

**CZYTAJ
NAS:**

• **CO TYDZIEŃ
W GAZECIE**
• **CODZIENNIE
W INTERECIE**



**NOWY KURIER
mławski.pl**

CENA 2,80 zł
(w tym 5% VAT)

DZIERZCOWO GRUDUSK LIPOWIEC MŁAWA RADZANÓW STRZEGOWO STUPSK SZREŃSK SZYDLÓWO WIECZENIA WIŚNIEWO

Fot. Zdjęcie jest tylko ilustracją do tekstu (Fot. Materiały Straży Pożarnej)

KOBIETA ZATRUŁA SIĘ TLENKIEM WĘGLA



W środę, z objawami zatrucia tlenkiem węgla, do szpitala trafiła 65-letnia mieszkanka jednej z gmin powiatu mławskiego. Odnaleźli ją, leżącą na podłodze w sypialni, pracownicy remontujący dom. Interweniowała też mławska Straż Pożarna. **s. 3**

NARODOWE ŚWIĘTO NIEPODLEGŁOŚCI

TRADYCJA ||

S. 4

■ Mławianie uczcili 103. rocznicę odzyskania przez Polskę niepodległości. W czwartek 11 listopada modlili się na mszy św. w kościele pod wezwaniem Świętej Trójcy w Mławie oraz wzięli udział w uroczystości w miejskim parku.



TEODOR PIEGŁOWSKI SKOŃCZYŁ 103 LATA!

JUBILAT ||

S. 2

■ R ó w i e ś n i k niepodległej Polski – mławianin Teodor Piegłowski – obchodził 8 listopada 103. rocznicę urodzin. Z tej szczególnej okazji życzenia jubilatowi złożył i przekazał upominek Burmistrz Miasta Mława Sławomir Kowalewski.



RUSZA PRZEBUDOWA UL. CIECHANOWSKIEJ

INWESTYCJA ||

S. 3

■ W listopadzie 2021 roku rozpoczyna się przebudowa infrastruktury drogowej w ulicy Ciechanowskiej. Zadanie zrealizuje w 11 miesięcy od firma Krusz-Bet Plus z Uniszek Zawadzkich. Planowana jest budowa kanalizacji deszczowej, asfaltowej nawierzchni drogi z obustronnymi chodnikami i ścieżką rowerową oraz energooszczędnego oświetlenia ulicznego w technologii LED.



WZMOCNIMY OCHRONĘ GRANICY Z ROSJĄ

Są spore szanse na to, że już w 2022 roku na naszej granicy z Rosją rozpoczną się prace, w ramach których zostanie zmodernizowany system jej ochrony. Co sądzą o tym parlamentarzyści?

Czy na naszej granicy z Obwodem Kaliningradzkim pojawiają się czujniki ruchu? Wszystko wskazuje na to, że tak, ale na razie czekamy na pieniądze, dzięki którym będziemy mogli uszczelnić naszą północną granicę.

— W planach mamy instalację systemu składającego się z czujników ruchu i kamer. System perymetrii, bo tak to się fachowo nazywa, miałoby nadzorować funkcjonariusze Warmińsko-Mazurskiego Oddziału Straży Granicznej — powiedziała mjr Mirosława Aleksandrowicz, rzeczniczka Warmińsko-Mazurskiego Oddziału Straży Granicznej.

O komentarz w tej sprawie poprosiliśmy trzech polityków. Zapytaliśmy ich też o to, jaką rolę w obecnym konflikcie odgrywa Moskwa i czy jest możliwe skierowanie przez Putina wojny hybrydowej w kierunku Ukrainy. Coraz częściej mówi się bowiem o tym, że to tam może być skierowany kolejny strumień migrantów. Witold Sokała, ekspert Fundacji Po.Int oraz Nowej Konfederacji napisał



Na granicy z Białorusią jest nadal niespokojnie

w „Dzienniku Gazecie Prawnej”, że gdyby granice Litwy i Polski zostały skutecznie zabezpieczone, strumień migrantów może zostać przekierowany na Ukrainę. Granica ukraińsko-białoruska jest jego zdaniem dziurawa jak sito, co mogłoby spowodować destabilizację wewnętrzną tego kraju, z którym graniczymy przecież także my.

Na Ukrainie wzrasta świadomość takiego zagrożenia. Władze tego kraju już zaczęły wzmocnianie ochrony grani-

cy z Białorusią. W najbliższym czasie zostanie tam skierowanych 6,5 tysiąca żołnierzy i 2 tysiące policjantów.

Jerzy Szmit, prezes Zarządu Okręgowego PiS w Olsztynie

To jest oczywiste, że to Władimir Putin pociąga za sznurki, a Łukaszenka w tym przypadku jest tylko jego lalką. Tutaj nawet nie można mówić, że jest to wsparcie reżimu Aleksandra Łukaszenki. Chodzi wręcz o - jak to się mówi - „zadaniowanie”

obecnego przywódcy Białorusi do agresywnych działań w stosunku do Polski. To już nie jest wojna hybrydowa, tylko po prostu agresja. Po Putinie można się spodziewać wszystkiego, prezydent Rosji wykorzysta wszystko, co będzie szkodziło Polsce, Ukrainie, Litwie czy innym sąsiednim krajom, szczególnie tym, które wybrały kierunek zachodni i chcą prawdziwej niepodległości oraz niezależności od Kremla. Moskwa jest nieobliczalna w swoich działaniach. Musimy być przygotowani na różne scenariusze, bo Putin prowadzi przeciwko Polsce wielopoziomą wojnę hybrydową. Migranci to tylko jeden z jej wielu frontów. Najbardziej dzisiaj widoczny, ale, podkreślam, jeden z wielu.

Ochrona granicy z Białorusią i stworzenie bariery dla tych, którzy chcą ją przekraczać w sposób niedozwolony jest obowiązkiem naszego państwa. Obywatele oczekują, że państwo zapewni im to, co najważniejsze, czyli bezpieczeństwo. Oczywiście nie tylko na tej, ale na wszystkich granicach.

Janusz Cichoń, poseł KO

Nie ma wątpliwości, że Władimir Putin wykorzystuje instrumentalnie Białorus przeciwko Europie i Polsce. Można się spodziewać kolejnych działań, na przykład przekierowania emigrantów na granicę białorusko-ukraińską. Ukraina już zaczęła się do tego przygotowywać i uszczelniania granicę z Białorusią. Rosja może w każdej chwili podjąć kolejną próbę destabilizacji Ukrainy. Musimy stale pamiętać, że Rosja ma w stosunku do Ukrainy swoje agresywne plany. Jeśli chodzi o zabezpieczenie granicy polskiej z Obwodem Kaliningradzkim, to dziwię się, że zaczynamy wykorzystywać nowe technologie dopiero pod taką presją, jaka ma teraz miejsce. Już dawno powinniśmy to zrobić.

Zbigniew Ziejewski, poseł PSL

Na pewno istnieją powiązania między Władimirem Putinem, a Aleksandrem Łukaszenką. Aczy mamy wzmocnić ochronę granicy z Obwodem Kaliningradzkim? Tak, ale nie sądzę, że tutaj grozi nam jakieś niebezpieczeństwo na kształt tego,

z czym mamy teraz do czynienia na granicy z Białorusią. Putin wybudował gazociąg Nord Stream 2 dla pieniędzy i jako instrument nacisku na swoich sąsiadów. Dlatego na pewno nie dopuści do tego, żeby na naszej północnej granicy powtórzyła się sytuacja z granicą z Białorusią. Wtedy UE musiałaby zareagować w stosunku do Rosji, a tego prezydent Rosji chce uniknąć. Zatem wygodniej jest mu kierować konfliktem z tylnego siedzenia wykorzystując do tego Łukaszenkę. Asam obsadza się w roli mediatora, a nie strony konfliktu.

Jeśli chodzi o takie inwestycje, jak instalowane bardziej zaawansowanego technicznie sprzętu na granicy z Rosją, to powinniśmy zwrócić się w tej sprawie do UE, ponieważ to jest też granica Unii.

Jeśli zaś chodzi o Ukrainę, to trudno z całą pewnością powiedzieć czy Rosja podejmie jakieś działania wobec niej. To zależy w głównej mierze od tego, co będzie się działo na granicy polsko-białoruskiej. Jeżeli Putin wygra to starcie, to wtedy na pewno zajmie się Ukrainą. **MARTA WIŚNIEWSKA**

TEODOR PIEGŁOWSKI SKOŃCZYŁ 103 LATA!

Rówieśnik niepodległej Polski – mławianin Teodor Piegłowski – obchodził 8 listopada 103. rocznicę urodzin.

Z tej szczególnej okazji życzenia jubilatowi złożył i przekazał upominek Burmistrz Miasta Mława Sławomir Kowalewski.

„Dziś świętuje Pan 103. rocznicę swoich urodzin, co z pewnością jest powodem do dumy i zadowolenia. Jest mi niezmiernie miło, że mogę w tym wyjątkowym dniu złożyć Panu najserdeczniejsze życzenia: zdrowia, szczęścia, pogody ducha i optymizmu na przyszłość. Mam nadzieję, że zarówno ten dzień, jak też każdy kolejny, będą dla Pana źródłem



Teodor Piegłowski obchodził 8 listopada 103. rocznicę urodzin

radości i satysfakcji” – napisał w liście do solenizanta Sławomir Kowalewski.

Z okazji rocznicy urodzin burmistrz przekazał Panu Teodorowi wydany w tym roku album „140 lat mławskiej straży pożarnej”, dokumentujący czterdzieści lat służby pożarniczej w naszym mieście.

— Mam nadzieję, że spotka się ona (publikacja – przyp. KN) z Pańskim uznaniem i stanie się ważnym elementem domowego księgozbioru – zwrócił się do jubilata Sławomir Kowalewski. **KN/KSM**

OTWARCIE DWORCA ZINTEGROWANEGO

KOMUNIKACJA W poniedziałek 15 listopada 2021 został udostępniony podróżnym dworzec zintegrowany Stacja Mława przy Alei Świętego Wojciecha 15. Od 15 do 30 listopada dworzec zintegrowany Stacja Mława będzie czynny od poniedziałku do piątku w skróconych godzinach - od 8:00 do 18:00. Od 1 grudnia godziny otwarcia dworca zostaną wydłużone. Na dworcu będą zlokalizowane: — kasa Kolei Mazowieckich, w której będzie można zakupić bilety na pociągi podmiejskie i dalekobieżne. Planowane otwarcie kasy: 1 grudnia 2021 r.;

— kasa Fabisiakprzewozy.pl, w której będzie można zakupić bilety na trasy w powiecie mławskim. Planowane otwarcie kasy: 25 listopada 2021 r.; — kasa do sprzedaży biletów na połączenia krajowe i międzynarodowe, w której będzie można zakupić bilety m.in. przewoźników: FlixBUS, PKS, SINDBAD. Planowane otwarcie kasy: 1 grudnia 2021 r.; — biuro Strefy Płatnego Parkowania na I piętrze. Uruchomienie: 15 listopada 2021 r.

MPDM, KN

KOBIETA ZATRUŁA SIĘ CZADEM

W środę, z objawami zatrucia tlenkiem węgla, do szpitala trafiła 65-letnia mieszkanka jednej z gmin powiatu mławskiego. Odnaleźli ją, leżącą na podłodze w sypialni, pracownicy remontujący dom. Interweniowała też mławska Straż Pożarna.

Sezon grzewczy w pełni. To także czas, by zainstalować w domu czujnik tlenku węgla lub sprawdzić, czy ten który mamy działa bez zarzutu. To małe urządzenie ratuje życie. Wystarczy bowiem chwila, by doszło do tragedii.

— W środę, z objawami zatrucia czadem do szpitala trafiła mieszkanka jednej z gmin powiatu mławskiego — poinformowała asp.szt. Anna Pawłowska, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Mławie. — Leżącą na podłodze w sypialni kobietę, odnaleźli rano pracownicy remontujący dom. Wynieśli ją z zadymionego pomieszczenia, udzielili kobiecie pierwszej pomocy i wezwali służby ratunkowe.

Na miejscu interweniowała Straż Pożarna. Dym wydobywał się prawdopodobnie z nieszczelnej instalacji komi-



Na miejscu interweniowała Straż Pożarna. Zdjęcie jest tylko ilustracją do tekstu

na. Kobieta została przewieziona do szpitala w Mławie.

Mławska policja ustala szczegółowo przyczyny tego zdarzenia i apeluje, by w sezonie grzewczym zachować szczególną ostrożność.

Podstawą jest przygotowanie i sprawdzenie instalacji grzewczej do nowego sezonu

oraz zamontowanie w domu czujnika tlenku węgla.

To łatwo dostępne i niedrogie urządzenie jest bardzo czułe na obecność tlenku węgla. Głośnym sygnałem alarmuje domowników o niebezpieczeństwie.

Warto je zatem mieć u siebie w domu ale także w mieszka-

niu, gdy posiadamy piecyk gazowy.

WARTO WIEDZIEĆ JAKIE SĄ OBJAWY ZATRUCIA TLENKIEM WĘGLA:

— lekki ból, mdłości, wymioty, ogólne zmęczenie i osłabienie — lekkie zatrucie, — nasilający się ból głowy,



DYM
WYDOBYWAŁ SIĘ
PRAWDOPODOBNIIE
Z NIESZCZELNEJ
INSTALACJI
KOMINA.

senność, zaburzenia świadomości i równowagi, trudności z oddychaniem, oddech przyspieszony, zaburzenia rytmu serca — średnie zatrucie, drgawki, utrata przytomności — ciężkie zatrucie, Osłabienie i znużenie, które czuje zaczadzony oraz zaburzenia orientacji i zdolności oceny

zagrożenia, powodują, że jest on całkowicie bierny (nie ucieka z miejsca nagromadzenia trującego), traci przytomność i — jeśli nikt nie przyjdzie mu z pomocą — umiera.

