TYGODNIK

ISSN 1731-9056
NAKŁAD PONIŻEJ 15000 EGZ.

NOWY KURIER mławski

Nr 30 WTOREK 29.07.2025

ISSN 1731-9056 30
9 771731 905506 >

DZIERZGOWO, LIPOWIEC KOŚCIELNY, MŁAWA, RADZANÓW, STRZEGOWO, STUPSK, SZREŃSK, SZYDŁOWO, WIECZFNIA KOŚCIELNA, WIŚNIEWO

CENA 3,99 ZŁ (w tym 5% VAT)

CO, GDZIE, KIEDY? SPIS WYDARZEŃ I IMPREZ REGIONALNYCH

Fot. KPP w Mławie

GROŹNY WYPADEK. 16-LATEK NA HULAJNODZE ELEKTRYCZNEJ PRZEWOZIŁ PASAŻERKĘ

S. 7

OSP MŁAWA DOŁĄCZYŁA DO KRAJOWEGO SYSTEMU RATOWNICZO-GAŚNICZEGO

WIADOMOŚCI || S. 3

FINAŁ „WAKACJI Z MAXEM”

WYDARZENIE || S. 5

CZY WEŹMIE NAS CHOLERA?

ZDROWIE || S. 15

PROMOCJA

6624otbp-x-G

eprasa.pl 362a56d7de

ZUS: 715 TYS. OSÓB Z WYPŁATAMI W RAMACH RENTY WDOWIEJ

PONAD 715 TYS. OSÓB OTRZYMAŁO WYŻSZE ŚWIADCZENIA W RAMACH TZW. RENTY WDOWIEJ. OD 1 LIPCA TRAFIŁO DO NICH DODATKOWO 253 MLN ZŁ. RENTA WDOWIA WYNOSI ŚREDNIO 355,58 ZŁ – WYNIKA Z NAJNOWSZYCH DANYCH ZAKŁADU UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH.

Jeśli wniosek o rentę wdowią wpłynie do ZUS do 31 lipca 2025 r. i zostanie rozpatrzony pozytywnie, świadczenia będą wypłacane także za lipiec. W przypadku wniosków złożonych w następnych miesiącach i rozpatrzonych pozytywnie wypłata będzie uruchomiona od miesiąca, w którym dany wniosek trafi do ZUS.

– Renta wdowia to największy projekt publiczny realizowany przez ZUS w ostatnich latach. Obsługa wniosków odbywa się zgodnie z przyjętym harmonogramem. To wszystko jest możliwe dzięki ogromnemu zaangażowaniu pracowników Zakładu – mówi Dorota Bieniasz, wiceprezes ZUS nadzorująca pion świadczeń.

Renta wdowia to połączone świadczenia, np. 100 proc. własnego świadczenia (emerytury lub renty) oraz 15 proc. świadczenia przysługującego po zmarłym małżonku lub odwrotnie. Określa się to jako zbieg świadczeń. Część uprawnionych osób otrzyma świadczenie z dwóch instytucji: z ZUS i z innego organu emerytalno-rentowego. Oznacza to, że tacy klienci dostaną w jednym miesiącu dwie wypłaty w różnych terminach.

Osoby te otrzymają natomiast jedną decyzję – od tego organu, który będzie im wypłacał 15 proc. świadczenia. Druga instytucja poinformuje je o kontynuowaniu wypłaty dotychczasowego świadczenia w wysokości 100 proc.

W zbiegu świadczeń może wystąpić kombinacja aż 140 różnych świadczeń. Proces obsługi renty wdowiej został zautomatyzowany w maksymalnym możliwym zakresie, czyli wszędzie tam, gdzie pozwalały na to przepisy i dostępność danych w systemach, oraz pod warunkiem, że wniosek złożony przez klienta był kompletny.

Równolegle do wypłat świadczeń przetwarzane są także decyzje odmowne, których łączna liczba wynosi obecnie 87,7 tys.

ZUS uruchomił wypłaty świadczeń w zbiegu z rentą rodzinną na łączną sumę 2 mld 406,1 mln zł (z czego kwota świadczeń wypłacanych w 15 proc. wynosi 253,1 mln zł).

Lipcowe wypłaty ZUS realizował zarówno w terminach płatności dotychczas wypłacanych świadczeń, jak i w inne dni lipca. Od sierpnia świadczenia w zbiegu będą wypłacane łącznie w terminach płatności – 1., 6., 10., 15., 20. i 25. dnia miesiąca.

W przypadku zbiegu świadczenia z rentą rodzinną, w którego skład wchodzi świadczenie wypłacane przez inny organ emerytalno-rentowy, ZUS rozpocznie wypłaty po zakończeniu postępowania z tą instytucją. Po ustaleniu zbiegu ZUS zmieni termin płatności na 6. dzień każdego miesiąca, jeśli świadczenia te były wypłacane dotychczas w innym terminie.

W 62 proc. przypadków zbieg świadczeń ma konstrukcję: 100 proc. renty rodzinnej + 15 proc. własnego świadczenia.

ZUS jest jedną z instytucji, które wypłacają te świadczenia – obsłuży ok. 90 proc. wszystkich wniosków, a do tej pory do ZUS wpłynęło 1 mln 40 tys. wniosków. Inne organy emerytalno-rentowe, które przyjmują wnioski o rentę wdowią, to: Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego (KRUS), Biuro Emerytalne Służby Więziennej (BESW), Wojskowe Biuro Emerytalne (WBE) oraz Zakład Emerytalno-Rentowy Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji (ZER MSWiA).

Aby ZUS mógł wypłacić rentę wdowią, osoba wnioskująca musi spełnić łącznie wszystkie cztery warunki. Kobieta powinna mieć co najmniej 60 lat, a mężczyzna – co najmniej 65 lat, do dnia śmierci małżonka pozostawać z nim we wspólności małżeńskiej, nie być obecnie w związku małżeńskim oraz nabyć prawo do renty rodzinnej po zmarłym małżonku nie wcześniej niż w dniu ukończenia 55 lat przez kobietę i 60 lat przez mężczyznę – informuje Wojciech Ściwiarski, rzecznik prasowy ZUS w województwie mazowieckim.

ZUS wyda decyzję, w której odmówi ustalenia zbiegu świadczeń, jeżeli wdowa lub wdowiec nie spełnią choć jednego ze wskazanych warunków lub jeżeli wysokość przynajmniej jednego z ustalonych świadczeń będzie równa kwocie limitu, czyli trzykrotności kwoty najniższej emerytury, lub ją przekroczy. Ograniczenie wysokości sumy świadczeń do trzykrotności kwoty najniższej emerytury zastosowano dotychczas w 5 proc. przypadków wypłaconych świadczeń w zbiegu.

Do najczęstszych przyczyn decyzji odmownych należą: zbyt wysoka kwota świadczenia aktualnie wypłacanego (powyżej trzykrotności kwoty najniższej emerytury), nabycie prawa do renty rodzinnej po zmarłym małżonku wcześniej niż pięć lat przed osiągnięciem powszechnego wieku emerytalnego, brak prawa do własnego świadczenia, brak prawa do renty rodzinnej, zawarcie nowego związku małżeńskiego, niepozostawanie we wspólności małżeńskiej do dnia śmierci małżonka, a także nieosiągnięcie powszechnego wieku emerytalnego.

Od wydanych przez ZUS decyzji w sprawie renty wdowiej można się odwołać do sądu.

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. Dobrskiej 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. Drogą 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.

NOWY KURIER mławski
e-mail: redakcja@kuriermlawski.pl
www.kuriermlawski.pl

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

PREZES
Maciej Matera
zarzad@gazetaolsztynska.pl

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

„Nowy Kurier Mławski" 12 000 polubień na FB

eprasa.pl 362a56d7de

OSP MŁAWA DOŁĄCZYŁA DO KRAJOWEGO SYSTEMU RATOWNICZO-GAŚNICZEGO

W czwartek, 24 lipca 2025 roku w siedzibie Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Mławie podpisane zostało trójstronne porozumienie dotyczące ponownego włączenia jednostki Ochotniczej Straży Pożarnej z Mławy przy ul. Padlewskiego do Krajowego Systemu Ratowniczo-Gaśniczego (KSRG).

Porozumienie zostało zawarte pomiędzy Komendantem Powiatowym PSP w Mławie st. bryg. Jarosławem Andruszkiewiczem, Burmistrzem Miasta Mława Piotrem Jankowskim oraz przedstawicielami zarządu OSP. Jego podpisanie to pierwszy, formalny etap procedury, której zwieńczeniem będzie wydanie decyzji przez Komendanta Głównego Państwowej Straży Pożarnej o ponownym włączeniu jednostki do KSRG.

OSP Mława zakończyła pięcioletni okres przynależności do systemu i spełniając wymagania, ubiega się o ponowne przyjęcie. Dzięki podpisanemu porozumieniu i zaakceptowaniu go przez Komendanta Głównego Państwowej Straży Pożarnej będzie mogła nadal rozwijać swoje możliwości operacyjne i wspierać mieszkańców regionu w sytuacjach zagrożenia życia, zdrowia i mienia.

Przypomnijmy, Krajowy System Ratowniczo-Gaśniczy stanowi podstawowy filar krajowego systemu bezpieczeństwa. Włączenie do jego struktur to nie tylko prestiż i wyróżnienie, ale również potwierdzenie wysokiego poziomu gotowości operacyjnej jednostki. Ponowne podpisanie porozumienia umożliwia kontynuowanie rozwoju OSP Mława, zarówno w zakresie wyposażenia, jak i szkoleń, a także dalszy udział w krajowym systemie reagowania na zagrożenia.

Jednostki w KSRG realizują szeroki zakres zadań, od gaszenia pożarów, przez usuwanie skutków klęsk żywiołowych, po działania z zakresu ratownictwa technicznego, chemicznego,

fot. UM Mława

ekologicznego i medycznego.

Obecnie w szeregach OSP Mława działa 34 druhów. Jednostka dysponuje trzema pojazdami pożarniczymi: średnim samochodem ratowniczo-gaśniczym IVECO GBA 2/16 z 1999 roku, podnośnikiem hydraulicznym SCH 38 VOLVO również z 1999 roku oraz quadem Polaris z 2022 roku. Na wyposażeniu znajdują się także m.in. przewoźny agregat prądotwórczy 2,5 kW, cztery komplety aparatów powietrznych nadciśnieniowych, motopompa pływająca i motopompa szlamowa, pilarka spalinowa do drewna, piła do betonu i stali, zestaw narzędzi hydraulicznych Lukas oraz zestaw ratownictwa medycznego PSP R1.

Funkcjonowanie jednostki opiera się w dużej mierze na wsparciu samorządu lokalnego. Miasto Mława finansuje m.in. utrzymanie strażnicy, zakup i serwis sprzętu, wypłatę ekwiwalentu za udział druhów w szkoleniach, ćwiczeniach i akcjach, a także koszty badań lekarskich i ubezpieczenia dla strażaków biorących bezpośredni udział w działaniach ratowniczych.

Podpisanie porozumienia stanowi ważny krok w dalszym rozwoju OSP Mława oraz wzmacnianiu lokalnego systemu bezpieczeństwa.

WM/WP

ZAKOŃCZONO PRZEBUDOWĘ UL. GLINIANEJ W MŁAWIE

Miasto Mława zakończyło realizację zadania inwestycyjnego pn. „Przebudowa drogi gminnej ul. Glinianej w Mławie".

W dniu 15 lipca 2025 r. odbył się odbiór końcowy inwestycji, w którym udział wzięli przedstawiciele Urzędu Miasta Mława oraz Wykonawcy – Mławskiego Przedsiębiorstwa Drogowo-Mostowego Sp. z o.o.

Zakres robót obejmował przebudowę drogi gminnej na odcinku 660 metrów poprzez

Fot. UM Mława

utwardzenie nawierzchni jezdni żelbetowymi płytami drogowymi. Utwardzony pas jezdny ma szerokość 3 metrów i przebiega w osi pasa drogowego.

Na realizację inwestycji Miasto Mława pozyskało dofinansowanie w wysokości 50% całkowitej wartości zadania ze środków budżetu Województwa Mazowieckiego w ramach Funduszu Ochrony Gruntów Rolnych (FOGR 2025).

WI/WP

Całkowita wartość inwestycji: 421 324,20 zł

Kwota dofinansowania: 210 662,10 zł

WSPÓLNE ĆWICZENIA PSP I OSP

asp. Mariusz Lubański - KP PSP Mława

24 lipca 2025 roku na terenie zakładu produkującego elektronikę użytkową odbyły się ćwiczenia strażackie z udziałem funkcjonariuszy Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Mławie oraz zastępów Ochotniczej Straży Pożarnej z Konopek i Podkrajewa. Scenariusz zakładał wybuch pożaru w jednej z hal produkcyjnych oraz wystąpienie jednej osoby poszkodowanej.

W trakcie ćwiczeń strażacy prowadzili działania związane z gaszeniem pożarów wewnętrznych oraz udzielaniem kwalifikowanej pierwszej pomocy. Ćwiczenia miały również na celu doskonalenie współpracy pomiędzy jednostkami PSP i OSP, a także koordynację działań ratowniczych w warunkach zbliżonych do rzeczywistych.

Dodatkowo, w dniach 23 i 25 lipca przeprowadzono operacyjne rozpoznanie obiektu. Strażacy szczegółowo zapoznali się z infrastrukturą zakładu oraz potencjalnymi zagrożeniami występującymi na jego terenie.

Opracowanie oraz zdjęcia: asp. Mariusz Lubański - KP PSP Mława

REKLAMA

OŚiGN.6721.2.2025 Szreńsk, 29.07.2025 r.

