 m dla przekroju szlakowego oraz do 6,50m dla przekroju ulicznego lub półuliczne-

go, wzmocnienie istniejącej konstrukcji nawierzchni, budowę chodników na terenie miejscowości Nowe Brzozowo, budowę sieci kanalizacji deszczowej, wykonanie zjazdów indywidualnych z betonu asfaltowego i kostki betonowej, wykonaniu zjazdów publicznych z betonu asfaltowego, wykonanie chodników z betonowej kostki brukowej, wyko-

nanie poboczy gruntowych z kruszywa łamanego, regulację pionową urządzeń, wykonanie oznakowania poziomego i pionowego. Planowany termin realizacji zadania to listopad 2025 r.

Źródłami finansowania są:

- Dofinansowanie z Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg – 13 184 796,91 zł
- Pomoc finansowa Gminy

Dzierzgowo – 800 000,00zł
- Wkład własny Powiatu Mławskiego – 2 496 199,23 zł

Całkowita wartość zadania: 16 480 996,14 zł

Ponadto Powiat Mławski ze środków własnych pokryje wydatki związane z kosztami inspektora nadzoru i usługi dotyczącej wykonania badań laboratoryjnych

BEZPŁATNE PORADY PRAWNE

Mieszkańcy Mławy mogą skorzystać z bezpłatnego doradztwa prawnego w następujących miejscach i godzinach:
— ul. Graniczna 39 (Szkoła Podstawowa nr 4) w każdy poniedziałek w godz. 15:30-16:30
— w lokalu przy ul. Z. Padlewskiego 13, w każdą środę od godz. 15.00 do godz. 17.00.
Przypominamy jednocześnie,

że ze wsparcia psychologa możemy skorzystać:
— w lokalu przy ul. Mariackiej 20 - w każdy wtorek od godz. 16.00 do godz. 18.00
— w lokalu przy ul. Padlewskiego 13 - w każdy czwartek od godz. 16.00 do godz. 18.00
Aby umówić się z psychologiem na spotkanie prosimy o kontakt telefoniczny pod

numerem 23 654 56 38 w. 410/411 przy ul. 18 Stycznia 4. lok 25, bądź bezpośrednio u terapeuty.
Specjaliści przyjmują w ramach Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych. Przypominamy również, że Miejska Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

powołana przez Burmistrza Miasta Mława do działań związanych z profilaktyką i rozwiązywaniem problemów alkoholowych oraz integracją społeczną osób uzależnionych od alkoholu pełni swoje dyżury. Wniosek o skierowanie na obowiązkowe leczenie odwykowe może złożyć do komisji członek rodziny lub jakakol-

wiek inna osoba, organizacja lub instytucja.
Dyżury członków Miejskiej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych odbywają się co dwa tygodnie w drugi i czwarty poniedziałek miesiąca od godziny 16.15 do godz. 18.00 w Mławie przy ul. Z. Padlewskiego 13. Kontakt z Komisją przez pracownika



Wydziału Oświaty i Polityki Społecznej, w siedzibie wydziału przy ul. 18 Stycznia 4 lok. 25, bądź tel. 23 654 56 38 wew. 412.

WAŻNE ADRESY I TELEFONY

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

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

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

e-mail: starostwo@powiatmlawski.pl

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

ZUS: AKTYWNY RODZIC – WNIOSKI OD PAŹDZIERNIKA

„Aktywny rodzic” to nowy program, który pomoże rodzicom godzić pracę z opieką nad dziećmi do lat trzech. Ruszy 1 października. Od tej daty opiekunowie będą mogli składać wnioski o jedno z trzech nowych świadczeń.



Przyznawaniem i wypłatą wsparcia zajmie się Zakład Ubezpieczeń Społecznych. – Dla pracujących opiekunów przeznaczone jest świadczenie „aktywni rodzice w pracy”. Jeśli dziecko uczęszcza do żłobka, to będzie na nie przysługiwać świadczenie „aktywnie w żłobku”, które zastąpi dotychczasowe dofinansowanie żłobkowe z ZUS. Trzeci rodzaj wsparcia to świadczenie „aktywnie w domu”, które zastąpi rodzinny kapitał opiekuńczy i obejmie także pierwsze dziecko. Prawo do świadczeń nie zależy od dochodów rodziny – informuje Wojciech Ściwiarski, rzecznik prasowy ZUS w województwie mazowieckim.

Program wystartuje 1 października. Od tego dnia będzie można składać wnioski o nowe świadczenia. Wdrażamy ustawę zgodnie z przyjętym planem. ZUS ma doświadczenie w realizowaniu takich dużych projektów. Będziemy gotowi do ob-

sługi tego zadania. Wnio- ski można będzie składać tylko elektronicznie od 1 października 2024 r. Po weryfikacji danych (za miesiąc październik jakie m.in. składane przez pracodawcę druki tj. 5, 15 i 20 każdego miesiąca) ZUS planuje pierwsze wypłaty na przełomie listopada i grudnia. Szacujemy, że z programu Aktywny rodzic będzie mogło skorzystać ponad 570 tys. dzieci w wieku od 1 do 3 roku życia. Rządowe rozwiązania mają ułatwić rodzicom pogodzenie zadań związanych z rodzicielstwem i aktywizacją zawodową – podkreśla rzecznik.

Aktywni rodzice w pracy
O świadczenie „aktywni rodzice w pracy” będą mogli wystąpić rodzice i opiekunowie, którzy są aktywni zawodowo. Obejmie dzieci od 12 do 35 miesiąca życia, które nie chodzą do żłobka, przedszkola, klubu dziecięcego i nie są pod opieką dziennego opiekuna. Świadczenie wyniesie 1500

zł miesięcznie na dziecko lub 1900 zł, jeżeli maluch ma odpowiednie orzeczenie o niepełnosprawności.

Aktywnie w żłobku
Na dzieci, które uczęsz- czają do żłobka, klubu dziecięcego lub są pod opieką dziennego opiekuna, będzie przysługiwać świadczenie „aktywnie w żłobku”. To wsparcie zastąpi dotychczasowe dofinansowanie żłobko-

we z ZUS. – To korzyst- na zmiana, bo obecne „żłobkowe” wynosi do 400 zł miesięcznie. Nowe świadczenie będzie po- krywało koszty do 1500 zł miesięczne. A w przypad- ku dziecka z odpowied- nim orzeczeniem o nie- pełnosprawności kwota dofinansowania wyniesie nawet 1900 zł – dodaje ZUS. Świadczenie będzie pokrywało czesne, bez kosztów wyżywienia.

Aktywnie w domu
Trzeci rodzaj świadczenia to „aktywnie w domu”. Będzie przysługiwać na każde dziecko w rodzinie, w wie- ku od 12 do 35 miesiąca życia. Zastąpi dotychc- zasowy rodzinny kapitał opie- kuńczy, ale w odróżnieniu od RKO obejmie także pierwsze dziecko. Świad- czenie wyniesie po 500 zł miesięcznie. Łączna kwota do wykorzystania na jedno dziecko w okresie od 12 do

35 miesiąca życia dziecka wyniesie 12 tys. zł.
W danym miesiącu na dziecko będzie można po- bierać tylko jeden rodzaj świadczenia z programu „Aktywny rodzic”. Będzie można jednak zastąpić jeden rodzaj wsparcia drugim, na przykład gdy zmieni się sytuacja zawo- dowa wnioskodawcy

Wojciech Ściwiarski
regionalny rzecznik prasowy ZUS
w województwie mazowieckim

REKLAMA

przetarg

Wiśniewo, dn. 23.07.2024 r.

OGŁOSZENIE O I PRZETARGU USTNYM NIEOGRANICZONYM na sprzedaż niezabudowanej nieruchomości gruntowej działki nr 75/3 o obszarze 0,2700 ha w miejscowości Kosiny Bartosowe

- Działka nr ewid: 75/3, w obrębie 0005 Kosiny Bartosowe, gmina Wiśniewo jest działką narożną. Położona jest bezpośrednio przy drodze powiatowej, działce nr 320/2, prowadzącej od dawnej trasy E7 przez Kosiny Bartosowe do wsi Bogurzyn oraz przy drodze gminnej, działce nr 74. Obydwie drogi mają nawierzchnię asfaltową.
- Dla nieruchomości Sąd Rejonowy w Mławie Wydział IV Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą KW nr PL1M/00057995/7.
- Działka jest uzbrojona w energię elektryczną i sieć wodociągową. Obecnie wykorzystywana przez właściciela sąsiedniej nieruchomości jako teren do składowania słomy i siana, a w części jest nieużytkowana.
- Działka ma kształt prostokąta.
- Miejscowość Kosiny Bartosowe położona jest w południowej części gruntów gminy Wiśniewo. Miejscowość oddalona od siedziby gminy o około 4 km.
- W miejscowości znajduje się przystanek autobusowy, szkoła i przedszkole jest w oddalonej o ok. 1,5 km wsi Kosiny Stare oraz we Wiśniewie.

Dla nieruchomości wyżej opisanej ustalono cenę wywoławczą i wadium:

- Cena wywoławcza: **76 730,00 zł** (słownie: siedemdziesiąt sześć tysięcy siedemset trzydzieści złotych 00/100)
- Wadium: **7 673,00 zł** (słownie: siedem tysięcy sześćset siedemdziesiąt trzy złote 00/100)

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

Przetarg odbędzie się w dniu **3 września 2024 r.** o godzinie **11:00** w siedzibie Urzędu Gminy Wiśniewo, Wiśniewo 86, 06-521 Wiśniewo, sala nr 10.

Osoby zainteresowane uczestnictwem w przetargu zobowiązane są do wniesienia wadium w kwocie **7 673,00 zł** najpóźniej do dnia **26 sierpnia 2024 r.** (decyduje data uznania rachunku bankowego gminy Wiśniewo) na konto nr 91 1020 3541 0000 5502 0356 8383 – tytuł przelewu „**Wadium – I przetarg na sprzedaż działki niezabudowanej nr 75/3**”.

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

Uczestnicy przetargu w dniu przetargu okazują Komisji Przetargowej:

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

Wpłata wadium w przetargu jest równoznaczna z potwierdzeniem zapoznania się uczestnika przetargu z treścią ogłoszenia, warunkami przetargu i ich akceptacją.

Uczestnikiem przetargu, którzy przetargu nie wygrają lub gdy przetarg zostanie odwołany, wadium zostanie zwrócone nie później niż w terminie trzech dni od dnia odwołania, zamknięcia, unieważnienia przetargu lub zakończenia wynikiem negatywnym na konto, z którego wadium zostało wpłacone, po złożonym wniosku o zwrot wadium, który stanowi załącznik do niniejszego ogłoszenia.

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

Termin i miejsce zawarcia umowy sprzedaży wyznaczone zostaną w ciągu 21 dni licząc od dnia rozstrzygnięcia przetargu, o czym zawiadamia się nabywcę nie później niż na 7 dni przed terminem zawarcia umowy.

Koszty związane z zawarciem umowy w formie aktu notarialnego w całości ponosi nabywca.

Wadium przepada, jeżeli osoba ustalona jako nabywca nieruchomości nie przystąpi bez usprawiedliwienia do zawarcia umowy w miejscu i terminie podanym w zawiadomieniu przez organizatora przetargu.

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

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

Wójt Gminy Wiśniewo
Grzegorz Woźniak

RUSZA BUDOWA ULICY ROZGARD

Miasto Mława wyłoniło firmę, która zbuduje ciąg komunikacyjny nad rzeką Seracz na odcinku od ul. Torfa Załęskiego do ul. Wójtostwo (ul. Rozgard). Wykonawca powinien zrealizować cały przedmiot zamówienia w terminie do 120 dni od dnia zawarcia umowy na wykonanie robót budowlanych. Zakres zaplanowanych robót obejmuje wykonanie: - projektu ciągu pieszo-rowerowego po stronie północnej z oświetleniem; - odcinka drogi od ul. Nowoleśnej do ul. Wójtostwo z oświetleniem, kanalizacją deszczową i wykonaniem kanalizacji teletechnicznej; - przepustu na rzece Seracz wraz z odcinkiem ciągu pieszo-rowerowego łączącego jezdnię z ciągiem po stronie północnej.