JAK POMÓC PRZY ZATRUCIU TLENKIEM WĘGLA?

— należy natychmiast zapewnić dopływ świeżego, czystego powietrza, — jak najszybciej wynieść osobę poszkodowaną w bezpieczne miejsce, na świeże powietrze, — rozluźnić poszkodowanemu ubranie — rozpiąć pasek, guziki, ale nie rozbierać go, gdyż nie można doprowadzić do jego przemarznięcia, — wezwać służby ratownicze (numer alarmowy - 112); — jeśli po wyniesieniu na świeże powietrze zaczadzony nie oddycha, należy niezwłocznie przystąpić do wykonania sztucznego oddychania i masażu serca.

Informacja KPP oraz materiały gov.pl

ROZPOCZYNA SIĘ PRZEBUDOWA UL. CIECHANOWSKIEJ

W listopadzie 2021 roku rozpocznie się przebudowa infrastruktury drogowej w ulicy Ciechanowskiej. Zadanie zrealizuje w 11 miesięcy od firma Krusz-Bet Plus.

Planowana jest budowa kanalizacji deszczowej, asfaltowej nawierzchni drogi z obustronnymi chodnikami i ścieżką rowerową oraz energooszczędnego oświetlenia ulicznego w technologii LED.

To bardzo dobra wiadomość dla mieszkańców posesji przy tej ulicy oraz korzystających z niej uczestników ruchu. Jak

wcześniej informowaliśmy, w ramach zadania wybudowane zostaną: 376 metrów nawierzchni z betonu asfaltowego, obustronne chodniki z kostki betonowej (łączna długość: ok. 380 m.), jednostronna ścieżka rowerowa z kostki betonowej beżfazowej, zjazdy do posesji, kanalizacja deszczowa i oświetlenie.



Fot. URM

Zadanie zrealizuje za 1 244 915,11 zł w ciągu 11 miesięcy od podpisania przez nią umowy z Miastem Mława, wyłoniona w prowadzonym przez miasto postępowaniu firma Krusz-Bet Plus z Uniszek Zawadzkich.

W czasie robót z pewnością będzie dochodziło do utrudnień w ruchu, w związku

z czym Urząd Miasta Mława prosi o cierpliwość i wyrozumiałość.

Przypomnijmy, że na poprawę spójności komunikacyjnej miasta poprzez przebudowę ul. Ciechanowskiej Miasto Mława otrzymało z Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg dofinansowanie w wysokości 892 174,32 zł

KN / KSM

PIJANY KIEROWCA ZATRZYMANY DZIĘKI REAKCJI ŚWIADKA

Dzięki reakcji przypadkowego świadka, patrol prewencji zatrzymał pijanego kierowcę z dożywotnim zakazem kierowania pojazdami. Miał w organizmie ponad 2,5 promila alkoholu.

8 listopada, po godzinie 17.00, dyżurny mławskiej komendy Policji odebrał zgłoszenie, dotyczące podejrzenie zachowującego się kierowcy renault, który zatrzymał się na chodniku, przy ul. Kopernika w Mławie.

Podczas interwencji okazało się, że za kierownicą auta siedzi 48-letni mieszkaniec Mławy. Mężczyzna miał wor-

ganizmie ponad 2,5 promila, był agresywny.

Został obezwładniony i osadzony w policyjnym areszcie. Samochód został odholowany na koszt właściciela, na parking strzeżony.

Jak się okazało, mławianin ma orzeczony, dożywotni zakaz kierowania pojazdami. Teraz grozi mu kara do 5 lat pozbawienia wolności. Postę-



Zdjęcie ilustracyjne \ Fot. Materiały Policji



PIJANY KIEROWCA
ZOSTAŁ ZATRZYMANY
NA UL. KOPERNIKA
W MŁAWIE.

powanie prowadzi mławska komenda Policji.

Dzięki reakcji świadka udało się zapobiec niebezpieczeństwu.

Jeśli widzimy podejrzenie zachowującego się kierowcę, powiadom Policję, dzwoniąc pod bezpłatny numer alarmowy 112. Twoja reakcja ma ogromne znaczenie.

Informacja KPP

TA LEKCJA HISTORII POWINNA BYĆ ODROBIONA

Mławianie uczcili 103. rocznicę odzyskania przez Polskę niepodległości. W czwartek 11 listopada modlili się na mszy św. w kościele pod wezwaniem Świętej Trójcy w Mławie oraz wzięli udział w uroczystości w miejskim parku.

Mszę św. w intencji Ojczyzny koncelebrowali Dziekan Dekanatu Mławskiego Wschodniego ks. kan. Sławomir Krasieński i Dziekan Dekanatu Mławskiego Zachodniego ks. prał. dr Kazimierz Ziolkowski.

Wikariusz parafii pw. św. Stanisława BM w Mławie ks. Michał Fordubiński w swoim kazaniu mówił o trudnej drodze Polski do niepodległości oraz zastanawiał się, jak z daru wolnej Polski obywatele naszego kraju korzystają dzisiaj. Wskazując, jak cenny jest to dar, odwoływał się m.in. do myśli beatyfikowanego niedawno ks. Stefana Wyszyńskiego – Prymasa Tysiąclecia.



Po mszy świętej mławianie przeszli pod eskortą służb mundurowych do parku miejskiego, gdzie rozpoczęła odegraniem hymnu państwowego uroczystość patriotyczną przy pomniku Józefa Piłsudskiego poprowadziła Dyrektor Mu-

zeum Ziemi Zawkrzeńskiej Barbara Zaborowska.

O Polsce pod zaborami i jej krwawo tłumionych dążeniach do odzyskania niepodległości mówił Burmistrz Miasta Mława Sławomir Kowalewski.

– Przyczyną upadku Polski, tej Polski wielkiej, od morza do morza, były konflikty wewnętrzne, ale również interesy różnych grup: magnatów, ludzi bogatych; ubóstwo miast i w konsekwencji szlachty; ale również interesy powia-

zane z wielkimi sąsiadami. Doprowadziło to do tego, że Polska była coraz słabsza. Z tych przyczyn warto wyciągać wnioski. Ta lekcja historii powinna być odrobiona przez nas Polaków, żeby to się nigdy nie powtórzyło. Patrząc z wielką przyjemnością, że uczestnicząc w naszych spotkaniach tradycyjnie dzieci, młodzież, harcerze, dorośli i seniorzy. Moi drodzy, ważne, żebyśmy się za rok spotkali i żeby Polska była wolna – zwracał się do zgromadzonych Sławomir Kowalewski.

O konfliktach wewnętrznych i zewnętrznych, jakimi obecnie żyje nasz kraj, mówił Starosta Mławski Jerzy Rakowski.

– Dziękuję nam wszystkim, że rzeczywiście w zgodzie,

od wielu lat staramy się być razem tu właśnie przed tym pomnikiem i pracować na rzecz tej małej Ojczyzny, na tyle ile potrafimy, na tyle ile możemy; wsłuchując się we wzajemne wypowiedzi i być może mając inne zdanie, ale zmierzając razem w tym samym kierunku, dla dobra tej małej Ojczyzny i dla dobra tej wielkiej Ojczyzny, naszej Ojczyzny – optymistycznie zwińczył swoje wystąpienie Jerzy Rakowski.

Następnie przybyłe na uroczystość delegacje złożyły wiązanki kwiatów przed pomnikiem Józefa Piłsudskiego i przed Dębem Niepodległości. Zwińczeniem mławskich obchodów święta 11 listopada był tradycyjny Bieg Niepodległości.

Krzysztof Napiercki / KSM





REKLAMA

Polski Ład to fakt – miliony dla Mławy



Mamy za sobą rozstrzygnięcie pierwszego naboru wniosków do Rządowego Funduszu Polski Ład, Programu Inwestycji Strategicznych. Program ten ma na celu zwiększenie skali inwestycji publicznych przez bezzwrotne dofinansowanie inwestycji realizowanych przez jednostki samorządu terytorialnego, gminy, powiaty i miasta. Zakres realizowanych inwestycji jest bardzo szeroki, ale samorządowcy wiedzą najlepiej, jakie są potrzeby i czego najbardziej oczekują ich mieszkańcy. Rządowy Fundusz Polski Ład to program bezprecedensowy. W pierwszej edycji jednostki samorządu terytorialnego przedstawiły wnioski na łączną kwotę ponad 90 mld zł. Widzimy więc, jak olbrzymie są potrzeby. Obecny rząd mimo wielu niekorzystnych czynników (pandemia, ataki opozycji i instytucji unijnych) konsekwentnie realizuje swoje założenia. Rozwiązuje problemy, prawdziwe problemy Polski i Polaków. Zrównoważony rozwój to odpowiedź na problemy tzw. Polski lokalnej, niekoniecznie dostrzeganej przez poprzednie ekipy rządzące. Na zamku w Nidzicy Premier Mateusz Morawiecki ogłosił

wyniki pierwszego naboru. Po spotkaniu w Nidzicy Posel Anna Cicholska zaprosiła samorządowców z powiatu mławskiego. Samorządowcy wyrażali się z uznaniem o działaniach rządu, a Program Inwestycji Strategicznych pozwoli im na realizację wielu potrzebnych inwestycji. Polska lokalna nie potrzebuje polityki, potrzebuje zrównoważonego rozwoju, potrzebuje środków finansowych. Polski Ład i zawarte w nim programy dają jej szansę na nowe drogi, modernizację infrastruktury wodno-kanalizacyjnej, oczyszczalnię ścieków, odnawialne źródła energii, nowoczesną sieć ciepłowniczą, rozbudowę infrastruktury sportowej, kulturalno-oświatowej. Nie sposób wszystkich wymienić. Warto pamiętać, że przekazane środki finansowe to pobudzenie aktywności inwestycyjnej samorządów, rozwój lokalnej przedsiębiorczości, nowe miejsca pracy i poprawa warunków życia obywateli. Posel Anna Cicholska pogratulowała wszystkim beneficjentom. Starostwo mławskie, miasto Mława i gminy powiatu mławskiego otrzymają ponad 67 mln złotych. Samo miasto Mławę zasili 23 mln złotych. Ko-

leijną inicjatywą Posel Anny Cicholskiej przeprowadzoną wspólnie z Burmistrzem Miasta Sławomirem Kowalewskim było zaproszenie Ministra Piotra Uścińskiego, Sekretarza Stanu w Ministerstwie Rozwoju i Technologii. W Miejskim Domu Kultury w Mławie ponad pięćdziesięciu samorządowców z powiatów mławskiego, przasnyskiego, żuromińskiego i ciechanowskiego miało okazję porozmawiać nie tylko o przyznanych funduszach. Minister Piotr Uściński przybliżył zebrany temat związany z udogodnieniami dla inwestorów realizujących budownictwo jednorodzinne. Ten temat zdominował prowadzone rozmowy. Na koniec Burmistrz Mławy podziękował Posel Annie Cicholskiej za inicjatywę i koordynację spotkania. – Mądrością rządzących powinno być słuchanie. Pana obecność i otwartość dowodzi tego, że pan potrafi słuchać. W imieniu własnym oraz innych kolegów samorządowców dziękuję za odwiedzenie Mławy i przybliżenie nam ważnych tematów – zwrócił się do Ministra Piotra Uścińskiego.

*Biuro poselskie Posła
Anny Ewy Cicholskiej*



Rządowy Fundusz **Polski Ład**
Program Inwestycji Strategicznych

**Gmina Biezuń
otrzymała
8 550 000 zł**

POLSKI ŁAD BGK
KRAJOWA AGENCJA GOSPODARSTWA
KRAJOWEGO

Rządowy Fundusz **Polski Ład**
Program Inwestycji Strategicznych

**Gmina Strzegowo
otrzymała
10 000 000 zł**

POLSKI ŁAD BGK
KRAJOWA AGENCJA GOSPODARSTWA
KRAJOWEGO

Rządowy Fundusz **Polski Ład**
Program Inwestycji Strategicznych

**Gmina Dzierzgowo
otrzymała
5 510 000 zł**

POLSKI ŁAD BGK
KRAJOWA AGENCJA GOSPODARSTWA
KRAJOWEGO

Rządowy Fundusz **Polski Ład**
Program Inwestycji Strategicznych

**Miasto Mława
otrzymało
23 000 000 zł**

POLSKI ŁAD BGK
KRAJOWA AGENCJA GOSPODARSTWA
KRAJOWEGO

HISTORIA MŁAWSKIEJ SIATKÓWKI

Zaczynamy nowy temat dotyczący historii Mławy. Tym razem Janusz Grochowski, skarbnik Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Mławskiej, przybliży nam mławską siatkówkę. Dzisiaj pierwsza część tekstu.

Od 14 do 15 września br. w Mławskiej Hali Sportowej odbył się I Memoriał Grzegorza Morawskiego. To wyjątkowe wydarzenie miało przywołać w pamięci kibiców sylwetkę i dokonania człowieka, który dla mławskiego sportu, a w szczególności dla siatkówki, uczynił bardzo dużo. W podzięce za jego dokonania, kibice mogli podziwiać na parkiecie czołowe drużyny Tauron Ligi. W meczu o pierwsze miejsce siatkarki Grot Budowlani Łódź pokonały 3:0 ŁKS Commercecon Łódź. Ponadto w turnieju uczestniczyły siatkarki: IŁ Capital Legionovi Legionowo oraz LOS Nowy Dwór Mazowiecki. Było to na tyle doniosłe wydarzenie, że zrodziło potrzebę przypomnienia najważniejszych wydarzeń związanych z rozwojem siatkówki w Mławie.

Historia siatkówki na ziemiach polskich sięga 1919 roku, kiedy to w Warszawie odbył się mecz pokazowy, promujący zalety tego sportu. Rok później w Łodzi zorganizowano turniej z udziałem drużyn szkolnych. Pierwsze mistrzostwa Polski przeprowadzono dziesięć lat później.

