

**CZYTAJ  
NAS:**

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



**nowy KURIER**  
**mławski.pl**

CENA 2,80 zł  
(w tym 5% VAT)

DZIERZGOWO GRUDUSK LIPOWIEC MŁAWA RADZANÓW STRZEGOWO STUPSK SZREŃSK SZYDLÓWO WIECZENIA WIŚNIEWO

Fot. Materiały UMIM



# JANUSZ DĘBSKI - ZWYKŁY NIEZWYKŁY CZŁOWIEK

– Janusz jest zwykłym, a jednocześnie niezwykłym człowiekiem. To dlatego ten honorowy tytuł, nasza tutaj obecność i społeczne uznanie – mówił o lauracie tytułu Mławianin Roku 2021 Januszu Dębskim Burmistrz Miasta Mława Sławomir Kowalewski. (Od lewej: Sławomir Kowalewski, Janusz Dębski, Lech Prejs, Szymon Zejer). **s. 3**

## BĘDĄ DODATKOWE DWA KILOMETRY DROGI

INWESTYCJE ||

S. 2

■ Powiat mławski podpisał 31 marca 2022 roku umowę z firmą STRABAG na wykonanie dodatkowych dwóch kilometrów drogi na trasie Wiśniewo-Wola Szydlowska. Koszt zadania to ponad 5,2 mln zł.



## JECHAŁ „NA GAZIE” Z GAZEM

NA SYGNALE ||

S. 5

■ Nietrzeźwy przewoził ciężarówką ponad 300 butli z gazem. Na szczęście policjanci mławskiej drogówki uniemożliwili mu dalszą jazdę. Zatrzymany przez nich kierowca stracił prawo jazdy w czterech kategoriach. Grozi mu wysoka grzywna i 2 lata więzienia.



## NAJECHAŁ MOTOCYKLEM NA TYŁ SKODY

DROGÓWKA ||

S. 4

■ W piątek 22 kwietnia przed południem 21-letni kierowca kawasaki najechał na tył skody, której kierowca zatrzymał się przed światłami. Motocyklista został lekko ranny. Nie miał uprawnień do kierowania motocyklem. Sprawa ma być skierowana z wnioskiem o ukaranie do sądu.



# PRAWIE STO TYSIĘCY ZŁ NA CYFRYZACJĘ

W ramach konkursu dotyczącego realizacji projektu pn. „Cyfrowa Gmina” do Miasta Mława trafi wsparcie finansowe w wysokości 99.981,33 złotych z przeznaczeniem na zadania związane z cyfryzacją Urzędu Miasta Mława.

**P**rojekt „Cyfrowa Gmina”, to konkurs grantowy dedykowany wszystkim jednostkom samorządu terytorialnego na poziomie gmin, realizowany w ramach Programu Operacyjnego Polska Cyfrowa na lata 2014-2020, Osi priorytetowej V Rozwój cyfrowy JST oraz wzmocnienie cyfrowej odporności na zagrożenia REACT-EU, Działanie 5.1 Rozwój cyfrowy JST oraz wzmocnienie cyfrowej odporności na zagrożenia.

Projekt ma na celu wsparcie rozwoju cyfrowego instytucji samorządowych oraz zwiększenie cyberbezpieczeństwa.

Ubiegając się o grant, Miasto Mława pozyskało maksymalne wsparcie finansowe, które dla każdej z gmin w Polsce było obliczane w oparciu o dwa kryteria – liczbę mieszkańców oraz wartość współczynnika G, który zależy od wysokości dochodów podatkowych danej jednostki samorządu terytorialnego.

Przedsięwzięcie jest w 100% dofinansowane, a środki po-



for pixabay.com

Miasto przeznaczy środki głównie na unowocześnienie podstawowej bazy sprzętowej



PRZEDSIĘWZIĘCIE  
JEST W 100%  
DOFINANSOWANE.

chodzą z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach Programu Operacyjnego Polska Cyfrowa na lata 2014-2020.

Głównym celem realizacji programu jest rozwój cyfrowy Urzędu Miasta Mława. Miasto przeznaczy środki głównie na unowocześnienie podstawowej bazy sprzętowej, w tym sprzętu serwerowego oraz zakup specjalistycznego oprogramowania i licencji, a także edukację cyfrową w zakresie cyberbezpieczeństwa. LG/WI

REKLAMA

## komunikat

GPP6721.1.2019.MZ

### OGŁOSZENIE

#### Burmistrza Miasta Mława

#### o wyłożeniu do publicznego wglądu

#### projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego „Osiedle Młodych”

Na podstawie art. 17 pkt 9 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz.U. z 2022 r. poz. 503) oraz uchwały Rady Miasta Mława nr VIII/104/2019 z dnia 23 maja 2019 r. o przystąpieniu do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego „Osiedle Młodych”

#### zawiadamiam

o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego „Osiedle Młodych” dla obszaru położonego w środkowej części m. Mławy, między aleją Józefa Piłsudskiego, ulicami Napoleońską, Górną, Anny Dobroskiej i Szpitalną wraz z prognozą oddziaływania na środowisko w dniach od 04.05.2022 r. do 01.06.2022 r. w Urzędzie Miasta Mława, 06-500 Mława, ul. Stary Rynek 19, Wydział Gospodarki Nieruchomościami i Planowania Przestrzennego, pokój nr 15, w godz. od 8.00 do 16.00.

Projekt planu wraz z prognozą oddziaływania na środowisko (w trakcie wyłożenia do publicznego wglądu) jest dostępny również w wersji elektronicznej na stronie internetowej Biuletynu Informacji Publicznej Urzędu Miasta Mława <http://www.bip.mlawa.pl/artykuly/miejscowe-plany-zagospodarowania-przestrzennego>

**Dyskusja publiczna** nad przyjętymi w projekcie planu rozwiązaniami odbędzie się w dniu 11.05.2022 r. o godz. 14.00 w Miejskim Domu Kultury w Mławie (sala obrad Rady Miasta Mława), 06-500 Mława, ul. Stary Rynek 13.

Zgodnie z art. 17 pkt 11 oraz art. 8c ustawy osoby fizyczne i prawne oraz jednostki organizacyjne nieposiadające osobowości prawnej mogą wносить uwagi dotyczące projektu planu i prognozy oddziaływania na środowisko. Uwagi mogą być wnoszone do Burmistrza Miasta Mława w formie:

- papierowej na adres: Burmistrz Miasta Mława, ul. Stary Rynek 19, 06-500 Mława,
- elektronicznej na adres poczty elektronicznej [magdalena.zmyslowska@mlawa.pl](mailto:magdalena.zmyslowska@mlawa.pl), opatrzonej bezpiecznym podpisem elektronicznym, weryfikowanym przy pomocy ważnego kwalifikowanego certyfikatu, podpisem zaufanym lub osobistym podpisem, oraz za pośrednictwem elektronicznej platformy usług administracji publicznej ePUAP w nieprzekraczalnym terminie do dnia 15.06.2022 r.; wnoszący uwagę podaje swoje imię i nazwisko albo nazwę, adres zamieszkania albo siedziby oraz oznaczenie nieruchomości, której uwaga dotyczy.

Uwagi złożone po upływie wyżej podanego terminu pozostaną bez rozpatrzenia.

Informacja nt. przetwarzania danych osobowych znajduje się na stronie internetowej <http://www.bip.mlawa.pl/artykuly/miejscowe-plany-zagospodarowania-przestrzennego> oraz w Urzędzie Miasta Mława, ul. Stary Rynek 19, Wydział Gospodarki Nieruchomościami i Planowania Przestrzennego, pokój nr 15.

7022otm1-A-G

## BĘDĄ DODATKOWE DWA KILOMETRY DROGI



**P**owiat mławski podpisał 31 marca 2022 roku umowę z firmą STRABAG na wykonanie dodatkowych dwóch kilometrów drogi na trasie Wiśniewo-Wola Szydłowska.

Investycję pod nazwą „Rozbudowa drogi powiatowej nr 2326W Wiśniewo-Wola Szydłowska na odcinku od 2+945,00 do km 4+441,00 w miejscowości Wyszyny Kościelne” powiat mławski odebrał jeszcze 22 grudnia 2021 roku. Koszt zadania to ponad 5,2 mln zł.

Mamy dobrą wiadomość 31 marca 2022 roku powiat podpisał umowę z firmą

STRABAG na wykonanie dodatkowych dwóch kilometrów drogi.

„Ta dodatkowa inwestycja była możliwa dzięki oszczędności powstałym ze wspomnianego wyżej wcześniej realizowanego odcinka” – czytamy na stronie internetowej starostwa powiatowego. Urzędnicy dodają, że wykonanie wspomnianych dodatkowych dwóch kilometrów „podzielone zostało na dwie części tj. przedłużony zostanie odcinek początkowy o 1388 metrów i końcowy o 665 metrów. W ramach prac wykonane zostanie też poszerzenie drogi do 6 m oraz

pobocza i odnowione zostaną rowy odwadniające”.

Przypomnijmy. Pieniądze na inwestycję pochodzą z dotacji Samorządu Województwa Mazowieckiego. W przypadku tego zadania w kwocie 842. 171 złotych, Gmina Stupsk dołożyła 238 956,13 zł, a powiat mławski w ramach środków własnych przeznaczył 597 390, 33 złotych.

Firma STRABAG wykona zadanie za 1 678 260,36 zł.

Informacja starostwa powiatowego

**NOWY KURIER  
mławski.pl**

e-mail: [redakcja@kuriermławski.pl](mailto:redakcja@kuriermławski.pl)  
[www.kuriermławski.pl](http://www.kuriermławski.pl)

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

PREZES  
Maciej Matera  
[zarzad@gazetaolsztynska.pl](mailto:zarzad@gazetaolsztynska.pl)

Drukarnia Prasowa  
GRUPY WM Sp. z o.o.  
Olsztyn, ul. Tracka 7,  
tel. (89) 539 74 21

NAKŁAD KONTROLOWANY  
ZWIAZOK KONTROLI DYSTYBUCJI PRASY



# ZWYKŁY NIEZWYKŁY CZŁOWIEK

– Janusz jest zwykłym, a jednocześnie niezwykłym człowiekiem. To dlatego ten honorowy tytuł, nasza tutaj obecność i społeczne uznanie – mówił o laureacie tytułu Mławianin Roku 2021 Januszu Dębskim Burmistrz Miasta Mława Sławomir Kowalewski.



Od lewej: Sławomir Kowalewski, Janusz Dębski, Lech Prejs, Szymon Zejer

**A**kt nadania tego honorowego wyróżnienia i statuetka św. Wojciecha zostały wręczone laureatowi podczas uroczystości w Miejskim Domu Kultury w Mławie w sobotę 23 kwietnia 2022 r. – w dniu wspomnienia patrona miasta św. Wojciecha.

Genezę tytułu Mławianin Roku i sylwetkę jego pomysłodawcy prof. Ryszarda Juskiewicza przybliżył zgromadzonym w kinie Miejskiego Domu Kultury w Mławie Prezes Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Mławskiej Henryk Antczak, natomiast fragmenty protokołu kapituły przynajmniej to honorowe wyróżnienie odczytał jej przewodniczący Stanisław Matyjasik.

Jak uczestnicy uroczystości mogli się dowiedzieć, kandydatów do tytułu Mławianin Roku 2021 zgłosiły cztery podmioty: Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Mławie, Stowarzyszenie Mława Miasto Zabytkowe, Stowarzyszenie Pontyfikat Papieża Jana Pawła II oraz Klub Seniora Pogodny Uśmiech.

– Wszystkie wnioski spełniały wymogi formalne, zgłoszone osoby swoją działalnością przyczyniają się do rozwoju życia kulturalnego i społecznego Mławy i są osobami rozpoznawalnymi wśród mieszkańców lokalnym – podkreślił Stanisław Matyjasik.

Członkowie kapituły w głosowaniu tajnym wybrali

kandydata Klubu Seniora Pogodny Uśmiech Janusza Dębskiego.

– Pan Janusz Dębski jest animatorem i twórcą życia kulturalnego w Mławie. Jest propagatorem sportu wśród młodzieży i dorosłych mieszkańców Mławy, od wielu lat zajmuje się fotografią, a jego wystawy dokumentalne i przyrodnicze były prezentowane w Mławie i innych miastach naszego regionu. Jest założycielem Galerii 13 i Mławskiego Klubu Fotograficznego. Pan Janusz Dębski całe swoje życie związał z Mławą. Wszystkie te argumenty spowodowały, że pan Janusz Dębski został wybrany Mławianinem Roku 2021 – poinformował przewodniczącą kapituły, składając laureatowi gratulacje i życząc dalszych sukcesów.

Laudację na cześć Mławianina Roku 2021 wygłosił Prezes Klubu Seniora „Pogodny Uśmiech” Henryk Kacprzak. W swoim wystąpieniu mówił m.in. o znaczących osiągnięciach sportowych laureata i jego zaangażowaniu w szkolenia sportowe dla młodzieży i dorosłych oraz działalność promującą turystykę lokalną. Podkreślał jego zaangażowanie w życie kulturalno-artystyczne Mławy i regionu m.in. jako opiekuna Galerii 13, założyciela Mławskiego Klubu Fotograficznego i organizatora licznych wystaw fotograficznych i kolekcjonerskich. Jak też zaznaczał, przy swo-

ich licznych zasługach Janusz Dębski jest przede wszystkim skromnym i iśserdecznym człowiekiem.

Akt nadania tytułu Mławianin Roku 2021 przekazali Januszowi Dębskiemu przedstawiciele Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Mławskiej z prezesem Henrykiem Antczakiem na czele, natomiast statuetkę św. Wojciecha wręczyli laureatowi Burmistrz Miasta Mława Sławomir Kowalewski, jego zastępca Szymon Zejer i Przewodniczący Rady Miasta Mława Lech Prejs.

– Gratuluję ci bardzo serdecznie tego tytułu, ale przede wszystkim podziwiam cię w tym, co robisz i robisz. Obok sportu masz też wiele innych pasji: to Galeria 13, to fotografia, poezja, kolekcjonerstwo. W tobie, bardzo skromnym człowieku, znanym powszechnie, jest ogromna wrażliwość. Jestem pełen podziwu dla ciebie, podobnie jak kapituła i wszystkie osoby tutaj zgromadzone. Janusz jest zwykłym, a jednocześnie niezwykłym człowiekiem. To dlatego ten honorowy tytuł, nasza tutaj obecność i społeczne uznanie. Gratuluję ci serdecznie i życzę zdrowia, wszelkiej pomyślności, dalszego rozwoju osobistego i tych pasji, które masz – zwracał się do laureata Sławomir Kowalewski.

