Antek i Patryk

– walczymy razem! Aż do zwycięstwa!

→str. 3

Od 27 lat razem z Wami

Tygodnik społeczno - kulturalny. Ukazuje się od 1999 roku.

ISSN 1508 - 4078

PUŁTUSKA gazeta powiatowa

18 sierpnia 2026 Nr 32 (1406)

cena 4,40 zł (w tym 5% VAT)

O pumie, która okazała się... kotem

→str. 2

- Rada Miejska uchwaliła Plan Ogólny, zmieniający zasady gospodarowania gruntami

Wybór między dżumą a cholerą kontra próba uporządkowania chaosu architektonicznego

→str. 4-5

Pamięć o obrońcach Ojczyzny z 1920 roku

Uroczyste obchody 106. rocznicy Bitwy Warszawskiej w Pułtusku

→str. 6

reklama...

eprasa.pl b0cb835b07

O pumie, która okazała się... kotem

W czwartkowy wieczór ktoś widział pumę w okolicach Stawinogi w powiecie pułtuskim. Służby zostały powiadomione, zaczęły się poszukiwania, choć nie wszyscy byli pewni, że zwierzę pumą było na pewno. W piątek postanowiliśmy wyruszyć na reporterski patrol w nadnarwiańskie okolice gminy Zatory.

Na tropie pumy

Upał. Senne nadnarwiańskie letniska w Stawinodze, Holendrach i okolicach powoli wypełniają się kolejnymi bywalcami zjeżdżającymi na weekend. Nad wodą w Holendrach kilka osób wpatruje się w spławiki i nasłuchuje dzwonków, licząc na solidnego leszcza. Rozmowy dziś jednak nie o rybach, a… o pumie. Wszak to właśnie tutaj, całkiem niedaleko, widziano ją w piątkowy wieczór. Każdy zastanawia się, czy to na pewno była puma. I czy przypadkiem nie ta sama, którą kilka dni wcześniej miano widzieć pod Osiekiem w ciechanowskim.

– *To nie jest daleko dla pumy* – mówi nam jeden z letników. – *Czytałem, że potrafi w jedną noc przejść kilkanaście kilometrów, a przecież miała na to kilka dni.*

– *Nawet więcej* – dodaje pani Agnieszka, miłośniczka kotów. Ma ich pięć, więc w miejscowym rankingu specjalistów od kotowatych od razu zajmuje wysoką pozycję. – Puma może przejść ponad dwadzieścia kilometrów w ciągu dnia.

Jeszcze chwilę rozmawiamy o biologii i zwyczajach pum, posiłkując się świeżo zdobytą wiedzą z wszelkich możliwych Google'ów i chatów. W piątek w Holendrach i Stawinodze wszyscy jesteśmy trochę ekspertami od pum.

Jedziemy dalej. Nad rzekę, przy wale, wśród łąk. Uważnie obserwujemy okolicę, wypatrując sylwetki wielkiego kota, choć doskonale wiemy, że szanse na spotkanie go w środku upalnego dnia są raczej niewielkie. We wstecznym lusterku pojawia się radiowóz. Zjeżdżamy na bok, przepuszczamy. Niech jadą. Może mają sygnał, że gdzieś pojawił się wielki kot?

Między Zatorami, Stawinogą i Holendrami zatrzymujemy się obok samochodu stojącego przy drodze. Wysiadły z niego dwie osoby, które z wyraźnym zainteresowaniem oglądają coś na poboczu. Podchodzimy, przedstawiamy się.

Dwie panie zainteresowały się dziwnymi śmieciami leżącymi na trawie. Worek jest porozrywany na mniejsze i większe kawałki, jakby ktoś, nie potrafiąc dostać się do środka inaczej, rozszarpał go w poszukiwaniu czegoś do jedzenia.

– *To chyba puma!* – mówi jedna z pań. – *Szukała w odpadkach jedzenia i tak porozrywała. Mój kot też kiedyś tak zrobił.*

Przyglądamy się śladom i po chwili rozwiązujemy zagadkę. To jednak nie puma. To kosiarka drogowców. Maszyna kosząca pobocze wjechała w worek ze śmieciami wyrzucony przez jakiegoś idiotę i zrobiła z niego konfetti. Miny tropicieli pumy trochę rzedną. Jedziemy dalej.

Stawinoga

– *To tu było, proszę pana, za tym krzakiem. Tam szła, pod lasem. Ale czy to była puma, to ja nie wiem* – mówi napotkana starsza rowerzystka.

Przyjechała z mężem, również letnikiem ze Stawinogi, zobaczyć, co dzieje się na łąkach. Kiedy jednak zobaczyła drona krążącego nad okolicą i kilka policyjnych samochodów, zaczęła mieć wątpliwości, czy rowerowa przejażdżka w piątkowe popołudnie, dzień po zauważeniu pumy, była rzeczywiście najlepszym pomysłem.

– *A czy ona może zaatakować?* – pyta.

Jednoznaczna odpowiedź nie pada, bo nikt przecież nie wie nawet, czy puma rzeczywiście gdzieś tutaj jest. Pani, starając się ukryć lekki niepokój, zaczyna przekonywać męża, że może jednak lepiej wrócić na działkę.

Spotykamy pułtuskich policjantów patrolujących teren. Nad łąkami lata specjalistyczny dron, dalej, pod kępą drzew, stoją kolejne samochody służb. Praży niemiłosiernie, więc funkcjonariusze obserwują teren z cienia, a operator drona wpatruje się w aparaturę sterującą.

Mimo trwających od dłuższego czasu poszukiwań groźnego kota nie udało się wypatrzyć. Było za to kilka saren. Tych akurat tutaj nie brakuje.

Potwierdza to pani Marta, letniczka, która ma w Stawinodze działkę od pół wieku.

– *Saren jest tu bardzo dużo. Może dlatego puma przyszła? Może na nie poluje?*

Pytamy, czy ktoś jeszcze widział zwierzę. Raczej nie. Po chwili jednak pani Marta sama zaczyna się zastanawiać, czy widziany przez nią dwa dni wcześniej, o szarówce, lis na skoszonej łące rzeczywiście był lisem.

– *Teraz tak myślę… Nie biegał za myszami jak inne lisy. Siedział i z daleka nas obserwował. Tak inaczej, takim trochę kocim wzrokiem!*

No właśnie. Kiedy wszyscy mówią o pumie, nawet lis przestaje być całkiem pewnym lisem.

Kilka kilometrów dalej, pośród krętych uliczek letniska, spotykamy kolejną mieszkankę Stawinogi.

– *Dawno nie było tu takiej akcji. Służby na sygnale, jakby był jakiś wypadek albo pożar* – mówi. – *Myślę, że tak głośna akcja bardziej odstrasza pumę, niż pozwala ją znaleźć i złapać.*

Jedno jednak, jej zdaniem, udało się bez wątpienia: w piątek na letnisku nikt nie rozmawia o niczym innym.

Mieszkańcy trochę się obawiali. Niedaleko jedna z pań ma konie i kucyka. Zwierzęta znalazły się za ogrodzeniem z elektrycznym pastuchem – właścicielka ma nadzieję, że gdyby puma rzeczywiście pojawiła się w pobliżu, zabezpieczenie ją powstrzyma. Ktoś inny martwi się o psa biegającego po podwórku.

Późniejszym popołudniem dron przestaje latać. Na letniska zjechali już chyba wszyscy, którzy mieli tu spędzić kolejny letni weekend. Powoli wracał zwykły wakacyjny rytm Stawinogi i Holendrów.

O pumie ze Stawinogi głośno w całej Polsce, pisali wszyscy. Starosta Pułtuski i Wójt Zator opublikowali zilustrowane groźnym zdjęciem komunikaty instruujące jak się zachować, w przypadku spotkania groźnego zwierzęcia.

Puma czyli kot w fotopułapce Sebastiana Majera

"Puma" zmusiła służby do poszukiwań

Leśnicy nie potwierdzali

- *Nie potwierdzam, żeby w lasach Nadleśnictwa Pułtusk była widziana puma.* – Pracownicy Służby Leśnej nie widzieli jej w lesie – oficjalnie skomentował doniesienia o pumie Krzysztof Rylski, rzecznik prasowy Nadleśnictwa Pułtusk.

Sprawcą zamieszania okazał się... kot

Zagadka „pumy" ze Stawinogi znalazła swoje rozwiązanie. I jest ono zdecydowanie mniej egzotyczne, niż mogłoby się wydawać. Wszystko wskazuje na to, że zwierzę, które przez kilka dni rozpalało wyobraźnię mieszkańców, było po prostu… kotem.

Sebastian Majer ze Stowarzyszenia Psi Patrol opublikował na Facebooku film z fotopułapki, wykonany w niedzielę niemal dokładnie w tym samym miejscu, w którym w miniony czwartek ktoś sfilmował rzekomą pumę. Na nagraniu widać kota z charakterystycznym, puszystym ogonem – „kitą" bardzo przypominającą tę widoczną na filmie, od którego zaczęła się cała historia.

My na miejsce pojechaliśmy już w piątek. I właśnie tam pojawiła się pierwsza poważna wątpliwość dotycząca rozmiarów tajemniczego zwierzęcia.

Film z „pumą" został wykonany z dużej odległości, przy mocnym przybliżeniu. Teleobiektyw spłaszcza perspektywę, przez co bardzo łatwo błędnie ocenić zarówno odległość, jak i wielkość znajdujących się w kadrze obiektów. Oglądając nagranie w Internecie, można było odnieść wrażenie, że zwierzę spaceruje na tle wysokich, niemal dwumetrowych traw, a w zasadzie trzcin.

Tymczasem na miejscu okazało się, że trawy mają zaledwie około 120–130 centymetrów wysokości.

I tutaj zaczyna działać zwykła geometria. Zwierzę widoczne na filmie ma mniej więcej jedną piątą wysokości roślin znajdujących się za nim. Jeżeli więc trawa ma 120–130 cm, tajemnicza „puma" powinna mieć około 25–30 cm wysokości. A to nie są wymiary pumy. To są wymiary zwykłego, dorosłego kota.

Jeśli ktoś nadal miał wątpliwości, kolejnego argumentu dostarczyła fotopułapka ustawiona przez Sebastiana Majera ze Stowarzyszenia Psi Patrol. Brał on udział w poszukiwaniach razem z myśliwymi i policją, a swoje obserwacje podsumował na Facebooku:

„Czy ona była w tym miejscu? Moim zdaniem nie. Żadne ślady nie wskazywały na bytowanie takiego drapieżnika. Policja dostaje zgłoszenie i musi sprawdzić wszystko, nawet jak ktoś zadzwoni, że spadło UFO. Dlatego zostały zaangażowane duże środki do poszukiwań, bo puma to duży drapieżnik, może ważyć od 40 do 100 kg i mieć do 80 cm wysokości. Ja mam swoją teorię co do pumy ze Stawinogi. Dla mnie jest to kot. Film jest z daleka, ale na tle trawy. Więc zmierzyłem – mają 130 cm wysokości w najwyższym miejscu".