Ogłoszenie o przystąpieniu do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego gminy Szreńsk

Na podstawie art. 17 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz.U. z 2024 r., poz.1130) oraz art. 39 ust. 1, w związku z art. 46 ust. 1 pkt 1 oraz art. 54 ust. 2 i 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz.U. z 2024 r., poz. 1112) **zawiadamiam** o podjęciu przez Radę Gminy w Szreńsku Uchwały NR VIII/36/2025 z dnia 12 czerwca 2025 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego gminy Szreńsk w zakresie lokalizacji odnawialnych źródeł energii dla fragmentów obrębów ewidencyjnych: Miączyn Mały, Liberadz, Kunki, Szreńsk, Doziny, Rochnia, Kobuszyn, Mostowo, Miączyn Duży, Ostrów, wraz z prognozą oddziaływania na środowisko, wykonywanej w ramach strategicznej oceny oddziaływania na środowisko. Miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego jest sporządzany dla fragmentów obrębów ewidencyjnych: Miączyn Mały, Liberadz, Kunki, Szreńsk, Doziny, Rochnia, Kobuszyn, Mostowo, Miączyn Duży, Ostrów.

Zainteresowani mogą składać wnioski dotyczące ww. miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego oraz prognozy oddziaływania na środowisko, **w nieprzekraczalnym terminie 20.08.2025 r.**

Wnioski należy składać wyłącznie za pomocą formularza, którego wzór został określony w rozporządzeniu Ministra Rozwoju i Technologii z dnia 13 listopada 2023 r. w sprawie wzoru formularza pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego (Dz. U. z poz. 2509), dostępnego w siedzibie Urzędu Gminy Szreńsk oraz na stronie: https://szrensk.biuletyn.net → Dokumenty do pobrania→ Ochrona środowiska → pismo dotyczące aktu planowania przestrzennego.

Składający wniosek do projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego podaje swoje imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby oraz adres poczty elektronicznej, o ile taki posiada, a także wskazuje, czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej wnioskiem oraz może podać dodatkowe dane do kontaktu, takie jak adres do korespondencji lub numer telefonu.

Wnioski można składać:

– w formie papierowej w siedzibie Urzędu Gminy Szreńsk lub na adres: Urząd Gminy Szreńsk, ul. Plac Kanoniczny 10, 06-550 Szreńsk,
– za pomocą środków komunikacji elektronicznej na adres e-mail: szrensk@szrensk.com.pl lub za pomocą platformy ePUAP na adres: /tx5276cxar/SkrytkaESP

Organem właściwym do rozpatrzenia wniosków jest Wójt Gminy Szreńsk.

Wójt Gminy Szreńsk
/-/ Anna Krusińska

KLAUZULA INFORMACYJNA

Zgodnie z art. 13 ust. 1 i ust. 2 rozporządzenia RODO, informuję, że:

1. Administratorem danych osobowych wnioskodawców jest Wójt Gminy Szreńsk.
2. Z Inspektorem Ochrony Danych Marcinem Kurpiewskim wnioskodawcy mogą skontaktować się drogą elektroniczną: iod@szrensk.com.pl lub pisemnie na adres Administratora danych.
3. Dane osobowe wnioskodawcy będą przetwarzane w celu rozpatrzenia wniosków do miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego gminy Szreńsk.

Pełna treść klauzuli informacyjnej znajduje się w Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Szreńsk.

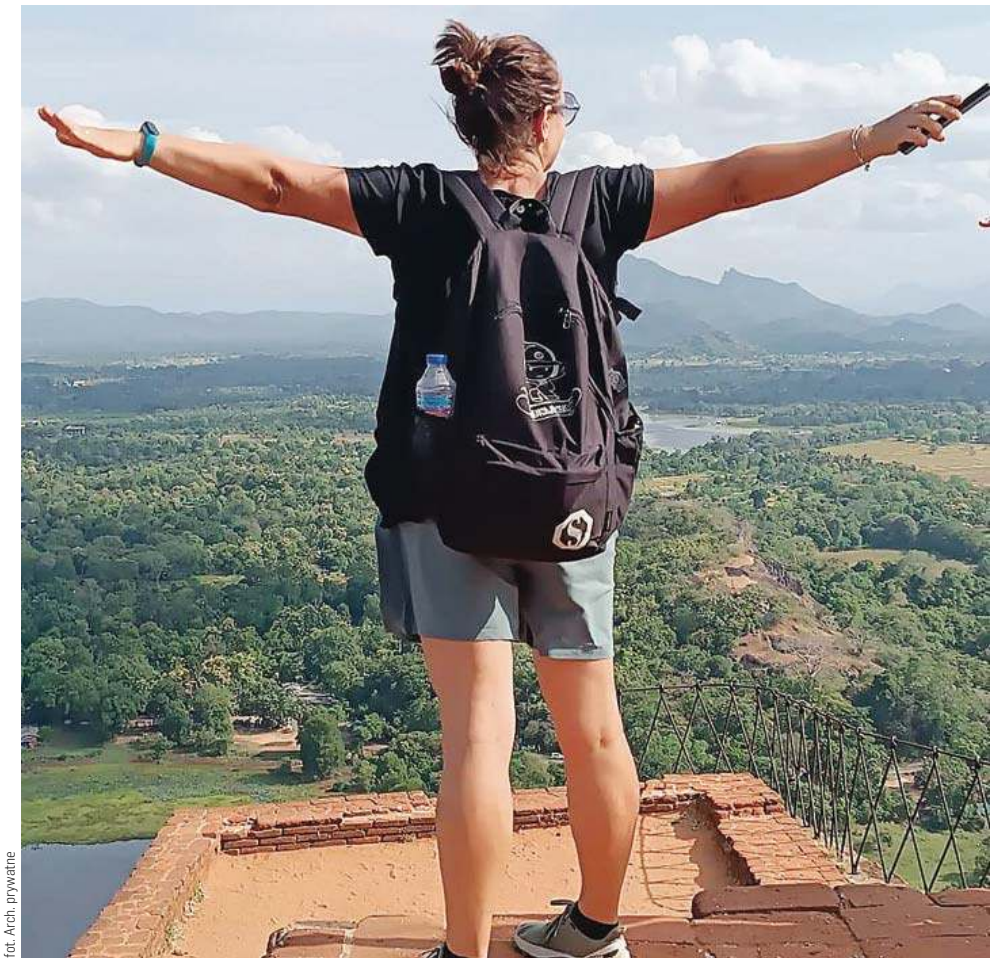
8125otm1-a-M

eprasa.pl 362a56d7de

NOWY KURIER MŁAWSKI
WTOREK || 29.07.2025

CHCĘ ZAPOMNIEĆ O PRZESZŁOŚCI

CHODZI NA TERAPIĘ DO PSYCHOTERAPEUTY, BO POSTANOWIŁA ZROZUMIEĆ TO WSZYSTKO, CO ZDARZYŁO SIĘ W JEJ ŻYCIU. CHCE TEŻ ZAPOMNIEĆ O PRZESZŁOŚCI, BY ŻYĆ NORMALNIE, BEZ KOSZMARÓW, STRACHU I NIEPEWNOŚCI. — NIE WIEM JAK MAM WYBACZYĆ RODZICOM I PRZESTAĆ CZUĆ ŻAL — MÓWI PANI AGATA.



fot. Arch. prywatne

Pani Agata stara się zapomnieć o przeszłości i zacząć nowy rozdział życia

Niełatwo zapomnieć o doznanych krzywdach i cierpieniu. To, co się dzieje przez wiele lat, trudno wymazać z pamięci, zwłaszcza gdy bolesne wspomnienia związane są z rodzinnym domem i rodzicami.

— Czasem kiedy zamykam oczy, znów jestem małą dziewczynką skuloną w kącie, zapłakaną i głodną — opowiada pani Agata. — Dzieciństwo w moim domu to był koszmar, który najchętniej wymazałabym z pamięci. Ja i moi bracia często byliśmy głodni, brudni, a wszy nie pozwalały nam spokojnie spać...

ZAZDROŚCIŁAM DZIECIOM W SZKOLE, ŻE MAJĄ ŁADNE UBRANIA, BUTY, ŻE RODZICE ODPROWADZAJĄ JE DO SZKOŁY, ŻE MAJĄ CZYSTE ZESZYTY, KOLOROWE KREDKI. MY TEGO W DOMU NIE MIELIŚMY...

Ale najbardziej zazdrościłam im kanapek, które przynosiły do szkoły. Do dziś, choć minęło już ponad 30 lat, pamiętam jak zapakowane w biały papier kanapki pachniały kiełbasą. Przełykałam ślinę, kiedy one jadły i „najadałam się zapachem". U nas w domu kiełbasa była tylko po imprezie alkoholowej, gdy rodzice i ich towarzystwo spało pijane, a my po cichu podkradaliśmy te specjały. Zazwyczaj był chleb z margaryną. Zdarzało się, że czuć go było już pleśnią. Jedliśmy go, bo nic innego nie było...

Trudne dzieciństwo

Pani Agata wychowała się w rodzinie, w której rodzice pili. Nie obchodziło ich, co jedzą dzieci i czy chodzą do szkoły. Najważniejsze było, by były pieniądze na alkohol. Nie było dnia bez picia i awantur. Ojciec był zazdrosny o matkę, po pijaku wyzywał ją i posądzał o romanse z kolegami. Często i dzieciom się obrywało. Nie były niczemu winne, a jednak ojciec musiał wyładować na kimś swoją złość... Matka uciekała do znajomych, a trójkę swoich dzieci zostawiała na pastwę wkurzonego ojca. Najczęściej lanie dostawali dwaj bracia pani Ireny, ale zdarzało się, że i dziewczynkę sięgnęła ręka ojca.

— Matka nigdy nie pamiętała, ile mam lat, w jakiej szkole się uczę i o czym marzę — wspomina pani Agata. — Nic się nie zmieniło, kiedy umarł ojciec. Myślałam wtedy, że przestanie pić i zaopiekuje się nami. Ale okazało się, że było jeszcze gorzej, bo w domu pojawiali się co chwila nowi „wujkowie". Matka nigdy nie była zainteresowana tym, żeby kochać, tylko wyłącznie tym, żeby ją kochano. A moim największym marzeniem wtedy było, żeby mnie oraz braci przytuliła i powiedziała, że nas kocha.

> — NAJGORSZE, ŻE MATKA NAWET NIE ZAINTERESOWAŁA SIĘ, CO SIĘ STAŁO I DLACZEGO — MÓWI PŁACZĄC. — BYŁAM Z TYM WSZYSTKIM SAMA. WYCHODZIŁAM Z DOMU I CAŁE DNIE SPĘDZAŁAM NA DWORZE, ABY UNIKAĆ PIJANEGO TOWARZYSTWA. NIE CHCIAŁAM ŻYĆ...

To było największe marzenie rodzeństwa, ale chyba w takich przypadkach nadzieja na to, że to się usłyszy i że to będzie szczere — była niewielka. Po śmierci ojca sytuacja w domu nie ulegnie zmianie.

— Bracia mieli już wtedy po kilkanaście lat i coraz częściej znikali z domu — opowiada pani Agata. — Ja nie miałam wyjścia i siedziałam w tych czterech ścianach. Zamykałam się w pokoju i starałam czytać książki. To była moja jedyna ucieczka z tej ponurej rzeczywistości. Niestety pijana matka często wołała mnie, żebym pomogła jej się położyć albo przyszykować coś do jedzenia „na imprezę". Miałam 14 lat... Zaczęły rosnąć mi piersi i coraz częściej koledzy mamy mnie podszczypywali i podśmiewali się, że zaczynam być kobietą. Bardzo się wstydziłam, garbiłam, zakładałam szerokie swetry, bałam się wyjść z pokoju do toalety. Unikałam pijanego towarzystwa, a jednak któregoś razu znajomy mamy złapał mnie, wsadził rękę pod bluzkę i zaczął ściskać mi piersi. Płakałam. Czułam ogromny ból, a znajomi śmiali się. Pamiętam jeszcze jedno. Matka śmiała się razem z nimi...

Nie widziała sensu życia

Tamtego dnia pani Agata próbowała popełnić samobójstwo. Zdesperowana dziewczyna połknęła kilka tabletek, które znalazła w domu. Na szczęście nie były to groźne leki, i dziewczyna źle się po nich czuła i wymiotowała.

— Najgorsze, że matka nawet nie zainteresowała się, co się stało i dlaczego — mówi płacząc. — Byłam z tym wszystkim sama. Wychodziłam z domu i całe dnie spędzałam na dworze, aby unikać pijanego towarzystwa. Nie chciałam żyć...

Kilka razy próbowałam jeszcze się zabić. Pamiętam jak po płukaniu żołądka wróciłam ze szpitala. Byłam wrakiem człowieka. Wykrzyczałam matce, że to przez nią i jej towarzyszy, że mnie molestują, że nie chcę żyć. Dostałam wtedy w twarz. Kilka miesięcy później poznałam Janka. Myślałam, że spotkałam miłość swojego życia. Mieszkał u babci, która zgodziła się, żebym zamieszkała u niego. Trochę pracowaliśmy, babcia miała rentę i jakoś żyliśmy. Po roku okazało się, że jestem w ciąży. Cieszyliśmy się, że będziemy mieli dziecko.

Uwolnić się od koszmarów

Radość pary nie trwała jednak długo. Płaczące dziecko, wydatki, brak pieniędzy coraz częściej doprowadzały do kłótni. Po każdej z nich partner pani Ireny zapomnienia szukał w alkoholu. Po dwóch latach na świecie pojawiło się kolejne dziecko.