– Jestem zaszczycony i uradowany dzisiejszym wyróżnieniem. Dla mnie, regionalisty, propagatora lokalnego środo-



Od lewej: Henryk Antczak, Janusz Dębski, Janusz Grochowski, Leszek Arent

wiska kulturowego, przekonanego orędownika małych ojczyzn, tytuł Mławianina Roku jest swoistym grand prix. Dziękuję koleżankom i kolegom z klubu Pogodny Uśmiech oraz Towarzystwa Sportowego Relaks za nominację, zaś szanownym członkom kapituły za dostrzeżenie i docenienie moich skromnych dokonań. Słowa szczególnej wdzięczności kieruję pod adresem osób, które służyły mi inspiracją, wsparciem, licznemu gronu współpracowników i parterów różnych przedsięwzięciach, artystom, twórcom, społecznikom, na których mogłem zawsze liczyć, a ta grupa jest naprawdę liczna – mówił w swoim wystąpieniu Mławianin Roku 2021 Janusz Dębski.

Uroczystość zwieńczył krótki program słowno-muzyczny, w którym własne utwory i covery znanych piosenek wykonali Jacek Mianowski i Piotr Słowikowski, natomiast wiersz napisany specjalnie dla laureata wyrecytowała Helena Gracka. Następnie do Mławianina Roku 2021 ustawiła się spora kolejka osób pragnących osobiście złożyć mu gratulacje i życzenia.

Sobotnią uroczystość w Miejskim Domu Kultury w Mławie poprowadził Mateusz Przybyszewski z Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Mławskiej, natomiast swoim patronatem objął ją Burmistrz Miasta Mława Sławomir Kowalewski.

Krzysztof Napierski / KSM

REKLAMA

## komunikat

### OGŁOSZENIE

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

**Burmistrz Miasta Mława**

informuje, że w dniach od 26 kwietnia 2022 r. do 26 maja 2022 r. na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Mława, ul. Stary Rynek 19, oraz w Biuletynie Informacji Publicznej (na stronie internetowej [www.mlawapl](http://www.mlawapl)) umieszczono wykaz nieruchomości przeznaczonych do sprzedaży zawierający nieruchomość nr 10-675/8 o pow. 0,0897 ha położoną w Mławie, przy ul. Długiej.

6922otm1-A-G

## komunikat

### OGŁOSZENIE

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

**Burmistrz Miasta Mława**

informuje, że w dniach od 26.04.2022 r. do 26.05.2022 r. na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Mława, ul. Stary Rynek 19, oraz w Biuletynie Informacji Publicznej na stronie internetowej [www.mlawapl](http://www.mlawapl) zostanie zamieszczony wykaz nieruchomości przeznaczonych do wydzierżawienia, zawierający nieruchomości nr 10-2479/33 (część) i 11-1365/1.

7122otm1-A-G

## komunikat

### Starosta Mławski

informuje,

że na tablicach ogłoszeń Starostwa Powiatowego w Mławie przy ul. Reymonta 6 i Stary Rynek 10 oraz na stronie internetowej [www.bip.powiatmlawski.pl](http://www.bip.powiatmlawski.pl) w okresie od dnia 27 kwietnia do dnia 18 maja 2022 r. zostaną wywieszone:

1. wykaz nieruchomości stanowiącej własność Skarbu Państwa, przeznaczonej do dzierżawy na czas oznaczony 5 lat, obejmującej działkę nr 4318/27, położoną w Mławie,
2. wykaz nieruchomości stanowiącej własność Skarbu Państwa, przeznaczonej do przekazania jako darowizna na rzecz Gminy i Miasta Biezuń, obejmującej działkę nr 148/11, położoną w Sławiecinie.

6522otws-A -G

# NAJECHAŁ MOTOCYKLEM NA TYŁ SKODY

Wiosną, kiedy pogoda się poprawia na ulicach zauważamy więcej motocykli. W piątek 22 kwietnia przed południem 21-letni kierowca kawasaki najechał na tył skody, której kierowca zatrzymał się przed światłami. Motocyklista został lekko ranny.

**22** kwietnia o godz. 10.00 doszło do zdarzenia drogowego na Al. Piłsudskiego w Mławie z udziałem motocyklisty oraz samochodu osobowego.

— Jak wynika z ustaleń pracujących na miejscu policjantów, 21-letni kierowca kawasaki nie zachował bezpiecznej odległości i najechał na tył skody, której kierowca zatrzymał się przed światłami — infor-



muje asp.szt. Anna Pawłowska, oficer prasowy Komendy Powiatowej w Mławie. — Lekko rannemu motocyklicście udzielono pomocy medycznej.

21-latek nie miał uprawnień do kierowania motocyklem. Sprawa ma być skierowana z wnioskiem o ukaranie do sądu.

Policjanci apelują o wyobraźnię i rozsądek na drodze - dotyczy to zarówno kierujących samochodami jak i motocyklistów. Informacja KPP

REKLAMA

## rolnicze abc

OGÓLNOPOLSKI MIESIĘCZNIK

**W Rolniczym ABC m.in.:**

■ **PORADY  
SPECJALISTÓW**  
od produkcji roślinnej i zwierzęcej

■ **SYLWETKI  
OSÓB** które życie  
związały z wsią



# JECHAŁ „NA GAZIE” Z GAZEM

**W**e wtorek 19 kwietnia rano patrol Wojewódzkiego Inspektoratu Transportu Drogowego w Radomiu oraz mławskiej drogówki zatrzymał nietrzeźwego kierowcę dafa, który przewoził ponad 300 butli z gazem. Jak się okazało, 50-letni mieszkaniec powiatu plockiego miał w organizmie 0,80 promila alkoholu.

W rozmowie z policjantami przyznał, że pił w Lany Poniedziałek. Zatrzymanemu grozi kara do 2 lat pozbawienia wolności.

Do zdarzenia doszło na starym odcinku krajowej siódemki w Uniszkach Cegielni. Podczas działań prowadzonych przez funkcjonariuszy WITD wspieranych przez mławski ruch drogowy funkcjonariusze zauważyli pojazd przewożący kilkadziesiąt butli gazowych.

Podczas kontroli okazało się, że 50-letni kierowca jest



foto: Materiały KPP



KIEROWCA MIAŁ  
W ORGANIZMIE  
**0,80** PROMILA  
ALKOHOLU.

pod wpływem alkoholu. Jak sam przyznał w rozmowie z policjantami, pił wczoraj alkohol. W organizmie miał 0,80 promila alkoholu.

Zatrzymany kierowca stracił prawo jazdy w czterech kategoriach. Za kierowanie pojazdem w stanie nietrzeźwości zatrzymanemu grozi wysoka grzywna oraz kara do 2 lat pozbawienia wolności. Postępowanie prowadzi mławska komenda Policji.

Informacja KPP

## PŁYTA PRZYGNIOTŁA 41-LATKA



Foto: archiwum

**NA SYGNALIE** 41-letni mieszkaniec powiatu ciechanowskiego został przygnieciony płytą automatu produkcyjnego w jednym z zakładów na terenie Mławy. Do wypadku doszło w czwartek 21 kwietnia. Jak wspomnieliśmy 21 kwietnia rano na terenie zakładu produkcyjnego w Mławie doszło do wypadku przy pracy. — Ze wstępnych ustaleń wynika, 41-letni mieszkaniec powiatu ciechanowskiego,

wykonujący prace mechanika, w trakcie przeglądu jednego z automatów produkcyjnych, został przygnieciony płytą tego urządzenia — poinformowała asp. szt. Anna Pawłowska, oficer prasowy Komendy Powiatowej w Mławie. — Z obrażeniami ciała został przewieziony do szpitala. Pracownik był trzeźwy. Mławska Policja ustala wszelkie okoliczności i przyczyny wypadku.

REKLAMA

# Patio

Dla domu i ogrodu

Jesteśmy otwarci:  
pn.-pt. 7.00-20.00  
sob. 8.00-18.00



## market budowlany



Projekt łazienki  
**GRATIS !**

# Mława, ul. Polna 48

farbex.eu

# SPICHLERZ OBYWATELSKI W MŁAWIE

Dominik Staszewski w publikacji o Mławie napisał, że spichlerz w Mławie powstał w 1860 roku jako „echo prac świetnej pamięci Towarzystwa Rolniczego”, które w Królestwie Polskim odegrało znaczącą rolę w kształtowaniu świadomości społecznej i gospodarczej.

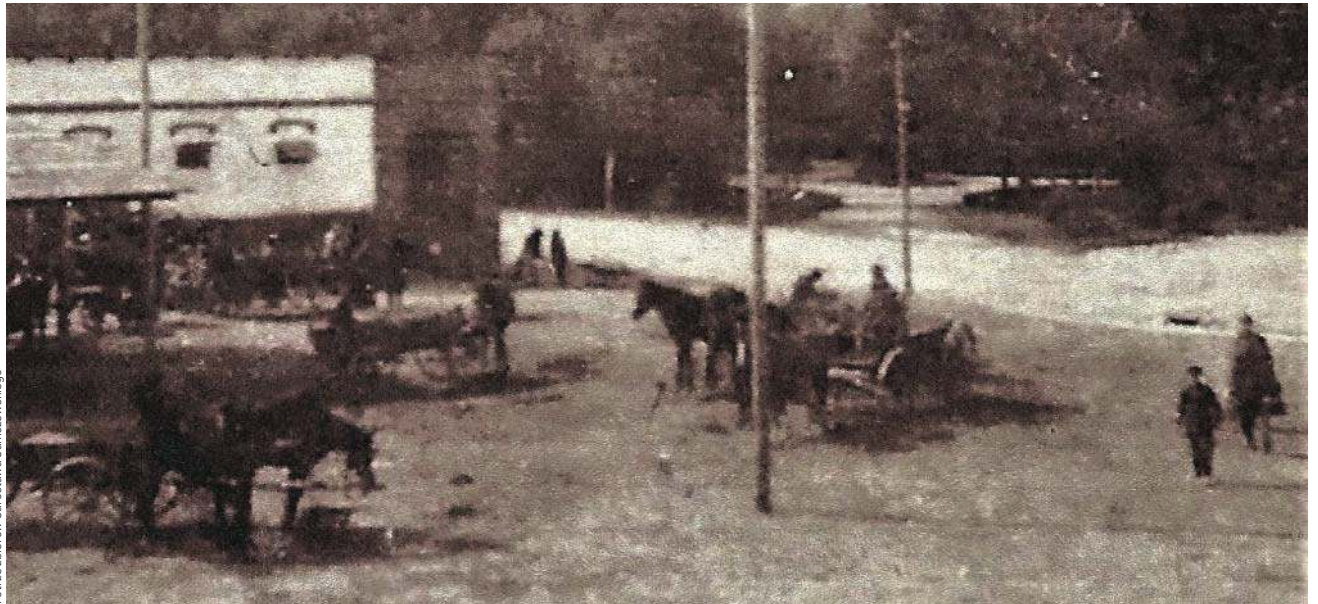
**C**o w rzeczywistości znaczyły te słowa, dotyczące Towarzystwa Rolniczego? Otóż była to pierwsza organizacja pozarządowa w Królestwie Polskim, skupiająca ziemian, utworzona na podstawie ukazu cesarza Aleksandra II z 24 listopada 1857 roku. Jej celem było propagowanie nowoczesnych metod gospodarowania i podnoszenia wydajności produkcji rolnej. Postulowano m.in. oświatę wśród chłopów, opowiadano się za odchodzeniem od pańszczyzny. Prezesem Towarzystwa Rolniczego był hrabia Andrzej Zamoyski. Organizacja została rozwiązana 6 kwietnia 1861 roku.

## BUDOWANY WSPÓLNYM KOSZTEM

Realizując postulowane przez Towarzystwo Rolnicze zamierzenia dotyczące gospodarki rolnej, grupa właścicieli ziemskich z powiatu mławskiego i przasnyskiego w 1860 roku podjęła decyzję o wybudowaniu w Mławie, jak podkreślono, wspólnym kosztem, spichlerza.

Można zadać pytanie, dlaczego spichlerz zamierzano wybudować w Mławie, a nie dajmy na to, w Przasnyszu?

Odpowiedź jest prosta. W 1861 roku zawiązała się spółka akcyjna do budowy kolei żelaznej, łączącej Warszawę z Gdańskiem. Spółkę zawiązali zamożni przedsiębiorcy z Królestwa Polskiego i Prus Zachodnich. Ze strony



Fot. ze zbiorów Jarosława Janiszewskiego

REKLAMA

## komunikat

### OGŁOSZENIE

**o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla części obrębu geodezyjnego Uniszki Zawadzkie wraz z prognozą oddziaływania na środowisko do wymienionego dokumentu**

Na podstawie art. 17 pkt 9 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (t.j. Dz.U. z 2022 r. poz. 503), w związku z art. 39 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 2021 r. poz. 2373, 2389) oraz na podstawie uchwały nr XII/123/2020 Rady Gminy Wieczfnia Kościelna z dnia 24 czerwca 2020 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla części obrębu geodezyjnego Uniszki Zawadzkie, zmienionej uchwałą nr XXIV/229/2022 Rady Gminy Wieczfnia Kościelna z dnia 29 marca 2022 r. zmieniającą uchwałę w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla części obrębu geodezyjnego Uniszki Zawadzkie

#### zawiadamiam

o wyłożeniu do publicznego wglądu projektu **miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla części obrębu geodezyjnego Uniszki Zawadzkie** wraz z prognozą oddziaływania na środowisko w dniach **od 9 maja 2022 r. do 31 maja 2022 r.**

Dyskusja publiczna nad przyjętymi w projekcie miejscowego planu rozwiązaniami odbędzie się w **dnio 24 maja 2022 r. o godz. 11.00** w siedzibie **Urzędu Gminy Wieczfnia Kościelna, Wieczfnia Kościelna 48, 06-513 Wieczfnia Kościelna.**

Dyskusja publiczna zostanie przeprowadzona w sposób umożliwiający zabieranie głosu, zadawanie pytań i składanie uwag. W przypadku konieczności przeprowadzenia dyskusji publicznej za pomocą środków porozumiewania się na odległość organ sporządzający projekt ww. miejscowego planu uczyni to w sposób umożliwiający:

- 1) zabieranie głosu, zadawanie pytań i składanie uwag przez jednoczesną transmisję obrazu i dźwięku oraz
- 2) zadawanie pytań i składanie uwag w formie zapisu tekstowego.