Dokończenie na str. 13

eprasa.pl b0cb835b07

PATRONAT MEDIALNY PUŁTUSKA gazeta powiatowa pultusk24.pl

Antek i Patryk – walczymy razem! Aż do zwycięstwa!

Kiedy sami ciężko chorujemy lub choroba dotyka kogoś, kogo kochamy, świat nagle się zatrzymuje i zmienia swój bieg. W takich chwilach potrzeba nadziei i świadomości, że tej trudnej drogi nie trzeba pokonywać w pojedynkę. I właśnie dlatego, by wesprzeć Antka i Patryka walczących z chorobami, w Pułtusku wydarzył się piękny zryw dobrych serc, który udowodnił, że w najtrudniejszych momentach życia nikt nie musi zostawać sam. I – mamy nadzieję, że Patryk i Antek się z tym zgodzą - najważniejszy, życiowy egzamin z empatii i prawdziwego, bezinteresownego wsparcia chyba wszyscy całkiem dobrze zdaliśmy…

W czwartek 13 sierpnia niewielkie podwórko firmy Auto Spa przy ul. Wojska Polskiego zmieniło się nie do poznania. A to za sprawą pułtuskiego Batmana, który przy pomocy Pawła i Damiana Załogów z samochodowego spa, Damiana Jabłońskiego, rodzin i przyjaciół-aniołów obu chłopców, ogromnej grupy dobrych ludzi, a także swoich kolegów - światowej sławy dj-ów, zmienił to miejsce w tętniące życiem, pozytywnymi emocjami i energią miasteczko. Zorganizował bowiem niepowtarzalną „Domówkę w AutoSpa". Akcję, która zjednoczyła ludzi wrażliwych na drugiego człowieka, pragnących pomagać bezinteresownie, z dala od błysku fleszy aparatów i przecinania wstęg.

Jak trafnie podsumował jeden z organizatorów, Paweł Załoga, to było spotkanie „bez wojen, bez kłótni, bez polityki". Liczył się tylko jeden cel: wsparcie Antka i Patryka, którzy każdego dnia wszystkimi siłami starają się wyrwać chorobie i wrócić do pełni zdrowia.

Organizatorzy zadbali o to, by wydarzenie zapadło w pamięć wszystkim uczestnikom, niezależnie od wieku. By było pełne ciepła, radości, drobnych gestów tworzących niezwykły klimat spotkania.

Każdy mógł chwycić za farby i zostawić Antkowi i Patrykowi ślad swojej obecności na imprezie, na specjalnie przygotowanym samochodzie. Wiele osób, my także, malowało kolorowe serduszka – symbol wsparcia dla chłopców. Nie zabrakło pysznej, domowej grochówki, ciast i ręcznie robionych pianek w czekoladzie, które idealnie komponowały się z zimną, orzeźwiającą lemoniadą. Dzieci mogły pomalować kamyczki, zapleść kolorowe warkoczyki i zrobić sobie pamiątkowe zdjęcie z gigantycznymi maskotkami ze znanych bajek i oczywiście z Batmanem. Żeby z atrakcji skorzystać czy spróbować pysznego jedzenia trzeba było wrzucić symboliczne (lub mniej symboliczne) pieniądze do specjalnie przygotowanych puszek. Dzięki hojności pułtuskich przedsiębiorców i osób prywatnych, licytowano też fantastyczne przedmioty, z których dochód zasilił zbiórki założone na leczenie chłopców.

Kiedy nadszedł wieczór, wydarzenie nabrało klubowej energii. Wszystko za sprawą profesjonalnej oprawy przygotowanej przez firmę Sound2Day, która zadbała o dźwięk i widowiskowe efekty laserowo-świetlne.

Na scenie pojawił się znakomity DJ Baxxwell – Paweł Zając, a wraz z nim o doskonałą zabawę zadbał Wojciech „Milky Way" Mysiak. Artyści udowodnili, że muzyka ma wielką moc łączenia ludzi w słusznej sprawie, bawili, mobilizowali i do tańca, i wpłat na konta chłopców. Za swój występ w Pułtusku nie wzięli nawet złotówki!

- Dziękuję za możliwość pomocy chłopakom – mówił Paweł Zając - DJ Baxxwell przed rozpoczęciem muzycznego show.

- To piękna inicjatywa. Coś niesamowitego! Warto pomagać! Dobro wraca w każdej postaci! Ja sam pierwszy raz biorę udział w takiej akcji i jestem mega zadowolony! Pomóżmy chłopakom, żeby wygrali walkę!

A wynik zbiórki? Chwyta za serce… W puszkach znalazło się 20 159,48 zł!

Warto jednak zaznaczyć, że to nie jest pełna zebrana 13 sierpnia kwota. Wielu licytujących wpłacało bowiem sumy za wylicytowane przedmioty nie do puszek, a bezpośrednio na internetowe zbiórki chłopców na portalach Siepomaga i Zrzutka.pl, dzieląc swoje wpłaty po równo dla obu bohaterów wieczoru.

Nocą, na zakończenie spotkania, wydarzyło się coś, czego nie spodziewał się chyba nikt z gości… na placu pojawili się wolontariusze i rodziny chłopców. DJ Baxxwell zapowiedział piosenkę ze specjalną dedykacją. Dla Antka i Patryka… To był ten moment, kiedy łez wzruszenia nie dało się już powstrzymać… Oto jej fragment - *(…) Antek – trzymaj mocno wiarę! Patryk - nigdy nie trać sił! Za Wami stoi cała armia, która będzie z Wami iść. To jest misja po zdrowie. Antek Patryk jesteśmy z Wami! Niech ta misja niesie siłę! Niech nadzieja będzie z nami! Krok po kroku, dzień po dniu, aż nadejdzie lepszy czas. Jedna misja, jedna wiara, tysiące serc!"*

- Ta impreza powstała w ciągu kilku dni. Nie musieliśmy nikogo prosić o pomoc. Wszyscy sami wsparli to, co tutaj jest. Samochody, quady, malowanie busa, dmuchaniec… wszystko po kolei. Dziękuję wszystkim, którzy tutaj przyszli, by pomóc chłopakom. Wielkie, wielkie dzięki za ten cudowny i wspaniały dzień. Pokazaliśmy wszystkim, że Pułtusk się zjednoczył! – mówił ze wzruszeniem i wdzięcznością Batman.

- Walczmy razem dla Antka i Patryka. To są fighterzy, którzy potrzebują naszej pomocy! – dodał Damian załoga z AutoSpa.

Do wszystkich, którzy zaangażowali się w pomoc zwróciła się też osoba najbliższa jednemu z chłopców…

- Jestem mamą Patryka. Bardzo, bardzo, bardzo Wam dziękuję za dobre serca! Jestem bardzo wdzięczna! Nie wiem, jak się za to odpłacę, ale jesteście wielcy!

Podziękowania popłynęły też ze strony rodziny Antka.

– Serdecznie dziękuję za przybycie, pomoc, wsparcie chłopaków. To bardzo wiele dla nas znaczy, jesteśmy Wam wszystkim bardzo wdzięczni – powiedziała jego bratowa.

Za nami wydarzenie, jakiego w Pułtusku jeszcze nie było. Pokazaliśmy, że niemożliwe nie istnieje! Antek i Patryk – walczymy razem! Zdrowiejcie! I pamiętajcie – jesteśmy! Aż do zwycięstwa!

Wielkie podziękowania dla wszystkich, którzy pomogli Antkowi i Patrykowi w ich walce z chorobą! Dobrze, że jesteście!

Chłopakom nadal można pomóc wpłacając pieniądze bezpośrednio na oficjalne, zweryfikowane zbiórki:

Zbiórka dla Patryka Grażewskiego (Siepomaga.pl): **https://www.siepomaga.pl/patryk-grazewski**

Zbiórka dla Antoniego Zwierzyńskiego (Zrzutka.pl): **https://zrzutka.pl/antoni-zwierzynski**

Anna Jadaś
anna.jadas@pultusk24.pl

Więcej zdjęć na pultusk24.pl

eprasa.pl b0cb835b07

- Rada Miejska uchwaliła Plan Ogólny, zmieniający zasady gospodarowania gruntami

Wybór między dżumą a cholerą kontra próba uporządkowania chaosu architektonicznego

13 sierpnia radni miejscy uchwalili Plan Ogólny dla gminy Pułtusk. Dokument ten, wymuszony przez centralne przepisy, wzbudził gigantyczne kontrowersje. Dla jednych to zamach na własność prywatną i hamulec rozwoju, dla innych – szansa na powstrzymanie urbanistycznego chaosu.

Zanim dokument został ostatecznie przegłosowany, wywołał potężne emocje. Radni stanęli przed trudnym wyborem: zaakceptować plan, który mocno ograniczy swobody budowlane mieszkańców, czy odrzucić go, narażając gminę na ogromne kary finansowe (ok. 400 tys. zł) i całkowity paraliż w wydawaniu decyzji o warunkach zabudowy.

Burzliwe obrady komisji (przed sesją)

Zanim projekt trafił pod ostateczne głosowanie, był przedmiotem gorących dyskusji podczas wspólnego posiedzenia Komisji Polityki Społecznej, Komisji Polityki Regionalnej oraz Komisji Gospodarki Komunalnej i Budownictwa, 10 sierpnia. Radni opiniowali go pozytywnie, jednak zarzucali twórcom planu, że opiera się na pesymistycznych prognozach demograficznych i drastycznie blokuje budownictwo jednorodzinne.

„Zamykamy miasto. Zostaną tylko emeryci" Radna Małgorzata Dąbrowska nie kryła oburzenia restrykcyjnym wyznaczaniem terenów pod zabudowę.

– Dlaczego gmina zdecydowała się na tak drastyczne i rygorystyczne ściśnięcie wyznaczenia obszarów uzupełnienia zabudowy? (...) Zakładamy, że będzie wariant spadkowy demografii, a tym planem hamujemy rozwój całego miasta! My się zatrzymujemy, zamykamy to miasto, koniec! Zostaną tu tylko emeryci, bo młodzi nie mają możliwości. Do mnie piszą ludzie i mówią: córka skończyła studia, chce zająć się rolą – nie może. Młodzi zaczną uciekać do gmin, w których plan zrobiono elastyczniej.

