

Mamy Narodowy Program Szczepień.
Polska ma zakontraktowanych 60 mln dawek 13

ŚRODA
16/12/2020

**DZIENNIK
ELBLĄSKI**.pl

strefa 3
młodości

cena 2,90 zł (w tym 8% VAT)



Strajk Kobiet
w Działdowie
stał przed
policją 14



Na pomoc babci nie możemy teraz liczyć

SPOŁECZEŃSTWO || Tylko do 24 grudnia przysługuje rodzicom zasiłek opiekuńczy na dzieci do lat 8. Później staną przed logistycznym wyzwaniem: jak poradzić sobie z opieką nad dziećmi podczas ferii świątecznych, a potem zimowych, które potrwać do 17 stycznia?

Nauka zdalna jest męcząca, ale przynajmniej to wszystko ma jakiś rytm. Syn wstaje, ubiera się tak, jak do szkoły. Nie akceptuję siedzenia w pidżamie czy rozciągniętych dresach przed monitorem. Ma lekcje, a po nich uczy się do sprawdzianów, czyta lektury, uczy się angielskiego. To piątoklasista, sam świetnie sobie radzi. Zostaje sam w domu jak jestem w pracy. Ale nie wiem, jak mu zająć czas przez prawie miesiąc wolnego! — ubolewa pani Natalia z Olsztyna, mama 11-letniego Antka.

Przypomnijmy, tegoroczna przerwa świąteczna rozpocznie się 23 grudnia i potrwa do 31 grudnia. Pierwszy stycznia jest dniem ustawowo wolnym od pracy, natomiast 2 i 3 stycznia 2021 przypadają w weekend. A już następnego dnia, bo 4 stycznia, rozpoczyna się ferie zimowe, które potrwać do 17 stycznia. A to znaczy, że uczniowie otrzymają aż 26 dni wolnych. Rodzice najmłodszych uczniów staną przed logistycznym wyzwaniem. Bo mało kto w czasie pandemii zamierza skorzystać z pomocy dziadków albo zaproszenia na półzimowisko.

— Jestem na zasiłku opiekuńczym do 24 grudnia — opowiada pani Katarzyna z Olsztyna, mama pierwszoklasistki. — Córkę wychowuję samodzielnie. Nie mam możliwości pracy zdalnej. Na przerwę świąteczną wzięłam urlop. Co roku szef idzie mi z tym na rękę. Ale co mam zrobić w styczniu? Gdyby ferie były w normalnym terminie, kilka tygodni bym przepracowała, a dopiero na przełomie stycznia ilutego poprosiłabym o kilka dni wolnego. Nie o dwa tygodnie, bo córka jak co roku pojechałaby do swojej babci do Biskup-



Fot. archiwum prywatne

Marta Chyła-Janicka z synem Adamem

ca. Ale nic nie jest normalne. Mamy pandemię, moja mama jest w grupie ryzyka i na pewno nie przywiezie jej córki. Jestem załamana. Nie zostawię siedmiolatki w domu.

Krzysiek ma 10 lat i w tym roku miał pierwszy raz uczestniczyć w półzimowisku.

— Dzieci są różne, a mój Krzysiek jest raczej nieśmiały, wycofany — opowiada pani Anna z Nidzicy, mama chłopca. — Ale jesienią ogłosił, że jest na tyle samodzielny, że podczas ferii mógłby wziąć udział w półzimowisku. Tym bardziej że w wakacje zrezygnowaliśmy z półkolonii. Przeglądałam oferty w internecie i rzeczywiście powstały jakieś półzimowiska w reżimie sanitarnym. Ale nie zaryzykuję i nie wyślę dziecka. Najpierw mówiono, że dzieci nie są narażone na zakażenie koronawirusem, teraz głośno się zrobiło o zespole pocovidowym u dzieci,

które przechodziły go bezobjawowo. Ja mogę dziecku zrobić test, zanim wyślę na półzimowisko, ale jaką mam pewność, że inni rodzice też zrobią?

Krzysiek zostanie w domu.

Takiego problemu nie ma Marta Chyła-Janicka z Olsztyna, mama 9-letniego Adama.

— Mąż prowadzi swoją firmę związaną z filmowaniem, a ja wciąż pracuję nad filmem animowanym, który będzie skończony, mam nadzieję, pod koniec przyszłego roku. Obecnie projektuję bohaterów, gotowe projekty wysyłam do studia w Warszawie. Praca nad filmem przebiega zdalnie, z drobnymi wyjątkami. Kilka tygodni temu byłam na nagraniach dubbingu w Warszawie. Zabrałam ze sobą syna, bo akurat nie miał z kim zostać — opowiada.

Kiedy Marta będzie zajęta pracą, wtedy Adam wtedy będzie miał czas na własne projekty, aktywności i atrakcje.

A zapowiada się ich naprawdę bardzo sporo.

— Mam kartkę z marca, na której wypisaliśmy wszystko, co chcemy wspólnie robić. Jest tam wspólne gotowanie i pieczenie, jest coś bardzo ważnego — wyspa — co oznacza czas dla siebie w swoim własnym towarzystwie, wspólny film, czas swojej pracy, wuef online, dbanie o przestrzeń wokół siebie, czas wspólnej zabawy, granie na konsoli, dzwonienie do rodziny, czas czytania. Kartka z marca będzie inspiracją do kartki, która powstanie w ciągu paru dni — opowiada nasza rozmówczyni. — Będziemy pewnie częściej jeździć do bibliotek. Bardzo intensywnie korzystamy z kilku filii.

W harmonogramie rodzinnym na pewno znajdą się łyżwy, a także wspieranie gastronomii i bezdomnych zwierząt.

— Będziemy grać w gry planszowe, o których ostatnio zapomnieliśmy. Obiecujemy sobie regularnie wychodzić na spacer, w myśl zasady, że nie ma złej pogody, tylko złe ubrania. Na pewno obejrzymy wystawę MOK-u „Strzeż się Mikołaja”, bo podczas jarmarku nie zdołaliśmy jej obejrzeć — podsumowuje.

ALEKSANDRA TCHÓRZEWSKA

A.TCHORZEWSKA@GAZETAOLSZTYNSKA.PL

Jak wynika z badania równości płci Europejskiego Instytutu Równości Płci (European Institute for Gender Equality – EIGE), Polska jest jednym z krajów europejskich o największych nierównościach w zakresie czasu. To kobiety ponoszą zdecydowanie większy ciężar codziennego funkcjonowania rodziny. W 88 proc. przypadków to opieka nad zdrowymi dziećmi, w 10 proc. wskazań nad niesamodzielnymi dorosłymi — rodzicami, partnerem lub partnerką, a w 4 proc. nad dzieckiem z niepełnosprawnością.

REDAKTORZY WYDANIA
Miroslaw Wiecek
Beata Brokowska
Artur Dryhnycz

wydawca@gazetaolsztynska.pl
sport@gazetaolsztynska.pl

REDAKTOR NACZELNY
Igor Hrywna

ZASTĘPCA REDAKTORA NACZELNEGO
Bartosz Orliński

GAZETAOLSZTYNSKA.PL
redakcja@gazetaolsztynska.pl
tel. 89 539 74 83

PRENUMERATA
89 539 76 65
prenumerata@gazetaolsztynska.pl

REKLAMA W OLSZTYNIE
ul. Tracka 5
tel. 89 539 74 53, 89 539 77 77
reklama@gazetaolsztynska.pl

CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ
tel. 89 539 74 80, 81

REDAKCJA W ELBLĄGU
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 55 611 46 00
fax 55 236 17 51

REKLAMA W ELBLĄGU
ul. Rybacka 35
tel./fax 55 236 16 99
reklamy@dziennikelblaski.pl

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

PREZES
Jarosław Tokarczyk

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



Rząd kupił 60 milionów szczepionek

ZDROWIE || Mamy Narodowy Program Szczepień, a Polska zakontraktowanych 60 mln dawek szczepionki na COVID-19. Teraz tylko trzeba przekonać Polaków, żeby chcieli się zaszczepić. — Zaufajmy nauce i medykom — apeluje premier Mateusz Morawiecki.

Rada Ministrów przyjęła wczoraj Narodowy Program Szczepień. — Mamy zakontraktowanych 60 milionów dawek szczepionki na Covid-19 od 6 dostawców — poinformował premier Mateusz Morawiecki.

Zaznaczył, że na szczepienia rząd nie będzie szczędził pieniędzy. — To już dzisiaj zabudżetowane około 3 mld zł, ale prócz tego także środki dla wszystkich placówek medycznych, które będą szczepić, które niemal podwoją tę liczbę — powiedział szef rządu.

I dodał: — Moment, w którym pierwsza Polka lub pierwszy Polak zostanie zaszczepiony, to będzie punkt zwrotny i remedium, by zakończyć epidemię — powiedział premier.

Minister zdrowia Adam Niedzielski poinformował, że zostanie uruchomiona specjalna infolinia pod numerem 989 dotycząca szczepionki i szczepień na Covid-19.

— INFOLINIA BĘDZIE FUNKCJONOWAŁA W DWÓCH ETAPACH. PIERWSZY, OD 16 GRUDNIA, TO OGÓLNA INFORMACJA, A W POŁOWIE STYCZNIA, KIEDY BĘDIEMY GOTOWI DO ZAPRASZANIA NA KONKRETNE TERMINY NA SZCZEPIONIA, INFOLINIA BĘDZIE SŁUŻYŁA DO UMAWIANIA SIĘ — MÓWIŁ NIEDZIELSKI.

Zgodnie z narodowym programem najpierw mają być zaszczepieni medycy. Kolejny etap to szczepienie osób po 60. roku życia, pensionariuszy DPS-ów i ZOL-i. Szczepionki mają być darmowe, dobrowolne i dwudawkowe.

Na konferencji prasowej padło też pytanie o amantadynę. W ubiegłym tygodniu zamieściliśmy wywiad z lekarzem z Przemyśla Włodzimierzem Bodnarem, który leczył nim z powrodeniem Covid-19.

— Amantadyna jest lekiem, który jest w zaleceniach przewidzianych do leczenia choroby Parkinsona — tłumaczył na konferencji minister Niedzielski. — I w tym zakresie jest dopuszczony na polski rynek. Przyjrzelśmy się, czy może skutecznie poradzić sobie też z koronawirusem. Ponad miesiąc temu zleciłem zweryfikowanie tej informacji. Niestety, nie ma literatury na ten temat, nie ma badań, dlatego wydana została rekomendacja o braku działań amantadyny na koronawirusa.



Irena Telesz,
aktorka



Anna Apanasewicz, emerytowana policjantka z Olsztyna



Dr Jan Chłosta,
historyk z Olsztyna

Jak podał wczoraj resort zdrowia, minionej doby w Polsce stwierdzono 6907 nowych przypadków Covid-19, zmarło też 349 osób. Na Warmii i Mazurach zanotowano 572 nowe przypadki i aż 23 zgony. Dlatego premier apeluje o zaszczepienie się. Tylko czy Polacy posłuchają?

Dr Jan Chłosta, historyk: — Zaszczepię się, bo chciałbym jeszcze trochę żyć. Coś jeszcze napisać. Szczepienia mają nas chronić w tym trudnym czasie i przyspieszyć moment wejścia w normalne życie. Wierzę w naukę, wierzę w medycynę.

Anna Apanasewicz, emerytowana policjantka: — Chcę jeszcze zwiedzić kawałek świata, a po-dejrżewam, że zaszczepienie się na Covid będzie niejako dodatkiem do paszportu. Bez tego nie przekroczmy granicy.

Irena Telesz, aktorka: — Nie zaszczepię się, ale tylko dlatego, że nie mogę ze względów zdrowotnych. Tak jak nie mogę się szczepić na grype. Gdyby nie to, to stałabym nawet w nocy w kolejce, jak za komuny po mięso.

ANDRZEJ MIELNICKI

KONDOLENCJE

Panu
**Wojciechowi
Kaczmarkowi**

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

Mamy

składają Zarząd i pracownicy Grupy WM

**Wojtkowi
Kaczmarkowi**

wyrazy głębokiego współczucia
oraz słowa wsparcia
w trudnych chwilach po stracie

Mamy

przekazują
Beata i Jarek Tokarczykowie z synami

Nie jesteśmy przestraszeni, jesteśmy oburzeni

ROZMOWA STRAJKOWA || Do uczestników i uczestniczek Strajku Kobiet w Działdowie napływają wezwania z Komendy Powiatowej Policji na przesłuchanie w charakterze osoby podejrzanej. Rozmawiamy z Olą, która prowadzi spacery protestowe w Działdowie.

— Wezwania na przesłuchania dotarły do was, czyli uczestników strajków, 10 grudnia. Dotyczy to sytuacji z konkretnego dnia, czy chodzi także o inne strajki, które miały miejsce w Działdowie?

— Był taki jeden protest, ponieważ działkowy, gdzie było dziesięć radiowozów na dziesięć osób spacerujących w Działdowie. Pan komendant zalecał, żeby się grzecznie rozejść do domów i szanować jego i nasz czas. Wtedy zostaliśmy wylegitymowani. Ja spisana przez policję zostałam po raz pierwszy.

W kolejnym tygodniu, również w poniedziałek, sytuacja się powtórzyła. Było nas też mniej więcej tyle, co tydzień wcześniej. Jak ktoś słusznie zauważył, więcej osób w tym czasie było w markecie. Po raz drugi rozmawiał z nami pan komendant, który zalecał nam, żeby się rozejść. W innym wypadku zostanie wszczęte postępowanie w sprawie nielegalnego zgromadzenia. Osoby, które wówczas nie były wylegitymowane, zostały spisane.

W tej chwili siedem osób, a prawdopodobnie więcej, bo nie napłynęły do nas wszystkie zgłoszenia, otrzymało wezwanie na przesłuchanie w charakterze osoby podejrzanej. I to już jest różnica, bo w charakterze świadka ma inny wydźwięk. My nie jesteśmy przestraszeni, jesteśmy oburzeni, że takie zabiegi stosuje policja, żeby nas zastraszyć. A my nie przestaniemy spacerować i absolutnie nie zrażamy się.

— Jak wyglądają strajki w Działdowie?

— Są to przede wszystkim spacery pokojowe. Jeżeli jest ktoś agresywny, ktoś niszczy mienie itd., to nie jest to nasz protest. My nie chcemy stosować takich metod. Nasze protesty odbywają się w zgodzie z reżimem sanitarnym, pilnujemy maseczek. Wiadomo, nie da się wszystkich upilnować, ale



Fot. archiwum prywatne

Wpis z FB z wczoraj: My już po „przesłuchaniu”. A było to tak: zostaliśmy wszyscy zaproszeni do pokoju numer 7 (nielegalne zgromadzenie?!), gdzie pani policjantka przedstawiła nam swoją „propozycję”. Powiedziała, że udzieli nam pouczenia, pod którym się podpiszemy, dzięki czemu ten sposób nie ponieśliśmy żadnych konsekwencji. Można by pomyśleć: jak miło z ich strony! No cóż, jednak niezbyt miło, bo to by oznaczało, że przyznajemy się do winy, czyli występku, którego NIE popełniłyśmy. Za tę propozycję uprzejmie podziękowałyśmy, wskutek czego w poniedziałek (21 grudnia) każda z osób wezwanych musi stawiać się na indywidualne przesłuchanie. Nie pozwolimy, by traktowano nas pobłażliwie, bo litość ze strony policji nie ma tu racji bytu. Sprawiedliwość jest po naszej stronie. Rolą policji jest działać zgodnie z literą prawa, a nie pod dyktando przełożonych.

staramy się upominać o prawidłowym noszeniu maseczki. Jest to obowiązek, nie popieramy antymaseczkowych nastrojów.

Myślę, że panowie z policji byli by w stanie poświadczyć, że my nie zrobiliśmy absolutnie nic, co byłoby zagrożeniem. My sobie staliśmy w odstępach, ich (policji — red.) było chyba nawet więcej, więc to właśnie było zgromadzenie. Sytuacja jest kuriozalna. Mamy dowody i mamy świadków, możemy z pełną odpowiedzialnością stwierdzić, że nie robimy żadnych

rozrób. My tylko spacerujemy, protestując w sprawie bieżących wydarzeń w polityce.

— NA JEDNYM Z OSTATNICH FILMIKÓW ZAMIESZCZONYM NA FACEBOOKU STRAJKU Kobiet Działdowo pokazana jest sytuacja, kiedy 70-letnia kobieta podczas legitymowania jest otoczona przez pięciu policjantów.

— Tak, to miało miejsce na jednym z ostatnich spacerów. Spacerowniczkę otoczyło pięciu przewyższających ją policjantów, żeby ją wylegitymować. To było przekomiczne, ale z drugiej strony smutne. Widać historia lubi się powtarzać. Ta pani mówiła nam o tym, że pamięta stan wojenny i że zachowania policji są bardzo podobne do tamtych czasów.

To nie jest tak, że opresja ze strony policji to coś, co się pojawia nagle z dnia na dzień i z jakąś wielką siłą. To się dzieje stopniowo. Tutaj mamy już

do czynienia z pewnym poziomem zachwalości i ośmielania się policji w straszaniu obywateli i obywateli. Nagłaśniamy to po to, żeby powstrzymać tę narastającą falę represji i przemocy. Widać to, co się dzieje w Warszawie, więc czemu mielibyśmy być spokojni, że u nas się to nie stanie.

— SYTUACJE, KTÓRE MAJĄ MIEJSCE W POLSCE, RÓWNIEŻ NAS PORUSZAJĄ I W PEWIEN SPOSÓB DOTYKAJĄ. JEŻELI JEDNAK COŚ DZIEJE SIĘ NA NASZYM PODWÓRKU, ZACZYNAJMY PANIKOWAĆ.

— Właśnie, a to jest tutaj oczywiste. Policja nie ma trudnego zadania, bo wszyscy się znają. Ludzie są łatwi do zidentyfikowania, łatwi do wychwycenia, spisania. Szczególnie, jeżeli spaceruje niecałe dziesięć osób. Jest to dla nas upokarzające.

Była taka sytuacja na ostatnim protestie. My stoimy, wszystko pod względem reżimu sanitarnego w porządku. Policjanci stoją w trochę mniejszych odstępach, ale to tak na marginesie i patrzą na nas. W pewnym momencie ktoś wystrzelił petardę, gdzieś niedaleko. Policjanci jedynie leniwie się odwrócili w to miejsce, zamiast jechać na jakiś patrol. Rzecz w tym, że jest to symboliczna sytuacja. Wtedy, kiedy interwencja policji naprawdę jest potrzebna, to jej nie ma. Jest to przykre i jest to kolejna sytuacja, w której obywateli i obywateli tracą zaufanie do policji.

— Czy w czasie strajków, podczas legitymowania spacerowiczów, były podejmowane rozmowy z policją?

— Tak. Pan komendant nas dobrotliwie pouczał. Pomijam już to, że robił to w bardzo protekcyjny sposób. On zaś pomijał kwestię prawa do manifestowa-



nia. Jest to konstytucyjne prawo, które nam przysługuje, które jest nadrzędne wobec rozporządzeń covidowych. W zasadzie komendant subtelnie nas straszył, że zostaniemy wezwani na komendę.

— Jak zaopatrujecie się na to wezwanie?

— Wezwanie jest na 15 grudnia. Wszyscy uczestnicy spaceru dostali wezwania na komendę na tę samą godzinę. Skontaktowaliśmy się już z prawnikami, pomoc otrzyma każda osoba, która została wezwana i oczywiście się stawimy, jak przykładowi obywatele. Będziemy próbować wybrnąć z tego, bo jednak sprawa jest poważna. Jesteśmy podejrzani. Niepokojące jest to, co się dzieje.

— Czy strajki nadal będą się odbywać?

— Absolutnie nie ma mowy o tym, że my przestaniemy spacerować, a policja z nami. Zwiększają nam liczebność strajków.

— Jak zmieniły się strajki na przestrzeni tych kilku tygodni?

— Jest zdecydowanie mniej osób niż na początku. Cały czas mam w pamięci tę środę 28 października, kiedy niesamowity tłum wyszedł na ulicę i praktycznie miasto zostało zablokowane przez ten przemarsz. To pokazuje jaki jest potencjał w Działdowie, które nie jest strajkowym miastem.

I NAWET JEŻELI WYJDZIE 10 OSÓB OTOCZONYCH ZASTĘPEM POLICJI, TO MA TO DUŻE ZNACZENIE.

Dla nas to, że przychodzi mniej osób, nie jest powodem, żeby przestać. To nadal jest w nas i będziemy tę działkowską tradycję spacerów kontynuować.

I to nie jest też tak, że my demonizujemy policję, bo na pewno są tam osoby, które są w porządku. Tylko problem pojawia się, kiedy te rozkazy z góry są ważniejsze od dobra obywateli i obywateli, a to jest absolutnie niedopuszczalne i się z tym nie zgadzamy. Nie chcemy, żeby tak było. A strajki będą trwać. Nas jest więcej, nie można z tym walczyć w nieskończoność, trzeba w końcu wziąć pod uwagę zdanie wszystkich Polek i Polaków.

ALEKSANDRA KAWECKA

STANOWISKO POLICJI

Komenda Powiatowa Policji w Działdowie prowadzi czynności wyjaśniające w sprawie o wykroczenia określone w art. 50 kodeksu wykroczeń (nieopuszczenie zbiegowiska publicznego). Istnieje uzasadnione podejrzenie popełnienia tych wykroczeń przez uczestników nielegalnych zgromadzeń zorganizowanych w dniach 28 listopada oraz 5 i 13 grudnia 2020 r. Z uwagi na powyższe ustalone osoby, które uczestniczyły w tych zbiegowiskach, a nie opuściły ich na wezwanie policjantów zostały wezwane w charakterze osób podejrzanych o popełnienie tego wykroczenia. Czynności w tych sprawach są w toku. Podejmowane działania przez policjantów są rutynowymi czynnościami, które są wykonywane w tego typu sytuacjach. Obowiązujące regulacje prawne w czasie pandemii zakazują co do zasady organizowania zgromadzeń. W tych konkretnych przypadkach mamy do czynienia z nielegalnymi zgromadzeniami, tj. zbiegowiskami, których uczestnicy byli informowani o konsekwencjach prawnych swojego postępowania.

KPP DZIAŁDOWO

TO NIE JEST TAK, ŻE CHCEMY WYKLUCZYĆ NASZYCH PRZECIWNİKÓW. CHODZI O TO, ŻE W POLSCE JEST MIEJSCE DLA WSZYSTKICH. NIE CHCEMY JĘZYKA KONFLIKTU, NIE CHCEMY W TO BRNĄĆ. JEŻELI KTOŚ SIĘ ZASTANAWIA, CZY WARTO STRAJKOWAĆ W „TAKIM DZIAŁDOWIE”, ODPOWIADAM, ŻE WARTO. W NAS TKWI SIŁA

REKLAMA

Wójt Gminy Braniewo

podaje do publicznej wiadomości, że w Urzędzie Gminy w Braniewie wywieszono na okres 21 dni wykaz nieruchomości przeznaczonych do sprzedaży. Szczegółowe informacje można uzyskać pod nr. tel. (55) 644 03 00.

16220sezt-a-M

komunikat

OGŁOSZENIE Prezydent Miasta Elbląg

podaje do publicznej wiadomości wszystkich zainteresowanych, że na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Elblągu oraz w siedzibie Zarządu Budynków Komunalnych od 10 grudnia 2020 roku do 31 grudnia 2020 roku zostały wywieszone wykazy nieruchomości przeznaczonych do najmu, dzierżawy lub użyczenia z zasobu Gminy Miasta Elbląg.

63120see1-A-G

SYNDYK MASY UPADŁOŚCI sprzeda

➤ Lokal mieszkalny w Olsztynie przy ul. Westerplatte 10 m. 7, o powierzchni użytkowej 37,00 m² (parter, 2 pokoje, aneks kuchenny, łazienka z WC, przedpokój, piwnica), dla którego urządzona jest księga wieczysta nr OL10/00142597/1, wraz z udziałem 111/10000 w nieruchomości wspólnej objętej księgą wieczystą nr OL10/00125884/5

— za cenę nie niższą niż 170 400 zł (wartość wg oszacowania 213 000 zł).

Zgłoszenia przystąpienia do negocjacji należy składać w Kancelarii Notarialnej Zbigniewa Stankiewicza, 10-540 Olsztyn, ul. Dąbrowszczaków 18/4, tel. (89) 527 32 30, fax (89) 522 65 81 – w terminie do dnia 15 stycznia 2021 r. O terminie i regulaminie negocjacji przystępujący zawiadomiony zostanie pisemnie. Lokal można oglądać po uprzednim uzgodnieniu terminu z p. Marzeną Kołakowską tel. 510 728 982.

Szczegółowe informacje dostępne są w Internecie na stronie www.syndyksolsztyn.eu. Tel. do syndyka 502 957 530.

www.dawro.pl

13220tba-e-M

Każdy ma dobre serce

POMOC || W akcję Fundacji „Przyszłość dla Dzieci” Gwiazdka z Przyszłością angażują się kolejni wolontariusze. Dzięki wspólnej pracy powstanie 500 gwiazdkowych prezentów dla chorych i niepełnosprawnych dzieci z Warmii i Mazur.

Akcja Fundacji „Przyszłość dla Dzieci” nabiera rozpędu. W weekend wolontariusze w sklepie Auchan i Carrefour w Olsztynie zbierali prezenty dla podopiecznych Fundacji „Przyszłość dla Dzieci”. Zzebranych zabawek i słodyczy zostaną utworzone świąteczne paczki dla chorych i niepełnosprawnych dzieci z Warmii i Mazur. Wiele rodzin, które robiły przedświąteczne zakupy, dołożyły swoje prezenty podopiecznym fundacji. Pani Ewa Cichocka wraz z swoimi dziećmi zaangażowała się w zbieranie świątecznych prezentów do koszy ustawionych w Auchan. Wolontariuszka cieszy się, że mogła brać udział w świątecznej zbiórce. Według niej wiele osób chętniej dokładało się do zbiórki, ponieważ była zorganizowana przez fundację, którą kojarzy wielu mieszkańców regionu.

— Ludzie chętnie pomagają, w szczególności rodziny z dziećmi. Nie raz podchodziły maluchy, które wrzucały zabawki czy słodycze. Na pewno obecność wolontariuszy przyczyniła się do jej sukcesu. Mogliśmy tłumaczyć, do kogo trafiają produkty, które ofiarowali — mówi wolontariuszka Ewa Cichocka.

W zbiórkę Gwiazdka z Przyszłością angażują się kolejne osoby. Na długiej liście dobroczyńców są nie tylko szkoły i przedszkola, ale także osoby prywatne, które swój wolny czas chcą poświęcić innym. Wśród nich jest pani Bożena Lemierska, która prowadzi sklep w jednej z wiosek niedaleko Elbląga. Kobieta zawsze chętnie angażuje się w akcje fundacji, dlatego tym razem nie mogło być inaczej. Według niej ludzie zazwyczaj mają dobre serce, należy tylko wzbudzić w nich chęć pomagania. Sama stara się być przykładem dla innych osób. Nie wyobraża sobie życia bez pomagania drugiemu człowiekowi. Swoją czas chętnie przeznaczają na wolontariat. W tym roku, aby wesprzeć Gwiazdkę z Przyszłością, utworzyła zbiórkę w swoim sklepie. Wraz z mę-



Zbiórka słodyczy i zabawek zorganizowana w Przedszkolu Miejskim nr 5 w Olsztynie

zem zachęcała swoich klientów, aby przyłączyli się do dokładania do paczek słodyczy lub zabawek, które trafią do dzieci z Fundacji „Przyszłość dla Dzieci”. Dodatkowo przy ladzie stała puszka, do której chętni mogli wrzucać datki.

— Dobro trzeba mnożyć, ludzie, gdy widzą, że inni robią coś dobrego, czują potrzebę, aby też się zaangażować — mówi pani Bożena.

Gwiazdka z Przyszłością to nie tylko okazja do stworzenia pięknych świątecznych paczek dla chorych i niepełnosprawnych dzieci z regionu, ale również idealna okazja do edukacji. Dyrekcja Przedszkola Miejskiego nr 5 w Olsztynie już od 2012 roku angażuje się w pomoc Fundacji „Przyszłość dla Dzieci”.