Zakres nie obejmuje robót już wykonanych i zainwentaryzowanych (zadanie zostało częściowo zrealizowane poprzez kompleksowe wykonanie projektu obejmującego odcinek drogi z oświetleniem i siecią kanalizacji deszczowej od ul. Torfa Załęskiego do ul. Nowoleśnej z wyłączeniem ciągu pieszo-rowerowego po stronie północnej oraz przepustu w ciągu rzeki Seracz i odcinka ciągu pieszo-rowerowego łączącego jezdnię z ciągiem po stronie północnej). Z zakresu wyłączono także teren w rejonie wjazdu do ogródków działkowych na działce nr 3059, który został utwardzony płytami ażurowymi. Wyłonioną w prowadzonym przez Miasto Mława postępowaniu firmą, która realizuje zadanie, jest KRUSZ-BET PLUS Sp. z o.o. Sp. k. z Uniszek Zawadzkich.

KN / WP

WIELKI FINAŁ „WAKACJI Z MAXEM 2024”

Wakacyjna akcja profilaktyczno – rekreacyjna pn. „Wakacje z Maxem” dobiegła końca. Dobra zabawa połączona z nauką zasad bezpieczeństwa nad wodą, podczas letniego wypoczynku oraz bezpieczeństwa w ruchu drogowym, bo przecież „Kreci nas bezpieczeństwo...”.

W czwartek 25 lipca mławscy profilaktycy wspólnie z dzielnicowymi, uczestniczyli w finałowym przystanku akcji profilaktycznej „Wakacje z Maxem” – teren Parku Miejskiego w Mławie. W każdy czwartek lipca w czterech różnych miejscach na terenie naszego miasta zorganizowane zostały zajęcia i zabawy, które miały na celu wypełnienie czasu wolnego podczas wakacji w atrakcyjny sposób. Na dzieci czekało wiele atrakcji, które poza nami przygotowała m. in. Miejska Biblioteka Publiczna, Straż Pożarna i zaprzyjaźnione z akcją osoby. Organizatorem „Wakacji z Maxem” było Stowarzyszenie Wspierania Społeczności Lokalnej „Bądźmy Razem” oraz Centrum Usług Społecznych w Mławie.

Przy policyjnym stoi-
sku nie zabrakło konkur-
su „Prezent za rysunek”.



„Znam znaki drogowe” lub kolorowanek o tematyce bezpieczeństwa podczas letniego wypoczynku. Mł-

dzień chętnie uczestniczyła w quizie, pn. „Narkotyki i dopalacze zabijają” czy „mowa nienawiści”. Uczest-



nicy akcji rozwiązywali rebusy, krzyżówki i zagadki również z zakresu tematyki „cyberzagrożeń”. Dzieci wykonywały dla nas rysunki przedstawiające zasady bezpieczeństwa nad wodą, w ramach akcji „Kręci mnie bezpieczeństwo nad wodą”. Mieliśmy także nasz policyjny sprzęt i radiowóz, który pozwalał poczuć się najmłodszym jak prawdziwym policjant w akcji. My też świetnie się bawiliśmy!

W dniu finału zostały rozlosowane nagrody rzeczowe wakacyjnej loterii i nagrodzono zwycięzców konkursów. Wreczano na-

grodzonym uczestnikom lokalnej akcji profilaktycznej dyplomy i prezenty. W policyjnym punkcie profilaktycznym, podczas zabawy związanej z bezpieczeństwem na wakacjach, w nagrodę nasi milusińscy

otrzymywali duże czekoladowe ciastka oraz różnego rodzaju gadżety, tj. długopisy, smyczki, kolorowanki oraz ulotki „Zadbaj o bezpieczeństwo nad wodą” w ramach ogólnopolskiej akcji informacyjno - edukacyjnej pn. „Kreci mnie bezpieczeństwo nad wodą”. Ponadto promowano konkurs dot. bezpiecznego przebywania w wodzie i lub nad wodą Komendy Głównej Policji – „ARTYSTYCZNY przeWODNIK”.
Pozdrawiamy wszystkich i czekamy już na następne wakacje z Maksymem.

podkom. Aneta Prusik

REKI AMA



KONSTAL
PRODUCENT

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

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






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

GARAŻE
WZNOWIENIE

MONTAŻ
GRATIS

AUTOMATYKA
DOBRA

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

18524otbr-b-M

UCZCILI 105. ROCZNICĘ POWSTANIA POLICJI PAŃSTWOWEJ

Mławscy policjanci uczcili 105. rocznicę powstania Policji Państwowej. W uroczystej zbiórce, w auli kom. Apoloniusza Strzeleckiego, wziął udział insp. Jerzy Sztuc Zastępca Komendanta Wojewódzkiego Policji zs. w Radomiu. Na wyższe stopnie służbowe awansowało 26 funkcjonariuszy.



Świętującym policjantom oraz pracownikom Policji towarzyszyli parlamentarzyści, przedstawiciele władz samorządowych, instytucji i urzędów, służb mundurowych oraz rodziny i bliscy. W trakcie uroczystości Zastępca Komendanta Wojewódzkiego Policji zs. w Radomiu, w towarzystwie Komendanta Powiatowego Policji w Mławie, złożył kwiaty pod tablicą pamiątkową kom. Apoloniusza Strzeleckiego, bohatera wojennego, komendanta mławskiej jednostki Policji. Przed wręczeniem aktów mianowania na wyższe stopnie służbowe, Komendant Powiatowy Policji w Mławie wygłosił krótkie przemówienie, podkreślając zaangażowanie i profesjonalizm pełniących służbę policjantów.

Komendant podziękował także pracownikom cywilnym, bez których trudno sobie wyobrazić funkcjonowanie komendy Policji. Podziękował rodzinom za wsparcie, jakim otaczają policjantów. Wyraził także wdzięczność policyjnym emerytom i rencistom.

Podczas kolejnej części uroczystości, Zastępca Komendanta Wojewódzkiego Policji zs. w Radomiu, w towarzystwie Komendanta Powiatowego Policji w Mławie, wręczył odznakę „Zasłużony Policjant” kom. Adamowi Mockowi – oficerowi dyżurnemu mławskiej jednostki oraz akty mianowania awansowanym na wyższe stopnie policjantom. W tym roku awansowało 26 funkcjonariuszy mławskiej jednostki Policji.

Uroczystość była także okazją do wręczenia odzna-



czeń Niezależnego Samorządnego Związku Zawodowego Policjantów. Medalem 30 -lecia Powstania NSZZ Policjantów uhonorowano st.asp. Pawła Cieślaka, mł. asp. Pawła Ziółkowskiego, podkom. Łukasza Kwiatkowskiego, asp. Adriana Witkowskiego, asp. szt. Michała Jackowskiego,

asp. szt. Mirosława Cieślaka. Odznaczenia wręczył mł. insp. Dariusz Brzezicki Przewodniczący Zarządu Wojewódzkiego NSZZ Policjantów województwa mazowieckiego w towarzystwie podkom. Kamila Nowickiego Przewodniczącego Zarządu Terenowego NSZZ Policjantów.



Wszystkim awansowanym i odznaczonym pogratulował insp. Jerzy Sztuc Zastępca Komendanta Wojewódzkiego Policji, który w krótkim przemówieniu odniósł się do nieustannego rozwoju i doskonalenia formacji. Podziękował policjantom i pracownikom Policji za

zaangażowanie i poświęcenie. Podkreślił, że mławska jednostka jest jedną z najlepszych w garnizonie mazowieckim.

Świętującym policjantom i pracownikom Policji towarzyszyli także przedstawiciele władz samorządowych – Witold Okumski Starosta Mławski, Piotr Jankowski Burmistrza Miasta Mława oraz wójtowie gmin powiatu mławskiego.

Podczas uroczystości, przed budynkiem Państwowej Akademii Nauk Stosowanych filia w Mławie, zorganizowano specjalny pokaz sprzętu i wyposażenia policji z udziałem funkcjonariuszy Oddziału Prewencji w Płocku. Pokaz cieszył się ogromnym zainteresowaniem wśród najmłodszych.

asp. szt. Anna Pawłowska

NORBERT BANASZEK ZWYCIĘZCĄ MEMORIAŁU TROCHANOWSKIEGO. MŁAWIANIN ADRIAN ŚWIDERSKI PIERWSZY W MASTERS!

Takich kolarskich emocji Mława nie przeżywała już dawno. We wtorek 23 lipca 2024 r. najlepsi zawodowi kolarze z europejskich klubów ścigali się tutaj w 34. Memoriale Andrzeja Trochanowskiego. Wyścig wygrał reprezentant teamu Mazowsze Serce Polski Norbert Banaszek. Przejechał on liczącą 158,5 km trasę (5 rund po 31,7 km) drogami Mławy i okolic w czasie 3h 25' 56", jadąc z imponującą średnią prędkością 46,18 km/h! Na kolejnych miejscach podium uplasowali się Duńczyk Magnus Bak Klaris (AIRTOX – Carl Ras) i Polak Bartłomiej Proć

(Team SANTIC WIBATECH). Tego dnia odbyły się także dwa wyścigi towarzyszące: Mazovia Masters 2024 i Mini Mazovia Tour. Na uwagę zasługuje fakt, że w tym pierwszym triumfował mławianin – Adrian Świderski. Wszystkim zwycięzcom oraz pozostałym uczestnikom serdecznie gratulujemy! Organizatorem 34. Memoriału Andrzeja Trochanowskiego było Stowarzyszenie Wspierania i Rozwoju Sportu „Mazovia Team”. Jednym ze współorganizatorów wydarzenia było Miasto Mława.

KN / WP



DWÓCH NIETRZEŻWYCH W CIĄGU JEDNEGO WIECZORU

Mławscy policjanci 28 lipca na terenie gm. Szydłowo oraz gm. Dzierzgowo, zatrzymali dwóch nietrzeźwych kierujących. Jeden przekroczył prędkość, drugi z sądowym zakazem prowadzenia pojazdów, spowodował kolizję i uciekł z miejsca zdarzenia. Grozi im wysoka grzywna oraz kara do 3 lat pozbawienia wolności.

Patrol ruchu drogowego, pełniący nadzór na terenie gm. Dzierzgowo, zauważył kierującego seatem, który przekroczył dozwoloną prędkość. Mężczyzna został zatrzymany do kontroli. Okazało się, że 23-letni mieszkaniec pow. mławskiego miał ponad 1,5 promila alkoholu. Jak oświadczył w rozmowie z policjantami, pił poprzedniego dnia wódkę. Jego samochód został zabezpieczony na policyjnym parkingu. Zatrzymanemu grozi wysoka grzywna, zabezpieczenie pojazdu na poczet przyszłej kary oraz do 3 lat pozbawienia wolności.

Kilka godzin później, na terenie gm. Szydłowo, doszło do kolizji drogowej. Kierujący skodą, jadąc od miejscowości Szydłowo w kierunku Przasnysza na wysokości miejscowości Pawłowo, wykonał manewr skrętu wlewo doprowadzając do kolizji z prawidłowo jadącym swoim pasem ruchu pojazdem marki fiat. Kierujący skodą oddalił się z miejsca zdarzenia przed przybyciem policji. W wyniku podjętych czynności, policjanci pracujący na miejscu zdarzenia ustalili, że kierujący skodą to 44-letni mieszkaniec pow. mławskiego. Mężczyzna miał ponad 2,5 promila alkoholu w wydychanym powietrzu i aktywny



sądowy zakaz prowadzenia pojazdów mechanicznych. Został zatrzymany i osadzony w PDOZ a jego samochód zabezpieczony na policyjnym parkingu. Teraz grozi mu wysoka grzywna oraz kara do 3 lat pozbawienia wolności. Postępowania prowadzi mławska komenda policji.

Nietrzeźwi kierujący na drodze to śmiertelne zagrożenie. Jeśli widzisz podejrzanego zachowującego się kierowcę, który może być pod wpływem alkoholu lub narkotyków, niezwłocznie powiadom policję, dzwoniąc pod numer alarmowy 112. Twoja reakcja ma ogromne znaczenie.

podkom. Aneta Prusik

POLICYJNE PODSUMOWANIE DZIAŁAŃ – „PRĘDKOŚĆ”

Mławscy policjanci podsumowali działania pn. „Prędkość”, które w niedzielę (28.07) prowadzone były na terenie całego kraju. Policjanci kontrolowali między innymi, czy kierujący przestrzegają ograniczeń prędkości, używają pasów bezpieczeństwa, stosują urządzenia do bezpiecznego przewożenia dzieci. Patrole skontrolowały 46 kierujących, w 33 przypadkach zostały ujawnione wykroczenia - przekroczenie prędkości.