— Janek krzyczał, że nie chce bachorów w domu, bo on ma dopiero 23 lata i marnuje sobie życie — mówi pani Irena. — Prosiłam, płakałam, błagałam, ale to wszystko na nic. Partner coraz częściej pił i przy okazji zaczął też bić. Kiedy doszło do tego, że pijany podniósł rękę na dzieci, powiedziałam dość. Z pomocą opieki społecznej znalazłam małe mieszkanko, dostałam alimenty i pieniądze z zasiłku. Dziś dzieci już są dorosłe. Ja pracuję i jakoś daję radę. Jestem sama, bo boję się jakiemukolwiek mężczyźnie zaufać. Cieszę się z odwiedzin moich dzieci, to cały mój świat. Staram się być dobrą matką i jak najczęściej mówić swoim dzieciom, że je kocham. Moja matka zmarła, ale gdyby żyła, chciałabym jej wykrzyczeć, jak bardzo mnie skrzywdziła, i to, że nie umiem jej wybaczyć. Nie wiem jak mam wybaczyć rodzicom i przestać czuć żal. Nie poszłam na matki pogrzeb. Wolę znicz na obcym grobie zapalić niż na jej grobie...

Pani Agata od lat chodzi na terapię. Chce zamknąć koszmarny rozdział swojego życia, chce się wyzwolić.

— To jest jak bluszcz, który mnie spętał, a ja chcę się uwolnić, by pozbyć się koszmarów przeszłości — mówi. — Z pomocą terapeuty, dzieci i wiary w Boga, mam nadzieję, że mi się uda...

Joanna Karzyńska

eprasa.pl 362a56d7de

FINAŁ WAKACJI Z MAXEM

W CZWARTEK, 24 LIPCA W MŁAWSKIEJ HALI SPORTOWEJ ODBYŁ SIĘ FINAŁ ÓSMEJ EDYCJI WAKACJI Z MAXEM. TEGOROCZNA EDYCJA OBEJMOWAŁA CZTERY SPOTKANIA ORGANIZOWANE W KAŻDY LIPCOWY CZWARTEK NA TERENIE RÓŻNYCH PLACÓWEK W MŁAWIE.

Fot. Arch. Organizatorów

Na uczestników czekało mnóstwo atrakcji. Dzieci mogły pomalować twarze, łowić rybki na magnes, wziąć udział w treningu resuscytacji oraz spróbować wielu innych animacji. Swoje stanowiska przygotowały także lokalne instytucje, takie jak Policja, Straż Pożarna oraz Miejska Biblioteka Publiczna. Uczestnicy mieli okazję porozmawiać z przedstawicielami służb, zapoznać się z ich codzienną pracą i wziąć udział w przygotowanych przez nich aktywnościach edukacyjnych. Nie mogło również zabraknąć nieodłącznej maskotki wakacyjnych spotkań, uwielbianej przez najmłodszych – psa Maxa.

Ogromnym zainteresowaniem cieszył się pokaz wyszkolonych psów, zorganizowany przez Edytę Pisarkiewicz i Andrzeja Kęsickiego. Na scenie zaprezentowały się cztery czworonogi, które zachwyciły publiczność swoimi umiejętnościami. Szczególną uwagę przyciągnęli Etna i Bubek, czyli mama i syn, znani m.in. z udziału w popularnych produkcjach filmowych, takich jak Proceder, Rojst, Zielona Granica czy Druga Furioza. Po pokazie dzieci mogły pogłaskać czworonogi, oczywiście w bezpieczny sposób i pojedynczo.

Organizatorzy zadbali także o dodatkowe emocje w postaci losowania nagród. Na początku wydarzenia każde dziecko otrzymało kupon, który po odwiedzeniu atrakcji można było wrzucić do specjalnego słoja. O godzinie dwunastej rozpoczęło się losowanie nagród, które poprowadziła oczywiście maskotka całej akcji – pies Max. Wśród upominków znalazły się między innymi tablety, modele samochodów oraz karnet na naukę jazdy konnej.

Na zakończenie wydarzenia główni organizatorzy przedsięwzięcia czyli przedstawiciele Centrum Usług Społecznych w Mławie i działającego przy nim Stowarzyszenia „Bądźmy Razem” wręczyli podziękowania wszystkim współorganizatorom i partnerom, którzy aktywnie wspierali tegoroczną edycję. Słowa wdzięczności skierowano m.in. do Komendy Powiatowej Policji w Mławie, Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej, Miejskiej Biblioteki Publicznej imienia Bolesława Prusa, Miasto Mława.

Dzięki zaangażowaniu wielu instytucji i osób, ósma edycja Wakacji z Maxem zakończyła się sukcesem, a dzieci mogły cieszyć się niezapomnianym dniem pełnym zabawy, uśmiechów i pozytywnych wspomnień.

AL/WP

eprasa.pl 362a56d7de

106. ROCZNICA POWSTANIA POLICJI PAŃSTWOWEJ

MŁAWSCY POLICJANCI UROCZYŚCIE UCZCILI 106. ROCZNICĘ POWSTANIA POLICJI PAŃSTWOWEJ ORAZ 100-LECIE SŁUŻBY KOBIET W POLICJI. W ZBIÓRCE, KTÓRA ODBYŁA SIĘ 25 LIPCA W AULI IM. KOM. APOLONIUSZA STRZELECKIEGO, UCZESTNICZYŁ INSP. PAWEŁ HERBUŚ ZASTĘPCA KOMENDANTA WOJEWÓDZKIEGO POLICJI ZS. W RADOMIU. TEGO DNIA 43 FUNKCJONARIUSZY OTRZYMAŁO AKTY MIANOWANIA NA WYŻSZE STOPNIE SŁUŻBOWE.

W uroczystości udział wzięli również parlamentarzyści, przedstawiciele władz samorządowych, instytucji i służb mundurowych, a także rodziny i bliscy policjantów oraz pracowników Policji. Na początku wydarzenia insp. Paweł Herbuś wraz z Komendantem Powiatowym Policji w Mławie, insp. Tomaszem Łysiakiem, złożyli kwiaty pod tablicą pamiątkową poświęconą kom. Apoloniuszowi Strzeleckiemu – bohaterskiemu komendantowi mławskiej jednostki, który oddał życie podczas II wojny światowej. Uczczono także minutą ciszy wszystkich poległych na służbie policjantów, którzy do końca wypełnili rotę ślubowania.

Komendant Powiatowy Policji w Mławie, insp. Tomasz Łysiak, wygłosił przemówienie w którym podkreślił profesjonalizm i zaangażowanie funkcjonariuszy. Słowa uznania skierował również do pracowników cywilnych, bez których – jak zaznaczył – codzienne funkcjonowanie komendy byłoby niemożliwe. Szczególne podziękowania otrzymały także rodziny policjantów, za ich wyrozumiałość i wsparcie.

W dalszej części uroczystości insp. Paweł Herbuś, wspólnie z Komendantem Powiatowym, wręczył odznakę „Zasłużony Policjant" kom. Mariuszowi Bańczykowi – Zastępcy Naczelnika Wydziału Kryminalnego mławskiej komendy – oraz akty mianowania awansowanym funkcjonariuszom.

Uroczystość była także okazją do uhonorowania zasłużonych działaczy Niezależnego Samorządnego Związku Zawodowego Policjantów. Medalem 35-lecia powstania NSZZ Policjantów odznaczeni zostali: insp. Tomasz Łysiak, nadkom. Robert Górczyński, podinsp. Zbigniew Rydzewski, nadkom. Piotr Kołomański, podkom. Kamil Nowicki, podkom. Grzegorz Bienias, asp. szt. Krzysztof Janiszewski, asp. szt. Mariusz Karpiński, asp. szt. Paweł Cieślak oraz asp. szt. Roman Polak.

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

Zastępca Komendanta Wojewódzkiego, insp. Paweł Herbuś, gratulując awansowanym i odznaczonym, podkreślił znaczenie ciągłego rozwoju i profesjonalizacji formacji. Podziękował funkcjonariuszom i pracownikom Policji za codzienną służbę, zaangażowanie oraz lojalność. Zaznaczył również, że mławska jednostka należy do najlepiej ocenianych w garnizonie mazowieckim.

Wśród zaproszonych gości znaleźli się także przedstawiciele władz samorządowych - Wicestarosta Mławski Tomasz Chodubski, Burmistrz Miasta Mława Piotr Jankowski oraz wójtowie gmin powiatu mławskiego.

Zanim rozpoczęły się oficjalne obchody, insp. Tomasz Łysiak i nadkom. Robert Górczyński odwiedzili grób oraz obelisk poświęcony kom. Apoloniuszowi Strzeleckiemu. Te miejsca pamięci mają szczególne znaczenie dla mławskiej jednostki. Pielęgnowanie tradycji i historii Policji łączy pokolenia – opiekę nad tymi miejscami sprawują nie tylko policjanci i pracownicy cywilni, ale również młodzież z klas mundurowych.

asp.szt. Anna Pawłowska

REKLAMA

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

BURMISTRZ MIASTA MŁAWA

informuje, że w dniach od 29.07.2025 r. do 28.08.2025 r. na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Mława, ul. Stary Rynek 19 oraz w Biuletynie Informacji Publicznej na stronie internetowej www.mlawa.pl zostaną podane do publicznej wiadomości wykazy nieruchomości przeznaczonych do zbycia.

Wykazy obejmują nieruchomości:

– nr nr 747/15, 747/16, 753/2, obręb 10 o pow. 0,0045 ha, położoną w Mławie przy ul. Grzebskiego,
– lokal użytkowy nr 1 w budynku handlowo-usługowym poł. w Mławie, przy ul. Żwirki 9B, wraz z udziałem w częściach wspólnych nieruchomości nr 10-4164/3, 10-4164/5,
– lokal użytkowy nr 2 w budynku handlowo-usługowym poł. w Mławie, przy ul. Żwirki 9B, wraz z udziałem w częściach wspólnych nieruchomości nr 10-4164/3, 10-4164/5,
– lokal użytkowy nr 3 w budynku handlowo-usługowym poł. w Mławie, przy ul. Żwirki 9B, wraz z udziałem w częściach wspólnych nieruchomości nr 10-4164/3, 10-4164/5.

8325otm1-a-M

STRACILI PRAWO JAZDY ZA PRZEKROCZENIE PRĘDKOŚCI

W środę (23.07), w ciągu niespełna dwóch godzin, policjanci zatrzymali trzech kierowców, którzy przejeżdżali przez teren zabudowany z prędkością przekraczającą 100 km/h. Jednym z nich był 74-letni mieszkaniec Ciechanowa, który w miejscowości Sułkowo Polne kierował skodą, z prędkością 101 km/h. Został ukarany w warunkach recydywy.

Jak się okazało w trakcie kontroli, prowadzonej przez mławską grupę SPEED, nie było to pierwsze tego typu wykroczenie drogowe 74-latka. Za przekroczenie prędkości o 51 km/h w terenie zabudowanym, mieszkaniec Ciechanowa został ukarany mandatem w warunkach recydywy, w wysokości 3000 zł i 13 punktami karnymi. Kierowca stracił prawo jazdy w 4 kategoriach.

Tego samego dnia, na ul. Wyzwolenia w Strzegowie, w ciągu godziny, policjanci zatrzymali kolejnych dwóch piratów drogowych:

- 52-letnia mieszkanka pow. mławskiego, kierująca hyundaiem, jechała w terenie zabudowanym z prędkością 105 km/h. Została ukarana mandatem w wysokości 1500 zł i 13 punktami karnymi. Straciła prawo jazdy w 3 kategoriach.
- 46-letni mieszkaniec pow. ciechanowskiego jechał oplem z prędkością 101 km/h. Kontrola drogowa zakończyła się dla niego mandatem w wysokości 1500 zł oraz 13 punktami karnymi.

Miejsca kontroli prędkości nie są wybierane przypadkowo. Funkcjonariusze analizują lokalne zagrożenia oraz korzystają ze zgłoszeń użytkowników Krajowej Mapy Zagrożeń Bezpieczeństwa.

Policjanci apelują o przestrzeganie ograniczeń prędkości – w terenie zabudowanym, niechronieni uczestnicy ruchu, tacy jak piesi czy rowerzyści, są szczególnie narażeni na niebezpieczeństwo. Nadmierna prędkość to jedna z głównych przyczyn tragicznych wypadków drogowych. Każde przekroczenie dozwolonej prędkości to świadome zwiększanie ryzyka.

asp.szt. Anna Pawłowska

eprasa.pl 362a56d7de

16-LATEK JECHAŁ HULAJNOGĄ ELEKTRYCZNĄ Z 15-LETNIĄ PASAŻERKĄ. MIELI WYPADEK...

Do groźnego zdarzenia drogowego doszło na drodze relacji Żurominek – Dąbek. Jak wynika z ustaleń funkcjonariuszy interweniujących na miejscu, 16-letni mieszkaniec powiatu mławskiego, kierując elektryczną hulajnogą, stracił panowanie nad pojazdem i przewrócił się na łuku drogi. Przewoził 15-letnią pasażerkę.

Jak wynika z ustaleń interweniujących policjantów, w chwili wypadku kierujący hulajnogą poruszał się z prędkością około 40 km/h. Na łuku drogi stracił panowanie nad pojazdem i wywrócił się razem z pasażerką. Przypadkowy świadek zdarzenia wezwał pomoc. Zgodnie z obowiązującymi przepisami, na hulajnodze elektrycznej nie wolno przewozić innych osób. Oboje nastolatkowie doznali obrażeń ciała, kierujący hulajnogą został przetransportowany do szpitala w Ciechanowie.

