



CO, GDZIE, KIEDY?

SPIS WYDARZEŃ I IMPREZ REGIONALNYCH



S. 4



Powiat Mławski pamięta
s. 3



Niebezpieczne popisy 16-lątka na hulajnodze elektrycznej s. 6



Nie marnuję już żadnej chwili
s. 14-15

Wakacje składkowe obowiązują od listopada 2024 r. Przedsiębiorcy mogli po raz pierwszy skorzystać z ulgi za grudzień 2024 r. W 2025 i 2026 roku mogli ponownie wybrać jeden miesiąc, za który nie opłacają składek na własne ubezpieczenia społeczne. Do tej pory w całym kraju płatnicy wysłali do ZUS 3,28 mln wniosków, a wartość przyznanych zwolnień przekroczyła 4,2 mld zł. Najczęściej przedsiębiorcy otrzymywali pełne zwolnienie z opłacania składek. Tak było w przypadku 95,3 proc. rozpatrzonych wniosków – informuje Wojciech Ściwiarowski, rzecznik prasowy ZUS w województwie mazowieckim.

Największe zainteresowanie na Mazowszu

W województwie mazowieckim do ZUS wpłynęło najwięcej wniosków o wakacje składkowe. Od 1 listopada 2024 r. przedsiębiorcy z Mazowsza złożyli 552,5 tys. wniosków. W 2024 roku najwięcej wniosków wpłynęło do mazowieckich placówek

DZIĘKI WAKACJOM SKŁADKOWYM PRZEDSIĘBIORCY Z MAZOWSZA ZAOSZCZĘDZILI 717,4 MLN ZŁ

Przedsiębiorcy z województwa mazowieckiego chętnie korzystają z wakacji składkowych. Od wprowadzenia ulgi do ZUS w regionie wpłynęło 552,5 tys. wniosków, a wysokość zwolnień to 717,4 mln zł. Z ulgi można skorzystać raz w roku.

ZUS w listopadzie. Firmy złożyły ich wtedy 229,9 tys. Dotyczyły one zwolnienia za grudzień 2024 r. – jedyny miesiąc objęty ulgą w pierwszym roku jej działania. W 2025 roku wpłynęło 243,5 tys. wniosków – najpopularniejszymi miesiącami,

za które przedsiębiorcy wystąpili o zwolnienie z opłacania składek w 2025 roku były styczeń – 52,1 tys. i grudzień – 65,5 tys. wniosków. W 2026 roku przedsiębiorcy z regionu do końca lipca złożyli ponad 78,9 tys. wniosków.

Na czym polegają wakacje składkowe?

Wakacje składkowe pozwalają ograniczyć koszty prowadzenia działalności gospodarczej. Jednocześnie przedsiębiorca zachowuje ciągłość ubezpieczenia społecznego, a ulga nie wpływa negatywnie na



przyszłe świadczenia emerytalne. Przedsiębiorca nie opłaca za siebie składek na ubezpieczenia emerytalno-rentowe i wypadkowe, dobrowolne chorobowe oraz składek na Fundusz Pracy i Fundusz Solidarnościowy. Składki te finansuje budżet państwa. Ulga nie obejmuje składek zdrowotnej ani składek za pracowników izleceńiobiorców.

nienie, trzeba przesłać wniosek przez eZUS i spełnić warunki. Więcej informacji jest na stronie www.zus.pl. Wniosek o wakacje składkowe należy złożyć w miesiącu poprzedzającym chęć skorzystania z ulgi.

Nowy wniosek RWS już dostępny

Pod koniec czerwca br. ZUS udostępnił nową wersję wniosku o wakacje składkowe – RWS 3.0. W sekcji „Informacje wymagane przy ubieganiu się o pomoc de minimis” w części 1 dodano pole „Wersja PKD”, w którym przedsiębiorca wskazuje wersję obowiązującego kodu PKD – 2007 lub 2025.

Jeszcze można skorzystać z ulgi

W ciągu 20 miesięcy działania wakacji składkowych przedsiębiorcy mogli ubiegać się o ulgę co najmniej dwa razy. Rok 2026 daje im szansę na skorzystanie z tego rozwiązania po raz trzeci. Aby otrzymać zwol-

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 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

DRUK
Polska Press Sp. z o.o.
Oddział Poligrafia
Drukarnia w Białymstoku
Ignatki, ul. Przemysłowa 26, 16-001 Kleosin



POWIAT MŁAWSKI **PAMIĘTA**

W sobotę, 11 lipca br. obchodziliśmy Narodowy Dzień Pamięci o Polakach – Ofiarach Ludobójstwa dokonanego przez OUN i UPA na ziemiach wschodnich II Rzeczypospolitej Polskiej.



foto: Starostwo Powiatowe w Mławie

W intencji ofiar odprawiona została Msza Święta w Kościele św. Trójcy w Mławie w której uczestniczył wicestarosta mławski Tomasz Chodubski. Po nabożeństwie przedstawiciel samorządu powiatowego oddał hołd ofiarom zamordowanym przez ukraińskich nacjonalistów, zapalając znicze przed

pomnikiem Mławskiej Golgoty Wschodu, znajdującym się na cmentarzu parafialnym w Mławie.

Dzień później, w niedzielę 12 lipca br., obchodzony był Dzień Walki i Męczeństwa Wsi Polskiej - święto ustanowione w celu upamiętnienia mieszkańców polskich wsi, będące uhonorowaniem ich patriotycznej postawy w czasie II wojny światowej - po-

mocy udzielanej uciekinierom, osobom ukrywającym się przed prześladowaniami i wysiedlanym, walki w oddziałach partyzanckich, żywienia mieszkańców miast i żołnierzy Polskiego Państwa Podziemnego.

W ramach obchodów wicestarosta mławski Tomasz Chodubski oraz radny Powiatu Mławskiego Marek Linkowski złożyli hołd bo-

haterom i ofiarom represji, zapalając znicze: na grobie Antoniego „Torfa” Załęskiego w Żurominku, przed mauzoleum na Kalkówce, na mogile żołnierzy Batalionów Chłopskich zamordowanych na Kalkówce, a także przed pomnikiem w Rzęgnowie upamiętniającym wysiedlenia mieszkańców mazowieckich wsi.

Źródło: Starostwo Powiatowe w Mławie

NOWA LEGITYMACJA EMERYTA-RENCISTY



Od 13 lipca nowy wzór legitymacji emeryta-rencisty.

Nie trzeba wymieniać starych dokumentów, nadal zachowują ważność.

Dokument, z którego korzystają miliony emerytów i rencistów w Polsce ma nowy wzór. Chodzi o legitymację emeryta-rencisty ZUS. Zmiany dotyczą zarówno tradycyjnej, plastikowej karty, jak i elektronicznej mLegitymacji dostępnej w aplikacji mObywatel. Nie trzeba wymieniać starych dokumentów, nadal zachowują ważność. Po zmianie przepisów, od 13 lipca Zakład Ubezpieczeń Społecznych wydaje legitymacje na nowym wzorze. Białą-zieloną kartę zastąpi szaro-niebieska. Plastikowy dokument zawiera elementy, które zabezpieczają przed sfalszowaniem. To np. gilosz, czyli skomplikowane, cienkie linie tworzące tło, a także mikrodruk, czyli bardzo mały tekst, niemożliwy do odczytania gołym okiem. Każdy dokument ma unikatowy numer, naniesiony trwale na etapie produkcji.

- Klienci nie muszą składać wniosku o wydanie nowej legitymacji. Co ważne, wszystkie dokumenty wydane na poprzednich wzorach są nadal ważne – przez wskazany na nich okres. Zmiany wynikają z nowych przepisów, które obowiązują od lipca tego roku. To krok w stronę jeszcze większego bezpieczeństwa danych naszych świadczeniobiorców – informuje Wojciech Ściwiarski, rzecznik prasowy ZUS w województwie mazowieckim.

mLegitymacja też z nowym wzorem

Drobna zmiana nastąpiła też w elektronicznej legitymacji emeryta-rencisty w aplikacji mobilnej mObywatel, czyli mLegitymacji. W cyfrowym dokumencie nie będzie już informacji o oddziale ZUS, który wydał legitymację.

Elektroniczna legitymacja to podstawa

ZUS wystawia mLegitymację automatycznie wszystkim osobom, które nabywają prawo do emerytury lub renty z Zakładu. Elektroniczny dokument działa jak tradycyjny. Emeryt lub rencista przez okazanie mLegitymacji na ekranie telefonu potwierdza, że ma prawo do ulg. Z takiego dokumentu korzysta już niemal 1,5 mln świadczeniobiorców ZUS. Zakład nadal wystawia również plastikowe legitymacje, przy czym robi to na wniosek emeryta lub rencisty.

SPOTKANIE BURMISTRZA Z PRZEDSTAWICIELAMI **CHINA EVERBRIGHT I NOVAGO**

W czwartek, 16 lipca w Urzędzie Miasta Mława odbyło się spotkanie burmistrza Mławy Piotra Jankowskiego z przedstawicielami grupy China Everbright oraz spółki NOVAGO. W spot-

kaniu uczestniczyli: Jiwei Ren – zastępca dyrektora Centrum Zarządzania Regionem Zagranicznym w China Everbright, Qing Chen – prezes Zarządu Novago, Boyang Jiao – członek Zarządu i dy-

rektor Finansowy Novago, Bartosz Lewandowski – członek Zarządu i dyrektor Generalny Novago oraz Żaneta Lewandowska – kierownik ds. Rozwoju Biznesu i Marketingu Novago.

Źródło: UM Mława

Budowanie dobrych relacji i prowadzenie otwartego dialogu stanowią ważny element współpracy oraz wzajemnego zrozumienia.

foto: UM Mława



ROZPOCZĘLI ŻOŁNIERSKĄ DROGĘ

To był dzień, w którym wojskowa tradycja spotkała się z gotowością do służby, a słowa roty przysięgi wybrzmiały w wyjątkowej, historycznej scenerii Zamku Książąt Mazowieckich.



Święto 5 Mazowieckiej BOT było wyjątkowym wydarzeniem dla żołnierzy, ich rodzin oraz mieszkańców regionu. W uroczystościach uczestniczyli: I zastępca dowódcy Wojsk Obrony Terytorialnej, gen. bryg. Jarosław Kowalski oraz dowódca 5 Mazowieckiej Brygady Obrony Terytorialnej, płk dr Paweł Lech.

Najważniejszym momentem uroczystości była przysięga wojskowa, podczas której 111 ochotników wypowiedziało słowa roty, rozpoczynając swoją żołnierską drogę.

Wśród nowych terytorialsów znaleźli się przedstawiciele wielu zawodów i środowisk – uczniowie, studenci, nauczyciele i wykładowcy, fotograf, reżyser, mechanik czy kierowca. Różne historie i doświadczenia, ale jeden wspólny

cel – służba Ojczyźnie.