Prędkość jest jednym z kluczowych czynników wpływających na ryzyko zaistnienia wypadków drogowych i skalę ich skutków. Jako najbardziej śmiertelna przyczyna wypadków zagraża nie tylko kierowcom i ich pasażerom ale również pieszym. W przypadku potrąceń pieszych, już nieznaczne przekroczenie dopuszczalnej prędkości zmniejsza szanse przeżycia człowieka. Nawet najbardziej bezpieczny samochód nie

daje gwarancji na przeżycie kierowcy i pasażerom przy dużych prędkościach. W trosce o bezpieczeństwo podróżujących policjanci po raz kolejny apelowali o rozwagę i przestrzeganie przepisów ruchu drogowego. Przypominali również jak ważna jest jazda z tzw. „prędkością bezpieczną” – taką przy której kierowca zachowuje możliwość pełnego panowania nad pojazdem, czyli w razie potrzeby może go

zatrzymać przed pojawiającą się przeszkodą, bądź ominąć ją bez zbędnego ryzyka. Na drodze, gdzie sytuacja jest bardzo często dynamiczna, mogą wystąpić okoliczności w których zmuszeni będziemy do natychmiastowej reakcji. Dlatego też, policjanci nadal będą dyscyplinować kierowców, którzy jadąc z nadmierną prędkością mogą doprowadzić do późniejszej tragedii. Działania „Prędkość” prowadzone są systematycznie.



Pamiętajmy! Bezpieczna prędkość to ta dostosowana do natężenia ruchu, obowiązujących

limitów prędkości, warunków atmosferycznych, stanu nawierzchni, własnych umiejętności.

59-LATEK MIAŁ ZAPALNIKI DO MATERIAŁÓW WYBUCHOWYCH, BROŃ I NARKOTYKI

Ponad 3 kg narkotyków oraz zatrzymany 59-latek - to wynik skrupulatnej pracy mławskiej Policji i prokuratury. Prokuratura w Mławie przedstawiła mężczyźnie zarzuty handlu znaczną ilością narkotyków, a także posiadania bez zezwolenia broni, amunicji oraz zapalników górniczych do materiałów wybuchowych. Kilka dni temu w trzech lokalizacjach w Mławie pojawili się miejscowi policjanci wspierani przez mundurowych z Wydziału Kryminalnego KWP zs. w Radomiu oraz



funkcjonariuszy Centralnego Pododdziału Kontrterrorystycznego Policji „BOA”, a także Samodzielnego Pododdziału Kontrterrorystycznego Policji z Radomia i Olsztyna. Policjanci mieli jeden cel: wejść bezpiecznie do środka i zatrzymać osobę, którą podejrzewali o posia-

danie narkotyków oraz broni. Początek tej efektywnie zakończonej akcji dały operacyjne ustalenia mławskich policjantów.



Policjanci w czasie przeszukań odnaleźli i zabezpieczyli ok. 3,5 kg narkotyków, w tym amfetaminę, kokainę, marihuanę i mefedron. Miejsce ukrycia środków odurzających wskazał funkcjonariuszom policyjny pies „Szron”, który na co dzień pełni służbę w ciechanowskiej komendzie. W dwóch z przeszukanych mieszkaniach zabezpieczono także dwie jednostki broni, amunicję oraz zapalniki górnicze do materiałów wybuchowych. Do sprawy zatrzymano 59-latkę, któremu przedstawiono zarzuty „uczestniczenia

w obrocie znaczną ilością środków odurzających i psychotropowych oraz posiadania bez wymaganego zezwolenia broni i przyrządów wybuchowych w postaci trzech zapalników”. Do mławskiego sądu rejonowego skierowano wniosek o tymczasowe aresztowanie podejrzanego. W czwartek (25.07) sąd zastosował wobec mężczyzny areszt tymczasowy na 3 miesiące. W ramach prowadzonego śledztwa, policjanci i prokuratorzy nie wykluczają dalszych zatrzymań.

Zespół Prasowy KWP

DO SANATORIUM NA FAJFY CZY PO ZDROWIE?

Niektórzy byli już kilka razy, a niektórzy w ogóle, bo wydaje im się, że sanatoria są dla chorych, a oni jeszcze jakoś sobie radzą. Nic bardziej mylnego – to właśnie tam pomogą nam ulżyć w chorobie czy stanąć na nogi po przebyłym zabiegu.

Sanatoriach krążą legendy. Niby trzeba mieć zdrowie, żeby jechać do uzdrowiska, bo tam tylko fajfy (od angielskiego five o'clock), czyli popołudniowe potańcówki. Ale przecież już ponad 60 lat temu Danuta Rinn w duecie z Bogdanem Czyżewskim śpiewali, że „na deptaku w Ciechocinku od lat, płynie życie, moda, ludzie i czas, wreszcie byłoby pomyśleć o tym, by podleczyć tu i świat” i „Bo kto śmieje się, nie grzeszy. Jest zdrowszy i lepszy”.

Te słowa ciągle wielu kojarzą się z uzdrowiskiem. Niemniej też podejmowane próby reformy naszego leczenia uzdrowiskowego w kierunku szerszej rehabilitacji, bo dziś zdaniem wielu przybiera ono formę tanich czasów w znanych kurortach, niewiele dały.

Najpierw skierowanie

Jednak czy na fajfy, czy po zdrowie, albo może po jedno i drugie, to niezależnie od motywacji, żeby pojechać do sanatorium, trzeba mieć skierowanie.

Rolnik podlegający ubezpieczeniu społecznemu w KRUS ma możliwość uczestnictwa w bezpłatnej rehabilitacji leczniczej w Centrum Rehabilitacji Rolników. By skorzystać z tej możliwości, musi spełnić opisane poniżej wymagania, które warunkują rozpatrzenie wniosku o skierowanie na turnus rehabilitacyjny.

WYMAGANIA PODSTAWOWE:

1. Osoby, które chcą skorzystać z rehabilitacji leczniczej organizowanej przez KRUS muszą spełniać jeden z trzech podstawowych warunków:

— podleganie ubezpieczeniu społecznemu rolników z mocy ustawy w pełnym zakresie

lub

— podleganie ubezpieczeniu powypadkowemu, chorobowemu i macierzyńskiemu na wniosek w pełnym zakresie, nieprzerwanie przez okres co najmniej 18 miesięcy poprzedzających złożenie wniosku o rehabilitację leczniczą

lub

— posiadanie ustalonego prawa do okresowej renty rolniczej z tytułu niezdolności do pracy, przy jednoczesnym zachowaniu możliwości samodzielnej egzystencji.

2. Prawo do skorzystania z finansowanego przez KRUS wyjazdu do sanatorium mają osoby, które są zagrożone utratą całkowitej zdolności do pracy w gospodarstwie lub są uznane okresowo za całkowicie niezdolne do pracy, przy czym odbyta rehabilitacja mogłaby przyczynić się do odzyskania zdolności do pracy.

POZOSTAŁE WYMAGANIA:

3. Wniosek o skierowanie na rehabilitację leczniczą powinien zostać wystawiony przez lekarza pacjenta, który prowadzi jego leczenie oraz gdy istnieją wskazania do przeprowadzenia tej formy leczenia. Do wniosku lekarza dołączane są niezbędne badania zlecone pacjentowi.

4. Prawdłowo wypełniony wniosek wraz z niezbędnymi załącznikami musi zostać złożony we właściwym, ze względu na miejsce zamieszkania rolnika, oddziale regionalnym lub placówce terenowej KRUS.

Po dopełnieniu wszystkich formalności przez rolnika, wnioski o rehabilitację uzdrowiskową podlegają weryfikacji pod względem merytorycznym i formalnym przez lekarza inspektora orzecznictwa lekarskiego KRUS. W przypadku pozytywnego rozpatrzenia, przyszyły kuracjusz otrzymuje propozycję wyjazdu. Po wyrażeniu zgody na zaproponowany termin oraz miejsce odbycia turnusu rehabilitacyjnego, rolnik otrzymuje skierowanie do sanatorium.

WAŻNE:

— rolnik nie ponosi żadnych kosztów w związku z pobytem na turnusie rehabilitacyjnym (w tym również kosztu transportu do ośrodka rehabilitacyjnego odpowiadającemu najtańszemu środkowi komunikacji publicznej),

— pobyt w sanatorium nie ogranicza prawa do

pobierania świadczeń pieniężnych z tytułu ubezpieczenia społecznego rolników, z wyłączeniem prawa do zasiłku chorobowego za okres pobytu w ośrodku rehabilitacyjnym,

— pierwszeństwo w otrzymaniu skierowania na leczenie rehabilitacyjne mają osoby, które doznały wypadku przy pracy rolniczej,

— w okresie wakacyjnym KRUS organizuje również turnusy rehabilitacyjne dla dzieci rolników, które spełniają określone wymagania,

— pobyt w sanatorium finansowany przez KRUS nie wyklucza możliwości skorzystania przez rolnika z leczenia uzdrowiskowego w ramach NFZ.

Lista uzdrowisk jest długa

W Polsce jest kilkadziesiąt miejscowości uzdrowiskowych.

Oto lista uzdrowisk:

— uzdrowiska nizinne: Augustów, Krasnobród, Busko Zdrój, Nałęczów, Ciechocinek, Połczyn Zdrój, Goczałkowice Zdrój, Goldap, Solec Zdrój, Uniejów, Horyniec Zdrój, Supraśl, Inowrocław, Kon-

stancin, Wieniec Zdrój;

— uzdrowiska nadmorskie: Kamień Pomorski, Świnoujście, Kołobrzeg, Ustka, Sopot, Dąbki

— uzdrowiska podgórskie: Piwniczna Zdrój, Polanica Zdrój, Długopole-Zdrój, Polańczyk, Duszniki Zdrój, Rymanów Zdrój, Iwonicz Zdrój, Szczawnio Zdrój, Kudowa Zdrój, Ustroń, Muszyna, Wapienne, Kraków Swoszowice;

— uzdrowiska górskie: Szczawnica, Krynica Zdrój, Świeradów Zdrój, Łądek Zdrój, Wysowa Zdrój, Rabka Zdrój, Żegiestów Zdrój, Jelenia Góra.



Sanatorium w Nałęczowie

WAŻNE!

Korzystanie z rehabilitacji leczniczej i turnusu regeneracyjnego za pośrednictwem KRUS nie pozbawia rolników prawa do leczenia uzdrowiskowego, finansowanego przez Narodowy Fundusz Zdrowia.

Źródło: KRUS, am, opr. bar

REKLAMA

przetarg

Wiśniewo, dn. 23.07.2024 r.

OGŁOSZENIE O I PRZETARGU USTNYM NIEOGRANICZONYM na sprzedaż niezabudowanej nieruchomości gruntowej

działki nr 59/1 o obszarze 0,3000 ha oraz działki nr 59/2 o obszarze 0,1400 ha w miejscowości Kosiny Kapiczne

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

Dla nieruchomości wyżej opisanej ustalono cenę wywoławczą i wadium:

1. Cena wywoławcza: **58 520,00 zł** (słownie: pięćdziesiąt osiem tysięcy pięćset dwadzieścia złotych 00/100)

2. Wadium: **5 852,00 zł** (słownie: pięć tysięcy osiemset pięćdziesiąt dwa złote 00/100)

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

Przetarg odbędzie się w dniu **4 września 2024 r.** o godzinie **11:00** w siedzibie Urzędu Gminy Wiśniewo, Wiśniewo 86, 06-521 Wiśniewo, sala nr 10.

Osoby zainteresowane uczestnictwem w przetargu zobowiązane są do wniesienia wadium w kwocie **5 852,00 zł** najpóźniej do dnia **26 sierpnia 2024 r.** (decyduje data uznania rachunku bankowego gminy Wiśniewo) na konto nr 91 1020 3541 0000 5502 0356 8383 – tytuł przelewu „**Wadium – I przetarg na sprzedaż działek niezabudowanych nr 59/1 i 59/2**”.

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

Uczestnicy przetargu w dniu przetargu okazują Komisji Przetargowej:

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

Wpłata wadium w przetargu jest równoznaczna z potwierdzeniem zapoznania się uczestnika przetargu z treścią ogłoszenia, warunkami przetargu i ich akceptacją.