W Mławie jako jedni z pierwszych tajniki gry w piłkę siatkową uczyli się poznawać młodzi sportowcy Seminarium Nauczycielskiego, którzy w roku 1924 mieli



Siatkarki GROT Budowlani Łódź z pucharem za zwycięstwo w I Memoriale Grzegorza Morawskiego

urządzone boisko. Była to także dyscyplina, która cieszyła się dużym zainteresowaniem wśród mławskich strażaków. Aby doskonalić swoją fizyczną sprawność na zapleczu ulicy Ogrodowej wygospodarowali teren, na którym powstało boisko do gry. Także uczniowie gimnazjum od początku lat 30. próbowali swoich sił tocząc klasowe boje na boisku pozwalającym na uprawianie tej dyscypliny.

Plac do rozgrywania spotkań siatkarskich znajdował się również na stadionie miejskim. Należy ponadto dodać, że drużyna mławskiego seminarium podczas zawodów międzyszkolnych rozgrywanych w 1933 roku w Ciechanowie okazała się minimalnie lepsza od kolegów z Pułtusk. Pierwszy set wygrali 15:9, w drugim lepsi byli rywale 15:11, w ogólnym bilansie było 26:24 na korzyść szkolnej drużyny z Mławy.

W drugiej połowie lat 30. przy mławskim ognisku Kolejowego Przystosobienia Wojskowego został zorganizowany zespół realizujący swoje sportowe upodobania na siatkarskim boisku.

Młodzież szkolna z zapalem promowała tę dyscyplinę w okresie po II wojnie światowej. 22 czerwca 1947 roku przy okazji otwarcia basenu zorganizowano „święto sportowe”, w którego programie znalazł się turniej piłki siatkowej. Zwyciężyła drużyna Liceum Pedagogicznego. Kolejne miejsca wywalczyli siatkarze „Wici” Zalesie i Liceum Ogólnokształcącego. Jak wynika ze sprawozdania sytuacyjnego z 1948 roku, w powiecie urządzono ogółem 32 boiska do nauki gry w siatkówkę, przeznaczone głównie dla młodzieży szkolnej.

Podczas „dnia propagandy sportu”, który miał miejsce z 3 lipca 1949 roku, zalety tej dyscypliny promowały zespoły warszawskie. W pokazowych spotkaniach AZS Warszawa okazał się lepszy od Politechniki i musiał uznać wyższość LZS Kuczbork.

Począwszy od roku 1950 sekcje siatkarskie zostały zorganizowane w zasadzie we wszystkich mławskich klubach (Związkowiec, Ogniwo, Budowlani, Spójnia). W finałowym turnieju o mistrzostwo

strzostwo województwa. Na turnieju w Pruszkowie w eliminacjach pokonał 2:0 Chorzelskie, ulegając w ćwierćfinale 2:1 drużynie reprezentującej powiat plocki.

W roku 1952 prawo udziału na Wojewódzkiej Spartakiadzie Wsi w Przasnyszu wywalczyli sportowcy LZS Strzegowo, kończąc zmagania na piątym miejscu. O dużym zainteresowaniu tą dyscypliną wśród członków LZS świadczy fakt, że w roku 1956 do rozgrywek na szczeblu klasy C przystąpiło 15 drużyn. Rok wcześniej siatkarze Klubu Sportowego „Orzeł” z Liceum Ogólnokształcącego zdobyli mistrzostwo podokręgu, pokonując m.in. 2:1 Pułtusk. Trenerem tego zespołu był Bolesław Skolimowski, który począwszy od roku 1951 pracował w tej szkole jako nauczyciel wychowania fizycznego. To dzięki niemu, na przestrzeni lat, udało się wychować wielu bardzo dobrych siatkarzy, którzy stanowili wyraźne wzmocnienie dla drużyn klubowych.

Od roku 1958 Bolesław Skolimowski przygotowywał zespół Międzyszkolnego Klubu Sportowego „Orzeł” powiatu zwyciężyli siatkarze „Budowlanych” przed LZS Uniszki Gumowskie, LZS Lubowidz i „Ogniwo” Mława.

W kolejnym sezonie wśród drużyn LZS najlepszy był Bogurzyn, który reprezentował powiat w zawodach o mi-



Bolesław Skolimowski - trener i wychowawca mławskich siatkarzy



Drużyna siatkarzy Kolejowego Przystosobienia Wojskowego - Ognisko Mława z drugiej połowy lat trzydziestych XX w.



BARDZO UDANY DLA MŁAWSKICH SIATKARZY BYŁ SEZON 1962/1963, KTÓRY ZAKOŃCZYLI NA CZWARTYM MIEJSCU.

do współzawodnictwa w rozgrywkach przewidzianych kalendarzem Szkolnego Związku Sportowego oraz w zawodach o mistrzostwo klasy A wśród juniorów. Młodzi siatkarze w sezonie 1959/1960 oraz 1960/1961 plasowali się na drugim miejscu w klasie A juniorów.

Od jesieni 1959 roku sekcja piłki siatkowej zagościła w strukturach „Mławianki”. Trzon zespołu seniorów stanowili zawodnicy, którzy wcześniej reprezentowali „Gwardię” oraz Ognisko TKKF. Po rocznym pobycie w klasie B awansowali do wyższej klasy rozgrywkowej. W walce o punkty w klasie A barw „Mławianki” bronili: Jan Łydziański, Edward Petrykowski, Kazimierz Jędrzejewski, Włodzimierz Hausman, Alfred Bral, Stanisław Ko-

walczyk, Jan Cendrowski, Tadeusz Skolimowski. W roku 1961 „Trybuna Mazowiecka” pisała: Siatkarze KS Mławianki debiutują w tym sezonie w klasie A. Tym większe więc będzie zaskoczenie, jeśli przyjrzymy się tabeli i stwierdzimy, że po pięciu kolejkach spotkań wyłącznie wyjazdowych mławianie mają na swoim koncie cztery zwycięstwa i trzecie miejsce w tabeli. Liderowi ustępują tylko gorszym stosunkiem setów, a więc mają szansę na końcowy sukces i awans do III ligi.

Ostatecznie zakończyli sezon na trzecim miejscu, co w wyniku przeprowadzonej reorganizacji systemu rozgrywek pozwoliło aby następny sezon rozpocząć wśród drużyn rywalizujących w lidze mazowieckiej.

Bardzo udany dla mławskich siatkarzy był sezon 1962/1963, który zakończyli na czwartym miejscu. Jednym z ciekawszych wydarzeń podczas tej edycji rozgrywek był mecz z „Lnem” Żyrardów, rozegrany w nowej sali Liceum Ogólnokształcącego, w którym gospodarze po zaciętej walce pokonali 3:2 swoich rywali.

W wyniku występujących w klubie trudności finansowych, sekcja została przejęta przez Radę Powiatową Ludowych Zespołów Sportowych i przez kilka sezonów broniła barw tej organizacji z różnym powodzeniem do sezonu 1966/1967 włącznie.

Potrzebę reaktywowania sekcji piłki siatkowej działające „Mławianki” postanowili zrealizować w roku 1972,



Drużyna TKKF Mława z 1979r

doprowadzając do powołania drużyny seniorów oraz juniorek i juniorów. Barw klubowych w rozgrywkach seniorów w tym czasie bronili: Jan Świdorski, Andrzej Musiał, Jerzy Jędrówic, Andrzej Peplowski, Edward Mizerski, Władysław Wojtczak, Stanisław Janiak, Zbigniew Krysiak, Wojciech Sztando i Tadeusz Dobrowolski.

Zespół walczył o punkty w klasie „A”. Juniorki w sezonie 1972/1973 zajęły pierwsze miejsce w swojej grupie. W zespole prowadzonym przez Sławomira Grossa grały przede wszystkim uczennice Liceum Ekonomicznego: Elżbieta Tomasik, Gabriela Suchodolska, Elżbieta Przasnyska, Teresa Żera, Elżbieta Polonus, Bogda Sawicka, Elżbieta Ciesielska, Ewa Stabach. Oprócz występów w lidze juniorek siatkarki występowały w rozgrywkach szkolnych.

W lutym 1973 roku w finale ogólnopolskim szkół pionu CRS stanęły na trzecim stopniu podium, ustępując tylko drużynom z Międzyrzecza i Świdnicy. Zespół juniorek w pierwszym roku występów wywalczył trzecie miejsce, ustępując siatkarzom „Zryw” Pułtusk i „Mazowsza” Zegrze.

W drużynie występowali: Jacek Piotrowski, Marek Zakrzewski, Wojciech Szczypiński, Waldemar Więcek, Władysław Cudny, Roman Ząbecki, Włodzimierz Samulski, Dariusz Podziński oraz Wojciech Sztando, Andrzej Musiał i Tadeusz Dobrowolski.

Po słabych występach w sezonie 1973/1974 oraz problemach natury organizacyjnej związanych z meczami zespo-

łu juniorek w kolejnej edycji rozgrywek, w kwietniu 1975 roku sekcja siatkówki zakończyła działalność. Nie trwało to jednak zbyt długo i już w roku 1977 przedstawiciele tej dyscypliny ponownie stanęli w szranki mistrzowskich zmagania.

Drużyna zbudowana w oparciu o uczniów Liceum Ogólnokształcącego w sezonie 1977/1978 wywalczyła drugą pozycję w rozgrywkach klasy A.

Dobrą drużynę miał w tym czasie również mławski TKKF, która w następnym sezonie okazała się najlepszą w ciechanowskiej klasie A. Oznaczało to prawo gry w barażach o III ligę. Jan Świdorski, Leszek Kuligowski, Tadeusz Dobrowolski, Andrzej Musiał, Andrzej Peplowski i Wiesław Szulc, wspólnie z Włodzimierzem Samulskim, Jackiem Sznurowskim i Piotrem Łazowym podjęli to trudne i ambitne wyzwanie.

Na turnieju rozegranym w Olsztynie zajęli drugie miejsce, co gwarantowało w następnym sezonie występ w wyższej klasie rozgrywkowej. Dzięki temu sukcesowi kibice przez kilka kolejnych lat mogli emocjonować się walką swoich ulubieńców o ligowe punkty. Zdarzało się tak, że nie wszyscy chętni

mogli wejść na salę Liceum Ogólnokształcącego z powodu braku miejsc.

O dużej popularności siatkówki w mieście w tych czasach świadczy również fakt, że w roku 1978 w rozgrywkach ligi zakładowej, prowadzonej przez Ognisko TKKF, do sportowej zabawy przystąpiło 16 zespołów siatkarskich. Zwyciężyli reprezentanci Zakładu Energetycznego, na dwóch kolejnych miejscach uplasowali się pracownicy mławskiej oświaty i Komendy Wojewódzkiej Milicji Obywatelskiej.

Należy w tym miejscu wspomnieć, że począwszy od 1974 roku przez szereg lat, dwa razy tygodniowo na sali Liceum Ekonomicznego i innych obiektach sportowych, na siatkarskich treningach i dla własnej satysfakcji spotykali się członkowie znanej w tym czasie grupy „Lumbago”. Mieczysław Mroczkowski, Janusz Wtulich, Józef Tartas, Jan Cholewicki, Zenon Dratwiński, Jerzy Kargol, Zdzisław Sokolnicki i ich koledzy, doświadczać korzyści z czynnego uprawiania sportu, zdobyte doświadczenia starali się z powodzeniem spożytkować w działalności społecznej we władzach „Mławianki” i Ogniska TKKF.

c.d.n.

Janusz Grochowski, skarbnik
Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Mławskiej.



Drużyna siatkarzy „Mławianki” - początek lat sześćdziesiątych XX wieku

WYBRANO NAJPIĘKNIEJSZE KARTKI

Rozstrzygnięto tegoroczną edycję konkursu plastycznego „Świąteczna kartka od Burmistrza”. Spośród 253 zgłoszonych prac, jury wybrało 8 najpiękniejszych – zostaną wydrukowane i rozesłane z życzeniami burmistrza i przewodniczącego rady miasta do podmiotów współpracujących i zaprzyjaźnionych z Miastem Mława.

Komisja konkursu plastycznego „Świąteczna kartka od Burmistrza”, spośród 253 zgłoszonych prac, wybrała 8 najpiękniejszych. Przyznano także 20 wyróżnień.

Komisja konkursowa pod przewodnictwem artysty plastyk Joanny Rodowicz była pod wrażeniem talentu

autorów prac oraz różnorodności pomysłów zarówno jeśli chodzi o zastosowane techniki plastyczne, jak też wykorzystane w pracach motywy.

Zgodnie z regulaminem konkursu, ośmioro laureatów zostanie nagrodzonych drukiem w co najmniej 50 egzemplarzach stworzonych przez nich projektów karki świątecznej oraz ich wysyłką do instytucji, organizacji, firm w kraju i na świecie wraz z życzeniami świąteczno-noworocznymi od Przewodniczącego Rady Miasta Mława, Burmistrza Miasta Mława oraz mieszkańców wraz z podaniem imienia, nazwiska i szkoły zwycięzcy.

Dodatkowo laureaci oraz autorzy wyróżnionych prac otrzymają upominki rzeczowe. Wręczenie nagród zaplanowano na 6 grudnia 2021 r. (poniedziałek) podczas Miejskich Mikołajek (organizacja wydarzenia i jego przebieg będą zależały od obowiązujących w tym terminie obostrzeń sanitarnych – o szczegółach Urząd Miasta Mława poinformuje na swojej stronie internetowej).