Jednym z nowo zaprzysiężonych żołnierzy był również dyrektor szkoły w Wyszkowie, dla którego ten dzień stał się początkiem nowego etapu i wyjątkowym doświadczeniem:

– „To dla mnie wyjątkowy moment i pewnego rodzaju spełnienie czegoś, co przez lata pozostawało niewypowiedzianym marzeniem.

Jako dyrektor szkoły pracujący na co dzień z młodzieżą, zawsze czułem, że brakuje mi tego wojskowego doświadczenia. Nie miałem okazji odbyć obowiązkowej służby, dlatego zdecydowałem się nadrobić ten etap – poznać wojskowy sznyt, sprawdzić siebie i nauczyć się żołnierskiego rzemiosła. Dziś mogę powiedzieć, że była to jedna z najlepszych decyzji i jestem dumny, że

mogłem przejść tę drogę” – powiedział szer. Paweł.

Podczas obchodów odbyła się także promocja żołnierzy na pierwszy stopień podoficerski – wyróżnienie będące potwierdzeniem ich zaangażowania, wiedzy i gotowości do podejmowania nowych obowiązków.

Uroczystość uświetniła Orkiestra Wojskowa z Bydgoszczy, a po części oficjalnej mieszkańcy mogli uczestniczyć w pikniku

wojskowym. Na uczestników czekały pokazy sprzętu, stoiska edukacyjne i promocyjne oraz atrakcje dla całych rodzin. Najmłodsi korzystali z gier, zabaw i dmuchańców, a starsi mogli spróbować swoich sił na strzelnicy, sprawdzić działanie symulatora wypadków oraz porozmawiać z żołnierzami. Nie zabrakło także strefy gastronomicznej oraz tradycyjnej wojskowej chołwki.

SMBOT

LETNI KONCERT W PARKU MIEJSKIM ZA NAMI

Za nami kolejny z cyklu letnich koncertów w Parku Miejskim w Mławie. W niedzielę 19 lipca dla mieszkańców wystąpił zespół Mitra. Muzycy z Trójmiasta nie dość, że dali świetny występ, to na zakończenie koncertu porwali publiczność do tańca. Ich rytmiczne piosenki oraz świetnie zaaranżowane covery przypadły do gustu wielu słuchaczom.



POWIAT MŁAWSKI POZYSKAŁ 160 TYS. ZŁ NA REMONT ŁAZIENEK W I LO W MŁAWIE



Powiat Mławski otrzymał dotację celową z budżetu Województwa Mazowieckiego w wysokości 160 000,00 zł na dofinansowanie realizacji zadania pn. „Remont łazienek w I LO im. Stanisława Wyspiańskiego w Mławie” w ramach „Instrumentu Wsparcia Inwestycji Samorządowych – Mazowsze Pomaga”.

W dniu 13.07.2026 r. w Warszawie została podpisana umowa o udzielenie pomocy finansowej pomiędzy Województwem Mazowieckim a Powiatem Mławskim.

Zadanie obejmuje remont łazienek dziewcząt i chłopców na I piętrze i chłopców na parterze w nowej części szkoły poprzez: skucie płytek, ułożenie nowych płytek, wykonanie gładzi gipsowych i pomalowanie, montaż kabin systemowych po 3 komplety w każdej łazience, demontaż i montaż misek ustępowych po 3 szt. w każdej łazience, demontaż i montaż pisuarów po 3 szt. w każdej łazience chłopców, demontaż i montaż umywalk i baterii po 3 szt. w każdej łazience, wymiana drzwi wejściowych, wewnętrznych po 1 szt. w każdej łazience, demontaż i montaż grzejników stalowych po 2 szt. w każdej łazience, prace elektryczne i montaż opraw oświetleniowych po 4 szt. w każdej łazience chłopców i 2szt. w łazience dziewcząt, montaż lustra 3 szt. po 1 szt. w każdej łazience, demontaż i montaż instalacji wod-kan, wywiezienie gruzu.

Źródła finansowania zadania:

- Dofinansowanie z budżetu Województwa Mazowieckiego: 160 000,00 zł
 - Wkład własny Powiatu Mławskiego: 137 906,00 zł.
- Źródło: Starostwo Powiatowe w Mławie



WAKACYJNE KONTROLE I SUROWE KONSEKWENCJE DLA PIRATÓW DROGOWYCH

Okres wakacyjny to czas wzmożonego ruchu na drogach, dlatego policjanci prowadzą intensywne działania ukierunkowane na poprawę bezpieczeństwa wszystkich uczestników ruchu. Szczególną rolę pełnią funkcjonariusze grupy SPEED, którzy przeciwdziałają agresywnym i niebezpiecznym zachowaniom kierowców.



W czasie wakacji, zwłaszcza podczas weekendów, policjanci zwiększają liczbę patroli na drogach powiatu mławskiego. Mundurowi koncentrują się na wykroczeniach stwarzających największe zagrożenie dla życia i zdrowia – przede wszystkim na przekraczaniu dozwolonej prędkości, nieprawidłowym wyprzedzaniu oraz innych rażących naruszeniach przepisów ruchu drogowego.

Patrole grupy SPEED każdego dnia ujawniają kilkanaście poważnych wykroczeń. Większość kontroli kończy się wysokimi mandatami i punktami karnymi. Policjanci przypominają, że konsekwencje brawury za kierownicą mogą być bardzo dotkliwe, a najpoważniejszym skutkiem nieodpowiedzialnej jazdy jest tragedia na drodze.

Przykłady wakacyjnych kontroli:

Sułkowo Polne

26-letni kierowca Forda, mieszkaniec powiatu ciechanowskiego, jechał w obszarze zabudowanym z prędkością 108 km/h przy obowiązującym ograniczeniu do 50 km/h.

Został ukarany mandatem w wysokości 1500 zł oraz 13 punktami karnymi.

Zgodnie z przepisami stracił również prawo jazdy w trzech kategoriach na okres 3 miesięcy.

Krośnice

Policjanci zatrzymali kierującego motocyklem, również mieszkańca powiatu ciechanowskiego, który poza obszarem zabudowanym przekroczył dopuszczalną prędkość o 81 km/h – jechał 151 km/h przy ograniczeniu do 70 km/h. Z uwagi na działanie w warunkach recydywy,

został ukarany mandatem w wysokości 5000 zł oraz 15 punktami karnymi.

Apel o rozsądek

Nadmierna prędkość od lat pozostaje jedną z głównych przyczyn najtragiczniejszych wypadków drogowych. Każde przekroczenie dozwolonej prędkości skraca czas reakcji, wydłuża drogę hamowania i znacząco zwiększa ryzyko utraty panowania nad pojazdem.

Policjanci apelują do kierowców o rozwagę, odpowiedzialność i przestrzeganie przepisów. Wakacje powinny być czasem bezpiecznego wypoczynku, a nie tragicznych zdarzeń na drogach. Wystarczy chwila nieuwagi lub brawury, aby doprowadzić do nieodwracalnych konsekwencji. Zdejmijmy nogę z gazu, dostosujmy prędkość do warunków i pamiętajmy, że bezpieczeństwo zależy od decyzji podejmowanych przez każdego uczestnika ruchu.

asp.szt. Anna Pawłowska/MS

PAPUGI W WALIZCE. KAS PRZEKAZAŁA 20 EGZOTYCZNYCH PTAKÓW DO CENTRALNEGO AZYLU DLA ZWIERZĄT



Mazowiecka Krajowa Administracja Skarbowa (KAS) przekazała do Centralnego Azylu dla Zwierząt 20 egzotycznych papug uratowanych z nielegalnego transportu. Trwa postępowanie w tej sprawie. Funkcjonariusze Służby Celno-Skarbowej z Mazowieckiego Urzędu Celno-Skarbowego w Warszawie (MUCS) przekazali do Centralnego Azylu dla Zwierząt uratowane z przemytu papugi. Dzięki zaangażowaniu i wzorowej współpracy między Służbą Celno-Skarbową i Centralnym Azylem dla Zwierząt ptaki niezwłocznie trafiły do lecznicy, gdzie objęto je specjalistyczną opieką weterynaryjną.

Niebezpieczna podróż

Okoliczności sprawy wskazują, że papugom najprawdopodobniej podano środki uspokajające, aby nie wydawały odgłosów podczas transportu. Badania weterynaryjne wykazały, że większość zwierząt doznała obrażeń. Ptaki miały potłamszone łotki i sterówki, jeden z nich miał złamaną kończynę. Pomimo

natychmiastowo udzielonej pomocy jednej z papug nie udało się uratować. Wśród zabezpieczonych zwierząt znajdowało się 16 papug z rodzaju *Platycercus* (rozella) oraz 4 papugi z rodzaju *Psittacula* (aleksandretta). Obecnie 19 uratowanych ptaków pozostaje pod opieką Centralnego Azylu dla Zwierząt.

Gatunki chronione konwencją CITES

Wszystkie zabezpieczone papugi są gatunkami chronionymi na podstawie przepisów Unii Europejskiej regulujących handel okazami dzikiej fauny i flory, wdrażających postanowienia Konwencji Waszyngtońskiej (CITES). Przewóz okazów bez wymaganego zgłoszenia celnego oraz dokumentów CITES stanowi naruszenie przepisów dotyczących ochrony gatunków zagrożonych wyginięciem. Zgodnie z obowiązującymi przepisami grozi za to kara pozbawienia wolności od 3 miesięcy do 5 lat.

W tej sprawie zachodzi również podejrzenie popełnienia przestępstwa znęcania się nad zwierzętami. Za przewożenie zwierząt w warunkach powodujących ich zbędne cierpienie lub stres grozi kara pozbawienia wolności do 3 lat.

Sprawa w toku

Papugi pozostaną pod opieką Centralnego Azylu dla Zwierząt do czasu rozstrzygnięcia przez sąd ich statusu prawnego. Postępowanie w sprawie trwa.

NIEBEZPIECZNE POPISY 16-LATKA NA HULAJNODZE ELEKTRYCZNEJ

Pomimo licznych apeli Policji o rozwagę oraz medialnych doniesień o tragicznych zdarzeniach z udziałem użytkowników hulajnóg elektrycznych, nadal nie brakuje osób, które lekceważą obowiązujące przepisy i narażają na niebezpieczeństwo siebie oraz innych uczestników ruchu drogowego. We wtorek, 14 lipca 2026 r., tuż przed godziną 18.00, podczas nadzoru nad ruchem drogowym w miejscowości Stupsk, na drodze wojewódzkiej nr 615, policjanci z grupy SPEED zatrzymali do kontroli 16-letniego kierującego hulajnogą elektryczną. Nieletni poruszał się jezdnią w obszarze zabudowanym, mimo że przepisy tego zabraniają. Obowiązujące w tym miejscu ograniczenie prędkości wynosi 50 km/h. Policjany wideorejestrator zarejestrował niebezpieczne zachowanie nastolatka – chłopiec wykonywał ryzykowne manewry, jechał na jednym tylnym kole oraz prowadził hulajnogę jedną ręką. Swoim zachowaniem popełnił szereg wykroczeń drogowych, stwarzając realne zagrożenie na drodze.