Uczestnikom przetargu, którzy przetargu nie wygrają, lub gdy przetarg zostanie odwołany, wadium zostanie zwrócone nie później niż w terminie trzech dni od dnia odwołania, zamknięcia, unieważnienia przetargu lub zakończenia wynikiem negatywnym na konto, z którego wadium zostało wpłacone, po złożonym wniosku o zwrot wadium, który stanowi załącznik do niniejszego ogłoszenia.

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

Termin i miejsce zawarcia umowy sprzedaży wyznaczone zostaną w ciągu 21 dni licząc od dnia rozstrzygnięcia przetargu, o czym zawiadamia się nabywcę nie później niż 7 dni przed terminem zawarcia umowy.

Koszty związane z zawarciem umowy w formie aktu notarialnego w całości ponosi nabywca.

Wadium podanym w zawiadomieniu przez organizatora przetargu.

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

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

**Wójt Gminy Wiśniewo
Grzegorz Woźniak**

ZDARZYŁA NAM SIĘ MIŁOŚĆ PO SZEŚĆDZIESIĄTCE

MIŁOŚĆ NIE ZAWSZE PRZYCHODZI W MŁODYM WIEKU. PANIĄ JADWIGĘ I PANĄ KRZYSZTOFA SPOTKAŁA W MOMENCIE, KIEDY BYLI JUŻ NA EMERYTURZE, ODCHOWALI JUŻ DZIECI, A WOLNY CZAS SPĘDZALI Z WNUKAMI. JAKO MŁODZI LUDZIE BYLI PARĄ, JEDNAK LOS SPRAWIŁ, ŻE SIĘ ROZSTALI. PO 40 LATACH ZNÓW SIĘ SPOTKALI I POBRALI. PASUJĄ DO SIEBIE JAK DWIE POŁÓWKI JABŁKA I SĄ CIĄGLE ZAKOCHANI W SOBIE.



foto: Arch. prywatne

Pani Jadwiga i pan Krzysztof dorastali w jednej miejscowości, chodzili nawet do tej samej klasy w szkole podstawowej. Bardzo się lubili. Wybrali inne szkoły zawodowe, ale spotykali się na zabawach i domówkach. Mieli po 17 lat, kiedy zaczęli „chodzić” ze sobą. Trwało to ponad dwa lata. Byli wówczas zakochani po uszy, ale ich drogi się rozeszły.

— Marzyłam, że po szkole średniej pójdę na studia i wyjadę do Warszawy. Krzysiek chciał zostać w naszej wsi — wspomina pani Jadwiga. — Itak nasze drogi się rozeszły. Na studiach poznałam Sławka i się zakochałam. Zaszłam w ciążę i wyszłam za męża. Zrezygnowałam ze studiów, mąż dalej się uczył. Bardzo pomagała nam jego rodzina. Zamiast Warszawy zamieszkaliśmy w popegeerowskiej wsi. Żyło nam się dobrze. Po skończeniu studiów mąż poszedł do pracy jako kierownik budowy. Ja nie pracowałam, wychowywałam trójkę naszych dzieci. Pobudowaliśmy piękny dom i przez ponad 30 lat szczęśliwie żyliśmy. Niestety mąż zachorował na nowotwór i w wieku 59 lat zmarł. Bardzo ta jego śmierć nas załamała, bo to był bardzo dobry i rodzinny człowiek.

Pani Jadwiga po śmierci męża nie została sama. Rodzina i dzieci były przy niej. Jedna z córek wraz z rodziną mieszkała w ich domu. Dzięki temu kobieta nie czuła się samotna i opuszczona. W domu wciąż było gwarnie i radośnie, choć bardzo brakowało jej męża.

— CORAZ CZĘŚCIEJ ODWIEDZAŁAM SWOICH RODZICÓW, KTÓRZY PODUPADLI NA ZDROWIU, A MIESZKALI SAMI W DUŻYM DOMU — OPOWIADA. — SPĘDZAŁAM Z NIMI DUŻO CZASU, CZASEM ZOSTAWAŁAM NA KILKA DNI.

W rodzinnej wsi odnowiłam swoje stare przyjaźnie i czułam się tu coraz lepiej. Miałam już emeryturę, nie

pracowałam, więc z czasem postanowiłam zamieszkać znów z rodzicami.

Spotkanie po latach

Pani Jadwiga w rodzinnej miejscowości opiekowała się nie tylko rodzicami i domem, ale też zapisala się do miejscowego Klubu Seniora.

— Spotykaliśmy się tam dwa razy w tygodniu; jeździliśmy na wycieczki, chodziliśmy na spacer i organizowaliśmy wieczorki taneczne — mówi. — Do klubu przychodzili znajomi z młodości, kilka osób ze szkoły. Miło spędzaliśmy czas na rękodziele oraz na wspomnieniach. Czasem przynosiliśmy stare zdjęcia i opowiadaliśmy, co u kogo słychać. Na kilku zdjęciach był „mój Krzysiek”. Od wspólnych znajomych

się dowiedziałam, że wyjechał do pracy do Niemiec i się ożenił. Do rodzinnego domu przyjeżdżał rzadko. Kilka razy pomyślałam, że miło byłoby go spotkać po tylu latach...

Do ponownego spotkania doszło dopiero trzy lata temu i chociaż para zmieniła się wizualnie, to uczucie pozostało takie samo jak kiedyś. Okazało się, że pan Krzysztof również owdowiał i postanowił wrócić „na stare śmieci”.

— Kiedy żona zmarła, postanowiłem wrócić do Polski. W Niemczech mam dwóch synów, ale oni mają swoje rodziny. Odwiedzali mnie wraz z wnukami, ale ja czułem ogromną tęsknotę za krajem — tłumaczy. — W Niemczech siedziałem sam w domu i patrzyłem najczęściej przez okno. Nie chciałem tak żyć. Wróciłem

do rodzinnej wsi, kupiłem mały domek i zacząłem się w nim urządzać. W małych miejscowościach wszyscy o sobie wiedzą i zazwyczaj spotykają się w jednym sklepie i w kościele. Ja też już po kilku tygodniach spotkałem kilkoro znajomych. Z jednym z kolegów zaczęliśmy się spotykać, żeby pograć w szachy. Raz namówił mnie, żebym poszedł na wieczorek taneczny do Klubu Seniora. Kiedy tylko przekroczyłem próg świetlicy, od razu zobaczyłem moją Jagódkę. Wszystkie uczucia wróciły ze zdwojoną siłą.

Miłość rozkwitła na nowo

Od pierwszego spotkania i tańca pani Jadwiga i pan Krzysztof wiedzieli, że to przeznaczenie. Po kilku spotkaniach wyznali sobie miłość i stwierdzili, że chcą

ze sobą spędzić resztę życia. Para najbardziej obawiała się reakcji swoich rodzin i otoczenia. Myśleli, że ludzie „wezmą ich na języki”, będą się śmiać, że w takim wieku na miłość ich zebralo.

— Miałam wiele obaw, ale po spotkaniu z dziećmi moimi i Krzysztofem wszystko się rozwiało. Dzieci zareagowały cudownie, były szczęśliwe i życzyły nam szczęścia — opowiada. — Szybko zaczęły też planować nasz ślub i podróż poślubną!

Seniorzy wzięli ślub i, jak twierdzą, znów czują się młodo. Ze łzami w oczach mówią, że mają wielkie szczęście, że się spotkali i dali sobie szansę na wspólne życie. Mają wiele energii i planów na przyszłość.

— Szczęście w miłości jest możliwe. Kluczem do satysfakcjonującej miłości jest bezpieczna więź, która łączy partnerów. Jest ona jak roślina, którą trzeba stale i starannie pielęgnować — mówią zgodnie małżonkowie. — Czasami o miłości mówimy tak często, że słowo to traci swoje wyjątkowe znaczenie i magię. Nie możemy też dać się zwieść i uznać, że raz wyznana miłość zostaje z nami raz na zawsze. Jej także nie należy zaniedbywać i trzeba troszczyć się o nią na co dzień, a nie tylko od święta. My celebруем naszą miłość każdego dnia... Budzę moją Jagódkę pocałunkiem, a ona zawsze mówi: „Dzień dobry, kochany”. Lubimy siedzieć na tarasie przytuleni i patrzeć w gwiazdy, w niedzielę jeździmy na wycieczki rowerowe, bierzemy koc, kosz piknikowy i spędzamy czas na łonie przyrody. Uwielbiamy tańczyć, więc nie omijamy żadnej zabawy w klubie seniora. Kiedy przyjeżdżają do nas dzieci i wnuki, organizujemy pieczenie kielbasek i wspólne biesiadowanie. Jesteśmy dumni, że udało nam się stworzyć taką piękną rodzinę! Mamy 5 dzieci i 7 wnuków. Kochamy się i dziękujemy Bogu, że dał nam szansę się znów spotkać. Obyśmy razem żyli jak najdłużej!

Joanna Karzyńska

Mława 01.08.2024

Stowarzyszenie Wspierania Społeczności Lokalnej „Bądźmy Razem” oraz Centrum Usług Społecznych w Mławie zapraszają do wspólnej zabawy podczas cyklu spotkań pod hasłem „W zdrowym ciele zdrowy duch”. Pierwsze już w czwartek 1 sierpnia w godz. 11:00-13:00 na placu zabaw przy miniteżni na Wólce.

Mława 1.08.2024

W czwartek 1 sierpnia w Mławie odbędą się miejskie obchody 80. rocznicy wybuchu Powstania Warszawskiego. W programie msza św. o godz. 16:00 w kościele pw. Świętej Trójcy, a następnie spotkanie przy pomniku św. Jana Pawła II, przemarsz ulicami Starego Rynku i koncert „Powstać, by żyć” w kinie Kosmos.

„POWSTAĆ, BY ŻYĆ” TO KONCERT POŚWIĘCONY MAŁO ZNANYM EPIZODOM Z POWSTANIA WARSZAWSKIEGO Z UDZIAŁEM POWSTAŃCZYCH MAŁŻEŃSTW. PODCZAS HEROICZNYCH SZEŚĆDZIESIĘCIU TRZECH DNI ZAWARTO 256 MAŁŻEŃSTW. ŚLUBY BYŁY KRÓTKIE, A PRZYJĘCIA WESELNE NIEJEDNOKROTNI PRZERYWAŁA KONIECZNOŚĆ RUSZENIA DO WALKI.

Powstańcy mówili, że ślub dawał nadzieję, że stawał się namiastką dawnej przedwojennej rzeczywistości. Mimo trudnych warunków dbano o czysty elegancki strój i o podarunki. Te były naprawdę nietypowe – np. trzy dni zwolnienia z obowiązków żołnierskich czy wanna z ciepłą wodą. Przyjęcia weselne stawały się okazją do oderwania myśli od śmierci i grozy czasu wojny.

Powstanie Warszawskie było zrywem młodych ludzi, którzy pragnęli wolności, tęskniąc do rzeczywistości, w której sami mogą decydować o swoim losie. Zaakcentujemy to za

Program obchodów 80 rocznicy Powstania Warszawskiego w Mławie

godz. 16:00 - Msza Św. w Kościele Parafii św. Stanisława BM

godz. 16:45 - Zbiórka wszystkich grup
(Plac przed pomnikiem Św. JP II)

Prosimy o wystawienie pocztów sztandarowych

godz. 17:00 - Godzina "W", oddanie hołdu Powstańcom
(Plac przed pomnikiem Św. JP II)

godz. 17:15 - Marsz Pamięci - przemarsz uczestników.
(wokół Ratusza, ul. Stary Rynek)

W trakcie przemarszu dwie rekonstrukcje powstańcze

godz. 17:30 - Koncert Powstań, by żyć.

POWSTAĆ, BY ŻYĆ

1 sierpnia, godz. 17:30

Miejski Dom Kultury w Mławie, ul. Stary Rynek 13

Artyści:

Gabriela Mościcka, Leszek Zduń, Orkiestra Ludwika Sarskiego



WSTĘP WOLNY

pomocą pieśni i piosenek powstańczych oraz wspomnień z tego okresu.

Mława 1.08 - 5.10.2024

Od 1 sierpnia do 5 października w holu Miejskiej Biblioteki Publicznej w Mławie będzie dostępna dla zwiedzających wystawa „Kalendarz Powstania Warszawskiego”. Można ją podziwiać w godzinach pracy biblioteki, czyli w okresie wakacyjnym: w poniedziałki, wtorki, środy i piątki od 10.00 do 17.00, a po wakacjach: w poniedziałki, wtorki, środy i piątki od 11:00 do 18:00.