Zgodnie z art. 18 ust. 1 ustawy każdy, kto kwestionuje ustalenia przyjęte w projekcie miejscowego planu, może wnieść uwagi. Uwagi mogą być wnoszone w formie papierowej w siedzibie **Urzędu Gminy Wieczfnia Kościelna, Wieczfnia Kościelna 48, 06-513 Wieczfnia Kościelna**, lub elektronicznej, w tym za pomocą środków komunikacji elektronicznej, w szczególności poczty elektronicznej lub formularzy zamieszczonych przez organ sporządzający projekt ww. miejscowego planu w Biuletynie Informacji Publicznej, na swojej stronie podmiotowej.

Jako wniesione na piśmie uznaje się również uwagi wniesione za pomocą elektronicznej skrzynki podawczej w rozumieniu przepisów ustawy z dnia 17 lutego 2005 r. o informatyzacji działalności podmiotów realizujących zadania publiczne (t.j. Dz.U. z 2021 r. poz. 2070):

- 1) opatrzone kwalifikowanym podpisem elektronicznym albo
- 2) opatrzone podpisem potwierdzonym profilem zaufanym ePUAP.

Wnoszący uwagi powinien podać swoje imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby, a także oznaczenie nieruchomości, której uwaga dotyczy, w nieprzekraczalnym terminie **do dnia 15 czerwca 2022 r.** Organem właściwym do rozpatrzenia uwag jest Wójt Gminy Wieczfnia Kościelna.

**WÓJT GMINY  
WIECZFNIA KOŚCIELNA  
Mariusz Gębała**

## Plac handlowy przed spichlerzem

polskiej głównymi akcjonariuszami byli: znany bankier Leopold Kronenberg i jego synowie. Można się dziwić, że grupa ziemian postanowiła zbudować spichlerz w Mławie w 1860 roku licząc na to, że przez Mławę przebiegać będzie linia kolejowa, chociaż spółka kolejowa powstała dopiero roku później. Otóż takie przedsięwzięcie jak budowa stosunkowo długiej linii kolejowej nie powstaje z dnia na dzień. Znacznie wcześniej było o tym wiadomo i z tego prawdopodobnie zamierzali skorzystać ziemianie z północnego Mazowsza.

3 sierpnia 1860 roku został położony kamień węgielny pod budowę spichlerza, który został oddany do użytku rok później. Określony został jako spichlerz „bazowy”, nazwany „obywatelskim”.

## NORMOWANIE HANDLU ZBOŻEM

Wzmiankowany wcześniej Dominik Staszewski napisał, że powstał spichlerz w którym „okoliczni ziemianie składali zboże dla przetrzymania niskich cen i w ogóle unormowania handlu zbożem”.

Był to budynek, w którym mogło się pomieścić 20.000 korców zboża, czyli około 10.000 litrów ziarna. Miały w nim powstać również sklepy z różnymi towarami, oko-

wity nie wyłączając, której w okolicy produkowano pod dostatkiem.

Warto wiedzieć, że przedsięwzięcie było zakrojone na dużą skalę, także pod względem finansowym. Planowany koszt budowy miał zamknąć się sumą 50 000 rubli. Suma jak na owe czasy olbrzymia. Ostateczny koszt budowy wyniósł 70 000 rubli Budynek w kształcie prostokąta miał 80 łokci długości i 30 łokci szerokości, czyli około 45 metrów długości i 17 metrów szerokości. Łokieć to długość między 57 – 65 centymetrem.

## SPÓŁKA AKCYJNA

Spichlerz wybudowała spółka akcyjna, wchodząca w skład Domu Zleceń Rolników Płockich, której komitet budowy wypuścił w obieg 500 akcji stuzłotowych, które szybko zostały sprzedane. Po oddaniu do użytku 15 października 1862 roku spichlerz przeszedł pod nadzór Zarządu Domu Zleceń Rolników Płockich.

Czym była i jaką rolę spełniała ta instytucja?

Jak to ładnie określone zostało w Roczniku Gospodarstwa Krajowego z 1860 roku wydawanym przez Towarzystwo Rolnicze: „Domy Zleceń Rolników są to Spółki obywatelskie po różnych stronach Kraju utworzone, zwyczajnie z własnych miejscowych zasobów, w celu wzajemnego

wspierania się Rolników. Forma tych spółek Koman-  
dytowa, ma wielką korzyść,  
gdy siła zbiorowa wszyst-  
kich Spółników razem daje  
korzyść tę, potęgę moralną  
i materialną, jakiej żaden  
ze Spółników posiadać nie  
może”.

Czyli Dom Zleceń Rolników  
Płockich przyjmował udzia-  
ły gotówkowe i kredytował  
budowę spichlerza, ale też  
przejmował zarządzanie  
spichlerzem jak również  
produktami w nim składo-  
wanymi.

W cytowanym roczniku  
czytamy, że spółki: „szukać  
będą musiały przez gorliwe  
zabiegi, jak najkorzystniej-  
szych targów dla sprzedaży  
powierzonych im płodów”.

Był więc Dom Zleceń Rolni-  
ków Płockich swego rodzaju  
bankiem i równocześnie za-  
rządcą produktów składo-  
wanych w zbudowanym spi-  
chlerzu.

Po uruchomieniu spichlerza  
zarząd utworzył w Mławie  
agencję, „jak napisała „Gazeta  
Polska” dla dogodności Oby-  
wateli powiatu Mławskiego,  
z dniem 15 października r. b.  
otworzył agencję w mieście  
Mławie, której zarząd powie-  
rza P. Janowi Markowskiemu  
umocowanemu do spełniania  
wszelkich komisów instrukcją  
naszego Domu objętych”.

**PIĘĆ WEJŚĆ DO BUDYNKU**

Spichlerz został zbudowa-  
ny na dwóch działkach,  
których właścicielami byli:

Józef Kosiński właściciel  
Kęczewa, Szymon Rudowski  
właściciel Rumoki, August  
Reinhard z Szydłówka i Lu-  
dwik Duczymiński właściciel  
Dzierzgowa.

Budynek był murowany,  
trzypiętrowy z dachem pokry-  
tym deskami na których po-  
łożono tekturę smołową, czyli  
papę. Pod całą powierzchnią  
znajdowały się piwnice. Zbu-  
dowany na planie prostokąta  
z charakterystycznymi rze-  
dami niewielkich okien na  
każdym piętrze. Wejścia do  
budynku znajdowały się od  
strony wschodniej. Budynek  
posiadał pięć wejść, dwoma  
można było wejść z poziomu  
terenu, poprzez ganki po-  
kryte dwuspadowymi dasz-  
kami, do trzech pozostałych

wchodzono poprzez rampy.  
Od strony południowej spi-  
chlerz posiadał na każdym  
piętrze otwory drzwiowe oraz  
stosowne przyrządy do wcią-  
gania i zsypywania zboża.

Usytuowany niedaleko  
miejskiego rynku, był pobu-  
dowany na dwóch placach  
przy ulicy Stodolnej czyli  
obecnej ulicy Bagno i jednym  
placu przy ulicy Dybowej,  
czyli obecnej Długiej.

**JEDEN Z NAJWIĘKSZYCH  
BUDYNKÓW W MIEŚCIE**

Należał niewątpliwie do  
największych budynków  
w mieście. Tu warto dodać,  
że w klasyfikacji spichle-  
rzy „bazowych” mieścił się  
wczółowce krajowej tak pod  
względem pojemności jak

i wielkości. Przed spichlerzem  
znajdował się niewielki plac  
manewrowy dla przywożą-  
cych towary wozów konnych.

Wzniesiony został jako spi-  
chlerz „bazowy”, czyli maga-  
zyn w którym przechowywa-  
no towary masowe, przede  
wszystkim zboże.

Jak obliczył Ryszard Ma-  
łowiecki (w studium histo-  
ryczno–architektonicznym)  
mławski spichlerz mógł  
pomieścić około 10 tysięcy  
kwinek zboża, czy zbiory  
około 1000 -1500 hektarów.  
Wartość przechowywanego  
zboża mogła sięgać sumy 100  
tysięcy rubli.

Bez wątplienia zbudowa-  
nie tak wielkiego spichlerza  
świadczyło o dobrej kondy-  
cji okolicznych majątków

ziemskich oraz o wroście  
wymiany handlowej, wktórej  
Mława zajmowała poczesne  
miejsce, choćby ze względu  
na przygraniczne położenie  
i działalność komory celnej.

Pod względem architek-  
tonicznym miał surową  
i monumentalną formę. Za-  
chowana została w nim spój-  
ność form z funkcją, zgodnie  
z koncepcją J.N. L. Duranda.

Trudno wskazać projek-  
tanta spichlerza, ale jak  
podkreślił Ryszard Mało-  
wiecki „autor projektu był  
niepośledniej miary twórcą  
sprawnie posługującym się  
zasadami określonymi przez  
Duranda”.

c.d.n.

**Dr Leszek Arent,**  
wiceprezes Towarzystwa Przyjaciół  
Ziemi Mławskiej

REKLAMA

komunikat

GGN.6840.4.2022

Szreńsk, 19.04.2022 r.

OGŁOSZENIE

Na podstawie ar. 38, art. 40 ust. 1 pkt 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (tekst jednolity Dz.U. z 2021 r., poz. 1899, ze zm.) oraz § 3 ust. 1 i § 13 rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 14 września 2004 r. w sprawie sposobu i trybu przeprowadzania przetargów oraz rokowań na zbycie nieruchomości (tekst jednolity Dz.U. z 2021 r., poz. 2213)

Wójt Gminy Szreńsk

ogłasza pierwsze przetargi ustne nieograniczone na sprzedaż nw. nieruchomości położonych na terenie gminy Szreńsk.

| Lp. | Numer<br>działki | Położenie,<br>numer księgi<br>wieczystej | Pow. ogólna<br>działki | Opis nieruchomości i przeznaczenie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Cena wywoławcza<br>w złotych | Wadium<br>w złotych | Miejsce,<br>data i godzina<br>przetargu                                                  |
|-----|------------------|------------------------------------------|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.  | 378              | Proszkowo<br>PL1M/00056348/0             | 0,1038 ha              | Nieruchomość położona w miejscowości Proszkowo, w części wsi o zwartej zabudowie zagrodowej. W bezpośrednim sąsiedztwie znajduje się nieruchomość zabudowana budynkiem po zlikwidowanej zlewni mleka, obecnie w trakcie adaptacji. Uzbrojenie techniczne gruntu: energia elektryczna i wodociąg. W miejscowym planie zagospodarowania przestrzennego gminy Szreńsk, zatwierdzonym uchwałą nr II/10/2014 Rady Gminy w Szreńsku z dnia 29 grudnia 2014 r., ogłoszoną w Dzienniku Urzędowym Województwa Mazowieckiego w dniu 31 marca 2015 r. poz. 2948, przedmiotowa działka oznaczona jest symbolem 18 U1 (przeznaczenie podstawowe – usługi o dominującej funkcji usług dla ludności, przeznaczenie dopuszczalne – zabudowa mieszkaniowa jednorodzinna, obiekty gospodarcze związane z zapewnieniem prawidłowego funkcjonowania przeznaczenia podstawowego, infrastruktura techniczna)                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 16 800,00<br>+ podatek VAT   | 2670,00             | Gminny Ośrodek Kultury – sala konferencyjna<br>27.05.2022 r.<br>(piątek), godz. 9.00     |
| 2.  | 109              | Bielawy<br>PL1M/0000<br>3892/2           | 0,80 ha                | Nieruchomość położona w miejscowości Bielawy. Zabudowana budynkiem po zlikwidowanej szkole podstawowej, wolnostojącym, parterowym, częściowo podpiwniczonym z niskim poddaszem nieużytkowym. Powierzchnia zabudowy: 518,70 m²; kubatura: 2685,50 m³; powierzchnia użytkowa: 392,58 m²; powierzchnia pomocnicza w piwnicach: 39,80 m². Ponadto na działce znajdują się dwa niewielkie budynki mieszczące pierwotnie komórki gospodarcze, obecnie w stanie awaryjnym, kwalifikującym się do rozbioru. Uzbrojenie terenu: energia elektryczna i wodociąg wiejski. W miejscowym planie zagospodarowania przestrzennego gminy Szreńsk, zatwierdzonym uchwałą nr III/10/2014 Rady Gminy w Szreńsku z dnia 29 grudnia 2014 r., ogłoszoną w Dzienniku Urzędowym Województwa Mazowieckiego w dniu 31 marca 2015 r. poz. 2948, przedmiotowa działka oznaczona jest symbolem 2 MNU (przeznaczenie podstawowe – zabudowa mieszkaniowa jednorodzinna i usług nieuciążliwych, przeznaczenie dopuszczalne – usługi nieuciążliwe, lokalizacja urządzeń i obiektów infrastruktury technicznej), ponadto położona jest na obszarze NATURA 2000 – dyrektywa ptasia – oznaczona symbolem PLB | 164 700,00                   | 16 470,00           | Gminny Ośrodek Kultury – sala konferencyjna<br>27.05.2022 r.<br>(piątek),<br>godz. 10.00 |
| 3.  | 1602/5           | Szreńsk<br>PL1M/00034422/3               | 0,2711 ha              | Nieruchomość gruntowa położona w skrajnej części miejscowości Szreńsk, przy drodze asfaltowej relacji Szreńsk – Mława. W otoczeniu istniejąca i nowo powstająca zabudowa mieszkaniowa jednorodzinna, w najbliższym sąsiedztwie budynek wielorodzinny. Działka leży w zasięgu napowietrznej linii energetycznej, sieci wodociągowej, telekomunikacyjnej, biegnących wzdłuż drogi. W miejscowym planie zagospodarowania przestrzennego gminy Szreńsk, zatwierdzonym uchwałą nr III/10/2014 Rady Gminy w Szreńsku z dnia 29 grudnia 2014 r., ogłoszoną w Dzienniku Urzędowym Województwa Mazowieckiego w dniu 31 marca 2015 r. poz. 2948, przedmiotowa działka w części od strony drogi oznaczona jest symbolem KDZ – droga klasy technicznej Z, w pozostałej części położona jest na obszarze oznaczonym symbolem 1MN-22 (przeznaczenie podstawowe – zabudowa mieszkaniowa jednorodzinna, przeznaczenie dopuszczalne – usługi nieuciążliwe, lokalizacja dróg wewnętrznych oraz obiektów i urządzeń towarzyszących niezbędnym do obsługi obszaru, w tym infrastruktury technicznej, tereny zieleni oraz małej architektury)                                                 | 92 700,00<br>+ podatek VAT   | 11 450,00           | Gminny Ośrodek Kultury – sala konferencyjna<br>27.05.2022 r.<br>(piątek),<br>godz. 11.00 |

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie wadium w pieniądzu na konto Urzędu Gminy w Szreńsku: Bank Spółdzielczy Raciąż Oddział Szreńsk, nr 98823310140000024420110012, z dopiskiem „Wadium – I przetarg na sprzedaż działki (numer działki i nazwa miejscowości wg ogłoszenia)” **do dnia 20.05.2022 r. (włącznie).**

Za termin wniesienia wadium uważa się dzień wpływu wadium na wskazane wyżej konto.