16-latek został przekazany pod opiekę dziadka, a sprawa zostanie skierowana do sądu rodzinnego.

Po raz kolejny apelujemy o rozsądek i odpowiedzialność. Hulajnoga elektryczna nie jest zabawką, lecz pojazdem, którego użytkowanie wymaga przestrzegania przepisów ruchu drogowego. Brawura, popisy i lekceważenie zasad mogą w ułamku sekundy doprowadzić do tragedii.

Szczególny apel kierujemy do rodziców i opiekunów. Przed zakupem hulajnogi elektrycznej warto zastanowić się, czy młody człowiek jest wystarczająco dojrzały, aby bezpiecznie z niej korzystać. Sam zakup pojazdu to za mało – niezbędna jest rozmowa o odpowiedzialności, znajomość przepisów oraz stały nadzór nad sposobem użytkowania hulajnogi. Bezpieczeństwo dzieci i młodzieży w dużej mierze zależy od właściwych postaw kształtowanych przez dorosłych.

asp.szt. Anna Pawłowska/MS

WAKACJE NIE ZWALNIAJĄ RODZICÓW Z ODPOWIEDZIALNOŚCI

Czas wakacji to dla dzieci okres większej swobody, wolności, poczucia nieskrępowania obowiązkami szkolnymi i niestety często czas wolny od nadzoru dorosłych i często od odpowiedzialności. A dla dorosłych? Dla tych, którzy są rodzicami czy opiekunami, powinien to być czas zwiększonej koncentracji na dziecku – jego zainteresowaniach, sposobie spędzania wolnego czasu. Czas obserwacji zachowań naszych pociech, budowania z dzieckiem bliższej relacji nie wtłoczonej w sztywny grafik obowiązków, zajęć szkolnych i poza szkolnych. Ale też czas na naukę samodzielności dla dzieci i lekcja odpowiedzialności dla rodziców. Bo czy wiesz gdzie jest i co robi teraz Twoje dziecko? Z kim teraz przebywa?

Rodzicu, czy wiesz gdzie jest teraz Twoje dziecko? „Wakacyjne zaginięcia”

Czas wakacji to dla dzieci okres większej swobody, wolności, poczucia nieskrępowania obowiązkami szkolnymi i niestety często czas wolny od nadzoru dorosłych i często od odpowiedzialności. A dla dorosłych? Dla tych, którzy są rodzicami czy opiekunami, powinien to być czas zwiększonej koncentracji na dziecku – jego zainteresowaniach, sposobie spędzania wolnego czasu. Czas obserwacji zachowań naszych pociech, budowania z dzieckiem bliższej relacji nie wtłoczonej w sztywny grafik obowiązków, zajęć szkolnych i poza szkolnych. Ale też czas na naukę samodzielności dla dzieci i lekcja odpowiedzialności dla rodziców. Bo czy wiesz gdzie jest i co robi teraz Twoje dziecko? Z kim teraz przebywa?

Bądź odpowiedzialny za swoje dziecko

Małe dzieci powinny być przedmiotem naszej szczególnej troski. Jednym z największych zagrożeń dla dziecka, zwłaszcza małego, jest pozostawienie go bez opieki. Brak uwagi rodzica lub opiekuna może generować niebezpieczne i tragiczne w skutkach dla dziecka wydarzenia. Wiele z nich to nieszczęśliwe wypadki, ale też sytuacje, w których inne osoby wyrażają dziecku krzywdę. Wakacyjne wyjazdy często sprzyjają sytuacjom, w których łatwiej jest „zapodziać” małego „zdobycę świata”. Nie dopuść do tego aby małe dziecko choć na chwilę stracić z oczu, szczególnie w tak zatłoczonym miejscu jak plaża, masowa impreza



(festyny, koncerty, imprezy sportowe) czy galerie handlowe. Dziecko pozostawione nawet na krótki czas bez opieki rodzica czy opiekuna, może stać się ofiarą przestępstwa, bądź ulec groźnemu w skutkach wypadkowi losowemu (wypadek komunikacyjny, utonięcie, utknięcie w niebezpiecznym dla niego miejscu takim jak studzienka, głęboki rów, itp.).

Jeśli w okresie wakacyjnym jesteśmy zmuszeni wyjechać do opieki nad dzieckiem dotychczas obcą dla nas osobę – bądźmy pewni, że to ktoś godny zaufania. Sprawdźmy referencje zatrudniającej opiekunki, obserwujmy jak dziecko zachowuje się w jej towarzystwie. Bądźmy czujni na wszelkie mogące nas zaniepokoić zmiany w zachowaniu naszego dziecka (strach przed pozostaniem z opiekunem, zwiększona nerwowość, płaczliwość, moczenie się) pozostawianego pod opieką wynajętej przez nas osoby.

Ufaj i kontroluj

Często, w różnych kontekstach, pojawia się w naszych ustach żart – „kontrola najwyższą formą zaufania”. Sformułowanie to może budzić kontrowersje, jednak jeśli występujemy w roli rodzica to spoczywająca na nas odpowiedzialność za dziecko powinna być wystarczającym powodem do przyjęcia postawy zainteresowania i przyglądania się temu, czym nasze dziecko się zajmuje, jak i z kim spędza swój wolny czas i czy jest w tym wszystkim bezpieczne.

Dużym ryzykiem dla starszego dziecka jest też trafienie do grupy rówieśniczej podejmującej nieakceptowane społecznie zachowania – za to dającej właśnie uwagę, zainteresowanie i możliwość bycia kimś ważnym i docenionym – często za cenę spełnienia określonych warunków, np. dokonania kradzieży, rozboju czy sięgnięcia po alkohol i narkotyki. Okres

wakacji, kiedy czasu wolnego jest relatywnie więcej niż zainteresowania i kontroli ze strony rodziców, sprzyja poszukiwaniu tego rodzaju relacji.

Najczęstszym powodem zaginięć starszych dzieci i nastolatków są ucieczki z domów. Motywacją do ucieczki dziecka, obok poczucia bezradności wobec konkretnego problemu, próby uwolnienia się od niego i złych emocji z nim związanych (przemoc, molestowanie psychiczne i seksualne, upokorzenie, bieda, niepowodzenia miłosne, depresja), jest często próba zwrócenia na siebie uwagi rodzica. W takich przypadkach ucieczka to krzyk i wołanie o naszą uwagę i zainteresowanie.

Pamiętaj, nic nie zastąpi bezpośredniego, szczerego kontaktu z dzieckiem, codziennej uwagi i rozmowy. Poświęć mu swój czas, swoje zainteresowanie, okaż, że jest dla Ciebie bardzo ważne. Rozmawiaj ze swoim dzieckiem i bądź uważnym

sluchaczem. Wykorzystaj wakacyjny czas na zacieśnienie więzi rodzinnych, na poprawę relacji zaburzonych w ferworze codziennych obowiązków. Rodzicielstwo to przywilej ale i również ogromna odpowiedzialność. Nie zawieź swojego dziecka, nie pozwól aby Twoją rolę przejął ktoś inny – grupa rówieśnicza, czy przypadkowo poznane przez Twoje dziecko osoby. Taka znajomość może okazać się dla Twojego dziecka tragiczna w skutkach.

Wskazówki, których przestrzeganie ustrzeże nasze dziecko i nas samych przed niepotrzebną tragedią:

- małego dziecka nie zostawiaj bez opieki osoby dorosłej w domu czy na podwórku;
- zaopatrz dziecko w karteczkę ze swoim numerem telefonu, naucz je aby swego imienia, nazwiska i miejsca zamieszkania nie podawało obcym ludziom;
- naucz dziecko rozpoznawać sytuacje dla niego groźne bez budzenia w nim lęku;
- naucz dziecko korzystać z telefonu – wyeksponuj w domu kartkę z numerami telefonów do najbliższych oraz telefonami alarmowymi, poinstruuje jak ma się zachować w sytuacji, która wzbudzi w nim niepokój czy strach;
- wyjaśnij dziecku, że w sytuacjach problemowych ma prawo głośno krzyczeć, wołać o pomoc, płakać;
- szczególną uwagę zwracaj na dziecko w zatłoczonych miejscach publicznych (supermarkety, imprezy plenerowe, itp.), małe dziecko trzymaj za rękę – pamiętaj, że to Ty masz pilnować dziecka a nie ono ma pilnować się Ciebie!

- wyjaśnij dziecku, że w razie zaginięcia powinno stać w miejscu i czekać na Ciebie (opiekuna), ewentualnie zwrócić się o pomoc do osoby dorosłej – najlepiej do policjanta, ochroniarza, sprzedawcy sklepowego;

- naucz dziecko, że nie powinno rozmawiać z nieznajomymi, przygotuj je na ewentualny kontakt z obcym, zwróć uwagę, że ma zdecydowanie odmawiać kiedy nieznajoma osoba pod jakimkolwiek pretekstem je zaczepia (często słodczymi, proponuje „podwiezienie”).

- Przestrzeż dziecko, że kiedy ktoś puka do drzwi pod Twoją nieobecność, kategorycznie nie może wpuszczać nikogo do domu;

- naucz dziecko mądrze korzystać z Internetu, wyjaśnij jakim zagrożeniem jest podawanie obcym osobom swoich danych kontaktowych; pokaż mu, że sympatyczny rówieśnik poznany w sieci może być zupełnie kimś innym niż osobą za którą się podaje. Uświadom dziecku jak niebezpieczna może być anonimowość obcych osób poznanych tą drogą;

- nigdy nie zezwalaj dziecku na podróżowanie autostopem;

- staraj się poznać przyjaciół i znajomych dziecka, interesuj się tym jak i z kim spędza swój wolny czas;

- nie bagatelizuj problemów swojej pociechy, nie pozwól by brak zainteresowania i wsparcia z Twojej strony ułatwił dziecku podjęcie decyzji o ucieczce z domu;

- reaguj, gdy widzisz dziecko w sytuacji problemowej, także wtedy, gdy to nie jest Twoje dziecko!

FAMILIA KLATTÓW

Z IŁOWA K. SOCHACZEWA W LATACH 1906 - 1995 (CZ. II)

Genowefa Anastazja (z d. Michalska) Klatt - ur. w 1906 r. w Wieczfn. Dzieciństwo spędziła w Kulanach. G. Klatt była w gminie Iłów k./Sochaczewa, sekretarzem, księgową i równolegle urzędnikiem USC. Była skromna, spokojna, dobra, to cechy rodziny Michalskich. Ślub jej z Janem Klattem odbył się w Jabłonie w Warszawie w 1935 r.