Serdecznie gratulujemy wszystkim laureatom i osobom wyróżnionym. Wszystkim uczestnikom konkursu dziękujemy za udział. **KN / KSM**



Komisja konkursowa analizuje prace

WYNIKI

Nagrody główne równorzędne:

Kalina Szeluga, Szkoła Podstawowa nr 3 w Mławie, kl. V b
Filip Kwiatkowski, Szkoła Podstawowa nr 1 w Mławie, kl. VI a
Rozalia Tomiło, Miejskie Przedszkole Samorządowe nr 2 w Mławie, gr. V
Maks Podlaski, Szkoła Podstawowa nr 4 w Mławie, kl. I c
Sandra Śwircz, Szkoła Podstawowa nr 7 w Mławie, kl. VI a
Konstanty Budzichowski, Miejskie Przedszkole Samorządowe nr 2 w Mławie, gr. VII
Natalia Sobotka, Szkoła Podstawowa nr 2 w Mławie, kl. VII b
Maja Spyra, Szkoła Podstawowa nr 6 w Mławie, kl. VI a

Wyróżnienia:

Lena Cybulska, Szkoła Podstawowa nr 4 w Mławie
Filip Karol Magdaliński, Szkoła Podstawowa nr 4 w Mławie, kl. I c
Lena Chądzyńska, Szkoła Podstawowa nr 7 w Mławie, kl. I a
Natalia Żebrzuska, Szkoła Podstawowa nr 4 w Mławie, kl. II a
Krzysztof Gutowski, Szkoła Podstawowa nr 2 w Mławie, kl. I b
Piotr Pargólski, Miejskie Przedszkole Samorządowe nr 3 w Mławie, kl. 0 b
Alicja Wydra, Miejskie Przedszkole Samorządowe nr 4 w Mławie, gr. Stoneczka
Zuzanna Szamborska, Szkoła Podstawowa nr 3 w Mławie, kl. II a
Bartosz Szymański, Szkoła Podstawowa nr 7 w Mławie, kl. 0
Miłosz Szamborski, Szkoła Podstawowa nr 3 w Mławie, kl. 0 a
Maria Pytko, Szkoła Podstawowa nr 7 w Mławie, kl. IV c
Aleksandra Dziubińska, Szkoła Podstawowa nr 7 w Mławie
Patrycja Jaskulska, Szkoła Podstawowa nr 2 w Mławie, kl. VII b
Jan Kowalkowski, Szkoła Podstawowa nr 2 w Mławie, kl. VII a
Aleksandra Pawłowska, Szkoła Podstawowa nr 2 w Mławie
Kamila Zjadewicz, Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy w Mławie, kl. VIII
Maria Żerańska, Szkoła Podstawowa nr 7 w Mławie, kl. VIII s
Zuzanna Wójcik, Szkoła Podstawowa nr 2 w Mławie, kl. VII b
Martyna Robaczyńska, Szkoła Podstawowa nr 7 w Mławie, kl. IV d
Dawid Sobotka, Szkoła Podstawowa nr 7 w Mławie, kl. V c



Praca Kaliny Szelugi



Praca Sandry Śwircz



Praca Konstantego Budzichowskiego



Praca Maksa Podlaskiego



Praca Mai Spyry



Praca Filipa Kwiatkowskiego



Praca Natalii Sobotki



Praca Rozalii Tomiło

MAJĄ PROBLEMY ZE SPŁATĄ DŁUGÓW

Pandemia nie uderzyła w budżety polskich gospodarstw domowych aż tak mocno, jak zakładały prognozy. Większość deklaruje, że ich sytuacja finansowa w tym czasie się nie zmieniła. Pogorszenie odczuło 28 procent Polaków.

Dodajmy, że 7 procent gospodarstw ma jednak problem z terminowym opłacaniem swoich rachunków i rat kredytów – wynika to z najnowszego badania, które przeprowadził Kantar dla firmy Kruk SA.

– Z naszego najnowszego badania wynika, że 28 proc. Polaków w czasie pandemii odnotowało pogorszenie sytuacji finansowej w swoim gospodarstwie domowym. Natomiast 6 proc. wskazało, że ich sytuacja w tym okresie wręcz się poprawiła. Zdecydowana większość Polaków wskazywała jednak, że ich sytuacja finansowa jest stabilna i w zasadzie nie zmieniła się w porównaniu z okresem przedpandemicznym – mówi Agnieszka Salach, rzeczniczka prasowa Kruk SA.

Z badania przeprowadzonego w październiku br. przez Kantar dla Kruk SA wynika, że 62 proc. polskich gospodarstw domowych nie odczuło wpływu COVID-19 na swoje budżety. Wśród 6 proc., które odczuły poprawę, naj-

częściej dostrzegają ją osoby posiadające troje lub więcej dzieci (17 proc.) lub te, które prowadzą własną działalność gospodarczą (15 proc.). Z kolei na pogorszenie sytuacji najczęściej wskazywały osoby z mniejszych miast, liczących do 100 tys. mieszkańców (34 proc. wskazań), oraz zatrudnione w konkretnych branżach: usługowej (38 proc.), przemysłowej (29 proc.) i budowlanej (29 proc.).

– Są oczywiście także branże, które poradziły sobie dużo lepiej. Jest to głównie branża medyczna oraz sektor związany z administracją publiczną – mówi Agnieszka Salach.

Z badania przeprowadzonego dla Kruk SA wynika, że najczęstszym powodem pogorszenia sytuacji finansowej polskich gospodarstw domowych w czasie pandemii był wzrost wydatków, na który przełożyła się wysoka inflacja. Na ten czynnik wskazało aż 57 proc. badanych. Z kolei dla 25 proc. gorsza sytuacja była spowodowana obniżką wynagrodzenia, a 16 proc.



Fot. Newseria.pl
– Doskonale wiemy, że jest to droga, która może prowadzić do tzw. spirali zadłużenia – przestrzega Agnieszka Salach

wskazywało na zamknięcie swojego miejsca pracy w związku z obostrzeniami.

Mimo to 82 proc. gospodarstw domowych zadeklarowało, że dobrze radzi sobie ze spłatą swoich zobowiązań i w terminie opłaca rachunki, raty kredytów etc. W przeciwną sytuację jest 7 proc. badanych, u których wystąpiły z tym problemy.

– Co istotne, 39 proc. spośród tych 7 proc. to osoby, które w pandemii z problemem zadłużenia zetknęły się po raz pierwszy – podkreśla rzeczniczka firmy Kruk.

Jak wskazuje, spóźnienia w terminowym regulowaniu rachunków i opłat niekorzystnie dotyczą tych gospodarstw domowych, których sytuacja finansowa pogorszy-

ła się w pandemii. 30 proc. z nich zadeklarowało spadek poziomu oszczędności, co może sugerować, że część osób korzysta z wcześniej zgromadzonych środków, aby płacić rachunki w terminie.

– Co ciekawe, 4 proc. Polaków zadeklarowało, że przed pandemią zmagало się z problemem zadłużenia, zaległymi opłatami za różnego rodzaju zobowiązania. Natomiast w tym momencie tego problemu nie mają – mówi Agnieszka Salach.

Statystyki pokazują, że opóźnienia w płatnościach zwykle dotyczą najbardziej podstawowych rachunków: za czynsz (34 proc.), prąd (28 proc.) czy gaz (22 proc.). Blisko co trzecia osoba wskazała też na trudności z terminową opłatą rachunku za telefon, a co piąta – ze spłatą raty pożyczki. Z kolei 11 proc. gospodarstw domowych, które obecnie mają długi, wskazało, że ma problemy z terminowym płaceniem rat kredytu hipotecznego.

– Ponad 40 proc. badanych uważa, że w długi może popaść każdy i jest to prawda. Warto jednak pamiętać, że odpowiedzialność za decyzję, co zrobić z takim zadłużeniem, stoi po stronie osoby, która je posiada. Najważniejsze jest to, żeby nie chować głowy w piasek, otwierać korespondencję, czytać, weryfikować, kontaktować się z wierzycielem i negocjować warunki spłaty zadłużenia w ratach – mówi rzeczniczka.

W październikowym badaniu Kantar zapytał Polaków również o to, jakiej pomocy potrzebują, żeby poradzić sobie z zaległościami finansowymi. Większość oczekuje po prostu rady (43 proc.) albo zmotywowania (29 proc.) do spłaty zadłużenia, choć średnio co czwarty badany wskazał też na konieczność zaciągnięcia kolejnej pożyczki na uregulowanie poprzednich.

– Doskonale wiemy, że jest to droga, która może prowadzić do tzw. spirali zadłużenia – przestrzega Agnieszka Salach.

Informacja Newseria.pl

CO PIĄTEGO POLAKA NIE BĘDZIE STAĆ NA WYDATKI W ŚWIĘTA

Boże Narodzenie będzie oszczędne. Co piątego Polaka nie będzie stać na wszystkie tradycyjne wydatki. Pandemia sprawiła, że większość Polaków musi zaciskać pasa.

Na święta Bożego Narodzenia Polacy wydadzą o ponad połowę mniej niż jeszcze przed pandemią – tak wynika z Barometru Providenta. W tym roku na gwiazdkę przeznaczymy średnio 950 zł, nieznacznie więcej niż w 2020 roku.

Co piąta osoba przyznaje, że nie będzie jej stać na wszystkie świąteczne wydatki, blisko połowa kupi wszystkie potrzebne rzeczy, ale wybierze te najtańsze. Prezentu pod choinkę spodziewa się prawie 60 proc. Polaków. O ile przed pandemią woleliśmy bardziej osobiste upominki, o tyle teraz najbardziej pożądanym prezentem są pieniądze lub bony na zakupy.

– W ramach tegorocznego świątecznego badania Barometr Providenta zadaliśmy Polakom pytanie dotyczące wydatków, jakie planują ponieść na zbliżające się święta

Bożego Narodzenia. Okazuje się, że większość Polaków planuje wydać na ten cel w tym roku około 950 zł. Jest to kwota około 200 zł wyższa, niż to było w roku poprzednim, natomiast wciąż sporo niższa, niż była w czasach przedpandemicznych – mówi Karolina Łuczak, rzeczniczka prasowa Provident Polska.

W 2019 roku na gwiazdkę przeznaczaliśmy ok. 1,7 tys. zł. W tegorocznych deklaracjach bardziej oszczędne są panie, które planują wydać ok. 902 zł. U panów jest to średnio nieco ponad 1 tys. zł. Co istotne, w tegorocznej edycji badania połowa respondentów świątecznego Barometru Providenta, który zawsze przeprowadzany jest na przełomie października i listopada, nie potrafi oszacować, ile będzie kosztować gwiazdka.

Pandemia sprawiła, że większość Polaków musi zaciskać

pasa. Dlatego co piąta osoba przyznaje, że w tym roku nie będzie jej stać na zakup wszystkich tradycyjnych produktów świątecznych (częściej kobiety). Niemal połowa (45 proc.), choć kupi wszystkie potrzebne rzeczy, to wybierze te najtańsze. Tylko co 10. Polak nie będzie się liczył z kosztami.

– Na święta zdecydowanie najmniej wydają osoby najmłodsze, między 25. a 35. rokiem życia, najwięcej natomiast osoby między 35. a 44. rokiem życia. Najmniej na święta, i to jest zaskakujące, wydają mieszkańcy największych miejscowości, najczęściej natomiast mieszkańcy wsi oraz najmniejszych miejscowości – wylicza Karolina Łuczak.

Zdecydowana większość konsumentów sfinansuje święta z bieżących dochodów, a co czwarty sięgnie po oszczędności. Do planowania

świątecznego budżetu ostrożnie podchodzą osoby w wieku 55+. Niemal co czwarta z nich ocenia, że zrezygnuje z niektórych świątecznych wydatków. Niechętnie naruszają bowiem swoje oszczędności. Bardziej beztrudno do kwestii finansów podchodzą młodszy. Niemal połowa osób w wieku 18–24 lata ze względu na gwiazdkę naruszy swoją poduszkę finansową.

Prezentów oczekuje ok. 60 proc. Polaków – co piąty jest przekonany, że znajdzie coś pod choinkę, a kolejne 37 proc. raczej się tego spodziewa. Jeszcze w 2018 czy 2019 roku ten odsetek sięgał 80 proc.

– Zwykle oczekujemy pieniędzy oraz voucherów, bonów zakupowych. Spośród materialnych dóbr mężczyźni otrzymaliby elektronikę, kobiety natomiast kosmetyki bądź biżuterię – wymienia rzeczniczka.

Bardziej praktyczne są panie – odsetek kobiet, które chciały otrzymać w prezencie pieniądze lub bony, jest wyższy o 3,5 pp. od odsetka deklarujących tak mężczyźni. Popularne są także kosmetyki i perfumy (12,3 proc.), książki (10,3 proc.), elektronika (10,2 proc.), ubrania (9,7 proc.) oraz biżuteria (8,2 proc.).

Niemal 40 proc. badanych poszukiwania świątecznych

prezentów zacznie kilka tygodni przed Bożym Narodzeniem. Blisko 17 proc. prezenty kompletuje w ciągu roku, w tej grupie dominują kobiety.

– Również 17 proc. badanych, i to są głównie mężczyźni, zakup prezentów planuje zostawić na ostatnią chwilę, na kilka dni przed wigilią lub nawet na samą wigilię – mówi Karolina Łuczak.

Informacja Newseria.pl

REKLAMA

GARAŻE BLASZANE, DREWNOPODOBNE, HALE, MAGAZYNY, KOJCE DLA PSÓW

MOCNA KONSTRUKCJA – OCYNKI!

TYLKO U NAS WZMOCNIONY TRAPEZ BLACHY!

509-038-426 / 696-753-588 / 23 680 32 01

KRÓTKIE TERMINY

TRANSPORT, MONTAŻ GRATIS

KSIEŻNICZKI DISNEYA TO IDIOTKI?

Fikcyjne postacie z dziecięcych bajek — choć nie istnieją naprawdę, wywierają realny wpływ na rzeczywistość. Często bowiem, w sposób zupełnie nieświadomy, czerpiemy od nich wzorce myślenia i postępowania. Czy zawsze są pozytywne?

W wieku pięciu lat byłem absolutnym fanem Gumisiów — wspomnia Marcin. — Najbardziej lubiłem starszka Zamiego, czarownika i strażnika Wielkiej Księgi Gumisiów. Chciałem mieć taką księgę, by zapisywać w niej różne zaklęcia.