— Paczki robimy już od wielu lat, zawsze chętnie angażuje się nasza kadra, rodzice i oczywiście dzieci. To świetna okazja, aby otworzyć je na innych ludzi — tłumaczy wicedyrektor Kamila Siemińska.

W każdej z grup przeprowadzono zajęcia, podczas których przedszkolanki tłumaczyły dzieciom, dlaczego organizowana jest zbiórka i w jaki sposób przyczynią się tym do stworzenia upominków dla podopiecznych fundacji. Przedszkole zaangażowało się nie tyl-

ko w zbiórkę prezentów, ale również w zbieranie datków. Każde z maluchów w ramach „Skarbonki z Gwiazdką” stworzyło własnoręcznie puszkę, do której zbierały pieniądze wśród swoich bliskich.

Kolejne osoby udowadniają, że pomagać może każdy. Tak niewiele wystarczy zrobić, żeby sprawić dzieciom radość. Każda pomoc jest ważna. Wspólnymi siłami możemy stworzyć wyjątkowe prezenty świąteczne dla najmłodszych. Podczas akcji zbierane są nie tylko prezenty, ale również pieniądze i produkty, dzięki którym zostaną przygotowane świąteczne prezenty dla chorych i niepełnosprawnych dzieci z Warmii i Mazur, zakupione zostaną niezbędne leki i opłacona zostanie ich rehabilitacja. Świąteczna zbiórka pozwoli Fundacji „Przyszłość dla Dzieci” pomóc małym podopiecznym.

— Cieszę się, że jest tyle fantastycznych osób, które angażują się w przygotowanie świątecznych prezentów. Zaczęliśmy robić już pierwsze paczki, które niedługo trafią do naszych podopiecznych. Myślę, że dostaną wiele prezentów — mówi Iwona Żochowska-Jabłońska, dyrektor Fundacji „Przyszłość dla Dzieci”.

Datki na świąteczne upominki można przekazać, wpłacając na zbiórkę na stronie internetowej Fundacji „Przyszłość dla Dzieci”. Dodatkowo każdy może założyć tam swoją „Skarbonkę z Gwiazdką”, do której będzie mógł wspólnie ze znajomymi lub bliskimi zbierać pieniądze dla podopiecznych fundacji. Dzięki naszej wspólnej pomocy Helenka i 400 małych fundacyjnych superbohaterów najbliższe święta mogą spędzić bez troski, pełnej uśmiechów atmosferze.

Wspomóż fundacyjne dzieci i wpłać darowiznę wchodząc na stronę: www.przyszloscdladzieci.org lub na konto: 58 1240 1590 1111 0000 1453 6887 z dopiskiem: Gwiazdka z Przyszłością.

Nasi bohaterowie czekają na Twoją pomoc!

Jednym z nich jest dwuletnia Helenka, podopieczna Fundacji „Przyszłość dla Dzieci”. Dziewczynka od urodzenia cierpi na niedosłuch tak jak jej starszy brat Tomek. Rok temu został wszczepiony jej pierwszy implant. Jednakże ani implanty, ani założenie aparatu nie dają stuprocentowej pewności, że przyniosą pożądane efekty bez odpowiedniej rehabilitacji. Mała bohaterka codziennie daje z siebie wszystko, aby stawać się coraz bardziej samodzielną.



Nauczyliśmy się trochę inaczej pomagać innym

POMOC || Za nami kolejna, już 17. edycja Konkursu im. dr Aleksandry Gabrysiak, którego celem jest wyłonienie najlepszej inicjatywy elbląskich organizacji pozarządowych. Tym razem zwycięzcą okazało się Regionalne Centrum Wolontariatu w Elblągu.

W imieniu prezydenta Elbląga chciałbym podziękować wszystkim organizacjom, które w tym trudnym roku włączyły się szerokie działania wspierające mieszkańców Elbląga. Bardzo cieszymy się z tego, że organizacje tak aktywnie odpowiedziały na apel o wsparcie innych i że pomimo tego, co się zadziało, ich działalność była w miarę widoczna — powiedział podczas ogłoszenia wyników konkursu Maciej Pietrzak, pełnomocnik prezydenta Elbląga do spraw organizacji pozarządowych.

Do tegorocznej edycji konkursu zgłosiły się dwie organizacje: Fundacja Końskie Zdrowie z cyklem imprez Pony Cup, które pozwala około 300 dzieciom rocznie sprawdzić swoje siły w jeździectwie konnym, oraz Regionalne Centrum Wolontariatu,

które w trakcie pandemii uruchomiło pomoc kierowaną m.in. do seniorów i osób niepełnosprawnych. Zwycięzcą zostało Regionalne Centrum Wolontariatu w Elblągu, które na razie wirtualnie otrzymało nagrodę prezydenta miasta oraz 2 tysiące złotych ufundowane przez Elbląskie Stowarzyszenie Wspierania Inicjatyw Pozarządowych i Fundację Elbląg.

— Pandemia zaskoczyła wszystkich, nas również. Chociaż nas w takim pozytywnym tego słowa znaczeniu, ponieważ zamiast się zamykać i wycofywać, musiałyśmy ruszyć w miasto do wszystkich tych, którzy potrzebowali pomocy — mówiła Gabriela Zimirowska, prezes Regionalnego Centrum Wolontariatu. — Same uczyłyśmy się pomagania w tak trudnym czasie — dodała.

Szefowa Regionalnego Centrum Wolontariatu wspominała również

o tym, jak szybko udało się uruchomić w Elblągu grupę „Widzialna ręka” i jak wielu mieszkańców zaangażowało się w pomaganie.

— Widzimy, że od początku trochę inaczej otworzyliśmy nasze serdusze. Okazuje się, że nauczyliśmy się nie być samolubni. Mam wrażenie, że pandemia w tym całym złe, które się dzieje, przyniosła też dużo dobrego. Nauczyliśmy się pomocy sąsiedzkiej, widzimy, jak to ewoluowało, otwieramy oczy i nabieramy odpowiedzialności za drugiego człowieka. Składając wniosek, chcieliśmy więc pochwalić nas jako społeczeństwo — żebyśmy dostrzegli, jak zmieniamy się jako ludzie — przyznała Gabriela Zimirowska.

Warto dodać, że 21 października Regionalne Centrum Wolontariatu obchodziło swoje 19. urodziny.

KAMILA KORNACKA

Zadbają o rodzinną atmosferę na święta

Pandemia pokrzyżuje świąteczne plany wielu z nas. Kiedy jednym w spotkaniach na odległość pomaga nowa technologia, inni, m.in. kombatanci, nie potrafią z niej skorzystać.

Dlatego żołnierze Wojsk Obrony Terytorialnej postarają się, aby seniorzy i osoby chore miały możliwość zobaczenia się i porozmawiania ze swoimi najbliższymi. W okresie przedświątecznym w szpitalach, domach pomocy społecznej oraz w domach kombatantów zajmą się organizacją połączeń wideo z rodzinami, z bliskimi lub z przyjaciółmi — informuje ppor. Anna Szczepańska z 43 Batalionu Lekkiej Piechoty w Braniewie.

A szer. Sabina Mazurek, rzecznik olsztyńskiego batalionu lekkiej piechoty, wyjaśnia: — W okresie przedświątecznym, czyli od 21 do 24 grudnia, w szpitalach, domach

pomocy społecznej oraz w domach prywatnych kombatantów, które zgłoszą taką potrzebę, zajmą się organizacją łączności wideofonicznej z rodzinami, psychologami i kapelanami.

Żołnierze pomogą nie tylko weteranom z województwa warmińsko-mazurskiego, którzy są pod ich stałą opieką, ale i innym osobom starszym, które do tej pory nie korzystały jeszcze z pomocy wojska.

— Żołnierze WOT przeszli odpowiednie szkolenia, więc połączenia będą także realizowane dla pacjentów chorych na Covid-19. Akcją zostaną objęci między innymi pacjenci szpitali onkologicznych — podkreśla Anna Szczepańska. —

Żołnierze Wojska Polskiego przez całą czas niosą pomoc osobom starszym i schorowanym.

Terytorialsi z Warmii i Mazur opiekują się 56 kombatantami, wspierają także domy pomocy społecznej i po raz kolejny biorą udział w akcji Obiady Dla Bohaterów. Dzięki wsparciu żołnierzy do kombatantów dostarczane są posiłki, zakupy, leki i pomoc.

— To właśnie samotność w czasie pandemii doskwiera im najbardziej, dlatego — jak często podkreślają sami kombatanci — najważniejsze jest dla nich spotkanie, rozmowa i kontakt z wolontariuszami i żołnierzami Wojsk Obrony Terytorialnej — dodaje Szczepańska.

REKLAMA

Prezydent Olsztyna



OBWIESZCZENIE O WSZCZĘCIU POSTĘPOWANIA W SPRAWIE
WYDANIA DECYZJI O ZEZWOLENIU NA REALIZACJĘ INWESTYCJI
CJII DROGOWEJ, ROZBUDOWY DROGI POWIATOWEJ
— ULICY JAGELLOŃSKIEJ W OLSZTYNIE

OBWIESZCZENIE PREZYDENTA OLSZTYNA

Zgodnie z art. 11d ust.5 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (jednolity tekst Dz.U. z 2020 r. poz. 1363) na wniosek Prezydenta Olsztyna z dnia 30 października 2020 r. (uzup. dnia 8 grudnia 2020 r.) zawiadamiam o wszczęciu postępowania administracyjnego:

w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej na zmianę decyzji ZRID NR 1/2017 z dnia 2 lutego 2017 r. rozbudowa drogi powiatowej nr 1971N ulicy Jagiellońskiej w Olsztynie, (zmienionej decyzją ZRID Nr – 1/2019 z 14 października 2019 r.), w zakresie:

przebudowy skrzyżowania z ulicą Poprzeczną (etap III).

Inwestycja obejmie działki geodezyjne o następujących numerach:

Działki w liniach rozgraniczających pasa drogowego drogi powiatowej: (działki o numerach pogrubionych powstają po podziale)

obręb 15 Olsztyn dz. nr: 15; 216/8; 216/11; 240/5; 152

obręb 16 Olsztyn dz. nr: 1; 2/2; 11/38

obręb 23 Olsztyn dz. nr: **98/9** (przed podziałem dz.98/4); **98/7** (przed podziałem dz. 98/6)

Działki objęte obowiązkiem przebudowy dróg innej kategorii i przebudowy istniejących sieci uzbrojeni terenu:

obręb 15 Olsztyn dz. nr: 216/12; 216/9

obręb 23 Olsztyn dz. nr: 98/3, 94

W związku z powyższym informuję, że Strony mogą w terminie 14 dni od daty otrzymania niniejszego zawiadomienia, zapoznać się z materiałami do decyzji w powyższej sprawie w Wydziale Urbanistyki i Architektury Urzędu Miasta Olsztyna, plac Jana Pawła II nr 1 w pokoju nr 310 w godzinach pracy Urzędu po wcześniejszym umówieniu telefonicznym, tel. 89 5273111 wew. 344. Dodatkowo niniejsze obwieszczenie wraz z załącznikiem graficznym podano do publicznej wiadomości na tablicy w tutejszym Urzędzie oraz na stronie internetowej Urzędu Miasta Olsztyna: bip.olsztyn.eu.

z. up. **Prezydenta Olsztyna**

Ewa Bachry

z-ca Dyrektora Wydziału Urbanistyki i Architektury

Ciekawe miejsca, gry i piękne zdjęcia

WARTO WIEDZIEĆ || Mazurski Park Krajobrazowy doczekał się swojej pierwszej aplikacji. Teraz jeden z najpiękniejszych zakątków Mazur można mieć ze sobą na co dzień w kieszeni. I to zupełnie za darmo. Niedługo ukaże się też nowy przewodnik i mapa.

Zakończono już testowanie aplikacji i jest ona dostępna do bezpłatnego pobrania.

— Mamy nadzieję, że okaże się idealnym narzędziem dla osób szukających dobrego przewodnika po Parku — mówi Krzysztof Wittbrodt, dyrektor Mazurskiego Parku Krajobrazowego, mającego swoją siedzibę we wsi Krutyń. — Niemal wszyscy podróżują z telefonami, używając najróżniejszych aplikacji, jednak z tego, co zauważyliśmy, żadna nie spina naszych wszystkich szlaków i atrakcji w regionie. Wykonawca dał nam też możliwość samodzielnego rozwijania tego narzędzia poprzez dodawanie kolejnych punktów, zdjęć, opisów i szlaków — dodaje Wittbrodt.

Podkreśla przy tym, że jest to pierwsza taka aplikacja Mazurskiego Parku Krajobrazowego. Prace nad nią trwały od lipca 2020, równoległe z przygotowaniem nowego przewodnika i mapy.

Co znajdziemy w tej bezpłatnej aplikacji? Przede wszystkim są to propo-



Dzięki aplikacji można m.in. zaplanować rekreacyjny spacer czy wycieczkę

zycje tras pieszych i rowerowych. Każda jest oznaczona na mapie w trybie offline, a dzięki GPS użytkownik będzie mógł określić swoją aktualną pozycję. Oczywiście wielbiciele kajaków znajdą tutaj również Szlak Kajakowy Rzeki Krutyni wraz z opisem.

OZNAKOWANE I OPISANE SĄ TAKŻE CIEKAWYCH MIEJSC I OBIEKTY WARTY UWAGI.

Możemy tutaj zapoznać się z informacjami m.in. o Muzeum Leśnym w Spychowie, Parku Dzikich Zwierząt w Kadzidłowie, Stacjach Badawczych PAN w Popielnie i Kosowie, zabytkowej wyluszcarni nasion w Rucianem-Nidzie czy klasztorze Starowierców w Wojnowie. Co ciekawe, wchodząc w poszczególne miejsca dostajemy też informacje o powiązanych trasach i szlakach. I co najważniejsze — nie brakuje zdjęć prezentujących piękno regionu.

Zwolennicy aktywnego wypoczynku znajdą również gry terenowe. Aktualnie są dwie: „Za sójkami i pszczołami po zagadki z przygodami” oraz „Do jezior i drzew woła nas przygoda zew”. Z czasem gier ma przybywać i będą one wymieniane.

W aplikacji znajdziemy też kalendarz wydarzeń, Poradnik Turysty oraz czytnik kodów QR. Treść została przygotowana w trzech wersjach językowych: polskiej, niemieckiej i angielskiej.

— DODATKOWO SAMA APLIKACJA JEST ZINTEGROWANA Z NOWYM PRZEWODNIKIEM PAPIEROWYM I MAPĄ, KTÓRE TEŻ JUŻ WKRÓTCE SIĘ UKAZĄ — DODAJE KRZYSZTOF WITTBRODT.

Aplikacja jest częścią projektu realizowanego przez samorząd województwa warmińsko-mazurskiego „Podniesienie standardu bazy technicznej i wyposażenia parków krajobrazowych województwa warmińsko-mazurskiego”, dofinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Warmińsko-Mazurskiego na lata 2014-2020.

WOJCIECH CARUK

Szczytno dołączyło do sieci miast Cittaslow

Szczytno dołączyło do grona 31 polskich miast w Cittaslow. 17 grudnia burmistrz Krzysztof Mańkowski odbierze certyfikat potwierdzający przyjęcie Szczytna do sieci.

Sieć Cittaslow zrzesza niewielkie miasteczka, a jej celem jest promowanie i rozpowszechnianie kultury dobrego, spokojnego życia z dala od zgiełku wielkich miast. Na całym świecie do ruchu Cittaslow należy ponad 260 miast z 30 krajów.

Teraz nastąpił ten moment, na który Miasto Szczytno ciężko pracowało. Od lutego 2019 roku burmistrz dużo zrobił, żeby Szczytno stało się oficjalnym członkiem Sieci Miast Cittaslow International. I decyzją Centrali Międzynarodowego Stowarzyszenia Cittaslow we Włoszech zostało przyjęte do grona Cittaslow. Otwiera to przed



Drugi z lewej burmistrz Krzysztof Mańkowski

miastem zupełnie nowe perspektywy i ogromne szanse na rozwój.

W grudniu do sieci Cittaslow, oprócz Szczytna, dołączą jeszcze Yingpan (Chi-

ny), Belluno (Włochy), Morąg oraz Izmir (Turcja) w roli członka wspierającego. Aż 22 z 31 polskich miast Cittaslow leży na Warmii i Mazurach. Są: Reszel, Bisztynek, Biskupiec, Lidzbark Warmiński, Nowe Miasto Lubawskie, Olsztynek, Ryn, Lubawa, Goldap, Dobrze Miasto, Barczewo, Pasym, Górowo Iławeckie, Nidzica, Bartoszyce, Lidzbark, Działdowo, Orneta, Jeziorany, Sępólno, Braniewo i Olecko. Teraz dołączy do nich Szczytno.

17 grudnia burmistrz Szczytno Krzysztof Mańkowski weźmie udział w spotkaniu online Komitetu Koordynacyjnego Cittaslow i oficjalnie odbierze certyfikat potwierdzający przyjęcie miasta do sieci.

— Miasta spod znaku ślimaka to przede wszystkim miasta dobrej jakości i kultury życia — mówi Krzysztof Mańkowski. — Charakterystyczną cechą miast Cittaslow jest również rozwijanie tradycji gościnności, z której Szczytno jest znane. Coraz więcej osób poszukuje miejsc do życia czy odwiedzenia, gdzie spokojne tempo nie stoi w sprzeczności z ciągłym i przemysłowym rozwojem. I takim miastem ma być Szczytno. Wymierną korzyścią z przystąpienia do Cittaslow jest możliwość ubiegania się o środki na m.in. odtworzenie zabytków oraz pielęgnowanie lokalnej wytwórczości.

JK

Nurkowie zadbali o dno jeziora Czos

MRAĞOWO || Znaki drogowe, sedes, płyta winylowa. Takie „skarby” kryje w sobie jezioro Czos. Na szczęście dzięki inicjatywie kilku młodych ludzi, pasjonatów nurkowania, część zalegających w akwenie śmieci została sprzątnięta. To jednak nie koniec...

O działaniach prowadzonych przez nurków przez cztery listopadowo-grudniowe soboty opowiedział nam Dorian Keller, Który brał udział w akcji sprzątania jeziora Czos.

— Skąd pomysł na taką akcję?

— Nurkowanie to nasza pasja. Kochamy schodzić pod wodę. Jednak widok, jaki tam zastajemy, potrafi zagotować krew w żyłach. Dna mazurskich jezior pozostawiają wiele do życzenia, a naszym życzeniem było oglądania tam fauny i flory w jej naturalnej postaci.

Postanowiliśmy przyłożyć się do rozwoju nurkowania w naszej miejscowości oraz zwiększenia bezpieczeństwa osób pływających w naszych jeziorach. Gdyby ludzie byli świadomi, co znajduje się pod powierzchnią, to nigdy nie zdecydowaliby się na wybór tego miejsca.

Akcja miała na celu — po pierwsze — promocję regionu jako nadającego się do sportów nie tylko NA- ale i POD-wodnych oraz zwiększenie świadomości ludzi, którzy bezmyślnie działają według zasady: co z oczu, to z serca. Przyczyniają się do zanieczyszczania zbiorników wodnych, wyrzucając do nich nie tylko śmieci, ale również urządzenia gospodarstwa domowego oraz części samochodowe. Samych opon wyciągnęliśmy kilkadziesiąt. Nakręciliśmy dwa filmy pokazujące, co leży na dnie jezior. Można je obejrzeć na profilu FB Mrağowo Miasto Ludzi Aktywnych. Mamy nadzieję, że po obejrzeniu tych filmów, każdy zastanowi się dwa razy, zanim wyrzuci coś do jeziora.

— Trudno było zebrać chętnych do udziału w tej inicjatywie?

— Pasjonatów nurkowania w naszym regionie jest sporo, więc nurkowie sami się zgłaszali. Każdy z nich ma świadomość tego, co się dzieje na dnie jezior, i wiedzą, że mimo chęci



Fot. Anida Keller

To tylko niewielka część tego, co udało się wyciągnąć przez cztery soboty z dna jeziora

samodzielnie trudno jest oczyszczać jeziora — ze względów technicznych.

— Rozwiejmy wątpliwości: to akcja społeczna, czy ktoś wam za to zapłacił?

— Ta akcja jest pomysłem Mrağowskiej Inicjatywy Lokalnej. Otrzymaliśmy środki od samorządu miejskiego, które pokryły koszty tankowania butli do nurkowania i zakup rękawic i worków, do których trafiły wyciągnięte z jeziora Czos śmieci.

— Kto, oprócz nurków, przyłączył się do akcji?

— Ku naszemu zdziwieniu było dużo osób. Część pomagała nam na łodzi, ale sporo osób nas wspomogło, publikując, udostępniając i rozpowszechniając w mediach społecznościowych informacje o naszej akcji oraz nasze apele o to, żeby dbać o środowisko. To też na pewno przyczyni się do zwiększania świadomości niektórych ludzi.

Oprócz nurków, był WOPR, mrağowska policja, Urząd Miasta, burmistrz, fotografowie, reporterzy, rodzina, przyjaciele i miejscowi, którzy pomagali w wyciąganiu na ląd cięższych przedmiotów z jeziora.

— Jakie rzeczy najczęściej wyciągaliście z dna Czosu? Jakie są najbardziej oryginalne znaleziska?

— Głównie butelki, puszki i plastiki oraz sporo opon. Do oryginalnych znalezisk należy torebka z zawartością i dokumentami, która została skradziona lata temu i wrzucona do jeziora, oraz sedes, znak drogowy, płyta winylowa, metalowy dzbanek na herbatę, deskorolka a nawet kosze na śmieci. Odnaleźliśmy właścicielkę dokumentów, oddaliśmy jej dokumenty, chociaż straciły już ważność. Najbardziej przerażającym znaleziskiem był metalowy kątownik z betonem u podstawy, trzy metry od pomostu. Nie chcę sobie wyobrażać, co by się stało, gdyby ktoś wskoczył na niego na główkę.

NAJBARDZIEJ PRZERAŻAJĄCYM ZNALEZISKIEM BYŁ METALOWY KĄTOWNIK Z BETONEM U PODSTAWY, TRZY METRY OD POMOSTU. NIE CHCĘ SOBIE WYOBRAŻAĆ, CO BY SIĘ STAŁO, GDYBY KTOŚ WSKOCZYŁ NA NIEGO NA GŁÓWKĘ.

— Udało się wam natrafić na „zagubiony” czołg? Niektórzy twierdzą, że taki w Czosie zatonął w 1945 roku.

— Naszym rejonem, na którym się skupiliśmy, były głównie kąpieliska i okolice pomostów, gdzie w sezonie jest najwięcej osób. Wydaje nam się, że ów czołg „zagubił się” po drugiej stronie jeziora, więc może następnym razem go poszukamy.

— Dlaczego wybraliście akurat jezioro Czos?

— Zanim wpadliśmy na pomysł tej społecznej inicjatywy, nurkowaliśmy w różnych jeziorach na Mazurach. Zobaczyliśmy, że Czos, który jest najchętniej odwiedzanym kąpieliskiem tego rejonu, staje się również najchętniej zanieczyszczanym przez ludzi zbiornikiem.

— Czy planujecie kontynuację akcji, np. na innych mrağowskich jeziorach?

— Akcja na pewno będzie kontynuowana za rok, ale nie podjęliśmy jeszcze decyzji, które to będzie jezioro. Prosimy więc mieszkańców o zgłaszanie chęci do działania i propozycji oraz potencjalnych miejsc, które potrzebują naszej interwencji. Zgłaszać można do Urzędu Miasta w Mrağowie, a my dalej z chęcią będziemy działać i pomagać.

WOJCIECH CARUK

To czas wybaczenia, w którym milkną wszelkie spory

NASZA SONDA || Wigilia Bożego Narodzenia uznawana jest za najbardziej wyjątkową noc w roku. Dawniej przypisywano jej nawet znaczenie magiczne, czego dowodem są tradycje wigilijne, które kultywujemy do dzisiaj. Większość z nas nie wyobraża sobie świąt bez żywej choinki, sianka pod obrusem, 12 potraw, życzeń i opłatka.

DANUTA, 62 LATA

— Uwielbiam Boże Narodzenie. Od dzieciństwa kojarzy mi się z rodziną, choinką, prezentami i kolędami. Jest to taki czas, na który czeka się z niecierpliwością. Warto podczas tych chwil cieszyć się wolnym czasem i towarzystwem najbliższych, głównie rodziny, ale często także przyjaciół. W Boże Narodzenie wszyscy jesteśmy dziećmi. Każdy z utęsknieniem wypatruje tego niezwykłego dnia w roku, kiedy rzeczywistość miesza się z magią. I choć czasy zmieniają się, przybywa nam lat i siwych włosów, to nie zmieniamy się w pewnych kwestiach. Wypatrujemy śniegu, sianka pod białym obrusem, miejsca dla przypadkowego gościa, wyczuwalnym zapachem pierników i oczywiście choinką. Jako dziecko Wigilię spędzałam u dziadków w gronie rodziny. Było nas ze 30 osób. Skromna wieczerza, a na niej koniecznie 12 potraw. Z zachwytem czekaliśmy na pierwszą gwiazdkę, bo wiedzieliśmy, że Mikołaj przyniesie nam prezenty. Cieszyliśmy się z każdego drobiazgu. Ale najważniejsza była atmosfera w domu. Śpiewaliśmy kolędy, przytulaliśmy się, wspólnie szliśmy na pasterkę, żeby pokłonić się małemu Jezusowi. Wiele z tych tradycji przyniosłam do swojego domu.

JAN, 81 LAT

— Ze wzruszeniem zasiadam do świątecznego stołu. Cieszę się, że dane jest mi podzielić się opłatkiem z moimi bliskimi, widzieć radość dzieci, wnuków i prawnuków. Kiedyś nie były to tak piękne i kolorowe święta, a jednak czekaliśmy na nie z niecierpliwością. Kiedy patrzę na swoje wnuki, to lży cisną mi się do oczu. Nie dlatego, że nie miałem tych wszystkich zabawek i smakołyków, ale dlatego, że moi bracia i rodzice już nie żyją. Coraz częściej moje myśli w święta ulatują właśnie do nich.

Pamiętam, jak mama piekła ciasto na święta, a po domu roznosił się zapach. Tata w Wigilię przyno-



Zwyczaje i tradycje świąteczne są przekazywane z pokolenia na pokolenie

sił choinkę, dekorowaliśmy ją szyszkami, papierowymi ozdobami. Nie było kolorowych lampek, ale podczas wigilijnej kolacji na środku stała pasyjka i płonęła świeca. Pod obrusem było sianko. Byliśmy biedni i nie mieliśmy suto zastawionego stołu, ale mieliśmy siebie. I to było piękne. Dziś mamy wszystko, ale coraz mniej czasu dla siebie.

KRYSTYNA, 75 LAT

— My, Polacy, jesteśmy przywiązani do tradycji. I choć zauważa się, że ludzie coraz częściej mają chęć wypoczywać gdzieś pod palmami podczas Bożego Narodzenia, to jednak jest wiele osób, które nie wyobrażają sobie takich świąt. Dla nas ważna jest choinka, 12 potraw, biały obrus, sianko, pasterka, kolędy.

Kiedyś nie wszystkim ludziom żyło się dostatnio, ale mimo to chętnie włączali się w świętowanie, przestrzegając tradycji. Było nas w domu 8 osób, ale na stole zawsze pojawiała się dodatkowe nakrycie, dla zbłąkanego wędrowca. Pamiętam, że pytałam co roku mamę, po co ten talerz, a ona mówiła, że to nasza tradycja, że jak w taki wieczór ktoś zapuka do drzwi, to trzeba go ugościć. Ja w swoim domu kultywuję większość tradycji bożonarodzeniowych. Jedną z nich jest właśnie ten talerzyk dla gościa. Dla mnie jest nie tylko zwykłym symbolem, przypomina mi też o tych, którzy już nigdy nie zasiądą z nami i nie podzielą się opłatkiem.