Trwa realizowany przez Miejski Dom Kultury w Mławie projekt „Z kulturą za pan brat”, wybrany w 4. edycji Budżetu Obywatelskiego Mazowsza.

TU WARTO BYĆ I MIŁO SPĘDZIĆ CZAS!

KOLEJNY WAKACYJNY TYDZIEŃ
W MŁAWIE PRZED NAMI.
PODPOWIADAMY NASZYM CZYTELNIKOM
ORAZ TURYSTOM CO DZIEJE SIĘ
W NASZYM POWIECIE W NAJBLIŻSZYM
CZASIE. JAK I GDZIE MOŻNA AKTYWNI
I CIEKAWIE SPĘDZIĆ CZAS.

Dzięki wsparciu Samorządu Województwa Mazowieckiego mieszkańcy Mławy mogą wziąć udział w jedenastu koncertach, których koszt zostanie sfinansowany z udzielonej dotacji. Projekt zakłada organizację niedzielnych

koncertów na estradzie w parku miejskim i jednego koncertu na terenie dzielnicy Wólka. Wydarzenia są organizowane w sezonie wakacyjnym od 16 czerwca do 1 września. W imprezach można uczestniczyć nieodpłatnie.

STOWARZYSZENIE WSPIERANIA SPOŁECZNOŚCI
LOKALNEJ „BĄDŹMY RAZEM”
ORAZ CENTRUM USŁUG SPOŁECZNYCH W MŁAWIE
zapraszają na:
WSPÓLNĄ ZABAWĘ

„W ZDROWYM CIELE ZDROWY DUCH”

- 01.08.2024 r. - plac zabaw na Wólce przy tętniach
- 08.08.2024 r. - plac zabaw w Parku Miejskim
- 22.08.2024 r. - plac zabaw przy MOSIR
- 29.08.2024 r. - plac zabaw przy Szkole Podstawowej NR 6



Zabawy odbędą się w godzinach
11:00-13:00



Zadanie „W zdrowym ciele zdrowy duch” współfinansowane jest ze środków Samorządu Miasta Mława w ramach otwartego konkursu ofert na realizację zadań publicznych w zakresie zdrowia publicznego w ramach Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii dla Miasta Mława w 2024 r.

11.09.2024

Webinarium „Na co uważać i jak nie dać się okraść w Internecie – bankowość elektroniczna dla seniorów”

Urząd Komisji Nadzoru Finansowego zaprasza seniorów i ich opiekunów na webinarium (spotkanie online) „Na co uważać i jak nie dać się okraść w Internecie – bankowość elektroniczna dla seniorów. III edycja” organizowane w ramach projektu Centrum Edukacji dla Uczestników Rynku – CEDUR, we współpracy z Minister ds. Polityki Senioralnej oraz Komendą Główną Policji.

Webinarium odbędzie się 11 września 2024 roku (10:00-12:30).

Celem spotkania online (webinarium) jest zwiększanie świadomości seniorów i ich opiekunów w zakresie aktualnych zagrożeń spowodowanych działalnością cyberprzestępców.

Rejestracja na webinarium CEDUR odbywa się online, tj. poprzez elektroniczny formularz zgłoszeniowy.

W webinarium można uczestniczyć zarówno samodzielnie, jak i grupowo (za pośrednictwem domów seniora, klubów seniora, centrów aktywności seniora, domów pomocy społecznej, bibliotek itp.). W przypadku zgłoszeń grupowych wypełniając formularz należy wskazać przybliżoną liczbę uczestników webinarium.

Potwierdzenia uczestnictwa zostaną przesłane do 10 września 2024 roku. Formularz zgłoszeniowy

będzie dostępny do dnia, w którym odbędzie się webinarium. W przypadku zgłoszeń, które wpłyną w dniu webinarium, potwierdzenia uczestnictwa oraz zaproszenia na spotkanie (wraz z linkiem) będą przesyłane na bieżąco.

W celu uczestnictwa w webinarium niezbędne jest stabilne łącze internetowe. W spotkaniu uczestniczyć można poprzez przeglądarkę internetową lub aplikację Cisco Webex. Szczegółowe informacje techniczne dotyczące dołączenia do spotkania zostaną przesłane po potwierdzeniu uczestnictwa oraz wysłaniu wiadomości z zaproszeniem (wraz z linkiem) na spotkanie.

Udział w webinarium jest bezpłatny.

opr.jk

TRWAJĄ ANALIZY NAD WPROWADZENIEM CZTERODNIOWEGO TYGODNIA PRACY

CENTRALNY INSTYTUT OCHRONY PRACY MA PRZEZ ROK BADAĆ, JAK WPROWADZENIE TEGO ROZWIĄZANIA WPŁYNIE NA WYPADKOWOŚĆ W MIEJSCU PRACY I STAN ZDROWIA PRACOWNIKA - POWIEDZIAŁ PAP GŁÓWNY INSPEKTOR PRACY MARCIN STANECKI.



Fot. PAP

Główny Inspektor Pracy w rozmowie z PAP powiedział, co sądzi na temat czterodniowego tygodnia pracy, ewentualnych zmian w ustawie o handlu w niedzielę oraz funkcjonowaniu przepisów o pracy zdalnej.

„Przeanalizowałem wszystkie w miarę dostępne źródła dotyczące czasu pracy od XIX wieku i uważam, że kwestia skrócenia czasu pracy to zmiana, która niewątpliwie nas czeka” – ocenił szef PIP.

Jak dodał, eksperci przewidują, że w 2030 r. czas pracy wyniesie 15 godzin. „A w 2050 r., powtarzając słowa Elona Muska, będzie pracował tylko ten, kto chce” – stwierdził Stanecki.

Poinformował, że „trwają poważne analizy nad wprowadzeniem czterodniowego tygodnia pracy” w Polsce. „Centralny Instytut Ochrony Pracy ma przez rok badać, jak wprowadzenie tego rozwiązania wpłynie na wypadkowość w miejscu pracy i stan zdrowia pracownika. Moim zdaniem, to będzie odpowiedź na pytanie, czy jesteśmy już na to gotowi” – powiedział Główny Inspektor Pracy.

Zdaniem szefa PIP badania prowadzone przez CIOP pozwolą na rzetelną ocenę, jak tego typu rozwiązanie wpłynie na wydajność pracowników.

„Większość badań naukowych pokazuje, że jeżeli chodzi o skrócenie

czasu pracy, to dominują pozytywy. Aczkolwiek są też zastrzeżenia. W trakcie badań ludzie osiągnęli wysoką wydajność w ciągu 4 dni, bo mieli w perspektywie 3 dni wolne, a pracę wykonywali krótko, bo badanie było krótkie. Jesteśmy w stanie pracować trzy miesiące na maksymalnych obrotach, mając w perspektywie to, że będziemy pracowali krócej, ale nie wiadomo, co będzie na przykład po upływie trzech lat, czy ludzie będą dalej w stanie tak ciężko pracować” – powiedział Stanecki.

Podkreślił, że dominującym trendem jest jednak poprawa komfortu. „W szczególności zwraca się uwagę na sen, bo zaburzenia snu to jest plaga XXI wieku. Z badań wynika, że skrócenie czasu pracy

wpływa na poprawę snu, na równowagę między życiem zawodowym a prywatnym, na relacje rodzinne” – wskazał szef PIP.

NA WZROST WYDAJNOŚCI PRACOWNIKÓW MOŻE TAKŻE WPŁYWAĆ PRACA ZDALNA. JAK STWIERDZIŁ GŁÓWNY INSPEKTOR PRACY, W POLSKIEJ RZECZYWISTOŚCI PRZEPISY O PRACY ZDALNEJ BARDZO DOBRZE SIĘ SPRAWDZIŁY.

„Nad ustawą o pracy zdalnej pracowałem jeszcze w Ministerstwie Rodziny i Polityki Społecznej. Te prace trwały bardzo długo, ponad dwa lata. W prakty-

ce okazało się, że najlepiej sprawdza się praca zdalna okazjonalna i jest na to olbrzymie zapotrzebowanie. Pracownicy chętnie ją wykorzystują, a rekompensata finansowa odgrywa w tym przypadku rolę drugorzędną” – powiedział Stanecki.

Zaznaczył, że do PIP nie wpływa wiele skarg w związku z pracą zdalną. „W przypadku pracy zdalnej mamy dobre rozwiązanie: pracownik podpisuje oświadczenie, że został zapoznany z oceną ryzyka i zobowiązuje się do jej przestrzegania. To zobowiązanie pracownika do tego, żeby wykonywał pracę w sposób bezpieczny” – zauważył Główny Inspektor Pracy.

Przypomniał, że w zeszłym roku jedno z najczęściej zadawanych pytań, które wpływało do ministerstwa

rodziny, dotyczyło możliwości pracy zdalnej. „Ludzie zastanawiali się, czy mogą na przykład w trakcie 15-minutowej przerwy podlać kwiaty lub skosić trawnik. Wielu osobom praca zdalna kojarzyła się z dodatkowym wolnym. To przekonanie na szczęście bardzo się zmieniło” – powiedział Stanecki.

Zwrócił uwagę, że obecnie praca zdalna najczęściej przyjmuje charakter hybrydowy. „To się super sprawdza, wielu pracodawców jest z tego zadowolonych. Jeśli miałbym wskazywać jakąś zmianę, to zwiększyłbym limit okazjonalnej pracy zdalnej z 24 dni w ciągu roku do 36 dni” – stwierdził szef PIP.

W przestrzeni publicznej pojawiają się pomysły zmiany w ustawie o zakazie handlu w niedzielę. Pod koniec

czerwca do prac wsejmowej komisji został skierowany projekt Polski 2050, który dopuszcza dwie niedziele handlowe w miesiącu. Sejm odrzucił wówczas wnioski posłów PiS i Lewicy o odrzucenie tych rozwiązań.

Stanecki zwrócił uwagę, że w tej kwestii zgłaszane są różne propozycje zmian, często rozbieżne. „Nie mam wyrobionego zdania na temat tego czy sklepy należy otwierać w niedzielę, czy nie. Dlaczego? Z jednej strony mam dzieci w wieku studenckim, które chętnie by pracowały w niedzielę, bo chcą zarabiać i się usamodzielniać. Z drugiej strony spotykam się ze sprzedawcami, którzy proszą, żebym zrobił wszystko, by nie było tej pracy w niedzielę, bo oni chcą mieć czas dla rodziny” – powiedział szef PIP.

Zastrzegł, że jeśli praca w handlu miałaby być przywrócona, to powinna być „hojnie wynagradzana, np. podwójną stawką godzinową, a wtedy chętni do jej wykonywania sami się znajdą”.

Dodał, że pojawiają się także postulaty różnych środowisk, aby rozszerzyć rozwiązania z ustawy o zakazie handlu w niedzielę na inne branże, np. branżę gastronomiczną. „Mamy tutaj naprawdę duży problem, bo jest wiele oczekiwań społecznych i one są często rozbieżne, dlatego trudno się zdecydować na jedno dobre rozwiązanie” – podkreślił Stanecki.

(PAP) Karolina Kropiwek

CO DRUGA OSOBA POPIERA POMYSŁ WPROWADZENIA NOCNEJ PROHIBICJI W MIASTACH

Niemal co druga osoba, zapytana w sondażu SW Research, popiera pomysł wprowadzenia nocnej prohibicji w miastach. Sondaż zrealizowano na zlecenie „Rzeczpospolitej”. Zgodnie z wynikami sondażu, jaki w sobotę opublikowano na stronie rp.pl., nocny zakaz sprzedaży alkoholu popiera 48,3 proc. badanych. Pomysłowi sprzeciwia się co trzecia osoba (33,9 proc.). 17,8 proc. badanych nie ma w tej sprawie zdania. „Rz” przekazała, że propozycję nocnej prohibicji

w miastach częściej popierają kobiety (ok. 51 proc.) niż mężczyźni (ok. 46 proc.). „Zdecydowanie częściej niż ogół badanych takie zdanie wyrażają badani z miast liczących od 100 tys. do 199 tys. mieszkańców (62 proc.). Odsetek przeciwników wprowadzenia zakazu sprzedawania alkoholu nocą jest najwyższy wśród osób do 24 roku życia (44 proc.)” – wskazano. „Rz” przypomniała, że coraz więcej polskich miast wprowadza nocną prohibicję.