Tak narodziła się jego pasja do opasłych książek.

— Gdy miałem sześć lat, przeczytałem całego Tolkiena. Rok później sagę o Wiedźminie. Interesowałem się też naukami ścisłymi. Wypisywałem na karteczkach ciekawostki z encyklopedii i nosiłem je wszędzie ze sobą, jak gumiś Zami — śmieje się.

W szkole Marcin zwyciężał w olimpiadach przedmiotowych. — Ostatecznie nie zrobiłem kariery naukowca, choć studia skończyłem. Jestem jednak wdzięczny Gumisiom. Ta kreskówka to źródło wielu cennych wartości, które przodają się w życiu — przyznaje.

PROGRAMOWANIE UMYSŁÓW

W dzieciństwie swoją ulubioną bajkę miała również Wioleta Bykowska, malarka oraz fotografka.

— Fascynowała mnie główna bohaterka „Małej syrenki”. Postać, którą można odebrać jako dobrą, pomocną, delikatną i uczuciową, a także szaloną i upartą — opisuje. — Nie mogłam się doczekać kolejnych odcinków tej animacji. Znajomi, patrząc na mnie przez pryzmat czasu, twierdzą, że przejęłam pewne jej cechy. Jako dziecko nie do końca to rozumiałam. Dopiero jako dorosła osoba zaczęłam zdawać sobie sprawę z tego, w jaki sposób bajki kształtują charakter, jak wpływają na rozwój osobowości i jak ważne są wzorce, z jakimi dziecko obcuje. Różne schematy zachowań pokazywane w bajkach to sposób programowania umysłów — przestrzega. — Byłam rozczarowana kiedy dowiedziałam się o przekazach podprogowych zamieszczanych w „Małej syrence” — dodaje.

ŻONY ALKOHOOLIKÓW

Debata o szkodliwości niektórych bajek toczą się od lat. Przykładem mogą być

kontrowersje, jakie narosły wokół tzw. księżniczek Disneya. Zdaniem krytyków te bohaterki promują wypaczone przekonania na temat relacji międzyludzkich i roli kobiety w społeczeństwie. Głos w tej dyskusji zabrała swego czasu Aleksandra Radomska, twórczyni bloga „Mam Wątpliwość”. W głośnym filmie „Księżniczki to idiotki” blogerka odniosła się do kilku postaci, które odegrały ważną rolę w jej życiu, gdy była dziewczynką.

— „Piękna i Bestia” odbiła się głębokim piętnem na mojej psychice — nie kryje. — Zastanówmy się, dlaczego większość tych bajek kończy się, kiedy oni się w sobie zakochują i podejmują decyzję o ślubie? Ciężko byłoby dalej pociągnąć tę historię i uwierzyć, że Bestia naprawdę się zmienił. Bajki są z założenia naiwne.

— Wiele dziewczyn wierzy w to, że jak spotka na swojej drodze niedobrego chłopca, to miłość go zmieni — zauważa blogerka. — I taki Sebix może bije kolegów, ale na pewno nie będzie bił jej. Ona jest inna, ona go zmieni. Chciałam tylko przypomnieć, że to jest pierwszy wstęp do samobójstwa. Podobnie myślą żony alkoholików, którzy już przed ślubem zdradzali swoje skłonności. Tkwią one w tych toksycznych związkach, cierpią z powodu współzależnienia, latami nie potrafią się wyplątać, krzywdząc swoje dzieci.

Radomska wzięła pod lupę również Królową Śnieżkę.

— Przegnano ją do lasu, gdzie znalazła chatę. Siedmiu typów, w zamian za to, żeby ona mogła z nimi zamieszkać, pozwolili jej sobie usługiwać, gotować i sprzątać. Jak można nazywać to przyjaźnią? — pyta.

— W tych bajkach najbardziej wkurza mnie ta prosta dychotomia. Dobro jest śliczne, szczuplutkie, naiwne, bierne i infantylne. A zło cwałe, chytne, podstępne i inteligentne — burzy się blogerka.

WSZYSTKO JEST WZGLĘDNE

Problemem nie są bajki, tylko sposób w jaki je interpretujemy. A tych interpretacji można tworzyć nieskończenie wiele. Tak twierdzi lite-



Walt Disney

raturonawca prof. dr hab. Iryna Betko.

— Tekst kulturowy, określany mianem bajki czy też baśni, ma wiele odmian gatunkowych — zauważa. — Wyróżniamy m.in. bajkę magiczną, genetycznie związaną z mitem, bajkę o zwierzętach, kumulacyjną, czy też anegdotę bajkową. Wszystko to decyduje o niesłabnącej popularności narracji bajkowo-baśniowych. Stają się one obiektem różnego rodzaju analiz, nie tylko naukowych, lecz także artystycznych, czy ideologicznych. Niektóre z tych interpretacji są bardzo odważne, jako że stanowią

przykład dogłębnej dekonstrukcji tekstu pierwotnego. Tutaj dobrą ilustrację stanowią analizy baśni o Pięknej i Bestii, Królowie Śnieżce, Syrence i Kopciuszku, jakie zaproponowała blogerka Aleksandra Radomska. Generalnie każdy autor ma prawo do nietypowej, a nawet kontrowersyjnej, interpretacji tradycyjnych historii bajkowych.

Czy jednak blogerka nie miała trochę racji?

— Zasadniczy wpływ baśni na świadomość jednostki nie daje się określić w sposób jednoznaczny — odpowiada prof. Betko. — Może być po-

zytywny, negatywny, ale też neutralny. Wiele zależy od tego, czy odbiorca czyta ten przekaz dosłownie, czy też ma dystans i traktuje go jako pewną przenośnię.

ODWROTNA KORELACJA

A może przeceniamy siłę oddziaływania bajek na wyobraźnię dziecka? Na taką ewentualność wskazuje jeden z internautów na forumzoterika.ru w wątku poświęconym psychomanipulacji.

— Nie wydaje mi się, żeby bohaterowie bajek mieli większy wpływ na kształt naszej osobowości — utrzymuje forumowicz. — Nawet jeśli są to dla nas postacie ważne, postacie z którymi się utożsamiamy. W tym przypadku mamy do czynienia z odwrotną korelacją. Oglądanie wesołych kreskówek nie czyni nas wesołymi. Przeciwnie, przyciągają nas postacie pogodne, gdy sami z natury jesteśmy osobami pogodnymi.

Z całego dorobku kultury dobieramy sobie takie treści, które współgrają z naszym światem wewnętrznym.

— Czujemy sympatię do konkretnego bohatera, bo jest on w jakiś sposób nam pokrewny. Albo też posiada cechy, jakie sami chcielibyśmy mieć. Odpowiada więc pewnym potrzebom posiadanym już wcześniej — przekonuje internauta. — Poza tym, dana bajka może być naszą ulubioną niekoniecznie ze względu na głównych bohaterów. Czasem podoba nam się świat przedstawiony, czasem fabuła, czasem po prostu kunszt rysownika. Nie każde dziecko utożsamia się z bohaterami kreskówek — akcentuje.

ZASADY BEZPIECZEŃSTWA

Treści bajek nie są jednak obojętne dla kształtującego się umysłu.

— Właściwie każda bajka, nawet najbardziej niewinna, może sprowokować dziecko do działań potencjalnie ryzykownych — informuje Marina Kuzniecowa, pedagog wczesnoszkolny.

Nie oznacza to, że należy zabraniać oglądania bajek.

— Takie działanie przyniosłoby więcej szkody niż pożytku — zastrzega specjalistka. — Dziecko będzie popełniać błędy tak czy siak. My dorośli

również je popełniamy. Ważne, by przeciwdziałać takim, które wiążą się z poważnymi konsekwencjami.

Jak to zrobić?

— Myślę, że absolutną podstawą jest budowanie w relacjach z dzieckiem atmosfery wzajemnego zaufania i zrozumienia — tłumaczy pedagog. — Dzięki bliskiej relacji wyraźniej dostrzeżemy to, co dzieje się w głowie dziecka. Wówczas łatwiej nam zareagować, gdy zauważymy coś niepokojącego.

Istnieją też ogólne zasady bezpieczeństwa.

— Na pewno nie należy zmuszać naszych pociech do oglądania lub czytania bajek, za którymi nie przypadają. Nawet jeśli są to materiały mądre i pouczające. Treści prezentowane dzieciom muszą też być dostosowane do ich wieku. Jak wiadomo, nie każda animacja jest dla dzieci — przypomina pedagog.

Warto też monitorować ilość czasu, jaki najmłodszy poświęca na komputer i telewizję. Dzieci do 3 roku życia w ogóle nie powinny korzystać z tych urządzeń — radzą eksperci. Te starsze, od 3 do 7 lat, mogą poświęcać na to do 30 minut dziennie. Natomiast dzieci w wieku od 7 do 12 lat maksymalnie godzinę.

— Zachęcamy też dzieciaki do sięgania po różne bajki, nie tylko te od Disneya. A więc po produkcje japońskie, czeskie, polskie, czy rosyjskie. To poszerzy ich horyzonty — tłumaczy specjalistka.

PAWEŁ SNOPOKOW

Postacie z bajek mają swoje międzynarodowe święto, które przypada 5 listopada, w rocznicę urodzin Walta Disney'a, aktora, producenta filmowego, wizjonera i filantropa. Disney Zdobyl rekordową liczbę 59 nominacji do Oscarów i rekordową liczbę statuetek — 26, siedmiokrotnie zdobył Nagrodę Emmy. Z bratem, Royem Oliverem Disneyem, założyli przedsiębiorstwo Walt Disney Productions, znaną obecnie pod nazwą The Walt Disney Company. Jest twórcą takich postaci jak Myszka Miki (pod którą początkowo sam podkładał głos), pies Pluto czy Kaczor Donald. W 1955 założył pierwszy park rozrywki Disneyland.

KOBIETY NIEPODLEGŁOŚCI

Historię piszą zwycięzcy i, nie ma co się oszukiwać, robią to męską ręką. Pewnie dlatego niektórym zdarza się zapominać, że nie ma niepodległości bez kobiet. A te, o których chcemy przypomnieć, tę niepodległość mają... w sobie.

Obchodzimy 103-lecie odzyskania niepodległości przez Polskę. Bohaterami odzyskiwania wolności są głównie mężczyźni. Sprawdzamy, dlaczego brakuje kobiet w tych opowieściach.

PIŁSUDSKI, PIŁSUDSKIE I INNE KOBIETY

Gdyby odzyskana przez Polskę w 1918 roku niepodległość miała mieć twarz, to pewnie dla wielu osób byłaby to twarz Józefa Piłsudskiego. Warto jednak pamiętać, że w różnych okresach życia (zarówno prywatnego, jak i publicznego) u jego boku nie tylko stały, ale i dzielnie go wspierały dwie kobiety, jego żony: Maria i Aleksandra. Ta pierwsza, zapamiętana jako „piękna pani” z PPS, o względy której Piłsudski walczył z Romanem Dmowskim, zapewniała mu ponoć względy socjalistów. I po wielokroć udowadniała, że bohaterstwo okazuje się nie tylko na polu walki. To dlatego milczała, kiedy ją przesłuchiowano i wtedy, kiedy kolportowała zakazane pisma, a od ich ciężaru gorset ranil jej ciało.

Aleksandra Piłsudska (z d. Szczerbińska), druga żona marszałka, dała z kolei wyraz swojej patriotycznej postawie, biorąc np. udział w akcjach bojowych. Współtworzyła też Towarzystwo Opieki nad Więźniami Politycznymi. Po wybuchu I wojny światowej wstąpiła do Legionów Polskich, była też komendantką kurierów legionowych. Po rozwiązaniu oddziału działała w konspiracji. Przechowywała broń i przewoziła literaturę.

Piłsudski był ponoć świadomy tego, ile zawdzięcza kobietom, ale jego decyzje nie zawsze były tego dowodem. Historyk Kamil Janicki w wywiadzie, którego udzielił portalowi „Alateia”, przypomina niechlubne działania marszałka w stosunku do kobiet: „Wyrzucił je z armii, a wcześniej zamknął im drogę do związków strzeleckich, by – jak sam stwierdzi – nie ośmieszać swoich organizacji. Wcale też nie chciał zgodzić się na równouprawnienie kobiet. Twierdził, że te nie będą w stanie z niego skorzystać, że nie dojrzały do wolności. Dekret w tej sprawie podpisał tylko dlatego, że postawiono go pod ścianą”.

Pod wspomnianą ścianą Piłsudski znalazł się m.in. za sprawą Marii Dulębianki. Dziś najwięcej emocji w kontekście jej nazwiska wzbudza fakt, że przez dwie dekady była partnerką Marii Konopnickiej, ale to właśnie Dulębianka jest jedną z tych osób, które należy wspominać, gdy mowa o prawach wyborczych dla kobiet. Jej artystyczna dusza (była malarką) szła wparze z konsekwencją, a może i uporem. To te cechy, w połączeniu z poczuciem odpowiedzialności za naród, każyły jej m.in. wystartować – z sukcesem! – w wyborach do sejmiku galicyjskiego z ramienia Komitetu Równouprawnienia Kobiet. Mandatu nie dostała. Bo była kobietą. Nie bała się głoszenia swoich niepopularnych poglądów. I dlatego zachęcała do współpracy z Ukraińcami, i w czynny sposób włączyła się w obronę Lwowa. Nie zdążyła się nacieszyć prawami wyborczymi dla kobiet, choć walczyła o nie poświęciła znaczną część swojego życia. Zmarła w 1919 roku, a jej pogrzeb, tak jak i życie, stał się manifestacją polityczną.

SERCEM I ORZĘDEM

Kobiety o niepodległość walczyły nie tylko za czasów Piłsudskiego, ale i dużo wcześniej. Jedną z najbardziej rozpoznawalnych uczestniczek powstania listopadowego i – właściwie patriotyczną legendą na miarę Joanny d'Arc – była Emilia Plater.