Wysokość postąpienia ustalają uczestnicy przetargu, z tym że postąpienie nie może wynosić mniej niż 1% ceny wywoławczej, z zaokrągleniem w górę do pełnych dziesiątów złotych.

Przetarg jest ważny bez względu na liczbę uczestników, jeżeli przynajmniej jeden uczestnik zaoferuje co najmniej jedno postąpienie powyżej ceny wywoławczej.

Uczestnicy biorą udział w przetargu osobiście lub przez pełnomocnika. Pełnomocnictwo winno być sporządzone w formie aktu notarialnego z notarialnie poświadczonymi podpisami. Pełnomocnictwo należy przedłożyć komisji przetargowej w oryginale.

Dowód wniesienia wadium podlega przedłożeniu komisji przetargowej przed otwarciem przetargu.

Wadium wniesione przez osobę, która wygra przetarg, zostanie zaliczone na poczet ceny sprzedaży nieruchomości, a w przypadku uchylenia się od zawarcia umowy ulega przepadkowi.

Wadium zwraca się niezwłocznie po odwołaniu lub zamknięciu przetargu, jednak nie później niż przed upływem 3 dni od dnia zamknięcia, odwołania, unieważnienia lub zakończenia przetargu negatywnym wynikiem.

Protokół z przeprowadzonego przetargu stanowi podstawę do zawarcia umowy notarialnej. Cenę sprzedaży (pomniejszoną o wcześniej wpłacone wadium) należy wpłacić jednorazowo przed zawarciem umowy sprzedaży nieruchomości.

Koszty spisania aktu notarialnego ponosi nabywca. Wskazanie granic nieruchomości na gruncie może nastąpić na koszt kupującego.

Organizator przetargu może odwołać przetarg jedynie z ważnych powodów, niezwłocznie podając informację o odwołaniu przetargu do publicznej wiadomości poprzez wywieszenie w siedzibie Urzędu Gminy, ogłoszenie w prasie oraz na stronie internetowej (w Biuletynie Informacji Publicznej).

Dodatkowe informacje można uzyskać w Urzędzie Gminy w Szreńsku, pokój nr 17, tel. (23) 653-40-38 wew. 23, w godz. 7.30-15.30.

Niniejsze ogłoszenie podlega wywieszeniu na okres co najmniej 30 dni przed wyznaczonym terminem przetargu, tj. **od dnia 26.04.2022 r. do dnia 27.05.2022 r.,** na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Gminy w Szreńsku oraz zamieszczeniu na stronach internetowych [www.szrensk.com.pl](http://www.szrensk.com.pl), [www.szrensk.biuletyn.net](http://www.szrensk.biuletyn.net).

# MEMENTO MORI SZEPCZE CO RANO

Po prostu Robert lub Bobi Et — facet bez nogi, bez adresu, żyjący na skraju systemu. Na rowerze przemierza Polskę i tak ma pozostać do końca jego życia. W tej podróży nie ma mety, on ma wielki dom z rozgwieżdżonym sufitem, czyli wolność.

**S**am zbudował rower, wozi na nim cały swój dobytek: cztery sakwy, namiot, śpiwory i skarbonkę. Co do niej ktoś włoży, to jest na jedzenie. Nie ma domu, rachunków, zobowiązań. Jedzie tam, gdzie chce, śpi gdzie chce, lubi kawę i rozmowy z ludźmi. Rzadko nosi skarpetkę, raczej nie choruje, może poza rakiem, który zabrał mu nogę. Ale bez jednej nogi wciąż można jeździć na rowerze, odpowiedni sam sobie zbudował. Historia życia Roberta mogłaby być gotowym scenariuszem na film lub książkę. Mogłaby być także swoistym świadectwem, gdzie dobro pokonuje zło. Bo Robert w życiu zrobił wiele złego, ale zawsze wiedział, że jest w nim dobro. Potrzeba było wielu życiowych zakrętów, nawet pożegnania z życiem, aby móc to dobro odkryć.



Powrót do formy w domku letniskowym w Gąskach

## ŻYCIOWY ROLLERCOASTER

Gdy Robert miał 5 lat, wpadł pod ciężarówkę — po tym zdarzeniu miał ciągłe problemy z nogami. Ale życie toczyło się dalej. Do 35 roku życia uważał, że był człowiekiem sukcesu.

— Robiłem karierę, byłem wysoko postawionym pracownikiem w Katowicach, później miałem swoją firmę, która niestety zbankrutowała. Zdarza się. Potem zostałem kierowcą ciężarówki. Miałem żonę, dwójkę dzieci. Kiedy jeździłem po całej Europie, wpadłem w jeden z najdziwniejszych nalogów: hazard.

No i można powiedzieć, że przegrałem życie, przegrałem rodzinę, przegrałem pieniądze — mówi i przyznaje, że stoczył się tak bardzo, że w dniu śmierci ojca ukradł mu pieniądze z konta.

Na dwa lata zaszył się u mamy. Próbował sobie jakoś pomóc, lecz życie rzuciło mu kolejne wyzwanie — trzy lata więzienia za niepłacenie alimentów.

— Odsiedziałem karę w całości, nie zgodziłem się na zwolnienie warunkowe, bo myślałem, że lecę się z nalogu i nie warto wychodzić wcześniej. Można powiedzieć, że po ponad 5 latach abstinencji

wyszedłem na wolność. Wróciłem do mamy. Z moją nogą było coraz gorzej, w moim zawodzie już nie mogłem pracować. Z wykształcenia jestem mechanikiem, całe życie wiązałem z samochodami. Postanowiłem znaleźć jakiś inny sposób na to, żeby zarabiać. Zaczęłem robić witraże. Poznałem kobietę, z którą było mi cudownie przez kilka lat... Potem dowiedziałem się, że mam raka — opowiada Robert.

Choroba Roberta to rak płaskonabłonkowy koleczastokomorowy, który jest pośrodku na skali złośliwości.

— Przeleżałem w instytucie onkologii w Gliwicach prawie 5 miesięcy. Przeszedłem szereg operacji. Kiedy wyszedłem ze szpitala, mój związek nie był taki sam, razem z kobietą zdecydowaliśmy się na rozstanie. Moje poprzednie życie było zrównane z ziemią, jak kiedyś Dąbrówno przez Jagiełłę. Nie chciałem wracać do mamy, która jest cudowną kobietą. 50-letni mężczyźni nie mieszkają już z mamami — opowiada Robert.

## ŁATWIEJ IŚĆ NAPRZÓD, GDY WRACAĆ NIE MA GDZIE...

Miał obie nogi, nic do stracenia. Z chorobą nowotworową i bagażem ciężkich doświadczeń wsiał na rower. To było łatwiejsze niż chodzenie.



Autor: archiwum Roberta

W szpitalu, pierwsze chwile bez nogi

Kupił najtańszy rower miejski ze wspomaganie elektrycznym.

— Kompletnie nie wiedziałem, co muszę ze sobą zabrać na trasę. Spakowałem się w przyczepkę. Rower z przyczepką ważył 120 kg, ja 70 kg, więc było co ciągnąć. Bateria w rowerze starczała tylko na ok. 14 km, więc używałem jej tylko na podjazdach. Zajeżdżałem ten rower, ale i tak dojechałem na nim nad morze — opowiada.

Od początku Robert relacjonuje swoją wyprawę w mediach społecznościowych.



**ROBERT:**  
WĘDRUJĘ,  
PRACUJĘ,  
POMAGAM SOBIE  
I INNYM. JESTEM  
CORAZ LEPSZYM  
CZŁOWIEKIEM  
W MOJEJ WŁASNEJ  
OCENIE. A TO ŻE  
SOBĄ TRZEBA  
UMIEĆ ŻYĆ, BY BYĆ  
SZCZĘŚLIWYM. MÓJ  
RAK BYŁ JUŻ DLA  
MNI I WROGIEM,  
I PRZYJACIELEM.  
WALCZYŁEM Z NIM  
I PROSIŁEM JAK  
PRZYJACIELA, BY  
SIĘ POŚPIESZYŁ  
I MNI UWOLNIŁ  
OD SIEBIE SAMEGO.  
DZIŚ PO PROSTU  
WSPÓŁISTNIEJEMY.  
ROBIMY SVOJE. ON  
JEST PO STRONIE  
NIEUNIKNIONEGO.  
MEMENTO MORI  
SZEPCZE CO RANO.  
A JA PYTAM, A PO  
CO? SKORO NIE  
DZIŚ, TO NIC MNI  
TO NIE OBCHODZI,  
BO DZIŚ NALEŻY  
DO MNI I BĘDĘ  
BARDZO ZAJĘTY.

Stworzył profil @Wyprawa na koniec życia na Facebooku i YouTube, buduje tam swoją społeczność, dzieli się przemyśleniami, zdjęciami i filmami. Dzięki temu może prowadzić zbiórkę pieniędzy w Internecie, bo z tego się utrzymuje i tym się dzieli z innymi. W pewnym momencie relacje przestały się pojawiać. Robert przeżywał kryzys...

— Gdy dotarłem nad morze, zbliżała się zima. Zaproponowano mi, że jeśli nie chcę się tulać od człowieka do człowieka, to mogę zamieszkać w przyczepie kempingowej na działce. Przeżywałem tam. W moich oczekiwaniach zima miała trwać do 3 miesięcy (dojechałem tam na koniec listopada). W święta załamałem się... Napisałem na fanpage'u, że wyprawa się skończyła, że kończę relacjonować. Powyłączałem wszystkie urządzenia. Siedziałem i myślałem, czy skończyć ze sobą dzisiaj, czy poczekać do jutra... Przesiedziałem tak do marca — wspomina Robert.

## PANDEMONIUM

— W marcu chciałem opuścić przyczepę, ale wybuchła pandemia... Zrobiłem próbną rundkę — 30 km (byłem w Karwieńskich Błotach). Ludzie wtedy, widząc obcego człowieka, łapali za kamienie (śmiech). Nie dosłownie oczywiście. Było wtedy bardzo trudno. Nie było mowy, żeby być wśród ludzi, rozbić namiot itd. O nawiązaniu kontaktów i pozyskiwaniu środków nie było mowy. Przyjechali po mnie przyjaciele z Jastrzębia Zdroju i u nich przetrwałem ten czas. Po miesiącu stwierdziłem, że trzeba ruszyć znowu „do domu”, czyli w trasę. Okazało się, że mój rower wymaga gruntownego remontu. Był pomysł, żeby go naprawić, ale nie nadawał się na dalsze trasy. Wówczas mój przyjaciel powiedział mi, że ma rower, gotowy na dalsze trasy. Kupił go synowi, który miał do mnie dołączyć przez jakiś czas. Jednak nie dołączył, więc dostałem rower. No i ruszyłem dalej...

## ZROBIĆ COŚ DOBREGO

Pewnego dnia Robert postanowił, że ruszy w trasę szlakiem Jagiełły. Będzie kupował



„Jakkolwiek byście się czuli inni, jesteście jednym z wielu”



W domu Anety Nalik

drobne pamiątki z odwiedzonych miejsc, wystawi je na licytację, a dochód z nich przeznaczy potrzebującej osobie.

— Postanowiłem po prostu wpisać frazę „licytacje dla...” i tak znalazłem Zbyszka. Nie chciałem, żeby to było dziecko, ponieważ zauważyłem, że takie licytacje są bardzo popularne. Wybrałem 60-latkę, który przechorował z sukcesem dwa nowotwory, ma trzeci i nadal chce żyć, ma dla kogo żyć — wspomina Robert — Pewnego dnia umieściłem post, w którym napisałem, że będę mądrzejszy od Jagielly i omijam Kurzętnik. Odczytała go Aneta, która do tej pory obserwowała moją wyprawę bez większej aktywności. Tym razem zareagowała i napisała, że nie mogą ominąć Kurzętnika, bo w nim mieszka i za-

prasza. I tak po raz pierwszy Robert znalazł się w okolicy Nowego Miasta Lubawskiego.

— Spędziłem z Anetą i jej bliskimi trzy dni i czułem się tam jak z rodziną. Cudowni, otwarci ludzie! Ludzie, którzy wiedzą z relacji, gdzie ruszam, oferują po drodze noclegi, tak jak zrobiła to Aneta Nalik — wyjaśnia.

#### POŻEGNANIE Z NOGĄ

Zimą 2021 roku z nogą Roberta było już naprawdę źle. Zapadła decyzja o jej amputacji. Brak nogi nie mógł oznaczać, że wyprawa się kończy. Potrzebny był nowy rower. Dzięki wsparciu przyjaciół w życiu Roberta pojawiła się trójkołowy rower Żabai. Teraz pozostało już tylko iść do szpitala i pożegnać się z nogą,

co nastąpiło w styczniu 2022 roku. Dokładnie 13 stycznia odbyła się operacja. Dzięki uprzejmości przyjaciół po operacji trafił do domu letniskowego w Gąskach nad morzem, gdzie dochodził do siebie, a przede wszystkim uczył się wszystkiego na nowo. O kulach, bez nogi życie wyglądało zupełnie inaczej.

