

CZYTAJ
NAS:

- CO TYDZIEŃ
W GAZECIE
- CODZIENNIE
W INTERNECIE



NOWY KURIER
mtawski.pl
DZIERZGOWO GRUDUSK LIPOWIEC MŁAWA RADZANÓW STRZEGOWO STUPSK SZREŃSK SZYDLÓWO WIECZENIA WISNIEWO

CENA 2,80 zł
(w tym 5% VAT)

Fot. Grzegorz Czykwin



SZYKUJĄ SIĘ BATY NA PIRATÓW DROGOWYCH

PRZED NAMI KOLEJNE MOŻLIWE ZMIANY DLA KIEROWCÓW. TYM RAZEM MANDAT ZA WYKROCZENIE DROGOWE MA WYNIĘŚĆ AŻ... 5 TYS. ZŁ. WYŻSZYCH KAR MOGĄ SIĘ SPODZIEWAĆ RECYDYWIŚCI, A PUNKTY KARNE MAJĄ ZOSTAĆ Z NAMI O ROK DŁUŻEJ. **S. 2**

CHROŃ SIĘ PRZED OSZUSTWAMI W WAKACJE

UWAGA OSZUŚCI || **s. 6-7**

■ Rozpoczęły się wakacje. Planując wypoczynek trzeba zwrócić uwagę nie tylko na bezpieczeństwo w związku z zagrożeniem COVID-19, ale również chronić się przed oszustami, a ci nie próżnują. Uważajmy na nieprawdziwe oferty i „super okazje”, które mogą okazać się bardzo kosztowne.



PUCHAR WÓJTA POJECHAŁ DO RADZANOWA

SPORT ||

s. 16



Szykują się nowe baty na piratów

PRAWO || Przed nami kolejne możliwe zmiany dla kierowców. Tym razem mandat za wykroczenie drogowe ma wynieść aż... 5 tys. zł. Wyższych kar mogą się spodziewać recydywiści, a punkty karne mają zostać z nami o rok dłużej.

Można zaryzykować stwierdzenie, że większość kierowców nawet nie wie, jak wiele przepisów ma się wkrótce zmienić. I chyba nie w tym dziwnego, skoro było kilka projektów zmian. Tym razem chodzi o wytyczne, które premier Morawiecki wysłał pod koniec kwietnia do kilku ministerstw. Resorty sprawiedliwości, infrastruktury, spraw wewnętrznych i administracji mają opracować zmiany w taryfikatorze mandatów i prawie wykroczeń. W wytycznych znalazły się m.in. zapisy o surowszych karach za wykroczenia popełniane w rejonie przejść dla pieszych, co jest akurat nagminne w naszym kraju. Minimalnie ma to być 1-1,5 tys. zł (nieustąpienie pierwszeństwa na pasach, wymuszanie pierwszeństwa na skrzyżowaniu, omijanie samochodu ustępującego pieszym pierwszeństwa).

Oprócz tego wyższe mandaty dla drogowych recydywistów i wydłużenie o rok ważności punktów karnych. Zwiększeniu ma ulec ich limit, ale nie będzie można redukować ich liczby kursem doszkalającym, bo te po prostu znikną. Premier motywuje to brakiem „pozytywnych doświadczeń w tym zakresie”. I tu wydaje się mieć rację, bo mówi się o tym od lat.

Jak informuje „Dziennik Gazeta Prawna”, w piśmie skierowanym przez premiera do wymienionych resortów, wyraźnie podkreśla się znaczenie ograniczeń prędkości.

„Biorąc pod uwagę, że przestrzeganie ograniczeń prędkości jest kluczowe dla ochrony życia i zdrowia obywateli na drodze, niezbędne jest podniesienie kwot mandatów karnych oraz wprowadzenie zmian w przepisach,



Fot. Grzegorz Czekaj

Wielu kierowców nie wie, jak wiele przepisów ma się wkrótce zmienić

których celem jest ograniczenie zachowań szczególnie niebezpiecznych na drogach i eliminacja tzw. piratów drogowych” — napisał premier Morawiecki.

W „DGP” zauważono jednak rzecz oczywistą — podwyżki mandatów będą powodować masowe odmawianie ich przyjęcia — w celu np. odroczenia spłaty — czyli czeka nas zalanie sądów wnioskami.

Ministerstwo Sprawiedliwości zauważa jednak, że kary za wykroczenia drogowe (po zmianach) byłyby wyższe niż te za drobne przestępstwa. W wyniku tych wątpliwości prace nad zmianami się wydłużają, bo ministerstwa miały zająć stanowiska w sprawie zmian do 22 maja, a MS jeszcze tego nie zrobił.

Z drugiej strony — maksymalne mandaty za wykroczenia w wysokości 500 zł nie uległy zmianie od wielu lat, a za granicą są przecie dużo wyższe. W liście przesłanym do ministerstw premier zauważa: „Jedną z najważniejszych przyczyn nieprzestrzegania przepisów jest złagodzenie dolegliwości sankcji w wyniku zamrożenia kwot mandatów karnych na poziomie z roku 1997”.

Maksymalna kwota 500 zł za mandat w 1997 roku wynosiła 57 procent średniego wynagrodzenia. Dziś wynosi 10 procent. Mimo to zwiększenie kar do poziomu aż 5 tys. zł rodzi ryzyko, że w przypadku gdy kierowcy nie będzie stać na tę opłatę, to kara będzie zamieniana na areszt. A wiadomo, że w mandatach chodzi o ich wysoką ściągłość. Zgodnie z wcześniejszymi zapowiedziami zmniejszeniu ma też ulec margines błędu kierowcy z 10 do 5 km/h, co stanowi już pewien absurd,

bo równie dobrze w ogóle można wykluczyć margines błędu.

W piśmie skierowanym do wspomnianych resortów premier kładzie nacisk na to, żeby surowiej karać za przekroczenia prędkości w obszarze zbudowanym niż poza nim.

Co do drogowych recydywistów premier chciałby, żeby po przekroczeniu połowy limitu punktów, wysokość mandatów za kolejne wykroczenia była zwiększana.

— To nie tyle tworzenie martwych przepisów, a raczej kwestia ich rozsądnosci. Wszelkie badania wskazują na to, że wzrost kar nie zmienia zachowania ludzi. Należałoby poświęcić więcej czasu na edukację, szkolenia kierowców i na to, żeby inaczej wyglądały kursy nauki jazdy — podkreśla Andrzej



Maksymalna kwota 500 zł za mandat w 1997 roku wynosiła 57 procent średniego wynagrodzenia. Dziś wynosi 10 procent.

Markowski, psycholog transportu i precyzuje: — Mniej uczenia przepisów, a więcej odpowiedzialności i umiejętności przewidywania skutków podejmowanych przez siebie decyzji. Jeśli program szkół nauki jazdy, to nadal teoretyczne uczenie przepisów ruchu drogowego, a praktyczne to tylko umiejętność przygotowania zdania do egzaminu zamiast funkcjonowania w ruchu drogowym, to później mamy sytuacje, w których zawodowy kierowca pozwala sobie na zażywanie narkotyków. Kara jest skuteczna wtedy, gdy ma charakter edukacyjny. A wysokość mandatów nie ma takiego charakteru. To jest oczywiste — podkreśla. — Zawsze mnie irytuje, gdy niektórzy politycy i policjanci mówią „w Polsce są niskie mandaty i dlatego są wypadki”. Wyższe mandaty mamy w Rosji, a wypadków drogowych jest tam znacznie więcej niż u nas — przypomina Markowski. — Nie oszukujmy więc samych siebie.

To nie jest mechanizm do zmian. Tak drastyczne podniesienie kary, stworzy tylko i wyłącznie bunt. Inne propozycje nie są takie złe, bo być może ten drugi element, czyli dłuższy okres, w którym mamy punkty karne, może być czynnikiem wpływającym na zachowanie — prognozuje.

A co z kwestią znikania kursów, które dziś kasują punkty karne?

— Te kursy pozostawiają sporo do życzenia — przyznaje Andrzej Markowski. — Poza tym od 1995 roku jest opracowany program zajęć psychokorekcyjnych dla kierowców. Inikt nie chce tego wdrożyć. To jest grzech zaniedbania. To nie musi być tak, jak do tej pory, że przychodzi smutna pani psycholog i pokazuje straszne zdjęcia, zakładając, że to zmieni czyjeś zachowanie. Potem przychodzi policjant i drugie trzy godziny straszy kursantów.

Obserwując te kursy, zauważyłem że większość ich uczestników czyta sobie prasę pod stolikiem, bo tak koszmarnie się nudzi.

Straszenie obrazkami nie daje, bo gdy jesteśmy świadkiem wypadku i widzimy ciało w czarnym worku, to nasze zachowanie zmienia się na 5-10 kilometrów. Dlatego że identyfikujemy się z ofiarą, a nie ze sprawcą — wyjaśnia Andrzej Markowski. — Bardzo wysoki mandat nie spowoduje braku łamania przepisów, a raczej lepsze informowanie, że policja gdzieś stoi. Większość kierowców — i słusznie — uzna to jako represję, a nie sposób na zmianę zachowania — dodaje.

Paweł Jaszczyński

Audi uderzyło w łośia

WYPADEK || W piątek 10 lipca w nocy audi A6 uderzyło w łośia. Samochodem podróżowały dwie osoby. Na szczęście nie mają poważnych obrażeń. Zwierzę zginęło na miejscu. Ruch odbywał się w tym miejscu płynnie. Auto i zwierzę znalazły siew. rowie.

Do wypadku doszło w Stupsku na drodze wojewódzkiej 615 między północą, a godziną pierwszą.

W akcji ratowniczej wzięły udział dwa zastępy Państwowej Straży Pożarnej w Mławie i Ochotnicza Straż Pożarna ze Stupska.

— Nasze działania polegały na zabezpieczeniu miejsca zdarzenia, udzieleniu wsparcia psychicznego o kwalifikowanej pierwszej pomocy poszkodowanym

oraz oświetleniu terenu akcji — poinformował Jacek Dryll, oficer prasowy Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Mławie.

Ruch na tym odcinku drogi, mimo wypadku, odbywał się płynnie. Auto i martwe zwierzę siłą wynikająca ze zderzenia wyrzuciła do przydrożnego rowu.

„Łoś jest zwierzęciem ciekawskim, a ponieważ jego populacja w Polsce wzrosła, często można go spotkać przy ruchliwych drogach.



Widzimy coraz więcej łośi na naszych drogach. Powinniśmy obchodzić się z nimi ostrożnie.

Powinniśmy wtedy zachować ostrożność i zwolnić, bo może on zachować się nieprzewidy-

walnie” — czytamy na stronie auto-swiat.pl

Z tym zwierzęciem powinniśmy obchodzić się nad wyraz ostrożnie, zwłaszcza, że jest lubi walczyć i potrafi zaatakować samochód. Widzimy coraz więcej łośi na naszych drogach. Nie tylko próbują je przekraczać, ale potrafią zatrzymać się na środku jezdni.

Łosie budzą kontrowersje. Zdania na temat ich odstraszania są podzielone. Wiele osób uważa, że powinniśmy je chronić, ponieważ niewiele

brakowało by wyginęły. Inni uważają, że powinno się do nich strzelać, dla własnego bezpieczeństwa.

Faktem jest, że bezpieczeństwo to można poprawić usuwając z pobocza zakrzaczenia, które zasłaniają wychodzącą na jezdnię zwierzynę i ustawić słupki. Takie rozwiązanie zastosowano w dolinie Biebrzy, gdzie dochodziło do wielu wypadków z udziałem łośi. Te działania poprawiły bezpieczeństwo.

Jeśli chodzi o wypadek w Stupsku, to doszło do niego

w środku nocy, a więc widoczność była bardzo słaba.

To nie był jedyne zdarzenie drogowe w powiecie mławskim tego dnia. Wieczorem około godz. 21.00 doszło do kolizji drogowej w samej Mławie, na ul. Warszawskiej.

Zderzyły się dwa samochody osobowe — mazda i ford. Podróżowali nimi tylko kierowcy, którzy opuścili pojazdy samodzielnie.

Zostali zbadani przez zespół ratownictwa medycznego. Na szczęście nic poważnego się kierowcom nie stało. **lub**

Wytropili w Mławie 29-latkę poszukiwaną listem gończym za rozbój

ZATRZYMANIE || Policjanci z Zespołu Poszukiwań Celowych Wydziału Kryminalnego Komendy Wojewódzkiej Policji w Krakowie wytropili poszukiwaną listem gończym 29-latkę i zatrzymali ją w Mławie.

W akcji pomogli im miejscowi policjanci.

Od dwóch lat wymiar sprawiedliwości poszukiwał 29-latkę, która za dokonanie rozboju w Olsztynie miała do odbycia karę 2 lat pozbawienia wolności. List gończy za Daria M. wydał Sąd Okręgowy w Olsztynie.

Ponieważ ostatni adres zameldowania kobiety był



Fot. pixabay.com

w Piwnicznej (powiat nowosądecki) do działań poszukiwawczych włączyli się policjanci z Zespołu Poszukiwań Celowych Wydziału Kryminalnego KWP w Krakowie.

Podjętej jednak w Małopolsce nie było. Co chwilę pojawiał się jakiś trop, po czym okazywało się, że kobiety nie ma w tym miejscu.

Kilka dni temu jednak policjanci otrzymali sygnał, że może ona przebywać w województwie mazowieckim.

2 lipca br. policjanci poszukiwawcze z Małopolski udali się do Mławy (w województwie mazowieckim), gdzie wraz z miejscowymi kryminalnymi weszli do mieszkania, gdzie według ich informacji chwilowo znajdowała się poszukiwana.

29-latka została zatrzymana i osadzona w zakładzie karnym w Warszawie. W trakcie prowadzonych czynności poszukiwawczych ustalono, że ma ona dwójkę małoletnich dzieci, które z uwagi na nieobecność matki pozostają pod opieką babci.

W związku z powyższym wystąpiono do Sądu Rodzinnego o zabezpieczenie interesu dzieci. **Informacja KPP**

Uderzyła autem w samochód nauki jazdy i uciekła

NA SYGNALE || Trwają czynności policji w sprawie kierującej autem, która w sobotę rano spowodowała zdarzenie drogowe na skrzyżowaniu ul. Szpitalnej z Wojska Polskiego w Mławie.

Kobieta uderzyła prowadzonym przez siebie autem w samochód nauki jazdy i uciekła. Jak się później okazało, miała w organizmie ponad promil alkoholu.

Do zdarzenia doszło w sobotę, tuż przed godz. 8.00.

Jak wynika z ustaleń na miejscu kolizji, kierująca samochodem marki VW Passat, 20-letnia obywatelka Ukrainy, wyjeżdżając z ul. Wojska Polskiego, nie ustąpiła pierwszeństwa przejazdu i uderzyła w bok, jadącego prawidłowo ul. Szpitalną, samochodu nauki jazdy, marki Fiat Punto, po czym odjechała z miejsca zdarzenia.



Fot. archiwum

Zdjęcie jest jedynie ilustracją do tekstu

Kierująca fiatem kursantka, 20-letnia mieszkanka powiatu działdowskiego, doznała

obrażeń głowy. Po udzieleniu jej pomocy medycznej w szpitalu, została zwolniona.