Do walki narodowowyzwoleńczej stanęła w męskim stroju i z obciętymi włosami. To ona, wspólnie z przyjaciółką Marią Prószyńską, stworzyła kilkusetosobowy powstańczy oddział. Później na polu walk poznała i inną towarzyszkę broni, Marię Raszanowiczównę.

Bohaterską postawę Emilii docenił m.in. gen. Dezydery Chłapowski, który przyznał jej honorowy stopień kapitana, a potem i dowództwo 1. kompanii 1. Pułku Piechoty Litewskiej. Adam Mickiewicz, upamiętniając ją w swoim wierszu, przyznawał: „Wódz to był wielkiej mocy i sławy”.

Swoją „wielką moc” kobiety okazywały, włączając się w walkę na różne sposoby. Były na przykład łączniczkami, jak Anna Giedroń, która



Aleksandra Piłsudska (1882-1963)

do powstania styczniowego poszła... za swoimi braćmi. Tajemnicza fotografia łączniczki Zygmunta Sierakowskiego pojawiła się w Muzeum Warmii i Mazur za sprawą rodziny przybyłej z Wilna do Olsztyna po II wojnie światowej. Pisaliśmy o historii jej fotografii kilka lat temu w „Gazecie Olsztyńskiej”. Bratanek Anny wspominał ciotkę: „przeżyła wszystko i doczekała się wymarzonej chwili oglądania odrodzonej ojczyzny”.

Zaangażowanie kobiet było bardziej różnorodne niż to, które im się czasem przypisuje. Nie były wyłącznie pielęgniarkami i sanitariuszkami opatrującymi obolałe od walk męskie ciała. W walce o wolność ojczyzny kobiety gotowe były przybrać każdą rolę, nawet męską, bo wspomnieć można choćby o Wandzie Gertz, która w Legionach Polskich pojawiła się jako Kazimierz Żuchowicz.

Nie wszystkie kobiety, tak jak i nie wszyscy mężczyźni, chwytały za broń, kiedy przychodził czas na walkę. Nie oznacza to jednak, że nie toczyły swoich bitew. Niektóre z wpływowych kobiet wykorzystywały na przykład swoją pozycję, by mówić o problemach, z jakimi borykają się rodacy pod zaborami, a ich głos docierał w różne zakątki świata.

Tak było choćby w przypadku Heleny Modrzejewskiej, sławnej aktorki, która na

SWOJĄ „WIELKĄ MOC” KOBIETY OKAZYWAŁY, WŁĄCZAJĄC SIĘ W WALKĘ NA RÓŻNE SPOSOBY.

Kongresie Kobiet w Chicago w 1893 r. wygłosiła przemówienie o silnym zabarwieniu patriotycznym, i, co za tym idzie, również silnym przesłaniu antycarskim. Wiele tym ryzykowała. Konsekwencje przyszły niemal natychmiast, bo odmówiono jej prawa wjazdu do Rosji.

Czasem bronią w rękach kobiet stawało się pióro. Jego ostrze bywało wymierzone w niesprawiedliwość społeczną czy postawę zaborców, a to nie tylko budowało wspólnotę, ale i uwrażliwiała. Twórczość Marii Konopnickiej, skierowana często do najmłodszych, miała służyć nie tylko „pokrzepieniu serc”, ale i ocaleniu od zapomnienia. Eliza Orzeszkowa występowała z kolei w obronie równouprawnienia kobiet i mężczyzn, widząc w tym szansę na odbudowę ojczyzny. Polacy, niezależnie

od płci, mieli być równie dobrze wykształceni i równie dobrze wykonywać swoją pracę, w której powinni być też podobnie traktowani.

(...) Wiele kobiet pozostaje dzisiaj bezimiennymi bohaterkami swoich czasów, a to one wychowywały najmłodsze pokolenia Polaków (świadomych swojego pochodzenia) nie tylko w rodzinnych domach, ale i szkołach.

SOLIDARNOŚĆ KOBIET TO NIE HISTORIA

Polacy o niepodległość upominali się jeszcze przez wiele lat po 11 listopada 1918 roku. Bo na prawdziwą wolność przyszło nam czekać do 1989 roku. Zanim jednak przyszły pierwsze wybory, ważną była postawa kobiet Solidarności.

Zaczęło się, symbolicznie, od Anny Walentynowicz. Przez lata narażała się towarzyszom na różne sposoby. A to chciała wiedzieć, co się stało z pieniędzmi z funduszu zapomogowego, a to przygotowywała posiłki protestującym. W końcu się doigrała. Zwolniono ją z pracy. A kiedy po trzech dniach strajków Lech Wałęsa wynegocjował jej powrót do pracy i podwyżki dla pracowników, protesty miały ucichnąć. Nie ucichły jednak kobiety. Dzięki namowom Anny Walentynowicz, Aliny Pienkowskiej, Ewy Ossowskiej i Henryki Krzywonos (źródła nie są zgodne, czy była tam Krzywonos czy Ossowska), stoczniońscy nie wrócili do pracy.

Sama Walentynowicz po wprowadzeniu stanu wojennego, trafiła m.in. do Gołdapi. Przebywała tu w odosobnieniu na początku 1982 roku. Jak skończyły się strajki, wszyscy wiemy. Ten „tramwaj” dalej nie pojechał, a koniec komunizmu obwieściła kilka lat później w telewizji Joanna Szczepkowska. I tylko szkoda, że potrzeba było niemal kolejnych trzech dekadach, by częściej zaczęto mówić o roli, jaką kobiety odegrały w Solidarności.

ZAWSZE NIEPODLEGŁE

Jeśli jest coś, co łączy wszystkie polskie noblistki, to niezależność i właśnie ta, metaforycznie rozumiana, niepodległość, którą mają w sobie.

Maria Skłodowska-Curie, która przez niemal całe dorosłe życie mieszkała we Francji, sprawę polskiej niepodległości traktowała bardzo poważnie. Po skończonych na Sorbonie studiach próbowała znaleźć pracę w Polsce.

Chciała wrócić, ale nie miała ku temu szans. Władze Uniwersytetu Jagiellońskiego nie widziały dla niej miejsca. O kraju nie zapomniła. I nie chodzi tylko o to, że wynaleziony przez nią pierwiastek został nazwany na cześć jej ojczyzny – polon. Okazuje się bowiem, że rodzimych naukowców wspierała, przysyłając im dość regularnie doniesienia z postępów prac. W ten sposób polscy uczeni mogli być na bieżąco z tym, co działo się w światowej fizyce. To ona też zdobyła dla Polski gram odkrytego przez siebie radu i przekazała go w 1932 roku otwartemu właśnie Instytutowi Radowemu w Warszawie.

W czasie wojny, narażając swoje życie, razem z córką tworzyła mobilne punkty rentgenowskie. Przyznawała, że nie mogąc nic zrobić dla swojej ojczyzny, zaangażuje się w sprawę ojczyzny przybranej. Jej praca przyczyniła się do uratowania zdrowia wielu żołnierzy.

Wisława Szymborska po otrzymaniu Nobla musiała ponosić odpowiedzialność za swój ideologiczny i artystyczny romans z komunizmem. Błędów się nie wypierała. Być może właśnie dlatego, że przyznawała sobie prawo do myślenia. Choćby to myślenie miało być obarczone naiwnością i pomysłami, z którymi później nie chciała mieć nic wspólnego: „sposób, w jaki wtedy chciałam zbawiać ludzkość, okazał się najfalszywszy na świecie” – powiedziała w jednym z wywiadów.

Noblistka Olga Tokarczuk również ma w sobie ten pierwiastek wolności, który rozwiązuje jej usta, kiedy dzieje się coś, z czym się nie zgadza. Krytyczne nastawienie do świata nie idzie jednak wparze z tzw. krytykanctwem. Autorka odnajduje w naszej kulturze to, co swoiste i to, co uniwersalne. I nie daje się włączyć do żadnego chóru. Bycie solistką wychodzi jej dobrze.

DARIA BRUSZEWSKA-PRZYTYŁA, BB

PRACA

BOSMANA do firmy czarterowej Wilkasy. 600-202-436

FIRMA AN-ELEC Sp. z o.o. poszukuje elektryków do pracy za granicą - Niemcy, Holandia, Szwecja. Zapewniamy zakwaterowanie, oraz transport. Stawki 60-85zł/h. Kontakt: 601-225-758, praca@an-elec.pl

FIRMA Polamp Sp. z o.o. poszukuje pracownika do produkcji dekoracji świątecznych. Praca sezonowa z możliwością zatrudnienia. Nr kontaktowy 604971794/ 87-444-04-00, e-mail: praca@polamp.com

POSZUKUJĘ do pracy brukarzy i pomocników z doświadczeniem, 690188885

POSZUKUJĘ opiekunki do osoby starszej. 500-168-318

PRACA DLA OPIEKUNÓW OSÓB STARSZYCH W NIEMCZECH, ZAROBKI DO 1800 EURO NETTO, PREMIA ŚWIĄTECZNA DO 300 EURO tel. 501-409-214

TECHNIKA farmacji zatrudni. Apteka VIOLA w Rynie tel. 605-440-671 e-mail luryrn@poczta.fm

ZATRUDNIĘ emeryta do prac ogrodowych. 602-715-753

ZATRUDNIĘ kierowcę z uprawnieniami na samochód ciężarowy. Praca na miejscu. Umowa o pracę na cały lub część etatu (do uzgodnienia). tel. 507-049-241, 87-429-95-35

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

SPRZEDAM

CHOINKI ŚWIERKOWE naturalne, świerk pospolity, srebrny cięty lub kopany- dużo tanio sprzedam. Pokrzydowo 98 i Brodnica ul.Sikorskiego 47, tel.606-381-127, tel.56-498-59-97

DREWNO opałowe, Nidzica, 508-622-314

EKO-GĘSI, kaczki, króliki-ubite, żywe, smalec gęsi, krew, k/ Mrągowa, 507-546-052

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

NML Sprzedam rowery i kosiarki spalinowe od 250zł, odkurzacze od 180zł, pilarkę spalinową ALKO 370zł, krzesła tapicerowane od 20zł, gotębie ozdobne Pawie od 50zł, 509-347-713

SPRZEDAM drewno kominkowe opałowe, kostka sosnowa, transport, 511 989 755

SPRZEDAM: lodówkę Samsung-RB31FRNBSA, panel sterowania, zamrażalnik-98l., 181x60x67cm, stan idealny, 502-602-156

KUPIĘ

KUPIĘ motorower Simson, WSK, motorynka mogą być niesprawne. 505-431-881

NIERUCHOMOŚCI

I-KANCELARIA NIERUCHOMOŚCI GUTKOWSKI; od XXw. Obsługujemy Rynek Krajowy SPRZEDAŻ-KUPNO-WYNAJEM, Itawa-Niepodległości 8, www.gutkowski-nieruchomosci.pl, tel./fax. 89/649-31-19, 604-222-552

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

KUPIĘ ziemię rolną. 570-982-800

LOKAL do wynajęcia 47,6m2, ul.Smętka 21, Giżycko. 693-100-605

MIESZKANIE 17m2 do wynajęcia długoterminowo Giżycko. 885-346-885

MIESZKANIE 4- pokojowe w centrum Giżycka- sprzedam. 601-056-195

MIESZKANIE 51m2 przy ul.Okrzei 1 w Giżycku do wynajęcia. Odstępne 1000zł+ opłaty. 662-645-907

NML BISKUPIEC- Kawalerka do wynajęcia, 502-052-138

NML Sprzedam lub wynajmę powierzchnię magazynową o pow. 460m2 pod hurtownię lub inną działalność gospodarczą wraz z utwardzonym parkingiem w Nowym Mieście Lubawskim, 3000zł+ media, 782-506-555

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

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

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

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL, 503-103-703

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

AUTO-MOTO

!!!! Auto moto części Jacek Duszyński, ul. Kościuszki 14, 87/732-44-03, 784-246-665

! Pomoc drogowa 24h. 602-592-793

! Skup aut- całe, uszkodzone. Osobowe, dostawcze! 539-318-188

AUTOKASACJA, skup aut. 506-270-521

LAWETA, wynajmę- transport. 602-592-793

OPONY nowe, używane, bieżnikowane; felgi- duży wybór. Wulkanizacja. Obwodowa 3 (były POM). 87/428-77-47, 602-592-793

POMOC drogowa 24h. 602-592-793

SAMOCZODY używane- skup, sprzedaż, komis, zamiana, al. 1-go Maja 17, Giżycko, Czynne 10:00- 18:00, 698-672-856, czarek@pindur.pl; pindur.otomoto.pl

SKUP aut- atrakcyjne ceny! 516-368-453

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

USŁUGI

!! Kompleksowe remonty mieszkań, lokali, łazienki. 605-892-429

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

! Remonty mieszkań, sufity napinane, płytki, dekoracje, malowanie, elewacje, itp. 790-727-016.

CYKLINOWANIE podłogi + schody, 507-306-262

GLAZURA, terakota. Tel.885-505-570

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

PRZEPROWADZKA- „absolutnie tanio, noszenie. 504-124-110

PRZEPROWADZKA- „absolutnie” tanio, noszenie. 504-229-798

REMONTY, wykończenia, podwykonawstwo, 731-662-038, 600-347-128.

SPRZĄTANIE strychów, posesji, garaży, piwnic, wywóz niepotrzebnych rzeczy. 504-229-798

SZCIE kołder, 665-434-450

TRANSPORT- „absolutnie tanio, przeprowadzka, noszenie. 504-124-110

TRANSPORT- „absolutnie tanio. 504-124-110

TRANSPORT- „absolutnie” tanio, przeprowadzka, noszenie. „ASTRA”, 504-229-798

TRANSPORT- „absolutnie” tanio. 504-229-798

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

TYNKI maszynowe. 514-767-572

USŁUGI DEKARSKO- BLACHARSKIE Piotr Zawacki tel.888-373-282.