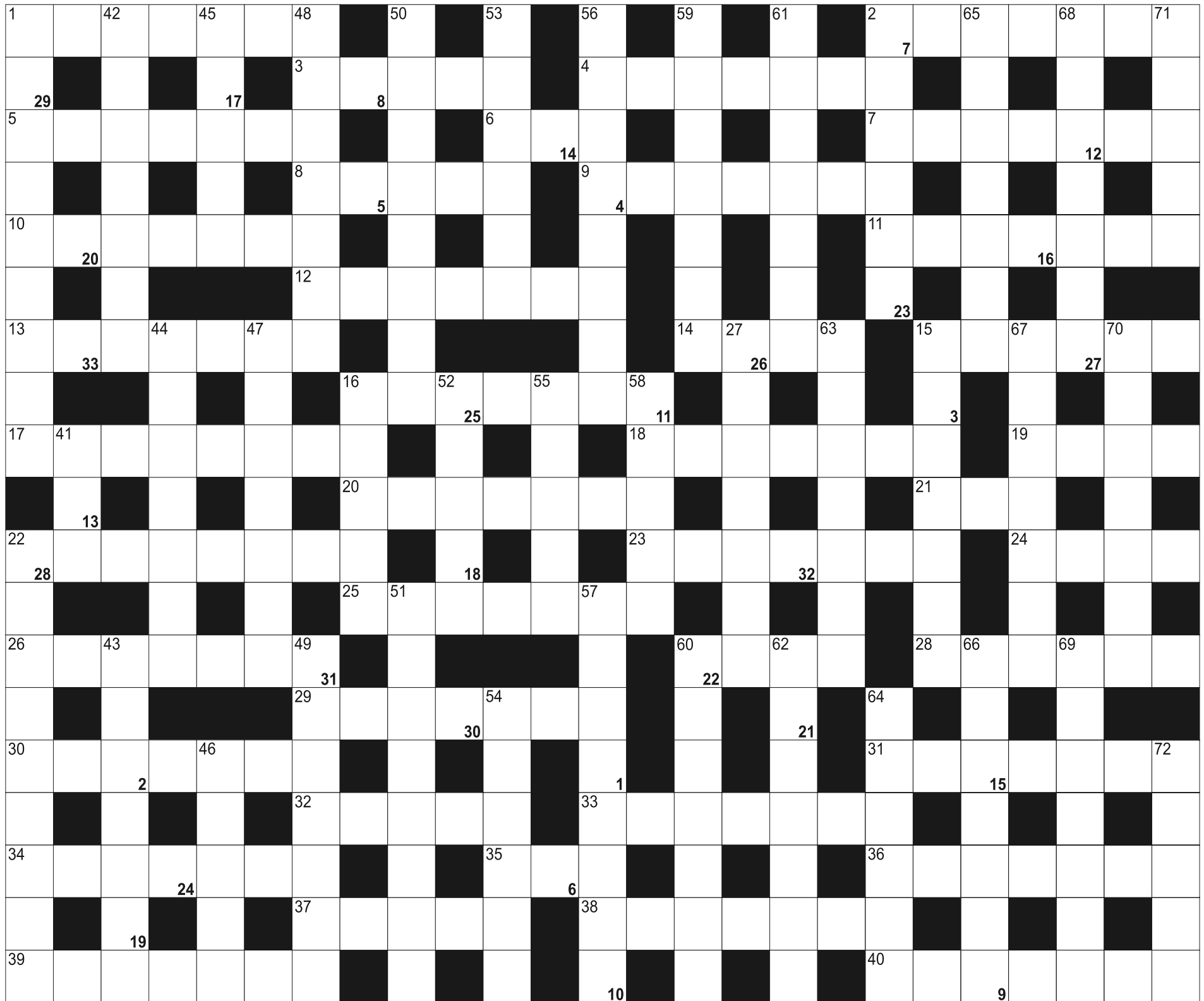


Fot. Zbigniew Woźniak

Zdecydowały się na to m.in. Kraków, Poznań, Wrocław i Zakopane. „Padł taki pomysł również w Warszawie, a w połowie lipca śródmiejscy radni poparli ten pomysł, który miałby być zastosowany w dzielnicy. Ostateczną decyzję podejmie Rada Warszawy” – poinformowano. Według „Rz” nad ograniczeniem sprzedaży alkoholu zastanawiają się także władze krajowe. „Minister zdrowia Izabela Leszczyna uważa, że Ministerstwo Finansów powinno zwiększyć akcyzę na

alkohol i papierosy” – podano, przypominając, że minister zdrowia planuje także wprowadzenie zakazu sprzedaży alkoholu na stacjach benzynowych w godzinach 22-6. „Rz” dodała, że problemy widzi również Ministerstwo Finansów – chodzi przede wszystkim o sprzedaż tzw. „małpek”. „Resort nie planuje jednak +zmiany mapy drogowej, jeśli chodzi o akcyzę na alkohol+” – dodano. „Rzeczpospolita” nie podała próby na jakiej oparto badanie.

(PAP) mwt/js/



1	2	3	4	5	6		7	8	9	10	11		12	13	14	15		16	17	18		19	20	21
22	23		24	25	26	27	28	29	30	31	32	33												

Półwyspie Kolskim; 50) grywa w cieniu gwiazd; 51) sito z dużymi otworami; 52) historyczny tytuł lokalnego władcy w Indiach; 53) jedenasta litera alfabetu greckiego; 54) materiał siewny; 55) Judith Olivia, aktorka, M w Jamesie Bondzie; 56) Kozibród porolistny inaczej; 57) nie przepuszcza ciepła bądź prądu; 58) promowe miasto w Szwecji; 59) Stanisław, autor "Przestróg dla Polski"; 60) fala powietrza przy wybuchu; 61) państwo ze stolicą Saint George's; 62) pracownik muzeum; 63) mieszkanka Sudanu; 64) Świetlicki, poeta i pisarz; 65) wielkanocny z cukru; 66) trzecia część opery "Pierścień Nibelunga" Wagnera; 67) mieszkanka Pragi i Pilzna; 68) rozległe tereny bez wzniesień; 69) spis danych na arkuszu według rubryk; 70) występuje w wierszu i w piosenie; 71) grecka wyspa króla Minosa; 72) kłama wzmacniająca mury

JAPOŃSKA BOMBA NUKLEARNA

Deinformacja i manipulacja informacją są złe. Są trucizną, która zatrzuwa nasze społeczeństwo — globalnie i lokalnie. I dlatego trzeba z nimi walczyć w obronie prawdy i w obronie nas samych. A historia, niestety, nawet ta najnowsza, zbyt często jest plamiona krwią tych, którzy o prawdę walczą. Lub tych, którzy padli ofiarą manipulacji...

LISTA WSTYDU

30 kwietnia 2004 r. w raporcie kanadyjskiej telewizji CTV wspomniano o „polskim obozie w Treblince”. Ambasada RP w Kanadzie złożyła skargę do CTV. Robert Hurst z CTV argumentował jednak, że termin „polski” używany jest w całej Ameryce Północnej w sensie geograficznym i odmówił wydania sprostowania. Ambasador RP w Ottawie złożył następnie skargę do Krajowego Panelu ds. Usług Specjalistycznych Kanadyjskiej Rady ds. Standardów Nadawczych. Rada odrzuciła argumentację Hursta, uznając, że słowo „polski” — podobnie jak przymiotniki „angielski”, „francuski” i „niemiecki” — ma konotacje wyrażające wykraczające poza kontekst geograficzny. Jego użycie w odniesieniu do nazistowskich obozów zagłady było wprowadzające w błąd i niewłaściwe.

W listopadzie 2008 r. niemiecka gazeta „Die Welt” w swoim artykule nazwała obóz koncentracyjny na Majdanku „byłym polskim obozem koncentracyjnym”. Natychmiast jednak przeprosiła, gdy czytelnicy zwrócili redakcji uwagę na błędne sformułowanie.

W kanadyjskim magazynie „Maclean’s” z 16 listopada 2009 r. dziennikarka Kathie Engelhart w artykule o Johnie Demjanjuku nazwała go człowiekiem, który uchodził za „notorycznego sadybę z polskiego obozu zagłady w Treblince”. Pisała o „polskim obozie zagłady w Treblince” i stwierdziła, że Demjanjuk jako strażnik „służył w trzech polskich obozach”. Po tym artykule Piotr Ogrodziński, ambasador RP w Ottawie, złożył formalną skargę i oświadczył: „To całkowita nieprawda, że Polacy mieli cokolwiek wspólnego z obozami koncentracyjnymi, z wyjątkiem tego, że byli ich pierwszymi więźniami”.

23 grudnia 2009 r. historyk Timothy Garton Ash napisał w „The Guardian” «Kilka tygodni temu, oglądając reportaż niemieckiej telewizji z procesu Johna Demjanjuka, ze zdziwieniem usłyszałem, że spiker opisał go jako strażnika w „polskim obozie zagłady” Sobibór. Co to za czasy, gdy jedna z głównych niemieckich stacji telewizyjnych uważa, że może opisać obozy nazistowskie jako „polskie”? Z mojego doświadczenia wynika, że automatyczne zrównanie Polski z katolicyzmem, nacjonalizmem i antysemityzmem — a co za tym idzie, wywoływania u Polaków poczucia winy w związku z Holocaustem — jest nadal powszechne. To zbiorowe stereotypy nie oddają sprawiedliwości przekazom historycznym».

W 2010 r. Polsko-Amerykańska Fundacja Kościuszkowska wystosowała petycję, żądając, aby cztery główne amerykańskie organizacje informacyjne poparły używanie wyrażenia „niemieckie obozy koncentracyjne w okupowanej Polsce”. Bo przytrafiały się za często.

23 września 2011 r. kanadyjski dziennik „Globe and Mail” doniósł o „polskich obozach koncentracyjnych”. Polskie protesty poparł wtedy Ted Opitz, poseł do parla-

mentu Kanady, oraz Jason Kenney, minister obywatelstwa i imigracji.

W maju 2012 r. prezydent USA Barack Obama nawiązał do „polskiego obozu zagłady”, odznaczając pośmiertnie Prezydenckim Medalem Wolności Jana Karskiego. Po skargach ze strony Polaków, m.in. ministra spraw zagranicznych Radosława Sikorskiego i Alexa Storożyńskiego, prezesa Fundacji Kościuszkowskiej, rzecznik administracji Obamy powiedział, że prezydent przeinaczył słowa, „odnosząc się do nazistowskich obozów zagłady w okupowanej przez Niemców Polsce”. 31 maja 2012 r. prezydent Obama skierował list do prezydenta RP Komorowskiego, w którym wyjaśnił, że nieumyślnie użył tego wyrażenia w odniesieniu do „nazistowskiego obozu zagłady w okupowanej przez Niemców Polsce”, a następnie stwierdził: „Żałuję tego błędu i zgadzam się, że ta chwila jest szansą, aby to i przyszłe pokolenia poznały prawdę”.

W 2013 r. Karol Tendera, były więzień Auschwitz-Birkenau i sekretarz stowarzyszenia byłych więźniów niemieckich obozów koncentracyjnych, pozwał niemiecką telewizję ZDF, żądając formalnych przeprosin i przekazania 50 tys. złotych na cele charytatywne za używanie przez ZDF określenia „polskie obozy koncentracyjne”. Sąd nakazał ZDF złożenie publicznych przeprosin. Część Polaków uznała te przeprosiny za niewystarczające i zaprotestowała transparentem na ciężarówce, który głosił: „Nazistowskie obozy zagłady były niemieckie — ZDF przeprosza!”.

I co? I wstyd, państwo dziennikarze i politycy! Wstyd, bo przespałicie kilka lekcji historii. Ale jeszcze większy wstyd, państwo wydawcy i redaktorzy naczelni, że pozwoliliście na publikację artykułów i audycji mimo jawnych nieprawd w nich zawartych!

PRAWDA

„Niemiecki nazistowski obóz koncentracyjny” [Auschwitz/Sobibór/Treblinka/Stutthof...] to jedyny termin historycznie poprawny, w takiej formie przyjęty przez UNESCO, Organizację Narodów Zjednoczonych do spraw Oświaty, Nauki i Kultury. „Polski obóz koncentracyjny” [Auschwitz/Sobibór/Treblinka/Stutthof...] — BŁĄD! Jest to określenie nieprawdziwe, sugerujące całkowicie fałszywe wyobrażenie o tym, kto jest odpowiedzialny za zbrodnie niemieckich nazistów i obraźliwa forma rewizjonizmu wobec ofiar.