Kierująca passatem, sprawczyni kolizji, po chwili wróciła na miejsce zdarzenia. Jak się okazało, w organizmie miała ponad promil alkoholu.

Kobieta nie miała uprawnień do kierowania. W samochodzie przewoziła pasażera. Z miejsca kolizji trafiła do policyjnego aresztu.

Za kierowanie pojazdem w stanie nietrzeźwości grozi jej kara do 2 lat pozbawienia wolności oraz wysoka kara grzywny.

Odpowie także za spowodowanie kolizji drogowej oraz kierowanie bez uprawnień. Postępowanie prowadzi KPP w Mławie.

Asp.szt. Anna Pawłowska

ZALANE ULICE, POWALONE DRZEWIA...



Fot. Zbigniew Wozniak

ZALANIA || W piątek front burzowy nie oszczędził powiatu mławskiego. Straż pożarna interweniowała aż 29 razy! Głównie strażacy wyjeżdżali do zalanych piwnic i garaży, i powalonych drzew.

— 10 lipca w godzinach 18-20 przez teren powiatu mławskiego przeszedł front burzowy, w wyniku którego powstało wiele zdarzeń wymagających interwencji jednostek ochrony ppoż — informuje Jacek Dryll, oficer prasowy Komendy Powiatowej Państwowej Straży

Pożarnej w Mławie. — Ogółem straż pożarna interweniowała 29 razy, z czego 14 to zalania piwnic i garaży, 10 powalonych drzewa i złamane konary, 3 zalane ulice, jedno zerwane poszycie na dachu budynku gospodarczego (straty 1000 zł) oraz jedno zdarzenie to wybita szyba w oknie budynku mieszkalnego. Najwięcej tego typu zdarzeń, bo aż 15, powstało na terenie samego miasta Mława, kolejnych pięć w gminie Wiśniewo, a reszta na pozostałym terenie powiatu.

REKLAMA

PROMEDICA24

SZUKASZ PRACY NA LATO?

PRACUJ, OPIEKUJĄC SIĘ SENIORAMI W NIEMCZECH

ZYSKAJ DOBRĄ PENSJĘ I BONUS DO 250 € WYJEDŹ NA 2 MIESIĄCE

Mława 517 175 036

84200ta-B -P

TYDZIEŃ w kulturze

MIEJSKI DOM KULTURY MDK W MŁAWIE

www.mdkmlawa.com

ZOBACZYSZ NA:

[WWW.YOUTUBE.COM](https://www.youtube.com)

[WWW.MDKMLAWA.COM](https://www.mdkmlawa.com)

[WWW.FACEBOOK.COM/MDKMLAWA](https://www.facebook.com/mdkmlawa)

KONCERTY ONLINE

MUZYKA BEZ GRANIC

SIECIOWANIE DŹWIĘKIEM

17 LIPCA 2020 R., GODZ. 18.00

KONCERT > JUŻ CZAS NA JAZZ

WYSTĘPUJĄ:

MICHAŁ BOROWSKI - SAKSOFON

MACIEJ REJMONTOWSKI - GITARA ELEKTRYCZNA

JAROSŁAW PRASZCZAŁEK - FORTEPIAN,

PROWADZENIE KONCERTU

Partnerzy:

Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego

Narodowe Centrum Kultury

Dofinansowano ze środków Narodowego Centrum Kultury w ramach programu „Kultura w sieci”

URZĄD MIASTA MŁAWA

Akademia Wilanowska

Patronat medialny:

radio

Nasz@Mława

MAZOWIECKI

mława

Portal Informacyjny

Tygodnik ciechanowski

facebook

Miejski Dom Kultury

Stary Rynek 13

06-500 Mława

☎ 23 654 35 85

87200tm1-B-G

To jest muzyka bez granic

KULTURA || Przed nami kolejny koncert online z cyklu „Muzyka bez granic. Sieciowanie dźwiękiem!”. Już niedługo, bo 17 lipca koncert jazzowy, a po nim – 24 lipca występ Muzycznego Teatru Słuchaj Uchem.

Już 17 lipca 2020 r. o godz. 18.00 na stronie internetowej Miejskiego Domu Kultury, Facebooku i kanale YouTube tej instytucji zostanie udostępniony kolejny koncert zrealizowany z funduszy pochodzących z programu „Kultura w sieci”. Tym razem pod hasłem „Czas na jazz” ruszymy w fascynującą podróż do USA, czyli kolebki jazzu, gdzie tworzyli tacy artyści jak Louis Armstrong, Miles Davis czy John Coltrane.

Najpiękniejsze standardy jazzowe wykonają: Michał Borowski/saksofon, Maciej Rejmontowski/gitara elektryczna, Jarosław Praszczalek /fortepian, prowadzenie koncertu.

Kolejnym wydarzeniem muzycznym online będzie występ Muzycznego Teatru Słuchaj Uchem pod tytułem „Pójdź przez krzaki, pójdź przez błota”. Będzie można go obejrzeć i posłuchać w piątek 24 lipca o godz. 18.00.

Tak jak poprzedni koncert Miejski Dom Kultury w Mławie



Michał Borowski i Maciej Rejmontowski wystąpią 17 lipca

wie udostępni to wydarzenie online na swojej stronie internetowej, Facebooku i kanale YouTube.

Przy dźwiękach muzyki ludowej przeniesiemy się w barwny świat dziecięcych zabaw, przypomnimy sobie dawne wylczanki, melodie, przyspiewki i poezję Joanny Papużyńskiej.

Organizatorzy przed ekrany zapraszają przede wszystkim dzieci, ale również dorosłych na muzyczną wyprawę, która pozwoli poczuć zapach lasu,



24 lipca zobaczymy Muzyczny Teatr Słuchaj Uchem

strumyków, błotnistych zarośli i pełnych ziół ogrodów.

Widzowie będą mogli zatańczyć, zaśpiewać i spotkać wiele magicznych postaci.

Przez bajkowy świat poprowadzi, jak wspominaliśmy, poezja Joanny Papużyńskiej oraz starodawne zabawy. Można się w nie bawić na świeżym powietrzu, co poprawi humor nie tylko muzykom, ale wszystkim zaproszonym na tę szczególną wycieczkę. 24 lipca wystąpią: Kaja Prusinowska, Janusz Prusinowski, Piotr Piszczatowski oraz dzieci Marysia Piszczatowska, Hania i Staś Prusinowscy.

Cykl koncertów online „Muzyka bez granic. Sieciowanie dźwiękiem” dofinansowano ze środków Narodowego Centrum Kultury w ramach programu „Kultura w sieci”, którego celem jest wsparcie upowszechniania dorobku kultury w internecie w czasie pandemii koronawirusa.

Wszystkie wydarzenia organizowane przez Miejski Dom Kultury odbywają się pod patronatem Burmistrza Miasta Mława.

Inf. MDK

Pieniądze dla ogrodów działkowych

POMOC || Cztery mławskie Rodzinne Ogrody Działkowe w Mławie otrzymają dotację z budżetu Województwa Mazowieckiego w wysokości do 10 000 złotych każdy.

Wśród 8 lipca w Ciechanowie podpisano umowy w ramach „Mazowieckiego Instrumentu Aktywizacji Działkowców Mazowsze 2020”.

Mławę na podpisaniu umowy reprezentował zastępca burmistrza Mławy Szymon Zejer oraz zastępca skarbnika Miasta Mława Jolanta Sokółowska.

Ze strony Samorządu Województwa Mazowieckiego dokumenty podpisali marszałek województwa Adam Struzik oraz wicemarszałek Wiesław Raboszuk.

Dzięki staraniom burmistrza Sławomira Kowalewskiego oraz pracowników Wydziału Strategii i Funduszy Zewnętrznych Urzędu Miasta Mława dotacje otrzymają:

— Rodzinne Ogrody Działkowe „Relax” na zadanie pn.:



Cztery Rodzinne Ogrody Działkowe będą mogły zrealizować swoje plany

Poprawa dostępu do wody na terenie ogrodu „Relax” w Mławie”;

— ROD „Pod lasem” na zadanie pn.: Poprawa dostępu do wody na terenie Rodzinne-

go Ogrodu Działkowego „Pod lasem” w Mławie”;

— ROD „Im. 550 - Lecia Mławy” na zadanie pn.: Budowa alei dojazdowej na terenie ogrodów działkowych im.

„550-lecia Mławy” w Mławie – etap II;

— ROD „Za torem” na zadanie pn.: Poprawa dostępności na terenie ROD „Za torem” w Mławie.

Dofinansowanie jest przyznawane w ramach „Mazowieckiego Instrumentu Aktywizacji Działkowców Mazowsze 2020”. Formuła programu przewiduje następujący montaż finansowy:

40% kosztów zadania – Województwo Mazowieckie
40% kosztów zadania – Miasto Mława
20% kosztów zadania – ROD.

Warto wspomnieć, że wszystkie mławskie Rodzinne Ogrody Działkowe skorzystały w 2019 roku ze wsparcia w ramach ubiegłorocznej edycji tego programu.

SFZ, MG/UMM

Dwa wypadki dwóch ciężarówek

NA SYGNALE || Na drogach naszego powiatu, w ciągu dwóch dni doszło do dwóch niebezpiecznych zdarzeń z udziałem samochodów ciężarowych – w Starych Kosinach oraz w Giełczynie. Ranni zostali kierujący tymi pojazdami.

Do pierwszego ze zdarzeń doszło w piątek 3 lipca o godz. 8.55, na drodze krajowej nr 7 w miejscowości Stare Kosiny.

Jak wynika z ustaleń na miejscu zdarzenia, kierujący samochodem ciężarowym marki Scania z naczepą, w wyniku wybuchu opony, stracił panowanie nad pojazdem i zjechał do rowu. Samochód ciężarowy wywrócił się.

Kierowca tira, 70-letni mieszkaniec powiatu działdowskiego, wydostał się z kabiny, dzięki pomocy świadków zdarzenia, którzy powiadomili także służby ratunkowe.

Kierowca scanii był przytomny. Został przewieziony do szpitala w Mławie. Był trzeźwy. Trwają ustalenia przyczyn wypadku. Postępowanie prowadzi KPP w Mławie.

Do drugiego ze zdarzeń doszło w sobotę 4 lipca, około godz. 5.00 rano, na drodze w miejscowości Giełczynie, gmina Strzegowo.



Fot. KPP Mława

W piątek 3 lipca i sobotę 4 lipca doszło do dwóch wypadków aut ciężarowych

Kierujący ciężarowym mercedesem axor z naczepą, na łuku drogi, nie dostosował prędkości, stracił panowanie nad pojazdem, zjechał na pobocze i uderzył w drzewo.

Pojazd wywrócił się. Kierowca tira, 38-letni mężczyzna, został lekko ranny. Całe

zdarzenie zakończyło się mandatem dla kierującego.

Patrole ruchu drogowego prowadzą wzmożone kontrole samochodów ciężarowych na drogach powiatu mławskiego.

Policjanci sprawdzają m.in. stan techniczny pojazdów, czas pracy kierowców i ich

uprawnienia do kierowania, trzeźwość kierujących, przestrzeganie ograniczeń prędkości oraz obowiązujących przepisów – w tym przestrzeganie czasowych ograniczeń w ruchu. Policjanci zapowiadają bezwzględne kary.

Informacja KPP



OTWARCIE WYSTAWY PLENEROWEJ

WYSTAWA PLENEROWA

Pozdrowienia z Mławy

Gruss aus Mława • Привет из Млавы

16.07.2020 - 30.09.2020

MŁAWA • STARY RYNEK

Pocztówki, widokówki, listy, dokumenty wysyłane w świat z Mławy i okolic.

WYSTAWA || Na 16 lipca zaplanowano uroczyste otwarcie plenerowej wystawy pod tytułem „Pozdrowienia z Mławy”, która pojawi się na starym rynku, wokół pomnika św.

burmistrz Mławy Sławomir Kowalewski oraz starostwa powiatu Jerzy Rakowski. Wystawę będzie można oglądać do 30 września 2020.

lub

FREKWENCJA W II TURZE



WYBORY || Według częściowych danych PKW, w powiecie mławskim drugą turę wyborów prezydenckich wygrał Andrzej Duda z wynikiem 51,14 procent. Rafał Trzaskowski miał wynik 48,86 procent. W powiecie mławskim frekwencja w drugiej turze wyborów prezydenckich wyniosła 65,93% (na Mazowszu 70,62%). Najliczniej głosowali mieszkańcy Mławy – 67,43%, a najniższy w powiecie procent miała gmina Dzierzgowo – 63,52%.

lub

W powiecie mławskim do głosowania było uprawnionych 56 392 osób. Ważnych kart oddano 37 177. A jaka była frekwencja w poszczególnych gminach? Gmina Wiśniewo 64,35%, gm. Wieczfnia Kościelna 65,66%, gm. Szydłowo 67,18%, gm. Szreńsk 65,19%, gm. Stupsk 63,47%, gm. Strzegowo 63,78%, gm. Radzanów 67,15%, gm. Lipowiec Kościelny 64,65%, gm. Dzierzgowo 63,52%.