Sławomir Krysiak o pustych blokach i szansie w domach jednorodzinnych

– GUS przyjął to, co widzi. Rzeczywiście, ubywa nas, i GUS stwierdził, że skoro jest taki trend, to nie róbmy nic, żeby to zmienić. Zaplanowano nam, że w ciągu tych lat przybędzie nam zaledwie 8 tysięcy ludzi w Pułtusku. W latach 40. zaplanowano, że Pułtusk będzie miastem turystycznym, więc zostawiono tylko kolej wąskotorową, bo po co im cokolwiek innego. Tak nas kiedyś urządzono i tak teraz ten plan próbuje nas ustawić. Ten plan wyklucza rozwój, on jest planem stagnacji. (...) Jeśli ten plan ma być planem rozwojowym, to zatrzymać w Pułtusku możemy tylko tych ludzi, którzy mają dom jednorodzinny. Ludzie kupują, uciekając z pieniędzmi, lokują w mieszkania na wynajem, a te mieszkania stoją puste. Mieszkań przybywa, a ludzi nie przybyło i nie przybędą do tych budynków. Jeśli Pułtusk ma się rozwijać, to tylko wtedy, gdy ludzie pobudują swój dom i będą w nim mieszkali. Ja już nie mówię o przemyśle, którego nie ma, który nam ileś lat temu zabrano, ale taka jest prawidłowość. Tych bloków możemy nastawiać aż do samego księżyca i nikt w nich nie będzie mieszkał.

Najdalej w krytyce poszedł radny Michał Kisiel, wskazując na konstytucyjny wymiar narzuconych przepisów i zmuszanie ludzi do życia w blokach:

– Jest to bardzo mocna ingerencja w prawo człowieka do stanowienia o sobie na własnym gruncie. Mamy działkę i jeśli nie znalazła się ona w planie, to na tej działce nigdy nie powstanie dom. To ograniczenie prawa do dysponowania swoją nieruchomością jest moim zdaniem niezgodne nawet z Konstytucją. (...) Zmusza się nas do wyboru, czy chcemy mieszkać w wysokiej zabudowie, w „szufladach". A rozwoju rodziny w takich szufladach być nie może.

Radny dodał, że budownictwo powinno rozwijać się w takim kierunku, aby ludzie, jak dawniej, mogli żyć w domach jednorodzinnych, wielopokoleniowych, o „odpowiedniej powierzchni", w domach, co „dawało wychowanie i odpowiednie ukształtowanie dzieci".

– Pamiętam, jak zaraz po ślubie mieszkałem z teściami. Dobrze nam tam było, ale na pięćdziesięciu paru metrach mieszkało nas dziewięcioro, i jak się chciało zaprosić do domu gości, to trzeba było siedzieć w kuckach przy ławie. To takiej Polski chcemy, czy takiej, która stoi porządnym domem, z odpowiednią powierzchnią, który daje szansę rozwoju rodziny?

Algorytm i demografia – wyjaśnienia projektanta

Na zarzuty radnych odpowiadał obecny na spotkaniach projektant planu. Wyjaśniał, że to nie gmina wymyśliła zasady, lecz zostały one narzucone ustawą, a algorytmy wyznaczania stref są bezwzględne.

– To, co mogliśmy rozszerzyć, rozszerzyliśmy maksymalnie. Wykorzystaliśmy całą powierzchnię, na jaką pozwalały przepisy, żeby nie marnować terenu. Jeśli chodzi o dane prognostyczne – to nie jest tak, że my sobie wybieramy te, które nam pasują. GUS dla każdej gminy opracował prognozę liczby ludności i wynika z nich, że mieszkańców Pułtuska będzie ubywać, a zapotrzebowanie jest niskie.

W odpowiedzi na pytania radnego Wydry i innych uczestników komisji, projektant doprecyzował również, że plan nie spowoduje utraty ważności już wydanych decyzji o warunkach zabudowy. Potwierdził też, że działki w Chmielewie zachowają status strefy otwartej, o co wnioskowali sami mieszkańcy.

Obrońca planu - koniec z radosną twórczością!

Zdecydowanym zwolennikiem uchwalenia planu był radny Wojciech Gregorczyk, który jako jedyny upatrywał w dokumencie szansy dla miasta na uporządkowanie bałaganu przestrzennego.

– Mi się na przykład podoba sprawa ograniczania rozlewania miasta. Dla nas, dla gminy, wcale nie jest korzystne, że miasto się rozlewa. W starostwie powiatowym, w wydziale architektury wisi taka mapa z ,74 roku. Jakbyście państwo ją zobaczyli, to byście nie poznali Pułtuska – jaki był zasięg tej tkanki miejskiej, o której mówimy. Ja mieszkam na osiedlu, na którym w ,84 roku był szczegółowy plan zagospodarowania przestrzennego. Były wydzielone działki, ulice, było wiadomo, w jakiej odległości ma stać dom, jaka ma być linia zabudowy, gdzie ma być wjazd na działkę. Potem weszły te wz-tki i zobaczcie okres lat 90., do czego to doprowadziło. (…) Miasto powinno mieć zwartą zabudowę, wysoką zabudowę. (…) Kolejne budynki mieszkalne dochodzą już do fortów! Powstaną kolejne problemy – odległość do sklepów, instytucji, szkoły, kościoła. I nie zgodzę się z kolegami radnymi, że to nie my ponosimy odpowiedzialność: „niech ktoś inny to uchwali". Po to jesteśmy radnymi, po to zgłosiliśmy się do wyborów i po to zostaliśmy wybrani, żeby tę odpowiedzialność ponosić.

Odniósł się również do wypowiedzi Michała Kisiela oraz Małgorzaty Dąbrowskiej:

– Polska to nie jest już ten sam kraj. Zmiany społeczne, polityczne, kulturowe i wszystkie inne doprowadziły do tego, że nie ma rodziny wielopokoleniowej i to się już nie odrodzi. Nikt nie będzie mieszkał z dziadkami, z ciotkami, z wnukami pod jednym dachem. Małżeństwa – od tego też odchodzimy – pary, związki chcą mieszkać oddzielnie. Liczba urodzin... W ,55 roku urodziło się w Polsce prawie 800 tysięcy dzieci, a w ubiegłym roku 230 tysięcy. To o czym my tu mówimy? Demografia to nie jest tak, jak koleżanka radna mówiła, że za rok czy za dwa w Pułtusku urodzi się tyle dzieci. Nie urodzi się. Prognozy są takie – i państwo dobrze o tym wiecie – że za 25 lat będzie nas poniżej 30 milionów, bo tak w całej Europie się dzieje, i jeżeli nie pozwolimy na przyjazd obcokrajowców, albo warunki się nie zmienią... Kobiety nie rodzą dzieci z różnych powodów.

Ostateczne decyzje

Podczas sesji 13 sierpnia emocje wcale nie opadły, a radni stanęli przed koniecznością ostatecznego, formalnego wyboru. Widmo gigantycznych kar zderzyło się z ogromną niechęcią do narzucanych rygorów.

Wybór między dżumą a cholerą

Sytuację samorządu bardzo dosadnie podsumowała radna Beata Bielińska:

– Staraliśmy się wycisnąć z tego planu, ile się da, żeby dla mieszkańców było jak najlepiej. Ale musimy wiedzieć, że nie mamy na to pełnego wpływu. Wyznaczono nam z góry współczynniki, procenty i dostaliśmy „gniot", z którego mamy ulepić coś super dla naszej gminy. Odnosząc się do uwag mieszkańców – to nie gmina przyjęła złe rozwiązania, bo my uczestniczyliśmy w konsultacjach i walczyliśmy o każdą zmianę. Niestety, wstrzymywanie się od głosu nie rozwiązuje problemu. Stoimy przed wyborem, czy w naszym mieście zapanuje dżuma, czy cholera. Nie ma dobrego rozwiązania – jedno jest złe, a drugie jeszcze gorsze.

Radna Beata Bielińska zwróciła też uwagę na brak miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego w Pułtusku:

– Gdybyśmy mieli miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego... Koledzy radni opowiadali mi te historie, że po 1996 roku pracowano nad tym, było podjętych wiele działań. Niestety, nie mamy tego planu i przez to nie mamy teraz żadnej furtki. Czyli ktoś, gdzieś, kiedyś coś zaprzepaścił.

Zawiła droga do planu

eprasa.pl b0cb835b07

II zastępca burmistrza Anna Ignatowicz omówiła całą procedurę oraz matematyczne zawiłości wyznaczania terenów budowlanych (tzw. algorytm ustawowy):

– W 2023 roku ustawodawca nałożył na gminy obowiązek planu ogólnego. Dlatego Rada Miejska w Pułtusku 26 marca 2024 roku podjęła uchwałę o sporządzeniu planu ogólnego. Od maja 2024 roku zostało opublikowane ogłoszenie o tym, że mieszkańcy mogą składać wnioski do planu ogólnego i prognozy oddziaływania na środowisko. Wyłoniliśmy w ramach przetargu firmę i 12 września 2023 roku na BIP-ie został zaprezentowany projekt planu ogólnego z prognozą oddziaływania na środowisko. Od 12 września on cały czas jest na BIP-ie i był na bieżąco aktualizowany – w styczniu 2024 i marcu 2024 roku. Te aktualizacje wynikały z uzgodnień i opinii organów opiniujących, takich jak RDOŚ, Konserwator Zabytków, Wody Polskie i wiele innych. 10 kwietnia 2024 roku ogłosiliśmy konsultacje społeczne. Naprawdę staraliśmy się dotrzeć do wszystkich, nawet nagrywaliśmy rolkę na Facebooka, żeby przyciągnąć widzów, żeby wiedzieli, że te konsultacje mają miejsce. Konsultacje wydłużaliśmy dwukrotnie, aby każdy mieszkaniec mógł zgłosić uwagi. Poza tym w ramach konsultacji była możliwość spotkania z projektantem, omówienia swojej nieruchomości, ale też było ogólne spotkanie dla mieszkańców. Wszystko to odbywało się poza godzinami pracy, aby było komfortowo dla naszych mieszkańców. Od 6 sierpnia już jest na BIP-ie wersja ostateczna, wraz z raportem z konsultacji społecznych.

Niestety plan nie jest dobrym pomysłem dla gminy, ale też nie mamy wyjścia, bo jeżeli go nie uchwalimy, nie wydamy żadnych warunków zabudowy, nie zrobimy żadnych miejscowych planów, ani ich nie zmienimy. Natomiast po uchwaleniu planu te zasady też się zmienią diametralnie, bo nasze wz-tki będą musiały być zgodne z planem i będą wydawane tylko tam, gdzie są uzupełnienia terenów zabudowy. A te tereny są wyznaczane zgodnie z rozporządzeniem.

Czyli: żeby wyznaczyć obszar uzupełnienia zabudowy, musi być 5 budynków oddalonych od siebie maksymalnie do 100 m. Od obrysów tych budynków dodaje się 50 m, następnie w miejscu luk między budynkami można je uzupełnić, ale do powierzchni 5000 m kw. Później od całego obszaru, od jego zewnętrznej krawędzi odejmujemy 40 m i dopiero mamy obszar uzupełnienia zabudowy. Dopiero od takiego obszaru możemy rozważyć 25% zwiększenia powierzchni, ale od różnicy dwóch powierzchni obszarów – od różnicy przed odjęciem 40 m i od różnicy po odjęciu 40 m. Czyli przykładowo: kiedy obszar miał 100 ha, po odjęciu 40 m mamy 60 ha, to te 25% powiększenia mamy od 40 ha.