Policjanci ustalili, że nie posiadał wymaganych uprawnień do kierowania tego typu pojazdem. Dodatkowo hulajnoga, którą się poruszali, była w stanie osiągnąć prędkość przekraczającą 70 km/h, co stanowi poważne naruszenie obowiązujących norm technicznych dla urządzeń transportu osobistego.

To zdarzenie to skrajny przykład braku rozwagi i odpowiedzialności. Sprawa zostanie skierowana do sądu rodzinnego. Policja apeluje do rodziców i opiekunów o kontrolowanie sposobu, w jaki ich dzieci korzystają z urządzeń transportu osobistego. Brak nadzoru, nieprzestrzeganie przepisów i lekceważenie zasad bezpieczeństwa może doprowadzić do tragedii.

Mławscy policjanci prowadzą wzmożone kontrole kierujących hulajnogami. Kontrole obejmują warunki techniczne pojazdów, prędkość, uprawnienia kierującego oraz przestrzeganie obowiązujących przepisów.

Poniżej przypominamy przepisy, dotyczące poruszania się hulajnogą elektryczną:

Uprawnienia użytkowników:

- od 10 do 18 lat: konieczna jest karta rowerowa lub prawo jazdy kategorii AM, A1, B1, T.
- powyżej 18 lat: brak wymagań odnośnie uprawnień.
- dzieci do 10 lat: mogą jeździć tylko w strefach zamieszkania, pod opieką dorosłego.

Obowiązki kierujących:

Kierujący hulajnogą elektryczną musi korzystać z dróg rowerowych lub pasa ruchu dla rowerów. W przypadku ich braku – może korzystać z jezdni, gdzie prędkość nie przekracza 30 km/h. Wyjątkowo dozwolone jest poruszanie się chodnikiem, jeśli brakuje innych opcji, przy czym:

- prędkość powinna być zbliżona do pieszego;
- należy zachować szczególną ostrożność i ustępować pierwszeństwa pieszym.

Przepisy zakazują:

- jazdy pod wpływem alkoholu lub środków odurzających;
- przewożenia osób, zwierząt lub przedmiotów;
- czepiania się innych pojazdów;
- jazdy obok innego uczestnika ruchu;

KPP w Mławie

Konsekwencje prawne

Nieprzestrzeganie przepisów może skutkować karami:

- korzystanie z telefonu podczas jazdy wymagającego trzymania słuchawki w ręku: mandat 500 zł.
- przewożenie innych osób lub zwierząt: mandat 300 zł.
- przejeżdżanie przez przejście dla pieszych: mandat 100 zł.

asp.szt. Anna Pawłowska

REKLAMA

Stupsk, dnia 29.07.2025 r.

OGŁOSZENIE WÓJTA GMINY STUPSK

w sprawie projektu planu miejscowego, na podstawie którego mają być lokalizowane elektrownie wiatrowe

Na podstawie art. 17 pkt 9 i pkt 11 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (t.j. Dz.U. z 2024 r., poz. 1130) w brzmieniu dotychczasowym (przed zmianą), w związku z art. 67, ust. 3 ustawy z dnia 07 lipca 2023 r. o zmianie ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym oraz niektórych innych ustaw (Dz.U. z 2023 r., poz. 1688), art. 6e ustawy z dnia 20 maja 2016 r. o inwestycjach w zakresie elektrowni wiatrowych (t.j. Dz.U. z 2024 r., poz. 317), art. 39 ust. 1, art. 40, art. 46 ust. 1 pkt 1, art. 54 ust 2 i 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (t.j. Dz.U. z 2024 r., poz. 1112) oraz na podstawie Uchwały nr Nr XLIX/267/2022 Rady Gminy Stupsk z dnia 25 listopada 2022 roku w sprawie przystąpienia do sporządzania miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla obszaru obejmującego fragmenty obrębów geodezyjnych Dąbek, Wyszyny Kościelne i Zdroje w gminie Stupsk, Uchwały Nr LVIII/322/2023 Rady Gminy Stupsk z dnia 31 sierpnia 2023 r. zmieniającej Uchwałę Rady Gminy Stupsk w sprawie przystąpienia do sporządzania miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla obszaru obejmującego fragmenty obrębów geodezyjnych Dąbek, Wyszyny Kościelne i Zdroje w gminie Stupsk oraz Uchwały Nr XII/54/2025 Rady Gminy Stupsk z dnia 27 lutego 2025 r. w sprawie zmiany uchwały Nr XLIX/267/2022 z dnia 25 listopada 2022 roku w sprawie przystąpienia do sporządzania miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla obszaru obejmującego fragmenty obrębów geodezyjnych Dąbek, Wyszyny Kościelne i Zdroje w gminie Stupsk, zmienionej uchwałą Nr LVIII/322/2023 Rady Gminy Stupsk z dnia 31 sierpnia 2023 roku

zawiadamiam o wyłożeniu do publicznego wglądu

projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla obszaru obejmującego fragmenty obrębów geodezyjnych Dąbek, Wyszyny Kościelne i Zdroje w gminie Stupsk – etap 1 wraz z prognozą oddziaływania na środowisko, w dniach od 13 sierpnia 2025 r. do 24 września 2025 r.

Projekt planu miejscowego wraz z prognozą oddziaływania na środowisko będzie dostępny do publicznego wglądu w siedzibie Urzędu Gminy Stupsk, ul. Henryka Sienkiewicza 10, 06-561 Stupsk, pokój nr 4 w godzinach pracy urzędu oraz będą dostępne na stronie Biuletynu Informacji Publicznej Urzędu Gminy Stupsk (stupsk.bipgmina.pl), zakładka: Plany w opracowaniu.

Informuję również, że odbędą się dwie dyskusje publiczne nad przyjętymi w przedmiotowym projekcie planu miejscowego rozwiązaniami, tj.:

- **dnia 4 września 2025 r. o godzinie 15:00** odbędzie się dyskusja publiczna w formie prowadzonej za pomocą środków porozumiewania się na odległość, umożliwiających zabieranie głosu, zadawanie pytań i składanie uwag. Informację o łączu do dyskusji on-line będzie można uzyskać najpóźniej w dniu dyskusji pod adresem: stupsk.bipgmina.pl, zakładka: Plany w opracowaniu.
- **dnia 4 września 2025 r. o godzinie 16:00** odbędzie się dyskusja publiczna w formie spotkania bezpośredniego w Urzędzie Gminy Stupsk, ul. Henryka Sienkiewicza 10, 06-561 Stupsk, sala konferencyjna (pokój nr 11).

Każdy, kto kwestionuje ustalenia przyjęte w projekcie planu miejscowego lub w prognozie oddziaływania na środowisko, wyłożonych do publicznego wglądu, może składać uwagi. Uwagi składa się na piśmie utrwalonym w postaci papierowej lub elektronicznej, w tym za pomocą środków komunikacji elektronicznej, w szczególności poczty elektronicznej, na formularzu w postaci papierowej lub w formie dokumentu elektronicznego na adres: Urząd Gminy Stupsk, ul. Henryka Sienkiewicza 10, 06-561 Stupsk, pokój nr 2, e-mail: sekretariat@stupsk.pl, **w terminie do dnia 27 października 2025 r**. Formularz jest dostępny pod ogłoszeniem, w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Gminy Stupsk. Składający uwagę podaje swoje imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby oraz adres poczty elektronicznej, o ile taki posiada, a także wskazuje, czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej wnioskiem, oraz może podać dodatkowe dane do kontaktu takie jak adres do korespondencji lub numer telefonu. Uwagi do projektu zmiany planu miejscowego będą rozpatrywane przez Wójta Gminy Stupsk (organ właściwy do ich rozpatrzenia). w terminie 21 dni od dnia upływu terminu ich składania.

Jednocześnie informuję, zgodnie z Art. 6e ust. 1 pkt 2 ustawy z dnia 20 maja 2016 r. o inwestycjach w zakresie elektrowni wiatrowych (t.j. Dz. U. z 2024 r., poz. 317), o rozpoczęciu **od dnia 13 sierpnia 2025 r.** konsultacji społecznych projektu planu miejscowego, na podstawie którego mają być lokalizowane elektrownie wiatrowe, tj.:

projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla obszaru obejmującego fragmenty obrębów geodezyjnych Dąbek, Wyszyny Kościelne i Zdroje w gminie Stupsk - etap 1 wraz ze sporządzoną do niego prognozą oddziaływania na środowisko.

Z projektem konsultowanego planu miejscowego oraz z prognozą oddziaływania na środowisko można się zapoznać w siedzibie Urzędu Gminy Stupsk, ul. Henryka Sienkiewicza 10, 06-561 Stupsk, pokój nr 4 w godzinach pracy urzędu oraz na stronie Biuletynu Informacji Publicznej Urzędu Gminy Stupsk (stupsk.bipgmina.pl), zakładka: Plany w opracowaniu.

Zgodnie z Art. 8i, ust. 2 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (t.j. Dz. U. z 2024 r., poz. 1130), przewiduje się następujące formy konsultacji społecznych:

1. Zbieranie uwag do dnia **27 października 2025 r**.; uwagi składa się na piśmie utrwalonym w postaci papierowej lub elektronicznej, w tym za pomocą środków komunikacji elektronicznej, w szczególności poczty elektronicznej, w szczególności na formularzu w postaci papierowej lub w formie dokumentu elektronicznego na adres: Urząd Gminy Stupsk, ul. Henryka Sienkiewicza 10, 06-561 Stupsk, pokój nr 2, e-mail: sekretariat@stupsk.pl. Formularz jest dostępny pod ogłoszeniem, w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Gminy Stupsk. Składający uwagę podaje swoje imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby oraz adres poczty elektronicznej, o ile taki posiada, a także wskazuje, czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej wnioskiem, oraz może podać dodatkowe dane do kontaktu, takie jak adres do korespondencji lub numer telefonu. Uwagi do projektu zmiany planu miejscowego będą rozpatrywane przez Wójta Gminy Stupsk (organ właściwy do ich rozpatrzenia), w terminie 21 dni od dnia upływu terminu ich składania.
2. Dwa spotkania otwarte, poprzedzone prezentacją projektu planu miejscowego, które odbędą się:
   - **dnia 4 września 2025 r. o godzinie 15:00** odbędzie się dyskusja publiczna w formie prowadzonej za pomocą środków porozumiewania się na odległość, umożliwiających zabieranie głosu, zadawanie pytań i składanie uwag. Informację o łączu do dyskusji on-line będzie można uzyskać najpóźniej w dniu dyskusji pod adresem: stupsk.bipgmina.pl, zakładka: Plany w opracowaniu.
   - **dnia 4 września 2025 r. o godzinie 16:00** odbędzie się dyskusja publiczna w formie spotkania bezpośredniego w Urzędzie Gminy Stupsk, ul. Henryka Sienkiewicza 10, 06-561 Stupsk, sala konferencyjna (pokój nr 11).
3. Dyżur projektanta planu miejscowego, który odbędzie się w dniu **4 września 2025 r.** w Urzędzie Gminy Stupsk, ul. Henryka Sienkiewicza 10, 06-561 Stupsk, sala konferencyjna (pokój nr 11) **o godzinie 14:00.**

Wójt Gminy Stupsk

8725otm1-a-M

eprasa.pl 362a56d7de

NOWY KURIER MŁAWSKI
WTOREK || 29.07.2025

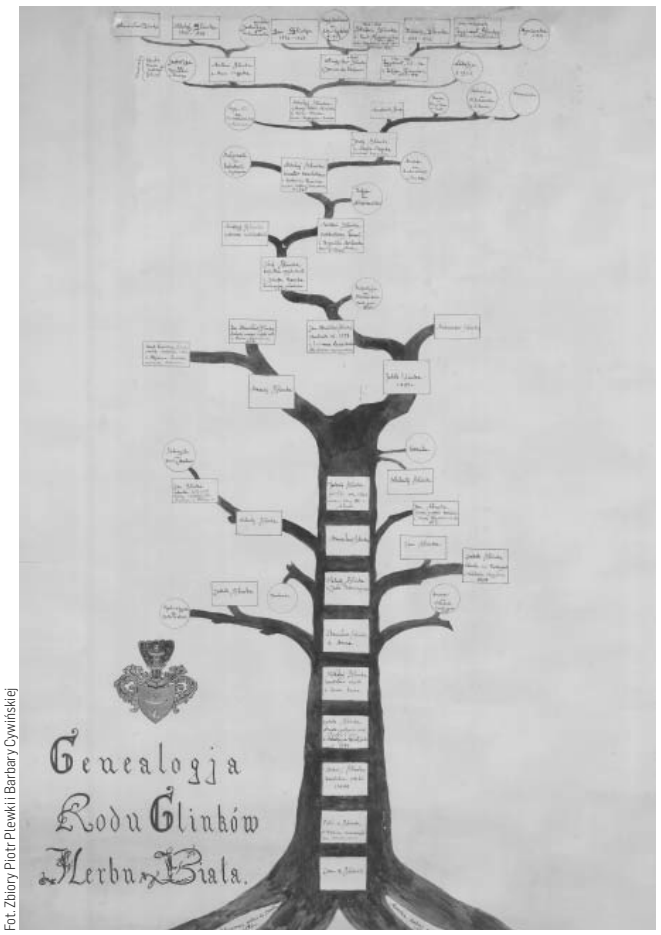
RÓD GLINKÓW Z DWORU W SUSKU STARYM (CZ. V)

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

Stryj naszej Mamy, Jan Glinka (1890-1963), syn Władysława i Joanny de Calonne, urodzony w Susku Starym, archiwista i historyk, stworzył drzewo genealogiczne rodziny Glinków. Może w Susku, może w Białymstoku, a może raczej w Wilanowie - nie wiemy. Zaczęło się od drzewa. Pierwszym starostą mławskim został z początkiem XVI w. Jakub Glinka. Jego potomkowie to Mikołaj, Stanisław, Walenty, Stanisław, Jakub, Jakub, Jan Stanisław, Józef, Antoni, Mikołaj, Józef, Mikołaj Zenon, Władysław (1864-1930), Stefan, Teresa i piszący o nich Piotr Plewka i Barbara Cywińska.