STRAŻACY SZUKALI WĘŻA



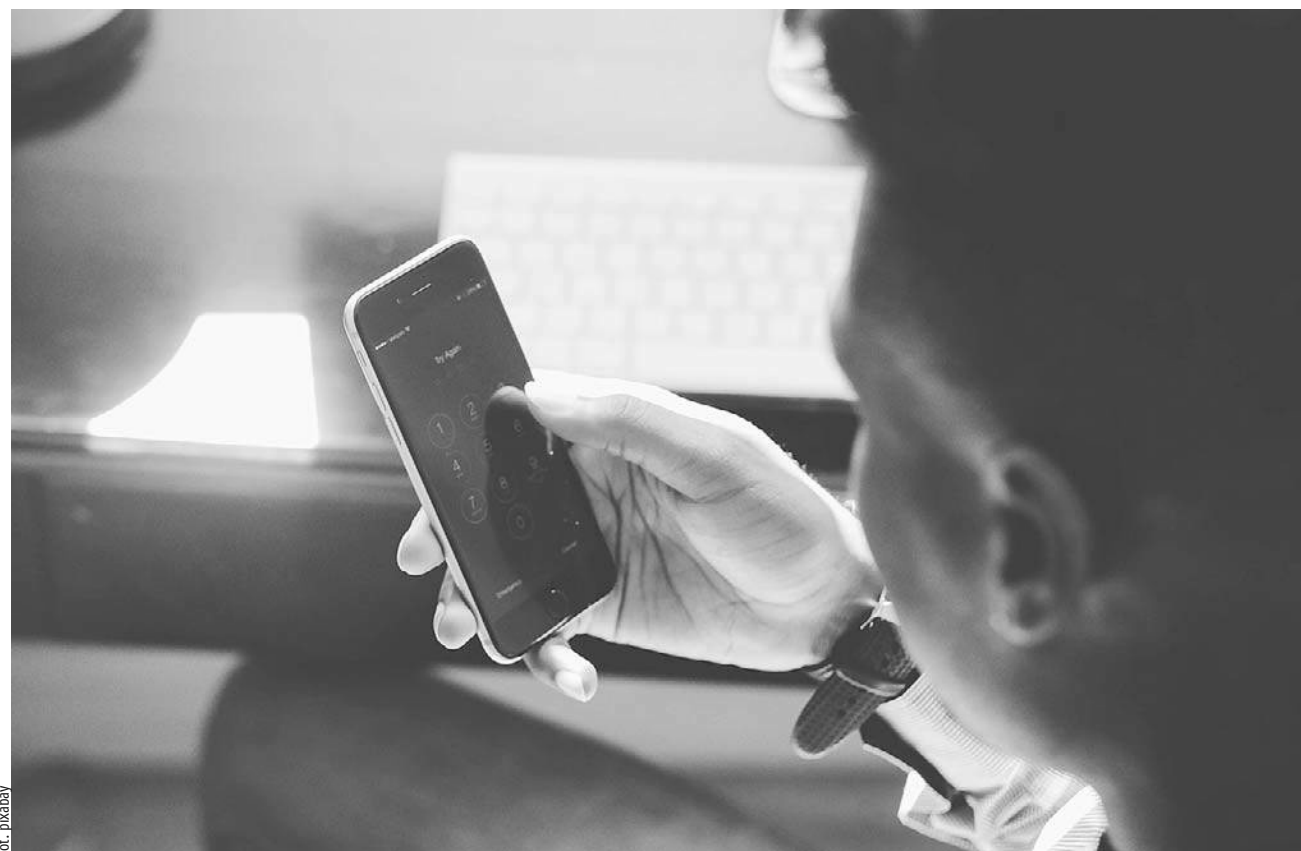
POSZUKIWANIA || We wsi Mączewo w gminie Strzegowo drухowie-ochotnicy i strażacy szukają... węży i to nie strażackiego, ale żywego. – 9 lipca o godz. 13.55 wpłynęło zgłoszenie obecności węży na terenie prywatnej posesji w miejscowości Mączewo – poinformował Jacek Dryll, oficer prasowy Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Mławie. – Do działań zadysponowani zostali

druhowie z jednostki OSP Strzegowo, którzy dwa dni wcześniej już interweniowali pod wskazanym adresem. Wówczas od zauważenia węży przez zgłaszającą do czasu powiadomienia PSP minęło kilka godzin, więc poszukiwania nie przyniosły oczekiwanego skutku – dodał strażak. Strażacy-ochotnicy potwierdzili, że chodziło prawdopodobnie o niejadowitego zaskrońca. Poszukiwanie zakończono.

lub

Chroń się przed oszustwami w wakacje

ROZPOCZĘŁY SIĘ WAKACJE. PLANUJĄC WYPOCZYNEK TRZEBA ZWRÓCIĆ UWAGĘ NIE TYLKO NA BEZPIECZEŃSTWO W ZWIĄZKU Z ZAGROŻENIEM COVID-19, ALE RÓWNIEŻ CHRONIĆ SIĘ PRZED OSZUSTAMI, A CI NIE PRÓŻNUJĄ. UWAŻAJMY NA NIEPRAWDZIWE OFERTY I „SUPER OKAZJE”, KTÓRE MOGĄ OKAZAĆ SIĘ BARDZO KOSZTOWNE.



Fot. pixabay

Biurowi dw. z Cyberprzestępczością Komendy Głównej Policji oraz NASK (Państwowy Instytut Badawczy) we współpracy z Europolem, ostrzegają przed nieuczciwymi ofertami internetowymi w przygotowanej kolejnej kampanii prewencyjnej.

Zbyt piękne, żeby było prawdziwe? To dlatego, że prawdopodobnie tak jest. Właśnie padłeś ofiarą oszustwa wakacyjnego.

Od nieuczciwych lotów po nieistniejące miejsca zakwaterowania, oszustwa wakacyjne to wielki biznes dla wyłudzczy. Z takimi oszustwami najczęściej mamy do czynienia w czasie wakacji letnich, a więc teraz oraz przed świętami Bożego Narodzenia. Urlopowicze muszą być tego świadomi. Oto kilka wskazówek, jak uniknąć oszustwa wakacyjnego.

Każdy cieszy się z wolnego czasu, a każda chwila w roku jest dobra na zasłużony urlop, zarówno krótki jak i długi. W większości przypadków szukanie wymarzonego kierunku podróży i znalezienie dobrej oferty będzie prawdzi-

wą i bezproblemową transakcją. Jeśli jednak dokonujesz rezerwacji online, jesteś narażony na ryzyko oszustw i potencjalnych przekrętów.

To pomoże Ci zrozumieć ryzyko i chronić swoje finanse oraz oczekiwania:

Jeśli...

... dowiadujesz się na lotnisku, że nie masz rezerwacji na oczekiwany lot;

... po przyjeździe do miejsca docelowego w hotelu nie ma rezerwacji na Twoje nazwisko;

... zarezerwowany dom wakacyjny nie istnieje lub właściciel nic nie wie o Twojej rezerwacji;

... firma wynajmująca samochód nie ma rezerwacji na Twoje nazwisko lub Twoja prośba zostaje odrzucona z powodu nieuczciwego zakupu;

... oszust całkowicie przeprawy kontakt po dokonaniu płatności i nie potwierdza niczego, co zostało zarezerwowane...

To...

padłeś ofiarą oszustwa wakacyjnego. Zachowaj wszystkie dowody i złóż zawiadomienie o popełnieniu przestępstwa w najbliższej jednostce Policji.

Co to jest oszustwo wakacyjne? Oszustwo wakacyjne występuje, gdy płacisz w biurze podróży, agencji lub podmiotowi prywatnemu za usługi wynajmu oferowane przez Internet, takie jak: bilety transportu (samolot, pociąg, łódź itp.), zakwaterowanie, wynajem samochodów, kompletne pakiety wakacyjne, zawierające wszystkie lub niektóre z powyższych i dowiadujesz się, że zarezerwowana usługa nie istnieje lub została opłacona nie z Twoich pieniędzy, ale ze skradzionej karty innej ofiary, co powoduje, że zakup jest nieważny.

Często przestępcy chcą Twoich pieniędzy. Jednak w wielu przypadkach oszustwo jest tylko częścią większego planu — przestępcy wykorzystają skradzione dane karty kredytowej jednej osoby do zakupu legalnych usług turystycznych, które następnie oferują innym osobom po niższej cenie (zarabiają na powtórnej sprzedaży tej samej usługi).

JAKIE SĄ SYGNAŁY OSTRZEGAWCZE?

Kontaktuje się z Tobą agent biura podróży lub firma, z którą nigdy wcześniej nie rozmawiałeś, oferując Ci wakacje po bardzo niskiej cenie. Oszuści używają fałszywych reklam internetowych, fikcyj-

nych rozmów dotyczących sprzedaży, e-maili, SMS-ów i komunikatorów, oferując niewiarygodnie niskie stawki, aby skusić Cię do rezerwacji wakacji lub zakupu usługi. Jeśli cena jest zbyt dobra, aby mogła być prawdziwa, prawdopodobnie taka nie jest.

Strona wygląda podejrzanie jeśli:

— Jest tylko kilka szczegółów i zdjęć nieruchomości lub hotelu;

— Recenzje online nie są korzystne lub wcale nie istnieją.

— Jesteś proszony o zapłatę gotówką, przelewem bankowym, np. MoneyWise lub Western Union, a nawet wirtualną walutą, taką jak Bitcoin. Te metody płatności są trudne do wyśledzenia i nie podlegają zwrotowi (pamiętaj: przestępcy zarabiają na danych ze skradzionych kart innych ofiar i możesz być częścią tego planu).

— Jesteś namawiany do szybkiej zapłaty czyli oszust ostrzega Cię, że nieruchomości zostanie wynajęta komuś innemu lub umowa nie zostanie zawarta, o ile nie zapłacisz natychmiast. Przestępcy mogą również twierdzić, że możesz skorzystać ze zniżki za szybką płatność.

JAK SIĘ ZABEZPIECZYĆ?

Nie odpowiadaj na niespodziewane e-maile, SMS-y, wiadomości w komunikatorach, mediach społecznościowych lub telefony z ofertami wakacyjnymi. Linki i załączniki w wiadomościach e-mail mogą prowadzić do złośliwych stron internetowych lub zawierać wirusy zarażające urządzenie.

Zarezerwuj wakacje bezpośrednio w linii lotniczej, hotelu, lub przez renomowanego agenta / organizatora wycieczek.

Przeprowadź dokładne rozeznanie w Internecie aby upewnić się, że firma jest legalna:

— Poszukaj logo IATA na stronie internetowej firmy;

— Sprawdź, czy strona internetowa korzysta z bezpiecznego systemu płatności i bezpiecznego protokołu komunikacyjnego (https) do procedury rezerwacji;

— Sprawdź opinie. Ludzie mogli zamieszczać swoje doświadczenia, ostrzegając innych;

— Zwróć szczególną uwagę na nazwę i domenę witryny. Niewielkie zmiany w nazwie lub domenie przypominającej znaną markę mogą skierować Cię do zupełnie innej firmy;

— Sprawdź, czy strona internetowa oferuje pełne dane kontaktowe. Numer telefonu stacjonarnego, adres pocztowy i wszelkie inne informacje, które ułatwiłyby Ci kontakt, gdyby coś poszło nie tak;

— Sprawdź, czy strona internetowa oferuje regulamin, zasady zwrotu pieniędzy i politykę prywatności. Przed udostępnieniem jakichkolwiek danych osobom trzecim upewnij się, że uzyskano Twoją zgodę.

Zachowaj ostrożność przy zakupie biletów lotniczych ze stron internetowych, które sprzedają inne usługi, takie jak samochody i domy wakacyjne.

Możesz sprawdzić, czy lot istnieje, odwiedzając stronę internetową danej linii lotniczej.

Masz do czynienia bezpośrednio z właścicielem nieruchomości lub agentem prywatnym? Bądź czujny!

— Poproś o dodatkowe zdjęcia i zadaj pytania dotyczące rezerwacji, pokoju, połączenia Wi-Fi, lokalizacji i obszaru;

— Nie rezerwuj w witrynach, które nie mają ikony kłódki (https) na pasku adresu;

— Zachowaj szczególną ostrożność, jeśli zostaniesz poproszony o dokonanie płatności przelewem bankowym lub gotówką; zawsze płać kartą, aby zakup był chroniony, lub skorzystaj z bezpiecznej strony płatniczej, takiej jak PayPal.

PO ZAKUPIE

— sprawdź, czy otrzymałeś niezbędne bilety elektroniczne lub dokumenty rezerwacji;

— przejrzyj swoje dane osobowe, daty, dane hotelu oraz numery i godziny lotów;

— spróbuj potwierdzić bezpośrednio z linią lotniczą, wypożyczalnią samochodów lub hotelem, że rezerwacja została dokonana.

Jeśli...

... płacisz za bilety, ale ich nie dostajesz;

... dzwonisz do firmy, w której kupiłeś bilety, ale Twoje połączenia nie są odbierane lub otrzymujesz informację, że firma nie zapewnia zwrotów;

... powiedziano ci, że przedstawiciel klienta spotka się z Tobą na miejscu, aby przekazać Ci bilet, ale nikt się nie pojawia;



... Otrzymujesz bilety pocztą lub e-mailem jako e-bilety, ale kiedy przyjeżdżasz na miejsce, system bezpieczeństwa Cię nie wpuszcza, ponieważ bilet jest fałszywy lub skradziony.

To... jesteś ofiarą oszustwa biletowego online. Zachowaj wszystkie dowody, złóż zawiadomienie o popełnieniu przestępstwa w najbliższej jednostce Policji.

CO TO JEST OSZUSTWO BILETOWE?

Oszustwo biletowe ma miejsce wtedy, kiedy kupujesz bilety online ze strony internetowej lub od agenta na dowolne wydarzenie, na które wymagany jest biletu wstępu, na koncert muzyczny lub festiwal, wydarzenie sportowe, takie jak mecz piłki nożnej lub występ na żywo, ale bilety albo nie docierają, albo okazują się fałszywe lub skradzione.

JAKIE SĄ ZNAKI OSTRZEGAWCZE?

— Reklamowane bilety są albo wyprzedane na stronie oficjalnych sprzedawców, albo oficjalnie jeszcze nie trafiły do sprzedaży, ale znajdujesz witrynę, która twierdzi, że bilety są dostępne.

— W niektórych przypadkach promowane wydarzenie nawet nie istnieje.

— Adres strony internetowej jest bardzo podobny do legalnej strony internetowej sprzedaży biletów.

— Oszuści tworzą własne fałszywe firmy zajmujące się sprzedażą biletów; ich strony internetowe są łatwe do wykonania i wyglądają autentycznie. Jednak zdradzają je: adres internetowy zaczy-



Oszuści używają fałszywych reklam internetowych, fikcyjnych rozmów dotyczących sprzedaży, e-maili, SMS-ów i komunikatorów, oferując niewiarygodnie niskie stawki, aby skusić Cię do rezerwacji wakacji lub zakupu usługi. Jeśli cena jest zbyt dobra, aby mogła być prawdziwa, prawdopodobnie taka nie jest.

nający się od http (zamiast https) oraz brak zamkniętej kłódki w pasku adresu. Przy czym obecność kłódki i skrótu „https” nie gwarantują autentyczności strony.

— Witryna jest reklamowana za pośrednictwem poczty e-mail lub mediów społecznościowych, oferując możliwość zakupu biletów na popularne wydarzenie.

— Może to być forma phishingu; oszuści wykorzystują ogromne zapotrzebowanie na najpopularniejsze wydarzenia.

— Ograniczone dane kontaktowe wyświetlane w witrynie, z której kupujesz bilety. Powinien znajdować się tam numer telefonu stacjonarnego i dokładny adres pocztowy.

JAK SIĘ CHRONIĆ?

Zastanów się dwa razy, zanim klikniesz w link przesłany w e-mailu, komunikatorze lub mediach społecznościowych, w którym oferowane są bilety, ponieważ mogą przekierować Cię na fałszywą stronę lub zainfekować urządzenie złośliwym oprogramowaniem.

Kupuj bilety tylko w kasie klubu, u organizatora, u oficjalnego agenta lub w znanej i renomowanej witrynie wymiany biletów. Sprzedawcy zwykle informują Cię o innych legalnych punktach sprzedaży. Zawsze kontaktuj się z nimi osobiście lub sprawdź w Internecie, czy masz do czynienia z autoryzowanym sprzedawcą.

Sprawdź politykę zwrotów sprzedawcy i zawsze zachowaj paragon do czasu wydarzenia.

Przeprowadź rozeznanie, aby upewnić się, że firma jest legalna:

— Sprawdź, czy strona korzysta z bezpiecznego systemu płatności i bezpiecznego protokołu komunikacyjnego (https);
— Sprawdź recenzje. Ludzie mogli opisywać swoje

Źródło: Europol

1 SKORZYSTAJ Z TEJ NIEWIARYGODNEJ OFERTY

- Hotel
- Bilety (samolot, pociąg, statek, etc.)
- Wypożyczalnia samochodów
- Pelen pakiet wakacyjny (w tym niektóre lub wszystkie z powyższych)

Zbyt piękne, by było prawdziwe

SZYBKA WYPRZEDAŻ

19€

Lot + Hotel + Samochód + Mojito

KUP TERAZ

2 ZAPŁAĆ ZANIM ZNIKNE



Akceptujemy

- Karta kredytowa/debetowa
- Gotówka/przelewy gotówkowe
- Wirtualne waluty

3 PRZYGOTUJ SIĘ NA NAJGORSZE

Albo nie ma rezerwacji...