Gnojno w lepszej sytuacji, bo ma plan miejscowy

Radna Małgorzata Dąbrowska dociekała, dlaczego Gnojno potraktowano liberalnie, a w innych sołectwach (Moszyn, Gromin, Jeżewo) ludzie nie mogą stawiać budynków w głąb działek.

Odpowiedzi udzielił projektant:

– To jest zależne od tego, czy dla danej miejscowości mamy miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego. Jeżeli jest obowiązujący plan, to my mamy obowiązek przenieść jego ustalenia do planu ogólnego.

Michał Kisiel zarzucał bezduszność narzuconych procedur:

– Dla nas to nielogiczne, że przy urządzonej drodze, z wodociągiem i kanalizacją, gdzie są luki między budynkami – ustawodawca wykoncypował sobie, że tam zabudowy nie będzie. Ta forma siłowego rozwiązania w całej Polsce doprowadzi do paraliżu. (…) Może państwo polskie znajdzie jakieś rozwiązanie już po uchwaleniu tego planu i ograniczy te obostrzenia. Bo wyobraźmy sobie, że mamy grunt, mamy dużą działkę, jest tam doprowadzona woda, kanalizacja, i my na tej działce nie możemy na przykład zbudować domu dla dziecka, czy też to dziecko nie może się wybudować. Ogranicza się tu swobody i rozwój, niby pod płaszczykiem planowania przestrzennego.

… i o szansie jaką jest dla Pułtuska nowa kolej:

– Szansą dla nas jest kolej. Wszystko na to wskazuje, że ona powstanie. To na pewno zwiększy ilość chętnych do zamieszkania w naszej gminie.

Sławomir Krysiak: Ten plan robi z nas skansen, to nie jest nasz plan

– Głosowanie nad tym dokumentem to jest wystawianie się na tych ludzi, którzy przyjdą i będą pytać: „dlaczego mnie tak skrzywdziliście?”. Do tego preferuje pewną grupę właścicieli nieruchomości, gdzie jest możliwość zabudowy, ale tego jest malutko. Cena tych działek wzrośnie potwornie. Ten plan robi z nas skansen i to nie jest nasz plan.

W związku z powyższym radny zadeklarował, że wstrzyma się od głosu. Radna Malgorzata Dąbrowska stwierdzała, że miała zamiar zagłosować przeciw, ale po takich wypowiedziach wstrzyma się od głosu.

Apel o „cojones”

Radny Michał Górecki zaapelował o odwagę do podjęcia trudnej decyzji:

– To nie samorząd, to ustawodawca podjął decyzję o tej kulawej reformie i to nie my określiliśmy sankcje z tytułu nieuchwalenia planu. Ale to na nas spoczywa odpowiedzialność uchwalenia, a wstrzymanie się od głosu to uciekanie od niej. Jesteśmy od tego, żeby podejmować decyzje. Czasami trzeba pokazać, czy się ma, jak to się mówi kolokwialnie, „cojones”.

Na co radny Krysiak z właściwym sobie poczuciem humoru odparł: „Jestem w takim wieku, że te organa nie są już mi potrzebne do takich celów, do jakich zostały stworzone, więc jakoś to przeżyję”.

O solidarność poprosiła Burmistrz Miasta, Beata Jóźwiak:

– Wstrzymywanie się od głosu jest ucieczką od podejmowania decyzji i przerzucaniem odpowiedzialności na kolegów i koleżanki. Mieszkańcy będą przychodzili z problemami do państwa, a w dużej części do mnie. To nie jest łatwa decyzja, ale to ja będę osobą, która będzie tę decyzję realizowała. Uważam, że kiedy jest trudno i decyzje są ciężkie, dobrze jest, gdy jesteśmy solidarni, by wspólnie skupić się nad tym, jak pomóc mieszkańcom w przyszłości.

Radny Wojciech Gregorczyk ponownie opowiedział się za planem i wzywał radnych do wzięcia odpowiedzialności:

– Jeździmy po Europie, zachwycamy się pięknymi miastami, bo wszystko trzyma się jednej linii zabudowy. To, co dzieje się w Polsce przez ostatnie lata, to katastrofa, a ten plan pozwoli ten trend chociaż trochę zatrzymać. A my, jak nie chcemy głosować, to zachowujemy się jak Pawlak i Kargul – jak mu się nie podobało, co państwo wyznaczyło, to on się z takiego państwa wypisywał!

Plan został przyjęty

Ostatecznie radni przyjęli plan 15 głosami za, 0 przeciw, wstrzymało się 3 radnych (M. Dąbrowska, S. Krysiak, M. Kudrel). Nieobecni: Mariusz Osica, Jakub Tomaszewski.

Anna Morawska
naczelna.pgp@pultusk24.pl

reklama

eprasa.pl b0cb835b07

Pamięć o obrońcach Ojczyzny z 1920 roku

Uroczyste obchody 106. rocznicy Bitwy Warszawskiej w Pułtusku

15 sierpnia w Pułtusku uroczyście uczczono 106. rocznicę Bitwy Warszawskiej oraz Święto Wojska Polskiego. W obchodach przygotowanych wspólnie przez Samorząd Powiatu Pułtuskiego oraz Samorząd Gminy Pułtusk wzięli udział kombatanci, przedstawiciele władz, służb mundurowych, szkół, stowarzyszeń, instytucji oraz mieszkańcy regionu. Program uroczystości połączył hołd oddany Ojcom Niepodległości, pamięć o żołnierzach poległych w walkach na przedpolach stolicy oraz ceremoniał patriotyczno-religijny.

Hołd pod pomnikiem Marszałka Józefa Piłsudskiego

Inauguracja obchodów odbyła się przy ulicy Warszawskiej pod pomnikiem Marszałka Józefa Piłsudskiego, gdzie zgromadzone delegacje złożyły wieńce i zapaliły znicze. Okolicznościowe przemówienie wygłosiła Wiceprezes Związku Piłsudczyków RP Oddział w Pułtusku, Wanda Koniecka-Pieńkos, kładąc nacisk na prawdę historyczną oraz kunszt strategiczny Piłsudskiego:

- Oddając w Dniu Wojska Polskiego hołd wszystkim żołnierzom, warto przemyśleć, jak ważną sprawą jest rzetelna wiedza, edukacja i jak bardzo ważne jest prowadzenie mądrej polityki historycznej, by nie ujmować chwały polskim bohaterom. (...) Pomimo oczywistych sukcesów Marszałka, zbadanych przez historyków i naukowo dowiedzionych, jego przeciwnicy i wrogowie próbują i dzisiaj podważać jego zasługi, zasługi tak oczywiste, jak zwycięstwo w Bitwie Warszawskiej w sierpniu 1920 roku. (...) Naczelny Wódz jednak oba plany odrzucił i tego samego dnia 6 sierpnia wyszedł z własną koncepcją strategiczną i nakreślił plan kontrofensywy. (...) Zwycięstwo w bitwie warszawskiej było wynikiem zaskakującego dla bolszewików planu Naczelnego Wodza, sprawności generałów i mężnej postawy polskiego żołnierza, który broniąc Warszawy, odważnie szedł do ataku, składając ofiarę własnej krwi.

Upamiętnienie Ignacego Jana Paderewskiego na zamku

Kolejna część uroczystości przeniosła się do parku Domu Polonii, gdzie przed tablicą pamiątkową oddano cześć wybitnemu pianiście i mężowi stanu w 80. rocznicę jego śmierci. W wydarzeniu uczestniczyli również repatrianci mieszkający w pułtuskim zamku.

Głos zabrała Kierownik Działu Marketingu i Sprzedaży Domu Polonii, Małgorzata Grąbczewska, przypominając o dyplomatycznej misji Paderewskiego w 1920 roku:

- Ignacy Jan Paderewski był człowiekiem, który miał ogromne poczucie służby dla wspólnoty, jaką jest naród i państwo. (...) Latem 1920 roku, gdy Armia Czerwona zbliżała się do Warszawy, Paderewski przerwał odpoczynek w Szwajcarii i zgłosił gotowość służenia Ojczyźnie. Został mianowany delegatem rządu polskiego przy Lidze Narodów w Genewie, gdzie zabiegał o poparcie dla walczącej Polski i informował Zachód o celach bolszewickiej agresji. Wykorzystywał swój ogromny autorytet światowej sławy pianisty i męża stanu, aby przeciwdziałać wrogiej Polsce propagandzie i wpłynąć na opinię publiczną w Europie Zachodniej.

Złożeniu kwiatów pod tablicą towarzyszyła salwa wystrzelona z zamkowej armaty.

Uroczystości przy pomniku Wincentego Witosa

Następnie uczestnicy przeszli pod pomnik Wincentego Witosa, premiera Rządu Obrony Narodowej z 1920 roku. W imieniu Stowarzyszenia „Pamięć i Tożsamość" im. Wincentego Witosa przemówienie wygłosiła Agata Łojek, akcentując lokalne ślady tamtych walk:

To były upalne sierpniowe dni 1920 roku. W powietrzu czuć było atmosferę strachu oraz przeświadczenie o zbliżającym się starciu. (...) To wydarzenie sprzed 106 lat, określane mianem Cudu nad Wisłą oraz uznane za osiemnastą przełomową bitwę w historii świata, zadecydowało o zachowaniu niepodległości przez Polskę i uratowało Europę przed bolszewizmem. Mimo iż główne potyczki koncentrowały się wokół obrony i zdobycia Warszawy, nie ominęły one jednak naszej małej Ojczyzny. Świadczą o tym znajdujące się w powiecie pułtuskim mogiły żołnierzy oraz ochotników wcielonych do armii, a także tablice pamiątkowe poświęcone czci uczestników starcia, którzy w obronie Ojczyzny oddali to, co najcenniejsze – życie. (...) To nasza powinność – wszak pamięć jest skarbnicą i strażniczką wszystkich rzeczy.

Główna ceremonia pod mogiłą poległych bohaterów

Głównym punktem pułtuskich obchodów była uroczystość na pierwszym cmentarzu pod mogiłą poległych bohaterów wojny 1920 roku. Wydarzenie poprowadził rekonstruktor Błażej Zdunek (w mundurze porucznika piechoty wz. 36), a oprawę muzyczną zapewniła Miejska Młodzieżowa Orkiestra Dęta OSP pod batutą Kacpra Cendrowskiego. Historyczną asystę wystawiła Pułtuska Grupa Rekonstrukcji Historycznej 13 Pułku Piechoty przy PTSK wraz z uczniami szkół średnich:

Warta honorowa (mundury legionowe): Kamil Czechowski (żołnierz kompanii reprezentacyjnej WP) oraz Szymon Zawiślak (I LO CN-B).

Poczet sztandarowy 13 Pułku Piechoty: Michał Malik w asyście Danuty Ciszewskiej (Straż Miejska w Pułtusku) i Oliwii Horn (w mundurach Ochotniczej Legii Kobiet 1920 r.).

