

BEZ gorset

DZIENNIK ELBLĄSKI

cena 3,00 zł (w tym 8% VAT)

20 LAT

SOBOTA || NIEDZIELA
12-13|06|2021|



Najważniejsze
jest pielęgnowanie
wrażliwości\12

ISSN 0137-9127



9 770137 912163



23

Kobiety Warmii i Mazur



Fot. BWA

Olga Anacka – artystka plastyk, grafik, rzeźbiarka, malarka, projektantka, fotografik. Urodziła się w 1977 r. w Biskupcu. Jest absolwentką Akademii Sztuk Pięknych w Poznaniu. Dyplom uzyskała w 2004 r. w Pracowni Medalierstwa i Małych Form Rzeźbiarskich prof. Józefa Kopczyńskiego. Następnie zatrudniona była w Biskupcu prowadząc warsztaty twórczości edukacyjnej z dziećmi i młodzieżą. W 1999 r. wzięła udział w XVIII Plenerze Plastyki Nieprofesjonalnej w Bezledach. Od 2001 r. wspólnie z Grzegorzem Maksimikiem pracowała w pracowni plastycznej, specjalizującej się w przedmiotach użytkowych wykonywanych z metalu według indywidualnych zamówień. W swojej twórczości czerpie przede wszystkim z otoczenia, zarówno z lokalnego pejzażu, jak i szeroko pojętych form organicznych. Zasiadała także w jury Wojewódzkiego Konkursu Rzeźby Ludowej i Nieprofesjonalnej w Biskupcu. Jest współautorką (wraz z Grzegorzem Maksimikiem) statuetki „Feliks” oraz metalowych plakiet wręczanych wyróżnionym podczas Festiwalu Muzyki Chóralnej im. Feliksa Nowowiejskiego w Barczewie.

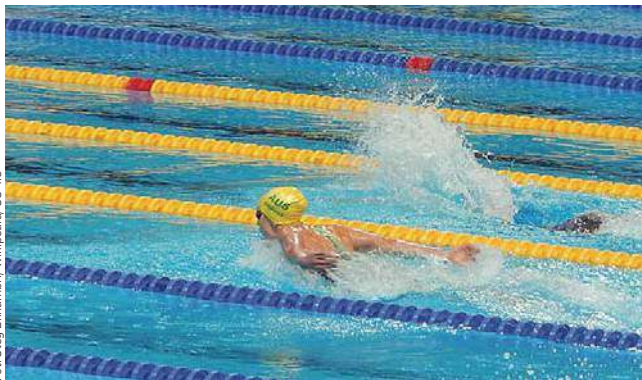
Leksykon Kultury Warmii i Mazur



Fot. celestyn@redcom

Olej, 2011

One nas inspirują: Madeline Groves



Fot. Oleg Bkhambr / Wikipedial CC 4.0

Dwukrotna wicemistrzyni olimpijska Madeline Groves zrezygnowała z udziału w kwalifikacjach pływackich do igrzysk w Tokio. Jak przyznała, decyzję podjęła ze względu na „mizoginistycznych zboczeńców w sporcie i ich lizusów”. Pływaczka zaznaczyła, że w ten sposób wyraża swoją niezgodę wobec m.in. wyko-

rzystywania młodych kobiet i dziewcząt oraz zawstydzanie ich ze względu na wygląd ich ciała. To nie pierwszy raz kiedy Groves publicznie sprzeciwia się krzywdzącym ją zachowaniom mężczyzn z ekipy sportowej.

Swoje srebrne medale Madeline Groves przywiozła z igrzysk olimpijskich w Rio de Janeiro w 2016 roku. dbp

List tygodnia

W ostatnim czasie kolejne gwiazdy i celebrytki pokazują się bez makijażu, bez skrupowania ujawniając niedoskonałości swojego ciała. Wzbudzają skrajne emocje, we mnie także. Z jednej strony popieram pokazywanie się bez makijażu. To nic złego, każda z nas wie sama jak wygląda i na ile chce być oglądana. Zrobiło się ciepło, ludzie wyszli na ulice w szortach, koszulkach na ramiączkach i mini spódniceczkach. I nagle się okazuje, że wzrosła liczba osób, którym przybyło kilka kilogramów. Przez pandemię, mawiają, i tu się zgodzę, bo sama walczę z „pandemicznymi kilogramami”, jednak nie róbmy z tego pozytywnego trendu! Skoro podczas kwarantanny ktoś miał mniej ruchu, objadał się, przytył to jest to postawa godna promowania? Możeście się ze mną nie zgodzić, a nawet „hejtować”, jednak uważam, że to nic dobrego, a celebrytki pokazujące swoje