WIESŁAW, 67 LAT

— Bardzo lubię Boże Narodzenie. Świąteczny nastrój podkreślają przystrojone różnokolorowymi lampkami ulice, domy i drzewa, wystawy sklepowe, kolorowe choinki. I my chyba w tym czasie staramy się być lepsi, budzi się w nas ta lepsza strona naszego człowieczeństwa. W tym okresie pamiętamy o ubogich, samotnych, skrzywdzonych przez los.

Święta to nie tylko prezenty czy choinka, ale przede wszystkim bycie razem. Przy naszym wigilijnym stole zazwyczaj spotyka się porożędziana po kraju i świecie rodzina. Czasami jest to jedyna okazja na spotkanie najbliższych osób. Święta to szczególnie czas nie tylko na spotkania rodzinne. Dla wielu osób narodziny Jezusa to nowe nadzieje i postanowienia życiowe. Jest zwyczaj związany z Bożym Narodzeniem, który ocalił wiele małżeństw, rodzinnych więzi i przyjaźni. Tradycja ta istnieje w naszej kulturze od wieków. Zwyczaj ten jest prosty, piękny i potrzebny — to dzielenie się opłatkiem. Ja z żoną właśnie przy świątecznym stole się pogodziłem, daliśmy sobie drugą szansę i jesteśmy razem już ponad 40 lat. Nie uciekajmy od najbliższych w ten czas wigilijny, nie marnujmy szansy na spotkanie i pojednanie. Życie jest takie krótkie. Przecież święta to czas wybaczenia. Czas, w którym milkną wszelkie spory...

GRAŻYNA, 63 LATA

— Świąteczne zwyczaje w Polsce są bardzo ważne, pielęgnowane i przekazywane z pokolenia na pokolenie. Wigilia z pewnością należy do najpopularniejszych z nich. Jednak oprócz wolnego miejsca przy stole, choinki czy łamania się opłatkiem istnieje wiele innych, mniej znanych zwyczajów bożonarodzeniowych, które są kultywowane i pielęgnowane w różnych miejscach Polski. Wiele rodzin, w tym także moja, wieczerzę rozpoczyna dopiero po ukazaniu się na niebie pierwszej gwiazdy. W naszym domu praktykuje się zwyczaj wyciągania słomek spod obrusa. Według tej tradycji pod obrus kładzie się słomki, które po wieczerzy biesiadnicy wyciągają. Osoba, która wyciągnie słomkę prostą, będzie wieść życie proste i pozbawione niebezpieczeństw. Jeżeli słomka będzie przekrzywiona, wróży to życie kręte i niełatwe.

WYSŁUCHAŁA: JOANNA KARZYŃSKA

REKLAMA

Prezydent Olsztyna

informuje, że w siedzibie Urzędu Miasta Olsztyna w dniach **od 16 grudnia 2020 r. do 6 stycznia 2021 r.** podane zostały do publicznej wiadomości wykazy nieruchomości przeznaczonych do **zbycia lub oddania w użytkowanie, dzierżawę lub użyczenie**.

Wykazy znajdują się w Biuletynie Informacji Publicznej, prowadzonym przez Urząd Miasta Olsztyna, pod adresem **bip.olsztyn.eu**.

PREZYDENT OLSZTYNA

151920otr-A-G

Pani Krystyna jest dumna ze swojego ojca

Z REGIONU || Krystyna Mazur z Nowego Miasta Lubawskiego lubi wracać do rodzinnych wspomnień, ale najbardziej jest dumna ze swojego ojca Alfonsa Szczerbickiego, który ponad sto lat temu, kiedy wybuchło Powstanie Wielkopolskie, stanął w powstańczych szeregach.

Powstanie Wielkopolskie 1918-1919 roku było jednym z wydarzeń, którego początków trzeba szukać w walkach na ulicach Poznania 27 grudnia 1918 roku i były powiązane z wiecem na cześć przyjazdu pianisty Ignacego Paderewskiego. Walki powstańcze przeciwko Niemcom w roku 1918 toczyły się w wielu miejscowościach Wielkopolski. Czynny udział w niepodległościowym zrywie brał Alfons Szczerbicki, który wówczas był mieszkańcem Chelmu nad Wisłą.

Jak wspomina nowomieszczan-ka Krystyna Mazur, córka Alfonsa Szczerbickiego, jej ojciec który urodził się w 1899 roku. Jako 19-letni młodzieniec został przymusowo powołany do służby wojskowej w niemieckiej armii. Będąc w Chelmie u rodziców na przepustce, podjął decyzję, żeby nie wracać do macierzystej jednostki. Zrzucił więc znienawidzony mundur i podjął próbę przedostania się na tereny Wielkopolski, a konkretnie do Poznania, gdzie właśnie rozpoczęło się powstanie. Jego podróż, którą odbywał częściowo pieszo, nie obyła się bez dramatycznych momentów. Został on postrzelony w nogę przez niemiecką bojówkę, ale nie na tyle, aby nie walczyć w powstańczych szeregach.

— KIEDY PRZEDOSTAŁ SIĘ DO POZNANIA, WSTĄPIŁ DO POZNAŃSKIEGO PUŁKU STRZELCÓW, A NASTĘPNIE PRZENIESIONY ZOSTAŁ DO 63. PUŁKU PIECHOTY.

Do rezerwy przeszedł w 1920 roku. Miał wówczas stopień plutonowego. Moja wiedza dotycząca walk, w których brał udział mój ojciec, jest skromna. Jednak dowodem, że ojciec z zaangażowaniem brał udział w powstaniu, są późniejsze awanse



Alfons Szczerbicki z żoną Leokadią podczas rodzinnej uroczystości 40-lecia małżeństwa



Krystyna Mazur, córka Alfonsa Szczerbickiego

na stopień oficerski, zdjęcia, dokumenty oraz dyplomy potwierdzające jego dokonania podczas walk — opowiada Krystyna Mazur, córka Alfonsa Szczerbickiego, mieszkanka Nowego Miasta.

W kwietniu 1935 roku Pomorska Komisja Weryfikacyjna Związku Weteranów Powstań Narodowych RP 1914/19 wydała na podstawie zło-



Zachowane w albumie rodzinnym zdjęcie Alfonsa Szczerbickiego w mundurze kombatan-ty

zonych dowodów zaświadczenie, że druh Alfons Szczerbicki, zamieszkały w Nowym Mieście, brał udział w pracach niepodległościowych i został zweryfikowany na Członka Zwyczajnego Związku Weteranów Powstań Narodowych RP. Zarząd związku nadał Alfonsowi Szczerbickiemu Odznakę Powstańczą na podstawie uchwały

z 26 października 1926 roku. Kolejne ważne wyróżnienie Alfons Szczerbicki otrzymał 13 września 1933 roku. Wówczas to przewodniczący komitetu Krzyża i Medalu Niepodległości, zarządzeniem Prezydenta RP, odznaczył powstańca z Nowego Miasta Medalem Niepodległości. Wśród rodzinnych pamiątek zachował się również awans na stopień podporucznika za udział w Powstaniu Wielkopolskim z 13 grudnia 1971 roku. Była to uchwała ówczesnej Rady Państwa.

Kiedy wybuchła II wojna światowa, Alfons Szczerbicki został ponownie powołany pod broń. Uczestniczył w kampanii wrześniowej. Dopiero pod koniec działań wojennych trafił do niemieckiej niewoli. Po zwolnieniu z obozu wrócił do Nowego Miasta, gdzie rozpoczął pracę w referacie kultury i sztuki starostwa, a następnie zatrudnił się w charakterze pomocnika aptekarskiego w Nowym Mieście Lubawskim i Węgorzewie.

— OJCIEC PRZY OKAZII UROCZYSTOŚCI PAŃSTWOWYCH ZAKŁADAŁ WOJSKOWY MUNDUR WETERANA, KTÓREGO NIEODŁĄCZNYM ELEMENTEM BYŁA ROGATYWKĄ Z CHARAKTERYSTYCZNĄ PĘTELKĄ ZWANĄ TEFLEM, MOCOWANYM Z PRZODU LEWEJ STRONY POWSTAŃCZEJ CZAPKI.

Podniosłym momentem w życiu ojca był udział w odsłonięciu Pomnika Powstańców Wielkopolskich w Poznaniu w grudniu 1968 roku. Pojechał tam jako powstaniec, ale i delegat województwa olsztyńskiego — wspomina Krystyna Mazur.

Weteran Powstania Wielkopolskiego zmarł w lutym 1975 roku, mając 76 lat.

STANISŁAW R. ULATOWSKI

Nie ma to, jak dotknąć towar ręką

ZAKUPY W SIECI || Czasy, w których musieliśmy jechać do sklepu, żeby zrobić zakupy, stają się przeszłością. Wypierają je sklepy internetowe, dzięki którym możemy dostać zakupy pod same drzwi. To udogodnienie nie jest zarezerwowane tylko dla młodych.

Dziś praktycznie wszystko możemy kupić przez internet. Od podstawowych produktów używanych na co dzień do przedmiotów o dowolnych gabarytach. Większość firm dostarcza zamówiony towar przez kuriera. Dzięki temu we wszystkie potrzebne rzeczy możemy zaopatrzyć się, nie wychodząc z domu. Co jest ważne w przypadku osób starszych, bardziej podatnych na zarażenie koronawirusem.

Jednak wciąż większość starszych osób podchodzi sceptycznie do takiej formy zakupów. Z informacji Urzędu Komunikacji Elektronicznej wynika, że tylko 30 proc. osób powyżej 60. roku życia korzysta z internetu. Wiele z nich obawia się, że staną się ofiarami oszustw. Pytani przez nas seniorzy również w większości do internetowych zakupów podchodzą bardzo ostrożnie. U niektórych, tak jak u pana Wacława, wynika to z braku komputer i umiejętności jego obsługi.

— NIE KUPUJĘ PRZEZ INTERNET, BO NIE UMIEM. ZAZWYCZAJ PROSZĘ WNUKI O POMOC. GDY ZAINTERESUJE MNIE KSIĄŻKA POLECANA W GAZECIE, TO PODAJĘ IM TYTUŁ I ZAMAWIAJĄ JĄ NA POCZTĘ.

Jest też inny powód, dlaczego seniorzy, nawet jeśli obsługują komputer, wybierają tradycyjną formę zakupów. Wielu z nich cały czas woli zobaczyć na własne oczy rzeczy, za które ma zapłacić.

— Muszę je dotknąć, żeby sprawdzić, z jakiego są materiału, przemyśleć. Umiem korzystać z internetu, ale wolę zobaczyć — mówi pani Eugenia.

Można już jednak zauważyć stopniowo rosnące zainteresowanie komputerem i internetem wśród seniorów.



Fot. Pixabay

rów. Osoby, które przechodzą teraz na emeryturę, często w swojej pracy zawodowej miały kontakt z komputerem. Dlatego nie jest to dla nich wyzwaniem. Najczęściej używają go do kontaktu z rodziną mieszkającą za granicą lub do czytania wiadomości. Często przekłada się to na inne obszary korzystania z internetu, w tym zakupy online. Wiedzą, że wpisując w wyszukiwarkę nazwę interesującej ich rzeczy, „wyskoczy” im informacja, w którym sklepie online mogą ją kupić.

— Zamawiamy różne rzeczy, np. do komputera. Ubrania najczęściej kupuje mój mąż, bo nie lubi chodzić po sklepach. Kilka razy zdarzyło się, że mimo podanych wymiarów w opisie, okazywały się za małe albo kolor był inny niż na zdjęciu. Wtedy staramy się oddać komuś ze znajomych — opowiada pani Danuta.

Internetowe zamówienia mogą ułatwić nam codzienne funkcjonowanie podczas pandemii. Dzięki nim nie musimy wchodzić do zatłoczonych sklepów w poszukiwaniu prezentów na święta. Możemy zamówić je na pobliską pocztę albo nawet pod nasze

drzwi. Obecnie technologia pozwala na zabezpieczenie transakcji zawieranych online. Jednak decydując się na takie zakupy, należy pamiętać o kilku zasadach, żeby były bezpieczne.

Zanim zdecydujemy się złożyć zamówienie, warto sprawdzić opinie na temat sprzedawcy. Możemy to zrobić na popularnych aukcjach internetowych, na forum, czy pytając znajomych, którzy być może korzystali z tych usług. Sklepy internetowe lub osoby prywatne zazwyczaj po dokonanej transakcji otrzymują komentarze od klientów. Warto przeczytać je uważnie i zdecydować się na tego sprzedawcę, który ma najwięcej pozytywnych opinii. Podczas zakupów za pośrednictwem sieci należy sprawdzić, czy osoba sprzedająca udostępniła swoje dane kontaktowe, takie jak adres i numer telefonu. Dzięki temu możemy skontaktować się z nią w razie pytań.

Bardzo ważnym aspektem takich zakupów jest regulamin. Przed dokonaniem płatności powinniśmy dokładnie go przeczytać. Dowiemy się z niego m.in., jakie są zasady zwrotu lub reklamacji. Produkt kupiony

przez internet można zwrócić bez podania przyczyny w ciągu 14 dni od jego otrzymania. Należy wypełnić i odesłać oświadczenie o odstąpieniu od umowy. Sprzedawcy internetowi powinni udostępniać wzór takiego oświadczenia. Można również napisać je samodzielnie i wysłać np. e-mailem. Wśród rzeczy, których nie możemy oddać są: artykuły o krótkim terminie przydatności, rzeczy wyprodukowane specjalnie dla nas, np. biżuterii z grawerem, płyty z filmami, muzyką lub programami komputerowymi, których zabezpieczone opakowanie otworzyliśmy po dostarczeniu, oraz biletów na koncerty czy wydarzenia sportowe.

WARTO RÓWNIEŻ ZACHOWAĆ WSZYSTKIE WIADOMOŚCI NA POCZCIE ELEKTRONICZNEJ OTRZYMYWANE OD SPRZEDAWCY, CO W RAZIE REKLAMACJI BĘDZIE STANOWIŁO DODATKOWE ŹRÓDŁO DOWODÓW.

Decydując się na formę płatności warto rozważyć opcję opłacenia przesyłki po jej otrzymaniu („za pobraniem”), w szczególności przy droższych zamówieniach. Jeśli wybrany przez nas sklep nie ma takiej opcji, należy wybrać opłatę za pośrednictwem bankowości internetowej. Inną formą płatności może być tradycyjny przelew, który wykonujemy na pocztę lub w banku. ALICJA KOWALCZYK

Bezpłatną pomoc prawną otrzymamy:

– dzwoniąc na Infolinię Konsumentów w sprawach prostych bez analizy dokumentów, tel. 801 440 220 oraz 22 290 89 16
– kontaktując się z Biurem Miejskiego Rzecznika Konsumentów, tel. 89 522 28 01 lub 89 527 31 11, wew. 372.

Marzę o tym, żeby moje prace cieszyły ludzi

PASJA || Każdy człowiek – niezależnie od wieku, płci, stanu zdrowia – powinien mieć swoje pasje. To coś, co będzie jego powietrzem i pomoże mu się rozwijać. Taką pasję odnalazła w sobie Lena Kobierska z Kętrzyna, która z mydła wyczarowuje prawdziwe cuda.

Moja pasja powoduje, że rano chce mi się wstać z łóżka, a wieczorem nie kładę się spać, pomimo że jest już 2. Nie czuję zmęczenia, chociaż jest już tak późno – mówi Lena Kobierska. – Pasja wzmaga również moje zaangażowanie w to, co robię. Sprawia, że jeśli się za to zabieram, to robię to na 100 proc., oddając się temu w pełni. Bardzo mnie to wszystko rozwija, buduje moją osobowość i wielokrotnie pomaga w problemach czy przeszkodach, które spotykam każdego dnia. Pasja przyczynia się też do rozwijania naszej osobowości, pomaga w wyrabianiu wielu pozytywnych cech charakteru. Życie, które toczy się bez rozwijania hobby, jest zwyczajnie puste. Jest to zwykła wegetacja, a nie prawdziwa egzystencja.

Lena Kobierska przyjechała wraz z rodziną w 1998 roku z Kazachstanu. Miała wtedy 32 lata, męża Władimira i dwójkę dzieci: Janka i Tatianę. Postanowili, że Polska będzie ich nowym domem. W Kazachstanie pani Lena skończyła studia handlowe. Kiedy przyjechali do Kętrzyna, zaczęła pracować w miejskich wodociągach. Pracuje tam do dziś. W 2004 roku na świat przyszła ich najmłodsza córka Zosia.

— Do Kętrzyna przyjechała z nami mama i babcia. Nie tęsknię za Kazachstnem i nie chciałabym tam wrócić – mówi. — Tu znalazłam swoje miejsce na Ziemi, zaaklimatyzowałam się i dobrze mi tu. Kocham Polskę. Jestem Polką. Przyjazd tu był najlepszą decyzją. Utwierdziły mnie w tym słowa dorosłej już córki, która pewnego dnia powiedziała mi: „Mamo, dziękuję, że nas tu przywiozłaś”. Starsze dzieci skończyły w Polsce szkoły, pracują, jestem też babcią dwójki wnuków: Mikołaja i Mateusza. Szczęście mojej rodziny jest dla mnie najważniejsze.



Lena Kobierska: – Mydlane bukiety oraz inne figurki idealnie nadają się na prezent i jako ozdoba miejsc takich jak dom czy salon

Pani Lena od zawsze uwielbiała zajmować czymś ręce. Robiła na szydelku, dziergała na drutach. Później zainteresowała się ozdobą różnych rzeczy metodą decoupage. Jakiś czas temu pani Lena zobaczyła filmik, jak powstaje mydło. Zafascynowało ją to i zaczęła próbować robić je sama. Od tego czasu rodzina używa własnoręcznie wyprodukowanego mydła. Ale na tym się nie skończyło.

— Od pewnego czasu fascynują mnie kwiaty z mydła. Ponieważ nie potrafię rzeźbić, znalazłam inny sposób na ich robienie: wlewanie ciepłego jeszcze mydła do formy. Jakież ta technika daje możliwości – opowiada pani Lena. — Początkowo to była dla mnie abstrakcja. Najpiękniejsze i najlepiej pachnące są mydła z bazy mydlanej glicerynowej. Z niej moż-

na wyczarować dosłownie wszystko. Kupiłam różne formy i zaczęłam eksperymentować. To jest jak magia. Pachnie cudownie, mydli się doskonale, tylko szkoda używać, ponieważ stanowi niesamowitą dekorację. Mydlane bukiety oraz inne figurki idealnie nadają się na prezent i jako ozdoba miejsc takich jak dom czy salon. Taki subtelny box kwiatowy to idealny pomysł na niezobowiązujący prezent dla kogoś, komu chcemy podziękować albo sprawić miłą niespodziankę. Moja rodzina oraz przyjaciele są zachwyceni, gdy otrzymują taki własnoręcznie zrobiony prezent.

Lena Kobierska swojej pasji poświęca każdą wolną chwilę. Nie ma rzeczy, której nie potrafi zrobić. Jest to pracochłonne, jednak efekt zachwyca. Pracę zaczyna od przygotowania podłoża, wybiera bukiet, potem wypełnia środek, wybiera kwiaty, dobiera kolory i tworzy.

— PASJA, HOBBY, MARZENIA SĄ ZATEM CZYMŚ NIESAMOWITYM, CO KSZTAŁTUJE, KREUJE NASZĄ OSOBOWOŚĆ I DOSTARCZA NAM SIŁ, NADAJE PIĘKNE KOLORY CODZIENNEJ SZAROŚCI — PRZEKONUJE PANI LENA.

— Spełniamy swoje marzenia, nawet te najmniejsze. Próbuje sił w dyscyplinach, które nas fascynują i pociągają. Przestańmy się bać podejmowania nowych wyzwań. W końcu życie codziennie stawia nas przed wieloma sytuacjami i koniecznością podejmowania decyzji, które mogą zmienić nasze życie. Dlaczego nie zmieniać go według własnego na nie pomysłu? — pyta.

I dodaje: — Szukajmy pasji, a ona niech pochłonie nas i daje nam szczęście każdego dnia. Dzięki pasji można poczuć życie, że to nie tylko przemijający czas, ale także momen-



ty, które coś znaczą dla nas samych. Ale chyba najważniejsze jest w tym wszystkim to, że dzięki pasji możemy się uśmiechać. Ważne jest, żeby czuć satysfakcję i zadowolenie z tego, co się robi. Niech życie staje się coraz piękniejsze, a my bogatsi w nowe doświadczenia.

A o czym marzy pani Lena?

— Moje największe marzenie, to żeby dzieci, wnuki i rodzina były zdrowe i szczęśliwe – odpowiada. — Marzy mi się też w przyszłości mały sklepik czy stoisko z moim rękodziełem. Chciałabym, żeby moje prace cieszyły ludzi.

JOANNA KARZYŃSKA

Sarkopenia, czyli z wiekiem tracimy mięśnie

NASZE WNĘTRZE || Mięśnie to od 35 do 40 proc. całkowitej masy naszego ciała. Ich utrata w ogóle nie wiąże się ze zdrowym chudnięciem. Przeciwnie – może mieć dla organizmu wiele negatywnych skutków.

Fot. pixabay.com



Aktywność ruchowa może zahamować proces spadku masy i zmniejszyć jej ubytki

Utrata mięśni to choroba, dlatego warto ją poznać i nauczyć się skutecznie jej zapobiegać. Choćby z pomocą aktywności ruchowej i prawidłowej diety. Mało kto się nad tym zastanawia, ale mięśnie to jeden z najważniejszych elementów ludzkiego ciała. Zależnie od płci mamy ich na sobie od 450 do 500. To dzięki nim przemieszczamy się, ruszamy się, utrzymujemy pionową postawę ciała. Ale to nie wszystko. Mięśnie odpowiadają przecież także za pracę naszych narządów wewnętrznych – choćby za metabolizm czy utrzymywanie prawidłowej temperatury ciała. Dlatego dbając generalnie o zdrowie – powinniśmy w równym stopniu co o prawidłową wagę, zdrową skórę czy zęby – troszczyć się o masę mięśniową.

Niestety, z wiekiem niektóre osoby dopada sarkopenia, czyli inaczej zespół geriatryczny – niezamierzona utrata masy mięśni szkieletowych związana ze starzeniem się. W przebiegu tej choroby dochodzi do zmniejszenia masy mięśniowej,

czego konsekwencją jest osłabienie mięśni i postępująca utrata sprawności fizycznej, mobilności i siły. Główny objaw tej choroby to zaburzenia chodu i upadki spowodowane zanikiem mięśni. By zahamować jej rozwój, konieczne jest wykonywanie ćwiczeń dla seniorów, stosowanie odpowiedniej diety i zdrowy styl życia.

PRZYCZYNY

Spadek masy mięśniowej to zjawisko dość powszechne. Podstawowym powodem jest wiek: badania dowodzą, że następuje to już po 40. roku życia. Początkowo tracimy 8 proc. masy w ciągu 10 lat, ale po 70. proces ten przyspiesza do 15 proc. na dekadę. Wiadomo też, że proces utraty masy mięśniowej w wyniku starzenia się postępuje szybciej u mężczyzn, choć w porównaniu do kobiet zachowują oni większą siłę mięśni.

Nie bez znaczenia jest ogólny stan zdrowia pacjenta i choroby współistniejące. Do stanów, które mogą przyspieszyć wystąpienie objawów sarkopenii wieku podeszłego, należy zaliczyć choroby układu pokarmowego prowadzą-

ce do zespołów złego wchłaniania oraz niedożywienia; choroby przewlekłe o podłożu zapalnym, jak reumatoidalne zapalenie stawów, toczeń, twardzina; ciężkie choroby powodujące wyniszczenie organizmu, np. nowotwory; niektóre leki, przede wszystkim glikokortykosteroidy; uzależnienie od alkoholu, narkotyków, papierosów.

Według wyliczeń naukowców już po 10 dniach spędzonych w łóżku dochodzi do spadku około

6

proc.

masy mięśniowej kończyn dolnych.

Czasem spadek masy mięśniowej może nastąpić również u osób w młodym wieku. Przyczyną jest zazwyczaj radykalna dieta odchudzająca lub unieruchomienie, będące wynikiem jakiegoś urazu, np. złamania nogi.

Według wyliczeń naukowców już po 10 dniach spędzonych w łóżku dochodzi do spadku około ok. 6 proc. masy mięśniowej kończyn dolnych.

Co ciekawe, sarkopenię spotyka się również u astronautów długo przebywających w stanie nieważkości. W wyniku braku konieczności używania mięśni szkieletowych dochodzi do ich postępującego zaniku. Aby zapobiec utracie mięśni, kosmonauci przebywający w stacjach pozaziemskich muszą wykonywać odpowiednie ćwiczenia fizyczne także w przestrzeni kosmicznej.

OBJAWY

Jak rozpoznać osłabienie mięśni? Przede wszystkim pacjenci zaczynają mieć problemy z codziennymi czynnościami, a w zaawansowanych postaciach choroby wymagają pomocy innych osób. Stopniowo dochodzi do utraty sprawności fizycznej, zaburzeń równowagi i problemów z chodem. Sprzyja to upadkom i pojawieniu się urazów oraz częstszym hospitalizacjom osób starszych. Pacjenci szybciej się męczą przy wchodzeniu po

schodach, dźwiganiu cięższych przedmiotów. Sarkopenia i związana z nią utrata masy mięśniowej jest często przyczyną chudnięcia osób starszych. Chorzy są zwykle osłabieni, w pełni, szczerzy, chwiejni, z ograniczoną koordynacją ruchową.

Dodatkowo mogą pojawić się zaburzenia odporności i podatność na infekcje. Ponadto często dochodzą problemy ze stanem psychicznym. Dołączają zaburzenia lękowe, zobojętnienie, poczucie bezsilności, odrętwienie czy nawet depresja. Chorzy skarżą się również na problemy z utrzymaniem prawidłowej temperatury ciała.

ZAPOBIEGANIE

Zmian w masie mięśniowej spowodowanych wiekiem nie da się całkowicie uniknąć. Można jednak zahamować proces spadku masy i zmniejszyć ubytki. W tym celu konieczna jest aktywność ruchowa. Badania dowodzą, że nieregularne skurcze mięśni lub ich brak powoduje stopniowy zanik mięśni i zmniejszenie ich siły. Dlatego nawet krótki, ale systematyczny ruch może pomóc seniorom w zatrzymaniu sarkopenii i w zminimalizowaniu jej skutków. Co innego, jeśli spadek masy mięśniowej spowodowany jest unieruchomieniem wynikającym z choroby lub np. złamania kończyny, co może przydarzyć się nawet młodym ludziom. Wówczas ratunkiem jest odpowiednia dieta,



Fot. pixabay.com

W przebiegu sarkopenii dochodzi do zmniejszenia masy mięśniowej

która odbudowuje tkankę mięśniową i wzmacnia ją.

DIETA A UTRATA MIĘŚNI

Jadłospis osoby starszej powinien przede wszystkim być bogaty w białko — główny budulec mięśni. Spożywanie białka pomaga nie tylko w budowie mięśni, ale i w zachowaniu ich masy, np. w czasie unieruchomienia.

W procesie leczenia sarkopenii menu pacjenta powinno zawierać

ok. 1,2 g białka na każdy kilogram masy ciała. Jego najbogatszym źródłem jest oczywiście mięso, ale również nabiał, produkty mleczne, soczewica i kasze. Pomogą też preparaty wysokobiałkowe. Ponadto dieta powinna dostarczać chorym optymalną dla wieku i stanu zdrowia liczbę kalorii. Warto również, aby pacjenci zwiększyli spożycie warzyw i owoców. W niektórych przypadkach można rozważyć suplementację składników

odżywczych, w tym białka, witaminy D oraz wapnia.

U osób starszych dochodzi też do zmniejszenia poziomu wielu hormonów (testosteronu, hormonów wzrostu), które mają wpływ na masę mięśniową, dlatego u niektórych pacjentów, po konsultacji z lekarzem, zaleca się zastosowanie suplementacji hormonalnej.

ĆWICZENIA

Sarkopenia to choroba postępująca, więc z upływem czasu dochodzi do pogłębiania objawów i narastania dyskomfortu pacjenta. Niestety obecnie nie ma leku na zanik mięśni wraz z wiekiem i by zahamować rozwój tej choroby — konieczna jest zmiana stylu życia pacjentów. Muszą zadbać o odpowiednią dawkę aktywności fizycznej. Pomaga też fizykoterapia oraz ćwiczenia i zabiegi rehabilitacyjne.