#### POWRÓT DO DOMU...

... czyli w trasę! Już bez nogi, ale z optymizmem, siłą, nieustającą determinacją przemierzał kolejne kilometry, spotykał kolejne osoby. Wśród nich, trzeci już raz, była Aneta Nalik z Łąk Bratiańskich. Gościła Roberta kilka dni, dając nam możliwość poznania jego historii. Jego pobyt związany był też z awarią roweru, trzeba było

niądze, to można mieszkać i w hotelu, ale czy to będzie dom? Moja mama, siostry, rodzina, znajomi — oni zawsze są skłonni mi pomóc, przysłać czy uratować przed pandemonium. Wiedziałem, że takie opcje istnieją, ale to opcje na kilka miesięcy, rok... Potem człowiek staje się balastem. Wiedziałem, że nie będę mógł już zarabiać, więc będę wtedy ciężarem... To nie jest tak, że moja rodzina nie jest w stanie tego dać. Żadna rodzina nie jest w stanie tego dać, jeśli ma się własną pracę, dzieci, życie. Rodziny składają się z wielu osób i ta całość, wszyscy członkowie rodziny musieliby to zaakceptować. Pewnie by zaakceptowali, ale ja tego nie widzę, nie czuję. Trudno by mi było uwierzyć w to, że nie jest to wyłącznie



W swoim domu, pod sufitem z gwiazd

zamówić odpowiednie części i go naprawić, aby móc bezpiecznie jechać dalej — tym razem w kierunku Ostródy.

#### RODZINA

Trudno nie zapytać Roberta o rodzinę. Przecież bezdomność to ostateczność, a Robert ma mamę, trzy siostry... Dlaczego wybrał życie w drodze?

— Dla mnie jedyną sensowną opcją poza pójściem na dworzec centralny w Warszawie, na którym już kiedyś mieszkałem, było jeżdżenie na rowerze... To był wtedy jedyny błysk w głowie. Oczywiście opcją mogła być mama, przyjaciele itd. Utrzymuję kontakt z całą rodziną, znajomymi. Ale trzeba zdać sobie sprawę z tego, czym jest dom. Dom to nie jest tylko miejsce, gdzie można mieszkać. Tak naprawdę można mieszkać wszędzie. Jak się ma pie-

zobowiązanie wobec brata, syna czy przyjaciela — wyjaśnia Robert.

#### SOCIAL MEDIA

— Jeżdżę, fotografuję, filmuję i opowiadam wam o życiu, jakiego pewnie niewielu doświadczy. To wcale nie jest taka lekka praca — mówi Robert i zaprasza do siebie. Wystarczy wpisać „Wyprawa na koniec życia”, aby poznać jego historię, obserwować wyprawę i być może wspomóc finansowo, aby jego codzienność była odrobinę lżejsza. Robert nie ukrywa, że żyje ze środków zebranych na internetowej zbiórce lub tych wrzuconych do puszek przy rowerze. To nie są duże kwoty, niewiele mu potrzeba, a jak ma nadwyżkę, to dzieli się z innymi. Wspiera zbiórkę dla Zosi i Łukasza, wspiera też przyjaciela z Rolki Reg-



Żaba jeździ nawet po plaży

gae Rajd, który nieustannie pomagał innym, teraz sam potrzebuje pomocy.

— Ludzie myślą, że znalazłem wygodny i łatwy sposób na życie. Jeżdżę sobie na rowerze, a inni wpłacają kasę na moje konto — mówi Robert — Od początku wyprawy, na zbiórkę w internecie wpłynęło niecałe 20 tys. złotych. Jak się to podzieli przez 3 lata, to dniówka naprawdę nie jest bogactwem. Wspierając „wyprawę” darczyńcy pomagają mi żyć, ale wspierają też wspomagane i inicjowane przeze mnie akcje pomocy innym, których kilka już się zadziało, dzieje i będzie działo.

#### DLACZEGO TAK?

— Z wyborami jest tak, że zawsze z zewnątrz wydaje się, że jest kilka opcji. Natomiast

trzeba sobie uświadomić, że ludzie, których często nie rozumiemy — bezdomni, alkoholicy, narkomani itd. (mówi się, że zostali nimi z wyboru, ponieważ tak jest) — wybrali z tego co mieli, ze swojego punktu widzenia jedyną możliwość. Trzy lata temu dla mnie jedyną, sensowną opcją poza pójściem na dworzec centralny w Warszawie, na którym już kiedyś mieszkałem, było jeżdżenie na rowerze. To był wtedy jedyny błysk w głowie i tak już zostało...

Pojechał dalej. Ciekawe, czy w ogóle rozbił namiot. Mówi, że dobry śpiwór wystarczy — jak nie pada, kładzie się tak po prostu pod gwiazdami. Dziś ma ponad trzy tysiące przyjaciół i wielki dom z rozgwieżdżonym sufitem.

ALINA LASKOWSKA



Z Anetą Nalik w Łąkach Bratiańskich koło Nowego Miasta Lubawskiego



Naprawa roweru i dalej w drogę

# Z MAFIĄ NIE MAM NIC WSPÓLNEGO

Rosyjska bratwa, mafijny świat, w którym panują okrutne zasady, a każdy skrywa sekret — o tym pisze Paulina Jurga, autorka m.in. nowej powieści „Ławrusznik”.

— Mafijne porachunki, egzekucje. Sypia pani spokojnie, opisując takie przygody głównych bohaterów?

— Ależ bardzo spokojnie (śmiech). Raz mi się tylko zdarzyło, że faktycznie śniło mi się, że po lesie goni mnie Izjasław (bohater serii Matrioszka – przyp. red.), i to było straszne. Ale to był wyjątek. Mam spokojny sen.

— Seria mafii rosyjskiej była przetłem w pani życiu?

— Można tak powiedzieć. Zdecydowanie. Nie sądziłam kiedykolwiek, że będę autorką publikowanych książek. Można powiedzieć, że tematyka również nie jest przypadkiem. Zawsze interesowały mnie wątki związane ze wschodnią kulturą. Bardzo długo uczyłam się języka rosyjskiego. W czasie studiów dalej uczyłam się rosyjskiego, ale również pojawił się język arabski. Ciekawiły mnie niuanse kulturowe, związane z nimi tradycje i obyczaje. Potem, po latach, stwierdziłam, że chcę napisać książkę o mafii rosyjskiej i chciałabym, żeby było to coś innego, niż powieści, które już są na rynku, a dotyczą wątków mafijnych. Siadłam do komputera i tak się zaczęło. Piszac, szukając kolejnych informacji, które pomogą mi w tworzeniu fabuły, wciąż sobie uświadamiam, jak fascynujące są to historie. Dlaczego więc ich nie opisać?

— Dużo w pani książkach brutalnych scen ze świata mafii. Są problemy z dostępem do źródeł?

— Już teraz jest dużo materiałów i publikacji, również w języku polskim, które dotyczą mafii rosyjskiej. W przypadku mafii gruzińskiej i czeczeńskiej tych polskich źródeł brakuje, ale za to jest bogactwo źródeł anglojęzycznych. Na co dzień jestem nauczycielką angielskiego, więc nie mam z tym najmniejszych problemów.

— No właśnie. Na co dzień wykonuje pani zawód, któremu daleko od mafijnych rozrachunków.

— Powiedzmy, choć rzeczywiście jest to zawód usystematyzowany. Traktuję pisanie jako aspekt rozrywkowy. To moja odkrocznia. W książkach mogę sobie pewne sprawy poukładać. Nie mam mo-



Fot. Pięgowate kadry

mentów zawahania, wiem, jak działać krok po kroku. Gdyby wszystko w życiu mogło być tak przyjemne, jak pisanie. Dla mnie wciąż pisanie jest relaksem po całym dniu pracy.

— Ma pani swoje pisarskie rytuały? Może miejsce, w którym lubi pani pisać?

— Rzeczywiście tak jest. Mam jeden pokój w domu, w którym stoi moje biurko i tam pisze mi się najlepiej. Wszystkie inne miejsca w moim domu tak nie działały. Piszę wieczorami, przy muzyce. Wieczorem — dlatego, że dzieci śpią, więc nie wymagają już mojej uwagi.

— Mnie trochę rozśmieszył też fakt, że Igor, bohater „Ławrusznika”, pani najnowszej powieści, cytuje swoją

ulubioną kwestię z Terminatora. A pani zawsze lubiła serię o ojcu chrzestnym?

— Filmy o mafii zaczęłam oglądać tak naprawdę kilka lat temu. Jednak lubię filmy z akcją, gdzie dużo się dzieje. To również dotyczy książek, które czytam. W przypadku mafii chyba jedną z najważniejszych pozycji jest ta autorstwa Marka Galeottiego — „Wory. Tajemnice rosyjskiej supermafii”. To w zasadzie moja biblia, jak czasem żartuję, bo często po nią sięgam. Są jeszcze dwie książki Federico Varese’a, kryminologa, który też pisze m.in. o mafii rosyjskiej.

— Historie, o których pani pisze sprawiają, że na ciele pojawiają się ciarki. W „Matriosce” było dużo

tradycji związanych z religią prawosławną. Pogrzeby, wesela. Skąd czerpała pani informacje?

— Tak naprawdę te tradycje same mnie bardzo interesowały. Nigdy nie uczestniczyłam w liturgii prawosławnej, choć przyznaję, że bardzo bym chciała. Jest jednak mnóstwo dostępnych źródeł, dzięki którym można poznać, jak wygląda naprawdę. Choć czasem opisuję pewne zdarzenia tak obrazowo, że niektórzy czytelnicy pytają mnie, czy nie mam w rodzinie kogoś z mafii (śmiech). Wszystko opieram głównie na źródłach.

— Niektórzy pisarze też mówią, że inspiracji dostarcza im codzienność.

— Na szczęście nie, choć rzeczywiście w mojej okoli-

cy zdarzyło się morderstwo. To historia sprzed lat, gdzie mężczyzna z miłości zamordował dwie osoby, po czym zastrzelił się. Tak więc rzeczywistość też potrafi dostarczyć inspiracji.

— Z kolei w „Ławruszniku” pojawia się Wilno. Była pani w tym mieście?

— Tak, choć wiele lat temu. To jedyne miejsce w moich książkach, które odwiedziłam. To bardzo interesujące miasto i chętnie bym tam wróciła. Lubię podróżować. Marzyłam o wyprawie do Rosji i Gruzji, ale niestety w obecnej sytuacji muszę te plany odłożyć.



**PAULINA JURGA:**  
DUŻO INSPIRACJI  
DOSTARCZYŁY  
MI WŁAŚNIE  
BLOGERKI, KTÓRE  
PISZĄ DUŻO M.IN.  
O GRUZIŃSKICH  
PRZESĄDACH.

re piszą dużo m.in. o gruzińskich przesądach. Teraz mam też zamiary na dwie mieszkanki Gruzji, które doskonale znają język polski, więc nie ma problemów w komunikacji. Dobrze mieć czasem takiego człowieka, który pochodzi stamtąd. Takie osoby znakomicie potrafią wytłumaczyć pewne kulturowe niuanse. Na przykład dzieci Gruzynów nie mówią do rodziców: mamo, tato, a zwracają się do nich po imieniu. Kolejne odsłony serii o mafii gruzińskiej będą miały fabułę osadzoną w Gruzji.

— Zostawi pani szkołę dla pisarstwa?

— Zawsze stanowczo zaprzeczałam, choć ostatnio, dzięki temu, że te pytania padają coraz częściej, zaczęłam się zastanawiać, jak by to mogło wyglądać. Choć z pewnością nie jest to decyzja, którą można podejmować dziś, w tak niespokojnych czasach. Boję się też, bo teraz pisanie jest dla mnie przyjemnością. A jakby to było, kiedy stałoby się moim jedynym zajęciem? Poza tym bardzo lubię moją pracę w szkole.

KATARZYNA JANKÓW-MAZURKIEWICZ

**Paulina Jurga**, nauczycielka i pisarka, mama dwójki dzieci, na co dzień mieszka pod Poznaniem. Zadebiutowała serią „Matrioszka”, gdzie połączyła wątki mafijne i romansowe. Niedawno premierę miała jej najnowsza powieść „Ławrusznik” (Wydawnictwo Otwarte), która mówi m.in. o mafii gruzińskiej. Kilka słów o „Ławruszniku”: Igor, główny bohater książki, zgodnie z rodzinną tradycją wstąpił do gruzińskiej mafii. Jako kanonieri qurdi musiał podporządkować się całkowicie zwierzchnikom. Nie miał prawa do własnych decyzji ani do własnego życia. Tym bardziej nie miał prawa się zakochać. Jednak gdy poznał bezbronną i tajemniczą Sofię, to się zmieniło. Zaczął odkrywać w sobie emocje, o które nigdy by się nie podejrzewał. Pragnął Sofii i poddał się gwałtownemu uczuciu. Zapomniał przez to o najważniejszej zasadzie wórow — postuszeństwie. Spotkanie dla miłośników kryminałów z mocnym zakończeniem. W środę, 30 marca w Książnicy Polskiej odbędzie się spotkanie z Pauliną Jurgą, autorką poczytnych kryminałów. Początek o godzinie 17.30. Wstęp wolny.

# INSTAOGRODNICTWO BARDZO WCIĄGA

Ogród jest jej prawdziwym oczkiem w głowie. Zakochana w daliach, o roślinach potrafi rozmawiać godzinami. Ewa Kargetta-Sowul z Mrągowa prowadzi na Instagramie profil evikawogrodzie i z dnia na dzień przybywa jej obserwujących.

— Od kiedy prowadzi pani swój profil na Instagramie?

— Już kilka lat. Powstał pod wpływem mojej decyzji o przejściu na dietę roślinną. Zamiast tłumaczyć, co ja takiego jem, skoro nie jem mięsa, wolałam to przedstawić na Instagramie. Mój profil miał pokazać, jak wygląda i na czym polega weganizm. Osoby, które dowiadywały się, że zrezygnowałam z mięsa, były ciekawe, czym je zastąpić i jak uzupełnić niezbędne składniki pokarmowe w prosty i smaczny sposób. Pokazywałam więc, jak zrobić np. kotlety z kalafiora, ser z ziemniaka i marchewki czy cytrynową zupę z cukinii. Robiłam zdjęcia przygotowywanych potraw, dodawałam opis i zamieszczałam na Instagramie. Wtedy absolutnie nie myślałam o obserwujących czy zasięgach. Właściwie to nie miałam żadnego celu w związku z obecnością na Instagramie, no może poza swojego rodzaju vege-propagandą. Co dziwne, bez żadnego zabiegania o fejm, wiele osób zaczęło wykorzystywać moje przepisy na co dzień i wprowadziło sporo dań kuchni roślinnej do swojego jadłospisu. To mnie cieszy do dziś.