...albo rezerwacja została anulowana



Ponieważ została opłacona czyjaś skradzioną kartą



! ZAPAMIĘTAJ! Jeśli zapłaciłeś kartą kredytową/debetową, natychmiast skontaktuj się z bankiem. W przeciwnym razie przestępcy będą mogli wykorzystać Twoje dane w przyszłości.

doświadczenia, ostrzegając innych. Lub może nie być w ogóle recenzji;

— Zwróć szczególną uwagę na nazwę i domenę witryny. Niewielkie zmiany w nazwie lub domenie przypominającej znaną markę mogą skierować Cię do zupełnie innej firmy;

— Sprawdź, czy witryna ma pełne dane kontaktowe. Numer telefonu stacjonarnego, adres pocztowy i wszelkie inne informacje, które ułatwiłyby Ci kontakt, gdyby coś poszło nie tak. Jeśli witryna ma stronę „Skontaktuj się z nami”, ale oferuje tylko formularz do wypełnienia, może to wskazywać na fałszywą stronę internetową;

— Sprawdź, czy strona internetowa oferuje regulamin, zasady zwrotu pieniędzy i politykę prywatności. Przed udostępnieniem jakichkol-

wiek danych osobom trzecim upewnij się, że uzyskano Twoją zgodę.

Jeśli kupujesz bilety na mecz piłki nożnej, pamiętaj, że w większości przypadków odsprzedażanie biletów jest nielegalne.

Zapłać za bilety kartą, jeśli możesz. Zapewni to większą ochronę w stosunku do innych metod płatności, takich jak karta debetowa, gotówka lub usługi przelewów pieniężnych.

Jeśli zdecydujesz się kupić bilety od osoby prywatnej, nigdy nie przelewaj pieniędzy bezpośrednio na jej konto bankowe, ale skorzystaj z bezpiecznej witryny płatniczej, takiej jak PayPal.

Zachowaj zdrowy rozsądek przy wyszukiwaniu biletów na wydarzenie, na które już zostały oficjalnie wyprzedane lub które jeszcze oficjalnie nie trafiły do sprzedaży.

CO POWINIENIEŚ ZROBIĆ, JEŚLI ZOSTAŁEŚ OSZUKANY LUB ZAUWAŻYŁEŚ PRÓBĘ OSZUSTWA?

Agencje ochrony konsumentów na całym świecie starają się zwalczać oszustwa związane także z koronawirusem. Wiele z tych oszustw jest transgranicznych. W przypadku pojawienia się jakichkolwiek problemów z zagraniczną firmą pomoc można uzyskać w Urzędzie Ochrony Konkurencji i Konsumentów oraz Europejskim Centrum Konsumentów — econsumer.gov. ECK współpracuje z siecią CPC-Net (Consumer Protection Cooperation Network), do której zostają przekazywane wszelkie informacje o stosowaniu nieuczciwych praktyk rynkowych przez zagranicznych przedsiębiorców.

(Źródło: Europol, <https://www.europol.europa.eu/2good2btrue/> KGP/ dm)

Ta książka to szczepionka na smutek

HISTORIA JOANNY PRZETAKIEWICZ TO DOWÓD NA TO, JAK WIELKA SIŁA DRZEMIE W KOBECIE, KTÓRA SAMA O SOBIE MOŻE POWIEDZIEĆ, ŻE JEST OSOBĄ SPEŁNIONĄ. DARII BRUSZEWSKIEJ-PRZYTULE OPOWIEDZIAŁA O TYM, DLACZEGO TĘ SIŁĘ CHCE DZIELIĆ Z INNYMI KOBETAMI NOWEJ ERY, CZYLI UCZESTNICZKAMI RUCHU SPOŁECZNEGO, KTÓREGO ZOSTAŁA LIDERKĄ.



Fot. Joanna Jaszkowiak



Fot. Mat. prasowe

— Kiedy nastąpiła nowa era w życiu Joanny Przetakiewicz?

— Trudno wskazać taki konkretny moment, ale myślę, że wtedy, kiedy zdałam sobie sprawę z tego, że jestem szczęśliwą i spełnioną kobietą. Przestałam mieć do siebie żal, że czegoś dla kogoś nie zrobiłam, czegoś nie dopilnowałam...

— Bo w pani głowie mieszka prymuska?

— Tak, mam cechy pracowolichki i perfekcjonistki. Prawdą też jest, że zawsze uważałam, że czyjeś sprawy są ważniejsze, a wszystkie sytuacje, w których coś się nie udawało, brałam na siebie. Zresztą tak jest i do tej pory, ciągle muszę nad tym pracować. Nie chodzi oczywiście o to, żeby winę zrzucić na kogoś innego, ale przyznać sobie prawo do popełniania błędów. Takie samo prawo, jakie pozwala mi czuć się szczęśliwą czy smutną.

— Brzmi świetnie, ale nie zawsze to nam, kobietom, wychodzi.

— Dla mnie bardzo ważne były zawsze relacje z przyjaciółkami, więc zdawałam sobie sprawę z tego, z jakimi problemami mierzą się kobiety. Kiedy jednak na swoim profilu na Instagramie wszedłam w dialog z nieznanymi mi osobami, dotarło do mnie, jak bardzo są one

samotne, jak wielu z nich brakuje wsparcia. Uznałam, że mogę podzielić się z nimi swoją wiedzą i uwagą.

— I to był krok na drodze do Nowej Ery Kobiet.

— Tak. Symboliczne było także to, że pod tytułem „Kobieta nowej ery” ukazał się wywiad ze mną w „Playboyu”, który obchodził wówczas 25-lecie istnienia. Zdecydowałam się na sesję do tego jubileuszowego wydania, kiedy sama kończyłam 50 lat. Byłam gotowa pokazać swoją kobiecość, bo nie uważam i nigdy nie będę uważać, że zmysłowość jest wulgarna, ale jest raczej czymś, czym powinniśmy się chlubić. Bardzo chciałam, żeby tak to zostało odczytane.

— W mediach plotkowano, że dostała pani za tę sesję pół miliona złotych. A tymczasem pani napisała, że zrobiła to...

— ...bo chciałam i mogłam. Kiedy opublikowałam wpis na Instagramie o tej sesji, przekonałam się, że moja intencja została dobrze zrozumiana przez inne kobiety. Im nie musiałam niczego tłumaczyć, wyjaśniać, że te informacje o kwocie, którą miałam dostać, to brednie. To mnie przekonało, że nie tkwimy w dulszczyźnie, ale nadchodzi Era Nowych Kobiet. Kiedyś było nie może, dowiedziała się, że ma raka mózgu. Magdalena jako młodziutka osoba straciła

— Świetnie, że mówi pani o tym pozytywnym odzewie, bo wiem, że zmartwiły panią statystyki, z których wynikało, że ponad 50 proc. kobiet najbardziej boi się właśnie oceny innych kobiet. Pewnie bierze się to z mitów, że kobieta kobiecie wilkiem, że przyjaźń między kobietami nie istnieje itd. Takie obraz rysuje się w pani głowie po dziesiątkach spotkań z kobietami w całej Polsce?

— Nie, zupełnie nie. Widzę, z jakim entuzjazmem dziewczyny przystąpiły do Ery Nowych Kobiet, jak szybko i organicznie zbudowały wspólnotę. Bez ich wiary i zaangażowania nie byłoby to możliwe. To one są bohaterkami tej historii.

— Oddaje im pani głos w książce „Nie bałam się o tym rozmawiać”. „O tym”, czyli o czym?

— O trudnych historiach, które przydarzyły się kobietom, które znalazły w sobie odwagę, by się nimi ze mną podzielić. Wcześniej te opowieści zachowywały dla siebie, wstydyły się. A przecież bardzo często były to sprawy niezależne od nich. Innocenta opowiedziała mi o tym, jak upadły jej dwie firmy, a kiedy wydawało się, że gorzej już być nie może, dowiedziała się, że ma raka mózgu. Magdalena jako młodziutka osoba straciła

mamę i brata, a kiedy stała się dorosłą, straciła też małą córeczkę. Poznałam te kobiety i wiem, jakie są silne i wspaniałe. Wiem, jak bardzo są zdeterminowane, odważne i mądre. Wysłuchałam też innych poruszających i inspirujących historii, jak choćby ta o walce o zostanie mamą, mimo chorób, cierpienia i porażek. Takie opowieści uczą, że warto zmienić swoje nastawienie, nie pytać: „czy?”, ale: „kiedy?”. Ta książka nie ma dołować, ale być szczepionką na smutek. Udowodnić, że po każdej burzy wychodzi słońce, że z różnych sytuacji można wyjść obronną ręką. Trzeba się jednak o to postarać.

— Pomyślałam sobie, że mną bardzo wstrząsnęły te historie, które znalazły się w książce, a przecież pani poznała ich zdecydowanie więcej.

— Tak, tysiące. Dlatego prace nad książką trwały tak długo i dlatego włożyliśmy w nią tyle serca. Jej zwińczeniem jest też akcja #Niebojesie. Na pierwsze spotkanie z cyklu Era Nowych Kobiet w listopadzie 2018 roku przyszło 30 osób. Dzisiaj jest nas około 500 tysięcy. Kiedy kobiety kończyły opowiadać swoją historię, słyszałam od nich często: „Przez tyle lat bałam się o tym opowiedzieć. Niepotrzebnie, bo widzę, jak wielki



Joanna Przetakiewicz:
Prawdą też jest, że zawsze uważałam, że czyjeś sprawy są ważniejsze, a wszystkie sytuacje, w których coś się nie udawało, brałam na siebie.

ciężar dzięki temu zrzuciłam”, uwolniłam się.

— Mam wrażenie, że może my, kobiety, dajemy za mało szans naszym przyjaciółkom i koleżankom za mało szans na zrzucenie tego ciężaru, o którym pani wspomina. Dlaczego tak się dzieje?

— Same jesteśmy tak bardzo zapracowane, zajęte i skupione na problemach naszych najbliższych, że nie mamy na to przestrzeni ani we własnym życiu, ani we własnej głowie. Jestem dojrzałą kobietą, mogłabym być matką wielu „superENeK”, więc dorosłam do tego, żeby dać z siebie coś ważnego spo-

lecznie. Widzę już nie tylko swoje mikro-, ale i makrośrodkowo, więc wiem, że to potrzebne. Dzisiaj w Polsce i za granicą jest prawie 130 lidererek Ery Nowych Kobiet i do czasu pandemii nie było dnia, żeby gdzieś na świecie nie odbywało się nasze spotkanie.

— A skoro o pandemii mowa, to docenia pani także troskę, którą przedsiębiorczynie okazywały swoim pracownikom. To znaczy, że potrafimy się zjednoczyć w chwilach próby?

— Nie mam co do tego wątpliwości. Kiedy postanowiłam założyć sztab kryzysowy „Nowa Era Wspiera” i zamieściłam na Instagramie post z informacją, że szukam specjalistów, którzy pro publico bono będą pomagać kobietom - choć nie tylko - w różnych problemach: psychologicznych, zawodowych, medycznych czy prawnych, w ciągu 24 godzin zgłosiło się 100 ekspertów, a w czasie kolejnej doby niemal drugie tyle. Z ich wsparcia skorzystało około 6 tysięcy osób. To dowodzi, że jesteśmy coraz bardziej świadomi tego, że pomaganie innym rozwija nas samych.

— Powiedziała pani kiedyś, że kilka razy układała pani swoje życie na nowo. Jak to się udawało?

— Zawsze wygrywały relacje z najbliższymi. To oni okazywali się tymi, którzy byli ze mną i oni dawali wsparcie. Dlatego zawsze powtarzam, że kluczem do szczęścia są bliscy ludzie. I to nie tylko rodzina, ale i przyjaciele. Brak takich osób, z którymi można porozmawiać o czymś więcej niż o pogodzie, to poważny problem. Samotność stała się ogromnym problemem społecznym. Prawie trzy lata temu, po tym jak okazało się, że wielu Brytyjczyków tygodniami nie ma z kim porozmawiać, Theresa May powołała Ministerstwo ds. Samotności.

— A skoro mowa o najbliższych, to proszę powiedzieć, jaką kobietą chciała pani być w oczach swoich synów?

— Przede wszystkim taką, która kocha innych ludzi. Nie robotem, który po trupach dojdzie do celu i zawsze da sobie radę, ale osobą, której sprawy innych ludzi nie są obojętne. Taką, która razem z innymi kobietami chce naprawić świat i czynić go lepszym.

Jak zachować się na kąpielisku?

LATO || Przypominamy, że od soboty 27 czerwca 2020 roku Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Mławie sprawuje nadzór nad kąpieliskiem zalewu Ruda. Kąpielisko jest strzeżone w godzinach od 11:00 do 19:00. Jest na nim trzech ratowników.

Wakwenie przy plaży pracownicy MOSiR-u wyznaczyli liniami bezpieczny obszar kąpieliska, z którego mogą korzystać miłośnicy rekreacji w wodzie.

Codziennie – 7 dni w tygodniu – opiekę nad kąpiącymi się sprawuje 3 ratowników.

Kąpielisko jest strzeżone w godzinach od 11:00 do 19:00.

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Mławie dba także o utrzymanie porządku na terenie, który dzierżawi (plaża i jej bezpośrednie sąsiedztwo). Pozostały obszar wokół zalewu Ruda należy do gmin Lipowiec Kościelny oraz Iłowo.

— Prosimy osoby, które wędrują, spacerują, jeżdżą rowerami lub plażują – aby dbały o porządek wokół zbiornika. Zostawiajmy do piękne miejsce zawsze w porządku.



Fot. materiały UMWM

Kąpielisko jest strzeżone w godzinach od 11:00 do 19:00.

Śmieci prosimy zabierać do domów — napisała Magdalena Grzywacz, rzecznik prasowy Urzędu Miasta Mławy.

Choć kąpielisko jest czynne nie oznacza to, że na nie obowiązują na nim ograniczenia związane z COVID-19.

Warto więc wiedzieć, że należy zachować dystans spo-

łeczny i minimalną odległość od osób postronnych zgodnie z obowiązującymi regulacjami prawa (...), także podczas kąpieli w wodzie.

Należy unikać zatłoczonych plaż/miejsc lub zgromadzeń na terenie kąpieliska istosować środki ochrony zgodnie z regulacjami obowiązujących prawa.

Zaleca się szczególnie staranne zasłanianie ust i nosa podczas kaszlu i kichania.

Należy korzystać z własnego sprzętu turystycznego, przyborów toaletowych (koce, pledy, leżaki, maty, ręczniki, sprzęt do nauki pływania, sprzęt ochronny).

Zaleca się szczególną dbałość o higienę rąk — częste mycie rąk wodą z mydłem oraz/lub ich dezynfekcja (...).