brzuski, oponki i drugie podbródki po zimowym sezonie, powinny raczej namawiać do zdrowego odżywiania i ruchu, a nie dawać usprawiedliwienie lenistwu i obżarstwu. Brzmi brutalnie? Owszem, ale w tle tego wszystkiego jest przede wszystkim zdrowie, nikt mi nie powie, że dźwiganie balastu nadprogramowych kilogramów jest cool, ok i fun. Nie jest!

Pozdrawiam z iławskiej „dzikiej plaży”. Sabina Mazurkiewicz

Drogie Czytelniczki, Drodzy Czytelnicy!

Czekamy na Wasze listy. Piszcie do nas o tym, co Was denerwuje, cieszy, złości, za czym tęsknicie. Czekamy na Wasze opinie, sugestie, wspomnienia. W razie potrzeby będziemy interweniować w Waszych sprawach lub opiszemy Waszą historię. Czekamy na Wasze historie: z.leszczynska@gazetaolsztynska.pl lub 13-100 Nidzica, Plac Wolności 3.

Szanowni Państwo, w tym numerze „Gazety Olsztynskiej” kontynuujemy temat niewidzialnych kobiet. Psycholog Magdalena Stafańczyk wyjaśnia czy bycie obiektem pożądania rzeczywiście może dać im szczęście. Tłumaczy także, dlaczego kobieta pragnie uwagi oraz udowadnia, że niektóre panie cenione są za zupełnie coś innego. Więcej na ten temat na s. 3.

Pokazujemy także wiele wyjątkowych kobiet. To m.in. Agnieszka Elwertowska, 26-latką, która marzy o byciu astronautką. I wiele wskazuje na to, że może jej się udać. Konsekwentnie realizuje bowiem swoje plany (s. 7).

A za co Magdalena Maria Bukowiecka ceni Kate Winslet? Zapraszamy do lektury nowego felietonu na s. 16.



Przyjemnej lektury!
ZUZANNA LESZCZYŃSKA

z.leszczynska@gazetaolsztynska.pl

SPIS TREŚCI

SPOŁECZEŃSTWO

3 Nie musisz przeglądać się w oczach innych

Dojrzałe kobiety często czują się niewidzialne w oczach mężczyzn. Ale czy rzeczywiście bycie obiektem pożądania może dać im szczęście? Dlaczego szukają uwagi, skoro są wartościowe i mają wiele atutów? Rozmawiamy o tym z Magdaleną Stafańczyk, psycholog z Warszawy.

TEMAT TYGODNIA

4 Kobięcemu ciału wolno mniej

Kiedy Jana Shostak, aktywistka walcząca o to, by świat przestał biernie i bezradnie przyglądać się sytuacji na Białorusi, pojawiła się na konferencji prasowej bez biustonosza, wywołała tym samym serię komentarzy. Kiedy w końcu zapytała, dlaczego Robert Lewandowski stanika nosić nie musi, wielu otworzyło pewnie szerzej oczy. Jedni ze zdziwienia, że ktoś może mieć takie pomysły, a inni pewnie dlatego, że to pytanie zmusiło ich do chwili refleksji o tym, na co pozwalamy kobiecym i męskim ciałom.

TWARZE

6 Zmieścić maksimum treści w minimum słów

Wielu z nas chwytta za pióra. Tylko nielicznym udaje się wykrzesać wartościowy utwór literacki. Czy istnieje przepis na udany wiersz? Rąbka tajemnicy uchylila nam Dorota Wojtkowska, olsztynska nauczycielka oraz autorka wierszy.

POLSKA ASTRONAUTKA

7 Marzenie? Lot w kosmos

Agnieszka Elwertowska ma 26 lat i wielkie marzenie: zostać astronautką.

ROZWOJ

8 Małe kroki prowadzą do celu

Jest często towarzyszką pierwszych słów dziecka, przyjaciółką i terapeutką w jednym. Joanna Gawlik z Rybna w powiecie dziądrowskim ma to ogromne szczęście, że jej praca jest pasją równocześnie.