— Kiedy na pani profilu zaczęły pojawiać się informacje o ogrodzie?

— Od momentu pandemii i przymusowej izolacji. Nagle znalazło się więcej czasu, żeby jeszcze intensywniej dbać o ogród, a przy tym śledzić social media. Okazało się, że coraz więcej osób zaczęło interesować się uprawą roślin, dzieląc się swoimi doświadczeniami ogrodowym na Instagramie. Takie wspólne instaogrodnictwo bardzo wciąga. W moim przypadku początkowo polegało to głównie na śledzeniu dużych kont ogrodniczych. Sama nie zamieszczałam zbyt często swoich zdjęć z ogrodu, byłam bardziej typem obserwatora. Wszystko zmieniło się jesienią ubiegłego roku, kiedy Instagram pochłonął mnie na dobre. Zaczęłam aktywnie udzielać się na swoim profilu no i przepadałam z kretelem.

— Wtedy też na pani profilu zaczęły pojawiać się coraz więcej osób.

— Tak, zaczęłam zamieszczać więcej postów i relacji, a w odpowiedzi coraz więcej

osób komentowało, reagowało, wysyłało wiadomości prywatne. Na Instagramie jest tak, że im więcej pokazujesz i wchodzisz bardziej w interakcje z ludźmi, to tym więcej się dzieje. To jest taka samonakręcająca się spirala. Teraz, kiedy mam już ponad tysiąc osób obserwujących, jest to naprawdę widoczne. Oczywiście w porównaniu z innymi kontami, które mają po kilka lub nawet kilkadziesiąt tysięcy osób obserwujących nie to jest może zbyt wiele, jednak widzę, że to, co zamieszczam, wzbudza dużo pozytywnych emocji, szczególnie relacje. Bardzo lubię mówić do ludzi i w zamian otrzymuję mnóstwo wiadomości zwrotnych, że przyjemnie się mnie słucha. To bardzo miłe, kiedy tak wiele osób pisze, że od mojego codziennego „dziendobros” rozpoczyna swój dzień. Cieszę się z każdej entuzjastycznej wypowiedzi, komentarza, wiadomości. To jest niesamowite, bo na Instagramie mówię nie tylko o ogrodzie, ale o życiu, po prostu. Dla mnie prowadzenie profilu na Instagramie jest wciąż tylko dobrą zabawą. Wiem jednak, że wiele osób, które prowadzi takie konta, zakłada, że mogą one w przyszłości stać się ich sposobem na zarabianie pieniędzy. Nie neguję takiego podejścia, bo przecież każdy z nas szuka rozwiązań, które pozwolą realizować się zawodowo. Dla mnie to w tym momencie raczej przestrzeń do nawiązywania relacji z innymi ludźmi i dzielenia się swoją pasją. Dzięki Instagramowi mam kontakt z wieloma wspianymi, wartościowymi



Autor: mat.prywatne

Ewa Kargetta-Sowul prowadzi na Instagramie profil evikawogrodzie

osobami. I to jest dla mnie największa wartość.

— O czym rozmawiacie najczęściej?

— Często padają pytania związane po prostu z ogrodnictwem, ale już w wiadomościach prywatnych rozmawiamy też często o życiu. To, że łączy nas podobna pasja, bardzo zbliża. Tutaj nikt nikogo nie ocenia, nie wartościuje, nie patrzy przez pryzmat wyglądu, wieku, pozycji społecznej czy statusu materialnego. Wspieramy się nawzajem. Pomagamy. Rozumiemy to ogrodnicze wariactwo, jakie nas dopadło.

— W jaki sposób?

— Najczęściej dobrą radą czy po prostu wsparciem. Inspirujemy się nawzajem, uczymy od siebie, dzielimy się swoim doświadczeniem. Wymieniamy się też nasionami, sadzonkami. Ostatnio wysłałam jednej osobie nasiona, a w zamian otrzymałam przepiękny łapacz snów. Zupełnie się tego nie spodziewałam, bo przecież nie oczekiwałam niczego w zamian. Jednak osoba, która otrzymała ode mnie nasiona uznała, że w ten sposób może się odwdziżyć. To było bardzo wzruszające.

— W pani ogrodzie rosną różne rośliny, ale sama mówi pani o sobie – królowa dali. Skąd ta miłość do tych kwiatów?

— Tak, uwielbiam dalie. Za mnogość odmian i piękno nawet pojedynczego kwiatu, który sam w sobie może stanowić wypełnienie flakonu. Wystarczy naprawdę jeden kwiat którejś z odmian dali talerzowej czy dekoracyjnej i nie potrzeba nic więcej. Są nazywane królowymi późnego lata i dodają ogrodowi kolorów, kiedy zaczyna go brakować. Co roku powtarzam sobie, że tych kilkadziesiąt odmian, jakie mam u siebie, to już absolutne maksimum, a potem nie potrafię się oprzeć i dokupuję kolejne. To taka ogrodnicza przypadłość, na którą zapadają wszyscy Instaogrodnicy, znana w naszym kręgu jako „chciewstwo”. Dodam tylko, że jest nieuleczalna.

— Które rośliny lubi jeszcze pani w ogrodzie?

— Całe mnóstwo! Ciężko wybrać tylko kilka, ale na pewno szczególnym względem darzę też powojniki, szczególnie wielkokwiatowe i z grupy Viticella oraz róże. Ciągłe poznaję nowe rośliny, nowe odmiany i zakochuję się wciąż na nowo. W tej niekończącej się historii cały czas zdobywam nowe doświadczenia, ucząc się na własnych błędach. W życiu jestem bardzo zorganizowana — i w ogrodzie działam podobnie. Zanim roślina znajdzie się u mnie w ogrodzie, to sprawdzam, czy mogę jej zapewnić optymalne warunki — jednak czasem ulegam impulsowi i nie zawsze kończy się to dobrze. Jednym z takich częstych

błędów jest fakt, że często kupujemy kwiaty oczami. Widzimy sadzonki, które doskonale radziły sobie w szklarniach w Holandii, ale w naszych warunkach może skończyć się to różnie. Trzeba o tym pamiętać. Także o tym, że niektóre gatunki są mniej lub bardziej odporne na choroby, a także o tym, że to, co sprawdza się u jednej osoby, niekoniecznie sprawdzi się u nas. Ktoś ma glebę piaszczystą, ktoś inny bardziej gliniastą. Tak samo jak stanowisko czy klimat. Tego człowiek uczy się przez całe życie. A czasem mimo optymalnych warunków roślina po prostu nie chce rosnąć, marnieje, nie kwitnie. Wtedy trzeba jej pogrozić palcem i powiedzieć: „słuchaj, albo się uspokoisz i zaczniesz rosnąć, albo będziesz wykopana”. To oczywiście żart, ale — co dziwne — w wielu przypadkach, kiedy tak sobie z nią porozmawiam, roślina w końcu się mobilizuje i rośnie (śmiech). Do tego wierzę, że ogród jest z gumy i każda kolejna roślina się w nim zmieści (śmiech). Czasem kosztem trawnika, bo uważam, że trawa w ogrodzie jest zdecydowanie przereklamowana, choć tu pewnie żaden mężczyzna by się ze mną nie zgodził. Nie wiedzieć czemu panowie zaciekle bronią każdego metra murawy i nie chcą przyjąć do wiadomości, że przecież rabatki kwiatowe są zdecydowanie bardziej atrakcyjne (śmiech).

— Na Instagramie pokazuje pani różne rośliny, dzieli się doświadczeniem. Jaką dziś pełni rolę?

— Jest rodzajem pamiętnika, który pokazuje, jak zmienił się mój ogród na przestrzeni lat. Żałuję, że kiedy powstawał, nie robiłam zbyt wielu zdjęć. Dziś już nie popełniam tego błędu. Fotografuję każdą roślinę, uwieczniam pory roku. Cała galeria w telefonie to zdjęcia z ogrodu, choć tylko ułamek z nich trafia finalnie na Instagram. Mój profil to głównie relacje, bo dzięki nim mam większy kontakt z osobami, które mnie obserwują. A o ogrodzie i roślinach mogłabym mówić godzinami. To nic, że czasem trzeba zarwać noc, żeby odpisać na wszystkie wiadomości. Ja to po prostu lubię.

Katarzyna Janków-Mazurkiewicz



Autor: evikawogrodzie



Autor: evikawogrodzie

## PRACA

**BRUKARZY** z doświadczeniem, 500-045-459

**DOŚWIADCZONA** opiekunka osób starszych szuka pracy na terenie Olecka i okolic. 504-563-191

**PRACA DLA OPIEKUNEK OSÓB STARSZYCH W NIEMCZECH, ZAROBKI DO 1800 EURO MIESIĘCZNIE NA RĘKĘ + PREMIA ŚWIĄTECZNA, SPRAWDZONE OFERTY, 501-409-214**

**PRACA** kierowca Taxi Giżycko. tel.606-910-773

**PRZYJMĘ** do pracy na budowę, tel.510254826

**PRZYJMĘ** do pracy w budowlance, 698-090-945

**RESTAURACJA** „Rybaczówka” w Bogaczewie zatrudni do pracy w kuchni (kucharz, pomoc kuchenna, zmywak, patroszenie ryb) oraz na salę (kelner, barman), tel: 504-004-727

**ROZNOŚZENIE** ulotek na terenie giżyckiego raz w tygodniu, 507-843-043

**ZATRUDNIĘ** do obsługi traka taśmowego, Giżycko, tel.504675577

**ZATRUDNIĘ** konserwatora tel. 602-115-753

**ZATRUDNIĘ PRACOWNIKÓW**- budowlanych, murarzy oraz osoby do prac wykończeniowych tel.506-439-480.

**ZATRUDNIĘ** w gospodarstwie do obsługi koni, 501-172-462

**ZATRUDNIĘ:** operatora koparki JCB - 20 zł. netto/godz., hydraulików - spawaczy gazowych - 18 zł. netto/godz. Tel. 602793456

**ZOSTANĘ** prywatnym kierowcą (szoferem) Arek, 698691833

## SPRZEDAM

**KURKI**, koguty odchowane 7-mio tygodniowe oraz kaczko-gęsi, kaczki, perlice, gęsi i czarne indyki. Zamawiać Długobór, tel. 608-299-068 (wieczorem).

**SPRZEDAM** zegary ściennie i stojące z prywatnej kolekcji, 604-106-235

**SPRZEDAM:** deski szalunkowe i na dach, drewno opałowe tel. 504675577

## KUPIĘ

**KUPIĘ** drewno opałowe z prywatnych lasów. 600372158

**KUPIĘ** książki o tematyce motocyklowej WSK, OSA, Junak, WFM, Romet, 504-631-626

**KUPIĘ** motocykl WSK, OSA, SHL, Junak, motorynka, MZ, 504-631-626

**NML** Kupię spycharkę DT lub fadromę, Nowe Miasto Lubawskie+ 50km., 605-070-911.

**NML** Skup ŚLIMAKA WINNICZKA od 20 kwietnia do 31 maja, Gwiżdżyny blok 7/1, od 8.00 do 21.00, wymagana średnica 3cm, 793-202-893

**SAMOCHODZIK** na pedały z czasów PRL odkupię każdy stan tel 505431881, tel 505431881

**SKUPUJEMY** złom żeliwny - 1,90 zł/kg Odlewnia Lipowiec Kościelny 43B tel.500 255 405

**STARE** fotele, złotą biżuterię, monety, szkło PRL, 607-852-453

**WSK** 1, Kupię motorower Simson, Wsk, motorynka mogą być niesprawne. tel 505 431 881, 505 431 881

## NIERUCHOMOŚCI

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

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

**DO** wynajęcia. Pawilon handlowy na Placu Targowym w Giżycku tel. 604 153 247.

**NML** Kawaler niepalący pilnie poszukuje pokoju lub mieszkania do wynajęcia, okolice Lubawy lub Nowego Miasta Lubawskiego, 518-934-539

**NML** Przyjmę na mieszkanie lub pokój-umeblowane, 571-339-926

**NML** Sprzedam dom 65m2 w centrum Nowego Miasta Lubawskiego, 606-461-526

**NML** Sprzedam działkę 0,27ha w Mrocznie, 518-059-140.

**NML** Sprzedam mieszkanie 58m2, w bloku na 4 piętrze, ul.Grunwaldzka 42a, Nowe Miasto Lubawskie, 3 pokoje, kuchnia, łazienka, pomieszczenie gospodarcze, balkon, piwnica, 270.000zł, 728-331-978

**SPRZEDAM** działkę budowlaną o pow.0,12, uzbrojoną, Uzdrawo, 785-541-026

**SPRZEDAM** działki budowlane 13arowe, wszystkie media, Tatary, Nidzica, 691-383-709

**SPRZEDAM** mieszkanie 36m2 w centrum Giżycka, 505-878-322

**SPRZEDAM** mieszkanie 51m2, 2pokoje, kuchnia, łazienka, balkon(loggia), Os.Warszawskie, Lubawa, 695-721-267

**SPRZEDAM** mieszka-

nie 70m2, 1lp., Nidzica, ul.Warszawska, 783-998-785,

**SPRZEDAM** ziemię pow.3,66 ha, Sobiewola k.Kisielice, 34tys./ha, 696-198-288

**SPRZEDAM:** Dom Ostróda 664 616 161

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

**WYNAJMĘ** kawalerkę osobom bezdzietnym tel. 694661022

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

## AUTO-MOTO

**NML** Sprzedam motocykl Honda Magna, VF 750, 515-435-404.

**SAMOCHODY** 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, 698-672-856

**SKUP** AUT - atrakcyjne ceny! 516 368 453

**VW** Golf 4, 1999 r. doinwestowany, benzyna + gaz, 572-362-542

**VW** Golf 4, 1999 r. doinwestowany, benzyna + gaz, 572-362-542

**VW** Golf 4, 1999 r. doinwestowany, benzyna + gaz, 572-362-542

## USŁUGI

**DACHY**, 514-456-553

**KOMPLEKSOWE** remonty mieszkań. 668-229-231

**KOMUNIE**, wesela, imprezy nad jeziorem. Elixir Hotelik, 602-715-753, www.elixirhotel.com

**LOKALIZACJA** wycieków wody wewnątrz i poza budynkiem, udrażnianie, frezowanie, czyszczenie:kanalizacji, zlewu, brodzika, toalety, 694-170-031