Nie należy korzystać z kąpieliska (...) w przypadku złego samopoczucia i podwyższonej ciepłoty ciała, infekcji oraz objawów chorobowych sugerujących chorobę zakaźną. Opr. lub



Nie należy korzystać z kąpieliska (...) w przypadku złego samopoczucia i podwyższonej ciepłoty ciała,

Urząd znowu we wtorki czynny dłużej

URZĄD MIASTA || Od 7 lipca br. Urząd Miasta Mława jest ponownie otwarty dla interesantów we wtorki do godziny 18:00. Nadal wiele spraw można załatwiać drogą elektroniczną.

Po krótkiej przerwie spowodowanej sytuacją epidemiczną i faktem, że część urzędników pracowała zdalnie, burmistrz Sławomir Kowalewski zdecydował o powrocie do 10-godzinnej pracy ratusza we wtorki.

— Zapraszamy interesantów w każdy wtorek od 8:00 do 18:00 (w pozostałe dni tygodnia – od 8:00 do 16:00). W tych godzinach będą dostępne wszystkie wydziały Urzędu Miasta Mława – także Wydział Spraw Obywatelskich oraz Urząd Stanu Cywilnego, które mają siedziby w Pałacu ślubów w parku – informuje Magdalena Grzywacz, rzecznik mławskiego urzędu.



Fot. UMWM

Ze względu na wciąż utrzymującą się w Polsce wysoką liczbę przypadków zachorowania na COVID-19 rzecznik przypomina, że wiele spraw można załatwiać drogą elektroniczną (e-mail: info@mława.pl) lub telefonicznie (tel. 23 654 33 82).

Dostęp do wydziałów ratusza jest ograniczony, jednak interesanci są obsługiwani w wyznaczonych punktach. Prosimy o stosowanie się do obowiązujących przepisów, trzymanie dystansu, zakrywanie nosa i ust.

W holu, na dolnym korytarzu – wejście od dziedzińca – jest uruchomiony dwustanowiskowy punkt obsługi osób, które składają deklarację o wysokości opłaty za odbiór i zagospodarowanie odpadów.

Właściciele nieruchomości do 10 sierpnia br. są zobowiązani złożyć deklarację w urzędzie. Druki kolportujemy bezpośrednio do skrzynek pocztowych właścicieli – kontynuuje Magdalena Grzywacz.

— W przypadku konieczności bezpośredniej konsultacji z pracownikiem Wydziału Środowiska, zapraszamy do punktu obsługi we wtorki do godziny 18:00, w pozostałe dni robocze – do 16:00.

KONTRABANDĘ NA PONAD 16 TYS. ZŁ

NA SYGNALE || Mławscy policjanci z referatu do walki z przestępczością gospodarczą zabezpieczyli papierosy różnych marek bez polskich znaków skarbowych akcyzy, warte na rynku ponad 16 tysięcy złotych. Kontrabandę posiadał 57-letni mieszkaniec pow. żuromińskiego.

Do zdarzenia doszło 7 lipca w miejscowości Radzanów (powiat mławski).

— Prowadzący czynności policjanci, zatrzymali do kontroli drogowej kierującego samochodem marki VW Vento, 57-letniego mieszkańca powiatu żuromińskiego – informuje asp. szt. Anna Pawłowska, oficer prasowy mławskich policjantów. — W bagażniku auta odnaleźli wyroby tytoniowe w ilości ponad 7 700 sztuk.



Następnie, na terenie powiatu żuromińskiego, w miejscu zamieszkania zatrzymanego, podczas przeszukania, policjanci odnaleźli i zabezpieczyli papierosy w ilości ponad 7,5 tysiąca sztuk. Wartość rynkowa zabezpieczonej kontrabandy to ponad 16 tysięcy złotych.

Postępowanie w tej sprawie prowadzi Referat do Walki z Przestępczością Gospodarczą Komendy Powiatowej Policji w Mławie.

Ważna informacja dla organizacji pozarządowych

DLA ORGANIZACJI || Zarząd Województwa Mazowieckiego zaprosił do współtworzenia Programu współpracy z organizacjami pozarządowymi na 2021 rok. Uwagi do projektu można składać do 17 lipca. Konsultacje zaplanowano na przełom sierpnia i września.

Zarząd Województwa Mazowieckiego zaprasza organizacje pozarządowe oraz podmioty wymienione w art. 3 ust. 3 ustawy o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie do udziału w pracach nad przygotowaniem projektu Rocznej współpracy Województwa Mazowieckiego z organizacjami pozarządowymi na 2021 rok — najważniejszego dokumentu wpływającego na zakres współpracy Samorządu Województwa Mazowieckiego z sektorem pozarządowym.

Uwagi i propozycje do projektu można składać od 3 do 17 lipca br.

Punktem wyjścia do pracy nad przyszłorocznym programem współpracy jest program obowiązujący w roku 2020.

Uwagi do projektu programu na kolejny rok mogą w szczególności dotyczyć np.:

- celów współpracy — § 2 programu,
- zakresu przedmiotowego współpracy — § 4 programu,
- form współpracy pozafinansowej — § 6–14 programu,
- priorytetowych zadań publicznych na 2020 rok — § 15–34 programu,



Propozycje do Programu współpracy na 2021 rok można składać na formularzu ze strony www.dialog.mazovia.pl

- podziału dostępnych środków finansowych z dochodów własnych województwa planowanych na realizację programu — § 40 programu,
- innych zapisów programu ważnych z punktu widzenia organizacji pozarządowej składającej uwagi i propozycje.

W najbliższym czasie Zarząd Województwa Mazowieckiego określi wstępne założenia do współpracy finansowej w 2021 roku pomiędzy Województwem Mazowieckim a organizacjami pozarządowymi. Informacja o decyzji Zarządu Województwa Mazowieckiego zostanie

niezwłocznie podana do publicznej wiadomości.

Jak co roku poza środkami z dochodów własnych województwa w 2021 roku zadania zlecane będą do realizacji organizacjom pozarządowym ze środków pochodzących z:

- opłat pobieranych za wydawanie zezwoleń na obrót

hurtowy w kraju napojami alkoholowymi o zawartości do 18%,

- dotacji celowych z budżetu państwa i jednostek samorządu terytorialnego,
- Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

Propozycje do Programu współpracy na 2021 rok można składać na formularzu konsultacyjnym. Elektroniczna wersja formularza dostępna są na stronie: www.dialog.mazovia.pl w zakładce „Program współpracy”.

Formularz w wersji elektronicznej można odesłać na adres: dialog@mazovia.pl, a w wersji papierowej — pocztą na adres: Biuro Dialogu Obywatelskiego, Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego w Warszawie, ul. Okrzei 35, 03-472 Warszawa.

Na podstawie zgłoszonych uwag i propozycji przygotowany zostanie projekt Programu współpracy na 2021 rok, który następnie poddany zostanie konsultacjom społecznym. Konsultacje, zgodnie z harmonogramem prac nad Programem współpracy, przewidziane zostały na przełom sierpnia i września br.



Punktem wyjścia do pracy nad przyszłorocznym programem jest program z 2020 r.

Zatrudnienie ucznia lub studenta pobierającego rentę rodzinną

ZUS || Wakacje to czas, kiedy spore grono uczniów i studentów chce dorobić. Właśnie wtedy najwięcej młodzieży decyduje się na zatrudnienie, aby zasilić swój budżet.

Renta rodzinna przysługuje po zmarłym członku rodziny, który miał prawo do emerytury lub renty z tytułu niezdolności do pracy lub po osobie ubezpieczonej, która spełniała warunki do przyznania tych świadczeń.

Uczniowie i studenci uprawnieni do renty rodzinnej mogą podejmować zatrudnienie i osiągać z tego tytułu przychody. Muszą jednak pilnować, aby nie przekroczyć progów, które powodują zmniejszenie świadczenia a nawet jego zawieszenie.

ZUS zawiesi prawo do renty, jeśli przychód przekroczy 130 proc. przeciętnego miesięcz-



nego wynagrodzenia. Jeśli natomiast przychód będzie wyższy niż 70 proc. przeciętnego wynagrodzenia, ale nie przekroczy 130 proc. tego wynagrodzenia, rentę rodzinną ZUS zmniejszy o kwotę przekroczenia, nie więcej jednak niż o kwotę maksymalnego zmniejszenia.

Od 1 czerwca obowiązują nowe limity dla pracujących emerytów i rencistów. Kwota przychodu odpowiadająca 70 proc. przeciętnego miesięcznego wynagrodzenia obecnie wynosi 3732,10 zł brutto.

Natomiast kwota przychodu odpowiadająca 130

proc. tego wynagrodzenia to 6931 zł brutto. Jeśli suma dodatkowego przychodu nie przekroczy 3732,10 zł brutto miesięcznie, świadczenie będzie wypłacane w pełnej wysokości.

Uzyskanie przychodów w granicach od 3732,10 zł brutto do 6931 zł brutto miesięcznie spowoduje zmniejszenie wypłacanej renty o kwotę przekroczenia, jednak nie więcej niż o kwotę maksymalnego zmniejszenia. Maksymalna kwota zmniejszenia od 1 marca 2020 roku wynosi 527,35 zł, gdy do renty rodzinnej uprawniona jest jedna osoba.

Przekroczenie kwoty przychodów w wysokości 6931 zł miesięcznie spowoduje zawieszenie wypłaty renty rodzinnej w danym miesiącu.

Gdy do renty rodzinnej uprawnionych jest więcej osób, to po przekroczeniu limitów przychodów zmniejszeniu lub zawieszeniu ulega tylko część świadczenia przysługująca osobie osiągnącej dodatkowe przychody. Uczniowie, którzy pobierają rentę rodzinną muszą zawiadomić ZUS o każdym fakcie, który ma wpływ na wysokość przyznanego świadczenia lub prawo do wypłaty.

A.I.

Groszkowa sukienka (powieść, cz. 35)

ODDAJEMY WAM KOLEJNĄ CZĘŚĆ POWIEŚCI „GROSKOWA SUKIENKA”. TO HISTORIA ELIZY, MŁODEJ KOBIECIE, KTÓRA SZUKA PRAWDZIWEJ MIŁOŚCI. KSIĄŻKA NIE ZOSTAŁA JESZCZE WYDANA. JEJ AUTORKĄ JEST, MIESZKAJĄCA POZA GRANICAMI NASZEGO KRAJU, POETKA I PISARKA MARIA FERENC Z DOMU LEŚNIEWSKA. ŻYCZYMY PRZYJEMNEJ LEKTURY.

Pocałunek zaskoczył ich oboje. Długo milczeli. Stopniowo zapadła ciemna noc. Chłód i cisza stały się do-
kuczliwe.

– Chciałabym już iść – odezwała się pierwsza.

Poszli do sali z drewnianymi pryzkami. Na przeciwnych ścianach stało ich po cztery. Przejście między nimi było tak wąskie, że od razu usiadła na pierwszej. Plecak Julki leżał na ostatnim. Przecisnęła się po koc.

– Tu wszędzie są plecaki.

– Tamte łóżka są już zajęte. Nasze są te dwa. Dam ci mój śpiwór.

– Nie zmarzniesz pod kocem? W stodole było chyba cieplej.

– Jak zmarznę, przeturlam się do ciebie. Chyba że mi zakażesz...

– Jak do siostry?

– Po naszym namiętym pocałunku to już niemożliwe. Chyba że...

Eliza wskoczyła w śpiwór. Zasunęła zamek.

– Chyba że?

– Chyba że brat z siostrą mogą się całować.

– Nie mogą! – wykrzyknęła. Odwróciła się do niego plecami.

Bartek długo siedział w milczeniu.

– Jak wczoraj powiedziałaś? Czasem cisza jest tak cicha, że aż chce się krzyczeć?

– Tak powiedziałam, bracie. Wczoraj. Teraz mówię dobranoc.

Naciągnęła śpiwór na głowę. Nie zatonęła w myślach, jak zawsze. Nasłuchiwała, czy się położył, czy siedzi. Nie chciała sprawić mu przykrości. Lecz czuła, że pragnie znaleźć się w objęciach innego Bartka. Nie mogła nic na to poradzić. Usłyszała westchnienie. Siennik zaskrzypiał. Ciche „dobranoc” rozluźniło ją. Jednak nie mogła od razu zasnąć. W nocy słyszała szept z sąsiednich łóżek. Na policzku czuła ciepłą dłoń. Pomyślała, że to dobry sen. Nie trzeba go odpędzać. Zasnęła w ramionach ukochanego. Słyszała jego szept: „mojaś ty – słońce, mojaś ty – kocham cię”.

Obudziły ją wpadające przez okno promienie słońca. Usiadła na łóżku. Wszyscy jeszcze spali. Przypomniła sobie, że dziś mają dzień relaksu. Mogą spać do oporu. Przeciągnęła się i wygodnie ułożyła na boku. Przodem do Bartka. Ukradkiem przyjrzała mu się. Leżał na brzuchu, z policzkiem przyciśniętym do krawędzi siennika. Jego ręka zwisała z łóżka, jakby czegoś szukała na podłodze.

Kawałek koca przykrywał pupę. Reszta wyglądała jak rozłożona na łóżku szata, spod której wygląda jedna pięta. Układ ciała przypominał jej mitologicznego Narcyza przeglądającego się w potoku. Pomyślała, że ma taką samą urodę jak tamten na obrazku w książce. Także w tym, co mówił, dopatrywała się wspólnych cech z zakochanym w sobie bożkiem. W pamięci utrwaliły jej się słowa: „znam swoją wartość, kobieta musi wpiąć w mnie zasługę” Bartek niespodzianie podniósł głowę. Otworzył oczy. Uśmiechnął się.

– Dzień dobry. Przez sen poczułem, że patrzysz na mnie.

– Wyglądasz jak Narcyz.

– Mitologiczny bożek czy kwiatek?

– I ten, i ten.

– Nie jestem w sobie zakochany.

– Chyba jesteś. Zakochana w tobie dziewczynę zamieniłeś wecho. Jak Kamilę.

– Nie wspominaj o niej. Zaczęłam żałować, że się zwierzyłam.

– A widzisz? Jednak mam rację.



– W porządku. Niech ci będzie. Wstajemy?

– Możemy. Już nie chce mi się leżeć. Tylko po cichutku, żeby nikogo nie obudzić. Dziś mamy leniwy dzień. Dobry dla śpioczków.

Spakowali swoje rzeczy i wyszli przed schronisko. Bartek zawrócił, by załatwić wrzątek na herbatę. Udało mu się.

– Teraz my napijemy się z jednego kubka. Dobrze, że lubimy gorzką. Nie mam cukru. Przedtem umyliśmy sobie zęby. Z plecaka wyciągnął buteleczkę z zielonym płynem.

– Nabierz trochę do ust i wypłuj. W tych warunkach to znakomity środek zastępczy.

– Co to za płyn?

– Moja tajemnicza receptura. Zaprezentuję ci. Żebyś nie myślała, że chcę cię otruć z miłości. Albo zamienić w echo. Nalał do ust trochę płynu. Potrzywał. Popłukał i wypłuł.

– Przestań z tą miłością!

– Dlaczego?

– Bo mnie peszysz i martwisz. Jestem zakochana w innym Bartku. Nic na to nie poradzę.

– Nareszcie usłyszałam prawdę. Coś ci teraz powiem. Eliza wzięła łyżeczek zielonego płynu. Miał miętowy, ostry smak. Poczula pieczenie w ustach. Wypłula go.