Od 1928 do 1975 r. mieszkała w Iłowie. Urząd Gminy w Iłowie między 1928-1971r. był jej głównym pracodawcą przez całe jej życie, również w czasie okupacji. Genia poznała męża w urzędzie, gdyż oboje byli urzędnikami. Mąż jej był bardzo towarzyski i lubiany. Ojciec jego Fryderyk był też urzędnikiem. Genia mogła znaleźć się w gminie Iłów poprzez znajomości wuja Feliksa Kurowskiego (zm. 1944). U niego praktykowała Genia, która przeszła później do Iłowa. Petent w biurze lubił przyjść do Geni, gdyż była życzliwa. Miała serce do ludzi i pracy. Żona Feliksa, Stefania Kurowska mieszkała w Iłowie u Geni już po wojnie, między 1946-1947 r., potem trochę w Jabłonie, Płocku, chwilę w Nidzicy, a od 1964 r. uks. T. Michalskiego na parafii w Bogorii i w Ostrowcu Świętokrzyskim, gdzie zmarła w 1969 r. Pochowana została wraz z mężem w Jabłonie. Jerzy Klatt: „Przed wojną żona sekretarza F. Kurowskiego była panią. Włoski sobie kręciła i siedziała sama w domu, a Genia w pracy”.

Jan Klatt

Genia i Jan mieli różne charaktery. Jan był bardzo towarzyski, a Genia bardziej zamknięta w sobie. Jan Klatt - ur. 28 VI 1910 r. w Iłowie. Pochodzenia robotniczego, szeregowiec. Przynależność ewidencyjna



Komendant OSP Jan Klatt. Iłów (Sochaczew), lata 80/90. XX w. (Zbiory pp. Klattów)

do RKU w Grodzisku Mazowieckim. W X 1935 r. J. Klatt zapisał się do „Kasy Stefczyka” w Iłowie. Otrzymał książeczkę obrachunkową. WXII 1935 r. po ślubie z Genowefą Michalską miał trójkę dzieci: Ryszarda ur. 1937 r., Jerzego ur. 1938 r., Alicję ur. 1945 r. Po ukończeniu edukacji powszechnej, odbył szkołę dla pracujących w zawodzie 2 lata, następnie półroczny kurs dla pracowników gminnych w Wolnej Wszechnicy Polskiej w 1933/34 r. Po wojnie zaś w NOT 2 letni kurs dla pracowników plantacji w cukrowni.

Do 1939 r. należał do organizacji politycznych i społecznych: Związku Rezerwistów, Związku Strzeleckiego oraz OSP w Iłowie. W 1939 r. nie był zmobilizowany do W.P., będąc urzędnikiem. Podczas okupacji niemieckiej pracował w gminie i był w AK, łącznikiem od spraw wywiadu. W 1951 r. był członkiem w Towarzy-

stwie Przyjaźni Polsko-Radzieckiej w Sochaczewie. Należał też do Ligi Przyjaciół Żołnierza od 1954 r. Po wojnie sekretarz gminy, krótko też w USC.

OSP Iłów

W 1908 r. kiedy osada Iłów znajdowała się pod

zaborem Rosji Carskiej, aludność Iłowa widząc jak inne miejscowości organizowały straże ogniowe. Również zapragnęła taką utworzyć. Straż w ówczesnym czasie była jedyną organizacją, która była legalna i wówczas miała zezwolenie od ówczesnych władz na przeprowadzenie różnego rodzaju zebrań, ćwiczeń i podczas których odradzała się myśl o niepodległości. Postanowiono więc zorganizować straż ogniową w Iłowie, której pierwszymi założycielami byli m.in.: Zygmunt Michałowski, ówczesny sekretarz Urz. Gminnego w Iłowie, Fryderyk Klatt, ojciec późniejszego Prezesa i Komendanta tamtejszej OSP Jana Klatta. Pierwszym Prezesem został druż. Z. Michałowski, następnie kolejno: Michał Szyszkiewicz, Fryderyk Klatt i inni. Zaś pierwszym Naczelnikiem straży w Iłowie był F. Klatt.

W latach 1922-1925 pobudowano w Iłowie remizę strażacką. Remiza ta podczas IX 1939 r. została zburzona przez wojska niemieckie. Podczas okupacji strażacy prowadzili prace konspiracyjne, niosąc po-



Urzednicy gminni Jan Klatt z żoną Genowefą A. (z d. Michalską) Klatt. Warszawa, lata 30. XX w. (Zbiory pp. Kwiatków)

moc tutejszej ludności. Od 1945 r. OSP Iłów przystąpiła do wzmoczonej działalności i odbudowy. W 1955 r. zaczęto budować nową remizę. Duży wkład pracy w budowę, obok strażaków, miał też J. Klatt. Wydatny wkład wniósł również kierownik szkoły, architekt oraz komendant M.O. oraz władze lokalne. Budowę wsparła także Polonia Amerykańska z Chicago, gdzie byli dawni mieszkańcy Iłowa. Ufundowano też sztandar OSP Iłów z okazji 60-tej rocznicy istnienia w 1968 r.

Po wojnie

29 VI 1945 r. dokonano obrachunku udziału J. Klatta, jako członka Spółdzielni Spożywców „Iłowianka” w Iłowie. Zarząd Gminy w Iłowie 13 IX 1945 r. zaświadczył, że „ob. J. Klatt (...) jest (był) mieszkańcem osady i gm. Iłów. Karany sądownie i administracyjne nie był oraz, że podczas okupacji niemieckiej również zamieszkiwał w osadzie Iłów. I jako polak cieszył się wśród miejscowej ludności polskiej bardzo dobrą opinią”. Podpisał się wójt i sekretarz gm. Iłów. Dodatkowo Komenda M.O. w Iłowie stwierdziła, że treść powyższego zaświadczenia odpowiada prawdzie.

Państwowy Urz. Repatriacyjny w Szczecinie w piśmie z 11 X 1945 r. zawiadamiało ob. J. Klatta. „(...) W związku z pismem obywatela w sprawie możliwości otrzymania pracy na terenie Szczecina, informuje, że w mieście potrzeba wielu urzędników. Nie jest wykluczonym, że ob. może być zatrudniony w P.U.R. (...) O ile ob. zechce pracować w instytucji samorządowej, czy państwowej, wtedy otrzyma mieszkanie, bezpośrednio po opuszczeniu go przez Niemców, a więc z urządzeniem”.



Przed Urzędem Gminy w czasie okupacji niemieckiej. J. Klatt siedzi czwarty od lewej. Iłów, lata 40. XX w. (Zbiory pp. Klattów)

14 XI 1945 r. Prezydium Gm. R.N. pisało m.in. do ob. J.Klatta. Otóż „Ob. Klatt w czasie okupacji zatrudniony był w urzędzie niemieckim, gdzie liczba ludności polskiej zamieszkałej wówczas w gm. Iłów wynosiła ok. 12 000 osób, zaś Niemców ok. 2 500 osób i tenże z prowadzonego działu pracy w stosunku do polaków odnosił się zawsze bez zarzutu, jak przystało na urzędnika - polaka. Obecnie ob. Klatt jako Gminny Referent Świadczeń Rzeczowych z powierzonych mu czynności wywiązując się dobrze i sumiennie ku ogólnemu zadowoleniu władz i interesantów”. Pismo podpisał: wójt, przewodniczący oraz sekretarz.

1 II 1946 r. Zarząd Gm. w Iłowie przeniósł ob. J.Klatta na stanowisko sekretarza gminy. Zaś 14 II 1946 r. Starostwo Pow. w Sochaczewie wystawiło ob. Klattowi legitymację, który był gminnym komisarzem spisowym na terenie gm. Iłów. Odbił się wtedy powszechny sumaryczny spis ludności. 18 II 1946 r. Jan otrzymał nowe tymczasowe zaświadczenie tożsamości z gminy. Związek zawodowy pracowników samorządu terytorialnego zaświadczył, że J.Klatt wstąpił do związku w 1931 r., a po wojnie 1 I 1949 r. w Sochaczewie. W gminie był urzędnikiem niższego stopnia, niż Genia.

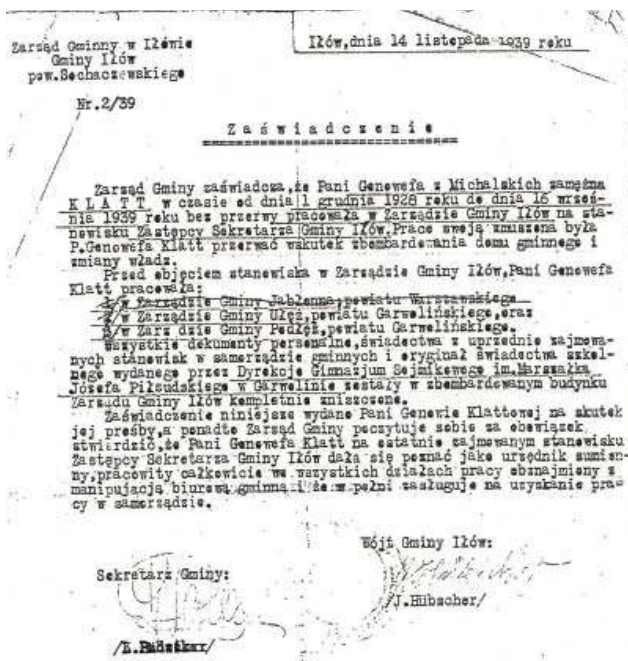
W VI 1954 r. był słuchaczem kursu motorowego (jazdy samochodowej) II stopnia, zorganizowanego w Iłowie. W I 1955 r. był m.in. pracownikiem jednej z cukrowni, jako rejonowy inspektor plantacji. Brał udział w kampanii cukrowniczej. Pracował przy kontraktach. Dyrekcja Cukrowni Guzów potwierdziła, że J.Klatt pracował u nich między 1 IV 1955, a 30 X 1957 r. i że tytułu jego pracy cukrownia nie poniosła żadnych strat. Zaś Gminna Spółdzielnia „Samopomoc Chłopska” (SCH) w Iłowie w dn. 28 XII 1959 r. zaświadczyła, iż Klatt był zatrudniony w tutejszej „SCH” sezonowo, jako pracownik umysłowy. Ta sama spółdzielnia postanowiła zaangażować go od 1 V 1960 r. na 3 miesięczny okres próbnego w charakterze kierownika.



Legitymacja sekretarza zarządu J. Klatta ze Związku Rezerwistów. Iłów, 1935 r. (Zbiory pp. Klattów)



Zgłoszenie celem policyjnego stwierdzenia ludności m.in. dla urzędników gminnych: Jana i Genowefy (M.) Klattów. Iłów, 18 IX 1939 r. (Zbiory pp. Klattów)



Zaświadczenie dla Geni (M.) Klatt z Zarządu Gminy w Iłowie, 14 XI 1939 r. (Zbiory pp. Klattów)

W 1961 r. żona Genowefa Klatt stała się członkiem w Spółdzielni w Iłowie, jako pracownik umysłowy. 30 III 1965 r. J.Klatt otrzymał legitymację przynależności do Ligii Obrony Kraju.

Prezydium Gromadzkiej Rady Narodowej w Iłowie przyjęło ob. J.Klatta do pracy na stanowisko

sekretarza gromadzkiego od 15 IX 1967 r. Następnie Prezydium G.R.N. zaświadczyło 30 X 1971 r., że „(...) ob. J.Klatt (...) stale w okresie od I 1945 r. do 31 XII 1949 r. i pracował stale w tutejszym urzędzie na różnych stanowiskach, jako pracownik umysłowy”.