Poczet flagowy: sierż. Paweł Malik (KPP w Pułtusku), st. sierż. rez. Piotr Jaszczułt (PGRH 13 Pułku Piechoty) oraz mł. kpt. Przemysław Staniszewski (KP PSP w Pułtusku).

Po podniesieniu flagi i odśpiewaniu hymnu państwowego obszerny wykład historyczny wygłosiła Dyrektor Zespołu Szkół Zawodowych im. Jana Ruszkowskiego, Anna Kmiołek-Gizara:

Starcie przypominało walkę Dawida z Goliatem. Na froncie w 1920 roku Polacy wystawili 385 tys. żołnierzy, a bolszewicy ponad 750 tys. (...) W obliczu śmiertelnego zagrożenia państwa powołano Armię Ochotniczą, do której zgłosiło się ponad 105 tysięcy ludzi. W wojnie przeciwko bolszewikom wzięły udział wszystkie warstwy społeczne – pisarze, poeci, plastycy, robotnicy, inteligencja, młodzież, organizacje zawodowe, społeczne i sportowe. Ponad 20 tysięcy harcerzy zgłosiło się ochotniczo do służby (...). Kluczowe znaczenie dla zwycięstwa miała praca polskiego radiowywiadu. Rok przed Bitwą Warszawską bolszewicki szyfr złamał porucznik Jan Kowalewski. (...) Podczas Bitwy Warszawskiej radiowywiad nie tylko przechwytywał depesze, lecz także zagłuszał komunikację przeciwnika (...). Radiotelegrafiści przy kluczu radiostacji w Cytadeli zmieniali się i nadawali bez przerwy przez 36 godzin bitwy o Warszawę tekst Pisma Świętego. Po II wojnie światowej pamięć o tym triumfie została jednak brutalnie przerwana. W czasach Polski Ludowej nie wolno było mówić o zwycięstwie nad bolszewikami (...). Mimo zakazów pamięć o Bitwie Warszawskiej trwała – w rodzinach, w Kościele, w środowiskach emigracyjnych, w sercach ludzi. (...) Pamiętamy o zwycięstwie, które zmieniło bieg historii. I pamiętamy, że wolność nie jest dana raz na zawsze – trzeba o nią dbać, tak jak oni dbali o Polskę w 1920 roku.

Modlitwę w intencji poległych poprowadził ks. kan. Jarosław Arbat, dziekan dekanatu pułtuskiego i proboszcz parafii św. Mateusza. Pod mogiłą wieńce złożyły delegacje samorządowe, służb mundurowych (Policji, PSP, 5 Mazowieckiej Brygady OT, Wojskowego Centrum Rekrutacji w Wyszkowie, Nadleśnictwa), kombatantów, Młodzieżowej Rady Gminy, rezerwistów JW 3001 Kożuchów, motocyklistów z Pułtuskiego Stowarzyszenia Motocyklowego im. Waldemara Jaworskiego oraz pułtuskich szkół i instytucji. Składaniu kwiatów towarzyszył utwór „Śpij, kolego" oraz salwa honorowa z granatnika wzór 36, a orkiestra OSP odegrała wiązankę pieśni patriotycznych.

Zwieńczeniem obchodów była Msza Święta w intencji Ojczyzny odprawiona w pułtuskiej Bazylice. Podczas nabożeństwa proboszcz poświęcił przyniesione przez wiernych tradycyjne bukiety ziół i kwiatów z okazji święta Matki Boskiej Zielnej, a pułtuskiej grupie rekonstrukcyjnej uroczyście przekazano nowe repliki mundurów z okresu II Rzeczypospolitej.

Anna Morawska
naczelna.pgp@pultusk24.pl

Więcej zdjęć na pultusk24.pl

eprasa.pl b0cb835b07

eprasa.pl b0cb835b07

Cały zwierzyniec u św. Rocha

Tradycyjne święcenie w Sadykrzu

Dziś przy kościółku pw. św. Rocha w Sadykrzu zrobiło się wyjątkowo gwarno. Na tradycyjne **święcenie zwierząt** mieszkańcy przyprowadzili swoich czworonożnych i skrzydlatych podopiecznych. Były psy i koty, pojawiły się kury, a największe zainteresowanie wzbudził oczywiście koń a w zasadzie klacz imieniem Rama.

Zwyczaj nie jest przypadkowy. **Święty Roch od wieków uważany jest za patrona zwierząt domowych i gospodarskich**, ale w wielu miejscach związane z jego wspomnieniem odpusty i nabożeństwa łączą się właśnie z błogosławieństwem zwierząt. Według tradycji, gdy ciężko chory Roch znalazł się w odosobnieniu, pies przynosił mu chleb i pomógł mu przetrwać. Dlatego na przedstawieniach świętego bardzo często towarzyszy mu właśnie pies.

W Sadykrzu stary zwyczaj wciąż żyje. I chyba trudno o bardziej sympatyczny widok niż zgromadzenie przed niewielkim kościółkiem, w którym obok ludzi, właścicieli czworonogów, na swoją kolej cierpliwie – albo trochę mniej cierpliwie – czekają pieski, kotki, kury i Rama!

zaproszenie

eprasa.pl b0cb835b07

pultusk24.pl PUŁTUSKA gazeta powiatowa wspieramy ciekawe inicjatywy Pułtuszczan

eprasa.pl b0cb835b07

40 lat nadziei, walki i wsparcia

- Piękny jubileusz Pułtuskiego Stowarzyszenia Trzeźwości „ŚWIT”

W sobotę, 15 sierpnia, w atmosferze dumy, wspomnień i wzruszeń, Pułtuskie Stowarzyszenie Trzeźwości „ŚWIT” uroczyście obchodziło jubileusz 40-lecia działalności ruchu abstynenckiego w Pułtusku. Zbiegające się ze Świętem Wojska Polskiego obchody były okazją do podsumowania czterech dekad tytanicznej pracy, uhonorowania zasłużonych działaczy oraz wręczenia pucharów w jubileuszowych zmaganiach sportowych.

Wyjątkowy charakter uroczystości podkreślił już na wstępie obecny prezes stowarzyszenia, Leszek Kowalewski, który wystąpił w eleganckim mundurze bosmana żeglugi. Jubileusz ten – jak podkreślano w wystąpieniach – to nie tylko data w kalendarzu, ale przede wszystkim tysiące uratowanych dni, setki ocalonych żyć, odbudowanych rodzin oraz powrotów do ludzkiej godności.

Od „szczęśliwej ósemki” do silnej wspólnoty

Rys historyczny organizacji przedstawił prezes Leszek Kowalewski:

Początki „ŚWIT-u” sięgają 26 października 1986 roku, kiedy to z inicjatywy Mieczysława Gąsiewskiego – nauczyciela Technikum Radiowo-Telewizyjnego i szefa Gminnego Komitetu Przeciwalkoholowego – odbyło się pierwsze spotkanie założycielskie. Choć zaproszono wówczas 50 pacjentów poradni odwykowej, przyszło zaledwie 8 osób. Ta odważna ósemka, nie zrażając się frekwencją, postanowiła powołać ruch abstynencki pod przewodnictwem pierwszego prezesa, Leona Wiśniewskiego. Nazwa „ŚWIT” okazała się dla wielu symbolem jasnego poranka po najmroczniejszej nocy uzależnienia. Początki były trudne – pierwsza siedziba mieściła się w Miejskim Domu Kultury, a w 1988 roku stery przejął prezes Marian Lasocki. Następnie los wystawił członków na ciężką próbę, przenosząc klub do nieogrzewanego, drewnianego baraku na Rybitwi, gdzie sprzęt audiowizualny przed kradzieżami trzeba było zabezpieczać w prywatnych domach.

Przełom przyszedł we wrześniu 1991 roku za sprawą ks. prałata Józefa Mikołajewskiego i dyrektora SP nr 1 Witolda Saracyna, którzy udostępnili stowarzyszeniu sale w Domu Katechetycznym przy ul. Świętojańskiej. To tam powstała pierwsza w powiecie profesjonalna terapia, którą prowadził psycholog Włodzimierz Truszewski z Warszawy. W 1993 roku ruch przekształcił się oficjalnie w zarejestrowane w sądzie Stowarzyszenie Trzeźwości „ŚWIT” z zarządem pod przewodnictwem Krystyny Rzemek. Dziś „ŚWIT” liczy 70 członków i jest prężnie działającą organizacją, realizującą zadania z zakresu zdrowia publicznego przy stałym wsparciu samorządu.

Do tamtych pionierskich chwil nawiązał obecny na uroczystości pierwszy prezes stowarzyszenia, Leon Wiśniewski:

– Nie czuję, bym miał aż tak wielkie zasługi. Trzeba jednak przyznać, że decyzja o wybraniu mnie pierwszym prezesem zapoczątkowała drogę, dzięki której z tamtych początkowych ośmiu osób dziś spotykamy się w tak wspaniałym, licznym gronie. Dziękuję za zaproszenie, a Panu Bogu za to, że pozwolił nam się tu dzisiaj spotkać. Pułtusk miał to szczęście, że pracowici prezesi i współpracownicy stanęli na wysokości zadania i podołali wszystkim obowiązkom. Naprawdę jest się czym chwalić!

Wdzięczność, pamięć i wyróżnienia

Jubileusz stał się okazją do podziękowania tym, którzy tworzyli i rozwijali pułtuski ruch abstynencki. Pamiątkowe wyróżnienia z rąk Dominika Pastewki (kierownika ds. organizacji pozarządowych w Urzędzie Miasta i Gminy Pułtusk) odebrali twórcy i zasłużeni działacze: Leon Wiśniewski (pierwszy prezes), Hanna Winciunas (współpracująca z ramienia MOPS), Lech Waśniewski, Krystyna Rzemek, Urszula Tymińska, Wiesław Karaśkiewicz, Jacek Wojtczak.

Szczególne wyrazy uznania za codzienny trud skierowano także do obecnych filarów stowarzyszenia – skarbnik Grażyny Kowalskiej oraz prezesa Leszka Kowalewskiego, któremu specjalną odznakę wręczył Andrzej Goma.

Podczas obchodów nie zapomniano o osobach, które odeszły już na „wieczny mityng” – minutą ciszy uczczono pamięć inicjatora ruchu Mieczysława Gąsiewskiego, wieloletniego prezesa Piotra Skiby oraz zmarłej w 2022 roku Grażyny Stefankiewicz, pomysłodawczyni i wieloletniej organizatorki Przeglądu Twórczości Abstynenckiej.

W uroczystości wzięli udział przedstawiciele władz, instytucji pomocowych oraz bratnich organizacji, którzy skierowali do zebranych wiele ciepłych i pełnych uznania słów.