**POŻYCZKI**, 510-915-715

**KONSTAŁ PRODUCENT**  
**GARAŻE blaszane | BRAMY garażowe**  
**KOJCE dla psów | WIATY | KONTENERY**  
Najniższe **CENY** | Różne wymiary | Dogodne **RATY** | Transport cały **KRAJ**  
www.konstal-garaze.pl  
505-526-036  
29-642-34-61 22-100-45-96 89-650-30-43 24-368-32-17  
25-740-57-38 509-574-644 23-683-10-85 86-225-23-11  
50220tbr-B-P

**PROFESJONALNE** układanie płytek- glazura, terakota, gres, łazienki, kuchnie, 728-340-863

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

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

**SZCIE** kolder, 665-434-450

**TRANSPORT-** „absolutnie tanio. 504-229-798, 504-229-798

**TRANSPORT**, przeprowadzki, 729-242-457

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

**USŁUGI** gazowe, hydrauliczne. 668-229-231

**USŁUGI** hydrauliczne, 508-491-711

**USŁUGI** koparko-ładowarką DD ROGOWSCY 790-220-500

## RÓŻNE

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

**DUŻE** skrzynki drewniane 29szt. i łubianki, 885-346-885

## ROLNICTWO

zwierzęta hodowlane

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

**BYCZKI**, jałoszki sprzedam, 600-850-092

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

**SPRZEDAM** jałówek cielne HF, tel.663866446

## maszyny rolnicze

**CZĘŚCI UŻYWANE** Bizon-Wardęgowo, 605-090-911.

**NML** Sprzedam pług obrotowy dwuskibowy, pług podorywkowy pięcioskibowy, rozsiewacz nawozu Kos, 515-435-404

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

## ciągniki

**SPRZEDAM** części do bizona, opony18.4-30, koła z oponami235/50R18 Alu.BMW, 502-102-927

## produkty rolne

**SPRZEDAM** pszenica jara, ziemniaki. 604-425-148

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

**ZIEMNIAKI** jadalne irga sprzedam, 896458164

## inne

**DOPLATY;** Wypełnianie e-wniosków; GPS; Plany azotowe; Dojazdy, 662-860-456

## ZDROWIE I URODA

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

# JAJO OD KURY – SKARBIEC DLA ZDROWIA

I NIE MA W TYM  
 TYTULE  
 ANI GRAMA  
 PRZESADY!  
 JAJKA KURZE  
 RZECZYWIŚCIE  
 ZAWIERAJĄ  
 PROTEINY,  
 WITAMINY, CENNY  
 KWAS FOLIOWY,  
 KAROTENOIDY  
 I CHOLINĘ — BY  
 ZACZAĆ OD TYCH  
 NAJWAŻNIEJ-  
 SZYCH  
 SKŁADNIKÓW. NIC  
 DZIWNEGO, ŻE  
 JAJO TO SYMBOL  
 WIELKANOCY:  
 OZNACZA  
 PRZECIEŻ  
 TRIUMF ŻYCIA  
 NAD ŚMIERCIĄ  
 I POCZĄTEK  
 NOWEGO ŻYCIA.

**J**ajka mają też w sobie niacynę, która reguluje poziom cukru i cholesterolu we krwi, oraz lecytynę, niezbędną do prawidłowej pracy serca i mózgu. Zasadniczo białko jaja ma optymalny dla potrzeb człowieka skład aminokwasów i jest niezastąpionym budulcem organizmu. Atutem jaj jest też wysoka zawartość cynku, wapnia, fosforu i żelaza. Jako jedno z nielicznych produktów spożywczych jaja zawierają też naturalny selen i jod.



## JAJO

Surowe jajo składa się w ponad 70 proc. z wody — przy czym warto pamiętać, że taka ilość jest charakterystyczna dla większości organizmów żywych, także ludzkiego ciała. Poza tym ok. 12 proc. to białko, niecałe 10 proc. przypada na tłuszcz, 1 proc. to składniki mineralne, a mniej niż 1 proc. — węglowodany. Skład chemiczny jaj zależy od wielu rzeczy: czynników genetycznych, sposobu karmienia niosek, wieku kur lub leczenia medycznego.

Jajka najlepiej spożywać po ich wcześniejszej obróbce termicznej, bowiem ugotowanie, usmażenie lub upieczenie jaj neutralizuje niekorzystne właściwości awidyny, czyli zawartego w jajku białka, które z kolei niszczy biotyłę (witaminę H), a ta jest człowiekowi niezbędna, choć jednocześnie sprzyja rozwojowi wielu drobnoustrojów. Bo to właśnie awidyna, niszcząc biotyłę w surowym jajku, chroni je przed rozwojem szkodliwych mikroorganizmów. Po obróbce termicznej traci te właściwości.

Ponad to wszystko, badania naukowe wykazały, że spożywanie jednego jajka dziennie znacząco zwiększa zawartość luteiny we krwi, bez negatywnego wpływu na poziom cholesterolu, oraz zmniejsza ryzyko katarakty.

Cennym składnikiem jaj jest też cholina, która bierze aktywny udział w budowie i funkcjach mózgu i układu nerwowego, zmniejsza wchłanianie cholesterolu oraz obniża koncentrację homocysteiny w organizmie, co zmniejsza ryzyko miażdżycy.

## BIAŁKA

Naukowcy białko jaja uznają za pełnowartościowe, bo zawiera wszystkie aminokwasy tzw. egzogenne — te, których organizm człowieka nie jest w stanie wytwarzać, a które są niezbędne w pra-



widlowym żywieniu. Mało tego — także proporcje tych aminokwasów są odpowiednie dla potrzeb człowieka i rzadko spotykane w innych produktach. Prawdopodobnie z tego powodu przez wiele lat białko jaja kurzego służyło jako wzorzec do porównania wartości biologicznej innych białek.

Prócz walorów odżywczych pewne frakcje białka pełnią funkcje bioaktywne. Zawarte w nich lizozym, konalbumina, cystatyna, kwas sialowy — działają przeciwwirusowo, antybakteryjnie, chroniąc samą treść jaja przed zepsuciem. Jednak te same funkcje mogą wykazywać w naszym organizmie, szczególnie jeśli jemy świeże jaja „na miękko”. Substancje te izoluje się również z jaj, by wykorzystywać je w produkcji leków.

## TŁUSZCZE

Skład tłuszczu zawartych w jajku jest bardzo złożony: około 60 proc. z nich to trójglicerydy, ok. 30 proc. — to fosfolipidy, a ledwie 6 proc. to ten legendarny cholesterol w formie wolnej i zestryfikowanej. Na samym końcu, ok. 1 proc., stanowią wolne kwasy tłuszczowe.

Najcenniejsze dla organizmu człowieka są fosfolipidy, w tym lecytyny, bo to z nich powstaje cholina, a ta z kolei poprawia naszą pamięć i ogólne działanie układu nerwowego i sfinгомielina zmniejszają też wchłanianie cholesterolu w przewodzie pokarmowym. Poza tym to właśnie dzięki zawartości lecytyn i różnym formom cholesterolu organizm ludzki jest w stanie przyswo-

ić tylko połowę cholesterolu obecnego w jajku.

## WĘGLOWODANY

Węglowodanów w jajku nie ma zbyt wiele, nie mogą więc jaja uchodzić za ich szczególnie bogate źródło. Wniosek — jajek nie muszą obawiać się osoby, które walczą o zachowanie prawidłowej wagi.

## SKŁADNIKI MINERALNE

Jako bądź co bądź komórka rozrodcza jajko zawiera wiele składników mineralnych niezbędnych dla rozwoju potencjalnego nowego organizmu. Jak wspominałam, jaja są jednym z nielicznych produktów spożywczych zawierających selen i jod, z których pierwszy jest silnym przeciwutleniaczem uznanym w zapobieganiu rakowi prostaty, a drugi bardzo wspomaga pracę tarczycy. Na szczególną uwagę zasługuje też skorupka jaja, która zawiera ogromne ilości wapnia, i to tego najlepiej przyswajalnego przez organizm człowieka. Mało kto wie, a jeszcze mniej ludzi tak praktykuje, ale po wyprażeniu i zmieleniu skorupka może być wykorzystana jako tani i doskonały suplement wapnia.

## WITAMINY

Pod względem zawartości witamin jajo jest produktem absolutnie wyjątkowym! Szczególnie dużo w nim witamin rozpuszczalnych w tłuszczach: A, D, E, K, skumulowanych w żółtku, czyli tam, gdzie jest tłuszcz. Poza tym warto wiedzieć, że witamina A występuje tu w dwóch postaciach: retinolu, charakterystycznego

to jedyne karotenoidy obecne w ludzkim oku, skumulowane w barwniku siatkówki, mające istotny wpływ na prawidłowe funkcjonowanie narządu wzroku i zapobiegające degeneracji siatkówki.

Magdalena Maria Bukowiecka

## ZRYWAMY Z MITEM CHOLESTEROLU!

Cholesterol, który w jajku występuje, jest całkowicie bezpieczny, bo to naturalny i konieczny składnik jaja jako komórki rozrodczej. W dodatku stanowi tylko 0,3 proc. masy jajka — wielkie meczyje...! Ogólnie, cholesterol, produkowany również przez wątrobę, pełni wiele pożytecznych funkcji: uczestniczy w budowie błon komórkowych, bierze udział w syntezie hormonów płciowych, kwasów żółciowych oraz niektórych hormonów steroidowych, regulujących przemianę białek, węglowodanów i tłuszczów. Gdy jemy jajko, nasza wątroba, poinformowana o dopływie zewnętrznego cholesterolu, zmniejsza produkcję własną, trzymając w ten sposób właściwy poziom. Ostatnie badania potwierdzają, że cholesterol z jaj ma niewielki wpływ na poziom cholesterolu we krwi.

Ilość cholesterolu w diecie — nie tylko z jaj, ale i z innych produktów — muszą ograni-

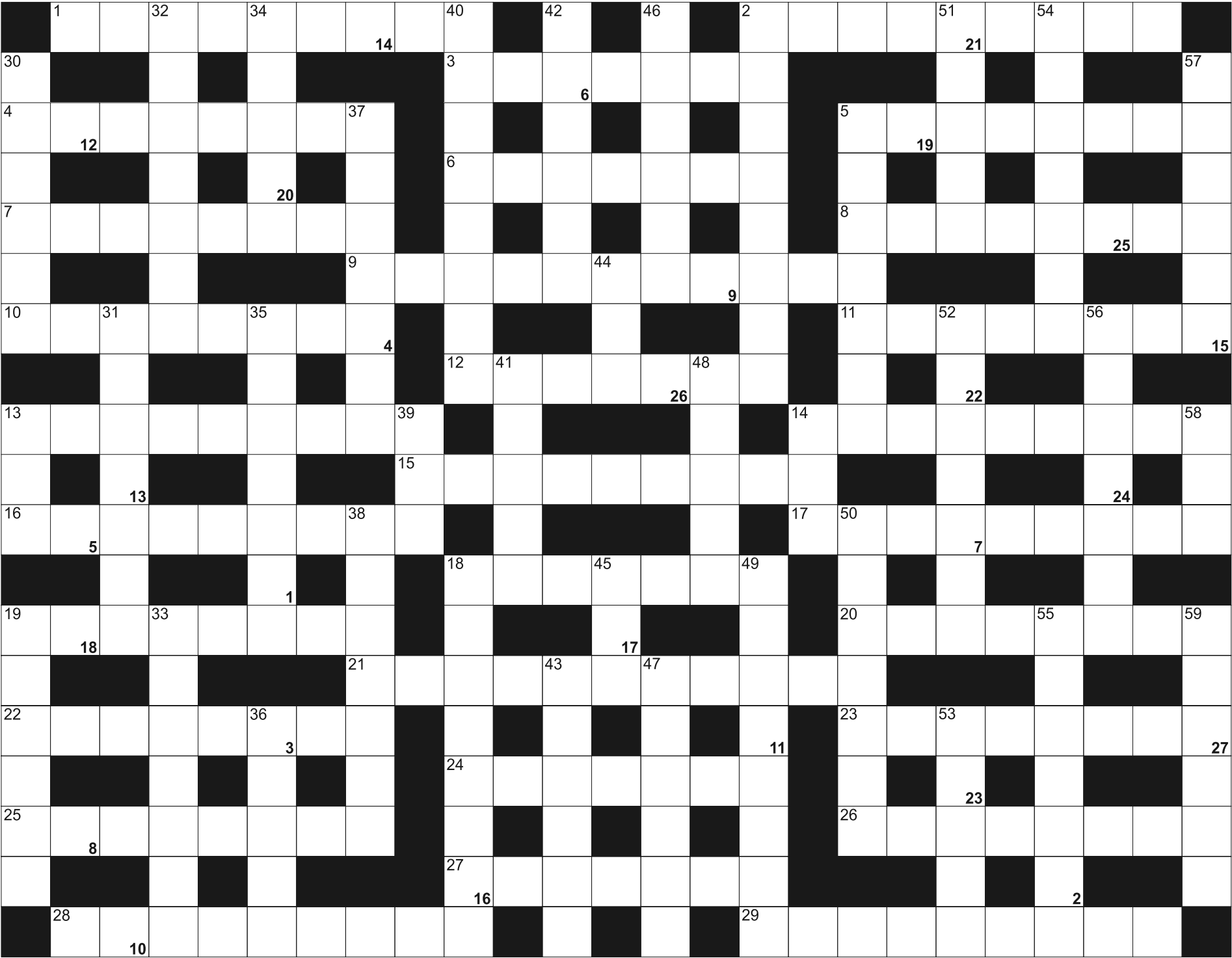


## SKŁADNIKI BIOAKTYWNE

Często, mówiąc o jajku, koncentrujemy się na zawartości składników odżywczych. Co jednak o wiele ważniejsze, skład jaj jest na tyle złożony, że poza wartością odżywczą składniki wykazują jeszcze tzw. aktywność biologiczną, a ta wspomaga procesy obronne organizmu przed chorobami. Składniki bioaktywne w jajach to beta-karoten, kryptoksantina, luteina i zeaksantina. Dwa ostatnie

cząć jedynie osoby cierpiące na zaburzoną gospodarkę lipidową, chorobę wieńcową czy zagrożone miażdżycą. U osób z cukrzycą spożywanie jednego lub więcej jaj dziennie powoduje wzrost ryzyka choroby serca. W takich przypadkach można jeść jedno jajo tygodniowo. Wśród jaj najmniej cholesterolu w przeliczeniu na 100 g zawierają jaja kurze i strusie. A zatem, korzystając z nadchodzącej Wielkanocy, tłuczmy się jajkami i jedzmy na zdrowie!