Pogrzeb siostry Geni, Marianny (M.) Pasymowskiej. Od lewej m.in.: piąta od góry Leontyna (K.) Michalska, obok Jan Klatt, s. Jerzy Klatt, drugi od prawej s. Ryszard Klatt. Wieczfnia, 25 VI 1993 r. (Zbiory autora)



Urzędniczka gminna Genia (M.) Klatt. Iłów, lata 60/70. XX w. (Zbiory pp. Klattów)

W zaświadczeniu z 10 XI 1971 r. dowiadujemy się, że ob. Klatt od 1 V 1958 do 15 II 1959 r. pracował w restauracji „Wicek” w Sochaczewie w charakterze księgowego-kalkulatora. J.Klatt był także instruktorem powszechnej samoobrony. Od 20 IX 1969 r. był upoważniony do prowadzenia szkoleń ludności w zakresie powszechnej samoobrony.

Z dokumentu wystawionego przez Urz. Gminy w Iłowie 10 V 1976 r., można się dowiedzieć, że ob. J.Klatt „(...) od I 1974 r. do chwili obecnej jest (był) zatrudniony na stanowisku gminnego komendanta OSP w Iłowie i jest wynagradzany z funduszy gminnych w sumie 500 zł. miesięcznie”. WXII 1976 r. Zarząd Gminnej „SCH” w Iłowie informował ob. Klatta, jako wiejskiego organizatora kontraktacji, że „z dn. 31 V 76 r. przepracował obywatel w instytucjach społecznych nieprzerwanie

z zachowaniem ciągłości pracy 46 lat(...)”. We XI 1988 r. J.Klatt powołany został do pełnienia funkcji społecznego kuratora sądowego. Ostatnie ok.30 lat życia J.Klatt mieszkał wraz z żoną w domu przy ul. Wyzwolenia w Iłowie. Zmarł 23 IX 1995 r. w domu opieki w Ciechanowie.

Odnaczenia J.Klatta: Srebrna odznaka LPŻoI. w 1960 r., jako członek OSP Iłów, otrzymał odznakę za wysługę 30 lat w 1965 r., Brązowy Medal Zasługi dla Pożarnictwa w 1965 r., Srebrny Medal Zasługi dla Pożarnictwa w 1965 r., Odznaka Miejsc Pamięci Narodowej, przyznana przez Główną Komendę ZHP 9 V 1966 r., Odznaka wzorowy strażak w 1969 r., Odznaka Grunwaldzka, nadana rozkazem dowództwa W.P. w 1970 r., Odznaka za wysługę 40 lat w OSP w 1970 r., Medal Zwycięstwa i Wolności 1945 r. w 1972 r., Odznaka za wysługę 45 lat w OSP w 1975 r.,

Złoty Medal Zasługi dla Pożarnictwa w 1975 r., Odznaka zasłużony działacz Frontu Jedności Narodowej w 1978 r., po raz drugi Złoty Medal Zasługi dla Pożarnictwa w 1978 r., Odznaka zasłużony dla województwa płockiego w 1979 r., Odznaka za zasługi we współzawodnictwie ppoż. w 1980 r., Krzyż Kawalerski Orderu Odrodzenia Polski w 1980 r., Odznaka za wysługę 50. lat w OSP w 1980 r., Honorowa odznaka Przyjaciół Harcerstwa w 1980 r., Złoty znak związku OSP w 1981 r., Medal 40-lecia Polski Ludowej w 1984 r., Odznaka za Zasługi dla Związku Bojowników o Wolność i Demokrację w 1984 r., Brązowy Medal za zasługi dla LOK w 1987 r., Brązowy Medal za zasługi dla Obronności Kraju w 1988 r., Srebrny Medal Opiekuna Miejsc Pamięci Narodowej w 1989 r., Krzyż Oficerski Orderu Odrodzenia Polski w 1989 r.

Piotr Rafalski, członek Towarzystwa Przyjaciół Ziemi Mławskiej

SPRZĄTAJĄC DOM ODGRACASZ TEŻ ŻYCIE

Odgracanie było dla niej sposobem na uporządkowanie mieszkania po trudnych przejściach. Dziś jej profil Her/_solo/_escape stał się inspiracją, jak pozbyć się rzeczy, a także odzyskać spokój. Rozmawiamy z autorką profilu – Sylwią Danielak.

— Influencerki pokazują, że odgracanie jest proste, a my często mieszkamy w bloku, gdzie każda przestrzeń jest na wagę złota. Jeśli już mamy domy, to nie są tak duże jak celebrytek. Jak zacząć, żeby się szybko nie zniechęcić?

— Nie ma jednego przepisu. Ja mogę opowiedzieć tylko o tym, co sprawdziło się u mnie. Nastawiałam budzik na 15 minut i przez ten czas wyrzucałam wszystko, co mnie irytowało. Ten pomysł znalazłam kiedyś w mediach społecznościowych i naprawdę zadziałał. Pierwszy dzień, drugi, trzeci... Po jakimś czasie okazało się, że pozbyłam się kilkuset niepotrzebnych rzeczy. Ale nie wygląda to tak, że po dwudziestu dniach mamy minimalistyczny dom. To proces. Kiedy zaczynamy się pozbywać rzeczy, przychodzi refleksja, czy rzeczywiście są nam potrzebne? Uważam, że małe kroki są najlepszym rozwiązaniem. Nie warto planować wielkiej akcji pod hasłem: „Mam wolny weekend, więc uporządkuję cały dom”. Tak się nie da. Przecież to są lata gromadzenia różnych przedmiotów.

— Co najtrudniej było pani oddać?

— Ubrania. I wszystko, co było związane z moją pasją do spędzania czasu na świeżym powietrzu. Nadal mam z tym problem. Najtrudniej było mi rozstać się z ubraniami, które bardzo lubiłam, ale wiedziałam już, że ich nie założę. Jestem przed pięćdziesiątką, ciało się zmienia i trzeba to zaakceptować. Zaczęłam więc pakować po jednej, dwóch czy pięciu rzeczach i je oddawać. Odrzucałam też myśl: „Może jeszcze schudnę, może kiedyś się

przyda”. Myślę, że wiele osób dobrze to zna.

— To chyba wynika z naszego wychowania. Nasi rodzice gromadzili wszystko, bo „może się przyda”.

— Dokładnie. Nie weszliśmy w nadmiar z pustą głową. Zostaliśmy wychowani w przekonaniu, że niczego nie wolno wyrzucać, bo kiedyś może tego zabraknąć. To bardzo silny wzorec. Pamiętam moją babcię, która była krawcową. Przechowywała nawet najmniejsze ścinki materiałów. Zastanawiałam się, po co jej to wszystko. Nigdy z tego nie skorzystała, ale przez lata leżało w szafach. To nie jest kwestia bałaganu. To psychologia i przekonania, które wynosimy z domu.

— Czyli cierpliwość jest ważniejsza niż spektakularne efekty?

— Zdecydowanie. U mnie wszystko zmieniło się dopiero wtedy, kiedy zrozumiałam, że marketing jest nastawiony na jedno — żebyśmy kupowali kolejne rzeczy. Nie ma znaczenia, że mamy już trzydzieści pudełek do przechowywania. Reklamy przekonują nas, że potrzebujemy trzydziestego pierwszego. Tak działa sprzedaż. Trzeba sobie uświadomić, że naprawdę mamy już większość rzeczy, których potrzebujemy. Często nawet za dużo. W komentarzach często czytam: „A jeśli kiedyś mi się to przyda?”. Wtedy odpowiadam: rozejrzyj się po domu. Bardzo możliwe, że masz jeszcze dwie albo trzy podobne rzeczy.

— Pani profil powstał z potrzeby zmiany czy z chęci motywowania innych?

— Moją największą motywacją były dzieci. Pamiętam moment, kiedy najstarsza córka wypro-

wadziła się z domu. Kiedyś przyjechała i powiedziała: „Mamo, przykro mi patrzeć na ten bałagan w domu. Czuję się tutaj źle”. To był dla mnie bardzo trudny moment. Dopiero słowa córki uświadomiły mi, że zaszłam za daleko. Zobaczyłam, że na krzesła od tygodni leżą sterty ubrań, które powinny być w szafie. Wtedy dotarło do mnie, że czas coś zmienić.

— Wiele kobiet mówi, że są po prostu zmęczone. Praca, dzieci, dom, obowiązki... Czy zmęczenie nie jest największą przeszkodą?

— Dziś wiele kobiet próbuje pogodzić pracę, dom, wychowanie dzieci i całą organizację życia rodzinnego. Często większość tych obowiązków spoczywa właśnie na nich. Nic dziwnego, że porządki schodzą na sam koniec listy. Sama wychowuję dzieci i doskonale wiem, jak to wygląda. Paradoks polega na tym, że właśnie odgracanie sprawiło, że odzyskałam czas. Kiedy wracałam z pracy, nie musiałam już przez pół dnia przekładać rzeczy z miejsca na miejsce. Odkładałam je tam, gdzie powinny być, przecierałam kurze, odkurzałam i właściwie to wystarczało. Dlatego uważam, że odgracanie nie jest kolejnym obowiązkiem. To inwestycja, która później naprawdę oszczędza czas. Jeżeli ciągle przekładamy te same przedmioty albo kupujemy kolejny pojemnik do przechowywania, to warto się zatrzymać i zastanowić, czy problemem nie jest po prostu nadmiar rzeczy. Pamiętam pudełko, do których nie zaglądałam przez półtora roku. Skoro przez tyle czasu ich nie otworzyłam, to znaczy, że ich zawartość nie była mi po-

trzebna. Zmęczenie będzie nam towarzyszyć zawsze. Nie da się go całkowicie wyeliminować, ale możemy sprawić, że sprzątanie będzie trwało krócej.

— Wspomina pani, że bałagan kosztuje nas więcej, niż się wydaje. To nie tylko pieniądze, ale emocje, które towarzyszą nam, kiedy musimy walczyć z piętrzącymi się przedmiotami.

— Tak, bo bardzo często kupujemy rzeczy, które już mamy. Równoległe z odgracaniem podjęłam jeszcze jedną decyzję — postanowiłam, że przez cały 2026 rok nie będę kupować niczego, obok rzeczy niezbędnych, czego naprawdę nie potrzebuję. Pierwszą dużą rundę porządków zrobiłam przed świętami. Pozbyłam się tysięcy przedmiotów — od drobiazgów po ubrania dzieci, z których dawno wyrosły. Minęło kilka miesięcy i już wiem, że czeka mnie kolejna runda. Mimo że niczego nowego nie kupuję, wciąż widzę, że rzeczy jest za dużo.

— Widzę, że pod pani postami pojawia się mnóstwo komentarzy od kobiet, które piszą, że dzięki pani zatrzymały się i zaczęły porządkować swoje domy.