„POLSKIE OBOZY KONCENTRACYJNE” = DEZINFORMACJA

„Polskie obozy koncentracyjne” to definicja nieprawdziwa. Wprowadza w błąd i budzi podejrzenia o rewizjonizm. Także historycznie myląca — choć niestety wciąż używana przez niektóre media, publikacje i dokumenty historyczne w odniesieniu do niemieckich nazistowskich obozów koncentracyjnych, które znajdowały się na terenie Polski. W związku z powtarzającym się używaniem określenia „polskie obozy koncentracyjne”,



Marsz nowo przybyłych więźniów wzdłuż baraków SS w Birkenau w kierunku komór gazowych przy krematoriach II i III, 27 maja 1944 r.

na wniosek Polski, w 2007 r. zmieniono brzmienie wpisu dotyczącego pozostałości obozu koncentracyjnego Auschwitz z „Obóz koncentracyjny Auschwitz” na „Nazistowski niemiecki obóz koncentracyjny i obóz zagłady (1940-1945)”.

NIEMIECKIE OBOZY KONCENTRACYJNE

Obozy koncentracyjne i ośrodki zagłady były tworzone i administrowane przez państwo niemieckie. W chwili tworzenia tych obozów państwo polskie nie istniało. Warto też pamiętać, że w czasie niemieckiej okupacji (1939-1945) legalnie działającym ośrodkiem władz polskich był Rząd RP na uchodźstwie z siedzibą w Londynie, który nie tylko nie podejmował decyzji dotyczących utworzenia tych obozów, ale w żaden sposób nie brał udziału w ich tworzeniu. Zarówno rząd, jak i struktury polskiego państwa podziemnego podejmowały raczej szereg działań wymierzonych przeciw niemieckim inicjatorom i dowódcom obozów i miejsc zagłady.

Używanie w publikacjach określenia „polskie obozy koncentracyjne” powoduje, że wiele osób niezaznajomionych z tą historią



Obóz eksterminacji w Sobiborze, lato 1943 r.

nabiera przekonania, że obozy koncentracyjne zostały założone przez Polaków i że to Polacy wraz z niemieckimi okupantami byli współodpowiedzialni za eksterminację Żydów oraz za inne zbrodnie popełnione w tych obozach.

A to NIEPRAWDA.

I tak na marginesie... Warto zauważyć, że choć w czasie II wojny światowej nazisci zakładali obozy koncentracyjne nie tylko na terenie okupowanej Polski, ale także m.in.

na Litwie, Łotwie, we Francji i Holandii, w mediach trudno spotkać określenia typu „francuskie obozy koncentracyjne” lub „holenderskie obozy koncentracyjne”. Nie ma też wzmianek o „japońskich bombach nuklearnych” zrzuconych na Hiroszimę i Nagasaki — choć właśnie tak mogłaby sugerować tzw. logika geograficzna...

Magdalena Maria Bukowiecka
Korzystałam ze strony www.auschwitz.org i z Encyclopædia Britannica.

Wydawca „Gazety Olsztyńskiej Grupa WM” dzięki Polskiej Fundacji Narodowej właśnie rozpoczęła prace nad nowym projektem. Jego celem jest przeciwdziałanie dezinformacji, która przez lata utrzymywała zniekształcony wizerunek Polski przez rozpowszechnianie zmanipulowanych faktów historycznych, negatywnie wpływających na dobre imię Polski i Polaków na świecie. W najbliższym czasie będziemy prezentować artykuły, ale także audycje, w których poruszymy ważne kwestie dotyczące tuszowania i fałszowania prawdy historycznej. Zapraszamy do lektury, ale też do czynnego udziału w naszej akcji! Na zgłoszenia od wolontariuszy czekamy pod adresem kontakt@wm.pl

Projekt finansowany ze środków Polskiej Fundacji Narodowej.



Istnieje pięć głównych szczepów wirusa zapalenia wątroby: A, B, C, D i E. Do zakażenia wirusami WZW A, D i E dochodzi poprzez spożycie skażonej żywności lub wody, a także przez bezpośredni kontakt z osobą zakażoną. Taka sytuacja dotyczy krajów z niskimi warunkami sanitarnymi. W krajach rozwiniętych, gdzie ryzyko przeniesienia zakażenia drogą pokarmową jest niskie, odnotowuje się zachorowania przede wszystkim w grupie mężczyzn utrzymujących kontakty seksualne z innymi mężczyznami oraz wśród użytkowników narkotyków.

Problem globalny

Największy problem globalnie nadal jednak stanowią wirusowe zapalenia wątroby typu B i C, które łącznie na całym świecie są najczęstszą przyczyną zgonów — co roku z ich powodu umiera 1,3 miliona osób. Problem ten jest nadal aktualny pomimo pandemii covid-19. W przypadku WZW B dostępna jest szczepionka, która skutecznie chroni przed zachorowaniem. Natomiast leki przeciwwirusowe dedykowane WZW C mogą wyleczyć obecnie ponad 95% osób z tym zakażeniem.

B i C — co to za jedni?

Wirusowe zapalenie wątroby typu B to infekcja wirusowa, która atakuje wątrobę i może powodować zarówno ostre, jak i przewlekłe choroby. Wirus jest najczęściej przenoszony jest z matki na dziecko podczas porodu, we wczesnym dzieciństwie. Ale źródłem zakażenia może być też kontakt z krwią lub innymi płynami ustrojowymi podczas stosunku płciowego z zakażonym partnerem, niebezpieczne zastrzyki lub kontakt z ostrymi narzędziami. Światowa Organizacja Zdrowia szacuje, że w 2023 r. 254 miliony ludzi cierpiało na przewlekłe wirusowe zapalenie wątroby typu B, a w ostatnich latach każdego roku odnotowywano 1,2 miliona

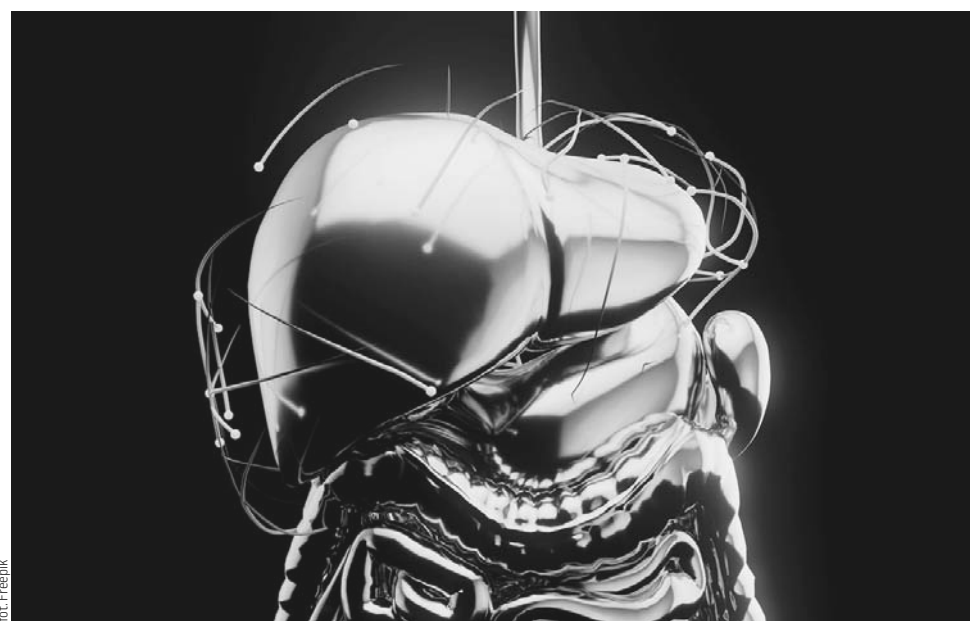


foto: Freepik

nowych infekcji. Szacuje się, że w 2022 r. wirusowe zapalenie wątroby typu B spowodowało około 1,1 miliona zgonów, głównie z powodu marskości wątroby i raka wątrobowokomórkowego (pierwotnego raka wątroby). Wirusowemu zapaleniu wątroby typu B można zapobiegać za pomocą szczepionek, które są bezpieczne, dostępne i skuteczne.

Z kolei wirusowe zapalenie wątroby typu C (HCV) to zapalenie wątroby wywołane wirusem zapalenia wątroby typu C. Wirus może powodować zarówno ostre, jak i przewlekłe zapalenie wątroby, prowadząc od łagodnej choroby do poważnej choroby trwającej całe życie, w tym marskości wątroby i raka. Wirus typu C jest przenoszony przez krew i do większości infekcji dochodzi w wyniku narażenia na krew w wyniku niebezpiecznych praktyk w postaci iniekcji, nieodpowiedzialnej opieki zdrowotnej, transfuzji krwi bez badań kontrolnych, zażywania narkotyków w iniekcjach i praktyk seksualnych prowadzących do narażenia na krew. Szacuje się, że na całym świecie około 50 milionów ludzi cierpi na przewlekłe zakażenie wirusem zapalenia wątroby typu C, a rocznie pojawia się około 1,0 miliona nowych infekcji. WHO oszacowała, że w 2022 r. około 242 000 osób zmarło na wirusowe zapalenie wątroby typu C, głównie z powodu marskości wątroby i raka wątrobowokomórkowego (pierwotnego raka wątroby).

Bezpośrednio działające leki przeciwwirusowe (DAA) mogą wyleczyć ponad 95% osób chorych na wirusowe zapalenie wątroby typu C, ale dostęp do diagnostyki

ostrej lub przewlekłej. Ze względu na wieloletni bezobjawowy przebieg zakażenia wirusem WZW C, chorobę określa się mianem „wirusowej bomby zegarowej” lub „cichej epidemii”. Osoba zakażona niezdiag-

WZW — CZYLI CICHY ZABÓJCA

28 LIPCA KOLEJNY RAZ
OBCHODZILIŚMY ŚWIATOWY DZIEŃ
WIRUSOWEGO ZAPALENIA WĄTROBY
(WZW). CELEM JEST OCZYWIŚCIE
ZWIĘKSZENIE ŚWIADOMOŚCI NA TEMAT
WIRUSOWEGO ZAPALENIA WĄTROBY
— ZAKAŻNEJ CHOROBY WĄTROBY,
KTÓREJ MOŻE TOWARZYSZYĆ WIELE
PROBLEMÓW ZDROWOTNYCH,
TAKŻE BARDZO POWAŻNYCH, W TYM
NOWOTWÓR WĄTROBY.

ilczenia jest ograniczony. Niestety, obecnie nie ma skutecznej szczepionki przeciwko wirusowemu zapaleniu wątroby typu C.

Bomba zegarowa

Zarówno WZW B, jak i C mogą przebiegać w postaci

nozowana nie ma świadomości o swojej chorobie i o tym, że może zakażać inne osoby. Objawy mogą obejmować gorączkę, zmęczenie, utratę apetytu, nudności, wymioty, ból brzucha, ciemne zabarwienie moczu i żółtolenie skóry lub oczu.

Oczywiście — im wcześniejsze wykrycie i leczenie, tym łatwiej zapobiec poważnemu uszkodzeniu wątroby i poprawić długoterminowy stan zdrowia. Bo choć na WZW C nie ma szczepionki, można je leczyć lekami przeciwwirusowymi.

Ostre zakażenia HCV zwykle przebiegają bezobjawowo i w większości nie prowadzą do choroby zagrażającej życiu. Około 30% zakażonych osób samoistnie eliminuje wirusa w ciągu 6 miesięcy od zakażenia, bez żadnego leczenia. U pozostałych 70% osób rozwinię się natomiast przewlekłe zakażenie HCV. U tych ostatnich osób ryzyko marskości wątroby waha się od 15% do 30% w ciągu 20 lat.