Z gratulacjami wystąpiła Burmistrz Miasta Pułtusk Beata Jóźwiak:

– Widziałam na twarzach osób, które wyszły tutaj przed scenę, wzruszenie, łzy. Zaczynaliście jako garstka kilkuosobowa. Teraz jesteście potężną rodziną, która bardzo się zjednoczyła i macie jeden szlachetny cel – pomaganie ludziom, a nawet śmiem twierdzić – ratowanie życia ludziom i ich bliskim. Robicie coś pięknego i niezwykłego, bo to jest bardzo trudna misja, a efekt nie jest natychmiastowy. Gratuluję Wam tych wielu sukcesów, tego, że tak pięknie się rozwijacie. Dziękuję za to, że gmina Pułtusk ma szczęście, że ma takie stowarzyszenie, prezesa, członków i wielu sympatyków, którzy potrafią razem zrobić tak dużo. Życzę Państwu dużo zdrowia, sił, jak najwięcej radości z tego, co robicie, i kolejnych pięknych jubileuszy. Samorząd gminy Pułtusk jest z Was dumny!

List gratulacyjny odczytał Prezes Mazowieckiego Związku Stowarzyszeń Abstynenckich Bogdan Urban:

– Jestem tu już dwudziesty raz albo i więcej. Każdy jubileusz jest niezwykłym świętem i wydarzeniem. Jest też okazją do dokonania oceny dotychczasowych osiągnięć oraz wyznaczania nowych celów i zadań. Skłania również do refleksji, wspomnień i przemyśleń. Z okazji 40. Rocznicy powstania stowarzyszenia, w imieniu Zarządu Mazowieckiego Związku Stowarzyszeń Abstynenckich oraz własnym, składam serdeczne gratulacje i wyrazy uznania. Niech świętowany jubileusz będzie powodem do zadowolenia i bodźcem

eprasa.pl b0cb835b07

do dalszego działania. Na ręce Pana Prezesa składam życzenia dalszych sukcesów, wytrwałości w realizacji niełatwych zadań oraz dużo radości.

Głębokie, metaforyczne przesłanie skierował do zgromadzonych Wojciech Gregorczyk, Przewodniczący Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, występujący wspólnie z Dyrektor Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej Beatą Gemzą:
– Tadej Pogačar – wielki kolarz – w tym roku wygrał po raz kolejny bardzo trudny wyścig Tour de France. Dlaczego o tym mówię? Dlatego, że oprócz zwycięstwa zrobił rzecz niesamowitą – otóż z jednym z kolegów z drużyny uciekł peletonowi. Zadaniem tego kolegi było pomaganie liderowi przez cały wyścig, a on pozwolił temu koledze, obejmując go na mecie, razem zwyciężyć. Zrobił to po to, by pokazać całemu światu, jak ważna jest rola tych, którzy pomagają. Państwo przez 40 lat to czynicie wspaniale i dziś pokazujecie światu – nie tylko tu, ale i całemu miastu, powiatowi, jak również całemu Mazowszu – że pięknie potraficie pomagać odzyskiwać i utrzymywać trzeźwość. Bo trzeźwość to nie jest abstynencja – ja to wielokrotnie powtarzam. Abstynencja to jest tylko powstrzymywanie się od picia alkoholu, a trzeźwość to jest stan ciała, umysłu i ducha. Tylko człowiek trzeźwy potrafi cieszyć się życiem, nie da się omamić ani oszukać, może być szczęśliwy – i dzięki Wam to się dzieje.

Sportowa rywalizacja i muzyczne zwieńczenie

Nieodłącznym elementem integracji środowiska trzeźwościowego – obok spływów kajakowych po Narwi, biwaków i wyjazdów – od lat pozostaje sport. Jubileusz był więc doskonałą okazją do nagrodzenia zwycięzców okolicznościowych turniejów:

III Zawody Tenisa Stołowego PST „ŚWIT" o Puchar Burmistrza Pułtuska (puchary wręczał prezes Leszek Kowalewski):
Marek Sitkowski
Janusz Niewiadomski
Mirosław Charubin
Stanisław Białas

IV Zawody Łucznicze PST „ŚWIT" o Puchar Wicepremiera Henryka Kowalczyka (puchary wręczał Janusz Jeleń):
Leszek Kowalewski
Marek Sitkowski
Jakub Aleksandrowski
Andrzej Kowalski

I Zawody Strzeleckie z Broni Pneumatycznej PST „ŚWIT" o Puchar Prezesa MZSA Bogdana Urbana (puchary wręczał prezes MZSA Bogdan Urban):

Leszek Kowalewski
Andrzej Kowalski
Krzysztof Wesołowski
Lech Waśniewski
I miejsce w kategorii kobiet: Anna Godlewska
Wyróżnienie: Marek Sitkowski

Oficjalną część wydarzenia uświetnił recital artystki operowej i operetkowej – Natalii Orłowskiej-Gaman. Po uczcie dla ducha uczestników zaproszono na okolicznościowy tort oraz poczęstunek, przy którym długo jeszcze toczyły się rozmowy pełne wspomnień, wzajemnego wsparcia i planów na kolejne dekady owocnej działalności.

Anna Morawska
naczelna.pgp@pultusk24.pl

Katarzyna Dudek

Co w lesie piszczy

... a co skrywa tajemnicę pod ściółką?

Większość z nas podczas spaceru po lesie patrzy przed siebie. Podziwiamy wysokie drzewa, nasłuchujemy śpiewu ptaków, wypatrujemy saren lub jeleni. Dopiero gdy przychodzi sezon grzybowy, nasz wzrok kieruje się ku ziemi. Szukamy charakterystycznych kapeluszy borowików, kurek czy podgrzybków wystających spośród mchu i opadłych liści. Niewiele osób zdaje sobie jednak sprawę, że pod warstwą leśnej ściółki kryje się świat, od którego zależy życie całego lasu.
Leśna ściółka to nie tylko opadłe liście, igły, gałązki czy mech. To niezwykle złożony ekosystem, w którym nieustannie zachodzą procesy decydujące o funkcjonowaniu przyrody. Każdego dnia pracują tam miliardy bakterii, grzybów, drobnych bezkręgowców i innych organizmów, które rozkładają martwą materię organiczną. Dzięki ich pracy składniki odżywcze wracają do gleby i mogą ponownie zostać wykorzystane przez rośliny. Gdyby ten proces ustał, las w ciągu kilkudziesięciu lat zostałby dosłownie zasypany grubą warstwą nierozłożonych liści, gałęzi i obumarłych roślin.
Jednym z najważniejszych mieszkańców tego ukrytego świata są grzyby. Większość osób utożsamia je z borowikami, koźlarzami czy kurkami, które trafiają do koszyków grzybiarzy. Tymczasem z biologicznego punktu widzenia są to jedynie owocniki, czyli struktury służące rozmnażaniu. Prawdziwy organizm znajduje się pod powierzchnią ziemi. Jest nim grzybnia – gęsta sieć mikroskopijnych strzępek, która przenika ściółkę i glebę niczym delikatna pajęczyna. Choć pozostaje niewidoczna, może zajmować powierzchnię wielu metrów kwadratowych, a nawet kilku hektarów. W sprzyjających warunkach funkcjonuje przez wiele lat, nieustannie rozrastając się i wykonując pracę, bez której las nie mógłby istnieć.
To właśnie dlatego po ciepłym letnim deszczu wydaje się nam, że grzyby pojawiły się z dnia na dzień. W rzeczywistości nie wyrosły nagle. Grzybnia była tam przez cały czas, ukryta pod ściółką. Odpowiednia wilgotność i temperatura jedynie uruchomiły proces tworzenia owocników, które mają rozsiać zarodniki i zapewnić gatunkowi kolejne pokolenia. Najbardziej niezwykłe jest jednak to, że wiele grzybów żyje z drzewami w ścisłej współpracy. To zjawisko nazywamy mikoryzą. Strzępki grzybni oplatają najmłodsze korzenie drzew, zwiększając ich zdolność do pobierania wody oraz składników mineralnych z gleby. W zamian drzewa przekazują grzybom cukry powstające podczas fotosyntezy. To przykład współpracy doskonalonej przez miliony lat ewolucji, dzięki której obie strony odnoszą korzyści.
Dziś wiemy, że grzyby pełnią w lesie znacznie więcej funkcji niż tylko wspomaganie wzrostu drzew. Rozkładają martwe drewno, liście i szczątki organizmów, uczestniczą w tworzeniu próchnicy, wpływają

na żyzność gleby i zamykają obieg materii w przyrodzie. Bez nich las przestałby być samowystarczalnym ekosystemem.
Nic więc dziwnego, że naukowcy coraz częściej zwracają uwagę na niezwykłą rolę grzybni. Choć jest niemal niewidoczna, stanowi jeden z fundamentów życia w lesie. To pod powierzchnią ziemi zachodzą procesy, których nie dostrzegamy podczas spaceru, a które mają wpływ na kondycję drzew, rozwój roślin i funkcjonowanie całych leśnych ekosystemów.
Dlatego warto spojrzeć na grzybobranie z nieco innej perspektywy. Borowik znaleziony przy leśnej ścieżce nie jest całym grzybem, lecz jedynie jego krótkotrwałym etapem życia – odpowiednikiem owocu na drzewie. Najważniejsza część organizmu pozostaje ukryta pod naszymi stopami i przez większą część roku wykonuje swoją cichą, ale niezwykle ważną pracę.
Leśna ściółka skrywa znacznie więcej tajemnic niż mogłoby się wydawać. To nie tylko miękki dywan z liści i mchu, po którym spacerujemy. To żywy świat, w którym każdego dnia miliardy organizmów współpracują, konkurują i przekształcają materię, tworząc warunki do życia dla kolejnych pokoleń roślin i zwierząt.

Katarzyna Dudek
Łowczy Okręgowy Zarządu Okręgowego Polskiego Związku Łowieckiego w Ciechanowie

eprasa.pl b0cb835b07

Rozmowa Amelii Świerczewskiej z malarką Danutą Czerwińską. Rozmowy z artystami - odcinek 4

Pasja, która zrodziła się z tęsknoty

Rozmowa o sztuce, emocjach i poszukiwaniu własnej drogi

Każdy moment w życiu jest dobry, by odkryć w sobie duszę artysty. O poszukiwaniu własnego stylu, emocjach przelewanych na płótno i o tym, jak malarstwo potrafi uleczyć tęsknotę, opowiedziała Danuta Czerwińska.

Czy od początku wiedziała Pani, że chce wiązać swoje życie ze sztuką?
Nie, zupełnie tego nie przewidziałam. Choć jako dziecko bardzo lubiłam rysować i malować, w dorosłym życiu skupiłam się na rodzinie i wychowywaniu dzieci. Dopiero po długim czasie – właściwie dopiero od 10 lat – na nowo odkryłam tę pasję i weszłam w zupełnie inny świat, który bardzo mi się spodobał. Tworzę dzieła z ogromną przyjemnością. Sztuka to coś, co kocham i z czym chętnie spędzam wolny czas. To nie jest żadne poświęcenie, to coś znacznie więcej.