— To chyba pierwszy i najważniejszy krok — uświadomić sobie, że problem istnieje. Chyba najbardziej zaskoczyło mnie to, jak wiele kobiet zmaga się z tym samym problemem. Przez długi czas myślałam, że tylko ja się tego wstydzę. Dziś mój profil obserwuje już kilkanaście tysięcy osób i widzę, że takich historii są tysiące.

— Skąd bierze się ten wstyd?

— Uważam, że bałagan bardzo często odbiera nam pewność siebie. W pewnym



Sylwia Danielak

momencie przestajemy zapraszać znajomych na kawę. Dzieci wstydzą się zaprosić koleżanki i kolegów. Człowiek cały czas myśli, że najpierw musi posprzątać, zanim kogoś wpuści do domu. Mam wrażenie, że w Polsce przez lata panowało przekonanie, że dom powinien być idealny. A tu nie chodzi o perfekcję, ale dom, który będzie wygodny i funkcjonalny.

— Czyli nie chodzi o idealny porządek, tylko o wygodniejsze życie?

— Dokładnie. Dla mnie ogromną ulgą było już to, że opróżniłam kilka szuflad i mogłam schować do nich rzeczy, które wcześniej leżały na krzesłach czy blatach. Bardzo ważne są też wszystkie płaskie powierzchnie — kuchenne blaty, stoły czy komody. To właśnie tam najszybciej odkładają się przypadkowe przedmioty. Mam wrażenie, że często kupujemy je dlatego, że ktoś nam wmówił, iż są niezbędne. Tymczasem w wielu przypadkach wystarczy znacznie mniej.

— Dziś pani profil stale rośnie. Co daje pani największą satysfakcję?

— Przyznaję, że prowadzenie tego profilu motywuje także mnie. Poka-

zując swoje postępy, czuję większą odpowiedzialność za to, żeby nie wracać do dawnych nawyków. Skoro opowiadam o odgracaniu, to sama też chcę być konsekwentna. Nigdy nie założyłam mi na pokazywanie idealnego domu. Chciałam pokazać, że można zmieniać swoje życie małymi krokami. To chyba właśnie to najbardziej trafia do mojej społeczności.

— Na co dzień pracuje pani jako stylistka paznokci. Tymczasem profil na Instagramie zaczyna cieszyć się popularnością.

— W mojej pracy porządek jest konieczny — ze względu na higienę i bezpieczeństwo. Wszystko ma swoje miejsce i musi być sterylne. Paradoks polega na tym, że w domu przez lata nie potrafiłam tego osiągnąć. Dziś już wiem dlaczego. W salonie miałam tylko rzeczy potrzebne do pracy, w domu zgromadziłam ich po prostu za dużo. I właśnie od tego wszystkiego zaczęło. Zaczęłam odgracać, bo kupowałam za dużo, a mój dom nie nadawał się do życia. Dziś chcę inspirować, że można pozbyć się bałaganu i mieć dom, w którym przyjemnie się przebywa i żyje.

Katarzyna Janków-Mazurkiewicz

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 13 utworzą rozwiązanie niniejszej krzyżówki.

[illegible]

Sprawdź się w SUDOKU: wypelnij diagram 9x9 w taki sposób, aby w każdym wierszu, w każdej kolumnie i w każdym z dziewięciu pogrubionych kwadratów 3x3 znalazło się po jednej cyfrze od 1 do 9:

PIONOWO: 1) przód statku; 2) największa wyspa Gwinei Równikowej; 3) miasto z "Iliady" Homera; 4) siarkowy lub octowy; 5) fetornik sundajski krócej; 6) wetniana na głowie; 7) ostra papryka; 8) okrągła grządka kwiatowa; 9) mała Zuzanna; 10) żona Bolesława V Wstydliwego; 16) pierwiastek At; 17) plynie przez Bydgoszcz; 19) angielski koniec; 20) Pratchett, autor "Świata dysku"; 22) żart komedii w filmie; 23) tincia tinka, ryba; 24) Karol, autor "Winnetou"; 25) wspaniały z Gunungsitoli; 27) Johannes, były prezydent RFN; 30) dawny wędrowny aktor lub śpiewak; 31) graniczy z Azją; 32) największa wyspa Polinezji Francuskiej; 33) rzeka w ukraińskim Tarnopolu; 34) niejedna w akwarium; 35) ciasnota, tłok; 37) komplet kart do gry; 38) zwały śniegu przy drodze; 39) Eastwood, reżyser i aktor; 41) Yannick, były tenisista.

Litery z pól z kropką czytane
rzędami, utworzą rozwiązanie:

[illegible]

śledcze w Sejmie; epos narodowy inaczey; proszkowa do gaszenia; Ar dla chemika; szmaragdek, motyl; mały, niewielki koń; rzeka w stolicy Nepalu; wyspa z Erebusem; odgłos bólu; Shatterhand, literacki przyjaciel Winnetou; prosię ziemne inaczey; rzeźba przedstawiająca człowieka; szklane, pękate naczynie na wino; ognisty smok w mitologii Śródziemia u Tolkiena; imię Darwina, twórce teorii ewolucji; kondensacyjna za samolotem; przyrząd do bicia piany; oświecenie, wyzwolenie w buddyzmie; długa część spodni; lista ślizgowa sań; jedno u cyklopa; Jasar, były przywódca Palestyny; siostra Kaja w "Królowej śniegu"; anioł morski krócej; trzecie co do wielkości miasto w Japonii; ... Lanka, kraj w Azji; stolica Republiki Zielonego Przystądku; listy wysyłane za przestępcami; tytułowy kapitan u Juliusza Verne'a; polski urząd od korupcji; egipskie zapalenie spojówek; nieporządek, bajzel; Małgorzata dla przyjaciół; śledzi ruch samolotów; z wiaderkiem i łopatką w piaskownicy; stolica Erytrei; umowa kończąca spór; Mały Inguł w Krzywym Rogu; złośliwa ironia, szydersstwo; siedemnasta litera alfabetu greckiego; na pianinie lub w karty; sownosa to przyszczaćce sosnowiec.

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

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

WYKREŚLANKA: ukryliśmy poniżej 20 nazw państw z całego świata. Wykreślisz je od góry do dołu, od lewej do prawej oraz na ukos: Chiny, Polska, Czechy, Peru, Belgia, Rosja, Egipt, Ekwador, Korea, Kanada, Meksyk, Sudan, Jemen, Katar, Litwa, Liban, Izrael, Walia, Grecja, Maroko:

U	R	L	O	P	O	K	O	J	E
H	P	C	L	I	B	A	N	D	A
W	E	Z	Y	R	S	T	A	N	Y
T	R	E	S	U	D	A	N	F	B
U	U	C	K	I	Z	R	A	E	L
W	C	H	A	W	A	J	L	G	I
A	D	Y	K	S	A	G	A	I	R
L	I	T	W	A	I	D	G	P	O
I	R	A	K	A	N	I	O	T	S
A	G	R	E	C	J	A	S	R	J
W	A	M	P	E	K	U	D	E	A
O	M	A	R	O	K	O	M	A	R
K	T	A	R	U	L	E	S	G	A
S	T	E	K	O	N	S	T	A	T
J	A	C	H	I	N	Y	K	T	A
A	M	E	K	S	Y	K	R	A	N



Szukasz Klientów?

e-mail: redakcja@kuriermlawski.pl



SPRZEDAM b.tanio,
2-fotele (nowe/mało
używane, jasny kolor),
603-087-202

NIERUCHOMOŚCI

KAWALERKĘ sprze-
dam 26 m2, parter,
centrum Sępola,
798-498-432

SPRZEDAM siedlisko koło Morąga: dom, garaż, 4 działki budowlane. tel. 664696920

USŁUGI

Mława/Usługi hydrauliczne, 508-491-711

SERWIS ROWERÓW - wszystkie modele. Rowery elektryczne i hulajnogi- tylko naprawy mechaniczne. **BRODNICA**, czynne od 9.00 do 17.00., tel.781-145-484.

SKUP SAMOCHO-
DÓW, stan obojętny,
ciągniki, maszyny rolni-
cze- KASACJA, tel.605-
070-911.

 RÓŽNE

SPRZEDAM zegar podłogowy, stół owalny, kanapę Ludwik - antyki stan idealny okazja, 696-478-676

 ZWIERZĘTA

sprzedam

SPRZEDAŻ kur, ka-
czek, brojlerów, ko-
koszek, dowóz gratis,
tel.728-104-188.

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

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam

**WWW.DOMKIHOLEN-
DERSKIE.EU, 503-
103-703**

AUTO-MOTO

inne

SAMOCZODY używane -skup, sprzedaż, komis, zamiana, przejęcie leasingu, al.1 Maja 17, Giżycko, 08:00-16:00, 698-672-856, 694-176-237, czarek@pindur.pl; pindur.otomoto.pl

zwierzeta hodowlane

KURY nioski z jajem,
600500710.

maszyny rolnicze

KUPIĘ kombajn Bizon
Z- 056 , 606-713-778

SPRZEDAM-C360,
przyczepa, sadzarka,
redelka, opryskiwacz,
siewka, talerzówka,
owijarka, prasa, 698-
220-636

produkty rolne

SERADEŁĘ sprzedam,
tel.508-580-030.

[illegible]

ZBADAJ SIĘ, **BY ŻYĆ!**

LUX MED Diagnostyka zaprasza na bezpłatne badania mammograficzne w technologii cyfrowej w ramach Programu Profilaktyki Raka Piersi finansowanego przez NFZ. Regularna profilaktyka, taka jak samobadanie piersi raz w miesiącu i mammografia co dwa lata, może uratować życie.



Diaгноzie na wczesnym etapie rozwoju choroby sprzyja regularne wykonywanie badań profilaktycznych. Badania kliniczne wykazały, że w grupie kobiet w wieku 50-69 lat, które wykonywały badania mammograficzne co rok lub co 2 lata, zmniejszyła się umieralność o 25-30 procent.

W 2024 roku w województwie mazowieckim z programu skorzystało ponad 191 tys. kobiet, z czego 88 tys. zdecydowało się na badanie w mammobusie. Natomiast w ubiegłym roku mammografię wykonało ponad 179 tysięcy pań (w tym ponad 74 tysiące z nich przebadano w mammobusach). W tym roku z programu skorzystało już ponad 86 tysięcy pań (w tym ponad 37 tysięcy z nich, wykonała badania w mammobusie).

Do badania uprawnione są kobiety w wieku od 45 do 74 lat:

- co 24 miesiące, jeśli nie miały zdiagnozowanej wcześniej złośliwej zmiany nowotworowej w piersi
- co 12 miesięcy, jeśli zakończyły leczenie raka piersi i 5-letni proces monitorowania po zakończonym leczeniu

- co 12 miesięcy, jeśli po 5 latach od leczenia chirurgicznego raka piersi pozostają w trakcie uzupełniającej hormonoterapii (HT)
- Wyłączone z programu są kobiety objęte „Opieką nad rodzinami wysokiego, dziedzicznie uwarunkowanego ryzyka zachorowania na raka piersi lub raka jajnika” lub „Kompleksową opieką onkologiczną nad świadczeniobiorcą z nowotworem piersi”. Przy określeniu wieku należy wziąć pod uwagę rok urodzenia.