O Susku Starym - rodzinnie i emocjonalnie. Po śmierci Mamy (2021) przeglądając dokumenty związane z rodziną Glinków, przez wszystkich niemal przodków związanych z Mazowszem, zacząłem tworzyć biogramy dla występujących w drzewie postaci. Związany z Janem (był w 1954 r. moim ojcem chrzestnym), starałem się przez ostatnich kilka lat dowiedzieć się jak najwięcej o jego życiu. Jako Wielkopolanin, urodzony w Poznaniu, a całe zawodowe życie związany z Kórnikiem, niełatwo było mi „poruszać się" po Mazowszu. Silnym impulsem był dla mnie udział w konferencjach organizowanych przez Muzeum Kultury Kurpiowskiej w Ostrołęce. Ważna była też pomoc mojej siostry, Barbary Cywińskiej, pasjonującej się od lat genealogią. Setki fotografii ocalałych po dwóch wojnach, z których najstarsze wykonane były jeszcze w 1893 r., to historia opowiedziana obrazami. Opisywani wcześniej byli ojciec naszej Mamy Teresy: Stefan Glinka (1900-1940) i Magdalena (z d. Glinka) Skarżyńska, a ich bratem był Jan Glinka. Łączyło ich miejsce urodzenia - majątek w Susku Starym. I tak nieduża wieś na Mazowszu i słabo nam wtedy znana postać Jana Glinki skłoniła nas do powrotu do historii rodziny, jak się okazało wcale niezapomnianej na północnym Mazowszu.

Geograficznie: Susk Stary w gminie Rzekuń, powiat ostrołęcki, nieopodal drogi Ostrołęka - Ostrów Mazowiecka. Historycznie: W „Słowniku geograficznym Królestwa Polskiego i innych krajów słowiańskich" możemy znaleźć taką oto wzmiankę: „Susk, dawniej Susko, wieś w powiecie ostrołęckim, parafia Rzekuń. Rok 1408 w Ostrołęce, Jan starszy, książę mazowiecki nadaje Chabdzie dziedzicowi <<de Susko>> pewne przywileje". Około 1770 r. właścicielami majątku zostaje rodzina Antoniego Bukowskiego i powstaje dwór murowany. Syn Antoniego, również Antoni poślubia Annę z Glinków, która jako bezdzietna wdowa przekazuje Susk i inne dobra bratankowi Mikołajowi Zenonowi Glince. Majątek z pałacem w Szczawinie trafia po śmierci Mikołaja Zenona do syna Antoniego Glinki, a Susk obejmuje brat Władysław Glinka w roku 1907. Po Wielkiej Wojnie (1914-1918) Władysław zostaje założycielem i prezesem Towarzystwa Kredytowego Ziemskiego i przeprowadza się do Warszawy w roku 1919, a majątek przekazuje starszemu z synów, Janowi Glince. Światowy kryzys gospodarczy sprawia, że w 1931 r. Jan traci majątek na rzecz banku.



Fot. Zbiory Piotr Plewki i Barbary Cywińskiej

Wywód przodków wykonany przez Jana Glinkę

Fot. Zbiory Piotr Plewki i Barbary Cywińskiej

Sanie z lewej strony od frontu dworu w Susku Starym, 1912 r.

Dzierżawi go przez 4 lata Adolf Skłodowski, a w 1935 r. kupuje go rodzina Kiborttów. Podjąłem próbę odnalezienia potomków warszawskiej linii rodziny Kiborttów, ale bez skutku. Po zakończeniu wojny majątek w Susku Starym rozparcelowano, właścicielem zostaje Urząd Gminy, a użytkownikiem Państwowy Ośrodek Maszynowy (POM) w Susku Starym. Przebudowując wnętrze budynku gmina przeznacza go na mieszkania dla pracowników POM, a przez pewien czas w mieści się w nim szkoła gminna. Z karty ewidencyjnej zabytku z 1984 r. wynika, że obiekt „dwór", o powierzchni 508 m² jest w stanie zachowania złym, a najpilniejsze postulaty konserwatorskie to:„Uzupełnić lub wymienić pokrycie dachu. Założyć izolację pionową lub poziomą. Zmienić użytkownika".

Społecznie: Zniesienie obciążeń feudalnych przez uwłaszczenie chłopów nastąpiło na ziemiach Królestwa Polskiego w 1864 r., królem Polski był wtedy car Aleksander II Romanow. Wraz z rozwojem przemysłu pojawiły się idee socjalistyczne, zmieniało się podejście do równouprawnienia kobiet i dostępu do oświaty. Rodzina Glinków była w awangardzie przemian, a np. Józef Glinka, pradziad Jana, Magdaleny i Stefana z Suska Starego, stał na czele Powiatowej Rady Opiekuńczej, która w 1848 r. wybudowała w Ostrołęce szpital, nazwany w uznaniu dla naszego przodka imieniem św. Józefa. Szpital służył mieszkańcom do lat 60. XX w.

Politycznie: Władysław związany od 1917 r. ze Stronnictwem Polityki Realnej, a po śmierci Zygmunta Wielopolskiego został jego liderem. Po wycofaniu się z działalności politycznej w 1923 r., nadal współpracował z Władysławem Grabskim i Stanisławem Wojciechowskim.

Fot. Zbiory Piotr Plewki i Barbary Cywińskiej

Władysław Glinka z synem Janem. Ostrołęka, 1897 r.

Fot. Zbiory Piotr Plewki i Barbary Cywińskiej

Symboliczne spotkanie p. Barbary (z d. Plewki) Cywińskiej z prapradziadkiem Mikołajem Zenonem Glinką w Muzeum Narodowym Rolnictwa w Szreniawie, 2009 r.

Kulturowo: O ile magnateria tworzyła ośrodki kultury o krajowym znaczeniu (jak chociażby rodzina Branickich), o tyle ogromne, lokalne znaczenie kulturotwórcze miało ziemiaństwo. Władysław,

Fot. Zbiory Piotr Plewki i Barbary Cywińskiej

Pierwsza wizyta p. Teresy z Glinków Plewki w Susku Starym przed gankiem dworu, 1998 r.

eprasa.pl 362a56d7de

erudyta, po studiach na Sorbonie, zostaje dziedzicem majątku w Susku Starym, jego biblioteka liczy ponad osiem tysięcy tomów, jest pisarzem, przekłada z francuskiego, a Susk staje się miejscem spotkań ludzi kultury. Idea tych spotkań przyświeca później Janowi. Jednym z gości był w 1924 r. Juliusz Osterwa, wówczas już dyrektor Teatru Rozmaitości (dzisiejszego Teatru Narodowego). Filozof Franciszek Fiszer, wuj Jana, popularny wśród postaci kultury międzywojennej Warszawy, poznał Jana z aktorem. Zaproszony do Suska przyjechał na kilka dni z pianistą Teatru Polskiego Karolem Szusterem i wraz z Fr. Fiszerem oddawali się przeżyciom intelektualnym i estetycznym, przy akompaniamencie fortepianowym deklamowali wiersze, a mistrz Osterwa odgrywał role sztuki, która jeszcze nie weszła na afisz. Częstym gościem Jana bywał prof. Władysław Tatarkiewicz. Podobnych spotkań było wiele.

Fot. Zbiory Piotr Plewki i Barbary Cywińskiej

Pani Teresa z Glinków Plewka z synem Piotrem w Susku Starym u p. Janusza Pińkowskiego, lato 2009 r.

Fot. Zbiory Piotr Plewki i Barbary Cywińskiej

Wędrowiec przy krzyżu na drodze do Nowej Wsi. Susk Stary, 1911 r.

fot. Domena publiczna

Aktor Juliusz Osterwa, 1921 r.

Fot. Zbiory Piotr Plewki i Barbary Cywińskiej

Pałac w Szczawinie należący dawnej do Mikołaja Zenona Glinki, 2022 r.

Fot. Zbiory Piotr Plewki i Barbary Cywińskiej

Dwór w Susku Starym, 1910 r. Od prawej stoi Jan Glinka

Fot. Zbiory Piotr Plewki i Barbary Cywińskiej

Powrót krów z pastwiska. Susk Stary, 1895 r.

Rolniczo: majątki Glinków w Szczawinie i Susku Starym były ośrodkami postępu, tak w uprawie i jej umaszynowieniu, jak i w hodowli. Mikołaj Zenon jako pierwszy sprowadził na ziemie polskie (wówczas pod zaborem rosyjskim) bydło mleczno-mięsne alpejskiej rasy szwyc, a jego oborę zarodową uznawano za najlepszą w kraju. W Gazecie Rolniczej nr 44 z 1867 r. czytamy o owczarstwie: „Hodowla inwentarzy, a mianowicie owiec, w wielu gospodarstwach tutejszych, starannie jest prowadzoną, a łatwość nabywania tryków po cenach przystępnych z renomowanej owczarni szczawińskiej, wielce się przykłada do ciągłego postępu w tej ważnej gałęzi rolniczej." Jak pisze H. Zwierzyński,(„Ziemianin", nr 24 z 1867 r.) „hodowla owiec w majątku w Szczawinie przyniosła złoty medal na światowej wystawie w Paryżu za runa owiec elektoralnych najwyższej jakości w 1867 r.". Również złote medale w dziedzinie owczarstwa otrzymuje na wystawach w Petersburgu, Moskwie i ponownie w Paryżu, a brązowy w Filadelfii (1876). Na powszechnej wystawie światowej w Praterze pod Wiedniem Mikołaj Zenon Glinka otrzymał dyplom zasługi (1873) - pisze prof. dr Witold Pruski w „Szkicach o wkładzie zootechników polskich do kultury hodowlanej kraju i świata" (PWRiL, Warszawa 1979). Udział w wystawach przedstawicieli kraju, którego nie było wtedy na mapie miał inne, dużo ważniejsze od nagród znaczenie.

W Muzeum Narodowym Rolnictwa w Szreniawie znajduje się popiersie Mikołaja Zenona Glinki dziedzica Szczawina (w pałacu w Szczawinie kręcono niedawno film „Dewajtis"). Inne osiągnięcia majątków w Szczawinie i później w Susku to hodowla koni dla armii. Swoje szlify zdobywał jako suski stażysta późniejszy hipolog, Roman Rogowski. Władysław stworzył w roku 1904 jedną z pierwszych organizacji kółek rolniczych, drenował pola. Kontynuujący te idee Jan, był współzałożycielem w Ostrołęce po odzyskaniu niepodległości Rolniczego Uniwersytetu Ludowego i był na nim wykładowcą. To Jan kontynuował prace melioracyjne, wprowadzał mechaniczną uprawę roli i to on wyhodował dwie odmiany pszenicy jarej „ostka suska" i „gołka suska" - rozpowszechnione w kraju uzyskiwały wysoką cenę. Wszystko to Jan utracił, po tzw. „Wielkim Kryzysie" lat 30. XX w., który nie oszczędził wtedy nawet najbardziej postępowych majątków ziemskich.

C.d.n.

Piotr Rafalski, członek Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Mławskiej

Fot. Zbiory Piotr Plewki i Barbary Cywińskiej

Wędrowiec przy świętej figurze na drodze do Rzekunia, będącej przed bramą wjazdową do dworu w Susku Starym, 1911 r.

fot. Zbiory rodu Kiborttów

Dwór w Susku Starym za czasów rodziny Kiborttów, 1938 r.

Fot. Zbiory Piotr Plewki i Barbary Cywińskiej

Zofia Piętkówna w bryczce przed dworem, z prawej strony od frontu w Susku Starym, 1910 r.

Fot. Zbiory Piotr Plewki i Barbary Cywińskiej

Orka przed zimą w majątku Susk Stary, 1911 r.

eprasa.pl 362a56d7de

NOWY KURIER MŁAWSKI
WTOREK || 29.07.2025

NAJTRUDNIEJSZA DLA SENIORÓW JEST SAMOTNOŚĆ...

SAMOTNOŚĆ OSÓB STARSZYCH TO JEDEN Z NAJWIĘKSZYCH PROBLEMÓW. W POLSCE MAMY WIELE MIESZKAŃ, W KTÓRYCH CZAS SPĘDZAJĄ SAMOTNI I STARZY LUDZIE. RODZINA I SĄSIEDZI ZAPOMINAJĄ O CZŁOWIEKU, CZĘSTO MIESZKAJĄCYM ZA ŚCIANĄ. O JEGO „NIEISTNIENIU" ZAWIADAMIAJĄ MUCHY I ODÓR WYDOBYWAJĄCY SIĘ ZZA DRZWI...

Człowiek starszy w naszym kraju zauważany jest przez środowisko i rodzinę najczęściej wtedy, gdy znajdzie się w sytuacji, w której ze względu na niesamodzielność potrzebuje niezbędnej pomocy w czynnościach dnia codziennego i staje się dla najbliższych uciążliwym życiowym problemem. Zazwyczaj obowiązki sprawowania opieki nad osobą starszą przekraczają możliwości psychiczne, fizyczne, a czasem i finansowe rodzin.