Zapobieganie

Nie ma skutecznej szczepionki przeciwko wirusowemu zapaleniu wątroby typu C. Najlepszym sposobem zapobiegania chorobie jest unikanie kontaktu z wirusem. Dlatego należy zachować szczególną ostrożność w placówkach opieki zdrowotnej oraz u osób o podwyższonym ryzyku zakażenia wirusem zapalenia wątroby typu C. Sposoby zapobiegania wirusowemu zapaleniu wątroby typu C obejmują bezpieczne i właściwe stosowanie zastrzyków medycznych, bezpieczne obchodzenie się z igłami i odpadami medycznymi oraz ich usuwanie, usługi redukcji szkód dla osób przyjmujących narkotyki drogą iniekcji, takie jak programy wymiany igieł, poradnictwo w zakresie używania substancji psychoaktywnych i terapii agonistami opiatów, badanie oddanej krwi na obecność wirusa zapalenia wątroby typu C i innych wirusów, szkolenie personelu medycznego, uprawianie bezpiecznego seksu przy użyciu metod barierowych, takich jak prezerwatywy.

Profilaktyka

Państwowa Inspekcja Sanitarna od wielu lat podejmuje działania w zakresie uregulowań prawnych, bieżącego nadzoru

sanitarnego oraz komunikacji społecznej i podnoszenia świadomości społecznej, mających na celu poprawę sytuacji epidemiologicznej w zakresie WZW B i WZW C. W Polsce temat zakażeń wirusem WZW B i C jest stale obecny w przestrzeni publicznej dzięki zaangażowaniu w programy takie jak: „HCV można pokonać” w latach 2005-2006, „STOP!HCV” w latach 2010-2011, oraz Projekt KIK/35 „Zapobieganie zakażeniom HCV” w latach 2012-2017. Dzięki temu intensyfikacji uległy także działania informacyjne i edukacyjne z zakresu profilaktyki HCV, prowadzone na poziomie samorządowym.

To bardzo ważne, bo szacuje się, że obecnie w Polsce około 140 tys. osób może być nosicielami HCV, a większość z nich może nie być świadoma swojego stanu. Największe ryzyko występuje wśród osób, które przeszły transfuzję krwi przed 1992 r. lub były hospitalizowane w latach 80.-90. z powodu operacji chirurgicznych czy innych zabiegów. Czy to oznacza, że obecnie jest już bezpiecznie? Niestety nie. Istnieje jednak sposób: wystarczy poddać się testowi w kierunku HCV. Zławsza, że w kontekście HCV największe znaczenie ma szybkie rozpoznanie tej choroby — leczenie jest na takim poziomie, że dziś nie stanowi żadnego wyzwania.

Magdalena Maria Bukowiecka

Korzystałam ze stron gov.pl, who.int oraz z Encyclopædia Britannica.

Odkrycie i izolacja HCV pod koniec lat 80. XX wieku, a następnie rozwój badań przesiewowych krwi i terapii przewlekłego zakażenia HCV były podstawą przyznania Nagrody Nobla w dziedzinie fizjologii lub medycyny w roku 2020. Nagrodę podzielili amerykańscy wirusolodzy Harvey J. Alter i Charles M. Rice oraz urodzony w Wielkiej Brytanii naukowiec Michael Houghton.

Stale zwiększa się liczba dni w ciągu roku, kiedy towarzyszą nam naprawdę ekstremalne upały. Ale rośnie też liczba nocy z tak wysoką temperaturą, że nasze ciała nijak nie dają rady się schłodzić. Tymczasem choroba lub choroby, które ekstremalny upał może wywołać, mogą dawać wiele objawów i nie zawsze jesteśmy je w stanie rozpoznać — od wysypki i obrzęku stóp po dezorientację i utratę przytomności. Sam udar cieplny występuje rzadko, ale zdaniem lekarzy ludzie często nie są świadomi ani jego, ani innych objawów.

Bo kryzys klimatyczny to kryzys zdrowotny. Według szacunków naukowców tylko między 30 maja a 4 września 2022 r. w Europie zmarło 61 672 osób wskutek objawów i chorób powiązanych z upałami. Z kolei dane zebrane przez Polski Instytut Ekonomiczny potwierdzają, że fale upałów w Polsce dotykają zwłaszcza osoby starsze. Wszystkie fale upałów w Polsce w latach 2010-2019 spowodowały śmierć około 6 tys. osób, a podczas każdej ogólnopolskiej fali upału w 10 największych miastach Polski umiera średnio więcej o 153 osoby w wieku 60+ niż gdyby fala upału nie wystąpiła. Oznacza to, że w latach 2010-2019 przeciętnie umierało w Polsce 577 osób w wieku 60+ więcej niż gdyby nie było fal upałów. Adaptacja do ekstremalnych temperatur na naszych oczach staje się zatem koniecznością.

W ubiegłym tygodniu termometry w Polsce pokazały 35 stopni Celsjusza. Dokuczały nam też tropikalne noce z temperaturą nawet ponad 23 stopnie. Ekstremalne upały, nawet jeśli następujące po stosunkowo chłodnych dniach — są skutkiem zmiany klimatu. Potwierdzają to dane unijnego programu obserwacji Ziemi Copernicus: czerwiec 2024 był cieplejszy niż którykolwiek czerwiec w historii pomiarów, a jednocześnie trzynastym z rzędu najgorętszym miesiącem.



fot. Freepik

UKRYTE OBJAWY PRZEGRZANIA

To, jaki próg temperatury powoduje ostrzeżenie o upale, różni się w zależności od lokalizacji, ale objawy chorób związanych z upałami pozostają takie same, a lekarze twierdzą, że ludzie nie do końca wiedzą, na co należy zwracać uwagę. — Choroby związane z upałami pojawiają się, gdy dana osoba jest narażona na działanie ciepła otoczenia, a jego organizm nie jest w stanie szybko się przystosować lub zaaklimatyzować — uważa lekarz pogotowia ratunkowego. Leczył na izbie przyjęć kilku pacjentów cierpiących na choroby związane z upałami. Mówi, że objawy te potencjalnie zagrażają życiu i należy je traktować poważnie, gdy wystąpią. Przestrzegł jednak, że nie chodzi tylko o udar cieplny. Bo istnieje całe spektrum objawów chorób związanych z upałami.

Spektrum objawów

Choroby związane z upałami mogą mieć różny charakter: od łagodnych, wymagających schłodzenia i nawodnienia, po ciężkie — wymagające natychmiastowej interwencji lekarskiej.

Strefa żółta: Łagodna choroba wywołana upałami

Obrzęk cieplny występuje, gdy naczynia krwionośne rozszerzają się, a krew gromadzi się w dłoniach i stopach pod wpływem

grawitacji. Większe ryzyko występuje u osób chorych na cukrzycę, marskość wątroby i choroby serca. Trzeba wtedy unieść kończynę z obrzękiem w celu jej drenażu. Wysypki ciepłe pojawiają się, gdy gruczoły potowe ulegają zablokowaniu lub zapaleniu, dlatego lekarze zalecają utrzymywanie suchego obszaru wysypki i nakładanie pudru w celu zwiększenia komfortu. Ale ratownicy przyznają, że niejednokrotnie na ostrym dyżurze widują dzieci z wysypką ciepłą, wynikającą ze zbyt ciasnego owinięcia pieluszką i/ lub ubraniem. Zresztą, nie

Strefa pomarańczowa: Umiarkowana do ciężkiej choroba wywołana upałami

Omdlenie z powodu ciepła, gdy po wstaniu odczuwa się zawroty głowy, leczy się odpoczynkiem i ulgą od gorąca, siedzeniem lub kładzeniem się w chłodnym miejscu i powolnym piciem wody, klarownego soku lub napoju izotonicznego. Wyczerpanie ciepłe ma miejsce, gdy odczuwamy nadmierną utratę wody i soli, zwykle w wyniku pocenia się. Leczenie polega na schładzaniu zimnymi okładami, myciu głowy,

tomność. Chodzi o to, by nie przegapić sygnałów, jakie wysyła nam organizm: napij się wody i przejdź do chłodnego miejsca.

Strefa czerwona: ciężka choroba wywołana upałami

Do udaru cieplnego dochodzi, gdy zawodzi mechanizm chłodzenia organizmu i gdy przestajemy się pocić, a temperatura wewnętrzna wzrasta. W tym momencie wymagana jest pomoc medyczna. Zanim przyjedzie pogotowie, pomaga chłodzenie się zimną wodą, kąpiel lodowa i moczenie ubrań zimną wodą.

Wysiłek na świeżym powietrzu w upał jest ryzykowny!

Czasem to konieczność, a czasem zwyczajna pokusa, by wyjść z klimatyzowanego mieszkania i udać się wprost przed siebie, nie zważając, że z nieba akurat leje się żywy żar...! Ale samo przebywanie, a co dopiero duży wysiłek w tych warunkach może być dla zdrowia bardzo niebezpieczny. — Moja pacjentka wykonywała bardzo ciężką fizyczną pracę w upale i gdy trafiła na SOR, opisywała, że czuła się okropnie, prawie straciła przytomność. Być może z definicji doświadczyła choroby związanej z upałami, ale nie była tego świadoma — opowiada lekarz z zespołu ratow-

nictwa medycznego. Pracownicy budowlani, ludzie pracujący na zewnątrz, dekarze — to wszystko ofiary ekstremalnych upałów. Najtrudniej jest oczywiście na palcu budowy — to stamtąd trafiają do lekarzy najtrudniejsze przypadki przegrzania.

Wysoka temperatura wpływa na cukrzycę

Pacjenci z chorobami endokrynologicznymi, w tym cukrzycą, są bardziej narażeni na choroby związane z upałami. Z opublikowanych dotychczas badań wynika znacząco większa liczba przypadków spadku poziomu cukru we krwi w gorących miesiącach. Chociaż przyczyna jest złożona naukowo, lekarze twierdzą, że „ciepło wpływa na wchłanianie insuliny, metabolizm i jej podaż w cukrzycy. Odwodnienie i uszkodzenie nerek spowodowane ekspozycją na wysoką temperaturę mogą prowadzić do zmian w metabolizmie leków, co z kolei prowadzi do niskiego poziomu cukru we krwi.

Udar cieplny jest rzadki i śmiertelny

Jak twierdzą lekarze, jest sporo nieporozumień na temat udarów cieplnych, a ludzie często nadużywają tego terminu. Tymczasem udary są rzadkie, bardzo poważne i wymagają natychmiastowej pomocy medycznej. Ale niestety — osoby z udarem cieplnym zgłaszają się na SOR już w takim stanie, że ich ciała nie mogą już same z siebie zrobić nic, aby się ochłodzić. A schłodzenie kogoś, kto ma prawdziwy udar cieplny, zajmuje sporo czasu — jest to stan zagrażający życiu, z objawami dezorientacji, utraty przytomności i bardzo wysokiej temperatury ciała, kiedy skóra jest albo sucha, albo obficie się poci. Kto trafi na oddział ratunkowy z dysfunkcją narządów, będzie to nieodwracalne. I z pewnością można z tego powodu umrzeć.

Magdalena Maria Bukowiecka

Korzystałam z danych Health and Environment Alliance (HEAL) oraz ze strony cbc.ca.

ZMIANY KLIMATYCZNE SPRAWIAJĄ, ŻE POLSKIE LATO JEST CORAZ GORĘTSZE. A WYSOKIE TEMPERATURY CZASEM MOGĄ WYWOŁAĆ CHOROBY, A CZASEM NASILIĆ OBJAWY CHOROBY PRZEWLEKŁYCH. TYMCZASEM SAMO PRZEGRZANIE ORGANIZMU NIE ZAWSZE DAJE WYRAŻNE OBJAWY. JAK SZUKAĆ UKRYTYCH OBJAWÓW EKSTREMALNEGO UPAŁU?

tylko dzieci — także dorośli mogą częściej doświadczać wysypki w spoconych miejscach, takich jak pachwina, szyja lub pachy. Z kolei skurcze ciepłe występują, gdy organizm traci sól i wodę — lecz się je poprzez uzupełnianie węglowodanów i elektrolitów.

tworzy i szyi zimną wodą i częstym popijaniu chłodnej wody.

Jak przyznają lekarze, osoby przegrzane będą odczuwać zawroty głowy, lekki ból głowy, czuć się zmęczonym i osłabionym, mogą też odczuwać mdłości. Ale czasem mogą stracić przy-

ZAMIESZCZAJ I PRZEGLĄDAJ!

TWOJE OGŁOSZENIE ZOBACZY
PONAD 1 000 000 OSÓB



**SZUKASZ
PRACOWNIKA?**

**CHCESZ SPRZEDAĆ
MIESZKANIE?**

**PLANUJESZ ZMIENIĆ
SAMOCHÓD?**

WAWA.INFO/OGŁOSZENIA