Długo czekała, co powie. Kiedy zobaczyła Julkę i pozostałych wychodzących ze schroniska z plecakami, nie wytrzymała.

– Miałaś coś powiedzieć. Pośpiesz się. Idzie reszta wy-
cieczki.



Pocałunek zaskoczył ich oboje. Długo milczeli. Stopniowo zapadła ciemna noc...

– Powiem to za dwa dni. Przy pożegnaniu.

– Znowu wymyśliłaś jakiś przysięgę?

– Nie. Na pożegnanie złożę ci życzenie. Ważne dla ciebie i dla mnie.

– Zabrali plecaki. Czy Tomi znowu zmienił plan?

– Niezupełnie. Idziemy nad staw. Tu już nie wracamy. Pójdziemy na Dolinę Chocholowską.

– Czemu ty wiesz, a ja nie?

– Już spałaś, jak mi to powiedzieli.

Spod schroniska ruszyli nad Smreczyński Staw. Szli

kamienną drogą, pnąc się w górę przez ciemny, świerkowy las. Po kilku minutach znaleźli się w zagłębieniu. Prawą stronę ścieżki pokrywało torfowisko. Kamienna droga nieco się pochyliła w dół. Na jej końcu, weszli na coś w rodzaju drewnianego tarasu z widokiem na całe jezioro. Eliza przejechała wzrokiem po brzegach.

– Tu chyba nigdzie nie ma dojścia. Brzegi są zarośnięte jak bagno. Nigdy w życiu do tej wody nie wejść. Boję się niepewnego dna.

– Bardzo dobrze. Miałem nadzieję, że to powiesz – zaśmiał się Tomi.

– Ale żeby kumkają. Kaczki pływają. Jezioro pachnie – dodał Bartek. – Mnie się tu bardzo podoba. Tomi, przejdziemy się poszukać miejsca bliżej wody?

– Pójdziemy wszyscy. Też wolę być wśród świerków.

Zeszli nieco niżej. Pod stopami wyczuli grząski teren. Podeszli wyżej, bliżej lasu. Między drzewami, niedaleko brzegu, trafili na suchy, równy pagórek. Uznali, że jest odpowiedni, ponieważ nasłoneczniony. Chłopcy pościgali koszulki. Rozłożyli koc i wyjęli prowiant. Każdy zajął się jedzeniem chleba z konserwą. Tomi w tym czasie opowiedział o stawie.

– Smreczyński Staw mieści się w dolnej części Doliny Pyszniańskiej. Leży na wysokości 1227 metrów nad poziomem morza. To płytkie jezioro. Jego średnia głębokość wynosi zaledwie metr osiem-

dziesiąt. W najgłębszym miejscu ma jednak pięć metrów. Kiedyś miało opinię bardzo głębokiego jeziora. Uważano nawet, że posiada podwójne dno. Legenda z końca XIX wieku głosi, że pewien górnik chciał osuszyć ten staw. Zabrał się do kopania rowu odwadniającego. Usłyszał tajemniczy głos z głębin, który kazał mu przerwać kopanie. Zagroził, że w przeciwnym wypadku zatopi wszystkie miejscowości, aż do samego morza. Górnik wystraszył się głosu i przerwał pracę. My kochani, też robimy dziś kilka godzin przerwy. Wyciągnął z plecaka trzy butelki piwa. Jedno dał Kazkowi. Drugie Julce.

– Małolaty nie piją – dodał.

– Nie cierpię piwa – powiedziała Eliza.

– Ani ja – dodał Bartek. – Ma wstrętny smak i śmierdzi.

– Julka, od kiedy lubisz piwo? Dasz mi długopis i zeszyt?

– To wyjątkowa okazja towarzyska... Co chcesz pisać?

– Takie tam dyrdymały. Nic ważnego.

Poszła pod drzewo. Oparła się o nie plecaki.

Postanowiła napisać wiersz. Otworzyła zeszyt. Położyła na zgiętym kolanie. Chwilę pomyślała. Bartek podniósł głowę. Patrzył na nią pytającym wzrokiem. Uśmiechnęła się i zaczęła pisać.

w zimnej mrocznej jaskini
zatliła się mała isierka
nad wodnym oczkiem
po skalnych ścianach
łyzy przysięgi spłynęły
zawisły
zastygły
zamarły
w sople lodu zmieniły
chłopak dziewczynie przysięgł
że jej życie wymaluje
zamieni w obrazy szczęścia
mała isierka zamigotała
wśród skalnych ścian
kroplami marzeń wyrzniętych
samotnie została
czeka na Dzień Bożego Narodzenia

Napisała to jednym tchem. Przeczytała. Podniosła głowę znad kartki. Uśmiechnęła się do patrzącego na nią Bartka. Wstał i usiadł obok niej. Szybko zamknęła zeszyt. Lecz nadal się uśmiechała.
c.d.n.

PRACA

AGRO- Sokołów Sp. z o.o. w Gospodarstwo Rolne w Pieckach zatrudni traktorzystów na okres zniw i jesiennych prac polowych. Blizsze informacje: 608-464-325

FIRMA zatrudni mężczyzn do prac fizycznych w Lipowcu Kościelnym, 500 255 405

LAMINARZA z zamieszkaniem 4- osobowy domek 300m od morza. 535295126

OPIEKUNKO Seniorów - Gorące bonusy wakacyjne czekają!! Wyjedź latem i otrzymaj dodatkowy bonus do 200 Euro, tylko sprawdzone oferty, stawki do 1500 Euro, legalne zatrudnienie. Nie wahaj się, zadzwoń i zarabiaj więcej www.sentium.pl, tel. 501-409-214

POSZUKUJĘ do pracy brukarzy i pomocników, tel. 608-164-160

PRZYJMĘ pracowników do stolarni w Nielbarku, 660-776-630

W gospodarstwie, tel.782265594

ZATRUDNIĘ do koszenia trawników w Nidzicy, 501-645-844

ZATRUDNIĘ murarzy i pracowników budowlanych, wysokie wynagrodzenie tel.609-293-996.

ZATRUDNIĘ opiekunkę do 3latki, praca 3tygodnie w miesiącu, godziny do uzgodnienia, łława, 607-685-277

ZATRUDNIĘ pracownika do robót ogólnobudowlanych z uprawnieniami na koparko-ładowarkę okolice Mikołajek. Kontakt: 507-049-241

ZATRUDNIĘ pracownika na fermie Trzody Chlewniej (obsługa macior i prosiąt) okolice Mikołajek. Kontakt: 661-488-138

ZATRUDNIĘ PRACOWNIKÓW BUDOWLANÝCH i murarzy tel. 506-439-480

ZATRUDNIĘ pracowników budowlanych, 502-558-484

SPRZEDAM

2 krzesła + stół na balkon, taras, do ogrodu. Nowy komplet, kupiony w Jysk. Cena 250zł, 514-568-011

KOMPLET wypoczynkowy, 2 fotele, wersalka. Eko skóra, kolor jasny brąz. Cena 1400zł, 514-568-011

NML Sprzedam stemple budowlane od 3m do 6m lub każdy inny wymiar sprzedam, Pokrzydowo 98, 606-381-127.

NML Sprzedam tokarnię dużą, sprężarkę, migomat i części do Kia Carnival, 600-674-668

OSTRÓDA, okna, grzejniki nowe- używane, 513-159-810, (89)642-02-82

SPRZEDAM przetrząsarki, zgrabiarki do siana jedno i dwu gwiazdowe, beczkowozy, 608-279-110

TANIO brzoza opałowa, 692-411-362

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL, 503-103-703

KUPIĘ

SZKLANE kury (bomboniere); Szkło kolorowe z PRL (talerze) kupię, 607-852-453

NIERUCHOMOŚCI

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

KUPIĘ mieszkanie, może być do remontu lub zadłużone, pomogę w spłacie długu, zapłacę 2000zł za informację o takim mieszkaniu. 661-435-785

LUBAWA. Do wynajęcia lokal biurowy, pow. 49m2 w centrum miasta, świetna lokalizacja (obok Rossmana, Biedronki), ul. Kopernika 3, 604-209-040

LUBAWA. Do wynajęcia mieszkanie od 1 sierpnia, 2 pokoje + aneks kuchenny, umeblowane, osiedle Asta. Odstępne 900zł + czynsz ok 280zł, 669-673-050

LUBAWA. Sprzedam 2 budynki parterowe o łącznej powierzchni 312m2, wyposażone we wszystkie media, pod działalność gospodarczą, na działce 997m2. Cena 280tyś.zł, 603-423-592

LUBAWA. Sprzedam działkę 10 ar. przy ul. Toruńskiej, 504-687-573

NML Mieszkania M2 i M3 z wygodami do wynajęcia w centrum Biskupcu k.łławy 502-052-138

NML Mieszkanie do wynajęcia ul.Kopernika, Nowe Miasto Lubawskie, 604-562-972

NML Sprzedam dwie działki w Wawrowicach po 8ar, przyjmę na pokój lub mieszkanie (umeblowane), 696-097-088

NML Sprzedam działki budowlane 10 arowe, uzbrojone w Bratlinie 501-373-114.

NML Sprzedam działki budowlane przy ul.Rolnej w Nowym Mieście Lubawskim, 604-562-972

NML Sprzedam gospodarstwo rolne 4,4ha w Wielkich Bałowkach, 505-711-403

NML Sprzedam mieszkanie 58,7m2, 4 piętro, Nowe Miasto Lubawskie, ul.Grunwaldzka, 505-315-361 lub 511-937-619

NML Sprzedam nieużytki rolne 2ha, 510-338-259, 603-382-678

NML Wynajmę mieszkanie 20m2 z osobnym wejściem na parterze, ogrzewanie, umeblowane 2 lub 1 osobie w cenie 550zł, 664-593-705

PILNIE sprzedam ziemię 6,62ha w atrakcyjnym miejscu nad Drwęcą w Samborowie, 504-733-492

SPRZEDAM dwie działki; w miejscowości Różyna nr gruntu 455 pow 2,87ha; w miejscowości Kinwagi nr gruntu 8/2 pow. 0,76ha Możliwość sprzedaży oddzielnie, tel.608164160

SPRZEDAM działki budowlane, uzbrojone, Stare Jabłonki centrum, 515-062-733, 696-042-939

SPRZEDAM:ZIEMIĘ 5ha, z małym stawem. BOBROWNIK. Tel.668-138-901

WYNAJMĘ pół domu, Prątnica, 793-70-50-52

AUTO-MOTO

KUPIĘ motorower Simson i inne stare motocykle. Tel. 505-431-881

NML Sprzedam Opel Corsa D, 1.2 benzyna, 2008r., 5-drzwi, pierwszy właściciel, garażowany 605-390-091

NML Sprzedam Toyota Yaris 2005r., stan bdb., 515-636-382

VW Golf Plus 1,4benz., 2005r., klima, abs,wk,cz, el.sz.,el.l., 5 drzwi, kolor srebrny, sprowadzony, 507-243-976

VW T4, 1991r. oraz ładowarka, udźwóg do 1t., sprzedam, 505-094-035, (89)645-23-58

RÓŻNE

LUBAWA. Sprzedam działkę budowlaną, jęczmień, prasę kostkującą Sipma 244 +drabinkę, 793-906-266

USŁUGI

BRUKARSTWO- układanie kostki brukowej, pielęgnacja ogrodów, cięcie i kucie betonu, www.wesoly-kostek.pl, tel.506-196-101.

BUDOWA domów, hal, kurników, usługi ogólnobudowlane- docieplenia budynków, tynki, układanie kostki brukowej- faktura VAT tel.506-439-480

CYKLINOWANIE, 507-306-262

FIRMA ogólnobudowlana- budowa domów, hal, garaży, kurników, tynki, posadzki, ogrodzenia, docieplenia, układanie kostki brukowej, kucie betonu tel.609-293-996.

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

GLAZURNIK emeryt poleca swoje usługi w układaniu płytek 514-592-158

OCZYSZCZALNIE ścieków, szamba sprzedaż, montaż, 794-617-449

PIASKOWANIE mobilne i stacjonarne, 600-426-629

REMONTY, wykończenia wnętrz, łazienki, 793-206-221

RENOWACJA okien, drzwi, odświeżanie elewacji, czyszczenie dachów 730-378-061, 788-940-716

SERWIS i wymiana szyb w oknach, Ostróda, 513-159-810

SZYCIE kołder, 89-541-27-04, 665-434-450

TRANSPORT, przeprowadzki, 729-242-457

UKŁADANIE kostki brukowej, 510499540

UKŁADANIE kostki brukowej, usługi koparko-ładowarką, roboty ziemne i kanalizacyjne, 608164160

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

USŁUGI hydrauliczne, 508-491-711

GARAŻE Blaszane **BRAMY** Garażowe
KOJCE dla Psów **Wiaty** **Kontenery**
Najniższe **CENY** Różne wymiary Dogodne **RATY** Transport cały **KRAJ**
www.konstal-garaze.pl **505-526-036**
29-642-34-61 22-100-45-96 89-650-30-43 24-368-32-17 25-740-57-38 509-574-644 23-683-10-85 86-225-23-11
188200tr-a-M

WYKOŃCZENIA mieszkań- regipsy, stelaże metalowe, szpachlowanie, malowanie. Montaż drzwi i okien, ocieplanie domów, ocieplanie i wykończenia poddaszy- szybko, solidnie i tanio tel.507-951-949.

ZWIERZĘTA

ODDAM szczenięta owczarka niemieckiego za cenę wyżywienia, 694-618-643

SZCZENIAKI owczarek niemiecki, 505-426-299

ZDROWIE I URODA

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

ZWIERZĘTA

AMUR, sandacz, jesiotr, pstrąg, tołpyga, karp, karaś pospolity, lin, węgorz, złota orfą, sum, karaś kolorowy, materiał zarybieniowy- sprzedam tel.600-460-777.

ROLNICTWO

zwierzęta hodowlane

! F.H.U. skup i transport knurów, macior, bydła- waga, faktura, tel.721-040-072.

KOKOSZKI OKAZJA, szczipione różnokolorowe, 16-20 tygodniowe-sprzedam z dowozem na miejsce tel.505-919-321

KUPIĘ byczki i jałówki od 200 do 600kg oraz starsze rozplodniki. 692-411-362

KUPIĘ byczki, jałówki 100-500kg. 517-245-435

NML Sprzedam cielaki- likwidacja stada, 502-583-805

NML Sprzedam prosiaki, cielaki i jałówki cielne, 798-893-034

SKUP bydła. Najlepsze Ceny! Dojazd do gospodarstwa, 514-574-163

SPRZEDAŻ narybku: karpia szana, amura, jazia, kolorowych www.ryby-gutocha.pl, 602-399-656

maszyny rolnicze

NML Sprzedam dmuchawę do zboża, kultywator 3m szerokości, pług trzyskbowy, opryskiwacz 400l., Boleszyn, tel.56-474-17-67

SPRZEDAM C360 po remoncie, rozrzutnik obornika po remoncie, pelecarkę do peletu 22KW, 535-008-717

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

produkty rolne

NML Sprzedam jęczmień ok.10T, 503-925-424

NML Sprzedam pszenżyto i jęczmień z pszenicą 600-403-007

NML Sprzedam suchą słomę w belach, 50 sztuk, cena do uzgodnienia, 573-921-040

NML Sprzedam zboże i sianokiszonkę- baloty, 698-142-515

NML Sprzedam żyto, 508-527-236

SPRZEDAM gorczycę na polon, 500-129-026

SPRZEDAM obornik kurzy z dowozem, 607-218-775, 505-957-391

SPRZEDAM pszenżyto, tel. 602811011

SPRZEDAM siano, słoma żytnia bele sucha, 513-920-754

SPRZEDAM słomę żytnią na pokosie po żniwach, 660-587-901

SPRZEDAM zboże paszowe, pszenżyto, pszenica, 692-187-213

SPRZEDAM zboże, pszenżyto i mieszkankę zbożową, 517-222-793

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

Po tych ziółkach nie wychodzimy na słońce!