Ponad 9 milionów Polaków ma powyżej 60 lat, a ta liczba rośnie z każdym rokiem. Do 2050 roku seniorzy będą stanowić ponad 30% społeczeństwa. Samotność seniorów wpływa nie tylko na ich kondycję psychiczną, ale również na zdrowie fizyczne, zwiększając ryzyko chorób serca i depresji. Samotność to nie tylko brak obecności bliskich, ale także poczucie izolacji i brak możliwości aktywnego uczestnictwa w życiu społeczności. Wielu seniorów spędza większość swojego czasu w domu, często przed telewizorem, co tylko pogłębia poczucie wykluczenia. Kiedy samotność uderza z największą siłą? Według seniorów, najtrudniej jest wieczorami i gdy urywa się kontakt z rodziną.

Wielu jest takich, którzy starością gardzą. Traktują ludzi u schyłku życia jak niepotrzebny balast. Zachowują się z uwłaczającą pobłażliwością albo wrogim dystansem. Jednak nigdy na serio. Starsi ludzie nie pasują do świata, w którym zamiast być ze sobą, przenosimy się w wirtualny świat.

— Starość jest smutna i bardzo samotna. Niskie świadczenia emerytalne nie zaspokajają naszych podstawowych potrzeb — mówi pani Wiesława. — Często muszę wybierać, czy kupić chleb, czy też wykupić przepisane leki. Brakuje lekarzy geriatrów. Do specjalistów czeka się kilka miesięcy, a nawet lat, usługi opiekuńcze są odpłatne, a świadczenia z pomocy społecznej nie wystarczają. A najgorsze jest to, że dzieci i wnuki też z czasem zapominają — dodaje ze smutkiem.

Pani Krystyna jest wdową, ma trójkę dzieci, wnuki. Niestety w Olsztynie została sama, bo dzieci po ukończeniu studiów wyjechały i założyły rodziny w innych miastach. Po śmierci męża nie potrafiła odnaleźć się w nowej, samotnej rzeczywistości. Znajoma namówiła ją do uczestnictwa w Klubie Seniora.

— Nie miałam chęci do życia, do wstania rano, brakowało mi chęci do wyjścia z domu — wspomina. — Tak wyglądała moja codzienność po śmierci ukochanego męża. Był schorowany od młodości. Całe życie pracowałam w szkolnictwie, wychowywałam troje dzieci i opiekowałam się cierpiącym mężem. Przetrwałam te trudne lata, nie tracąc pogody ducha. Najcięższy okazał się jednak czas żałoby. Dopóki byliśmy razem, mimo wszelkich trudności, byłam szczęśliwa. Gdy zostałam sama, przyszło załamanie. Wtedy znajoma namówiła mnie do uczestnictwa w Klubie Seniora. Tam odżyłam. Wyszłam z domowej izolacji, która mnie dusiła. Gdyby nie to, pewnie dziś nie byłoby mnie na tym świecie. Samotność jest okropna, zabija powoli, ale skutecznie.

Z badań „Sytuacja społeczna osób w wieku 65+" zrealizowanego dla Stowarzyszenia Mali Bracia Ubogich przez ARC Rynek i Opinia, wynika, że osoby po 65. roku życia najczęściej mieszkają w gospodarstwach jednopokoleniowych (78 proc.). Co trzecia osoba mieszka w gospodarstwie jednoosobowym (34 proc.) – odsetek ten wzrasta do 50 proc. w przypadku osób powyżej 80. roku życia. Problemy, z jakimi najczęściej mierzą się osoby starsze, to: problemy zdrowotne (55 proc.), utrata bliskich (46 proc.), zakończenie życia zawodowego (28 proc.), samotność/izolacja (17 proc.), brak pieniędzy (14 proc.), utrata samodzielności (13 proc.), nuda (13 proc.), brak poczucia bezpieczeństwa (12 proc.) oraz poczucie bycia niepotrzebnym (10 proc.). Niemal co piąta osoba po 65. roku życia czuje się samotna, a odsetek ten istotnie wzrasta wśród osób powyżej 80. roku życia. Uczucia samotności doświadczają najczęściej osoby mieszkające w jednoosobowych gospodarstwach, przede wszystkim owdowiałe kobiety. Z samotnością próbują walczyć głównie poprzez zajęcia wykonywane w pojedynkę – np. oglądanie telewizji, czytanie czy rozwiązywanie krzyżówek...

— Nie ma jednej recepty na to, jak nie być samotnym, bo można w życiu mieć mnóstwo dzieci i zostać na starość samotnym, albo być stanu wolnego, a mieć mnóstwo znajomych i przyjaciół — mówi pan Jan, który po śmierci żony mieszka sam. Mężczyzna ma 76 lat i emeryturę w wysokości 1500 złotych. — Po opłaceniu rachunków, wykupieniu podstawowych leków, na życie zostaje mi jakieś 500 złotych. To tak na dzień wypada jakieś 16 złotych. To bardzo niewiele przy obecnych cenach. Mam dwójkę dzieci, ale każde ma swoją rodzinę, pracę, życie. Może gdybym się przyznał, że mi ciężko, to pewnie by mi pomogli, ale ja się wstydzę, a oni wpadają do mnie tylko na chwilę... Nigdy nie pytają, czy czegoś potrzebuję, czasem córka jakiś kawałek ciasta czy pierogi przyniesie. Wnuki pamiętają o Dniu Dziadka, urodzinach, święta też spędzamy razem, ale większość dni spędzam samotnie, bo zdrowie już też nie takie, żeby chodzić na spacery. Straszna jest taka samotność. Jak żona żyła, to razem było nam raźniej, porozmawialiśmy, oglądaliśmy telewizję, czasem do kina wyszliśmy czy na jakąś wystawę. Teraz bywa, że cały dzień nie mam do kogo się odezwać... Smutno mi i czuję się z tą samotnością źle. Czasem myślę, że śmierć jest lepsza niż taka samotność — dodaje ze smutkiem.

Joanna Karzyńska

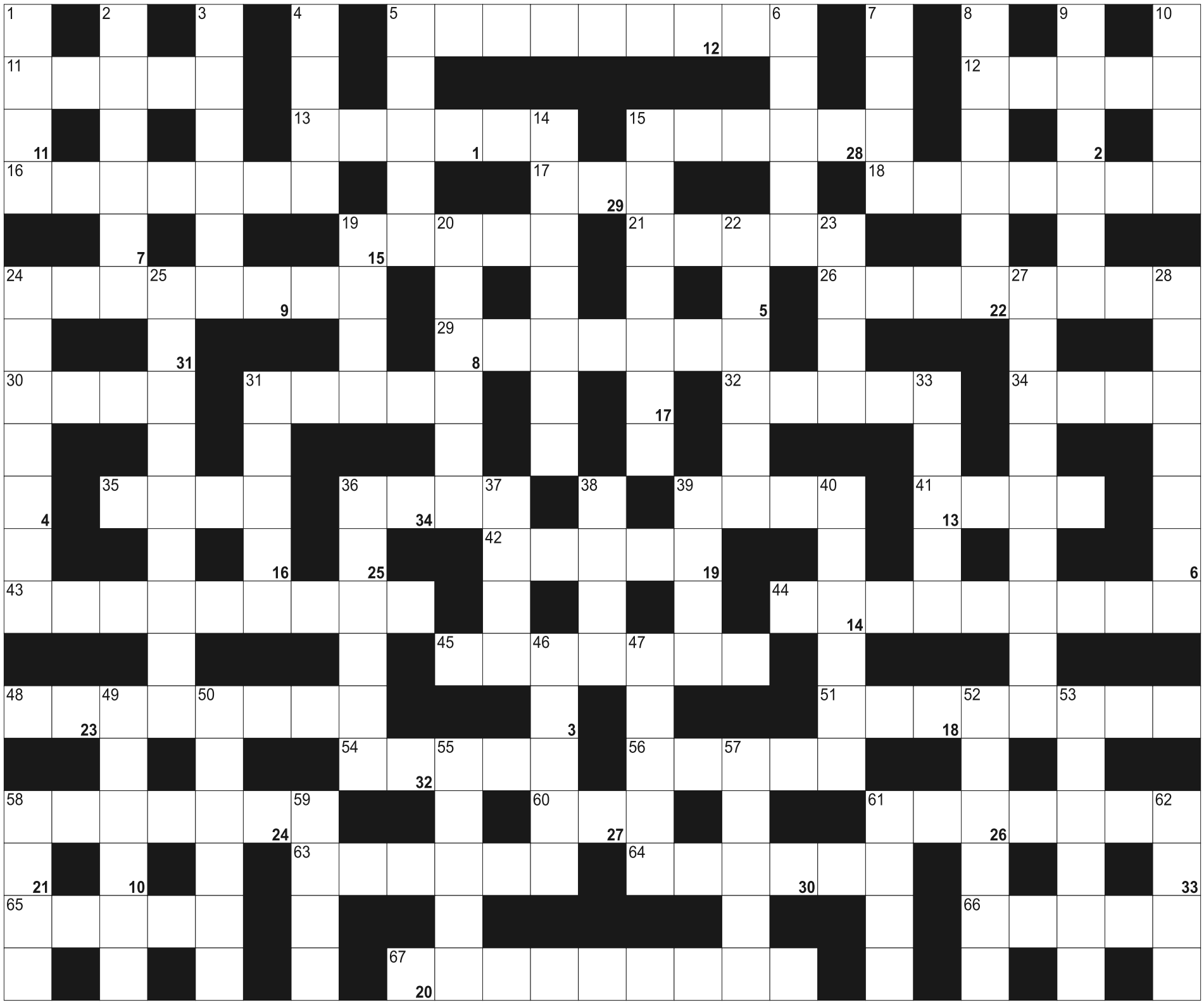
fot. Pixabay

Samotność jest realnym problemem, zwłaszcza w życiu codziennym seniorów

STARSI LUDZIE POTRZEBUJĄ AKCEPTACJI, WSPARCIA, CIEPŁA DOMOWEGO OGNISKA I MIŁOŚCI. KAŻDY Z NAS TEGO POTRZEBUJE. CZAS PŁYNIE. DZISIAJ MOŻEMY WSZYSTKO, ALE JUTRO MOŻEMY ZACZĄĆ TRACIĆ PAMIĘĆ, CIĘŻKO ZACHOROWAĆ. SZCZYTEM MARZEŃ STANIE SIĘ WOLNE MIEJSCE W AUTOBUSIE, O ILE KTOŚ POMOŻE NAM DO NIEGO WEJŚĆ. ZDOBYWAJĄC ŚWIAT, WARTO O TYM CZASEM POMYŚLEĆ. ZWŁASZCZA KIEDY SPOTYKAMY KOGOŚ, KTO PRZESZEDŁ DROGĘ TROCHĘ DŁUŻSZĄ NIŻ MY...

eprasa.pl 362a56d7de

Krzyżówka klasyczna z hasłem



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 34, utworzą rozwiązanie - przysłowie:

1	2	3	4		5	6	7	8	9	10		11	12	13	14	15	16	17	18	19		20	21	22
23	24		25	26	27	28	29	30	31	32	33	34												

POZIOMO: 5) góry ze szczytem K2; 11) ze spławikiem i haczykiem; 12) trasa turystyczna w górach; 13) sztywna część czapki; 15) dawny odpowiednik litra; 16) mięso na mielone; 17) najwyższy szczyt Filipin; 18) sędzina konkursu; 19) duży przodek słonia; 21) kraj z Trypolisem; 24) składanie żagli; 26) inaczej dochodzenie; 29) śnieżyca z silnym wiatrem; 30) płytki odcinek rzeki; 31) race świetlne; 32) dawny wiejski dom; 34) karciana figura; 35) dworzec lotniczy; 36) hiszpański samochód; 39) gra w lotki; 41) można na gitarze lub na nerwach; 42) włosy na powiece; 43) melon cukrowy; 44) półwysep z Danią; 45) wiśnia wonna; 48) zielony kamień szlachetny; 51) farmaceuta; 54) dawny, cenny mebel; 56) stolica Jordanii; 58) potocznie zabobon; 60) syczący gad; 61) trybuna, podium dla mówcy; 63) największe jezioro Europy; 64) kupalnik górski inaczej; 65) rodzinne miasto Talesa; 66) Dahl, brytyjski pisarz; 67) znak Zodiaku.

PIONOWO: 1) szybki galop; 2) osoby kształcące się w jakiejś dziedzinie; 3) niejedna w zeszycie; 4) utleniona z apteki; 5) manna lub gryczana; 6) w Niemczech przed Euro; 7) państwo; 8) Lindgren, autorka "Dzieci z Bullerbyn"; 9) spermacet, substancja; 10) dokumentacja sądowa; 14) kościół z biskupem; 15) pionowy rząd cyfr; 19) zakończenie maratonu; 20) instrumentalna lub symfoniczna; 22) forma do pieczenia; 23) Joanna dla przyjaciół; 24) niejeden w muzeum; 25) pojedynczy człowiek; 27) w rękach terrorysty lub porywacza; 28) owologia inaczej; 31) wygodny do siedzenia; 33) lekceważąco o Angliku; 36) broń szermierza; 37) fotel króla; 38) drzewa z żołędziami; 39) twardy w komputerze; 40) Harry, były prezydent USA; 46) pospolita to kalebasa; 47) piaszczysta wzdłuż morza; 49) płynie w Koblencji; 50) pozostaje z dzielenia; 52) marszałek Polski Rydz-Śmigły; 53) niemiecka marka sportowa; 55) zły karzeł ze skandynawskich legend; 57) waluta Azerbejdżanu; 58) rywal Adidasa i Nike; 59) ręka potocznie; 61) ostryga lub omułka; 62) egipska opera Verdiego.

eprasa.pl 362a56d7de

Szukasz Klientów?

e-mail: redakcja@kuriermlawski.pl

PRACA

!!! ZATRUDNIĘ PRACOWNIKA DO TARTAKU W OKOLICACH GIŻYCKA MILE WIDZIANE DOŚWIADCZENIE. TEL. KONT., 721-303-744

STRZEGOWO. PRACA dla KIEROWCY po kraju BUSem, kat. ?B" - tylko z DOŚWIADCZENIEM ZAWODOWYM, na stałe bądź dorywczo., tel.500167449

ZATRUDNIĘ do pracy w gospodarstwie. tel. 668-397-005

ZATRUDNIĘ pracowników z doświadczeniem do elewacji, tel.662010376

SPRZEDAM

DREWNO opałowew tylko w powiecie Nowomiejskim i Iławskim sprzedaję- brzoza, buk, sosna oraz rozpałka sosnowa i brykiet olchowo-bukowy oraz buk z kloca pocięty, zapewniam transport tel.697-768-908.