Jak wyglądały początki Pani drogi artystycznej?
Nigdy nie zastanawiałam się nad tym, czy zostanę uznaną artystką i czy moje prace będą się komuś podobać. Po prostu zaczęłam robić to, co lubię. Zaczynałam od prostych rzeczy, głównie od pejzaży, z czasem jednak skupiłam się na czymś innym. Zaczęłam wsłuchiwać się w siebie i uzewnętrzniać to, co jest wewnątrz nas. Tworzyłam głównie dla siebie – by móc po skończonej pracy spojrzeć na obraz i powiedzieć: „tak, to jest to". Niezmiernie miło jest, gdy inni również to dostrzegają. Uwielbiam, gdy moje prace budzą zainteresowanie.

Co inspiruje Panią do tworzenia obrazów?
Właściwie nie ma rzeczy, która by mnie nie inspirowała. Pomysłów mam mnóstwo, niestety znacznie gorzej jest z czasem. Pracuję zawodowo, co zabiera mi dużo energii. Tak jak wspomniałam, zaczynałam od przyrody. Nie ukończyłam szkoły artystycznej, nikt nie uczył mnie technik malarskich, więc początkowo miałam trudności, by to, co widzę w wyobraźni, idealnie przenieść na płótno. Zaczęłam więc od zabawy kolorami. Teraz idę o krok dalej. Cały czas mam nadzieję, że będzie we mnie narastać ciekawość, by tworzyć rzeczy na wskroś moje, które będą miały swój unikalny charakter. Obecnie najbardziej interesują mnie relacje międzyludzkie i ukazywanie sztuki w sposób nowoczesny. Pracuję nad serią obrazów, która będzie zupełnie inna niż moje dotychczasowe prace. Co ciekawe, jeden z tych nowych obrazów ostatnio sprzedał się „na pniu" – nie zdążyłam mu nawet nadać tytułu! Zainteresowanie odbiorców utwierdza mnie w przekonaniu, że idę w dobrym kierunku. Największą radością jest dla mnie to, że mogę dzielić się pięknem z innymi ludźmi.

Czy ma Pani swój ulubiony obraz?
Często się nad tym zastanawiałam i wbrew pozorom nie jest to proste pytanie. Mam bardzo dużo obrazów i z każdym spędziłam mnóstwo czasu, więc trudno byłoby mi wybrać ten jeden jedyny. Kiedyś słyszałam, że artyści mocno przywiązują się do swoich dzieł, i faktycznie odczułam to na własnej skórze – czasami z bólem serca rozstaję się ze swoimi pracami.
To unikalne uczucie.
Każdy obraz jest po części moim ulubionym. Są też takie, w których coś mi nie wyszło – zwłaszcza te z początków mojej drogi, które na przykład zbyt szybko zawerniksowałam i nie dało się już nanieść poprawek. Dziś, jak mawia mój mąż, wiem, że „lepsze jest wrogiem dobrego". Nauczyłam się, w którym momencie należy odłożyć pędzel.

Czy malowanie pomaga Pani wyrażać emocje, które ciężko opisać słowami?
Zdecydowanie tak. Obrazy są częścią artysty. Przez życie nie da się przejść bezstresowo i zawsze radośnie – mamy też gorsze momenty. Mam takie obrazy, które pokazują tę inną sferę życia, zadumę czy smutek. Zostawiam w nich elementy, które naprowadzają na interpretację, choć niekoniecznie musi być ona spójna z moimi osobistymi odczuciami. Widzowie często odnajdują w nich własne historie, co daje im dużo do myślenia, podobnie zresztą jak w przypadku obrazów radosnych.

Jaką radę dałaby Pani młodym ludziom, którzy chcą rozwijać swój talent artystyczny?
Przede wszystkim – nie poddawać się, być sobą mimo wszystko i szukać radości w tym, co się robi. Uważam, że bez radości i satysfakcji daleko się nie zajdzie. Tworzenie wymaga mnóstwa czasu i energii, więc pasja jest tu kluczowa. Trzeba cieszyć się procesem, nawet gdy pojawia się krytyka lub przeciwności losu. To trudna branża, ale nie można się zrażać. Radość z tworzenia potrafi wiele zrekompensować.

Jakie wrażenia chciałaby Pani pozostawić w odbiorcach po obejrzeniu Pani dzieł?
Chciałabym, aby osoba, która kupi mój obraz, nigdy się nim nie znudziła. Żeby za każdym razem odnajdywała w nim coś nowego, co sprawi, że będzie chciała mieć go przy sobie już na zawsze. To by mi w zupełności wystarczyło.

Czy mogłaby nam Pani opowiedzieć o tym impulsie, który zapoczątkował Pani drogę artystyczną?
Doskonale pamiętam ten moment i wiem, komu zawdzięczam tę przygodę. To była moja córka, która na urodziny zrobiła mi jeden z najpiękniejszych prezentów w życiu. Byłam wtedy w Anglii, wyjechałam tam za pracą. Czułam się bardzo smutna, byłam daleko od domu i bliskich. Córka trafiła w samo sedno – kupiła mi farby olejne i małe płócienka. Gdy je zobaczyłam, popłakałam się ze szczęścia. Nie spodziewałam się, że przyniesie mi to tyle radości i przypomni o tym, co kochałam w dzieciństwie. Malowanie stało się dla mnie odskocznią. Przestałam tak bardzo tęsknić za rodziną, mój wolny czas nabrał sensu. Z czasem odskocznia przerodziła się w prawdziwą pasję i tak zostało do dziś.

Czy są jacyś konkretni twórcy, którzy Panią w tym momencie inspirują?
Trudno nie interesować się twórczością innych, gdy samemu się tworzy. Człowiek zawsze szuka punktu odniesienia. Bardzo interesuje mnie sztuka nowoczesna. Oglądam różne dzieła, choć niestety przeważnie w internecie. Odbiór na żywo jest zupełnie inny – obraz trzeba zobaczyć na własne oczy, poczuć jego fakturę, zobaczyć w dobrym świetle. Nie szukam jednak inspiracji do kopiowania. Doceniam innych twórców, ale nie opieram swoich prac na cudzych zdjęciach czy obrazkach. Staram się tworzyć rzeczy wyłącznie moje, nawet jeśli są to małe formy, chcę, by wypływały ze mnie.

Czy uważa Pani, że wspólne malowanie potrafi polepszyć relacje międzyludzkie?
Oczywiście. Każda praca wykonywana wspólnie w dobrej atmosferze poprawia relacje. Malarstwo daje przede wszystkim świetny temat do rozmowy, a w dzisiejszych czasach ludzie niestety rzadko ze sobą rozmawiają. Nawiązanie takiego kontaktu to pierwszy krok do otwarcia się na drugiego człowieka. Często jest też tak, że malując, ludzie pokazują emocje, które w nich siedzą, a o których nie potrafią opowiedzieć słowami. Malowanie im w tym pomaga.

Czy oprócz malarstwa ma Pani jeszcze inne pasje, przez które lubi Pani wyrażać siebie?
Zdecydowanie tak. Oprócz malarstwa interesuję się poezją. Niedawno, wspólnie z moją córką odważyłyśmy się wydać nasze wiersze w tomie 7 antologii pt. „Poezja naszych dni". Możliwość dzielenia się z nią swoimi myślami i wspólne tworzenie jest dla mnie bardzo wzruszające. To kolejny piękny, artystyczny rozdział w naszym życiu, który jeszcze mocniej nas połączył.

Dziękuję za rozmowę.
Amelia Świerczewska

eprasa.pl b0cb835b07

LABORATORIUM BEZ TAJEMNIC

Bo każdy wynik ma swoją historię.

CUKRZYCA – choroba, która długo nie boli.

Jak laboratorium pomaga ją wykryć?

„Czuję się dobrze. Po co mam badać poziom glukozy?”

To pytanie słyszymy bardzo często. Tymczasem cukrzyca przez wiele lat może rozwijać się bez wyraźnych objawów. Zdarza się, że pierwszym sygnałem są dopiero powikłania – pogorszenie wzroku, problemy z nerkami czy trudniej gojące się rany.

Dlatego tak ważną rolę odgrywają badania laboratoryjne. †o one często jako pierwsze pokazują, że w organizmie dzieje się coś, co wymaga uwagi.

Jakie badania wykonuje laboratorium?

GLUKOZA NA CZCZO

To podstawowe badanie przesiewowe. Pokazuje stężenie glukozy we krwi w momencie pobrania. Służy do oceny gospodarki węglowodanowej i może być pomocne w wykrywaniu stanu przedcukrzycowego oraz cukrzycy.

Pojedynczy wynik glukozy, nawet jeśli odbiega od zakresu referencyjnego, nie jest wystarczający do rozpoznania cukrzycy. Lekarz bierze pod uwagę także objawy pacjent, wywiad oraz - jeśli jest to konieczne – zleca kolejne badania, takie jak oznaczenie hemoglobiny glikowanej (HbA1c) lub doustny test obciążenia glukozą.

Dlatego nie warto wyciągać pochopnych wniosków na podstawie jednego wyniku.

Pacjenci często pytają:

Dlaczego wynik z laboratorium różni się od tego z glukometru?

To naturalne

Badanie wykonane w laboratorium oznacza stężenie glukozy w próbce krwi żylnej z wykorzystaniem metod podlegających ścisłej kontroli jakości oraz wykonanych na specjalistycznych i nowoczesnych analizatorach biochemicznych. Glukometr jest natomiast przeznaczony przede wszystkim do codziennego monitorowania glikemii przez pacjentów z cukrzycą, a nie do rozpoznawania choroby.

Oba pomiary są potrzebne, ale służą innym celom.

HEMOGLOBINA GLIKOWANA (HbA1c)

Glukoza we krwi zmienia się z ciągu dnia. Jej stężenie zależy między innymi od tego, co zjemy, czy jesteśmy aktywni fizycznie, a nawet od stresu.

Dlatego lekarz nie zawsze opiera się wyłącznie na wyniku glukozy oznaczonej na czczo. Pomocnym badaniem jest hemoglobina glikowana (HbA1c). Pokazuje ona, jak wyglądało średnie stężenie glukozy we krwi w ciągu ostatnich około 2-3 miesięcy.

Można powiedzieć, że j:

poziom glukozy na czczo jest jak zdjęcie zrobione w jednej chwili, natomiast

HbA1c przypomina film pokazujący, jak poziom glukozy wyglądał przez ostatnie tygodnie.

Dzięki temu lekarz może ocenić nie tylko aktualny wynik, ale również to, jak organizm radził sobie z utrzymaniem prawidłowego poziomu glukozy przez dłuższy czas.

Kiedy lekarz zleca badanie HbA1c?

W diagnostyce cukrzycy – zgodnie z obowiązującymi zaleceniami i po ocenie lekarza

U osób ze stanem przedcukrzycowym

U pacjentów z rozpoznaną cukrzycą w celu monitorowania skuteczności leczenia

DOUSTNY TEST OBCIĄŻENIA GLUKOZĄ (OGTT) – sprawdzamy, jak organizm radzi sobie z cukrem

Niektórym pacjentom lekarz zleca wykonanie testu obciążenia glukozą.