BIZNES

9 Wojowniczką e-biznesu

370 kobiet wypełniło specjalnie przygotowaną ankietę, której wyniki zostały zebrane w raporcie „Wojowniczką e-biznesu. Profil kobiet zainteresowanych budowaniem biznesu online.

PORTERT

10 Akwarela bywa kapryśna

Gdy maluje, czuje się najbardziej sobą. Nieustannie szuka zachwytów. Rozmawiamy z Kamilią Nadolską, olsztynską malarką.

GWIAZDA W OGRODZIE

12 Wychowana wczułości do natury

Maja Popielarska, sprawiła, że Polacy ponownie zakochali się w ogrodach.

KOBIETA Z PASJĄ

14 Nie boi się wyzwania i ciężkiej pracy

Taka jest Agnieszka Siemieniuk ze Szczytna: żona, matka, ratownik, zawodniczka karate i strażak.

FELIETON

16 Kate Winslet, czyli szczepionką w twarz!

Felieton Magdaleny Marii Bukowieckiej.

WAKACYJNE DYLEMATY

18 Wybieramy okulary przeciwsłoneczne – na co zwrócić uwagę?

SEKRETY KUCHNI

19 Dieta na wakacjach

19 Kuba przy garach inspiruje

PSYCHODIETETYKA

20 62 Pytania Mocy

ZDROWIE

21 Idzie lato i alergii ciąg dalszy też!

SPORT

23 Euro 2020 od rana aż do późnego wieczora

24 W życiu nie ma drogi na skróty

REDAKTORZY WYDANIA
Zuzanna Leszczyńska 89 625 69 82
Mirosław Wieczorek
Piotr Sucharzewski sport@gazetaolsztynska.pl
ŁAMANIĘ: Dobrochna Bugiera
WYDANIE ONLINE 89 539 74 83
internet@gazetaolsztynska.pl

REDAKTOR NACZELNY
Igor Hrywna
ZASTĘPCY REDAKTORA NACZELNEGO
Dawid Zmuda
Bartosz Orlicki

GAZETA OLSZTYŃSKA.PL
redakcja@gazetaolsztynska.pl
tel. 89 539 74 53, 89 539 77 77
reklama@gazetaolsztynska.pl
PRENUMERATA E-WYDAŃ
prenumerata@gazetaolsztynska.pl
89 539 76 65

REKLAMA W OLSZTYNIE
ul. Rybacka 35
tel. 89 539 74 53, 89 539 77 77
reklama@gazetaolsztynska.pl
CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ
tel. 89 539 74 80, 81

REDAKCJA W ELBLĄGU
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 55 236 18 02, 55 611 46 01
gazeta@dziennikelbaski.pl

REKLAMA W ELBLĄGU
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 55 236 18 02, 55 611 46 01
reklamy@dziennikelbaski.pl

WYDAWCA
GRUPA WM Sp. z o.o.
ul. Tracka 5
Olsztyn, ul. Tracka 7
10-364 Olsztyn
PREZES
Jarosław Tokarczyk

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

— Pamiętam jak kilka lat temu moja redakcyjna koleżanka, wtedy w wieku przedemerytalnym, z impetem wparowała do redakcji. Szef działu, zajęty tworzeniem Gazety, dopiero po pół godziny zorientował się, że jest w redakcji. „Gdybym nawet przyszła całkiem naga, to i tak byś nie zauważył” – skomentowała gorzko. Czy zgadzasz się, ze stwierdzeniem, że kobiety dojrzałe, np. 50+ stają się przezroczyste, wręcz niewidzialne dla mężczyzn?

— To jest trudne pytanie. Granica wieku, od którego zaczyna się wiek dojrzały, przesuwają się. Czytałam twój felieton o przezroczystości kobiet (ukazał się dwa tygodnie temu-red.). Moim zdaniem ten problem dotyczy nie tylko kobiet mocno dojrzałych, ale także młodych. Zaszły pewne zmiany kulturowe i mężczyźni na ulicy nie zauważają nawet młodszych kobiet. Moim zdaniem to dobrze, bo zaczepianie na ulicy nie wydaje mi się odpowiednią formą okazania komuś zainteresowania. To, że relacje przeniosły się głównie do sieci też nie napawa optymizmem. Tak jak powiedziała któraś z twoich bohaterek tekstu: „Teraz to mi został już tylko Tinder”. Nawet młode dziewczyny poznają mężczyzn przez aplikacje czy portale internetowe, a coraz rzadziej przez znajomych.