DZIĘKI REGULARNYM TRENINGOM MOŻE DOJŚĆ NAWET DO ZWIĘKSZENIA MASY MIĘŚNIOWEJ.

Tym bardziej, że na ruch i sport nigdy nie jest za późno. Aktywność fizyczną mogą zapewnić zajęcia grupowe na siłowni (fitness) lub indywidualne. W przypadku osób w wieku podeszłym warto zapoznać się z zalecanymi i odpowiednimi ćwiczeniami dla seniorów oraz skonsultować się z lekarzem.

MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA

M.BUKOWIECKA@GAZETAOLSZTYŃSKA.PL

REKLAMA

Lecznica Chirurgiczno-Ortopedyczna „ESKULAP”
10-177 Olsztyn, ul. Brzozowa 14
tel. 89 523 91 31, tel./fax 89 523 52 44

Lekarze specjaliści:
Witold Kołtun
Robert Surus
Andrzej Wencław
Danuta Orłowska-Kołtun
Damian Deresiewicz
Krystian Kaźmierczak
Artur Makowski

Poradnie:
• urazowo-ortopedyczna
• preluksacyjna z USG
• zabiegi artroskopowe

Zabiegi operacyjne w ramach „chirurgii jednego dnia”

Rejestracja telefoniczna pn.-czw. 10.00-16.00

Umowa z NFZ

2025190tr-A-P

CENTRUM REHABILITACJI NIEBIESKI HAMAK
dr n. med. Agnieszka Biernacka

Specjalista rehabilitacji medycznej:
■ konsultacje rehabilitacyjne dzieci i młodzieży
■ diagnostyka neurorozwojowa niemowląt

Informacja i rejestracja codziennie w godzinach 9:00-19:00 pod nr telefonu
665-282-412

Olsztyn, ul. Leśna 2

1100200tr-A-K

dr n. med. **MACIEJ BIERNACKI**
SPECJALISTA CHIRURGII OGÓLNEJ I ONKOLOGICZNEJ

• chirurgia ogólna • chirurgia onkologiczna
• żylaki • przepukliny • usuwanie drobnych zmian skórnych • leczenie chorób piersi
• leczenie nowotworów przewodu pokarmowego

Olsztyn, al. Wojska Polskiego 39 (Lancet)
89 535 72 80 od godz. 13⁰⁰, 508 36 26 52

1900190tr-A-P

NZO „ARTERIA” PRYWATNE SPECJALISTYCZNE CENTRUM CHOROBY NACZYŃ
Olsztyn, ul. Kopernika 30 (parter, lok. 14, 15) pn.-pt., rej. w godz. 10⁰⁰-18⁰⁰, tel. 89 534-55-65

CHOROBY ŻYŁ I TĘTNIC

• diagnostyka • leczenie zachowawcze
• skleroterapia żyłaków
• laserowe leczenie żyłaków!!!
• leczenie operacyjne żyłaków

Specjaliści chirurgii naczyniowej i ogólnej:
Mariusz Błoniecki | Rafał Dryzner
Piotr Malinowski

Maciej Sadowski tel. 89 509 344 667
www.arteria.olsztyn.pl

2071190tr-A -O

Lek. med. **Artur ZALEWSKI**
specjalista chirurg
Chirurgia Ogólna

LANCET, Olsztyn
ul. Wojska Polskiego 39
środa 17⁰⁰-19⁰⁰
tel. rej. 89 535-72-80
po 13⁰⁰ codziennie

2046190tr-A -O

Lech Mickiewicz GINEKOLOG

• sonda pochwowa
• cytologia
• antykoncepcja

Olsztyn
ul. Barcza 48/1
poniedziałki, czwartki od godz. 15.00
rej. tel. kom. **601-952-165**

2059190tr-A -O

SOBOTA

ZDROWO I AKTYWNE

NZO S. SZYMAŃSKI
Olsztyn
ul. gen. Hallera 4B
tel. 89 543-09-94

• oddział chirurgii szczękowej — umowa z NFZ
• implantologia stomatologiczna
• stomatologia zachowawcza • protetyka
• kompleksowe bezbolesne leczenie zębów w znieczuleniu ogólnym

2058190tr-A-O

0 rany boskie, on ma z 10 kilogramów!

GDY ZADZWONIŁ TELEFON, KOŃCZYŁ SIĘ TELEWIZYJNY PROGRAM. — ZWARIOWAŁĘŚ STEFAN — WARKNAŁEM. — POBUDZISZ MI SĄSIADÓW. — NO, POMYŚLAŁEM, ŻE MOŻE BY TAK JUTRO NA SANDACZYKA — USŁYSZAŁEM CIEPŁY GŁOS KOLEGI. — DAJ SPOKÓJ, BEZ PRZYGOTOWANIA I ŻYWCA! — NO, STARY, DAJ SIĘ NAMÓWIC, JUTRO OSTATNI DZWONEK, 28 LUTEGO — MOLESTOWAŁ STEFAN.

Sam nie wiem — odparłem.
— To jesteśmy umówieni. Jestem u ciebie o siódmej z Zygmuntem. — Położył słuchawkę. Uśmiechnąłem się i spojrzałem na moje kije wychuchane, czekające na letni sezon.

PIĘKNĄ MAMY WIOSNĘ TEJ ZIMY

Na jeziorze byliśmy o 8.30, w pobliskiej rzece złowiłem na „czwórkę” kilka żywców. Na szczęście miejsce, na które przyjeżdżaliśmy na drapieżnika od lat, nie było daleko od wsi, gdzie zazwyczaj zostawialiśmy auto. Piękny, kamienisty brzeg. Po prawej pasmo suchej trzciny, po lewej stroma skarpa i kępa około 30 olch. Latem wyśnione miejsce na biwak.

Wyrzucaliśmy kolejno wędki. Ustawiłem grunt na 8 metrów tak, aby przynęta leżała na dnie i odruchowo sprawdziłem haczyk na paznokciu. Wydał mi się nie dość ostry, więc wyjąłem oselkę, żeby podostrzyć grot. Miałem w pamięci poprzedni sezon, gdzie nie dość ostry hak pozbawił mnie trzech sandaczy z rządu, zanim zorientowałem się w czym rzecz. Sandacz ma podniebienie jak szklanka i o dokładnym wybraniu luzu, jak i o ostrych haczykach, należy pamiętać przede wszystkim. Płotkę naciąłem nożem w dwóch miejscach tak, aby lekko krwawiła. Nie kombinowałem z przewlekaniem haczyka pod skórą żywca, tak jak to piszą w niektórych mądrych poradni-

kach wędkarskich, ale założyłem grotem w górę za pysk, bo w mojej karierze okazało się to bardziej skuteczne niż w dół.

— Piękna pogoda, mały wiatr w plecy, pochmurno — mlaskał Stefan.

— Nie kracz! — ofuknąłem go.

— Piękną mamy wiosnę tej zimy — dodał swoje trzy grosze zawsze dowcipny Zygmunt.

Godzina minęła szybko, wyjmowałem właśnie termos, gdy usłyszałem piszczący głos Stefana:

— Jedzie, jak Boga kocham!

PRZERAŻLIWY ŚWIST KIJA

Zniedowierzaniem spojrzałem na spokojną wodę. Spławika faktycznie nie było.

— Daj mu — powiedziałem spokojnie.

Nie posłuchał — świst kija, jaki usłyszałem nad uchem, wydał mi się nad wyraz przeraźliwy. Stefan stał jak wmurowany, a już na żyłce, z której jeszcze spadała ostatnia kropla wody, był nad wyraz wymowny.

W tym momencie ma branie Zygmunt.

— Daj mu — prawie proszę kolegę.

Zygmunt nawet nie bierze wędki z widełek, wyjmując papierosy, zapala. Po chwili spławik wychodzi na powierzchnię i zastyga.

— Szlag by to trafił — szemrze Stefan.

— Ukłó się, czy co.

Bierze kij do ręki i w tym momencie spławik znów powoli zaczyna jechać iginie nam zoczu.

— Teraz — mówię.

Ostre zacięcie i kij Stefana wygina się w spory łuk. Walki prawie nie ma. Kilowy sandacz ładuje w podbieraku.

— No, to początek jest — dodaje z nutką żalu w głosie.

Po dwóch godzinach ciszy znów branie ma Zygmunt i drugi sandacz — około 40-dekagramowy — trzepocze się na brzegu. Zygmunt demonstracyjnie wypuszcza go do jeziora.

— Kolację już mam — mówi, patrząc na mnie z dziwnym uśmiechem.

Robi mi się głupio. Siedzę bez brania pół dnia, podczas gdy moi koledzy, których uczyłem wszystkich kruczków sandaczowych i inie tylko, teraz się wmyślach



Fot. Pixabay

pewnie ze mnie nabijają. Widzę kątem oka, jak Stefan zmienia kolejnego fileta. Może mam za dużego żywca, myślę. Wstaję z taboretu, żeby rozprostować kości. Zygmunt zaczyna zbierać trzcinę na małe ognisko.

— No, będziemy mieli kielbaski z różną — dowcipkuje Stefan.

Zyga pracuje w zakładach mięsnych i ma taki deputat, że i dla wędkarskiej braci skapnie.

ŻYŁKA ZACZYNAŁA SIĘ NAPINAĆ

Dopalało się właśnie ognisko i Stefan zaczął skręcać swoje wędzisko, gdy mój mały sygnalizator drgnął i dosłownie skoczył w głąbinę. Dobiegłem do wędki, żyłka wysunęła się z niesamowitą szybkością z kołowrotka. Nagle stop... ale spławika nadal nie było na powierzchni. Po chwili znowu żyłka zaczęła się wysuwać, ale bardzo wolno i jakby od niechcenia. Czulem, jak serce zaczyna mi bić mocniej. Nie słyszałem, co mówią do mnie koledzy. Miałem jedno w głowie: czy ryba nie zrobiła dużego łuku, bo brzeg był głęboki i przy zacięciu nic by z tego nie było.

Zamknąłem kabłąk. Wszedłem do wody, ile to było tylko możliwe. Żyłka lekko zaczynała się napinać. Zaciąłem dość energicznie. Opór, jaki poczułem, wydał mi się potworny. Ryba, mimo że wybrała mi około 50 m żyłki, parła do przodu. Dokręciłem hamulec. Powoli widziałem, jak zmienia kierunek. Wiedziałem, że jest to duży sandacz.

— No, chłopaki — darłem się. — szykować aparat.

Nerwy jakby odeszły i starałem się naśladować zawsze tryskającego humorem Zygmunta, któremu teraz wcale nie było

do śmiechu, co wyrażała jego skupiona twarz. Już wtedy czulem, że jest mój, choć szedł wzdłuż brzegu lewo skos imurował równo i zdecydowanie. Po pięciu minutach, gdy był 15 m od brzegu, jakby nagle stracił siły. Szybko skręciłem żyłkę. Przy brzegu stał z podbierakiem Stefan. Teraz, gdy był już przy burcie na skraju trzciny, uderzył ostatni raz.

— O rany boskie — wrzeszczał Stefan — podbierak tu nic nie da, on ma z 10 kilogramów. Teraz zobaczyłem go i ja.

Znów serce uderzyło mocniej. Wiedziałem, że jest duży, ale że aż taki, nawet nie mogłem śnić. Przy moich nogach zrobił jeszcze kozła i zastygł bez ruchu. Obszedłem go od strony jeziora i wolno prowadziłem go do brzegu. Widziałem, że jest bardzo zmęczony. Zauważyłem, że spod oskrzeli wydostaje się krew, barwiąc wodę na różowo. Zyga stał jak słup soli. Położyłem więc wolno kij do wody i wziąłem rybę delikatnie obiema rękami pod brzuch; za moment była już na brzegu robiąc efektowne salta na trawie resztkami sił.

Tym razem nie niosłem sprzętu do samochodu, miałem „zajęte plecy”. Umiejętnego sołtysa zważyliśmy rybę na wadze do kartofli. Miała ponad 8 kg.

— Takiego i ja kiedyś złowiłem na tym jeziorze — rzekł sołtys podkręcając wąża.

— Kiedy to było? — zwrócił się do żony.

— No, to tak jakoś, jak urodziła się Zośka.

— Można napić się wody? — spytał Stefan.

— Można. Zosia! — krzyknął sołtys.

— Daj panu kwaterek!

— Dobrze tato. — Usłyszałem kobiecy głos przez uchylone drzwi.

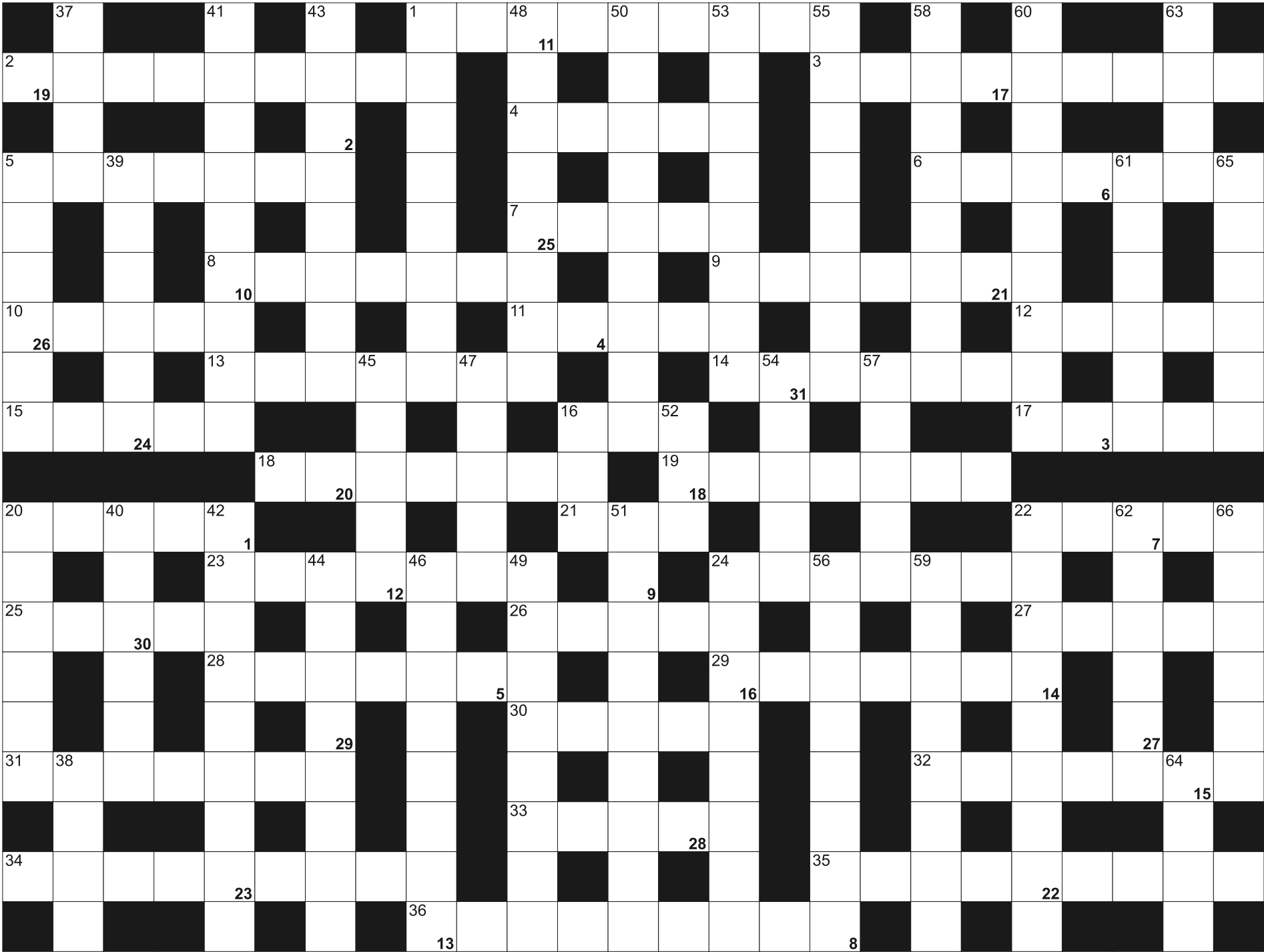


— Dobrze to nasze dziecko, choć jedyne — rzuciła gospodyni.

Po chwili na progu stanęła z naczyń w dłoniach kobieta po trzydziestce z przyjaznym uśmiechem na ustach.

ANDRZEJ ŁAPIŃSKI

Krzyżówka klasyczna z hasłem



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 31, utworzą rozwiązanie - przysłowie:

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

POZIOMO: 1) dwukadłubowy jacht; 2) kraina geograficzna na terenie Argentyny i Chile; 3) niania; 4) wiolinowy lub francuski; 5) poluje w lesie; 6) Abbud, były prezydent Sudanu; 7) rzeka na granicy słowacko-węgierskiej; 8) z niej otrzymywany jest smalec; 9) szczelina, spękanie, wyrwa; 10) szachista; 11) czepliwe zapięcia przy kurtce; 12) czynny stratowulkan w środkowej Kostaryce; 13) pod palcem pianisty; 14) stolica Cypru; 15) figura przestrzenna; 16) australijski strus; 17) naszyjnik z drogich kamieni; 18) David, były wokalista zespołu Pink Floyd; 19) kauczuk syntetyczny; 20) budowla z komnatami; 21) część spektaklu teatralnego; 22) ptak z wachlarzowym czubem; 23) gruzińska republika autonomiczna z Batumi; 24) przenośne komputery; 25) tenisowa gra mieszana; 26) kursuje w wieżowcu; 27) opisał przygody Guliwera; 28) luka pamięciowa; 29)

porasta brzegi jeziora; 30) reguła, kanon, zasada; 31) największy kontynent; 32) rodzinne miasto reżysera Francisa Forda Coppoli; 33) imię wielu papieży; 34) nauka o hodowli roślin i zwierząt; 35) akwawita, wytrawna wódka kminkowa; 36) rów łączący okopy w jednolity system obronny

PIONOWO: 1) domki dla ptaków; 5) rzeka w Afganistanie i Turkmenii; 16) kenozoik lub archaik; 20) żywy trup z horroru; 22) lokal z tańcami; 24) morskie na wybrzeżu; 37) umocnienia przeciwpowodziowe; 38) rabat, bonifikata; 39) Bolesław, król Polski zwany Szczodrym; 40) giełdowy pośrednik; 41) imię Osieckiej; 42) Lubnauer, przewodnicząca Nowoczesnej; 43) tragedia Sofoklesa z Ismeną i Kreonem; 44) wojskowi

stróżę prawa; 45) część Wielkiej Brytanii; 46) obszar objęty ochroną; 47) Finlandia dla Finów; 48) taksówkarz potocznie; 49) "... o Basię" Makuszyńskiego; 50) monumentalny grobowiec; 51) największy instrument smyczkowy; 52) Mał, pisarz estoński "Jesienny bal"; 53) roślina lecznicza, doniczkowa i przyprawa; 54) prawosławny obraz religijny; 55) otruto nim agenta Siergieja Skripala i jego córkę; 56) interesantka w urzędzie; 57) piruet na łodzie; 58) tytuł książki z serii Świat Dysku Pratchetta; 59) pracuje w ogrodzie; 60) rak lub krab; 61) fermentowane mięso rekina podawane w Islandii; 62) obsługiwane przez artylerzystów; 63) Ben, nigeryjski pisarz "Pieśni zaczarowania"; 64) Irena dla bliskich; 65) drapieżny parasol morski z parzydełkiem; 66) biodegradowalna struna chirurgiczna

GDZIE ZAMÓWIĆ OGŁOSZENIE DROBNE?

www.nadajogloszenie.pl

CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ

Olsztyn, plac Józefa Bema 5

tel. (89) 539-74-80, tel. (89) 539-74-81

b.ogloszen@gazetaolsztynska.pl

czynne pon.-pt. godz. 7.00-15.00, sob. **nieczynne**

Barczewo, ul. Wojska Polskiego 7

tel./fax (89) 674-04-90, czynne pn.-pt. 9.00-17.00
sob. 9.00-13.00

Bartoszyce, pl. Konstytucji 3 Maja 29

(Biuro turystyczne IKAR)

tel./fax (89) 762-27-11, czynne pn.-pt. 9.00-17.00,
sob. 9.00-15.00

Biskupiec, ul. Topiel 2

tel./fax (89) 715-32-50, kom. 509-520-160
czynne pn.-pt. 8.00-16.00, sob. 8.15-12.30

Elbląg, ul. Rybacka 35

tel./fax (55) 236-16-99, czynne pn.-pt. 8.00-16.00,
soboty nieczynne

Miłakowo, ul. Olsztyńska 16 (Urząd Miasta)

tel. (89) 757-83-31, czynne pn., wt., czw.: 8.00-15.00
śr. 8.00-17.00, pt. 8.00-13.00, soboty nieczynne

Mragowo, ul. Ratuszowa 5

(Mragowska Agencja Turystyczna „MAT”)

tel./fax (89) 741-81-51, czynne pn.-pt. 9.00-16.00,
soboty nieczynne

Nidzica, ul. Traugutta 20 (Gminna Spółdzielnia „SCH”)

tel. (89) 625-21-20, fax (89) 625-26-98
czynne pn.-pt. 7.00-15.00, soboty nieczynne

Olsztynek, ul. Chopina 29 (Miejski Dom Kultury)

tel./fax (89) 722 38-76, czynne pn.-pt. 8.00-16.00,
soboty nieczynne

Szczytno, ul. Odrodzenia 18 (PTU „Mazur-Pol”)

tel./fax (89) 624-31-48, (89) 624 55 74
czynne pn.-pt. 8.00-17.00, sob. nieczynne

Ogłoszenia drobne zamieszczone
w „GAZECIE OLSZTYŃSKIEJ” i „DZIENNIKU ELBLĄSKIM”
ukazują się równocześnie na stronie

www.drobniak.pl

Nekrologi i kondolencje zamieszczone
w „GAZECIE OLSZTYŃSKIEJ” i „DZIENNIKU ELBLĄSKIM”
oraz tygodnikach lokalnych ukazują się równocześnie
na stronie www.pozegnania.net
ZAPAL WIRTUALNĄ ŚWIECZKĘ

ZWIERZĘTA

kupię

!!! SKUP BYDŁA, GOTÓWKA,
SZYBKİ ODBIÓR, 512-235-693

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam

WWW.DOMKIANGIELSKIE.
PL, 503-103-703

kupię

KUPIĘ: MIESZKANIE ok.55m2,
w OLSZTYNIE na ul.LEŚNEJ lub
os.BROWARY z miejscem parkin-
gowym. Tel.502-070-541

PRACA

dam pracę

DLA mężczyzny w gospodarstwie
rolnym tel. 797-580-971

PIELĘGNIARKĘ do pracy w po-
radni ortopedycznej. Forma i go-
dziny pracy do uzgodnienia, 601-
819-576

POSZUKUJĘ wykwalifikowanych
wykończeniowców i glazurników,
603-073-374 pilne!

ZATRUDNIĘ na stanowisku se-
kretarki medycznej, 601-819-576

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie,
601-772-124

AUTO-MOTO

kupię

SAMOCZODY kasacja, 502-
180-869

USŁUGI

budowa | remont

DACHY, 514-456-553

HYDRAULIK, 501-209-794

STUDNIE wiercone do domów
jednorodzinnych i nawadnianie.
Pompy ciepła, 508-609-152

inne

DREWNO kominkowe, opałowe,
transport, 576-935-573, 794-630-
121.

SZYCIE kołder, 665-434-450

RÓŻNE

sprzedam

GARAŻE blaszane, kojce, www.
partnerstal.pl, 698-230-205

MASZYNY stolarskie, 602-459-
611.

kupię

MASZYNY stolarskie, 602-459-
611.

ROLNICTWO

produkty rolne

KUPIĘ: ZBOŻA paszowe, kon-
sumpcyjne. FHU ANIMAR.Tel.694-
508-207

**Zdrowie
kobiety**

**Zdrowie
dziecka**

Zdrowie.wm.pl

Odchudzanie

**Zdrowy
tryb życia**

Szukasz
klientów ?



docieramy do
1400000 odbiorców



wykorzystujemy zaawansowane
sposoby emisji i targetowania
reklam



dostarczymy Twoją ofertę do
potencjalnych klientów
na najpopularniejszych nośnikach



zapewniamy pełne raportowanie
efektów przeprowadzonych
działań

wybierz profesjonalistów,
wybierz nas

**GAZETA
OLSZTYŃSKA**

(89) 539-74-46, reklama@wm.pl



314190pb1-a-C

Ze smutkiem zawiadamiamy,
że 13 grudnia 2020 r. odeszła od nas
nasza kochana Mama, Babcia i Prababcia

ś. † p.
Helena Bieniecka

Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się
18 grudnia 2020 r. o godz. 10.00 Mszą Świętą Żalobną
w kościele pw. Chrystusa Króla
przy ul. Wyspiańskiego (franciszkanie),
po czym nastąpi odprowadzenie i pochowanie
w grobie rodzinnym na cmentarzu komunalnym
w Dywitach.

Rodzina

447920pb1-a-M

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że 9 grudnia 2020 r.
odeszła nasza najukochańsza Mama

ś. † p.
Alicja Gryzowska

Nabożeństwo żałobne zostanie odprawione
18 grudnia 2020 r. o godz. 9.30
w kościele pw. Najświętszej Maryi Panny
Saletyńskiej przy ul. Morskiej,
po którym nastąpi wyprowadzenie
do grobu rodzinnego na cmentarz
przy ul. Poprzecznej.