NIERUCHOMOŚCI

!-KANCELARIA NIERUCHOMOŚCI-GUTKOWSKI, jesteśmy dla Państwa od XXw. NIERUCHOMOŚCI-SPRZEDAŻ-KUPNO-WYNAJEM, Iława, ul.Niepodległości 8/13, www.gutkowski-nieruchomości.pl, e-mail:ilawa@gutkowski-nieruchomości.pl, tel.89-649-31-19, tel.604-222-552

GARAŻ kupię Giżycko, 885-346-885

NML Sprzedam mieszkanie w bloku 36,3m2, ul.Grunwaldzka 24A, Nowe Miasto Lubawskie, 2 piętro, 2 pokoje, kuchnia, łazienka, przedpokój, balkon+ piwnica, ogólnie dostępna wózkownia, parking osiedlowy tel.739-434-448.

NML Wynajmę tanio lokal-mieszkanie w bloku na parterze z odrębnym wejściem o powierzchni 39m2, Nowe Miasto Lubawskie, ul.Piastowska 7, tel.515-636-519.

AUTO-MOTO

FORD BMax sprzedam 1,5TDCi, 75KM. Doinwestowany, 572-362-542

NML Sprzedam Opel Mokka 1.6 benzyna, 115KM, 2016r., przebieg 67.700km., bezwypadkowy, tel.660-785-921.

NYSĘ, TARPANA, ŻUKA, MALUCHA, FIATA 125P, POLONEZA na części lub w całości kupię, tel.698-082-959.

USŁUGI

REMONTY mieszkań, tanio. 515705442

USŁUGI BUDOWLANE- budowa domów, budynków inwentarskich, docieplenia, ogrodzenia, pokrycia dachowe, układanie kostki brukowej tel.725-217-093

RÓŻNE

CENTRUM Tłumaczeń -wszystkie języki. szybkie terminy. Bezpłatna wycena., 516-464-884

SPRZEDAM drewno opałowe suche 724-301-417

WYPRZEDAŻ stoły, ławki,altany, domki dziecięce. Usługi wykonam na zamówienie., 500-077-522

ROLNICTWO

maszyny rolnicze

GRUBER 3,2m, talerzówka półzawieszana 2,8m, wał posiewny hydraulicznie składany 6,2m Vaderstad, przewracarko zgrabiarka- sprzedam tel.604-147-688, tel.698-703-449.

PŁUG Overum trzy i czteroskibowy zagonowy, opryskiwacz zawieszany 1000L-16m, podajnik zbożowy 12m, suszarnia do zboża, gruber 3,5m,- sprzedam tel.604-147-688, tel.698-703-449.

SPRZEDAM kombajn (cały lub części), ładowacz cyklop, młynek bąk, 724-259-595

DWIE źrebówki roczne oraz prasa belująca Metal-Fach, rozrzutnik obornika 6T, prasa Welger kostkująca, przyczepa objętościowa do małej kostki, kombajn zbożowy Deutz-Faher i słoma w balotach-sprzedam, tel.600-606-349.

ciągniki

CIĄGNIK Ursus 330, 1973r., zarejestrowany, opłacony, pierwszy właściciel- sprzedam, dzwonić po godzinie 17-tej, tel.889-642-512.

CIĄGNIKI i maszyny rolnicze kupię, tel.606-713-778.

produkty rolne

PSZENŻYTO sprzedam, tel.694-497-190.

ZWIERZĘTA

KARPIE od 12 do 15cm oraz japonkę 20dkg.- sprzedam, tel.56-474-71-52.

NOWY KURIER mławski.pl

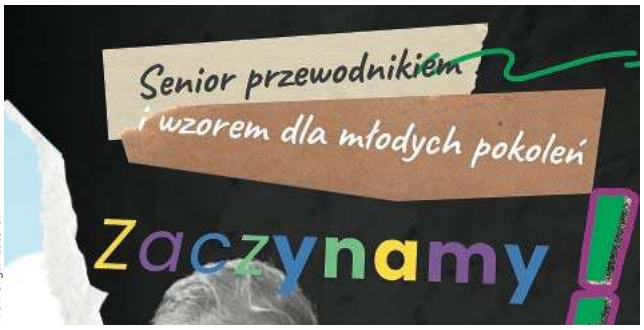
rmlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl wski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl • kuriermlawski.pl •

UNIKATOWA PUBLIKACJA I WIECZÓR AUTORSKI

W sali koncertowej Państwowej Szkoły Muzycznej I i II st. im. A. Krzanowskiego w Mławie miało miejsce spotkanie promocyjne poświęcone publikacji Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Mławskiej pt. „Laureaci Tytułu Mławianin Roku 1999-2023".
Spotkanie promujące książkę autorstwa Leszka Arenta, Michała Nowakowskiego, Janusza Grochowskiego, ks. Ryszarda Kamińskiego oraz Lecha Prejsa poprowadzili Anna Sowa-Matalińska oraz Adam Czarny. Wśród osób, które wzięły udział w wydarzeniu, znaleźli się laureaci tytułu i osoby z nimi związane – ich przedstawiciele oraz członkowie rodzin. Nie zabrakło również miejsca dla gości.
W wydarzeniu wzięli udział i zabrali głos reprezentanci samorządów współfinansujących publikację – Burmistrz Miasta Mława Piotr Jankowski i Wicestarosta Mławski Tomasz Chodubski – oraz Poseł na Sejm RP Anna Ewa Cicholska. Dziękowali autorom publikacji za to unikalne dzieło będące wyjątkową pamiątką dokonań prezentowanych w nich osób, a także samym Mławianom Roku za nieoceniony wkład w historię i rozwój miasta oraz regionu. O samej książce i pracy nad nią opowiadali zgromadzonym w sali koncertowej szkoły muzycznej autorzy dzieła. Zainteresowani książką „Laureaci Tytułu Mławianin Roku 1999-2023" mogą ją znaleźć m.in. w Miejskiej Bibliotece Publicznej w Mławie (publikacja nie jest przeznaczona do sprzedaży). **Adrian Lamparski / WP**

fot. Mateusz Przybyszewski

PROJEKT „SENIOR PRZEWODNIKIEM I WZOREM DLA MŁODYCH POKOLEŃ"



Arch. Organizatorów

Rozpoczyna się rekrutacja do projektu „SENIOR PRZEWODNIKIEM I WZOREM DLA MŁODYCH POKOLEŃ", który jest współfinansowany ze środków Samorządu Województwa Mazowieckiego.
Wśród zaplanowanych działań odbędą się:
- warsztaty gier i zabaw międzypokoleniowych,
- warsztaty kulinarne,
- warsztaty ubioru i komunikowania się
- warsztaty z wykorzystywania nowoczesnych technologii,
- warsztaty muzyczne,
- warsztaty fotograficzne,
- film krótkometrażowy „Legenda o Mławie".

W projekcie uczestniczyć mogą osoby 60+ oraz młodzież (16 – 23 lata) z terenu miasta Mława.

NABÓR UCZESTNIKÓW TRWA DO DNIA 31 LIPCA 2025. LICZBA MIEJSC JEST OGRANICZONA.

REKLAMA

6624otbp-u-M

eprasa.pl 362a56d7de

NOWY KURIER MŁAWSKI
WTOREK || 29.07.2025

ŻYCIE MI DOPIEKŁO...

BÓG RACZY WIEDZIEĆ, OD CZEGO SIĘ ZACZĘŁO, ALE COŚ MUSIAŁO BYĆ TYM OSTATECZNYM ZAPALNIKIEM. GWOŹDZIEM DO TRUMNY, KROPLĄ, KTÓRA NA PROCH SKRUSZYŁA SKAŁĘ. I EFEKT JEST TAKI, ŻE OD KILKU JUŻ TYGODNI TOWARZYSZY MI POCZUCIE ZMĘCZENIA, NIESPRAWIEDLIWOŚCI I NIEMOCY. A JESZCZE GORZEJ — ŻE NIE WIEM, JAKIE NA TO LEKARSTWO. A CO, JAK W OGÓLE NIE PRZEJDZIE...?

fot. freepik

Bezsensowna śmierć

Rany boskie, co to się w ogóle dzieje?! Owszem, każdego szkoda, ale przyznajcie sami, Kochani Czytelnicy, że jednak śmierć kogoś, kto umiera w wieku lat piętnastu — musi budzić i zgrozę, i sprzeciw, i niemoc, i pretensję do świata!

Nie chcę ferować przedwczesnych wyroków. Daleko mi do krytyki kogoś, kogo nie znam. Jeszcze dalej do oceny sytuacji, w której nie tylko nie brałam udziału, ale nawet nie znam do końca okoliczności i opinii wszystkich uczestników. A jednak gdy słyszę, że gdzieś w ciemnościach nocy, w pełnym umundurowaniu wpław płynął młody człowiek — mój wewnętrzny głos gromko krzyczy, że coś tu jest bardzo nie tak! Sama do harcerstwa nigdy nie należałam, ale moja wychowawczyni z podstawówki była wieloletnią harcerką, organizatorką i animatorką obozów harcerskich. Dzięki niej ja sama tego późnego harcerstwa jeszcze zdążyłam zasmakować. Swoje zrobiły też „Czarne Stopy" — powieść Seweryny Szmaglewskiej oraz kolejne tomy autorstwa Zbigniewa Nienackiego, o którym można różne rzeczy do dziś wygłaszać i różne psy można jednocześnie wieszać — ale tego, jak pięknie wplótł harcerzy w swoje kryminalne historie — nie odmówią mu nawet jego najzagorzalsi krytycy! Szukanie po nocy skarbów i ściganie złoczyńców — tak. Ale nic więcej.

Tymczasem kilka dni — a właściwie kilka nocy temu — zginął młody człowiek. W dodatku, niech to grom spali! — miał na imię dokładnie tak, jak mój bratanek i jeszcze tyle samo lat...! Serce mi pękło na tysiąc kawałków...

I wiecie co? Ten młody człowiek, Dominik, lat 15, miał ponoć zdobyć jakąś sprawność. To ja już dzisiaj wszystkim harcerzom, harcmistrzom i innym wyczynowcom mam tylko jedno do powiedzenia: bądźcie niesprawni! Albo bądźcie mniej sprawni! Nie udowadniajcie niczego ani sami sobie, a już tym bardziej innym! Jak dla mnie — wszyscy możecie być ostatnimi lebiegami i niezdarami — grunt, żebyście byli żywi!

Z niewiadomych dla mnie wciąż powodów niezwykle dotknęła mnie też kolejna przedwczesna i bezsensowna śmierć. Kilka dni temu zmarł bowiem Malcolm-Jamal Warner, jak dla mnie aktor moich lat dziecięcych w pewnym serialu, którego nazwy nie wymieniam z rozmysłem i z wiadomych powodów. Faktem jest jednak, że wtedy bawiłam się setnie. Do dziś szczególnie miło wspominam odcinek, w którym grany przez Malcolma Theo przekłuł sobie ucho, o czym natychmiast życzliwie doniosły ojcu jego siostry. Sam Theo nie chciał się wyczynem ani samą biżuterią ojcu chwalić — ten z kolei nie chciał zadenuncjować swoich informatorek. I te sztuki, które ojciec wyczynia, żeby jawnie dojść do prawdy i by bynajmniej nie pogratulować błyskotki synowi — a inne sztuki, które z kolei syn wyczynia, by ojciec błyskotki nie zauważył, najwyraźniej bowiem nie spodziewał się ani gratulacji, ani okrzyków zachwytu — do dziś wywołują mój uśmiech, nawet na znękanej ostatnio twarzy.

Szkoda. Szkoda człowieka, bo jak się okazało, Malcolm-Jamal Warner był nie tylko aktorem, ale też reżyserem i producentem filmowym, nominowanym do nagrody Emmy. A utonął podczas wakacji w Kostaryce, prawdopodobnie w czasie próby ratowania córki.

Bez sensu. Polityka, polityka, wszędzie polityka...!

Zabije mnie ta polityka kiedyś — to jest więcej niż pewne! Nie, wnikać w żadne szczegóły absolutnie nie będę, bo na pewno Kochanych Czytelników nie będę katować kolejnymi politycznymi rewelacjami, a i sobie oszczędzę rozgrzebywania kolejnych ran. Dość powiedzieć, że coraz częściej mam taki sprytny plan, by na wakacje owszem — pojechać. Ale żeby w miejscu, do którego trafię, zaraz po przylocie poprosić o azyl polityczny. Choćby dlatego, że na tegoroczne wakacje wybieram się w okolicę znaną przede wszystkim ze słońca, dobrego jedzenia, całych kilometrów plaż z dostępem do ciepłej wody i miałkiego, jasnożółtego piaseczku oraz z wielowiekowych tradycji tanecznych. Sama do tańca wielkiego — nomen omen — drygu nigdy nie miałam, ale kto wie? Może ja właśnie w złym miejscu na świat przyszłam i nie miałam szansy, by rozwinąć taneczne skrzydła? Zatem dosyć tego i najwyższy czas nadrobić wszelkie niedociągnięcia w tym zakresie!