Mobilna pracownia mammograficzna LUX MED będzie dostępna w miejscowości:

Mława – 17 sierpnia w godzinach od 10.00 do 16.00 przy markecie Kaufland, Aleja Marszałka Józefa Piłsudskiego 39A

Dlaczego warto:

- Mammografia jest najbardziej czułym i specyficznym badaniem w profilaktyce raka piersi.
- Systematycznie wykonywana pozwala wykryć zmiany w najwcześniejszym stadium rozwoju, które nie są wyczuwalne podczas samokontroli piersi.
- Wczesnie wykryty nowotwór jest niemal całkowicie wyleczalny.

- W przypadku wykrycia jakichkolwiek nieprawidłowości udział w programie umożliwi krótką ścieżkę badań uzupełniających i postawienie diagnozy.

- Badania można wykonać w dowolnej lokalizacji, niezależnie od miejsca zamieszkania i bez skierowania lekarskiego.

Rejestracja:

pod nr tel. 22 880 90 80 (*3), 58 666 24 44

przez formularz elektroniczny: <https://www.luxmed.pl/dla-pacjenta/uslugi/diagnostyka/formularz-nfz-mammografia>, poprzez Internetowe Konto Pacjenta, przez kod QR.

W celu weryfikacji uprawnień do badania przed połączeniem telefonicznym prosimy przygotować dowód osobisty. Na badanie prosimy zabrać ze sobą zdjęcia lub płyty CD z poprzednich mammografii, o ile nie były one wykonane w pracowni LUX MED. Prosimy o stawienie się na badanie w czasie wyznaczonym podczas rejestracji. Godziny badań mogą zostać zmienione wraz ze zwiększoną rejestracją.

Zbadaj się i zyskaj spokój!

BELLA CIAO — NAJWIĘKSZE WŁOSKIE PRZEBOJĘ



Koncert "Bella Ciao - Największe włoskie przeboje" to pełna humoru i energii muzyczna podróż do słonecznej Italii. Wydarzenie odbędzie się 19 października w Miejskim Domu Kultury w Mławie.

Włoski wokalista i aktor musicalowy Nicola Palladini wraz z zespołem zabiera publiczność w wieczór największych włoskich hitów, które od lat podbijają serca słuchaczy. Podczas koncertu zabrzmia m.in.: Mamma Maria, Tu vuò fa' l'americano, O sole mio, Felicità, Volare, Bella Ciao, Marina, Sarà perché ti amo, Sempre Sempre oraz wiele innych piosenek, które publiczność chętnie śpiewa razem z artystami. Po ogromnym sukcesie spektaklu "Ciao Ciao Bambina",

z którym artysta występował w całej Polsce ponad 350 razy, Nicola Palladini powraca z nowym koncertowym projektem inspirowanym włoską muzyką i kulturą. To wieczór pełen włoskiego temperamentu, znanych melodii i wspólnego śpiewania - atmosfera prawdziwego włoskiego koncertu. Nicola Palladini - włoski wokalista i aktor musicalowy, absolwent akademii musicalowej w Rzymie. Występował m.in. w musicalach "Grease", "Rocky Horror Show", "Alicja w Krainie Czarów" oraz "Maria z Nazaretu". Na polskich scenach można było go zobaczyć m.in. w Teatrze Muzycznym w Łodzi ("Jesus Christ Superstar") oraz Teatrze Muzycznym w Poznaniu ("Kiss Me, Kate").

"W ZDROWYM CIELE ZDROWY DUCH" — CYKL SIERPNIOWYCH SPOTKAŃ DLA DZIECI

"W zdrowym ciele zdrowy duch" to kolejna odsłona wakacyjnych czwartkowych zabaw, to alternatywa dla gier komputerowych, propagowanie sportu oraz zabaw podwórkowych.

Kiedy i gdzie?

- 6 sierpnia (czwartek) - plac zabaw w parku miejskim
- 13 sierpnia (czwartek) - plac zabaw MOSiR
- 20 sierpnia (czwartek) - plac zabaw przy tężni solankowej.



NIE MARNUJĘ JUŻ ŻADNEJ CHWILI

Historia Pawła to nie tylko opowieść o niepełnosprawnym Mistrzu Polski w boksie... To historia o odwadze, wytrwałości i niezwyklej roli najbliższych w procesie leczenia. Pokazuje, że nawet w obliczu najtrudniejszych ograniczeń człowiek potrafi odnaleźć sens, a wsparcie rodziny potrafi zbudować mosty nad przepaścią między przeszłością a przyszłością.

— Nie marnujcie swojego czasu, z niepełnosprawnością można żyć, mieć pasję i spełniać marzenia — tłumaczy Paweł Kosakowski, Mistrz Polski w kategorii tetra, przeznaczonej dla zawodników z niepełnosprawnością czterookończynową.

Od wypadku do nadziei na powrót do życia

Życie Pawła zmieniło się w kilka sekund... 1 kwietnia 2019 roku los rodziny Kosakowskich zmienił się nieodwracalnie. Paweł wracał z pierwszej w tym sezonie przejażdżki motocyklem i, będąc już niedaleko domu, musiał zmierzyć się z nauką cierpliwości po nagłym hamowaniu. Nadjeżdżający z naprzeciwka samochód wymusił pierwszeństwo, a Paweł nie miał szans wyhamować. Uderzenie było tak gwałtowne, że przeleciał przez pojazd i upadł na plecy. Natychmiast został przetransportowany helikopterem do szpitala w Olsztynie.

Niestety w szpitalu rodzina usłyszała z ust lekarzy tragiczną diagnozę: bardzo poważne złamanie kręgosłupa. Mężczyzna nie miał czucia od ramion w dół. Wykonano natychmiast operację, lecz medycy od razu ostrzegali, że sytuacja jest trudna i znacznie się długa droga ku jakiegokolwiek sprawności. Zgodnie z opinią specjalistów, jedynie jak najszybsza rehabilitacja dawała nadzieję na odzyskanie choć częściowej funkcjonalności.

Mimo dramatycznych informacji, Paweł nie stracił woli walki. Od samego początku towarzyszyła mu silna motywacja, napędzana miłością kobiety i troską o rocznego syna.

Paweł nie został jednak sam. Dość szybko ruszyła zbiórka. Paweł mógł liczyć na wsparcie najbliższych

i pomoc osób, których wzruszyła jego historia. Zaczęła się walka o powrót do normalności i jak największej sprawności.

— Od wypadku minęło siedem lat... Było ciężko, nawet bardzo ciężko, ale wiedziałem, że się nie poddam, chciałem wrócić do jak największej sprawności, a nie po prostu wegetować — mówi Paweł. — Moją motywacją była partnerka i synek. Po wypadku musiałem zmienić swoje podejście do życia. Nie przyjmowałem do siebie tego, co mówili lekarze, że będę warzywem. Myślałem wtedy, że raczej tak nie będzie. Przez dwa lata byłem zamknięty w domu, ale to mnie zbudowało na nowo. Odbiłem się od dna. Starałem się od początku usamodzielniać, uczyłem się siebie na nowo, obsługi wszystkiego w domu. Przez 2,5 roku intensywnie się rehabilitowałem. Joanna wróciła do pracy. Było ciężko, ale dałem radę. Powoli zasymilowałem się z moją niepełnosprawnością. Są lepsze i gorsze dni, ale staram się, by tych dobrych było jak najwięcej. Idę cały czas do przodu, nie marnuję chwil. Moje motto to: jakie karty życie rozdaje, takimi gram...

Podzielone życie

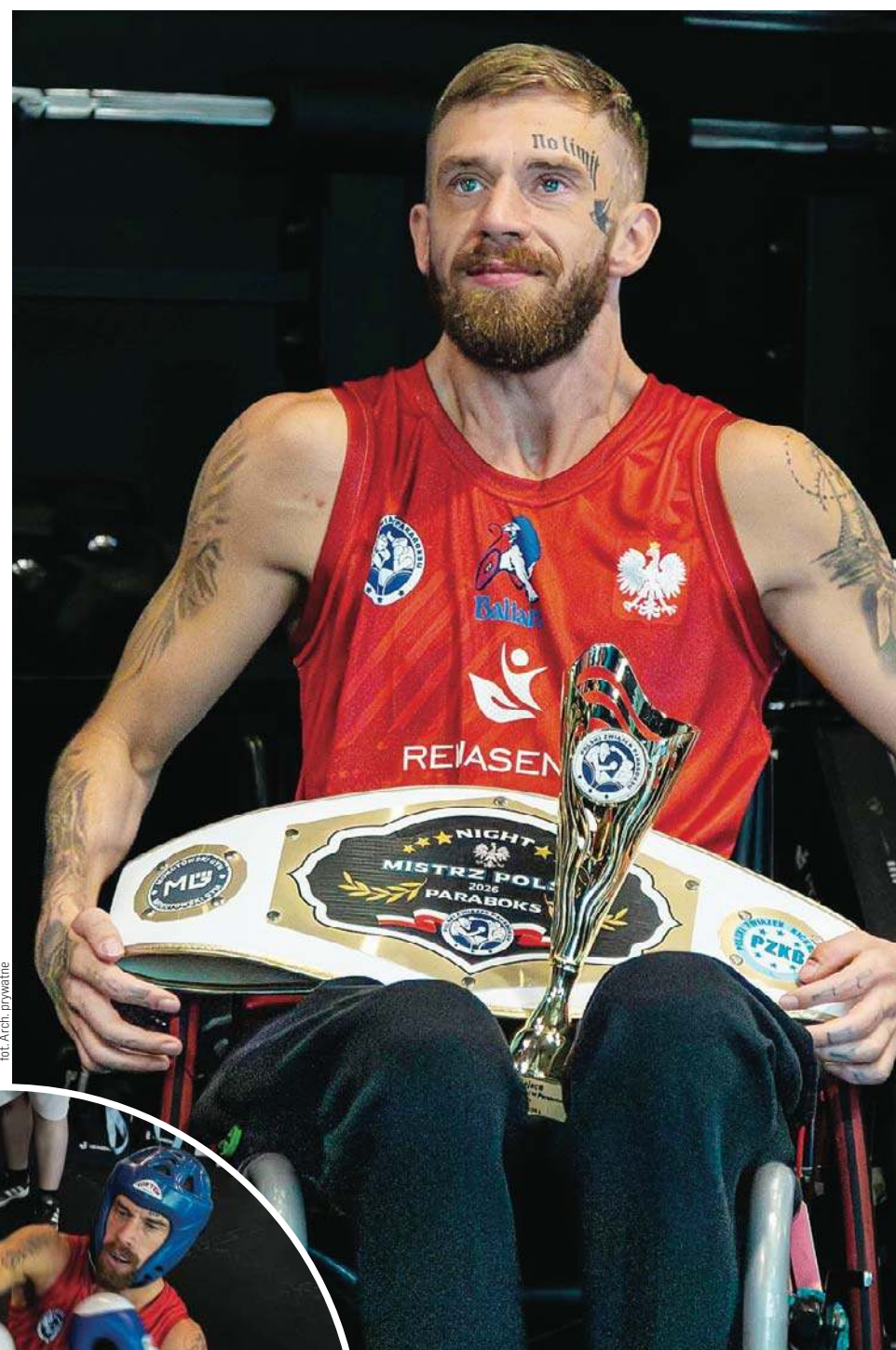
Mieli wspólne plany i marzenia. W chwili, kiedy wydarzył się wypadek partnerka Joanna studiowała i opiekowała się synkiem,

a Paweł odnalazł swoją pasję, która była jednocześnie jego pracą i źródłem utrzymania rodziny. Zainwestowali wszystkie oszczędności w prowadzony biznes, który miał zapewnić im stabilne jutro.