USŁUGI hydrauliczne, 508-491-711

UTYLIZACJA, zdejmowanie azbestu. 514-767-572

GARAŻE Blaszane BRAMY Garażowe KOJCE dla Psów Wiaty Kontenery
Najniższe CENY Różne wymiary Dogodne RATY Transport cały KRAJ
www.konstal-garaze.pl GARAŻE MONTAŻ AUTOMATYKA
505-526-036 WZMOCNIONE GRATIS DO BRAM
29-642-34-61 22-100-45-96 89-650-30-43 24-368-32-17
25-740-57-38 509-574-644 23-683-10-85 86-225-23-11

RÓŻNE

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

SPRZEDAM cegłę białą, czerwoną i szamotową, 606-513-447

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

NAUKA

JĘZYK ANGIELSKI KOREPE- TYCJE- wszystkie poziomy zaawansowania, przygotowanie do egzaminu maturalnego oraz ośmioklasisty, tel.507-572-218.

JĘZYK polski- korepetycje, matura. 509-141-828

ZWIERZĘTA

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

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

SPRZEDAM jałówkę wysoko- cielną, wycielenie 23 grudnia, 516 061 837

ROLNICTWO

zwierzęta hodowlane

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

BYCZKI, jałoszki sprzedam, 501-122-678

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

KUPIĘ bydło od 300 do 600kg, 692-411-362

KUPIĘ konie rzeźne i hodowlane. 880-606-980, 607-533-266

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

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

NML Cielęta sprzedam okolice Nowego Miasta Lubawskiego, 516-181-554

SPRZEDAM jałóWKi cielne HF, tel.663866446

maszyny rolnicze

NML Sprzedam agregat siewny, pług 3 skibowy lub 4 skibowy Grudziądzki, 889-642-512

SPRZEDAM rozrzutnik obornika jednoosiowy, kosiarkę rotacyjną polską, sprawne, 797-795-672

SPRZEDAM WYCINAKI, WYBIERAKI DO KISZONEK I KUKURYDZY, PRZEWRAČARKI, BEČKOWOZY I INNE MASZYNY, 608-279-110

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

produkty rolne

SPRZEDAM jęczmień, siano, słoma bele sucha, 694-808-966

SPRZEDAM:ZBOŻA paszowe. Tel.606-505-511

LEKARZE SPECJALIŚCI

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

OD PAJĄCZKÓW DO ŻYŁAKÓW

Żyłaki nękają nas coraz częściej. Przyczyny ich powstawania nie są do końca poznane. Ale nie jest to tylko kwestia estetyki nóg — ich konsekwencje dla naszego zdrowia bywają bardzo groźne. Żyłaki mogą prowadzić choćby do owrzodzeń.

Zaczyna się od niewinnych, sino-czerwonych pajęczków na nogach i przez kilka sezonów traktuje się je jako zwyczajny defekt kosmetyczny. To drobne naczynia krwionośne, które uległy poszerzeniu, mają średnicę do 1 mm i zaczynają być widoczne przez skórę. Powstają głównie w obrębie ud oraz goleni. Czy to zawsze pewny symptom żylaków? Na tym etapie stosunkowo trudno to ocenić, bo niektóre osoby mają po prostu taką urodę, że żyły są u nich bardziej widoczne niż u innych. Pamiętajmy też, że obecność pajęczków w konkretnych miejscach na skórze wcale nie oznacza, by żyłaki miały pojawić się właśnie tam. Pajęczki mogą, ale nie muszą być wczesnym objawem żylaków. A tak w ogóle to wydolności żył lepiej nie oceniać samemu „na oko”. Trzeba wiedzieć, że istnieją różne stadia rozwoju żylaków.

Same żyłaki to natomiast poszerzone żyły położone podskórnie. I źródło wielu poważnych problemów. Powstają na skutek niewydolności żył odprowadzających krew z nóg do tułowia. Lekarze dziś uważają, że przyczyna powstawania żylaków uwarunkowana jest genetyczne. Jeżeli jeden rodzic cierpiał na żyłaki — dziedziczność tej przypadłości u kobiet wynosi aż 60 proc., natomiast u mężczyzn ok. 40 proc. Jeśli zatem mamy już do czynienia ze zmianami bardziej wypukłymi, wystającymi ponad skórę,



modelującymi ją, wówczas niemalże na pewno mamy do czynienia z żylakami. Wtedy warto, by takie zmiany ocenił już specjalista.

Powstawaniu żylaków sprzyjają również czynniki takie jak zaparcia czy otyłość. Zmiany te często ujawniają się również po ciąży. Co prawda mogą się one po czasie zmniejszyć i być mniej widoczne, jednak niekoniecznie musi się tak stać.

Choroba żylna już na wczesnym etapie rozwoju daje nam bardzo wyraźne sygnały, które powinny nas skłonić do wizyty u lekarza. Pierwszy symptom to obrzęki nóg pod koniec dnia, uczucie ciężkości nóg i uczucie niespokojnych nóg.

PRZYZYNY I PROFILAKTYKA

Przyczyny ich powstawania nie są do końca poznane. Niebagatelne znaczenie dla powstawania żylaków ma styl życia. Przede wszystkim trzeba unikać długiego stania i siedzenia: to właśnie te pozycje zwiększają prawdopodobieństwo powstania żylaków. — Wpływ może mieć nawet coś tak banalnego, jak zakładanie nogi na nogę, co często robimy bezwiednie, na nawet kilka godzin dziennie! — mówi lek. med. Krzysztof Kwiecień, chirurg naczyniowy krakowskiego Centrum Medycznego Sublimed. Stąd tak często żyłaki dotyczą stomatologów, chirurgów, pracowników przy taśmach montażowych, ekspedientki w sklepie i fryzjerów. Najkorzystniejszą dla naczyń krwionośnych pozycją jest leżenie z nogami uniesionymi w taki sposób, by kostki znajdowały się na wysokości serca. Faktycznie, trochę ciężko dopasować do takiej zawód lub zajęcie zarobkowe...

Na powstawanie żylaków wpływ mogą mieć także inne czynniki: choćby wysokie temperatury, w tym sauna, oraz sporty siłowe — najbardziej podnoszenie ciężarów. Dobrym pomysłem, by zapobiegać tym niekorzystnym zmianom w naszym układzie krwionośnym jest wszelka możliwa aktywność fizyczna. Długie spacer, fitness

w osiedlowym klubie, bieganie, pływanie — co kto lubi, byle się ruszać.

Żyłaki mogą też pojawić się u kobiet w ciąży, szczególnie w przypadku predyspozycji genetycznych. Jeśli tylko pierwsze symptomy dadzą o sobie znać — nie wolno tego problemu bagatelizować i odkładać na potem. Trzeba skonsultować się z lekarzem specjalistą i ustalić postępowanie w celu zapobiegania powstawaniu żylaków.

PROBLEM KOBIECI

Niestety, występowanie żylaków w większości dotyczy kobiet. Nie znaczy to co prawda, że mężczyźni w ogóle ich nie mają. W ich przypadku również występują, głównie w związku z wykonywaną pracą: z dźwiganiem ciężkich przedmiotów lub w przypadkach obciążenia genetycznego. Nie zmienia to jednak faktu, że u kobiet żyłaki występują 5 razy częściej niż u mężczyzn.

NIELECZONE ŻYŁAKI

To proste — prowadzą do postępowania choroby, bo nie jest to tylko problem natury estetycznej, choć faktycznie: w jej zaawansowanym stadium pojawiają się m.in. przebarwienia w okolicy kostek, zmiany w obrębie skóry, stany zapalne, stwardnienia, a także bardzo trudno gojące się owrzodzenia. Inne konsekwencje daleko rozwiniętej choroby żyłnej

jest USG żył, czyli tzw. USG dopplerowskie. Umożliwia ono sprawdzenie wydolności żył — czy nie występuje przepływ wsteczny. Jeśli występuje — jest świadectwem niewydolności zastawek żylnych. Jeśli diagnozą są niegroźne pajęczki, zaleceniem bywa prosty zabieg laserowy lub obkurczanie naczyń krwionośnych.

A JAK SIĘ ICH POZBYĆ?

Zaczynamy od zmiany stylu życia. Ktokolwiek pracuje w biurze i długie godziny spędza w pozycji siedzącej — powinien regularnie odchodzić od biurka tak, by nasze ciało zaznało choć odrobiny ruchu. Dodatkowo możemy ćwiczyć na siedząco: wystarczy, że co jakiś czas siedząc, będziemy kurczyć mięśnie łydek, np. podnosząc i opuszczając regularnie pięty. Taka czynność usprawnia krążenie żyłne. Po ewentualnej konsultacji z lekarzem możemy również wprowadzić leczenie farmakologiczne, a także stosować specjalne pończochy lub rajstopy uciskowe, które wspomagają krążenie żyłne.

A jeśli to wszystko na nie? — Pozostaje już tylko skleroteraapia — miejscowe wypełnienie żyły specjalną substancją powodującą jej zarośnięcie, a z czasem zniknięcie — tłumaczy dr Krzysztof Kwiecień. — Chirurg najczęściej wycina część żyły (miniflebektomia), ale w niektórych przypadkach konieczne jest usunięcie całej żyły odpiszczelowej. Od jakiegoś czasu można zdecydować się na metodę laserowego usuwania żylaków.

MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA



Krzyżówka klasyczna z hasłem

1		42		45		48		50		53		56		59		61		2		65		68		71
1						3					4					10		7						
5									6															
					17						9										4			
						8																		
10																		11						
		22						12																
13			44		47							14	60		63		15		67		70			
						7					18					13								
							16		52		55		58											
								23																
17	41											18								19				
			26											2										9
							20											21						
																		5						
22												23								24				
						11								21										
							25	51				57												
	29								12												20			
26		43				49							27		62			28	66		69			
						29					54							64						
									24															
30				46																				72
						32						33												
										3							25							
34										35								36						
					15															27				
						37						38												
	28																					8		
39																		40						
											6													

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 29, utworzą rozwiązanie - przysłowie:

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

POZIOMO: 1) pisemna zbiorowa prośba do władz; 2) żona brata; 3) końcowy stan konta; 4) wokół głowy świętego; 5) określony, symboliczny przedmiot; 6) rysunek wgłębny wykonany rylcem; 7) Kukulska, piosenkarka; 8) gra sportowa polegająca na rzucaniu gumowym kółkiem; 9) wynik odejmowania; 10) przychodzi do sklepu; 11) Izabela-Jaruga, zginęła w katastrofie smoleńskiej; 12) mały pojazd szynowy; 13) wyspa między M. Wschodniosyberyjskim a M. Czukockim; 14) azjatycki napój alkoholowy, o smaku anyżowym; 15) pracują w studiu telewizyjnym; 16) naklejka, etykieta; 17) zawodniczka startująca w regatach; 18) obywatel Łotwy; 19) do ciągnięcia przyczep; 20) zespół sportowy; 21) Agnieszka dla bliskich; 22) ozdoby na szyję z kolorowych szklanych paciorków; 23) wyrażenie nieprzetłumaczalne na inny język; 24) biała na brzozie; 25)

Petru lub Kalisz; 26) symbole władzy monarszej; 27) Dora, żona Picassa; 28) imię jedenastu faraonów Egiptu; 29) rzeka w środkowych Indiach, Narmada; 30) wybawiciel; 31) pralka lub karmidło; 32) miasto z grobowcem Bacha; 33) dawny mebel kuchenny; 34) Kasai, japoński skoczek narciarski; 35) odmiana esperanto; 36) wodospad ze stopni wodnych; 37) boli w kącie ust; 38) szmatka do wycierania; 39) oddział wewnętrzny w szpitalu; 40) płynie przez Kongolo

PIONOWO: 1) obszar wyżynny o płaskiej powierzchni; 2) żółte owoce z tropików; 15) potocznie projektant mody; 16) przeciwległy zenitowi; 22) góry na pograniczu Słowenii i Austrii; 27) kukła na wystawie; 41) Euro; 42) ciernisty krzew na żywopłot; 43) główne wymiary maszyny; 44) trunek

domowej roboty; 45) Harlan, autor kryminałów; 46) kołysze drzewami; 47) "szemrząca skała" nad Renem; 48) obecnie Butare, miasto w Rwandzie; 49) przeciwieństwo syntezy; 50) płótno na skrzyni ładunkowej ciężarówki; 51) drugi najwyższy szczyt Peru; 52) Armstrong, trębacz jazzowy; 53) górne części drzew; 54) japońska sztuka walki; 55) piśniowa lub chodnikowa; 56) rodzaj zapieć; 57) biały kruk, unikat; 58) wulkan na wyspie Atlasowa w Kurylach; 59) pusta przestrzeń; 60) szkolne ćwiczenia przy muzyce; 61) zderzenie na drodze; 62) dział matematyki z równaniami; 63) sporny region na pograniczu Pakistanu i Indii; 64) Pa dla fizyka; 65) nieco większa od skrzypiec; 66) pisarz lub muzyk; 67) rzeka w Indonezji na Borneo, Kutai; 68) inaczej twarz; 69) wymiana; 70) hycle inaczej; 71) włókno z banana manilskiego, manila; 72) rośnie na łące

KAŻDA INFЕКCIJA MOŻE BYĆ GROŹNA

W trakcie ciąży każda infekcja wiąże się z ryzykiem i może prowadzić do powikłań, które obejmują zarówno uszkodzenie wczesnej ciąży, jak i poronienie – mówi ginekolog, dr Beata Sterlińska-Tulimowska.