CHODZI MIANOWICIE O TZW. ZIOŁA FOTOALERGICZNE I FOTOTOKSYCZNE, KTÓRE — GDY JE W SEZONIE LETNIM REGULARNIE PRZYJMUJEMY — ZWIĘKSZAJĄ NASZĄ WRAŻLIWOŚĆ NA PROMIENIE SŁONECZNE. WARTO JE ZNAĆ I ALBO UNIKAĆ NAPARÓW, ALBO OPALANIA...

A jeśli już ktoś, jak choćby ja sama, bez słońca nie wyobraża sobie ani lata, ani życia — powinien przed słoneczną kąpielą zabezpieczać skórę odpowiednimi preparatami z filtrami UV. W przeciwnym razie, po nawet krótkim kontakcie z niezbyt intensywnymi promieniami słońca — możemy mieć objawy przypominające poparzenie słoneczne. Czyli rumień, bolesne pęcherze, palenie skóry, a nawet obrzęk. Dermatolodzy taką reakcję skóry nazywają wypryskiem fotoalergicznym lub fototoksycznym. Ostrzegam też, że nie chodzi wyłącznie o zioła stosowane wewnętrznie — te, których używamy zewnętrznie, do przemywania lub okładów na przykład, też mogą nam zaszkodzić.

CO TO JEST?

Chodzi konkretnie o wyprysk fotoalergiczny. A to nic innego, jak stan zapalny skóry, wywołany działaniem fotoalergenu oraz promieniowania ultrafioletowego. Dermatolodzy twierdzą, że taka nadwrażliwość występuje u 6-8 proc. populacji, ale niektórzy twierdzą, że cierpi na nią nawet 20 proc. ludzkości.

Wyprysk fotoalergiczny pojawia się, gdy pod wpływem promieniowania słonecznego dochodzi w skórze do przekształcenia substancji tolerowanej w substancję uczulającą.

Te związki szkodzą tylko osobom o nadwrażliwości:

po 1-2 dniach od ekspozycji pojawiają się zmiany zapalne skóry zwykle, które utrzymują przez kolejne kilka dni.

Wśród przyczyn wyprysku fotoalergicznego wymienia się związki chemiczne oddziałujące miejscowo oraz substancje stosowane ogólnie. Do tych działających miejscowo należą m.in. środki konserwujące i dezynfekujące, filtry przeciwsłoneczne, substancje zapachowe — piżmo ambretowe, aldehyd cynamonowy, chlorowcopochodne salicylanilidów, środki ochrony roślin (zwłaszcza tiokarbaminiany), dodatki do pasz dla zwierząt i parę gatunków roślin. Ale wyprysk fotoalergiczny może wystąpić także po ogólnym zastosowaniu sulfonamidów, niesteroidowych leków przeciwzapalnych, pochodnych fenotiazyny i benzodiazepiny lub trójcyklicznych antydepresantów.

Dodatkowo, bardzo często spotkać się można z reakcją krzyżową między timerosalem — konserwantem szczepionek, surowic odpornościowych, kropli do oczu, uszu, nosa, płynów do przechowywania soczewek kontaktowych, niektórych kosmetyków — a substancją o nazwie piroksydam.

Jeśli już dojdzie do interakcji alergenu i promieniowania UV, powstaje substancja zmodyfikowana, tzw. hapten, który wiąże się z białkami skóry i w ten sposób tworzy fotoalergen. Ten z kolei stymuluje odpowiedź immunologiczną. Gdy dochodzi do kolejnej interakcji promieniowania UV i znajdującego się w skórze alergenu — dochodzi do nadwrażliwości późnej i wyprysku kontaktowego.

Najczęstsze objawy takiej alergii na słońce — to zmiany chorobowe skóry, które widać przede wszystkim na odkrytych częściach ciała.

Widoczne jest ostre odgraniczenie zmian zapalnych od skóry zdrowej, odkrytej przed słońcem odzieżą, niezmieniona pozostaje także skóra trójkąta pod podbródkiem.

U osób uczulonych na leki podawane ogólnie zmiany skórne mogą być bardziej



Fot. pixabay.com

rozsiiane. A konkretnie powstają plamy rumieniowe, grudki, pęcherzyki, czasami także pęcherze. Wszystkiemu towarzyszy mocno nasilony świąd skóry, choć ograniczony do miejsc ekspozowanych na światło słoneczne.

Ważne, by wyprysk fotoalergiczny szybko zdiagnozować, zastosować leczenie, a przede wszystkim zabronić choremu jakichkolwiek bliskich kontaktów ze słońcem!

Brak szybkiego rozpoznania i stała ekspozycja na alergen w krótkim czasie mogą doprowadzić do rozwoju przewlekłego fotoalergicznego zapalenia skóry. Przy czym zmiany skórne mogą objąć też skórę dotychczas lub zwyczajowo nienarażoną na działanie promieniowania słonecznego.

W leczeniu dolegliwości ważne jest przede wszystkim unikanie kontaktu z fotoaler-

genami oraz stosowanie preparatów z filtrami UV i maści z dodatkiem kortykosteroidów.

A FOTOTOKSYCZNY?

Z kolei wyprysk fototoksyczny to choroba o charakterze zapalnym, którą w kontakcie ze skórą wywołują substancje fototoksyczne. Powstaje, gdy te substancje, zawarte w ziołach, lekarstwach, pokarmach, w czasie ekspozycji na promieniowanie UV uwalniają wolne rodniki, co prowadzi do uszkodzenia komórek i ostrej reakcji zapalnej. Uszkodzone komórki dają po prostu sygnał do wytworzenia reakcji zapalnej. Ten rodzaj wyprysku grozi każdej osobie. Ponadto reakcja fototoksyczna pojawia się bardzo szybko: od kilku minut do kilku godzin od ekspozycji na słońce. I są to rumień, obrzęk oraz pęcherze. Poza tym długo po

stanie zapalnym na skórze mogą pozostawać też przebarwienia pozapalne.

Na te ziołka uważamy!

DZIURAWIEC

Przede wszystkim na dziurawiec. Za jego działanie fotouczulające odpowiada zawarta w nim hiperycyna. Mało kto pamięta, ale dziurawiec wchodzi też w niebezpieczne interakcje z wieloma powszechnie stosowanymi lekami. Może choćby obniżyć skuteczność tabletek antykoncepcyjnych, leków zmniejszających krzepliwość krwi, obniżających ciśnienie krwi, a nawet tych przeciwnowotworowych. Jednym z najgroźniejszych skutków połączenia dziurawca z niektórymi lekami może być zespół serotoninowy, a to już stan, który może prowadzić nawet do śmierci.



Ważne, by wyprysk fotoalergiczny szybko zdiagnozować, zastosować leczenie.

ARCYDZIĘGIEL I AMINEK ZWYCZAJNY

To rośliny, które zawierają furanokumaryny — substancje o silnym działaniu fotouczulającym i fitotoksycznym. I arcydzięgiel, i aminek większy należą do roślin z rodziny selerowatych, czyli to kuzyni pasternaku, marchwi zwyczajnej, pietruszki zwyczajnej, kopru i oczywiście selera. Po ich spożyciu i jednoczesnym wystawieniu skóry na działanie promieni słonecznych również może dojść do reakcji fitotoksycznej. Kto musi zażywać arcydzięgiel lub aminek — lepiej niech czyni to wieczorem. Albo zwyczajnie w czasie kuracji unika słońca. Kto nie wierzy, to przypominam, że do tej samej rodziny selerowatych należą też dwie inne rośliny, które stanowią największe zagrożenie fototoksyczne: barszcz Mante-gazziego i barszcz Sosnowskiego!

RUTA

... Arazem z nią także pomarańcza bergamota i cytryna zwyczajna — wszystkie one mogą wywołać reakcję fotoalergiczną lub fototoksyczną. Poza tym pamiętajmy, że olejek bergamotowy bardzo często występuje jako jeden ze składników perfum — a on też może wywoływać fototoksyczne zapalenie skóry.

RUMIANEK, STOKROTKA, NAGIETEK...

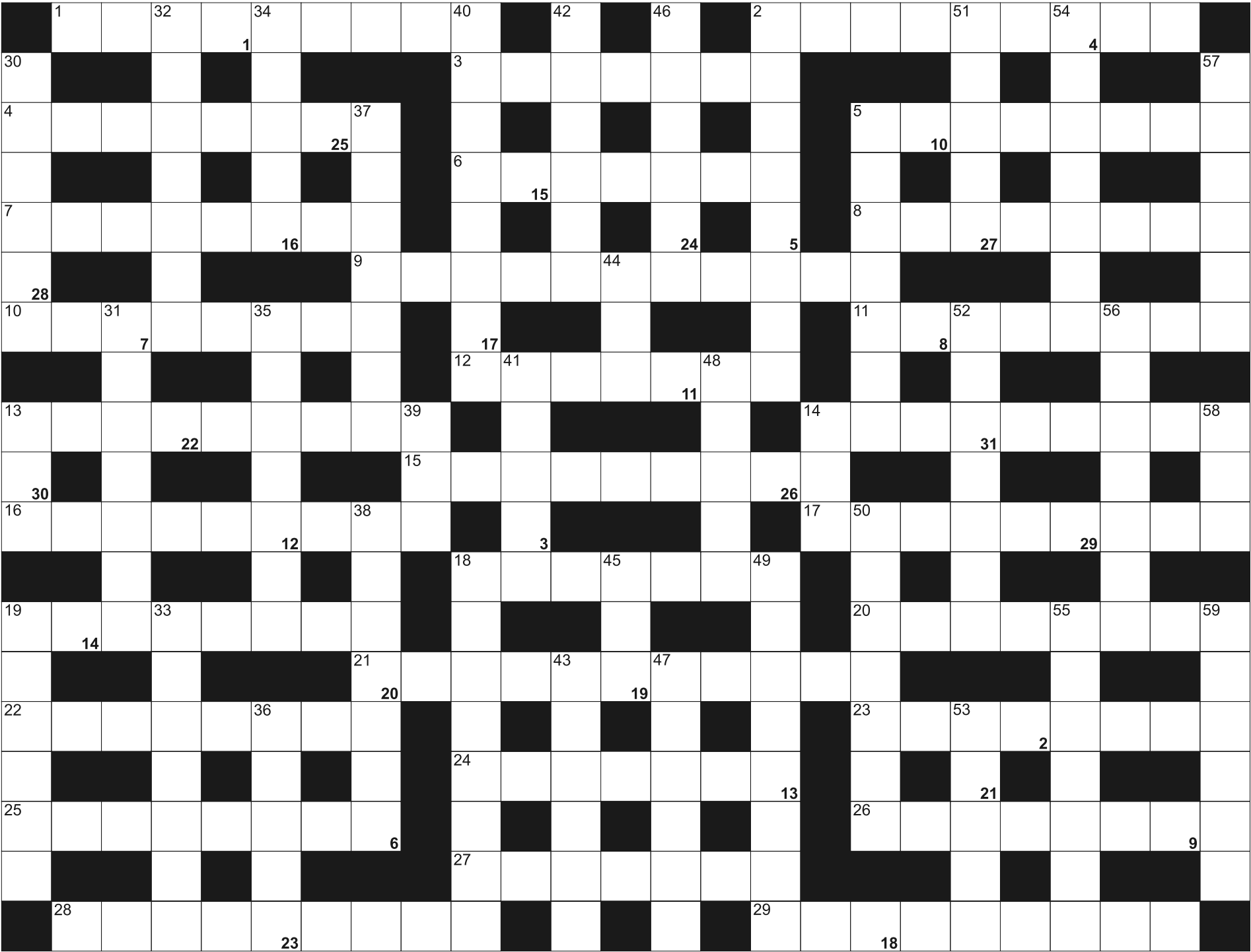
Wszystkie te wdzięczne kwiatki należą do rodziny Compositae: największej grupy roślin kwitnących, liczącej ponad 25 tys. gatunków, z których aż 200 powoduje alergię. Taki rumianek normalnie ma właściwości łagodzące i przeciwzapalne. Jest więc przydatny m.in. w zaburzeniach pracy układu pokarmowego oraz w zapaleniach skóry i błon śluzowych. Niestety, pity regularnie może uwrażliwić skórę na słońce. Z kolei herbatki i napary z nagietka pije się w przypadku problemów z żołądkiem, w tym przy wrzodach żołądka czy niestrawności, a maści przygotowane na jego bazie łagodzą stany zapalne i choroby skóry. Niestety, nadwrażliwość na słońce powodują wszystkie postaci preparatów z nagietka.

Magdalena Maria Bukowiecka



Fot. Ewa Lubirska

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) auto ze składanym dachem; 2) życie rośliny; 3) uczulenie z kichaniem; 4) sąsiadka Polski; 5) marszczona ozdoba sukienki; 6) irlandzki likier na śmietance i whiskey; 7) gabinet w przychodni; 8) wiszą w szafie; 9) najwyższy szczyt Madagaskaru; 10) i rzeźbiarka, i malarka; 11) matematyczne z niewiadomymi; 12) osoba powołana na urząd; 13) farbowanie tkaniny lub włosów; 14) zjada mszyce; 15) magiczne unoszenie się; 16) znak zodiaku; 17) makolągwa żółtodzioba; 18) walczy z płomieniami; 19) podobieństwo, zgodność; 20) Rafał, poeta wyklęty z Mikołowa; 21) sport wodny z osadami; 22) trykadłubowiec, statek wodny; 23) suszone owoce winorośli;

24) stukanie do drzwi; 25) kwiatek nazywany miesięcznicą i pazurkiem; 26) roślina przyprawowa i lecznicza; 27) ochrania kości od zewnątrz, Periosteum; 28) wiecznie zielone drzewo, garcynia; 29) szkoła średnia.
PIONOWO: 2) pracownia stolarza; 5) chrust posypany cukrem pudrem; 13) roślina strączkowa, bobber; 14) jednostka ciśnienia; 18) groźny pajęczak z kolcem; 19) telewizyjna na dachu; 30) obraza słowna; 31) drzewo po obróbce w tartaku; 32) półwysep nad Adriatykiem; 33) dekoracyjna lampa w ogrodzie; 34) jeden z porywaczy Stasia i Neł; 35) podnosi sprawność fizyczną; 36) moda sprzed lat; 37) np. pomrów i winniczek; 38) koszone przed

domem; 39) Elżbieta dla przyjaciół; 40) bębenek baskijski; 41) rewanż, zemsta; 42) rozmawia z duchami; 43) czyta w czasie filmu; 44) przepływa przez Benin, Togo i Ghanę; 45) Sari, światowej sławy śpiewaczka; 46) wrzawa, hałas, tumult; 47) imię żeńskie; 48) ciąg zdarzeń w filmie; 49) cieśnina między Danią a Szwecją; 50) mały zawór; 51) dwie do brydża; 52) miejsce z wodą dla zwierząt; 53) Bob, amerykański muzyk i poeta; 54) obiekt trepanacji; 55) odczytuje kody kreskowe; 56) dodatkowa podziałka suwmiarki, wernier; 57) krzew owocowy; 58) Akademia Górniczo-Hutnicza; 59) umiarkowany lub podzwrotnikowy.