Pograżeni w smutku synowie

446720pb1-A-G

Pani Bożenie Lech
wyraży głębokiego współczucia z powodu śmierci

Mamy
składa
zespół Oddziału Intensywnej Terapii
i Anestezjologii szpitala dziecięcego w Olsztynie

448120pb1-A-G

Panu Robertowi Mikutra
najszczerze wyrazy współczucia z powodu śmierci

Mamy
składają
dyrekcja oraz pracownicy
Oddziału ZUS w Olsztynie

447820pb1-A-G

Pani Bożenie Lech
wyraży głębokiego współczucia oraz wsparcia
i solidarności w trudnych chwilach po stracie

Mamy
składają dyrekcja i pracownicy Wojewódzkiego
Specjalistycznego Szpitala Dziecięcego w Olsztynie

447020pb1-a-M

Z wielkim żalem i smutkiem przyjęliśmy wiadomość o śmierci
naszej koleżanki Ireny Dorant
Wyraży szczerego współczucia, otuchy i wsparcia duchowego
w tym trudnym czasie

Rodzinie i Najbliższym
składają
kuratorzy okręgowi, kuratorzy rodzinni i karni oraz pracownicy
sekretariatu Zespołów Kuratorskiej Służby Sądowej w Olsztynie

447520pb1-A-G

Władysławowi Nowakowi
wyraży głębokiego i szczerego współczucia
z powodu śmierci

Ojca
składają koleżanki i koledzy
z administracji osiedla Nagórki
Spółdzielni Mieszkaniowej „Jaroty” w Olsztynie

447120pb1-A-G

Robertowi Dąbrowskiemu
z powodu śmierci

Mamy
wyraży głębokiego współczucia
składają
koleżanki i koledzy z Biura UDT w Olsztynie

447720pb1-A-G

Koledze Bogdanowi Załęskiemu
wyraży głębokiego współczucia z powodu śmierci

Mamy
składają koleżanki i koledzy
z Departamentu Polityki Regionalnej
Urzędu Marszałkowskiego
Województwa Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie

447320pb1-A-G

NEKROLOGI (wymagany akt zgonu). Terminy przyjęć*:
• na poniedziałek – do piątku do godz. 15.00 • na wtorek, środę, czwartek, piątek
– dnia poprzedniego w godz. 7.00-15.00 • na sobotę – do czwartku do godz. 15.00
*Dotyczy Biura Ogłoszeń w Olsztynie, plac Józefa Bema 5

KONDOLENCJE
(wymagany dowód osobisty osoby nadającej) ukazują się w ciągu trzech dni od chwili nadania

WWW.POZEGNANIA.NET

Biuro Ogłoszeń, **OLSZTYN, plac Józefa Bema 5** | Biuro Ogłoszeń, **ELBLĄG, ul. Rybacka 35**
czynne w godz. 7.00-15.00, soboty – nieczynne | tel. 55-236-18-02
tel. 89-539-74-80, b.ogloszen@gazetaolsztynska.pl | **pon.-pt. godz. 8.00-16.00.**

289190pb1-C-K

Panu Sędziemu
Jackowi
Barczewskiemu

wyraży głębokiego współczucia
z powodu śmierci

Mamy
składają
sędziowie i pracownicy
IX Wydziału Cywilnego Odwoławczego
Sądu Okręgowego w Olsztynie

447620pb1-A-G

SACRUM
KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE

ANDRZEJ DĄBROWSKI
Olsztyn, ul. Limanowskiego 18/2
☎ 89 67 77 100, kom 530 308 308

GODNIE – SOLIDNIE – Z SZACUNKIEM

Całodobowy przewóz zmarłych

320520pb1-a-M

USŁUGI POGRZEBOWE
ARKA
Elżbieta Michałowska Anna Michałowska

OLSZTYN
(Zatorze), ul. M. Zientary-Malewskiej 2A
☎ 89 534 72 42, kom. 605 635 908

OLSZTYN (Jaroty), ul. Herberta 16/24
(wejście od Wilczyńskiego, naprzeciw „Medyka”)
☎ 89 526 66 01, kom. 605 665 909

www.arkaolsztyn.pl

Całodobowe przewozy zmarłych

6146190pb1-e-M

Farmański
ZAKŁAD POGRZEBOWY

dawniej **market**

OLSZTYN 895 355 300
ul. Lengowskiego 18-20 602 327 277

BISKUPIEC 897 152 093
ul. Armii Krajowej 4 608 680 642

POGOTOWIE POGRZEBOWE 89 527-09-09
Pomożemy Ci godnie pożegnać

6142190pb1-E-G

ARKADIA
Olsztyn, ul. Jagiellońska 52/85
tel. 89 526 67 53, 665 175 125
całodobowe przewozy zmarłych

Zbigniew Jarmużewski Joanna Kamińska Andrzej Domasiewicz
kom. 602 514 880 kom. 691 410 360 kom. 602 514 888

**Gwarantujemy godną
i kulturalną posługę**

6144190pb1-a-K

Jak na butach zebrać całe warmińskie błoto i ustanowić

— DOŚĆ SZYBKO POJAWIŁY MI SIĘ PĘCHERZE NA STOPACH. MUSIAŁEM ZWOLNIĆ, BO KAŻDY ZBYT SZYBKI KROK WYWOŁYWAŁ DODATKOWY BÓL — WSPOMINA GRZEGORZ BARAN ZE SZCZYTNA. JEDEN Z NAJLEPSZYCH ULTRAMARATOŃCZYKÓW Z NASZEGO REGIONU USTANOWIŁ NOWY REKORD GŁÓWNEGO SZLAKU WARMIŃSKIEGO. 237-KILOMETROWĄ TRASĘ OLSZTYN (WYSOKA BRAMA) — KĘPKI (MOST NA RZECE NOGAT) PRZEBIEGŁ W 43 GODZINY I 17 MINUT.



Fot. archiwum domowe

Główny Szlak Warmiński: niby dość płaski, ale potrafi dać w kość

— Jak samopoczucie po tych 237 kilometrach?

— Jest świetnie, adrenalina wciąż trzyma. Czuję się dobrze zresztą nie tylko psychicznie, ale i fizycznie. Dobrze rozplanowałem cały cykl przygotowawczy. Tak naprawdę to mam już tylko lekkie zakwasy w nogach. Mogłbym już dziś potrudzić kilka kilometrów. Pomijając oczywiście pęcherze, które mam na stopach.

— Widziałem twoje buty. Trafią na śmietnik?

— Gdy wreszcie mogłem je ściągnąć, myślałem podobnie. Po umyciu okazało się jednak, że nie ma aż takiej tragedii. Ich kiepski wygląd wynikał z tego, że zebrały na sobie chyba całe błoto Warmii. Dostały nieźle wkość, ale trzymają się. Można pochwalić producenta.

— Jesteś „ojcem” Głównego Szlaku Warmińskiego. Jak powstał?

— To prawda, w pewnym sensie to mój projekt. GSW „wyciąłem” ze Szlaku Kopernikowskiego Pieszego, który prowadzi aż do Grudziądza. Po części dlatego, by odpowiedzieć na zapotrzebowanie lokalnych ultrasów. W roku, w którym większość zawodów została odwołana z powodu wirusa, coś trzeba było robić. Forma była właściwie zbudowana, grzechem byłoby ją więc zmarnować.

OCZYWIŚCIE MOŻNA UDAĆ SIĘ NP. NA GŁÓWNY SZLAK BESKIDZKI, ALE NIE KAŻDY MA MOŻLIWOŚCI CZASOWE, RODZINNE I FINANSOWE, BY POBIEGAĆ NA DRUGIM KOŃCU POLSKI.

— GSW startuje natomiast spod Wysokiej Bramy w Olsztynie.

— Dokładnie, choć wydaje mi się, że mało kto tak naprawdę zdaje sobie z tego sprawę, gdy wchodzi od tej strony na olsztyńską starówkę. Powoli się to zmienia. GSW zyskuje na popularności. Już przynajmniej kilkunastu ultrasów się z nim zmierzyło. A jeszcze więcej zapowiada, że to zrobi.

— Wcześniej rekord trasy ustanowili Krzysztof Mańkowski i Łukasz Kulicki (45 godzin i 46 minut - red.). Pojawiła się nutka zazdrości, gdy usłyszałeś o ich sukcesie?

— Oczywiście, że nie. Po to rzuciłem ten pomysł, byśmy mieli u siebie płaszczyznę do takiej rywalizacji. Nie czułem zazdrości, a jedynie radość i satysfakcję, że im się udało.

— Jak scharakteryzowałbyś samą trasę?

— Nie jest to oczywiście bieg górski. Większość trasy, faktycznie, jest dość



Fot. archiwum zawodnika

Grzegorz Baran poprawił rekord Głównego Szlaku Warmińskiego

płaska w porównaniu z górami. Jest jednak około 20 procent, które zaskoczyłyby prawie każdego w Polsce. Są chwile, gdy widoki przypominają małe Bieszczady. Nie brak wysokich wąwozów, terenów naprawdę trudnych do przebycia. Nie jest to szlak w pełni biegowy, bo są fragmenty, w których trzeba się wręcz przedzierać, by pokonywać kolejne metry.

— Ile razy się zgubiłeś?

— Tylko raz. Trasę znam na pamięć, wcześniej pokonywałem ją we fragmentach. Pomyłkę zaliczyłem tuż przed Elblągiem, po około 215 km. Jeden z miejscowych biegaczy, mój kolega, postanowił mi potowarzyszyć przez chwilę. Nieco odleciałem myślami, zagadaliśmy się. Ocknąłem się po jakichś 400 metrach. Trzeba było zawracać. Ale był to jedyny tego typu incydent.

— Startowałeś o czwartej rano. Nie pojawiła się myśl: „Po cholerę tak się katować”?

— Staralem się przez cały tydzień poprzedzający start patrzeć tunele. Skupić się. Nie było to łatwe. Organizm wiedział doskonale, co go czeka, wysyłał podprogowe sygnały. Można z nimi walczyć, albo... po prostu je zaakceptować i uznać za naturalne. Tak też zrobiłem. Byłem pewny siebie, przygotowywałem się długo i precyzyjnie. Choć każdy, kto biega ultra, wie, że w tym sporcie nie ma rzeczy pewnych.

— Zwłaszcza przy pogodzie. W opady śniegu trafiłeś wręcz idealnie.

— Sam śnieg, przynajmniej, nieco mnie zaniepokoił. A to dlatego, że było ślisko. Tak naprawdę jednak podczas tych około 240 km ciągle wbiegałem z zimy w jesień. I na odwrót. Potrafiło się to zmieniać co 15 km.

— Cemu akurat grudzień?

— Data w żaden sposób nie była przypadkowa. Przeanalizowałem historię prognoz z ostatnich kilkunastu lat. Jestem biegaczem, który preferuje zimno. Nie lubię upałów. Moją mocną stroną są warunki, które większość populacji określiłaby jako ciężkie. Zauważyłem, że w grudniu występuje taka sytuacja, gdy — po mroźnym początku — przychodzi kilka dni w temperaturach od 0 do 5 stopni. Czyli optymalnie dla mnie. Tak też było, dobrze wcelowałem.

— Każdy mógł w internecie śledzić na żywo twoją lokalizację. Ta świadomość pomagała czy ciążyła?

rekord Głównego Szlaku Warmińskiego

— Przed biegiem była to dodatkowa presja, ale podczas samego biegu już tylko i wyłącznie mnie to napędzało. Wiedziałem, że oczy kibiców wszystko widzą, więc tym bardziej nie mogło być mowy o jakiegokolwiek fuszerce. Z drugiej strony — dzięki temu ani przez chwilę nie byłem w pełni sam. Świadomość, że wielu znajomych na mapie „pcha kropkę”, poprawiała mi humor.

— Fizycznie byłeś jednak głównie sam na trasie, nie czułeś zatem lęku, będąc np. nocą w lesie?

— To element, który trzeba trenować. Jesteśmy przyzwyczajeni do cywilizacji. Człowiek ciągle żyje w świetle. Gdy ktoś znajduje się w takiej sytuacji, pierwszym odruchem często są różne atawistyczne lęki.

Od lat wychodzę jednak ze strefy komfortu, biegam w pojedynkę po lasach. Oswoiłem się. Żadne duchy nocami mnie nie straszyły (śmiech).

— A zwierzęta? Z nimi bywa różnie.

— Trzeba odróżnić dwie kwestie. To mit, że dzikie zwierzęta są wielce groźne dla człowieka. Takie w naszych lasach nie żyją. Sarny, lisy, dziki, sowy towarzyszyły mi dość często, ale to nic groźnego. To tylko oczy, które patrzą na ciebie w świetle latarki czołowej. Jest tylko jedno zwierzę, którego biegacze powinni się bać.

— Co to za zwierzę?

— Psy. To zupełnie inny temat. Biegając przez mniejsze miejscowości miałem kilka nieprzyjemnych sytuacji. Ze dwa razy naprawdę się wystraszyłem. Jeden z psów wybiegł przez otwartą bramę i ujadając ruszył sprintem w moim kierunku. Miał ok. 40-50 kg. Mogłoby to się źle skończyć, gdyby mnie dopadł. Miałem jednak ze sobą gaz, choć tym razem udało się zażegnać niebezpieczeństwo kijami biegowymi, które pomogły utrzymać psiaka na dystans.

— Spałeś cokolwiek pokonując GSW?

— Łącznie dwie godziny. W śpiworze, który czekał rozłożony w samochodzie mojego kolegi-supportera Dawida Samulewicza. Pierwszy raz



Tak wyglądają stopy i buty po pokonaniu 237 km niełatwej trasy

pospałem półtorej godziny przy jeziorze Pierchalskim, po 141 km. A drugi raz pół godzinki w Braniewie.

— Jak spisał się Dawid jako support?

— Rewelacyjnie. Przynajmniej 50 procent tego sukcesu to jego zasługa.

PO OKOŁO 150 KM BIEGACZE CZĘSTO ZAMYKAJĄ SIĘ W SOBIE, „DZICZEJĄ”. PRZESTAJĄ W PEŁNI KONTROLOWAĆ RZECZYWISTOŚĆ. MÓWISZ SOBIE: „DOBRA, ZJEM I PRZEBIORĘ SIĘ PÓŹNIEJ”, ALBO ODKŁADASZ POSMAROWANIE OTARĆ NA INNĄ CHWILĘ.

Niby detale. Tyle tylko że jeśli je zlekceważysz, to po kolejnych 100 km będziesz miał np. dziurę w stopie i trzeba będzie wracać do domu. Mieliśmy specjalną listę. Dawid odhaczał wszystko. Nie mogłem biec dalej, jeśli nie zjadłem określonej dawki pokarmu. Nieważne czy czułem głód...

— Aż przypomniła mi się stołówka w przedszkolu.

— Dokładnie (śmiech). Uzgodniliśmy z Dawidem już wcześniej, by nie miał pod tym względem dla mnie liści.

— Który z etapów GSW był najtrudniejszy?

— Wąwozy tuż za jeziorem Pierchalskim. Dlatego właśnie tuż przed nimi postanowiłem się prześpać. Niesamowite miejsce. Warto pojechać tam nawet w ciągu dnia, by poznać. Wąwozy potrafią być głębokie na ok. 90 metrów, teren układa się wciąż w różne strony. Istna płatanina. Koryta, lasy, chaszcze... To dość kiepsko oznaczony fragment. Sytuacji nie ułatwiają leżące drzewa. Są problemy z nawigacją, trudno ocenić, gdzie się jest w danym momencie. W efekcie około trzy kilometry pokonałem w... godzinę i 20 minut.

— Największy kryzys?

— Nie, najgorzej czułem się między Fromborkiem a Tolkmickiem. Niegroźny odcinek między 170. a 190. km. Miałem typowy „zjazd” energetyczny. Trwał dość długo, spadło mi tempo. Trochę się zataczałem. Po żelu energetycznym jednak wreszcie przeszło.

— Nie biegłeś dla medalu. Była jednak jakaś nagroda na mecie?

— Kolega czekał na mnie z dobrym piwkiem (śmiech). Niczego więcej jednak nie szykowaliśmy. Moją naj-

większą nagrodą było to, że spełniłem marzenie. Wykonałem plan. Lubię kończyć rzeczy. Nie lubię zostawiać ich „w trakcie”.

— Nowy rekord trasy, 43 godziny i 17 minut. Tak szczerze, w ile celowałeś na początku?

— Plan zakładał 38:40. I jest to realny plan. Jeszcze przy 140. km wszystko szło idealnie. Dość szybko pojawiły mi się jednak pęcherze na stopach. Musiałem zwolnić. Każdy zbyt szybki krok wywoływał dodatkowy ból. Bolało także psychicznie. Bo od strony energetyczno-mięśniowej miałem dużo sił, mogłem biec szybciej. Trzeba było jednak zmniejszyć tempo, żeby nie załatwić się na tyle, by potem trzeba było zejść z trasy.

— Kiedy kolejne wyzwania?

— Do końca grudnia planuję roztrenowanie. Biegać będę, lecz typowo rekreacyjnie. W przyszłym roku szykuje się kilka ciekawych zawodów. O ile znów nie zostaną odwołane. Obecne realia sprawiają, że coraz bardziej zwracam się w stronę projektów indywidualnych.

RYWALIZACJA Z INNYMI OCZYWIŚCIE DALEJ MNIE KRĘCI, ALE WIĘCEJ SATYSFAKCJI DAJE MI ŚCIGANIE SIĘ Z SOBĄ SAMYM. TYLKO JA, A NA HORYZONCIE SETKI KILOMETRÓW I REKORD TRASY DO POBICIA.

— Napisałeś już list do świętego Mikołaja?

— Oczywiście (śmiech). Mam nadzieję, że przyniesie mi trochę lekkiego sprzętu do samotnych długodystansowych wypraw biegowych. Mogą być jakieś gadzety biwakowe. W głowie siedzą mi już nie tylko wyprawy z supportem, ale i te bardziej ekstremalne. Czyli bez żadnego wsparcia, gdy cały dystans trzeba pokonać z ekwipunkiem, który ma się na sobie.

KAMIL KIERZKOWSKI

Olsztyńscy szabliści to krajowa czołówka

SZERMIERKA || W Koninie odbył się Puchar Polski juniorów młodszych w szabli. Tym samym szermierze rozpoczęli rywalizację o kwalifikacje na Ogólnopolską Olimpiadę Młodzieży 2021. Szabliści z Olsztyna udowodnili, że należą do krajowej czołówki.

Pierwsi walczyli chłopcy. Spośród czterech szablistów Hajduczka Olsztyn - Oskar Kusak, Krzysztof Dowgierd, Łukasz Kowalczyk i Szymon Grosz - tylko ten ostatni nie awansował do fazy pucharowej turnieju. Po bardzo dobrej postawie na plan-szach do finału dotarł Oskar Kusak. W drodze na podium Oskar pokonał kolejno: 15:5 Pawła Radke (KKSZ Konin), 15:9 Filipa Radocha (KKSZ Konin) i 15:7 Antoniego Dąbrowskiego (Szabla Ząbki). W półfinale spotkał się z Filipem Józefowskim (Pałac Młodzieży Katowice), wygrywając 15:11, by w finale ulec 11:15 Marcelowi Broniszewskiemu (Victor Warszawa).

Do najlepszej ósemki turnieju awansował jeszcze Krzysztof Dowgierd. W play-off pokonał 15:5 Antoniego Pigulę (KKSZ Konin), 15:8 Andrzeja Działacha (Pałac Młodzieży Katowice), a w walce o ćwierćfinał swojego klubowego kolegę Łukasza Kowalczyka (15:9). W półfinale musiał uznać wyższość Maksymiliana Broscha (Zagłębiowski Klub Szermierczy) 11:15,



Czołowa ósemka turnieju chłopców: trzeci z lewej - Oskar Kusak, trzeci z prawej - Krzysztof Dowgierd

zajmując ostatecznie 7. miejsce. Natomiast Kowalczyk, dzięki zwycięstwu 15:12 z Wojciechem Biedachem (Akademia Szermierki Lublin) i Mateuszem Mańczakiem (KKSZ Konin) uplasował się na 16. lokacie.

W rywalizacji dziewcząt w pucharze wystartowały: Aniela Kozłowska, Marta Rozmus, Antonina Dobies i Elżbieta Mejłun. Do finału dotarła Aniela Kozłowska, w fazie pucharowej wygrywa-

jąc 15:5 z Nelą Maszewską (AZS AWF Warszawa), 15:5 z Amelią Kukłą (Szabla Ząbki) i 15:10 z Zuzanną Buselt (KKSZ Konin). W półfinale olsztynianka pokonała 15:13 Ewę Wasilewską (UKS 13 Białystok), by w finale ulec 10:15 Zuzannie Poradzie (TMS Sosnowiec).

- Źle zaczęłam walkę finałową, wyraźnie przegrywając pierwszą połowę. Mimo wygranej w drugiej części pojedynku raczej nie miałam szans na

odrobienie strat - przyznaje Aniela Kozłowska.

- Jestem bardzo zadowolona z wyniku. Teraz jest trudny okres, wiele czasu spędzamy w domach, czasem trudno o motywację. Ale kiedy osiąga się sukces, wtedy widać, że warto podejmować trud codziennych treningów, że sport pozwala nam na aktywność, na wyjście z domów i spotkanie się z przyjaciółmi z klubu - podkreśla Aniela.

- Bardzo dobrze wypadły również nasze najmłodsze zawodniczki, które są jeszcze w kategorii młodzik, a ten turniej był dla nich debiutem w starszej kategorii wiekowej - zauważa prezes Hajduczka Adam Sobczyk. - Ela Mejłun uplasowała się na 19. miejscu, a Tosi Dobies na 26. Swoją pierwszą turniej w tej kategorii wiekowej ma również za sobą Marta Rozmus, która zakończyła rywalizację na 46. miejscu.

W tym trudnym czasie szablistów Hajduczka Olsztyn wspiera Fundacja Agencji Rozwoju Przemysłu. - To dla nas ważna pomoc, dzięki której możemy nieprzerwanie kontynuować treningi - podkreśla Adam Sobczyk.

RED.

SPRINTEM

PLYWANIE || Od dzisiaj do niedzieli olsztyńska Aquasfera gości uczestników mistrzostw Polski seniorów i młodzieżowców. Polski Związek Pływacki ma bardzo duże zaufanie do olsztyńskiego obiektu, dość powiedzieć, że mistrzostwa kraju w różnych kategoriach wiekowych odbyły się w Aquasferze już kilkanaście razy, a główne mistrzostwa Polski, przy współudziale Ośrodka Sportu i Rekreacji, zagospodarują w Olsztynie już po raz piąty.

I to są zawsze zmagania na wysokim poziomie i z dużą dawką emocji - nie może być inaczej, skoro medale zdobywały takie gwiazdy polskiego pływania jak Radosław Kawęcki, Konrad Czerniak i Paweł Korzeniowski. Na podium stawiali także olsztynianie Justyna Burska, Krzysztof Pielowski



Mistrzostwa Polski potrwać od środy do niedzieli

i Bartłomiej Koziejko z AZS UWM oraz Ewa Jaszczuk z Kormorana.

W obecnych zawodach, nad którymi patronat objął prezydent Olsztyna Piotr

Grzymowicz, wystartuje 356 zawodniczek i zawodników z 77 klubów. Niestety, ze względu na surowe rygory epidemiologiczne związane z pandemią impreza odbędzie się bez udziału publiczności, ale organizatorzy zadbał o przekaz live, dzięki czemu rywalizację będzie można śledzić w internecie na stronie www.megatiming.pl.

Na poprzednich MP w Olsztynie znakomitą formę zaprezentowali: Wojciech Wojdak (AZS AWF Warszawa - 3 złote medale), Aleksandra Knop (UKS 190 Łódź - 2 złote, 2 srebrne), Aleksandra Polańska (UKS GOS Raszyń - 2 złote, 2 srebrne) i Alicja Tchórz (MKS Juwenia Wrocław - 2 złote, 1 srebrny, 1 brązowy). Jak będzie tym razem? Przekonamy się w trakcie tego przedłużonego weekendu.

RED.

Pojechali, a wrócą dopiero w niedzielę

PLUSLIGA SIATKARZY || Wyjazd z Olsztyna wczoraj rano, dziś zaległy mecz 8. kolejki ze Skrą w Bełchatowie (g. 17.30), w sobotę pojedynek w Sosnowcu, a w niedzielę nad ranem powrót do domu – oto „rozkład jazdy” Indykpolu AZS na najbliższe dni.

Olsztynianie kończą dzisiaj aż 11-dniową przerwę od ligowego grania i dla odmiany „wpadają” w mini maraton, w trakcie którego czekają ich trzy mecze w ciągu... sześciu dni! Na początek, to znaczący już dzisiaj o godz. 17.30 (transmisja m.in. w Polsacie Sport Extra), Indykpol AZS odrobi zaległości z 8. kolejki, czyli zagra na wyjeździe ze Skrą Bełchatów. Kolejne punkty programu obejmują natomiast sobotni rewanż z MKS Będzin (w Sosnowcu) oraz wtorkowe starcie z „dominatorami” PlusLigi (12 zwycięstw w 12 meczach!), ZAKSĄ Kędzierzyn. To ostatnie już w Uranii, choć – niestety, tak jak w całym kraju – nadal bez udziału widzów na trybunach...

– Jesteśmy przyzwyczajeni do tego, że gramy dosyć często. Ostatnio mieliśmy trochę czasu, żeby potrenować, ale i odpocząć, a teraz mamy ten pięciodniowy wyjazd i jesteśmy na niego przygotowani – mówi Damian Schulz, atakujący Indykpolu AZS. – Podczas treningów sporo czasu poświęciliśmy na zagrywkę, no i wygląda to całkiem dobrze. Mam nadzieję, że zagrywka będzie wyglądała



Fot. Emil Marecki

Daniel Castellani liczy na dobrą grę swojej drużyny

tak, jak w trakcie tej niedawnej serii trzech zwycięskich meczów – dodaje.

I tu ważna informacja: ponieważ wyjazdowe spotkania ze Skrą i Będzinem zostaną rozegrane w odstępie trzech dni, więc aby oszczędzić sobie zmęczenia (no i czasu na dalekie przejazdy), olsztynianie nie wrócą po pierwszym z tych meczów do domu, ale już z Bełchatowa udadzą się na południe. Powrót do Olsztyna nastąpi więc dopiero w niedzielę nad ranem...

– Ja akurat jestem zwolennikiem takich „łączonych” wyjazdów. Wolę pojechać raz i od razu zagrać parę meczów niż kursować w kółko – podkreśla Damian Schulz. – Jestem pozytywnie nastawiony przed tym wyjazdem. Pierwszy mecz mamy w Bełchatowie i mam nadzieję, że to będzie fajne, wyrównane spotkanie. Najlepiej z pięcioma setami, mnóstwem emocji i... naszym zwycięstwem – kończy z uśmiechem najlepszy punktujący olsztynian (162 pkt w 12 meczach).

Dodajmy, że dla obu ekip będzie to pierwsze spotkanie w tym sezonie, a dzisiejszy mecz jest odrabianiem zaległości z końca października, kiedy to Indykpol AZS nie pojechał w pierwotnym terminie na pojedynek 8. kolejki, bo w sprawy „wmieszał się” wówczas koronawirus w zespole olsztynian. Co ciekawe, w poprzednim sezonie nie doszło do rewanżu w Bełchatowie (w Uranii AZS przegrał 0:3), bo rozgrywki zostały przerwane przez pandemię koronawirusa.

W rozgrywkach 2020/21 obu rywalom wiedzie się różnie: Indykpol AZS wygrał 5 z 12 spotkań, podczas gdy Skra ma kiepski, jak na klub z medalowymi aspiracjami, bilans 5-5.

Bełchatowianie rozegrali do tej pory cztery mecze u siebie, aż trzy z nich przegrywając: z Wartą Zawiercie (1:3), ZAKSĄ Kędzierzyn (1:3) i sensacyjnie z Cuprum Lubin (0:3). Wyjątkiem jest tylko „domowa” wygrana ze Stalą Nysa (3:0).

>>> **17. kolejka:** Ślepsk – Resovia 3:1 (12, 21, –21, 23). **Dzisiaj:** Skra Bełchatów – Indykpol AZS Olsztyn (g. 17.30, Polsat Sport Extra); **zaległ. 16. kol.:** Jastrzębski Węgiel – MKS Będzin (18).

PES

TABELA PLUSLIGI

1. ZAKSA	12-0	35	36:8
2. Trefl	11-4	30	35:21
3. Verva	8-5	24	29:24
4. Jastrzębie	8-2	23	26:12
5. Ślepsk	8-7	23	28:26
6. Aluron	7-6	22	25:20
7. Katowice	7-5	21	26:21
8. Resovia	7-5	18	24:23

9. Czarni	6-9	18	25:34
10. PGE Skra	5-5	16	20:17
11. Indykpol AZS	5-7	15	19:25
12. Cuprum	4-11	13	22:36
13. Stal	1-12	9	18:37

14. Będzin	2-13	6	13:42

SPRINTEM

PIŁKA NOŻNA || W zaległym meczu 16. kolejki II ligi Sokół Ostróda o godz. 16.15 podejmie dzisiaj Stal Rzeszów.

>>> W spotkaniu kończącym 13. kolejkę PKO Ekstraklasy płocka Wisła wygrała w Gdańsku z Lechią 1:0 (Lagator 65). Goście wygrali po raz pierwszy od prawie dwóch miesięcy, podczas gdy dla gdańszczan była to już czwarta ligowa porażka z rzędu.

• **Czołówka tabeli:** 1. Legia Warszawa 29 pkt; 2. Raków Częstochowa 27; 3. Górnik Zabrze 23; 4. Pogoń Szczecin 22 (mecz mniej); 5. Zagłębie Lubin 22; 6. Śląsk Wrocław 20.

Klasyfikacja strzelców: 1. Tomáš Pekhart (Legia) – 12 goli; 2. Jesus Jimenez (Górnik), Jakov Puljić (Jagiellonia Białystok) – po 8.

>>> W ostatnim meczu 13. kolejki hiszpańskiej Santander LaLiga piłkarze Celty Vigo rozgromili beniaminka z Kadyksu 4:0 (Nolito 6, Aspas 31, Beltran 43, Mendez 45). W tabeli prowadzi Sociedad (26 pkt/13 meczów) przed Atletico (26/11) i Realem (23/12), a w klasyfikacji strzelców na czele jest Luis Suarez z Atletico (8 goli), który wyprzedza Iago Aspasa z Celty i Mikela Oyarzabala z Sociedad (po 7).