Ginekolog, dr Beata Sterlińska-Tulimowska wskazuje, że układ odpornościowy kobiety w trakcie ciąży jest wyciszony i słabiej reaguje na zagrożenia z zewnątrz. Dlatego ważne, żeby w przypadku objawów infekcji każdorazowo skonsultować się z lekarzem. Zwłaszcza że trudno odróżnić zwykłe przeziębienie od grypy, która wiąże się już z ryzykiem poważniejszych komplikacji. Niebagatelne znaczenie dla budowania odporności organizmu w ciąży ma też prawidłowa dieta i suplementacja składników, które modulują układ immunologiczny.

– Kobieta, kiedy zgłasza się do lekarza na początku ciąży, powinna dostać pełny zestaw informacji na temat właściwego trybu życia. Musi pamiętać o tym, że dieta powinna być zróżnicowana, zabezpieczona we wszystkie składniki odżywcze i wszystkie mikro- i makroelementy, a zapotrzebowanie na wiele z nich w czasie ciąży się zwiększa, w przypadku żelaza nawet dwukrotnie – mówi dr Beata Sterlińska-Tulimowska. – Kobieta w ciąży musi unikać używek, nie może pić alkoholu i dobrze byłoby, gdyby wdrożyła aktywność fizyczną. To niezwykle ważne zarówno dla utrzymania właściwej wagi w czasie ciąży, jak i budowania naturalnej odporności.

Ciąża jest okresem, w trakcie którego w fizjologii, anatomii i metabolizmie kobiety zachodzą spore zmiany. Z racji obniżonej odpowiedzi immunologicznej podczas ciąży kobiety w tym okresie są też bardziej narażone na zakażenia obejmujące m.in. drogi oddechowe.



Fot. unsplash

– Ciąża jest w połowie składem innym genotypowo niż matka, więc gdyby układ odpornościowy działał tak jak zwykle, doszłoby do odrzucenia ciąży. To jest jakby przeszczep allogeniczny, więc układ odpornościowy kobiety musi być w tym czasie wyciszony, przez co też słabiej reaguje na wszelkie stany zapalne. Ponadto jeżeli kobieta w ciąży jest otyła, ma cukrzycę typu 2, stany zapalne w pochwie bądź w jamie ustnej, dyslipidemię, to stany zapalne mogą dodatkowo się nasilać – tłumaczy ekspertka.

Jak wskazuje, kobiety w ciąży często borykają się z nawracającymi infekcjami, są też bardziej podatne na przeziębienia. Jednak każda taka infekcja wiąże się z ry-

zykiem i może prowadzić do powikłań, które obejmują zarówno uszkodzenie wczesnej ciąży, poronienie, jak i rozmaite powikłania w późniejszym okresie ciąży.

Pacjentki często nie potrafią odróżnić zwykłego przeziębienia od grypy, która wiąże się już z ryzykiem poważniejszych komplikacji. Dlatego w przypadku każdej infekcji zalecany jest kontakt z lekarzem, zwłaszcza w czasie pandemii SARS-CoV-2.

– Zakażenie COVID-19 u kobiet ciężarnych przebiega ciężiej, ryzyko jest większe, a zagrożone są tu dwie osoby: mama i dziecko. Dlatego ja rekomenduję kobietom w ciąży szczepienie, jeżeli nie zostały zaszczepione już wcześniej. W drugim trymestrze, po 12. tygodniu

pacjentka może już zgłosić się do lekarza i zaszczepić – podkreśla.

Dla budowania odporności organizmu w ciąży kluczowe znaczenie ma sposób odżywiania, jak i właściwa suplementacja składników, które modulują układ immunologiczny w tym okresie.

Jednym z najprostszych sposobów walki z anemią jest wzbogacenie diety w produkty zawierające żelazo: mięso, cielęcinę, podroby, wołowinę, ryby, brokuły, szpinak, botwinę czy nasiona roślin strączkowych. Żelazo w tej formie nie wchłania się jednak zbyt dobrze, dlatego równie ważne jest spożywanie składników takich jak witamina C, witamin B12 i B6 oraz foliany, które poprawiają



JEDNYM Z NAJPROSTSZYCH SPOSOBÓW WALKI Z ANEMIĄ JEST WZBOGACENIE DIETY W PRODUKTY ZAWIERAJĄCE ŻELAZO.

jego wchłanianie. Badania pokazują, że ważną rolę w tym procesie odgrywa też laktoferyna, nazywana superbiałkiem.

– W Japonii laktoferyna jest dodawana do mleka modyfikowanego dla dzieci karmionych sztucznie. Ona jest dla dziecka niezwykle ważna, ponieważ zabezpiecza je przed niedokrwistością, zwłaszcza te dzieci, których mamy miały anemię w czasie ciąży – mówi lekarz ginekolog. – Należy zatem rozważyć stosowanie preparatów, które w swoim składzie – oprócz substancji powszechnie stosowanych w ciąży, jak witamina D, foliany, DHA – zawierają odpowiednią porcję żelaza oraz laktoferynę.

opr. bar, inf. newseria.pl

REKLAMA

przetarg

GPP6840.13.2020.EW

Wyciąg z ogłoszenia o trzecim przetargu pisemnym ograniczonym

Burmistrz Miasta Mława

ogłasza trzeci przetarg pisemny ograniczony na **sprzedaż niezabudowanej nieruchomości komunalnej składającej się z działek oznaczonych w ewidencji gruntów numerami 4660/1, 4660/3**, o łącznej pow. 0,0661 ha, położonej w Mławie, przy **ul. Ojca Bernarda Kryszkiewicza**. Nieruchomość ma urzędzoną księgę wieczystą nr PL1M/00041254/6. Nieruchomość ma bezpośredni dostęp do drogi publicznej. Działki są przeznaczone do sprzedaży łącznie.

Nieruchomość jest położona na terenie, dla którego nie ma obowiązującego miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego.

Wybór formy przetargu ograniczonego uzasadniony jest tym, iż nieruchomość nie może być zagospodarowana jako odrębna nieruchomość, natomiast może poprawić warunki zagospodarowania nieruchomości przyległych.

Nieruchomość zostanie sprzedana w drodze przetargu ograniczonego na poprawienie warunków zagospodarowania (powiększenie) nieruchomości przyległych.

W przetargu mogą uczestniczyć wyłącznie właściciele przyległych nieruchomości. W przypadku jeśli przyległa nieruchomość stanowi współwłasność kilku osób, w przetargu muszą uczestniczyć wszyscy współwłaściciele łącznie.

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

Pierwszy przetarg na sprzedaż nieruchomości odbył się w dniu 30.03.2021 r., drugi przetarg na sprzedaż nieruchomości odbył się w dniu 17.08.2021 r.

Cena wywoławcza w trzecim przetargu: **70 000,00 zł (słownie złotych: siedemdziesiąt tysięcy 00/100).**

Wadium: **7 000,00 zł (słownie złotych: siedem tysięcy 00/100)**

Sprzedaż nieruchomości zwolniona jest z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 9 ustawy o VAT.

Pisemne oferty należy składać w kancelarii Urzędu Miasta Mława, 06-500 Mława, ul. Stary Rynek 19, w terminie do dnia **17.12.2021 r. do godz. 15.00** w zamkniętych kopertach zaadresowanych: Burmistrz Miasta Mława, 06-500 Mława, ul. Stary Rynek 19 i opatrzonych napisem: „Trzeci przetarg pisemny ograniczony na sprzedaż nieruchomości nr nr 4660/1, 4660/3 – ul. Ojca Bernarda Kryszkiewicza”.

Część jawna przetargu odbędzie się w dniu 21.12.2021 r. o godz. 10.00 w Urzędzie Miasta Mława, ul. Stary Rynek 19 (ratusz), dawna sala ślubów. Część jawna przetargu odbędzie się w obecności oferentów.

Ogłoszenie o przetargu zostało wywieszone na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Mława, ul. Stary Rynek 19 oraz opublikowane na stronie internetowej Urzędu Miasta Mława, w Biuletynie Informacji Publicznej: www.mlawa.pl.

Szczegółowe informacje dotyczące przetargu można uzyskać w Urzędzie Miasta Mława, Wydział Gospodarki Nieruchomościami i Planowania Przestrzennego, ul. Stary Rynek 19, pok. nr 14, tel. 23 654 32 53 wew. 401, e-mail: ewa.wozniak@mlawa.pl.



Fot. pixabay

Z ŻYCIA SZKÓŁ I PRZEDSZKOLI

SPACER ŚLADAMI SYMBOLI NARODOWYCH



Fot. Materiały przedszkola

Dzieci z Miejskiego Przedszkola Samorządowego nr 4 w Mławie wybrały się przed Narodowym Świętem Niepodległości na spacer śladami symboli narodowych.

„W związku ze zbliżającym się Świętem Niepodległości postanowiliśmy poznać pomniki związane z tym świętem w naszym mieście” — piszą organizatorzy spaceru.

„Udaliśmy się na spacer i odwiedziliśmy Pomnik Marszałka Józefa Piłsudskiego, znaleźliśmy kamień z tablicą pamiątkową, na której widnieje orzeł w koronie i napis „Dąb Niepodległości”.

Dzieci z grupy „Słoneczka” MPS4 szukały także herbu Mławy i symboli narodowych na budynkach administracji państwowej.”

Materiały przedszkola

MIĘDZYNARODOWY DZIEŃ POSTACI Z BAJEK W SP 7



Fot. Materiały szkoły

W piątek (5 listopada) Szkoła Podstawowa nr 7 w Mławie zmieniła się w baśniową krainę. Na szkolnych korytarzach można było zobaczyć Czerwoną Kapturkę, skrzaty, jednorożce, księżniczki, duszki i inne baśniowe stwory...

Ale to przecież nic dziwnego, bo właśnie 5 listopada obchodzimy Międzynarodowy Dzień Postaci z Bajek.

Materiały szkoły

INTERAKTYWNE BAJKI



Fot. Materiały szkoły

Uczniowie klas 1-3 ze Szkoły Podstawowej nr 7 w Mławie obejrzeli interaktywną bajkę pod tytułem „W krainie trolli” Katolickiego Teatru Edukacji.

Zobaczyli fragmenty „Królowej Śniegu”, „Pocahontas” i „Kota w butach”.

Z bajek wynikał morał, aby słuchać dorosłych, być dobrym dla innych i pomagać sobie w potrzebie. Mamy nadzieję, że tę naukę dzieci wezmą sobie do serca.

Materiały szkoły

PIERWSZE MIEJSCE W RANKINGU



Fot. Materiały szkoły

6 listopada w Mławskiej Hali Sportowej odbył się I Turniej Rekreacyjno-Sportowy. Zwycięzcami sobotnich zmagania zostali uczniowie klas III ze Szkoły Podstawowej nr 7 w Mławie.

Rywalizacja przebiegała w czterech konkurencjach. Młodzi zawodnicy biorący udział w zmaganiach wykazali się dużym zaangażowaniem.

Gratulujemy zwycięzcom oraz życzymy jak najlepszych wyników w następujących turniejach.

Materiały szkoły

DZIEŃ POSTACI Z BAJEK W GRUPIE „SŁONECZKA”



Fot. Materiały przedszkola

„Byłoby dobrze, gdyby bajka chciała przyjść wtedy, kiedy się ją wzywa, ale to wielka dama, przychodzi tylko wtedy, kiedy ma na to ochotę”. W piątek, 5 listopada do grupy „Słoneczka” z MPS nr 4 w Mławie z okazji Dnia Postaci z Bajek zawitała myszka Mini i Kaczor Donald. Ponadto dzieci obejrzały bajkę w teatrzyku Komishibai, która zaprezentowała pani Bogumiła Tańska z Biblioteki Pedagogicznej. To był iście bajkowy dzień.

Materiały przedszkola

NARODOWE ŚWIĘTO NIEPODLEGŁOŚCI

11 listopada to jedna z najważniejszych dat w historii naszego kraju. W przededniu tego święta wszyscy uczniowie Szkoły Podstawowej nr 7 w Mławie pojawili się w szkole w barwach



Fot. Materiały szkoły

narodowych. Na pamiątkę 103. rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości, szkolna społeczność o godz. 11:11 odśpiewała hymn narodowy. Nasze maluchy wzięły udział w konkursie: „Pięknie mówię po polsku”, natomiast „starszaki” z klas IV-VIII przygotowały piękne kartki z życzeniami dla Ojczyzny, a także prezentacje przedstawiające najważniejsze fakty historyczne dotyczące odzyskania niepodległości, bo przecież warto pamiętać, że Polska to taka kraina, która w sercu się zaczyna...

Materiały szkoły

APEL Z OKAZJI ŚWIĘTA NIEPODLEGŁOŚCI



Fot. Materiały przedszkola

9 listopada 2021 w Miejskim Przedszkolu Samorządowym nr 3 w Mławie odbył się uroczysty Apel z okazji Święta Niepodległości pt: „Mali Patriotci” w wykonaniu grupy Oa i Oc z gościnnym udziałem koleżanek i kolegów z kl. VIII b.

W uroczyste przedpołudnie przedszkolaki wystąpiły dla dzieci z grup 5-6 letnich. Po południu odbył się występ dla rodziców połączony z Warsztatami Patriotycznymi, których celem było kształtowanie postaw patriotycznych poprzez wykonanie ele-ganckich kotylionów.

Mali Patriotci razem z wych. p. D. Florczak, p. I. Tokarską, oraz p. M. Dudzińską i p. M. Molską zaprezentowali wiersze i piosenki o tematyce patriotycznej. Dzieci przedstawiły ważne znaki dla Polaków w wierszach „Barwy Ojczyście” i „Orzeł Biały” oraz w formie piosenki „Katechizm polskiego dziecka”. Ważnym w wykonaniu naszych przedszkolaków do muzyki z filmu „Noce i dnie” był niezwykle wzruszającym momentem.

Pan Dyrektor Mariusz Lempek i Pani Dyrektor Edyta Nowińska byli pełni podziwu dla zdolności recytatorskich i muzyczno-tanecznych małych artystów.

Uroczysty apel był dla nas niezwykle spotkaniem w białoczerwonych barwach.

Materiały przedszkola