# Krzyżówka klasyczna z hasłem



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 27, 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 |   |  |   |  |    |    |    |    |    |  |    |    |    |  |    |    |  |

**POZIOMO:** 1) osoba dwulicowa, fałszywa; 2) sporządza mapy; 3) trzecie najludniejsze miasto Fidżi; 4) opowiada o wydarzeniach przedstawionych w książce; 5) prawnik, specjalista w dziedzinie prawa karnego; 6) heł, neon, argon; 7) Karl Hjalmar, były premier Szwecji; 8) grają owalną piłką; 9) urząd zwierzchni nad marynarką wojenną; 10) krwinka biała; 11) zaprojektował Łuk Triumfalny w Paryżu; 12) przysposobienie dziecka; 13) ogół biskupów katolickich; 14) urząd miasta inaczej; 15) mały obraz malowany akwarelami; 16) człowiek robiący na przekór; 17) sprawdza bilety w pociągu; 18) Niemen i Miłosz; 19) bengalik czerwony, mały ptak; 20) uderza klawisze; 21) przyrząd

do pomiaru słabego prądu; 22) poszukiwaczka, naukowiec; 23) największa wyspa w Zatoce Jamesa; 24) pokrywa obrazy olejne; 25) naturystka; 26) najstarsza nazwa Cypru; 27) pchły lub pluskwy; 28) zakładany na ranę; 29) fiński pieróg wielkości chleba  
**PIONOWO:** 2) okres urzędowania burmistrza; 5) cel pobytu w sanatorium; 13) elektroniczny program stabilizacji auta; 14) czerwony kwiat polny; 18) przed biernikiem; 19) stolica stanu Nowy Jork; 30) w ustach porwanego; 31) bywa ślepa; 32) wczesna pora; 33) witamina PP; 34) na wierzbach; 35) różyczka lub ospa; 36) korek uliczny; 37) dawna granica miasta; 38) słynny

wodospad; 39) najdłuższa rzeka Szkocji; 40) dawna chemia; 41) dostarczenie towarów; 42) wyręcza aktora; 43) kolczasty krzew owocowy; 44) uczelnia artystyczna; 45) zimowy borsuków i niedźwiedzi; 46) kaszalot inaczej; 47) tłusty owoc; 48) ukochana Romea; 49) krótki utwór poetycki; 50) pensja na odchodne; 51) rejon wyborczy; 52) podarowała Tezeuszowi kłębek nici; 53) męskie imię hebrajskie; 54) konkurencja jeździecka w stylu westernowym; 55) hibiskus, ketmia; 56) rzecz rzadka i cenna; 57) figowiec bengalski inaczej; 58) saneczkowy lub żużlowy; 59) firma ubierająca sportowców

# BIAŁE DYWANY — PIĘKNE I NIEBEZPIECZNE

Wraz z nastaniem wiosny przyroda budzi się do życia. W mazurskich lasach zaczyna roić się od kwitnących zawilców gajowych, przylaszczek, ziarnopłonów i wielu innych kolorowych kwiatów. Biel zawilców urzeka, ale nie wszyscy wiedzą, że roślina jest trująca.

**W**iosną, zanim na drzewach pojawią się liście i ograniczą dostęp światła do dna lasu, runo leśne pokrywa się pięknym dywanem kwitnących zawilców gajowych. Białe łany kwiatów są firmowym znakiem tej pory roku.

— W drugiej dekadzie kwietnia występuje najpiękniejsze zjawisko wczesnej wiosny w lesie liściastym — masowe kwitnienie zawilców gajowych — mówi leśnik Sławomir Kowalczyk. — Żadne leśne rośliny kwiatowe nie zajmują tak dużej powierzchni jak zawilce, które mogą ściśle pokrywać dziesiątki hektarów lasu. Utrzymują się przez dwa, trzy tygodnie. Ich kwiaty są dość duże, białe, wzniesione 20–30 cm nad ziemię. Wieczorami składają płatki, a rano je rozchylają, kierując się ku słońcu. W zimne i deszczowe dni pozostają złożone. Biel kwiatów w połączeniu z zielenią ich liści i szarością pni drzew tworzy wyjątkową kompozycję. W zależności od rozwoju wiosny i od mikroklimatu zawilce przekwitają pod koniec kwietnia lub na początku maja. Ich miejsce zajmują spore kępy fiołka leśnego i groszku leśnego. Spacerując w nim po leś-



Natura maluje najpiękniejsze obrazy — wiosna są to zawilce w lesie

nych ścieżkach warto zwracać uwagę na miejsca, gdzie światło słoneczne dociera do dna lasu tworząc charakterystyczne plamy światła. Tam widać kwitnące zawilce gajowe.

## CO WARTO WIEDZIEĆ O ZAWILCACH?

Przed wszystkim, że jest to roślina trująca zawierająca we wszystkich swoich organach ranunkulinę, której szczególnie dużo jest w kłęczach.

— Sok z zawilca działa silnie drażniąco na skórę i błony śluzowe — wyjaśnia Sławomir Kowalczyk. — Rozgnieciona

roślina lub jej sok w kontakcie ze skórą sprawia, że pojawia się zaczerwienienie i obrzęk, piekący ból i pęcherze.

Niebezpieczne może być potarcie oczu lub ust nieumytą dłonią po zrywaniu kwiatów, zwłaszcza w przypadku dzieci — powstać mogą dokuczliwe stany zapalne.

Po spożyciu soku następuje zapalenie błony śluzowej jamy ustnej, żołądka i jelit, krwawa biegunka, omdlenia, czasem drgawki, w końcu niewydolność krążeniowa, oddechowa i zapalenie nerek. W wyniku zatrucia może nastąpić nieodwracalne uszko-

dzenie nerek. W przypadku spożycia roślin konieczne jest płukanie żołądka, nie wolno prowokować wymiotów, należy podawać duże ilości płynów oraz niezwłocznie skontaktować się z lekarzem.

Mimo że dla człowieka roślina jest trująca, zwierzęta je trawia bez skutków ubocznych. W ich żołądkach znajdują się mikroorganizmy rozkładające związki toksyczne. Pod koniec kwietnia zawilec może stanowić nawet około 70% dziennego pożywienia sarny.

Zawilec gajowy był znany jako roślina trująca i również



**ZAWILEC GAJOWY BYŁ ZNANY JAKO ROŚLINA TRUJĄCA I RÓWNIEŻ LECZNICZA JUŻ W STAROŻYTNOSCI.**

lecznicza już w starożytności. Zdaniem zielarzy w lecznictwie ludowym ze świeżego ziele wytwarzano rozgrzewającą kamforę zawilcową. Świeże rośliny lub ich sok stosowano między innymi przy bólu zębów, chorobach reumatycznych, do oczyszczania ran, a nawet w leczeniu zapalenia oskrzeli. Kłęcza ze względu na ostry smak były żute w celu „oczyszczenia głowy”. Obecnie roślina nie jest stosowana jako środek leczniczy.

Zdarza się, że symbolizujące wczesną wiosnę rośliny kwitną też we wrześniu ze

względem na porównywalne warunki pogodowe września i marca. Takie zjawisko obserwowaliśmy w mazurskich lasach w ubiegłym roku czy dwa lata temu.

— Zawilce rozprzestrzeniają się za pomocą rozrastających się kłęcz lub poprzez nasiona — wyjaśnia leśnik. — Różnica pomiędzy tymi sposobami polega na tym, że zawilce gajowe wyrastające z kłęcz są klonami, czyli genetycznymi kopiami rośliny, z której powstały. Rozmnażanie za pomocą nasion, powstałych z kwiatów zapylanych pyłkiem roznoszonym przez owady powoduje, że rośliny te wymieniają się genami, co jest dla nich korzystniejsze.

## BUKIETY Z ZAWILCÓW?

Okazuje się, że białe dywany zawilców na zielonym runie leśnym wyglądają niezwykle okazale jedynie w lesie.

— Zawilce nie nadają się do wazonów na domowe stoły, gdyż jest to roślina niezwykle delikatna i nietrwała — twierdzi Sławomir Kowalczyk.

— Bukiety z niej zrobione nie potrafią przetrwać dłużej niż dwa dni. Wato więc wybrać się na spacer do lasu, by podziwiać wyjątkowe kompozycje zawilców. **RENATA SZCZEPANIK**

## CO TRZECIA POLKA UPRAWIA SPORT REGULARNIE

**W**edług 39% ankietowanych Polki uprawiają sport regularnie, wynika to z przekonania, że uprawianie sportu jest modne. Według co piątego respondenta uprawianie sportów jest dla kobiet również sposobem na obniżenie stresu.

Jak wynika z badania\* serwisu Prezentmarzeń „Jak Polki dbają o siebie” kobiety mają również świadomość, że ruch to podstawa zdrowia, jak odpowiedziało 39% osób. Co trzecia osoba wskazuje na regularne uprawianie sportu oraz zdrowe odżywianie. 56% respondentów dba również o badania profilaktyczne.

63% osób uważa, że Polki lubią próbować sportów

ekstremalnych, szczególnie skoków na bungee i sportów w powietrzu (28%), doceniają także jazdę off road lub za kierownicą szybkich, sportowych samochodów (35%). Obecnie w rozrywce Polki poszukują głównie odstressowania (37%), aktywnego spędzania czasu (31%) oraz dobrej zabawy (24%).

Z roku na rok coraz więcej kobiet poszukuje dreszczyku emocji w powietrzu, w wodzie czy za kierownicą. Lot w tunelu aerodynamicznym, skok ze spadochronem czy nawet wyprawa off road — z takich rozrywek chętnie korzystają również panie.

— Wyniki realizowanych przez nas badań i analiza profilu osób korzystających



z niestandardowych form aktywności w Polsce pokazują, że kobiety są często inicjatorkami oryginalnych rozrywek. Chcą pokonywać własne lęki i przeżyć niezapomnianą

przygodę, dlatego próbują sportów ekstremalnych — mówi Aleksandra Bromblik z serwisu Prezentmarzeń.

Polki coraz większą uwagę zaczynają również przykła-

dać do wyciszenia i czują, że jest to im potrzebne — 40% odpowiedzi. Chętnie sięgają po mindfulness czy treningi uważności (21%) lub starają się chodzić na jogę (20%). Sen również stał się ważnym czynnikiem dbania o siebie, kiedy wprowadzany jest zdrowy tryb życia (27%).

Polkom nie jest łatwo wygospodarować czas wolny dla siebie. Według 37% jest to bardzo trudne, a zdaniem 28% jest to wykonywane sporadycznie. Nie dziwi więc fakt, że kobiety chcą spędzać go atrakcyjnie. Do ulubionych rozrywek Polek należą według ankietowanych: rozrywki kreatywne w postaci kursów i warsztatów — 29%, rozrywki relaksacyjne, jak

na przykład joga czy wizyta w SPA — 28%, rozrywki z nutą adrenaliny — 26% oraz sportowe, jak basen czy siłownia — 17% odpowiedzi.

Najbardziej do współczesnej Polki pasuje określenie rozrywkowa i poszukująca nowych przygód (31%) oraz przebojowa i przedsiębiorcza (29%). Współczesne kobiety chcą się dobrze czuć same ze sobą, bo wtedy lepiej się żyje (38%) i mają lepsze kontakty z innymi ludźmi (22%).

**Małgorzata Dębska**

\*Badanie sondażowe „Jak dbają o siebie Polki?” zostało zrealizowane przez serwis Prezentmarzeń w formie ankiety online na próbie 1215 respondentów w lutym 2022 roku.

# Z ŻYCIA SZKÓŁ I PRZEDSZKOLI

## DZIEŃ MARCHEWKI



Dzień Marchewki w grupie Słoneczka, w Miejskim Przedszkolu Samorządowym nr 4 w Mławie, był okazją do znakomitej zabawy.

Dzieci poznały historie tego warzywa, ciekawostki z nim związane oraz walory odżywcze. Aby było pysznie, zrobiliśmy sok marchewkowo-jabłkowy.

Degustowaliśmy chipsy marchewkowe.

Ugotowaną marchewkę pokroiliśmy w kosteczkę i dodaliśmy groszek. Wyszła nam smaczna sałatka.

Było smacznie, zdrowo i wesoło.

Materiały przedszkola



## WYRÓŻNIENIE ALI W KONKURSIE PLASTYCZNYM



W międzyprzedszkolnym konkursie plastycznym pt. „Wiosna pod kolorowym parasolem”, organizowanym przez Miejskie Przedszkole Samorządowe nr 3 w Mławie, Alicja Krajewska z grupy I Słoneczka z MPS nr 4 otrzymała wyróżnienie.

Piękna praca, pomysłowa i wykonana bardzo starannie zwróciła uwagę jury.

Gratulacje Ali! Jesteśmy dumni!

Materiały przedszkola

## SŁONECZKA ROBIŁY MAZURKI



Przygotowując się do Wielkanocy dzieci z grupy Słoneczka w Miejskim Przedszkolu Samorządowym nr 4 w Mławie poznają różne tradycje i zwyczaje świąteczne. Jednym z nich jest przygotowywanie mazurki. Trudno mówić o czymś co jest smaczne, lepiej to po prostu zrobić!

Słoneczka wyrobiły ciasto ściśle według przepisu, potem ciasto piekło się pod okiem naszych pań kucharek. Ostatnią fazą było ozdabianie według własnego pomysłu. To były bardzo „słodkie” zajęcia.

Własnoręcznie wykonane, proste, tradycyjne mazurki dzieci zanoszą do domu, aby pochwalić się swoim talentem i poczęstować najbliższych.

Materiały przedszkola