SPORT W TV || **Piłka nożna.** Liga Mistrzyń: Paris Saint-Germain – Górnik Łęczna (14.25, TVP Sport); Bundesliga: Schalke 04 – Freiburg (18.25, Eleven Sports 2), Hoffenheim – Lipsk (20.25, Eleven Sports 4); Serie A: Juventus – Atalanta (18.25, Eleven Sports 1), Inter – Napoli (20.40, Eleven Sports 2); PKO Ekstraklasa: Lech – Pogoń (20.25, TVP Sport, Canal+ Sport); LaLiga: Barcelona – Sociedad (20.55, Eleven Sports 1); Ligue 1: PSG – Lorient (20.55, nSport+); Premier League: Liverpool – Tottenham (20.55, Canal+ Sport 2)

• **Koszykówka.** Euroliga mężczyzn: Zenit St Petersburg – Bayern Monachium (17, Polsat Sport News); Liga Mistrzów: Start Lublin – Niżny Nowogród (18.25, nSport+)

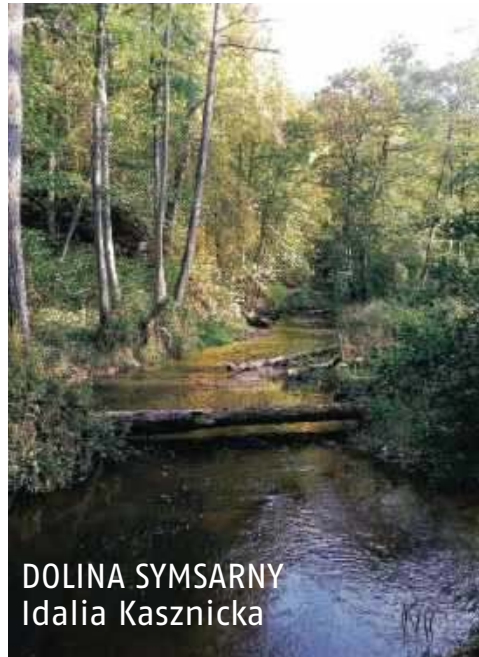
• **Siatkówka.** Liga Mistrzów: Verva – Modena (17.20, Polsat Sport), Roeselare – Kuzbass (20.20, Polsat Sport News); PlusLiga: PGE Skra – Indykpol AZS (17.30, Polsat Sport Extra); Superpuchar Polski kobiet: Chemik Police – Budowlani Łódź (20.30, Polsat Sport)

• **Piłka ręczna.** Superliga kobiet: Młyny Stożów Koszalin – Start Elbląg (17.55, TVP Sport).

PES

Prenumerata za zdjęcie

CZEKAMY NA WASZE ZDJĘCIA POKAZUJĄCE PIĘKNO NASZEGO REGIONU. BĘDIEMY JE PUBLIKOWAĆ W „GAZECIE OLSZTYŃSKIEJ”/„DZIENNIKU ELBLĄSKIM”. AUTORZY ZDJĘĆ, KTÓRE ZAMIEŚCIMY W NASZYM PAPIEROWYM WYDANIU, OTRZYMAJĄ OD NAS TRZYMIESIĘCZNY BEZPŁATNY DOSTĘP DO ELEKTRONICZNEGO WYDANIA „GAZETY OLSZTYŃSKIEJ”/„DZIENNIKA ELBLĄSKIEGO”. ZDJĘCIA Z DZISIEJSZEJ GAZETY/DZIENNIKA MOŻNA OBEJRZEĆ TEGO SAMEGO DNIA NA GAZETAOLSZTYNSKA.PL WYSYŁAJCIE ZDJĘCIA TUTAJ: I.HRYWNA@GAZETAOLSZTYNSKA.PL



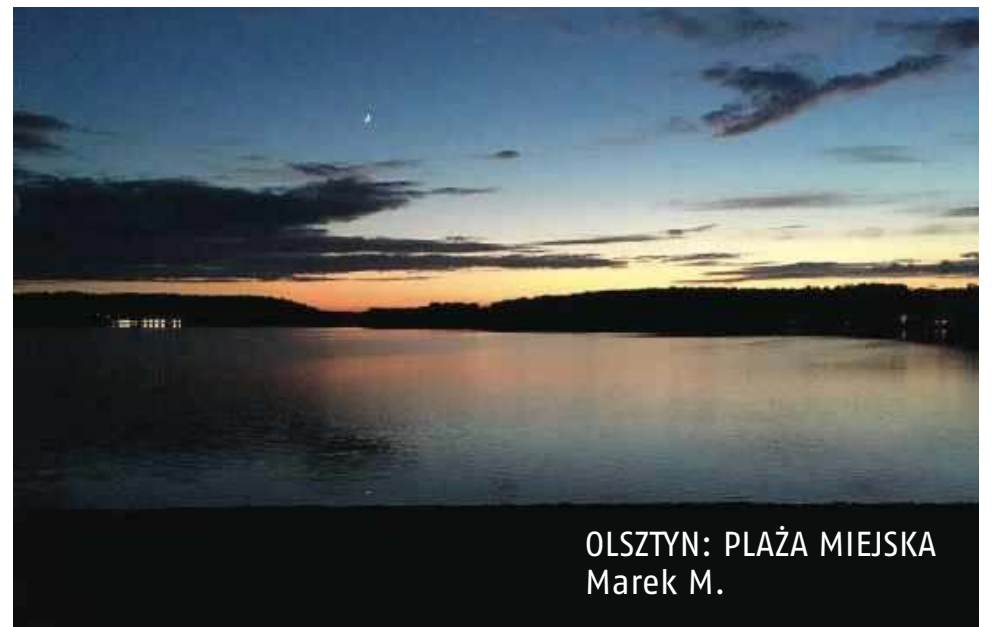
DOLINA SYMSARNY
Idalia Kasznicka



ŚWIĘTOCHOWO (POWIAT BRANIEWSKI)
Agata Dziemiańczyk



NASZA WARMIA
Maciej Barzdo



OLSZTYN: PLAŻA MIEJSKA
Marek M.



KITESURFING W KADYNACH
Justyna Szostek



JEZIORO ŁAŃSKIE
Czytelnik

rolnicze abc

Niech się wszystkim darzy!



Fot. pixabay

REKLAMA



Z okazji

Świąt Bożego Narodzenia

składamy najserdeczniejsze życzenia.

Niech ten świąteczny czas będzie pełen miłości i wzajemnego szacunku.

Niech pozwoli Państwu z nadzieją spojrzeć w przyszłość
i skutecznie zmagać się z codziennymi problemami.

Niech nadchodzący 2021 rok będzie pełen sukcesów
osobistych i zawodowych, a każdy kolejny dzień przynosi pomysłność
i pozwala z nadzieją patrzeć w przyszłość.

Wydawca i redakcja „Rolniczego ABC”



Pieniądze przekazane przez Agencję Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa w 2020 roku na rzecz województwa warmińsko-mazurskiego

W tym roku mija 20 lat od powstania oddziałów regionalnych i biur powiatowych ARiMR, która w zeszłym roku świętowała swoje 25-lecie.

Do tej pory zdążyła przekazać ponad 368 miliardów złotych z funduszy unijnych i pomocy krajowej.

Z tej kwoty ponad 21 miliardów złotych otrzymali rolnicy i producenci rolni z Warmii, Mazur i Powiśla.

Ten rok postawił przed nami nowe zadania. Sytuacja wynikająca z pandemii COVID-19 wymusiła nowe formy działania. Wprowadzone zostały praca zdalna oraz ograniczenia bezpośrednich kontaktów z beneficjentami. Egzamin zdały cyfrowe narzędzia umożliwiające składanie wniosków oraz załatwianie wielu spraw, jak aplikacja eWniosekPlus, Portal IRZPlus, czy wprowadzona pilotażowo mobilna aplikacja na smartfony. Oprócz nowych narzędzi, zostały też uruchomione nowe formy pomocy, jak wsparcie dobrostanu zwierząt, czy pomoc dla producentów chryzantem.

PLATNOŚCI BEZPOŚREDNIE – ZALICZKI

W 2020 roku rolnicy wzorem lat ubiegłych mogli ubiegać się o przyznanie płatności bezpośrednich oraz płatności obszarowych w ramach Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich (PROW) tzn. ONW (obszary o niekorzystnych warunkach gospodarowania), PRSK (programy rolno-środowiskowo-klimatyczne), RE (rolnictwo ekologiczne), ZGR (zalesianie gruntów rolnych). W biurach powiatowych w województwie warmińsko-mazurskim obsługiwanych jest ponad 43 tys. wniosków dot. płatności OB, i łącznie ponad 44,5 tys. wniosków obszarowych PROW.

ARiMR po raz piąty w historii obowiązującego w Polsce systemu dopłat, zrealizowała wypłatę zaliczek na poczet płatności bezpośrednich i po raz drugi zaliczek na poczet płatności obszarowych PROW.

Zaliczki zostały wypłacone na najwyższym dopuszczalnym w Unii Europejskiej poziomie i w przypadku dopłat bezpośrednich wyniosły 70 proc., a w przypadku płatności obszarowych PROW – 85 proc. Pieniądze przelewano na konta rolników od 16 października do 30 listopada 2020 r.

W województwie warmińsko-mazurskim ARiMR zrealizowała płatności zaliczkowe w ramach dopłat bezpośrednich na kwotę 683,63 mln zł dla 41 789 rolników, natomiast w ramach płatności obszarowych PROW zaliczki trafiły na konta 41 417 rolników w wysokości 169,79 mln zł. Od 1 grudnia Agencja rozpoczęła realizację płatności końcowych.

DOBROSTAN ZWIERZĄT

ARiMR w 2020 r. uruchomiła nowy rodzaj pomocy, finansowany z budżetu PROW na lata 2014-2020, którym jest „Dobrostan zwierząt”. Program adresowany jest do tych rolników, którzy w zamian za rekompensatę zadbają o lepsze samopoczucie i zdrowie zwierząt hodowlanych w ich gospodarstwie przez zwiększenie powierzchni bytowej przypadającej na jedno zwierzę (krowę, lochę, tucznika) o co najmniej 20 proc. w stosunku do wymaganej obecnie minimalnej powierzchni lub przez zorganizowanie zwierzętom dostępu do pastwiska czy wybiegu. Pierwszy nabór wniosków, który odbył się w terminie składania wniosków o przyznanie płatności bezpo-

średnich, czyli od 15 marca do 15 czerwca 2020 r., cieszył się dużym zainteresowaniem rolników. W złożonych w Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa dokumentach rolnicy zadeklarowali, że w podwyższonym standardzie będą utrzymywać łącznie blisko 3 mln świń i krów. Kwota, o jaką na realizację tego przedsięwzięcia wnioskują, wynosi ponad 220 mln zł. W województwie warmińsko-mazurskim o to wsparcie ubiega się 6016 rolników.

POMOC W ZWIĄZKU Z EPIDEMIĄ

Rok 2020 to wyjątkowy w ARiMR rok również ze względu na realizację różnych działań związanych z łagodzeniem kryzysu wywołanego epidemią COVID-19, zarówno w sektorze przetwórstwa rybnego, w sektorach produkcji rolnej czy też wsparcie dla posiadaczy chryzantem, którzy nie sprzedali kwiatów w związku z ograniczeniami na rynku spowodowanymi epidemią COVID-19.

Pomoc, tzw. COVID-19 PROW

Pomoc dla rolników szczególnie dotkniętych kryzysem związanym z COVID-19 finansowana jest z budżetu PROW 2014-2020, ma formę jednorazowej płatności ryczałtowej, a jego wysokość jest uzależniona od rodzaju i skali prowadzonej produkcji rolnej. Maksymalna kwota pomocy nie może przekroczyć 7 tys. euro. Pomoc adresowana jest do rolników i hodowców pracujących w następujących sektorach produkcji rolnej: bydła mięsnego, krów typu mlecznego i kombinowanego, świń, owiec, kóz, drobiu rzeźnego, drobiu nieśnego i upraw roślin ozdobnych w szklarniach ogrzewanych lub tunelach foliowych ogrzewanych. Całkowite wydatki publiczne w euro w ramach tego instrumentu wsparcia to ponad 273 mln euro. Wszystkich strat nie wyrówna, ale pomoże tym najbardziej dotkniętym koronakryzysem. W naszym województwie o tę pomoc ubiega się ponad 11 tys. rolników. ARiMR jest obecnie na etapie wydawania decyzji w ramach przedmiotowego wsparcia.

Pomoc dla producentów chryzantem

W związku z epidemią koronawirusa i w konsekwencji zamknięcia cmentarzy, ARiMR przyjmowała do 6 listopada wnioski o pomoc dla rolników zajmujących się uprawą chryzantem i przedsiębiorców zajmujących się sprzedażą tych kwiatów. W województwie warmińsko-mazurskim o to wsparcie wnioski złożyło 136 posiadaczy chryzantem, w tym zgłoszono niesprzedanych ponad 142 tys. szt. chryzantem doniczkowych oraz ponad 36 tys. szt. chryzantem ciętych.

DZIAŁANIA INWESTYCYJNE

Niesłabnącym zainteresowaniem cieszą się fundusze inwestycyjne. Aktualnie Warmińsko-Mazurski Oddział Regionalny ARiMR realizuje PROW na lata 2014-2020. W ramach programu dla rolników z województwa warmińsko-mazurskiego wypłacono jak dotąd ponad 320 milionów



zł, w tym najwięcej na modernizację gospodarstw rolnych – ponad 250 milionów zł.

Największe wyzwanie stanowi działanie „Modernizacja gospodarstw rolnych”. Obecnie oddział zajmuje się weryfikacją ponad 900 wniosków z tego zakresu. Pod koniec roku uruchomiono kolejne nabory wniosków na działania inwestycyjne: „Rozwój przedsiębiorczości - rozwój usług rolniczych”, „Inwestycje w gospodarstwach położonych na obszarach Natura 2000”, „Inwestycje mające na celu ochronę wód przed zanieczyszczeniem azotanami pochodzącymi ze źródeł rolniczych”, „Modernizacja gospodarstw rolnych – w obszarze nawadniania w gospodarstwie”. Pomimo ogłoszenia stanu pandemii, w 2020 roku udało się wypłacić ponad 86 milionów zł w ramach działań inwestycyjnych.

PO „RYBACTWO I MORZE”

W celu łagodzenie skutków gospodarczych epidemii COVID-19 dla branży rybołówstwa morskiego i dla sektora akwakultury w tym roku były ogłoszone po dwa nabory wniosków o dofinansowanie dla każdego sektora.

Dla rybaków morskich uruchomiono nabory w zakresie działania 1.10 „Tymczasowe zaprzestanie działalności połowowej”, natomiast dla sektora akwakultury w ramach działania 2.8 „Środki dotyczące zdrowia publicznego”.

W przypadku działania 1.10 „Tymczasowe zaprzestanie działalności połowowej” w obu naborach wpłynęły do Warmińsko-Mazurskiego OR ARiMR łącznie 92 wnioski o dofinansowanie na kwotę 15 474 750 zł. Pomoc wypłacana jest w formie rekompensaty armatorowi statku i do tej pory ARiMR przekazała 10 342 050 zł.

W ramach działania 2.8 „Środki dotyczące zdrowia publicznego” mającego na celu złagodzenie skutków epidemii COVID-19 dla sektora akwakultury, do Warmińsko-Mazurskiego OR ARiMR wpłynęło łącznie 59 wniosków o do-

finansowanie na kwotę 4 652 188,27 zł. Pomoc wypłacana jest w formie rekompensaty poniesionych kosztów. Warmińsko-Mazurski OR ARiMR zrealizował już zlecenia na kwotę ponad 3 mln zł i jest w trakcie dalszej wypłaty środków.

REJESTRACJA ZWIERZĄT

Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa w 2018 roku uruchomiła portal IRZplus. Dzięki niemu szybko i wygodnie mogą rolnicy przez internet dokonywać zgłoszeń o zdarzeniach dotyczących posiadanych przez siebie zwierząt gospodarskich.

Korzystanie z Portalu IRZPlus to duże korzyści. Nie trzeba jeździć do biura powiatowego lub wysyłać dokumentów pocztą. Jest to szczególnie ważne w obecnej sytuacji zagrożenia epidemicznego kraju.

Portal IRZPlus jest ciągle rozbudowywany o nowe funkcjonalności a liczba użytkowników składających dyspozycje ciągle rośnie. W 2018 roku kiedy portal został udostępniony było 21 144 użytkowników, natomiast w 2020 roku jest ich już 84 095.

KOŁA GOSPODYN WIEJSKICH

Rok 2020 jest trzecim z rzędu, w którym koła gospodyń wiejskich mogą ubiegać się w ARiMR o dotację na swoją działalność. Nabór wniosków rozpoczął się 5 czerwca 2020 r., a zakończył się 30 września 2020 r. Z roku na rok program wsparcia dla KGW cieszy się coraz większym zainteresowaniem, co potwierdza wzrost liczby kół, które wnioskuje o pomoc. W 2018 r. w skali kraju ze wsparcia skorzystało ponad 4 tys. kół, które otrzymały łącznie ponad 16 mln zł. Rok później pomoc w kwocie ok 29 mln zł. trafiła już do blisko 9 tys. kół. W 2020 roku tylko naszym województwie ze wsparcia skorzystało 312 kół na kwotę ponad 1 mln zł.



Naszym Klientom, kontrahentom i współpracownikom na ten wyjątkowy czas

Świąt Bożego Narodzenia

życzymy odpoczynku w rodzinnym gronie i wzajemnej życzliwości.

Niech nadchodzące święta będą pełne radości, spokoju i nadziei.

A Nowy Rok 2021 spełni Państwa wszelkie oczekiwania
i upłynie pod znakiem zdrowia, dobra i szczęścia.

Zarząd i pracownicy firmy Piast Pasze II



- PASZE PEŁNOPORCJOWE
- PREPARATY MLEKOZASTĘPCZE
- KONCENTRATY • PIASTMIXY
- DODATKI PASZOWE
- ARTYKUŁY DO PRODUKCJI ROLNEJ

www.wp-piast.pl

Kombinat Konopny, czyli 900 wspólników i 4,2 mln zł w 40 minut

Maciej Kowalski pasjonat, rolnik, człowiek uparcie dążący do wyznaczonego celu, założyciel i prezes Kombinatoru Konopnego, a przede wszystkim pionier uprawy i przetwórstwa konopi włóknistych w Polsce.

W 2014 r. pan Maciej uzyskał pierwsze w Polsce prywatne zezwolenie na prowadzenie skupu konopi. W tym samym roku założył firmę HemPoland, którą prowadził do 2018 r. zatrudniającą około 100 osób. W 2018 r. 100 proc. udziałów HemPoland odkupili Kanadyjczycy. Ale pan Maciej, jak zawsze miał głowę pełną pomysłów i dalej realizował swoje kolejne założenia i marzenia. W 2019 roku założył Kombinat Konopny zlokalizowany w Gronowie Górnym, pow. elbląski (gmina Elbląg). Firma specjalizuje się w uprawie i przetwórstwie konopi włóknistych. Grunty pod plantację dzierżawi w 2021 roku deklaruje uprawę 40 ha konopi włóknistych.

CZAS WRÓCIĆ NA PODIUM

Uprawa konopi na terenach powiatu elbląskiego ma swoją bogatą historię, bo kilkadziesiąt lat temu kilka procent arealu powiatu elbląskiego obsianych było konopiami.

Rozmówca wspomina, że przeprowadził wiele rozmów ze starszymi mieszkańcami tych terenów, którzy mówili, że do dziś pamiętają piękne, zielone pola i charakterystyczne liście konopi to są ich wspomnienia z dzieciństwa. Ichliby zobaczyć ponownie takie widoki. Pan Maciej dodaje, że Polska jeśli chodzi o uprawę konopi swego czasu była w trójce największych producentów na świecie, więc może czas wrócić na podium.

Szukając odmian konopi jest wczym wybierać, ponieważ na

liście w Krajowym Rejestrze (KR) w 2020 r. widnieje 11 odmian. Wśród nich trzy nowe odmiany: Matrix, Mietko i Sofia wpisane do rejestru w bieżącym roku. Poza odmianami z krajowego rejestru zgodnie z obowiązującymi przepisami, dopuszczone do uprawy są inne odmiany znajdujące się we wspólnym katalogu odmian roślin rolniczych, publikowanych przez Komisję Europejską. W 2021 roku z pewnością w Krajowym Rejestrze pojawią się nowe odmiany.

Konopie można uprawiać na ziarno, na kwiat i na włókno i są to trzy zupełnie różne technologie, różniące się między innymi agrotechniką, więc już przed zakładaniem plantacji trzeba mieć pomysł w którym kierunku chcemy iść. – Proponowałbym żeby na konopie mieć pomysł od początku do końca, bo jak ktoś ma zasieć tylko dlatego, że inni sieją, że jest na konopie bum i może zarobić to od razu powiem, że bez planu idąc na żywioł na konopiach nikt nie zarobi – przestrzega rozmówca.

CEL – ZAKŁAD PRZETWÓRCZY WŁÓKNA

Założyciel Kombinatoru Konopnego i jego zespół zajmują się wszystkim począwszy od uzyskania niezbędnych pozwoleń na uprawę konopi, poprzez przygotowanie pola, nawożenie, wybranie odpowiednich odmian i całą agrotechnikę kończąc na zbiorze, to podkreśla, że przez ostatnie dwa lata, był bardziej jednostką badaw-

czo – rozwojową. Dlatego, że poza typową polową produkcją wciąż trwały intensywne i zaawansowane badania i testy jak przerobić włókno konopne żeby pozyskać z niego coś sensownego i innowacyjnego.

– W tej chwili Kombinat Konopny oferuje: ziolo na dobry nastrój i ziolo na koncentrację, susz z kwiatostanu konopi oraz pyłek konopny. Pod koniec przyszłego roku zaoferujemy państwu olej CBD. Chcemy by wyróżniała nas wysoka jakość i atrakcyjna cena – wyjaśnia założyciel Kombinatoru Konopnego.

Rozmówca podkreśla, że wraz z osobami współtworzącymi kombinat, postawili sobie za cel zbudowanie zakładu przetwórczego włókna. Zdają sobie sprawę, że to potrwa, bo już pracują nad tym parę lat i prace badawcze pochłonęły parę milionów, ale założyciel Kombinatoru zawsze dąży do celu, często idzie pod prąd, ale na koniec okazuje się, że to była dobra droga.

Konopie zawsze kojarzyły się, że są to tylko długie włókna czesane, Maciej Kowalski poszedł pod prąd i postanowił pracować nad uzyskaniem krótkich konopnych włókien, w strukturze podobnych do bawełny. Oczywiście sceptyków i doradców nie brakowało, ale Kowalski zawsze idzie swoją drogą, poza tym działa aktywnie w branży od 15 lat, więc swoje własne doświadczenia, praktykę i ogromną wiedzę również posiada.

– Ma być krótkie włókno i będzie stosując różne metody, eksperymentując, testując



Maciej Kowalski pasjonat, rolnik, założyciel i prezes Kombinatoru Konopnego

doskonalił proces produkcji w skali półtechnicznej. Potrafimy już tak przerobić włókno konopne, że uzyskujemy z niego produkt podobny do przędzy bawełnianej. Po 2 latach prac doszliśmy do takiego etapu, że chcemy postawić zakład, ale już nie doświadczalny, a produkcyjny. Ale chcemy produkować w dalszym ciągu metodami rzemieślniczymi, ale na skalę przemysłową – deklaruje właściciel Kombinatoru Konopnego. Postawienie zakładu produkcyjnego będzie wymagało największych nakładów finansowych.

17 PROC. UDZIAŁÓW KOMBINATU NA SPRZEDAŻ

W związku z tym jakiś czas temu podjęto decyzję o emisji akcji. Do tej pory Maciej Kowalski rozwijał firmę za swoje pieniądze i mógłby dalej to robić, jednak zdecydował się na sprzedaż 17 proc. udziałów. 16 listopada dokładnie o godzinie 16.20 – 4,20 miliona akcji Kombinatoru Konopnego trafiło do sprzedaży. Warto

dodać, że akcje były w bardzo atrakcyjnej dla kupującego cenie i dzięki czemu założyciel kombinatoru zyskał 900 wspólników i w zaledwie 40 minut zebrano 4,2 mln zł! To absolutny rekord crowdfundingu w Polsce. Media przypominały poprzednim rekordzie, który należał do Wisły Kraków, która na zebranie 4 mln zł potrzebowała 24 godzin, co wydawało się dużym wyczynem. Kombinat Konopny potrzebował zaledwie 40 minut!.

– Sam byłem trochę zaskoczony, że odzew był tak duży, ale bardzo się cieszę, bo mam teraz 900 wspólników, którzy aktywnie ruszyli do działania i już w ciągu pierwszych tygodni pomogli nam w promocji, zgłaszają nowe punkty zainteresowane dystrybucją naszych produktów, a nawet stali się źródłem nowych pracowników – dwójce zakonariuszy zaoferowaliśmy pracę i od stycznia będą pracować „u siebie” – wylicza pan Maciej.

Co ciekawe zainteresowanych zakupem akcji było o wiele więcej osób, zapytania o kolejne emisje nie milkną. Prezes Kombinatoru Konopnego odpowiada, że pozyskane z pierwszej emisji pieniądze pozwolą na realizację założonej strategii, a cele są jasno określone. – Oczywiście możliwości jest wiele, ale nie wszystko na raz. Poza tym Kombinat jest niewielkim, zgranym i bardzo zaangażowanym zespołem, a jeżeli zdecydowalibyśmy się na kolejne działania, struktury musiałyby być bardziej rozbudowane, więc teraz sku-

piamy się na realizacji założonych celów i jeszcze raz dziękuję wszystkim 900 wspólnikom za wsparcie – mówi Kowalski.

NA SZCZĘŚCIE WIELE SIĘ ZMIEŃIŁO

– Najbardziej cieszę się z tego, że czasy się zmieniły, działam w tej branży od 15 lat i w końcu nie muszę tłumaczyć co drugiej osobie, że nie jestem „wariatem”, wizjonerem odebranym od rzeczywistości żyjącym w konopnym lesie, że nie handluje narkotykami, że wszystko co robię jest zgodne z prawem. W ostatnich latach o konopiach jest coraz głośniej i ludzie są coraz bardziej świadomi i to cieszy – wyznaje Maciej Kowalski, założyciel Kombinatoru Konopnego.

Pracownicy Kombinatoru Konopnego mają teraz jeszcze więcej pracy, ale ciesząc tak duże wsparcie dla swoich działań wiedzą, że wszystko jest możliwe. Warto dodać, że plan jest ambitny i zakłada 25 mln zł przychodu do 2025 roku. Choć prezes nie wyklucza, że plan uda się zrealizować nawet wcześniej, a w 2025 roku chce wprowadzić spółkę na giełdę.

– Co do ponownej sprzedaży udziałów, w najbliższym czasie nie planujemy, ale niewykluczone, że za jakiś czas wrócimy do tematu i rozważymy przeprowadzenie większej emisji na sfinansowanie np. produkcji płyt meblowych, czy innej obiecującej gałęzi zagospodarowania pałazierzy, pomysłów mi nie brakuje – podsumowuje rozmówca.

Monika Radzilewicz



Polska swego czasu była w trójce największych producentów konopi na świecie



Z włókna konopnego można uzyskać produkt podobny do przędzy bawełnianej

Olsztyńscy naukowcy w rankingu najlepszych na świecie

Uniwersytet Stanforda opracował ranking TOP 2% najlepszych naukowców na świecie. Zestawienie objęło prawie 160 tysięcy badaczek i badaczy z całego świata, a wśród nich 726 osób z Polski.

Olsztyn jako miasto uniwersyteckie ma powody do dumy, ponieważ przedstawiciele Instytutu Rozrodu Zwierząt i Badań Żywności Polskiej Akademii Nauk znaleźli się w rankingu najlepszych naukowców przygotowanym przez amerykański Uniwersytet Stanforda. Misją Instytutu Rozrodu Zwierząt i Badań Żywności PAN w Olsztynie jest prowadzenie interdyscyplinarnych badań wyjaśniających mechanizmy oddziaływania środowiska na jakość życia człowieka i dobrostan zwierząt oraz upowszechnianie uzyskanych wyników.