A w kwestii polityki zostały mi już tylko dwa komentarze — pierwszy autorstwa Marka Twaina, który już w swoich czasach wiedział, że żadna liczba (a nawet ilość) dowodów nigdy nie przekona idioty; drugi, anonimowy — że można doprowadzić konia do wodopoju, ale nie da się go zmusić do wypicia wody. I tak samo można komuś pokazać prawdę, a jednak nigdy nie dasz rady zmusić go do myślenia.

No to i nie zmuszam! Zostawiam z tą prawdą, dowodami i niechęcią do myślenia, a sama udaję się do krainy tańca i słońca! I niech się, co chce — dzieje!

Niesłowny gość

Niesłowny gość, każden (sic!) jeden, dobija mnie jeszcze bardziej niż ta diabelska polityka!

Sama wychowana na niezawodności i rzetelności, od zarania żywota nauczona zostałam, że słów na wiatr się nigdy nie rzuca, a jeśli już się cośkolwiek komukolwiek obiecało — klamka zapadła, słowo się rzekło i choćbym miała umrzeć i znów się narodzić — słowa dotrzymać muszę, bo inaczej ta niespełniona obietnica przygniecie mnie prasą hydrauliczną na amen!

Tymczasem reszta społeczeństwa najwyraźniej uczyniła sobie z rzucania słów na wiatr swoisty sport! Kto więcej obieca, a nie spełni — ten jest król, pan i władca!

Ot, przykład pierwszy z brzegu. Żaluzje mi się zużyły i już wczesną wiosną coraz częściej dawały do zrozumienia, że najlepsze czasy mają za sobą. Znalazłam człowieka, który dawno temu i w zupełnie innej lokalizacji zakładał mi pierwsze żaluzje w życiu, jakoś nie pozostawił po sobie złego wrażenia — czym prędzej zatem odnowiłam kontakt. Pamiętał, stawił się na pomiar dokładnie 11 kwietnia br. — i wszelki ślad po nim zaginął...! Uleciał w przestworza, kosmici go porwali, podczepił się pod Sławosza razem z tymi pomiarami, które owego pamiętnego 11 kwietnia pobrał — diabli wiedzą! Pisałam i dzwoniłam, do niego i do sekretariatu. Nic. Okrągłe zero. W czerwcu niby się odezwał sam z siebie i napisał coś o roletach (sic!) i przyszłym tygodniu... Nie uściślił jednak po którym tygodniu ten przyszły ma nastąpić. Dałam zatem za wygraną, bo trochę poczułam, że jednak za niskie progi, a może przeciwnie — zadanie go przerosło — i zamówiłam innego majstra, któremu łącznie, licząc od telefonu do dnia montażu, sprawa zajęła dni 10 — słownie: dziesięć.

Tymczasem kilka dni temu objawił się całkiem znienacka ten majster kwietniowy i dziwi się w najnowszej wiadomości mocno, że nie odpowiadam na jego zaczepki! A co? Niefajnie, gdy się tak pisze i dzwoni, a po drugiej stronie trwa martwa cisza...? No ja wiem, że niefajnie. I wiem, że jak się do czegoś zobowiązuję — to spełniam. Jak mam trudności — to informuję, uprzedzam, ewentualnie wspólnie szukamy innego rozwiązania. Ale na Boga! — nie zostawiam nikogo z obietnicą i rozgrzebanymi na pół roku oknami! Bo naprawdę wszystko można wyjaśnić i zawsze można jakoś zadziałać. Nie jesteś pewien, czy dasz radę — nie obiecuj. A już wyjątkowo gorące miejsce w piekle czeka na tych, co składając obietnicę — już wiedzą, że jej nie dotrzymają!

Artykuł dedykuję komuś, kto ględzi coś o łabędziach, a dawno powinien zmierzać w kierunku Santiago de Compostella — sic! — to podwójne 'l' umieszczam z rozmysłem!

Magdalena Maria Bukowiecka

eprasa.pl 362a56d7de

CZY WEŹMIE NAS CHOLERA?

W SZCZECIŃSKIM SZPITALU PRZEBYWA PACJENTKA W WIEKU SENIORALNYM, U KTÓREJ LEKARZE PODEJRZEWAJĄ CHOLERĘ — ZAKAŹNA CHOROBA UKŁADU POKARMOWEGO. TO PIERWSZY PRZYPADEK W POLSCE OD KILKU LAT, PRZY CZYM PAMIĘTAJMY, ŻE EPIDEMIOLODZY NA RAZIE STWIERDZILI ZAKAŻENIE PRZECINKOWCEM CHOLERY, ALE JESZCZE NIE STWIERDZILI SAMEJ CHOROBY.

Fot. wikipedia

Epidemia cholery w Palermo w 1837 roku

Co to za choroba — ta cholera?

Cholerę wywołuje bakteria zwana Vibrio cholerae, przecinkowca cholery. Śmiertelne skutki tej choroby są wynikiem toksyny wytwarzanej przez te bakterie w jelicie cienkim, która powoduje wydalanie przez organizm ogromnych ilości wody. Prowadzi to do biegunki i szybkiej utraty płynów i soli. Bakterie cholery mogą nie wywoływać choroby u wszystkich osób narażonych na ich działanie. Cholera najczęściej rozprzestrzenia się przez zanieczyszczoną bakteriami wodę, choć do zakażenia może dojść także przez skażoną żywność.

Nieleczona — może w ciągu kilku godzin doprowadzić do śmierci, nawet osoby dotychczas silne i zdrowe.

Choć współczesne systemy oczyszczania ścieków i wody niemal wyeliminowały cholerę w krajach rozwiniętych, to nadal występuje ona w niektórych częściach Afryki, Azji Południowej i Południowo-Wschodniej oraz Ameryki Łacińskiej. Ryzyko wybuchu epidemii cholery jest najwyższe, gdy ludzie są dotknięci ubóstwem, wojną lub klęskami żywiołowymi.

Owoce morza — to kolejne źródło bakterii cholery. Spożywanie surowych lub niedogotowanych owoców morza, zwłaszcza skorupiaków, pochodzących z niektórych miejsc, może narazić na zakażenie bakteriami cholery. Także surowe owoce i warzywa są częstym źródłem zakażenia na obszarach, na których występuje cholera. W krajach rozwijających się niekompostowane nawozy z obornika lub woda do nawadniania zawierająca surowe ścieki mogą skazić plony na polach. Kolejne źródło to zboża — w regionach, gdzie cholera jest szeroko rozpowszechniona, czasami zagrożenie stanowią wilgotne zboża: ryż i proso. Mogą się w nich rozwijać bakterie cholery, jeśli zostaną zanieczyszczone po ugotowaniu i przechowywane w temperaturze pokojowej przez wiele godzin.

Objawy

Większość osób narażonych na bakterie wywołujące cholerę nie choruje i nie ma świadomości zakażenia. Jeśli jednak ich stolec zanieczyści wodę lub żywność — mogą zarażać innych. Cholera wywołuje objawy, najczęściej prowadząc do biegunki. Często trudno odróżnić ją od biegunki spowodowanej innymi schorzeniami. Jednak w przypadku cholery, najczęściej w ciągu kilku dni od zakażenia, pojawiają się też inne, poważniejsze objawy biegunki: pojawia się nagle i może szybko spowodować niebezpieczną utratę płynów. Niektórzy dorośli wydalają nawet1 litra stolca na godzinę — ma on blady, mleczny wygląd, może przypominać wodę, w której płukano ryż i często ma rybi zapach. Co za tym idzie — pojawia się rozstrój żołądka i wymioty, które we wczesnych stadiach cholery mogą trwać godzinami. W ciągu kilku godzin od wystąpienia objawów cholery rozwija się odwodnienie — w skrajnych wypadkach może ono doprowadzić do utraty ponad 10% masy ciała, Objawami odwodnienia cholery są drażliwość, zmęczenie, zapadnięte oczy, suchość w ustach, silne pragnienie i skąpe lub żadne oddawanie moczu. Skóra może stać się sucha, pomarszczona i wolno powracać do pierwotnej formy po ściśnięciu w fałd. Objawami mogą być również niskie ciśnienie krwi i nieregularne bicie serca.

Odwodnienie może prowadzić do szybkiej utraty elektrolitów, które utrzymują równowagę płynów w organizmie. Utrata zbyt dużej ich ilości nazywa się zaburzeniem równowagi elektrolitowej. I tu żarty się naprawdę kończą, bo to zaburzenie może prowadzić do poważnych objawów. Przede wszystkim skurcze mięśni — wynikają one z szybkiej utraty soli mineralnych: sodu, chlorków i potasu. Jednym z najpoważniejszych zagrożeń związanych z odwodnieniem jest wstrząs, który występuje, gdy szybka utrata płynów powoduje spadek ciśnienia krwi i spadek ilości tlenu w organizmie. Bez leczenia silny wstrząs może spowodować śmierć w ciągu kilku godzin.

Czynniki ryzyka

Każdy jest podatny na cholerę. Choroba nie występuje jednak często przed ukończeniem 2. roku życia. Niemowlęta mogą zyskać ochronę przed chorobą, karmiąc piersią matki, która w przeszłości chorowała na cholerę.

Mimo to pewne czynniki mogą zwiększać ryzyko zachorowania na cholerę lub wystąpienia poważnych objawów — przede wszystkim złe warunki sanitarne. Cholera częściej rozwija się w miejscach, w których trudno jest utrzymać czyste środowisko, w tym bezpieczne zaopatrzenie w wodę. Cholerze sprzyja mniejsza ilość kwasu żołądkowego lub jego brak — bakterie cholery nie mogą przetrwać w kwaśnym środowisku, a zwykły kwas żołądkowy często służy jako obrona przed infekcją. Do grupy ryzyka należą dzieci, osoby starsze i osoby przyjmujące leki obniżające poziom kwasu żołądkowego.

Na cholerę bardziej narażone są osoby z grupą krwi 0 niż osoby z innymi grupami krwi. Nie jest jasne, dlaczego.

A poza tym surowe lub niedogotowane skorupiaki — spożywanie skorupiaków z wód, w których występują bakterie, znacznie zwiększa ryzyko cholery.

Kiedy udać się do lekarza?

Choć w krajach rozwiniętych ryzyko zachorowania na cholerę jest niewielkie, zachodniopomorski przypadek pokazuje, ze czasem warto dmuchać na zimne. Na pewno zawsze warto iść do lekarza, jeśli po wizycie w regionie z aktywną cholerą wystąpi u nas silna biegunka.

Magdalena Maria Bukowiecka

Korzystałam z materiałów WHO i Centers for Disease Control and Prevention.

Gdzie uważać w czasie wakacji?

Cholera występuje częściej w niektórych częściach świata niż w innych. Kraje zagrożone cholerą to:
Afryka, zwłaszcza Afryka Wschodnia i Zachodnia
Azja Południowa, w tym Indie, Nepal i Bangladesz
Azja Południowo-Wschodnia, np. Kambodża i Wietnam
Niektóre obszary Karaibów i Ameryki Środkowej
Jemen i niektóre kraje Bliskiego Wschodu borykające się z kryzysami humanitarnymi

Zapobieganie

Cholera jest czasami związana z podróżami zagranicznymi. Trwają wakacje, więc kto podróżuje do obszarów, gdzie występuje cholera, powinien podjąć następujące środki ostrożności.
Częste mycie rąk wodą z mydłem. Mycie rąk jest kluczowe po skorzystaniu z toalety i przed kontaktem z jedzeniem. Pocieraj namydlone, wilgotne dłonie przez co najmniej 20 sekund przed spłukaniem. Jeśli nie masz dostępu do wody i mydła, użyj środka dezynfekującego na bazie alkoholu o zawartości co najmniej 60%.
Tylko bezpieczna woda.
W tym woda butelkowana lub woda, którą sami przegotowaliśmy lub zdezynfekowaliśmy. Wody butelkowanej używamy nawet do mycia zębów!
Gorące napoje są najczęściej bezpieczne. Podobnie jak napoje w puszkach lub butelkach, ale przed ich otwarciem przetrzyj je z zewnątrz. Sprawdź również, czy plomba nie jest uszkodzona.
Nie dodawaj lodu do napojów, chyba że sam je przyrządziłeś, używając bezpiecznej wody.
Jedzenie całkowicie ugotowane i gorące. Unikaj jedzenia od ulicznych sprzedawców. Jeśli kupujesz posiłek od ulicznego sprzedawcy, upewnij się, że jest on przygotowany w twojej obecności i podawany na gorąco. Unikaj sushi, a także surowych lub niedogotowanych ryb i owoców morza wszelkiego rodzaju. Wybieraj owoce i warzywa, które możesz obrać samodzielnie. Na przykład banany, pomarańcze i awokado. Unikaj sałatek i owoców, których nie da się obrać, takich jak winogrona i jagody.

OSTATNI PRZYPADEK CHOLERY W POLSCE ODNOTOWANO W 2019 R. W ŚWINOUJŚCIU. PRZYPADEK W STARGARDZIE JEST PIERWSZYM OD TEGO CZASU.

eprasa.pl 362a56d7de

125opbp-q-G

eprasa.pl 362a56d7de