— Pracowałem w korporacji, ale czułem, że to nie dla mnie. Dusilem się tam, miałem depresję — wyjaśnia. — Wozilem czasem Joasię na rzesy do różnych salonów lub dziewczyn zajmujących się stylizacją rzes.



Czasem czekając podpatrywałem, jak wykonują pracę. Nie zawsze wykonanie było zadowalające moją partnerkę. Postanowiłem spróbować swoich sił, zapisałem się na szkolenia, kursy. Pierwszy raz wykonywałem stylizację rzes aż 11,5 godziny. Każda



for Arch. prywatne

Narodziny dziecka wywróciły ich świat do góry nogami. Z niecierpliwością czekali na pojawienie się dziecka.

— Byliśmy szczęśliwą parą, której miłość została przypieczętowana cudem - narodzinami syna — wspomina Paweł. — To była najwspanialsza chwila w moim życiu. Nie byłem przy porodzie, bo syn urodził się przez cesarskie cięcie, ale zaraz po pielęgniarka go przyniosła i mogłem go "kangurować". To był cudowny moment, kiedy poczułem ciepłe ciało maleńkiej istoty, która od pierwszej chwili zawojowała moje serce. I jak na ironię losu, kiedy syn nauczył się chodzić, ja przestałem...

Ich życie podzieliło się na te sprzed wypadku i po. W jednej chwili cały świat zwałił się im na głowę. Postanowili jednak stawić czoła przeciwnościom. W 2020 roku, rok po wypadku, wzięli ślub.

— Wiedzieliśmy, że nasza miłość jest silna. Przetrwała największą burzę... Żona jest moim największym wsparciem — mówi wzruszony Paweł.

Nie marnować ani chwili

Po wypadku Paweł musiał nauczyć się życia na wózku. To dramatyczne wydarzenie zmieniło wszystko, co do tej pory wyobrażał sobie o sobie i swojej przyszłości. Jednak zamiast się poddać, Paweł podjął najtrudniejszą walkę — o sprawność, o samodzielność i o normalność dnia codziennego.

— Nie ma dwóch takich samych niepełnosprawności — tłumaczy Paweł. — Każdy z nas musi nauczyć się z tym żyć, ważne jest, żeby iść do przodu, poprawiać swoje życie. Nie marnować czasu, który mamy. Trzeba działać, cokolwiek robić, nie stać w miejscu. Próbować swoich sił w różnych dyscyplinach, szukać tego, co da nam radość i satysfakcję.

Proces rehabilitacji stał się jego codziennością. Każdy dzień przynosił nowe wyzwania: ćwiczenia, terapie, małe zwycięstwa i chwilowe porażki. Paweł wykazywał ogromną determinację, systematyczność i cierpliwość, które okazały się kluczowe w dążeniu do jakiegokolwiek poprawy. Świat, jaki znał przed wypadkiem, przesunął się na inne tory, lecz jego duch pozostał niezłomny.

W tej trudnej podróży najważniejsze były dwa filary — żona i syn. Ich wsparcie daje mu siłę w najciemniejszych momentach. Razem budują nowe rutyny, szukają rozwiązań, motywują się nawzajem i wierzą, że możliwe jest lepsze jutro. Miłość i bliskość rodziny stały się paliwem napędzającym codzienne wysiłki i nadzieję na powrót do pełnej aktywności.

— Po wypadku mam czterokończynowe porażenie, jednak to dłonie są w moim przypadku dużym problemem — mówi. — Tylko do nadgarstka mogę nimi operować.

Pasja

Dwa lata temu Paweł był z kolegą z fundacji u osoby po wypadku na rozmowach. Wracając, rozmawiali o sporcie.

— Dawid wspominał o boksie, ale początkowo nie brałem tego pod uwagę — wspomina Paweł. — Jednak gdzieś we mnie zaczęła kiełkować chęć poznania tej dyscypliny. Postanowiłem spróbować.

Na początku 2025 roku to właśnie boks stał się jego nową pasją, która dała Pawłowi świeży impuls do życia. Od samego początku trenował z ogromnym zapałem, a tempo jego

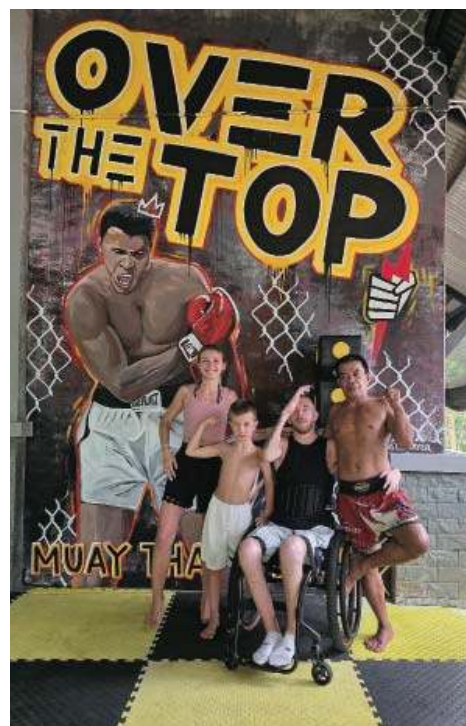
postępów było imponujące. Szybko zaczął obserwować realny progres w swoich umiejętnościach i koordynacji ruchowej, co budowało w nim dodatkową motywację i wiarę w lepsze jutro.

Później przyszły kolejne pojedynki w Szczytnie, Białymstoku i Ciechocinku. Zawodnika dostrzegli przedstawiciele środowiska parabokserskiego. Pojawiły się kwalifikacje do mistrzostw Polski, a w styczniu Kosakowski otrzymał powołanie na zgrupowanie kadry narodowej.

— Treningi były intensywne i konsekwentne. Pracowałem zarówno nad techniką uderzeń, jak i nad stabilnością ciała oraz adaptacją do nowych wyzwań, które niesie ze sobą trening boks z ograniczeniami. Z każdą sesją czułem coraz większą pewność siebie i lepszą kontrolę nad swoim ciałem — opowiada. — Początkowo miało być dla zabawy, ale kiedy zacząłem trenować, przerodziło się w pasję. Zakochałem się w tym sporcie!

Po zaledwie dwóch miesiącach od pierwszych zajęć padła propozycja pierwszej walki. Choć dla wielu to dopiero początek drogi, dla Pawła było to potwierdzenie, że jego decyzja o wejściu do ringu miała głęboki sens. Ta możliwość stała się katalizatorem do dalszych treningów, dodatkowej motywacji i jeszcze większego zaangażowania w rozwijanie umiejętności. Później przyszły kolejne pojedynki w Szczytnie, Białymstoku i Ciechocinku. Paweł został dostrzeżony w środowisku parabokserskim. Pojawiły się kwalifikacje do mistrzostw Polski, a na początku tego roku zawodnik otrzymał powołanie na zgrupowanie kadry narodowej.

— W Mistrzostwach Polski rywalizowałem w kategorii tetra, przeznaczonej dla zawodników z niepełnosprawnością czterokończynową — opowiada. — Mistrzostwa rozegrane zostały systemem „każdy z każdym”. Jednego dnia czterech finalistów musiało stoczyć po trzy wal-



ki. Muszę się pochwalić, że wygrałem każdą z nich, mimo że

rywale mieli większe doświadczenie i dłuższy staż turniejowy. Wśród nich był zawodnik, który zdobył w tym roku srebrny medal mistrzostw świata. To były trudne walki, jednak udało się to, nie tylko dzięki mnie, ale i wsparciu żony, syna, moich trenerów i przyjaciół. Kiedy ogłoszono werdykt, łzy wzruszenia zakreśliły się w oku. Przeżyłem naprawdę trudną drogę w walce o spełnianie marzeń, o sprawność, ale sukces daje satysfakcję i motywację.

Nie rezygnuje z marzeń

Rebel Boxing Szczytno działa jako stowarzyszenie i klub sportowy skupiony na treningach dla osób z niepełnosprawnościami. Zajęcia odbywają się w Szkole Podstawowej nr 2 z Oddziałami Integracyjnymi w Szczytnie. W grupie trenuje około dziesięciu zawodników, w tym jedna kobieta. Tylko Paweł w tej grupie reprezentuje kategorię tetra, pozostali trenują klasyczny paraboks. W planach Pawła są starty na mistrzostwach Europy i mistrzostwach świata.

Paweł kocha podróże, był na wózku w Tajlandii i tam znalazł klub, w którym ćwiczył.

A jakie marzenia ma nasz mistrz?

— Marzę na bieżąco, nie wyprzedzając życia za bardzo, bo jak wiadomo, życie często ma swoje plany. Ale chciałbym kiedyś wrócić na motocykl, doczekać się wnuków i żyć z takim napędem, głodem życia, jaki ciągle mam do końca swoich dni — mówi. — Chciałbym, żeby osoby niepełnosprawne nie zamykały się w domach, żeby zaczęły żyć pełnią życia. To może się udać, czasem wystarczy zrobić pierwszy krok. Jeśli potrzebujesz wsparcia, motywacji, rozmowy, to daj znać... Przyjadę i może razem sprawimy, że odnajdziesz w sobie nowe siły, pasję. Daj po prostu sobie szansę. Jestem przykładem, że warto. Ja już nie zamierzam marnować żadnej chwili swojego życia!

Joanna Karzyńska

MAGAZYN TURYSTYCZNY

Polska • Świat • Warmia i Mazury

*Wakacyjne wydanie
już w sprzedaży!*

*Wybierz
kierunek
na lato!*



**WŁOSKI RAJ
NAD MORZEM**

**TAJEMNICA
ALHAMBRY**

**RAJSKIE
OBLICZE CYPRU**

CZY SĄ TU WAMPIRY?

**BIAŁYSTOK
ODKRYWA KARTY**

Magazyn dostępny w:



EMPIK



LOTNISKA



DWORCE



SALONIKI
PRASOWE



PUNKTY SPRZEDAŻY
PRASY W CAŁEJ POLSCE