Lista TOP 2% została opracowana w oparciu o dorobek naukowy poszczególnych

badaczy według indeksu bibliometrycznego. Kryteriami oceny były indeks Hirscha, liczba cytowań, Impact Factor oraz miejsce irola na liście autorów. Mówiąc prościej, podstawą do znalezienia się na liście jest zainteresowanie środowiska opublikowanymi pracami naukowymi badaczy. Przy tworzeniu rankingu liczy się na ile będą z niej korzystali inni i jak często będzie cytowana przez innych np. w specjalistycznej prasie.

Zestawienie obejmuje specjalistów i naukowców z 22 dziedzin nauki. Jak informuje Polska Akademia Nauk, na tej prestiżowej liście znalazło się aż 6 naukowców z Instytutu Rozrodu Zwierząt i Badań Żywności PAN w Olsztynie: profesorowie Ryszard Amarowicz, Mariusz Piskula, Henryk Zieliński, Adam Zięcik, Zenon Zduńczyk i prof.



Fot. Monika Radziulewicz

Jan Kotwica. Najwyżej notowanym na prestiżowej liście naukowcem reprezentującym dziedzinę nauk o żywności jest prof. Ryszard Amarowicz, kierownik Zakładu Chemicznych i Fizycznych Właściwości Żywności. Natomiast wśród naukowców z dziedziny mle-

czarstwa i zootechniki prym wiodzie profesor Adam Zięcik. Jest to ogromne wyróżnienie i bardzo miłe podsumowanie ich wieloletniej pracy naukowej. Warto dodać, że wszyscy wyróżnieni naukowcy rozwinieli swoją karierę badawczą w olsztyńskim Instytucie PAN.

Instytut Rozrodu Zwierząt i Badań Żywności PAN w Olsztynie rozpoczął działalność 1 kwietnia 1988 roku, początkowo pod nazwą Centrum Agrotechnologii i Weterynarii PAN. Należy podkreślić, że Instytut rozpoczął działalność bez

własnej bazy lokalowej, a kadre pracowników naukowych stanowiło zaledwie kilka osób. W 1995 roku nastąpiła zmiana statusu placówki i przekształcenie w Instytut o obecnej nazwie.

W strukturze organizacyjnej Instytutu funkcjonują dwa oddziały o różnym zakresie badań. Pierwszy z nich to Oddział Biologii Rozrodu, a drugi to Oddział Nauk o Żywności. Bieżącą problematykę badawczą tego oddziału można określić jako „Żywność podstawowym elementem psychofizycznej kondycji człowieka”. W 1998 roku oddano do użytku budynek laboratoryjny Oddziału Nauk o Żywności przy ul. Tuwima w Olsztynie. Dwa lata temu Instytut Rozrodu Zwierząt i Badań Żywności PAN w obchodził jubileusz 30-lecia.

Źródło: Instytut Rozrodu Zwierząt i Badań Żywności PAN w Olsztynie

REKLAMA

„Chwała bądź Bogu w wysokości,
a ludziom pokój na niskości.
Narodził się Zbawiciel,
dusz ludzkich Odkupiciel,
na ziemi...”

W wigilię Bożego Narodzenia

gromadzimy się przy wspólnym stole. Gasną spory, łamiemy się opłatkiem, a wśród nas gości radość i nadzieja. W te wyjątkowe Święta życzymy spokoju i bezpieczeństwa w każdym polskim domu. Niech spełniają się życzenia noworoczne, niech realizują się marzenia i plany na przyszłość. Niech Nowy Rok da każdemu z nas poczucie satysfakcji z wypełnianej roli oraz przyniesie zdrowie i pomyślność każdego dnia.

Zarząd Warmińsko-Mazurskiej
Izby Rolniczej



1505200tr-A-G



Od początku swego istnienia
Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa
przekazała rolnikom i przedsiębiorcom rolnym
województwa warmińsko-mazurskiego
ponad **21 miliardów złotych!**

Wszystkim mieszkańcom Warmii, Mazur i Powiśla
życzymy spokojnych i rodzinnych
Świąt Bożego Narodzenia
a w nadchodzącym 2021 roku przede wszystkim zdrowia
i samych owocnych inwestycji!

Dyrekcja i pracownicy
Warmińsko-Mazurskiego Oddziału Regionalnego ARiMR
www.arimr.gov.pl



1448200tr-c-M

Żywiak chlebowiec *stegobium paniceum* I – nieproszony gość w naszej kuchni

Najczęściej żywiaki trafiają do naszych domów przez okno lub wraz z produktami, które wcześniej kupiliśmy w sklepie, na targu czy w hurtowni. Dlatego warto zainstalować w oknach moskitiery.

Żywiak chlebowiec należy do szkodników zasiedlających produkty żywnościowe w miejscach ich przechowywania. Spotykany jest w magazynach, spiżarniach, sklepach, a często nawet w naszej kuchni.

Jak wygląda żywiak chlebowiec?

Jest małym chrząszczykiem, którego długość waha się od 2 do 5 mm, barwy czerwono-brązowej, chociaż młode osobniki mają kolor rudawy. Na pokrywach widoczne są rzędy małych kropek. Całe ciało pokryte jest drobnymi, żółtymi włoskami. Jajeczka składane przez samice mają długość 0,4 mm, barwę białą i kształt cytryny.

Larwa żywiaka ma kolor białokremowy, głowę ciemnobrunatną, kształt pędrakowaty, dorasta do 5 mm. Całe ciało larwy pokryte jest delikatnymi włoskami. Poczwaraka żywiaka ma długość ok. 4 mm.

Jak się rozmnaża i czym odżywia?

Rozwój żywiaka chlebowca zależy od temperatury i wilgotności. Najlepiej rozwija się w temperaturze od 20 do 25 stopni Celsjusza i wilgotności 60-70 procent. Jednak w temperaturach wyższych jego rozwój jest spowolniony, a długość życia postaci dorosłych znacznie skrócona.

Warunki optymalne do rozwoju żywiaka znajduje w naszych domach. Obok odpowiedniej do rozwoju temperatury, ma pod dostatkiem

jedzenia, na którym samica składa jaja. Najczęściej są to suche produkty, które przechowujemy w szafkach: mąka, kasze, ryż, wszelkie przyprawy,

bulka tarta, kawa, herbata, suszone owoce, czy też suche

pieczywo. Z jajeczek w bardzo krótkim

czasie wykluwają się larwy,

które są

bardzo

ruchliwe

i szybko

odnajdują

pokarm.

Dzięki

bardzo

silnym

zuwaczkom

prze-
grzają

opakowania

lub przedostają się przez

mikroszczeliny

znajdujące się w tych

opakowaniach. Larwy

żerując w produktach linieją

od 3 do 8 razy. Dojrzałe prze-

chodzą w stadium poczwarki, z której w którym czasie

wykluwa się osobnik dorosły. W sprzyjających warunkach gatunek ten występuje

w 4 pokoleniach w ciągu roku.

Bardzo często jesteśmy nie-

świadomi obecności żywiaka

w naszej kuchni. Szkodnik

ten prowadzi nocny tryb życia, dlatego populacja tego

szkodnika może rozwijać się

przez nikogo niezauważona. Dopiero pojawiające się



młode chrząszcze, które najczęściej kierują się w stronę okien, sygnalizują obecność tego szkodnika w naszych produktach żywnościowych.

Żywiak chlebowiec może być również spotykany w aptekach, gdzie żeruje na lekach oraz w sklepach zielarskich, gdyż lubi także zioła. Ponadto może atakować tapety i wyjadać klej. Niestety gatunek ten bardzo chętnie żeruje również na kartkach różnych zabytkowych ksiąg, dlatego spotykany jest również w bibliotekach.

Skąd żywiak chlebowiec w naszej kuchni?

Najczęściej żywiaki trafiają do naszych domów przez okno lub wraz z produktami, które wcześniej nabyliśmy (sklep, targ, hurtownia). Dlatego instalacja moskitier w oknach jest uzasadniona również tym przypadkiem. Musimy również pamiętać, że wszystkie zakupione produkty sypkie, powinny być umieszczane w zamkniętych pojemnikach, które chronią przed inwazją szkodników produktów przechowywanych.

**W PRZYPADKU
STWIERDZENIA
OBECNOŚCI ŻYWIAKA
W NASZYM DOMU,
PRZEPROWADZAMY
LUSTRACJE
WSZYSTKICH
PRODUKTÓW
SYPKICH I USUWAMY
ZASIEDŁONE
SZKODNIKIEM.**

W przypadku konieczności przeprowadzenia zabiegu zwalczającego, skorzystajmy z usług firmy DDD, która zapewni nam skuteczność zabiegu i bezpieczeństwo.

Prof. dr hab. Bożena Kordan,
Katedra Entomologii, Fitopatologii
i Diagnostyki Molekularnej,
Uniwersytet Warmińsko-Mazurski
w Olsztynie,
bozena.kordan@uwm.edu.pl
Mgr inż. Mariusz Foltynski,
Agrii Polska,
mateusz.foltynski@agrii.pl



Niech Wigilia i Święta Bożego Narodzenia
będą okazją do wzruszeń i spotkań rodzinnych.
Niech wraz z narodzinami Jezusa, narodzi się nowa
nadzieja, która pozwoli przezwyciężać wszystko,
co wydawać by się mogło niemożliwe.
Życzymy Państwu owocnego,
szczęśliwego, pełnego radości
i miłości Nowego Roku 2021.

Właściciele
wraz z pracownikami



www.agromex-az.pl agromex@interia.pl

54320MLZN-A-G



Z okazji Bożego Narodzenia życzę Państwu
dużo zdrowia oraz spełnienia marzeń.
Niech te święta będą przepięknie radością
i rodzinną atmosferą.

W 2021 roku życzę Państwu spokoju
i spełnienia wszystkich postanowień noworocznych.

Zbigniew Ziejewski
Poseł na Sejm RP




54120MLZN-A-G

Spokojnych
Świąt Bożego Narodzenia
przepięknych miłością i uśmiechem, wielu radosnych chwil
spędzonych w gronie najbliższych,
a w Nowym Roku 2021 optymizmu i nieustającej nadziei
w powodzenie wszelkich przedsięwzięć i planów
życzą
Rada Nadzorcza, Zarząd oraz pracownicy
Okręgowej Spółdzielni Mleczarskiej w Giżycku





Okręgowa Spółdzielnia Mleczarska
11-500 Giżycko, ul. Białostocka 25
www.osm-gizycko.com.pl

135520gggi-b-M

Wesołych Świąt!

Szanowni Państwo!

Z okazji Świąt Bożego Narodzenia oraz zbliżającego się Nowego Roku pragniemy serdecznie podziękować za dotychczasową współpracę oraz złożyć moc gorących życzeń, zdrowia, szczęścia i wszelkiej pomyślności

zespół




150720otbr-e-M

Embriotransfer gwar

Dr nauk weterynaryjnych, specjalista rozrodu zwierząt Arkadiusz Szkamelski i lekarz weterynarii Kamil Kossakowski od 4 lat tworzą zespół embriotransferu bydła „EmbrioVet”. Choć lekarze na co dzień związani są z Warmią i Mazurami, gdzie prowadzą swoje gabinety weterynaryjne, to jeżeli chodzi o embriotransfer działają w całej Polsce.

Kamil Kossakowski wyjaśnia, że ich działalność związana jest z pozyskiwaniem i przenoszeniem zarodków. A porównując pierwszy rok działania zespołu embriotransferu do obecnego, ilość dawczyń, czyli sztuk od których pozyskali zarodki wzrosła trzykrotnie.

Czym właściwie jest embriotransfer? Embriotransfer jest to przeniesienie zarodka,

które służy do szybkiego podnoszenia wartości genetycznej stada. Najczęściej wykonywany jest na jałówkach.

— OD JEDNEJ SUPER SZTUKI NP. CÓRKI WYBITNEJ KROWY, JESTEŚMY W STANIE UZYSKAĆ KILKANAŚCIE SZTUK POTOMSTWA. NASTĘPNIE ZARODKI SĄ PRZENOSZONE DO BIORCZYŃ PEŁNIĄCYCH FUNKCJĘ SUROGATEK. DZIĘKI TEMU UZYSKUJEMY WIĘKSZĄ ILOŚĆ CIELĄT

O POŻĄDANYCH CECHACH, PO SUPER RODZICACH — WYJAŚNIA KOSSAKOWSKI.

Zespół „EmbrioVet” pomaga hodowcom zdobyć pożądane zarodki z zagranicy, nie tylko z Europy, ale także ze Stanów Zjednoczonych. Za interesowani rolnicy mogą również zakupić zarodki wyprodukowane przez EmbrioVet, ponieważ dysponują własnym bankiem zarodków. W województwie warmińsko-mazurskim są gospodarstwa, które od kilku lat korzystają z embriotransferu, dzięki temu mają sztuki z linii najwyżej ocenianych światowych hodowli.

REKLAMA




NOWOŚĆ

3 korzyści stosowania ACTISAN 360

- 1 Silne działanie osuszające, bez ryzyka powstawania „błota” – sanityzacja ściółki,
- 2 Wiązanie amoniaku i poprawa jakości powietrza w pomieszczeniach inwentarskich,
- 3 Ograniczenie występowania patogenów w środowisku dzięki zakwaszeniu ściółki.

KOMFORT DLA LEPSZEJ WYDAJNOŚCI

Osuszający i sanityzujący preparat do podłoża



ul. Batorowska 15, 62-081 Wysogotowo
pl.timacagro.com | timac.tv





150720otbr-c-M

ancją szybkiego postępu genetycznego

PRODUCENCI MLEKA CHCĄ BYĆ RÓWNIEŻ HODOWCAMI

Lekarze weterynarii zajmujący się embriotransferem podkreślają, że embriotransfer nie jest zabiegiem bardzo drogim, dedykowanym do dużych gospodarstw, jak to się wcześniej wszystkim kojarzyło. Cena zarodków, sprzedawanych przez EmbrioVet to około 1000 zł netto, za zarodek przy użyciu nasienia seksowanego. Warto dodać, że są to zarodki od krów z największym indeksem w Polsce, np. z Osięcin.

Coraz częściej z embriotransferu korzystają mniejsze gospodarstwa, w których hodowcy stawiają na rozwój i chcą mieć najlepsze sztuki w krótkim czasie. Poza tym szczególnie młodzi hodowcy bydła mlecznego, podchodzą do



Zespół EmbrioVet, czyli dr nauk wet. specjalista rozrodu zwierząt Arkadiusz Szkamelski (od prawej) i lekarz wet. Kamil Kossakowski od 4 lat tworzą zespół embriotransferu bydła

swojej pracy inaczej, niż ich rodzice, czy dziadkowie.

Wiedzą, że innowacyjność w gospodarstwach hodowlanych powinna skłaniać się

ku temu, żeby trochę pomyśleć, pokombinować i zainwestować, bo można zrobić znacznie więcej, niż wyprodukować duże ilości, wyso-

kiej jakości mleka. Młodzi hodowcy mówią otwarcie, że chcą pozyskać dodatkowy dochód z gospodarstwa. Chcą być nie tylko producentami mleka, chcą być przede wszystkim hodowcami, starają się pracować tak żeby mieć w stadzie jak najlepsze zwierzęta, które będą regularnie sprzedawali, zarabiając na tym.

SZYBKI POSTĘP GENETYCZNY

Dr nauk weterynaryjnych, specjalista rozrodu zwierząt Arkadiusz Szkamelski wyjaśnia, że embriotransfer gwarantuje szybki postęp genetyczny, ponieważ dzięki ocenie genomowej, czy wyliczalnemu indeksom (TPI, PF) można wybrać ze stada najcenniejsze osobniki żeńskie. Nasienie najlepszych na świecie buhajów jest powszech-

nie dostępne i coraz tańsze. Dzięki temu hodowcy mają możliwość kojarzenia najlepszych par rodzicielskich i multiplikacja pożądanych cech wystąpi w znacznie krótszym przedziale czasowym.

**ZACZYNA SIĘ OD
JAŁÓWEK 12-13
MIESIĘCZNYCH,
KTÓRYCH MOŻNA
UŻYĆ DO PŁUKANIA.
MNIJ WIĘCEJ W TYM
CZASIE DOJRZEWAJĄ
PŁCOWO, ZACZYNAJĄ
WYKAZYWAĆ OBJAWY
RUJOWE, OBJAWY
CYKLU I SĄ OCENIANE**

**POD WZGLĘDEM
PRZYDATNOŚCI DO
EMBRIOTRANSFERU.
JEŻELI WSZYSTKO JEST
W PORZĄDKU MOŻNA
ZACZAĆ PROGRAM.**

— Zabieg płukania można powtarzać co 2 miesiące, zakładając uzyskanie średnio 6 zdalnych do przeniesienia zarodków, co daje to możliwość otrzymania od jednej sztuki 18 sztuk potomstwa w przedziale 6 miesięcy — wylicza Kamil Kossakowski. Oczywiście zwierzęta starsze niż 12 miesięcy również wchodzi w grę, nawet krowy, które wykazują szczególną wartość i hodowcy chcą je powielić i zatrzymać w stadzie.

Monika Radziulewicz

REKLAMA

www. **AGROPerfekt** .pl
STEYR
TRAKTOREN

*Z okazji nadchodzących Świąt Bożego Narodzenia
składamy Państwu serdeczne życzenia
wszelkiej pomysłności, niepowtarzalnej atmosfery,
ciepła oraz obfitości wszelkich dóbr.
Niech radość, pokój oraz poczucie prywatnego
i zawodowego spełnienia towarzyszą Państwu
przez cały Nowy Rok.*

Życzy:
Zarząd Agroperfekt wraz z pracownikami

PÖTTINGER
JCB
VÄDERSTAD
McHale
JOSKIN

Trzecia edycja naboru wniosków na nawadnianie w gospodarstwie rolnym

Od 30 listopada 2020 r. do 28 stycznia 2021 r. w ramach poddziałania „Wsparcie inwestycji w gospodarstwach rolnych” PROW 2014-2020, można składać wnioski na nawadnianie w gospodarstwie rolnym.

Pomoc finansowa może być przyznana rolnikowi, który:

1. Jest posiadaczem samoistnym lub zależnym gospodarstwa rolnego w rozumieniu Kodeksu cywilnego, o powierzchni użytków rolnych co najmniej 1 ha i nie więcej niż 300 ha, i kieruje tym gospodarstwem;

2. Prowadzi na terenie Rzeczypospolitej Polskiej m.in. produkcję roślinną lub zwierzęcą w celach zarobkowych;

3. Ma nadany numer identyfikacyjny w trybie przepisów o krajowym systemie ewiden-

cji producentów, ewidencji gospodarstw rolnych oraz ewidencji wniosków o przyznanie płatności.

W ramach tego obszaru wsparcia rolnicy mogą, przykładowo, realizować operacje polegające na: wykonaniu nowego nawodnienia (ewentualnie z wykonaniem ujęcia wodnego z wód podziemnych lub powierzchniowych), modernizacji istniejącej instalacji nawadniającej (ewentualnie z modernizacją ujęcia wodnego), modernizacji instalacji nawadniającej wraz z powiększeniem powierzchni nawadnianej (nowe nawodnienie) połączone ewentualnie z modernizacją zaopatrzenia tej instalacji w wodę.

Do kosztów kwalifikowanych są zaliczane między innymi koszty wykonania ujęć wody na potrzeby nawadnia-

nia w gospodarstwie, koszty zakupu nowych maszyn i urządzeń, w szczególności do poboru, mierzenia poboru, magazynowania, uzdatniania, odzyskiwania lub rozprowadzania wody, a także nowych instalacji do rozprowadzania wody oraz instalacji nowych systemów nawadniających i systemów do sterowania nawadnianiem.

Maksymalna wysokość pomocy udzielonej jednemu beneficjentowi i na jedno gospodarstwo rolne, w ramach omawianego instrumentu wsparcia, w okresie realizacji PROW 2014-2020, na operacje związane z nawadnianiem nie może przekroczyć 100 000 zł, przy czym pomoc przyznaje się na operację o planowanej wysokości kosztów kwalifikowanych powyżej 15 tys. zł.

Pomoc polega na refundacji do 50% (lub 60% kosztów kwalifikowanych, w przypadku operacji realizowanej przez młodego rolnika) poniesionych przez beneficjenta kosztów kwalifikowanych operacji.

**NABÓR WNIOSKÓW
W RAMACH WW.
INSTRUMENTU
WSPARCIA BĘDZIE
TRWAŁ DO
28 STYCZNIA 2021 R.**

Szczegółowe informacje dotyczące naboru wniosków na nawadnianie w rolnictwie w ramach PROW na lata 2014-2020 znajdują się na stronie Agencji Restrukturyzacji i Mo-



Fot. P. Kłobacz

dernizacji Rolnictwa (<https://www.arimr.gov.pl/ogloszenia-prezesa-arimr/artykuly/modernizacja-gospodarstw-rolnych-w-obszarze-nawadniania-w-gospodarstwie.html>).

Informacje na temat uzyskania zgód wodnoprawnych - w tym zgłoszeń wodnoprawnych oraz pozwoleń wodnoprawnych zostały zamieszczone na stronie Państwowego Gospodarstwa Wodnego Wody Polskie:

<https://wody.gov.pl/strefa-klienta>

<https://wody.gov.pl/index.php/pozwolenie-wodnoprawne>

Dodatkowo, pod numerem infolinii (22) 699 92 99, pracownicy Państwowego Gospodarstwa Wodnego Wody Polskie udzielają rolnikom oraz doradcom rolnym szczegółowych informacji dotyczących procedury uzyskania ww. dokumentów. Dane teleadresowe do poszczególnych Regionalnych Zarządów Gospodarki Wodnej znajdują się na stronie internetowej Państwowego Gospodarstwa Wodnego Wody Polskie pod linkiem <https://wody.gov.pl/nawodnienie-rolne>.

inf. ministerstwo

REKLAMA

Zapraszamy do współpracy

Płoskinia 1c
14-526 Płoskinia, tel. 600 254 200, 728 397 097

Oddział Kętrzyn
Nowa Wieś Kętrzyńska 77, tel. 728 397 100, 662 172 044

Oddział Kieźmark
ul. Gdańska 4, 83-020 Cedry Wielkie, tel. 691 237 200

www.mirtrans.pl

*Niech Święta Bożego Narodzenia
upłyną pod znakiem spokoju,
ciepła rodzinnego i nadziei,
a nadchodzący Nowy Rok
obfituje w pomyślność i szczęście.
Niech marzenia zmienią się
w rzeczywistość, a sukcesy
przerosną oczekiwania.*



ZOOHIGIENA, PODSTAWA PRODUKCJI ZWIERZĘCEJ

W przebiegu postępu produkcyjnego cały sektor rolnictwa zmienia się w ogromnym tempie. Zwierzęta, niegdyś przebywające w warunkach dla nich naturalnych (lasy, stępy, łąki), zostały na stałe zamknięte w budynkach inwentarskich. Ich potrzeby jednak nadal pozostają podobne do tych sprzed udomowienia. Dlatego jedną z fundamentalnych zasad utrzymania dobrostanu zwierząt jest zapewnienie odpowiednich pomieszczeń inwentarskich. Wiąże się to bezpośrednio z komfortem termicznym, łatwością poruszania czy też odpowiednimi warunkami odpoczynku. Mówiąc o spoczynku zwierzęcia, myślimy o odpowiednich legowiskach, wygodnych i przede wszystkim czystych. Rozkładając komfort termiczny na czynniki pierwsze, musimy wziąć pod uwagę nie tylko temperaturę, której podwyższenie często spowodowane jest nadmiernym stężeniem gazów w obiekcie, ale i wilgotność, której wysoki poziom znacznie potęguje odczuwanie niekorzystnych warunków panujących w danym mikroklimacie. Wobec tego zoohigiena staje się coraz częściej poruszonym zagadnieniem wśród producentów zwierząt, a zapewnienie odpowiednich warunków bytowych jest wąskim gardłem w osiąganiu wysokich wyników produkcyjnych. Dlatego dezynfekcja budynków inwentarskich nie powinna być traktowana jako zbędny wydatek, a jako inwestycja. Nie można myśleć o poprawie wydajno-

ści oraz dobrych parametrach gospodarstwa, nie uwzględniając zagrożeń ze strony szkodliwych drobnoustrojów, gromadzących się w różnych miejscach budynku inwentarskiego. Najprostszą oraz najefektywniejszą ekonomicznie metodą w walce z chorobami pasożytniczymi i zakaźnymi jest utrzymanie czystości. Aby skutecznie bronić się przed patogenami środowiska oraz natężeniem niekorzystnych warunków dla bytowania i ekspresji zachowań naturalnych dla zwierząt, należy przede wszystkim podejmować działania profilaktyczne. Nie możemy czekać, aż stężenie amoniaku w budynku stanie się zbyt wysokie, gdyż uwalnianie się gazów, takich jak amoniak i siarkowodor, powoduje dyskomfort zwierząt i ludzi oraz prowadzi do utraty cennych składników nawozowych (N, S) zawartych w oborniku/gnojowicy. Nie czekajmy także, aż na stanowiskach pojawią się kałuże i wilgoć, która powoduje dyskomfort i odczucie chłodu podczas leżenia, jak również ryzyko poślizgnięć w trakcie kładzenia się lub wstawania. Wilgotna ściółka ogranicza leżenie krów, skraca okresy odpoczynku (przeżuwanie) oraz wzmacnia stres u zwierząt. Osłabione przez niekorzystne środowisko zwierzę będzie bardziej podatne na choroby oraz znacznie obniży swoje parametry produkcyjne, co będzie miało fatalne skutki ekonomiczne dla gospodarstwa. W tej sytuacji pomocne są środki do doraźnej dezynfekcji.

SUCHA DEZYNFEKCJA

Preparaty do suchej dezynfekcji wspomagają zasadniczą dezynfekcję chemiczną, znacząco poprawiając dobrostan zwierząt i zmniejszając ich zachorowalność. Redukują wydzielanie szkodliwych gazów (amoniak, siarkowodor, metan), przez co oczyszczają powietrze (bardzo istotny atut w walce z chorobami płuc) oraz podnoszą wartość

nawozową gnojowicy i obornika. Unieszkodliwiają bakterie, grzyby oraz wirusy – w zależności od rodzaju preparatu. Dodatkowym atutem jest higroskopijność takich środków, co wpływa osuszająco na powierzchnię, na której przebywają zwierzęta. Osuszają legowiska i ograniczają występowanie chorób skórnych kończyn i biegunek. Niektóre z nich mogą też niszczyć larwy much, co wpływa na znaczną redukcję tych insektów w obiekcie inwentarskim. Zawartość związków wysokozasadowych jest dodatkowym atutem, gdyż są one w stanie podnieść pH powierzchni aż do 12, wartości, w której większość bakterii chorobotwórczych nie jest w stanie przetrwać. Ich zaletą jest możliwość stosowania w obecności zwierząt.

Mając na uwadze istotę doraźnej dezynfekcji w całym cyklu produkcyjnym zwierząt, Timac Agro wprowadziło na rynek nowy, innowacyjny środek do zoohigieny w budynkach inwentarskich. Opracowany został po ponad trzech latach badań w Roullier World Innovation Center we Francji. Na etapie badań przetestowano ponad 200 surowców we wszystkich możliwych konfiguracjach i wybrano najbardziej efektywne rozwiązanie. Tak powstał Actisan 360, będący ewolucją uznanego przez hodowców produktu Actisan. Poprzez swoją innowacyjność posiada nie tylko cechy swojego poprzednika, lecz także znacznie poprawia jego właściwości osuszające i neutralizujące, pozostając przy tym bezpiecznym dla zwierząt.