Chodź, coś ci powiem na ucho...

UCHO TO JEST NARZĄD ABSOLUTNIE NIE BYŁE JAKI. TO NARZĄD DOŚĆ SKOMPLIKOWANY I DELIKATNY W BUDOWIE. DLATEGO I PIELĘGNACJA USZU NIE POWINNA BYĆ PRZYPADKOWA I SPORADYCZNA – SĄ BOWIEM BARDZO DELIKATNE I PODATNE NA INFЕКCJE. I MUSZĄ NAM SŁUŻYĆ CAŁE ŻYCIE...

Składa się z trzech części: ucha zewnętrznego, środkowego i wewnętrznego. Na każdą z tych części przypadają jeszcze inne, mniejsze elementy. Choćby ucho środkowe to m.in. trąbka Eustachiusza, czyli wąski przewód, który łączy ucho z gardłem, dodatkowo umożliwia utrzymanie odpowiedniego ciśnienia w uchu. Ale to także przesmyk, w którym łatwo zagnieżdżają się bakterie. Z kolei błona bębenkowa, też część ucha środkowego, to element, który uszkodzić najłatwiej. Dodatkowe podrażnienia uszu wywołać mogą słuchawki lub aparat słuchowy.

Paradoksalnie, o infekcje ucha równie łatwo, a może nawet łatwiej latem niż zimą. Czasami wystarczy jeden dzień nad wodą i kilka dystansów kraulem – czasami zacznie się od na pozór zwykłego bólu gardła. Czasem już po wakacjach nęka nas ból głowy i krwawienia z nosa – które zwalamy na stres związany z powrotem do pracy. A wszystko to są raczej konsekwencje lotu samolotem, nurkowania albo skoków na bungee...

DOBRA HIGIENA

Najłatwiej zadbać o ucho zewnętrzne, czyli o małżowinę. Choć wiele w niej szczelin, zachyłków i zakamarków, w których z największą łatwością zatrzymuje się brud, pot i inne naturalne wydzieliny – wystarczy codzienna pielęgnacja w czasie kąpieli lub pod prysznicem. Nie za-



pominajmy tylko o miejscu za małżowiną. Im jednak głębiej w ucho – tym zaczyna się trudniej. A wszystko z powodu woskowiny. Normalnie jest to naturalna i potrzebna wydzielina, która chroni ucho przed uszkodzeniem oraz zanieczyszczeniami, ma choćby właściwości antybakteryjne. Produkują ją gruczoły w kanale ucha. Jeśli wszystko działa jak trzeba, woskowina sama wydostaje się na zewnątrz, do małżowiny, skąd w czasie codziennego mycia łatwo ją usunąć. Zdarza się jednak, że gruczoły zaczynają produkować ją w nadmiarze i wówczas zalega w uchu, tworząc tzw. korki woskowinowe, które natychmiast utrudniają słyszenie. Wiadomo, że patyczek higieniczny aż korci i woła, by to jego do czyszczenia głębszych części ucha użyć! Ale jeden nieostrożny ruch i może dojść do nieszczęścia – przy czym żałuję, że wiem co mówię! Dlatego lepsze, zdrowsze i bezpieczniejszą są preparaty do zmniejszania woskowiny: po zaaplikowaniu i odczekaniu kilku chwil jej nadmiar sam spłynie do małżowiny.

ZA DUŻO WODY!

Choć normalnie wodę do codziennej higieny uszu polecam, to jednak ostrzegam, że jej nadmiar też może zaszkodzić, na przykład wtedy, gdy dostanie się wgłąb kanału słuchowego. A ponieważ wakacje to czas, gdy częściej korzystamy z basenów i kąpielisk, woda zalegająca w uchu po takiej kąpieli, a jeszcze częściej po nurkowaniu w morzu – może wypłukać woskowinę, która ma przecież działanie



ochronne. Ucho bez woskowiny to zaproszenie dla wszystkich bakterii i wirusów, które z łatwością dostać się mogą do ucha środkowego. Dalej, ciepło i wilgoć, która wytwarza się w przewodzie słuchowym, stanowią środowisko wymarzone dla rozwoju drobnoustrojów chorobotwórczych. Dlatego latem wielbiciele sportów wodnych muszą bardzo uważać na infekcje uszu, szczególnie na tzw. ucho pływaka.

UCHO PŁYWAKA

To nic innego, jak zapalenie ucha zewnętrznego, spowodowane nadmiarem wilgoci. Sprzyjają mu woda i wiatr, a zatem na przykład pływanie w jeziorze. Z powodu wilgoci wewnątrz kanału słuchowego rozpulchnia się i tworzy dobre warunki do namnażania się bakterii i grzybów. Owszem, to fakt, że ucho pływaka najczęściej dopada nurków i... pływaków – na chorobę zapaść może jednak dokładnie każdy, kto zażył kąpieli w brudnym zbiorniku wodnym, kto pozostawił wodę w uszach po myciu głowy lub kto długo przebywał w miejscu o podwyższonej wilgotności i wysokiej temperaturze, czyli

np. w saunie. Uszom nie służy też klimatyzacja, a szczególnie częste zmiany temperatury i wilgotności.

Objawy ucha pływaka to przede wszystkim ból ucha i przytłumiony słuch. Czasami pacjent odczuwa pieczenie lub swędzenie ucha. Generalnie nie jest to schorzenie groźne, ale nieleczone lub leczone niewłaściwie może spowodować o wiele groźniejsze zapalenie, choćby ucha środkowego. Dlatego pilnujmy, by za każdym razem, gdy do uszu dostanie się woda – osuszać je, a gdy już do zapalenia ucha dojdzie, konieczna jest wizyta u lekarza. Zapisze nam specjalne krople do uszu, a może nawet antybiotyki.

ZAPALENIE UCHA ŚRODKOWEGO

To już większy problem, który może przybrać dwie postaci: ostrą lub przewlekłą. Zapalenie ostre początkowo może być tylko infekcją wirusową, a dopiero później bakteryjną. Do zapalenia przewlekłego dochodzi, gdy nie wyleczymy ostrego zapalenia ucha środkowego do końca. W większości przypadków zapalenie ucha środkowego ma ścisły związek z infekcją górnych

dróg oddechowych. Najczęściej zapadają na nie dzieci, ale zdarza się także dorosłym.

Przy zapaleniu ostrym pacjent będzie skarżył się na silny, tętniący ból ucha. Towarzyszy temu uczucie jakiegoś ciała obcego lub czegoś, co w uchu przeszkadza. Niektórzy ten stan określają jako uczucie pełności w uchu. Pogarsza się też słuch. A do tego dochodzą objawy ogólne: gorączka, u dzieci często wysoka, bo dochodząca do 40 st. C, brak apetytu, uczucie ogólnego rozbicia. W wirusowej fazie infekcji lekarz zaleci gorące okłady oraz leki przeciwzapalne i przeciwbólowe, które zadziałają objawowo ogólnie i miejscowo. Przy zapaleniu ostrym bakteryjnym konieczna już będzie kuracja antybiotykami. Jeśli natomiast dojdzie do wypuknięcia błony bębenkowej, niezbędna może okazać się paracenteza, czyli bezbolesny zabieg nacięcia błony. A mówiłam, że nie ma żartów!

Przewlekłe zapalenie ucha środkowego oznaczają perforację błony bębenkowej, wycieki z ucha, a w późniejszym okresie – postępującą utratę słuchu. Wycieki z ucha są śluzowe, okresowe lub stałe, ale kiedy ucho jest suche i nie ma wysięku – mogą występować okresy uspokojenia. Najczęściej tym objawom nie towarzyszy ból. Ubytek w błonie bębenkowej to największy problem. Kiedy ucho jest suche i nie ma wysięku, może dojść do samoistnego zarośnięcia otworu. Wtedy niezbędny jest zabieg operacyjny, tzw. myringoplastyka: laryngolog sam musi zamknąć ubytek w błonie. Konieczne może być też odsysanie wydzieliny i czyszczenie przewodu



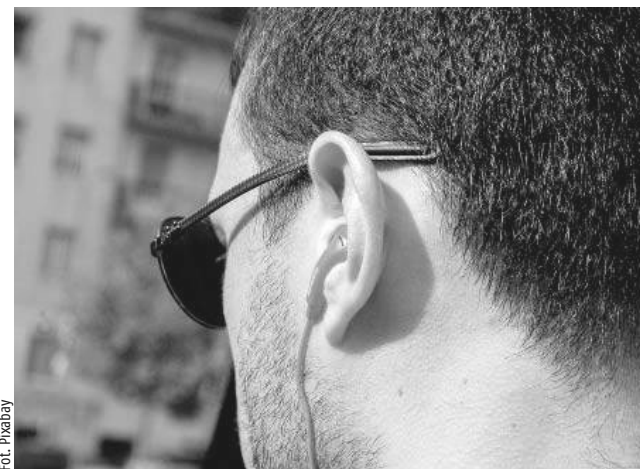
Paradoksalnie, o infekcje ucha równie łatwo, a może nawet łatwiej latem niż zimą.

słuchowego ze złuszczonego nabłonka. I ostrzeżenie: jedną z postaci przewlekłego zapalenia ucha środkowego jest tzw. zapalenie perlakowe. Dochodzi do niego, gdy ze złuszczonego nabłonka, zaschniętej wydzieliny i bakterii tworzy się perlak – taka narośl przypominająca perłę. To bardzo niebezpieczna zmiana: rozrasta się i powoduje zniszczenie okolicznych tkanek – kości, kosteczek słuchowych, nerwów.

CUKIEREK W LOCIE

Często w czasie startu i lądowania samolotu czujemy, że zatkały nam się uszy. Konkretnie dochodzi do zatkania trąbek Eustachiusza i dlatego trzeba poruszać żuchwą, a najlepiej ssać w tym czasie cukierka, żuć gumę lub podgryzać orzeszki. Kto akurat cierpi na katar, a zbliża mu się lot – powinien zastosować krople obkurczające błonę śluzową nosa. Zapobiegniemy wtedy urazom ciśnieniowym uszu i zatok, które powstają z powodu różnicy ciśnień pomiędzy tkankami ciała a otoczeniem i dochodzi do rozprężenia się tkanek, a w konsekwencji do ich mechanicznego uszkodzenia.

Magdalena Maria Bukowiecka



Puchar Wójta pojechał do Radzanowa

PIŁKA NOŻNA || Czwarta edycja turnieju piłkarskiego Glinki Cup 2020 o Puchar Wójta Gminy Radzanów przeszła już do historii. Wszystkie zespoły, które zadeklarowały udział pojawiły się na starcie turnieju. Turniej wygrało Radzanowo.

Organizatorami turnieju piłkarskiego byli Rafał Białoskurski i Piotr Białoskurski.

— Tradycyjnie już turniej toczył się w dwóch grupach — informuje Rafał Białoskurski. — W grupie A awans uzyskał zespół Dąbrowy, nie przegrywając żadnego meczu oraz Joker Mława. W grupie B tryumfował zespół z Radzanowa, również nie przegrywając żadnego meczu oraz Kosemin.

Pierwszy półfinał to był pojedynek pomiędzy Dąbrową a Koseminem. Lepszym zespołem okazała się Dąbrowa, wygrywając 1:0.

Drugi półfinał to pojedynek dwóch faworytów turnieju — Joker Mława rywalizował z Radzanowem.

— Mecz był wyrównany, oba zespoły miały swoje szanse, lecz do wyłonienia zwycięzcy



Wszystkie zespoły, które zadeklarowały udział pojawiły się na starcie turnieju

potrzebne były rzuty karne, w tych lepszy okazał się Radzanów — kontynuuje Rafał Białoskurski. — W meczu o trzecie miejsce zespół Joker Mława nie dał żadnych szans

zespółowi z Kosemina, pokonując ich 3:0.

Finał, to była rywalizacja zwycięzców swoich grup, czyli pojedynek pomiędzy Dąbrową, a Radzanowem. Zdecydo-

wała jedna bramka zdobyta przez zespół z Radzanowa.

Najlepszym strzelcem turnieju z 6 bramkami na koncie został Kamil Głowacki z Joker Mława. Natomiast najlep-



szym bramkarzem turnieju reprezentant Dąbrowy, Maciej Aniszewski.

— Dziękujemy za ponowne włączenie się w realizację turnieju Wójtowi Gminy Radzanów, panu Przemysław Pakuszewski, za ufundowane nagrody rzeczowe firmie KEEZA, restauracji Kar-

damon za ufundowany bon podarunkowy dla najlepszego zespołu oraz mediom za wsparcie i promocję turnieju — mówi Rafał Białoskurski. — Dziękujemy również wszystkim, którzy przybyli na turniej. Mamy nadzieję, że za rok ponownie się zobaczymy.



W akademii piłkarskiej o bezpieczeństwie podczas wakacyjnych wypraw i nad wodą

BEZPIECZNIE || Dzieci z akademii piłkarskiej Nazar w Mławie, w miniony wtorek spotkały się z mławskimi policjantami, aby porozmawiać o bezpieczeństwie podczas wakacji.

Rozmowy dotyczyły także bezpiecznych zachowań podczas wypraw na letnie wycieczki i nad wodę.

Dzieci wzięły również udział w konkursie plastycznym „Odblask za rysunek” oraz zabawie „Sygnalizacja świetlna”, prowadzonych przez mł. asp. Anetę Prusik z zespołu profilaktyki.

Wszyscy uczestnicy konkursu i zabaw otrzymali nagrody — elementy odblaskowe.

Dzielnicowy asp. Krzysztof Szymański, który jest jednocześnie ratownikiem medycznym, wy-



jaśniał dzieciom zasady bezpiecznego zachowania nad wodą, przypomniał jak działa numer alarmowy 112 i jak skutecznie wezwać pomoc.

Nie zabrakło także tematu bezpieczeństwa na drodze. Dzieci postanowiły sprawdzić jak się ma sytuacja na pobliskiej ulicy „Torfa „Zaleskiego w Mławie.



Kierowcom ściśle przestrzegającym przepisy wręczały słodkie jabłko, Ci którzy zapominali o włączeniu świateł czy np. stosowaniu pasów bezpieczeństwa, dostawali

(zamiast mandatu od policjanta) — cytrynę.

Policjanci życzą dzieciom wspaniałych i bezpiecznych wakacji.

Asp.szt. Anna Pawłowska



Wszyscy uczestnicy konkursu i zabaw otrzymali nagrody — elementy odblaskowe.