Polega on na pobraniu krwi na czczo, wypiciu roztworu glukozy i ponownym pobraniu krwi w określonych odstępach czasu.

Badanie pozwala ocenić, jak organizm reaguje na określoną ilość glukozy i jak szybko potrafi ją wykorzystać.

Pacjenci często pytają: „Po co mam siedzieć dwie godziny w laboratorium?”

Odpowiedź jest prosta – aby badanie było wiarygodne i użyteczne klinicznie.

Po wypiciu glukozy należy pozostać w laboratorium lub w wyznaczonym miejscu. W tym czasie nie należy jeść, pić słodzonych napojów, żuć gumy, palić papierosów ani wykonywać wysiłku fizycznego. Najlepiej spokojnie usiąść i poczekać na kolejne pobranie krwi.

Czy każdy dobrze znosi badanie?

Większość osób przechodzi test bez problemu. Niektórzy pacjenci mogą jednak odczuwać nudności, osłabienie lub zawroty głowy po wypiciu glikozy. Jeśli się tak stanie, należy poinformować personel laboratorium.

Rola laboratorium

Podczas testu bardzo ważne jest przestrzeganie czasu pobrań oraz właściwe przygotowanie pacjenta. Laboratorium czuwa nad prawidłowym przebiegiem badania, ponieważ nawet niewielkie odstępstwa od procedury mogą wpłynąć na wiarygodność wyniku.

WAŻNE

Cukrzyca może rozwijać się przez długi czas bez wyraźnych objawów.

Glukoza na czczo i HbA1c to jedne z najważniejszych badań w diagnostyce zaburzeń gospodarki węglowodanowej.

Nie interpretuj wyników samodzielnie – omów je z lekarzem.

Badania laboratoryjne pomagają nie tylko rozpoznać cukrzycę, ale również monitorować skuteczność leczenia i wcześniej wykrywać powikłania.

PAMIĘTAJ

Nieleczona lub niewłaściwie kontrolowana cukrzyca może z czasem prowadzić do uszkodzenia wielu narządów. Najczęściej dotyczą one:

Oczu – pogorszenie widzenia i rozwój retinopatii cukrzycowej

Nerek – stopniowe pogarszanie ich funkcji\

Układu nerwowego – drętwienie, mrowienie lub zaburzenia czucia w stopach i dłoniach

Serca i naczyń krwionośnych – zwiększone ryzyko zawału serca i udaru mózgu

Stóp – trudniej gojące się rany i większe ryzyko zakażeń

Cukrzyca nie musi oznaczać utraty zdrowia i dobrej jakości życia. Kluczem jest jej wczesne wykrycie, właściwe leczenie oraz regularna kontrola. Im wcześniej wykryjemy chorobę, tym większa szansa na uniknięcie powikłań i zachowanie dobrego zdrowia.

Profilaktyka i regularne badania to inwestycja w zdrowie i przyszłość.

Ewelina Szyszkowska
Diagnosta laboratoryjny
Specjalista Laboratoryjnej Diagnostyki Medycznej

fakty i mity

MIT	FAKT
Skoro nic mnie nie boli, nie mogę mieć cukrzycy	Cukrzyca przez długi czas może nie dawać żadnych objawów
Jedno podwyższone stężenie glukozy oznacza cukrzycę	Rozpoznanie cukrzycy opiera się na określonych kryteriach medycznych. Czasem konieczne jest powtórzenie badania lub wykonanie dodatkowych oznaczeń
HbA1c zastępuje wszystkie inne badania	Każde badanie dostarcza innych informacji. Lekarz dobiera je w zależności od sytuacji pacjenta

Dokończenie na str. 2

O pumie, która okazała się... kotem

Na nagraniu z fotopułapki wykonanym 16 sierpnia po godzinie 15.00 widać kota siedzącego na skoszonej trawie, tuż obok pasa wyższych, nieskoszonych traw i krzaków. To niemal dokładnie to samo miejsce, w którym kilka dni wcześniej powstało nagranie wywołujące tak wielką sensację.

Oczywiście sam fakt pojawienia się kota przed fotopułapką nie jest jeszcze laboratoryjnym dowodem, że to dokładnie ten sam osobnik. Jednak zestawienie obu filmów, rzeczywistej wysokości trawy, proporcji zwierzęcia oraz braku śladów obecności dużego drapieżnika daje bardzo mocne podstawy do znacznie mniej sensacyjnego wyjaśnienia.

Puma ze Stawinogi najprawdopodobniej była więc kotem. Tyle że sfilmowanym z daleka, mocnym tele i w okolicznościach wyjątkowo sprzyjających wyobraźni.

W poniedziałkowej rozmowie z nami Sebastian Majer potwierdził to, co zamieścił w swoim wpisie i dodał, że fotopułaki uchwyciły nie tylko kota – najprawdopodobniej sprawcę całego zamieszania – ale także lisy i koziołki. Gdyby w pobliżu przebywał taki drapieżnik jak puma, zwierzęta przemieściłyby się w inne miejsce, a bardzo dokładny policyjny dron z ogromną dozą prawdopodobieństwa uchwyciłby w swoim obiektywie zwierzę. Ale ludzka wyobraźnia zadziałała z ogromną fantazją. Do Sebastiana Majera zgłosiła się kobieta, która utrzymywała, że słyszała ryk pumy. Zwierzęciem, który wydawał słyszany przez kobietę odgłos, okazał się... koziołek.

Grzegorz Hubert Gerek
grzegorz.gerek@pultusk24.pl

PORTAL INFORMACYJNY MIESZKAŃCÓW PUŁTUSKA I OKOLIC
pultusk24.pl

eprasa.pl b0cb835b07

Zadzwoń i odbierz rabat!

+48 601 779 779

BEZPOŚREDNIA

SPRZEDAŻ BETONU TOWAROWEGO

DROGI I MOSTY KACZMARCZYK Kacice k/Pułtuska Rok zał. 1985

drogiimosty.com.pl

Wytwórnia betonu i asfaltobetonu
Kacice 76, 06-100 Pułtusk
drogiimosty@drogiimosty.com.pl

Szeroki wybór prefabrykatów betonowych w tym:

bloczki betonowe
elementy ogrodzeniowe
kostka brukowa

BRIX

Producent prefabrykatów betonowych
Kosewo 134, 05-190 Nasielsk
tel. 22 333 50 10

brix.net.pl

eprasa.pl b0cb835b07

Nadnarwianka walczy do końca

Pierwszy domowy mecz Nadnarwianki w IV lidze nie ułożył się dla pułtuskiej drużyny dobrze. Najpierw wydawało się, że drużyny nie wyszły równocześnie na boisko – Energa Kozienice już grała a Nadnarwianka jeszcze nie.

Efekt – szybko zdobyta bramka przez gości. Od tego momentu zaczął się mecz, w którym były obie drużyny a lepszą wydawała się być Nadnarwianka. Widać było wolę walki, chęć zdobycia bramki wyrównującej, ale dobrze ustawiona i solidna obrona Kozienic nie dała się pokonać ani do końca pierwszej ani do końca drugiej połowy.

Nadnarwianka gra jednak do końca i wielka niesprawiedliwością byłoby, gdyby tyle energii i ambicji włożonej w kolejne porób wyrównania zakończyły się fiaskiem. Była dokładnie ostatnia sekunda doliczonego czasu gry. Nadnarwianka wyrównała! Brawo!

Przed spotkaniem drużyna na ręce kapitana otrzymała od władz okręgu ciechanowsko ostrołęckiego puchar a awans do IV ligi.

GHG

PUŁTUSKA gazeta powiatowa

tygodnik społeczno-kulturalny mieszkańców Pułtuska i powiatu pułtuskiego

Miejcie odwagę... Nie tę tchnącą szałem,
która na oślep leci bez oręża,
Lecz tę, co sama niezdobytym wałem
Przeciwne losy stałością zwycięża.
Adam Asnyk

ADRES REDAKCJI:
06-100 Pułtusk,
ul. Kotlarska 8

WYDAWCA:
AGA PRESS Agencja Wydawniczo-Reklamowa, ul. Kotlarska 8, 06-100 Pułtusk

Wydawca – Agnieszka Anulewicz - agnieszka@pultusk24.pl
Redaktor naczelna – Anna Jakim-Morawska naczelna.pgp@pultusk24.pl
Sekretarz Redakcji - Anna Jadaś - anna.jadas@pultusk24.pl

Dziennikarze:
Kamila Rud-Koluch - reporter.pgp@pultusk24.pl
Grzegorz Hubert Gerek - grzegorz.gerek@pultusk24.pl
Lech Chybowski - le.chybol@op.pl

Biuro reklam i ogłoszeń – reklama.pgp@pultusk24.pl

Od 27 lat razem z Wami

KONTAKT

Redakcja:
redakcja.pgp@pultusk24.pl
tel. 23 692 81 12

Biuro reklam i ogłoszeń:
reklama.pgp@pultusk24.pl
tel./fax 23 692 81 12

AGA PRESS
agapress@pultusk24.pl
tel. 23 692 81 12

Materiałów nie zamówionych redakcja nie zwraca, a ponadto zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów. Wydawca ani redakcja nie odpowiada za treść reklam i ogłoszeń. Anonimy wyrzucamy do kosza.

eprasa.pl b0cb835b07

ogłoszenie

WRÓBELKI ĆWIERKAJĄ

czyli informacje nie potwierdzone (choć zapewne pewne)

Moda na pumy

Każdy sezon letni ma swoje mody, jak na przykład gęś Pipa, która zdominowała któregoś roku wszystkie stragany od morza po góry. W tym sezonie - i to nie tylko w typowo turystycznych miejscowościach – zapanowała moda na pumy. I bynajmniej nie chodzi o odzież popularnej marki sportowej o tej nazwie, ale o najprawdziwszą pumę. Modę rozpoczęło województwo zachodniopomorskie w lipcu. Egzotyczny drapieżnik został nagrany w lesie przez myśliwego, następnie schwytany i bezpiecznie przewieziony do zoo. Później co jakiś czas pojawiały się doniesienia o pumach w różnych częściach Polski, prawdziwe i nieprawdziwe. Po tym, jak swoją pumę miał powiat ciechanowski, powiat pułtuski pomyślał, że nie może być gorszy i tuż przed weekendem też zorganizował sobie pumę, a co! Puma była widziana, a nawet słyszana w Stawinodze w gminie Zatory, ale nie przez służby, które ze wsparciem specjalistów znających las, szukały zwierzęcia przez dwa dni. Ostatecznie puma widziana w Stawinodze okazała się być kotem, a za pumim rykiem stał koziołek. I tak oto wielka obława zakończyła się pełnym sukcesem operacyjnym - nikt nie ucierpiał, kot zyskał szacunek w całej wsi, a koziołek prawdopodobnie wciąż szlifuje ryk do kolejnego castingu National Geographic.

eprasa.pl b0cb835b07