Większość bakterii chorobotwórczych rozwijających się w ściółce to bakterie zasadowofilne, co oznacza, że rozmnażają się w środowisku zasadowym. Actisan 360 zakwasza ściółkę bez użycia niekiedy niebezpiecznych dla zdrowia zwierząt kwasów. W ten sposób pomaga rozwijać pożądaną dla warunków zoohigienicznych florę kwasofilną (pałeczki kwasu mlekowego itp.) oraz redukować bakterie chorobotwórcze (zasadofilna E.Coli). Actisan 360 posiada silne właściwości osuszające,



Grzegorz Lewczuk
Product Manager
Timac Agro Polska

nie tworząc przy tym efektu błota (wiążanie wody przez produkt jest procesem nieodwracalnym). Są one niezwykle ważne w ograniczeniu rozwoju bakterii, gdyż krowa potrafi wyprodukować ok. 40 do -50 litrów płynów dziennie (mocz, kał). Ponadto Actisan 360 zawiera naturalne związki aromatyczne, które sprzyjają zakwaszeniu, redukując przy tym wszelkie odory. Silne wiązanie amoniaku znane z Actisanu zostało wzmocnione aż o 66% w nowym produkcie, dzięki czemu ograniczanie podrażnień górnych dróg oddechowych jest jeszcze efektywniejsze. Z kolei azot, który dzięki formule Actisanu pozostaje zatrzymany w ciekłej postaci, znacznie poprawia jakość nawozową naszej gnojowicy/obornika.

Dbając o odpowiednie warunki w naszych budynkach, dbamy o poprawę jakości życia zwierząt, a brak dyskomfortu związanego ze środowiskiem bezpośrednio wpływa na ich poczucie bezpieczeństwa. Ma to też zbawienny wpływ na ich kondycję oraz poprawę parametrów produkcyjnych.



PHYSIOSTART

Kompleks PHYSIO+

CaCO₃ 25% | N 8% | P₂O₅ 28% | SO₃ 23% | Zn 2%

Mikro- granulowany nawóz startowy



3 korzyści stosowania Physiostart

- 1 Natychmiastowa dostępność składników oraz ich błyskawiczne pobieranie poprzez umieszczenie nawozu w bezpośredniej bliskości nasion,
- 2 Odżywianie dostosowane do wczesnego etapu rozwoju roślin,
- 3 Intensywny rozwój systemu korzeniowego, zwłaszcza korzeni bocznych i włóśnikowych dzięki kompleksowi Physio+.



pl.timacagro.com



150720otbr-A-G

150720otbr-b-M

To była naprawdę bardzo dobra decyzja

Rok temu odwiedziliśmy gospodarstwo państwa Sieńków z Suchowoli (pow. sokólski) dlaczego akurat Podlasie? Bo właśnie tam powstała pierwsza w Polsce hala udojowa Dairymaster. Od połowy sierpnia 2019 r. krowy korzystają z nowej hali udojowej Swing – Over 2 x 12, wkomponowanej w nowo wybudowany obiekt.

Minał rok i na Podlasiu już 5 gospodarstw pracuje na halach udojowych Dairymaster, przystosowanych do indywidualnych potrzeb każdego z nich. Postanowiliśmy sprawdzić, czy ten pierwszy odważny miał najgorzej, jak to zwykle bywa, a warto dodać, że sceptyków i „dobrych” doradców nie brakowało.

Po roku wracamy do gospodarstwa Państwa Sieńków z Piotrem Skoczkiem właścicielem firmy Somatik, będącej autoryzowanym dystrybutorem Dairymaster w Polsce. To właśnie od jego opowieści o rozwiązaniach bliskich naturze wszystko się zaczęło. Przypomnijmy, że gospodarstwo w Suchowoli jest gospodarstwem rodzinnym, kolejne pokolenia budują, ulepszają i unowocześniają gospodarstwo. Wspólne gospodarowanie i współpraca udało się dzięki temu, że kolejne pokolenia były zgodne co do tego, że nie można stać w miejscu, trzeba iść do przodu, rozwijając się i ułatwiając sobie pracę jeżeli są takie możliwości i przede wszystkim trzeba dbać o zwierzęta. W tej chwili w gospodarstwie przebywa 150 sztuk bydła, w tym ok. 70 krow dojnych.

Poza pracą w gospodarstwie trzeba też żyć, mieć czas dla rodziców dla dzieci i dla siebie tego trzyma się pan Marcin i jego żona Katarzyna. I to był główny powód żeby zmienić sposób dojenia krow żeby nie spędzać większości dnia w oborze. – Chcieliśmy poprawić komfort naszej pracy, jak coś można zrobić szybciej, lepiej z mniejszym obciążeniem dla naszych kręgosłupów to zrobimy wszystko żeby tak było i warto zainwestować, bo zdrowie mamy tylko jedno – dodaje pani Katarzyna.

PROSTA, PRAKTYCZNA I FUNKCYJNALNA

Hodowcy chcieli skrócić czas doju i zależeć im na tym żeby jedna osoba poradziła sobie z obsługą krow podczas doju. Ale był też inny ważny warunek hala udojowa ma być prosta, praktyczna i funkcjonalna. – Nie może być za dużo elektroniki, bo później zapali się jedna lampka i stoiny z dojeniem, czekając na



Po prawej hodowca Marcin Sieńko obok Piotr Skoczek właściciel firmy Somatik, będącej autoryzowanym dystrybutorem Dairymaster w Polsce



Dairymaster doi pod wysokim podciśnieniem 50 kPa w czasie całego doju i maksymalnie odpuszcza, czyli zmniejsza podciśnienie do 5 kPa w fazie odpoczynku

serwis – wyjaśnia Marcin Sieńko.

Właściciele gospodarstwa chcą utrzymywać stado na podobnym poziomie, nie planują powiększania. Będąc w oborze widać, że zwierzęta są w doskonałej kondycji i to nie tylko te młodsze, ale również starsze krowy mające 10, a nawet 12 lat wciąż się doją. – Nasza dbałość o zwierzęta polega również na tym, że nie próbujemy „wycisnąć” z każdej sztuki tyle ile tylko się da, nie szalejemy z wydaj-

nościami. Ale krowy dzięki temu są zdrowe, dłużej żyją i nie wydajemy na weterynarza – uśmiecha się rolnik.

DOJENIE ZGODNE Z NATURĄ

Pan Marcin szukając odpowiedniej hali, odwiedził wiele obór w Polsce i za granicą. W rozwiązaniach Dairymaster urzekło go dojenie zgodne z naturą i decyzja zapadła bardzo szybko. Na czym polega takie dojenie zgodne z naturą? Dairymaster opra-

cowało innowacyjny system pulsacji, który pozwala na odwzorowanie podciśnienia, jakie panuje wewnątrz strzyki podczas naturalnego odpoju cieląt. Doi się pod wysokim podciśnieniem 50 kPa w czasie całego doju i maksymalnie odpuszcza, czyli zmniejsza podciśnienie do 5 kPa w fazie odpoczynku. Tak jak to ma miejsce w naturze. Ciele, które pije od krowy mleko ssie bardzo mocno, ale później w którymś momencie musi złapać oddech i musi puścić

i ten system został oparty dokładnie na tej samej zasadzie. Dużym plusem jest masaż całego wymienia i dużo lepsza cyrkulacja krwi w wymieniu. Poza tym podciśnienie zmienne powoduje, że krowy bardzo spokojnie stoją, doją się, nie zrzucają aparatów.

– Przyszan, że byłem bardzo zaskoczony i miałem pewne wątpliwości oglądając rozwiązania Dairymaster w Niemczech, że przy zmiennym podciśnieniu, kiedy z wysokiego podciśnienia, ciśnienie spada prawie do zera aparat udojowy jest wciąż na swoim miejscu, że nie spada – wspomina rozmówca. Ale okazało się, że rzeczywiście nie spada, a tajemnicą jest elastyczna guma, wykonana ze specjalnie opatentowanej mieszanki gumy i silikonu, który stanowi 25 proc. składu mieszanki.

TO BYŁA DOBRA DECYZJA

W sierpniu minął rok, od pierwszego doju na nowej hali. Co mogę powiedzieć po roku użytkowania hali? – Hala Swing – Over 2 x 12 jest dla naszego stada wystarczająca i moje założenia sprawdziły się, bo jest tak jak miało być. Miało być szybko, jest szybko, miał być zdjęty pracownik został zdjęty, bo spokojnie wydoje stado sam.

– Muszę przyznać, że idealnie sprawdza się posadzka dla dojarza jest to kratka, która rzeczywiście zapewnia czystość i wygodę doju. Wygodę dlatego, że delikatnie ugięta się pod ciężarem, co jest dobre dla kręgosłupa osób obsługujących. A dwa, że jest czysto, bo mleko, które spływa, woda po płukaniu aparatów wszystko przechodzi przez kratki i zbiera się pod spodem, a kratkę wystarczy spłukać, nie ma żadnego szorowania i jest cały czas czysta – wyjaśnia Marcin Sieńko.

Ale największą zmianą jest to, że żona pana Marcina pracująca do tej pory w swoim zawodzie poza gospodarstwem, zdecydowała się żeby w pełnym wymiarze prowadzić z mężem gospodarstwo. Pani Kasia wspomina, że wcześniej praca przy bydle była ciężka, wymagała siły i zawsze jak już poszła poma-

gać, nawet jak bardzo uważała to wracała z siniakami. Warto dodać, że żona pana Marcina jest filigranową kobietą.

– Teraz idę do krow z przyjemnością wyznaje z uśmiechem rozmówczyni i nawet nie wiadomo kiedy zleci ta niecała godzina doju, w tej chwili doimy ponad 70 krow. Żadnych siniaków, podłączanie bydła od tyłu jest na pewno bardzo dobrym i wygodnym rozwiązaniem, naprawdę pracuje się w komfortowych warunkach – uśmiecha się pani Katarzyna. W systemie Dairymaster krowy dobrane są bardziej wydajnie poprzez dojenie czterech strzyków jednocześnie, a następnie wszystkie cztery strzyki przechodzą w fazę odpoczynku, to powoduje nie tylko wydajniejszy, ale i szybszy doj. Hala udojowa typu Swing-Over jest w pełni wykorzystana, mniejsza liczba aparatów udojowych, jeden pulsator na dwa stanowiska. Założenia firmy są takie, że jeden operator jest w stanie wydoić ok. 100 krow na godzinę. Eksperci podają, że czas udoju każdej krowy skrótł się o 1 minutę i właśnie na tym najbardziej zależało hodowcom z Suchowoli.

OBY TAK DALEJ

– Odpukać przez ten pierwszy rok nie było najmniejszych problemów i oby tak dalej. Ale nawet jakby coś się działo to jestem spokojny, bo wiem jak zbudowany jest ten system, tu nie ma skomplikowanych urządzeń. Atutem tego rozwiązania jest prostota, a jak zepsuje się pulsator to sam go potrafię wymienić i o to właśnie chodziło – wyjaśnia hodowca.

Cieszę się, że sam mogę wykonać większość rzeczy, bo zależało mi na tym żeby odciążyć rodziców, chociaż i tak nie potrafia usiedzieć w domu i wiele razy dziennie pojawiają się w oborze. Oczywiście w sezonie intensywnych prac polowych potrzebne są także dodatkowe ręce do pracy, ale teraz jesienią, czy zimą wolalbyśmy żeby odpoczywali – wyznaje rozmówca.

Gospodarstwo w Suchowoli odwiedziło w ciągu ostatnie-



Idealnie sprawdza się posadzka dla dojarza w postaci kratki. Zapewnia czystość i wygodę doju

go roku wielu hodowców nie wszyscy wierzyli, że dój jest tak łatwy i szybki dla osoby obsługującej i tak przyjemny dla zwierząt.

– Myślę, że Dairymaster to przede wszystkim lepsza organizacja pracy, którą gwarantują poszczególne roz-

wiązania i czy ktoś ma stado liczące 40 krów mlecznych, czy 300 to znajdzie coś dla siebie i dobierze idealne rozwiązanie. Ja byłem pierwszy, ale na Podlasiu są już 4 inne hale udojowe Dairymaster i naprawdę jest co oglądać z tego co słyszałem kolejne

hale powstały w Wielkopolsce, więc mamy już co podziwiać u nas w Polsce. Jeżeli są takie możliwości to warto ułatwiać sobie pracę i życie – podsumowuje Marcin Sienko, hodowca z Suchowoli.

Monika Radziulewicz

REKLAMA

Niech czas
Świąt Bożego Narodzenia
będzie pełen radości i wytchnienia od codziennego pędu.
W tej świątecznej atmosferze życzymy naszym
Klientom, Współpracownikom i Kontrahentom

Wesołych Świąt
oraz szczęśliwego Nowego Roku.

Właściciele oraz Pracownicy

AGRO-HURT
CZĘŚCI ROLNICZE

Facebook: Agro-Hurt Części Rolnicze, ul. Produkcyjna 1, Iława
www.agro-hurt.eu

3482010zi-A-G

Z okazji nadchodzących

Świąt Bożego Narodzenia

pragniemy złożyć Państwu świąteczne życzenia.

Życzymy radosnych, pogodnych, pełnych nadziei
i spokoju Świąt Bożego Narodzenia.

Niech ten świąteczny czas będzie spędzony w ciepłej,
rodzinnej atmosferze, pełnej wzajemnej życzliwości,
a Nowy Rok niech będzie czasem spełnionych
marzeń i planów, pełnym optymizmu i pomyślności,
zarówno w życiu zawodowym jak i osobistym

Zarząd i Pracownicy firmy Fricke Maszyny Rolnicze

FRICKE



Co nowego w ekologii?

Już niedługo czeka rolników kilka zmian dotyczących rolnictwa ekologicznego. Obecnie Komisja Europejska pracuje nad założeniami Zielonego Ładu. Europejski Zielony Ład to plan działania na rzecz zrównoważonej gospodarki Unii Europejskiej. Jest on podzielony na 10 założeń. Jednym z nich jest program „Farm to Fork” czyli „od pola do stołu”.

Program ten zakłada między innymi zwiększenie powierzchni upraw pod

produkcją ekologiczną za 10 lat, czyli do 2030 roku, do 25%. Warto wspomnieć, że obecnie w Unii Europejskiej pod produkcją ekologiczną jest około 7% gruntów rolnych, a w Polsce jedynie około 3%.

Oprócz zwiększenia udziału upraw ekologicznych w całkowitej powierzchni użytków rolnych program „od pola do stołu” przewiduje:

- zmniejszenie stosowania pestycydów i ryzyka z tym związanego o 50%;

- zmniejszenie stosowania nawozów o co najmniej 20%;
- zmniejszenie o 50% sprzedaży środków przeciwdrobnoustrojowych stosowanych u zwierząt gospodarskich i w akwakulturze;
- ulepszone etykietowanie, lepiej zaspokajające potrzeby konsumentów w zakresie informacji na temat zdrowej i zrównoważonej żywności.

Od 1 stycznia 2022 roku planowane są także zmiany w prawodawstwie unijnym dotyczącym systemu certyfikacji w rolnictwie ekologicznym. Obecnie obowiązujące rozporządzenie (ROZPORZĄDZENIE RADY (WE) NR 834/2007 z dnia 28 czerwca 2007 r.) zostanie zastąpione rozporządzeniem PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY (UE) 2018/848

z dnia 30 maja 2018 r. Nowe przepisy zostały tak opracowane, aby ułatwić pracę rolnikom oraz jednocześnie wzmocnić zaufanie konsumentów do certyfikowanych produktów.

Głównymi założeniami nowych aktów prawnych są:

- ograniczenie odstępstw od produkcji ekologicznej do niezbędnego minimum;
- rozszerzenie listy certyfikowanych produktów, min.: sól, korek, wosk pszczeli, liście winorośli czy olejki eteryczne;
- wprowadzenie dodatkowych przepisów dotyczących produkcji mięsa jeleniowatych, królików i drobiu;
- możliwość certyfikacji grupowej w celu ograniczenia kosztów;
- zmniejszenie ilości kontroli jednostki certyfikują-

cej u producentów o ugruntowanej pozycji. Działanie to ma na celu ograniczenie biurokracji dla instytucji kontrolujących jak również dla rolników;

- brak zmian w stosunku do zakazu upraw na tak zwanych zagonach wyniesionych, gdyż nie jest to zgodne z zasadami rolnictwa ekologicznego;
- wprowadzenie zapisów o tym jak zmniejszyć ryzyko przypadkowego zanieczyszczenia upraw ekologicznych pestycydami z pól konwencjonalnych.

Przedstawione informacje są dość ogólne, szczegółowe wytyczne, jak będą realizowane działania, poznamy w momencie zatwierdzenia przepisów krajowych.

Jednakże już dziś zachęcamy do kontaktu z doradca-

mi z Powiatowych Zespołów Doradztwa Rolniczego jak i ze specjalistami z centrum Warmińsko-Mazurskiego Ośrodka Doradztwa Rolniczego z siedzibą w Olsztynie.

Możliwy jest kontakt telefoniczny, mailowy oraz osobisty. Staramy się na bieżąco informować rolników oraz mieszkańców obszarów wiejskich o wszelkich nowościach branżowych.

Corocznie organizowanych jest wiele szkoleń gminnych, powiatowych oraz wojewódzkich na temat certyfikacji rolnictwa ekologicznego jak i pozyskiwania funduszy unijnych do produkcji ekologicznej.

mgr inż. Małgorzata Razminas,
starszy specjalista ds. rolnictwa ekologicznego, działania rolno-środowiskowo-klimatycznego
WMODR

REKLAMA



Warmińsko-Mazurski Ośrodek Doradztwa Rolniczego
z siedzibą w Olsztynie

ul. Jagiellońska 91, 10-356 Olsztyn

tel./fax 89 535 76 84, 89 526 44 39

e-mail: sekretariat@w-modr.pl, www.w-modr.pl

Oddział w Olecku

al. Zwycięstwa 10, 19-400 Olecko

tel./fax 87 520 30 31, 87 520 30 32

e-mail: olecko.sekretariat@w-modr.pl

445200TBR-A-G

REKLAMA

**Z okazji
Świąt Bożego Narodzenia
oraz zbliżającego się Nowego Roku
pragniemy serdecznie podziękować
za dotychczasową współpracę
oraz złożyć naszym Klientom,
Przyjaciółom i Sympatykom
moc gorących życzeń, zdrowia, szczęścia
i wszelkiej pomyślności.**

APZ
Paweł Zakrzewski

AM
Grzegorz Orzeszek

www.amnasiona.pl

35020IIZI-a-M

**Wspaniałych Świąt Bożego Narodzenia
spędzonych w ciepłej, rodzinnej atmosferze oraz
samych szczęśliwych dni
w nadchodzącym Nowym Roku
życzy
Firma Agrostar**

www.AGROSTAR.info
Nowa Jedlanka 87, 21-109 Uścimów
tel. 81 8 523 223, e-mail: biuro@agrostar.info

47120ekwe-C-F

SPISALI SIĘ NA MEDAL

Powszechny Spis Rolny to kompleksowe badanie sektora producentów rolnych, przeprowadzane co dekadę w krajach Unii Europejskiej. W Polsce poddanie się spisowi jest obowiązkiem ustawowym. Dane gromadzone w ramach spisu dotyczą demografii, finansów, majątku, jak i samego gospodarstwa rolnego, jego arealu i sposobu użytkowania. Z końcem listopada 2020 zakończył się spis w Polsce. Spis rolno to ogromna operacja organizacyjna, polegająca na zebraniu, przetworzeniu i rozpowszechnieniu szczegółowych danych dotyczących wszystkich gospodarstw i rolników w każdym kraju członkowskim UE. Zebrane dane umożliwiają porównywanie gospodarstw w różnych krajach i są podstawą do kreowania Wspólnej Polityki Rolnej, także wysokości dopłat. Tegorocznym badaniem, w różnych terminach w różnych krajach, zostanie objętych 10,5 mln gospodarstw w całej Wspólnocie.

Właściciele gospodarstw rolnych pytani są m.in. o strukturę dochodów gospodarstwa domowego, rodzaj i liczbę inwentarza, stan maszyn i urządzeń rolniczych oraz stosowane metody produkcji. Właściciele gospodarstw rolnych odpowiadają także na pytania dotyczące gruntów uprawnych, czyli dokładnej powierzchni, według gatunków roślin, łąk, pastwisk, upraw, plantacji i szkółek krzewów oraz drzew. W tradycyjnym podejściu rolnicy są pytani o te informacje przez rachmistrzów lub za pośrednictwem ankiety internetowej. Innowacyjne podejście pozwala pozyskać część danych ze zobrażeń satelitarnych. W dodatku dane satelitarne mogą być aktualizowane na bieżąco, na podstawie informacji z platform, takich jak DIAS (Data and Information Access Services) realizowanych w ramach unijnego programu Copernicus, które stanowią zarówno środowisko przechowywania jak i przetwarzania danych.

REKLAMA

Wyprzedaż Hyundai 2020.

Suma korzyści do 14 000 zł



TUCSON KONA i30

 **Hyundai Daszuta**
Tuwima 23, Olsztyn
89 541-84-66

Znajdź nas:  Facebook  Youtube  Instagram

Pełna oferta: www.daszuta.hyundai.pl

Samochody prezentowane w reklamie to: i30 N Line 1.0 T-GDI 6MT, KONA Premium 1.6 CRDI i Tucson N Line 1.6 CRDI 7DCT 2WD 48V o zużyciu paliwa średnio we wszystkich fazach odpowiednio: od 5,4 do 6,2 l/100 km, od 5,5 do 5,9 l/100 km i 5,4 do 5,9 i emisji CO₂ odpowiednio: od 123 do 140 g/km, od 134 do 141 g/km i od 141 do 155 g/km. Prezentowana suma korzyści dotyczy Hyundai Tucson N Line 1.6 CRDI 7DCT 2WD 48V. Składa się na nią upust gotówkowy 12 000 zł oraz premia za odkup obecnego samochodu 2 000 zł. Jest ona rekomendowaną sumą korzyści brutto i nie wyklucza wprowadzenia promocji dealera. Promocja obowiązuje od 01.10.2020 do odwołania lub wyczerpania zapasów.

ATRAKCYJNE RABATY DLA ROLNIKÓW

1512200tbr-A-G



Z okazji zbliżających się świąt **Bożego Narodzenia** życzymy Państwu zdrowia, pogody ducha i spokojnych spotkań w gronie najbliższych. Niech te dni będą okazją do refleksji i odpoczynku od prozy życia codziennego. W Nowym Roku 2021 życzymy spełnienia wszystkich marzeń, zawodowej satysfakcji i wielu sukcesów.

Energo util
Sp. z o.o.

50520lhwf-B-P

55520ekwe-b-M

Choroby przechowalnicze jabłek

Chorobą najczęściej notowaną w ostatnich latach jest gorzka zgnilizna jabłek powodowana najczęściej przez *Neofabraea vagabunda*.

Prognozy plonowania jabłek w 2020 roku wskazywały na około 6% wzrost zbiorów w stosunku do 2019 roku i sprawdziły się, chociaż lokalnie plon nie jest zadowalający na co złożyły się fale zimnych mas powietrza i gradobicia uszkadzające owoce i skutkujące opadem dedykowanym ostatecznie do przemysłu. Ponadto, ilość owoców nie idzie w parze z jakością. Czynniki nieinfekcyjne spowodowały bowiem, że owoce mają krótkie szypuły, co utrudnia zbiór bez uszkodzeń skórki, objawy ordzewienia, lizaki oraz są niejednolitej kalibracji, co uboży plon handlowy i wpływa na cenę jabłek deserowych. Mniejszym problemem w porównaniu do ubiegłych lat jest szkodliwość miąższu wynikająca głównie z wahań temperatury i towarzyszącej wegetacji suszy na stanowiskach z pełnymi dawkami azotu i niedoborem wapnia. Uszkodzone owoce są trudnym materiałem do przechowywania, podatnym na rozwój patogenów zawleczonych do przechowalni z sadu oraz ujawniających się dopiero w okresie przechowywania.

Choroby przechowalnicze jabłek mogą występować zarówno w amatorskim przechowywaniu owoców np. w piwnicach, a także w profesjonalnych chłodniach z kontrolowaną atmosferą. Sprawcami chorób w okresie przechowywania są najczęściej grzyby, które zasiedlają owoce jeszcze w okresie wegetacji. Drogami infekcji mogą być kwiaty, uszkodzenia skórki, a także przetłoki.

Chorobą najczęściej notowaną w ostatnich latach jest gorzka zgnilizna jabłek po-

wodowana najczęściej przez *Neofabraea vagabunda*. Grzyb infekuje w ciągu całego okresu wegetacji, ale najniższa tolerancja przypada tuż przed zbiorem w ostatniej fazie dojrzewania owoców, kiedy to zarodniki kielkują na jabłku, a strzępki wnikają przez przetłoki do miąższu.

OBJAWY CHOROBY WIDOCZNE SĄ DOPIERO W OKRESIE PRZECHOWYWANIA W POSTACI MAŁYCH, GNILNYCH PLAM WOKÓŁ PRZETŁOKI, KTÓRE Z CZASEM POWIĘKSZAJĄ SIĘ I ZLEWAJĄ.

Zgnilizna klinowato degradowe miąższ, a zdrowa część owocu przylegająca do zgnilizny, ma gorzki smak. Szkodliwość tej choroby jest bardzo duża i straty mogą wynosić powyżej 50% owoców. Za odmiany podatne uważa się Golden Delicious, Gala, Elstar, Szampion, Pinova, Ligol, Fiesta i Rubin.

Podobne objawy pierwotne daje wilgociolubny *Botrytis cinerea* sprawca szarej pleśni. W fazie nasilania symptomów w okresie przechowywania brązowe gnilne plamy powodowane przez ten mikroorganizm opływają jednak całe owoce, które tracą turgor i pokrywane są obficie strzępkami grzybni, która przerasta także sąsiednie jabłka. Grzyb ten preferencyjnie występuje na odmianach Ligol, Elstar, Gloster, Gala i Cortland. Czynniki sprzyjającymi nasilaniu

objawów jeszcze przedzbiorego są deszczowa pogoda w czasie kwitnienia oraz umieszczanie w chłodni bez sprawnego systemu wentylacji mokrych owoców.

W OKRESIE PRZECHOWYWANIA JABŁEK MOŻE TAKŻE NASILAĆ SIĘ MOKRA ZGNILIZNA JABŁEK POWODOWANA PRZEZ GRZYBY RODZAJU *PENICILLIUM*. OWOCE Z SYMPTOMAMI ZACZYNIAJĄ GNIĆ, SĄ BARDZO MIĘKKIE I WODNISTE ORAZ CZĘSTO POKRYTE SZARO-ZIELONĄ, OBFICIE ZARODNIKUJĄCĄ GRZYBNIĄ *PENICILLIUM*.

Miąższ ma rzadką konsystencję, brunatną barwę i nieprzyjemny zapach. Grzyby tego rodzaju wytwarzają patulinę, mykotoksynę, która wykazuje stabilność w kwaśnym odczynie i oporność na działanie wysokiej temperatury, co powoduje, że nie ulega ona całkowitemu rozkładowi podczas obróbki termicznej. Stanowi zatem zagrożenie dla zdrowia ludzi wywołując bóle brzucha, wymioty, biegunkę, uszkodzenia żołądka i jelita cienkiego.

WHO opracowało maksymalne dopuszczalne stężenie patuliny w soku jabłkowym, napojach alkoholowych otrzymanych z jabłek na 50 µg/kg. Dla stałych produk-

tów otrzymanych z jabłek obowiązuje poziom 25 µg/kg, natomiast w produktach przeznaczonych dla dzieci dopuszczalny poziom tej mykotoksyny wynosi 10 µg/kg.

Dr hab. Marta Damszel
Katedra Entomologii, Fitopatologii i Diagnostyki Molekularnej Wydział Kształtowania Środowiska i Rolnictwa Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie

Gdzie nas szukać?

Małgorzata Dargiewicz
Dyrektor projektu
Rolnicze ABC

Tel. (89) 5397473
Kom. 502-499-528
m.dargiewicz@rolniczeabc.pl
www.rolniczeabc.pl
fb: rolniczeabc



Następne wydanie
27 stycznia 2021

REKLAMA



Centrala nasienna zakontraktuje
UPRAWĘ NASIENNĄ

**traw, koniczyny, facelii,
gorczycy, rzodkwi oleistej
i roślin bobowatych.**

Gwarancja ceny • Szybkie odbiór i płatność

ul. Górna 5/14, 10-040 Olsztyn
tel. 533 195 387, 790 408 666, 667 579 993
www.biosferatrade.com

90220tobtr-F-G



Polub rolniczeabc
na Facebooku

1217tobto-b-P