— Z czego wynika niewidzialność kobiet dojrzałych?

— Zbiologii! Jest to związane z ewolucją naszego gatunku. Mężczyźni są podświadomie kierowani instynktem rozmnażania. Zadaniem samca jest spłodzenie jak największej liczby potomstwa. Nie jest to świadomy ich cel, ale tak są biologicznie zaprogramowani. To sprawia, że zwracają uwagę na partnerki, które potencjalnie są w stanie dać im to potomstwo. Tylko że mężczyźni nie zdają sobie z tego sprawy. Mało tego: większość z nich nawet zaprzeczy. Powiedzą, że oni dzieci mieć nie chcą. Ale kierowani są tym instynktem, czy popędem, więc zauważają kobiety młode i... wyglądające zdrowo, np. z długimi, bujnymi włosami, bo włosy są oznaką zdrowia. My możemy chcieć z tym walczyć, pokazywać atuty kobiet dojrzałych, a mają one ich mnóstwo, ale zegara biologicznego się nie oszuka. Stąd przypadkowe zainteresowanie kobietami dojrzałymi raczej nie wchodzi w grę. Mimo że mają doświadczenie życiowe, mądrość, to będą niewidzialne dla mężczyzny, który szuka dziewczyny w barze.



Fot. Arch. prywatne

— A co z małżeństwami rówieśniczymi? Mężczyzna odejdzie do młodszej?

— Jeśli związek jest udany i wartościowy, to nie. Tym bardziej, jeśli partnerzy poznali się młodo, na zasadzie wyboru, o którym mówiłam. Czyli najpierw był pociąg fizyczny, którym rządził chęć prokreacji. Ale jeśli jest to związek długoletni, ale niezbyt udany, to mężczyzna odejdzie i znajdzie sobie młodszą partnerkę. Bo on teoretycznie może mieć jeszcze dzieci i będzie patrzył pod względem biologii. Jego będzie ciągnęło do młodszych partnerek. Natomiast ta starsza kobieta zostawiona przez męża niestety często nie układa sobie życia.

— Dlaczego?

— Bo nie chce już tego, co miała. Nie chce wchodzić w bylejaką, tak jak młode dziewczyny, które często się na to godzą, bo rządzi nimi instynkt. Mogą nie chcieć być matkami, ale podświadomie szukają partnera, który mógłby być ojcem dla ich dzieci. A partner dojrzały ma atuty, których nie ma młody chłopak. Stąd takie związki: dojrzały mężczyzna i młoda kobieta się pojawiają. Natomiast dojrzała partnerka od młodego chłopaka uzyska niewiele. Ona musiałaby automatycznie mu matkować. A to nie jest fajne. Ona już swoje przeszła. Woli spędzać czas z wartościowymi przyjaciółmi niż wiązać się z kimś, kto się na niej uwiesi. Wiele rozwódek mówi, że nie chce już mężczyzny w domu, co

nie oznacza, że nie chodzą na randki.

— Czym może skutkować to, że kobieta czuje się niewidzialna w oczach mężczyzn?

— Przede wszystkim gorszym i obniżonym samopoczuciem. Może też wystąpić zniechęcenie. Depresja pojawi się tylko u osób ze skłonnościami. Kobieta może myśleć: po co mam się starać, skoro i tak nikt tego nie zauważy?

— Jak sobie z tym radzić?

— Przede wszystkim trzeba zdać sobie sprawę z tego, że to, że nie jest się obiektem pożądania, nie oznacza, że nie jest się wartościową osobą. Trzeba poszukać takich relacji w swoim życiu, w których jesteście zauważane za coś innego. Wśród przyjaciół, w rodzinie, czy nawet w pracy. Nieczęsto zdarza się, że kobieta jest w ogóle niezauważana. To, że w długoletnim i średnio udanym związku mężczyzna jej nie zauważa, bo zaczęła być dla niego np. nieatrakcyjna seksualnie, to nie znaczy, że nie jest zauważana przez innych: przyjaciółki, dzieci, czy współpracowników.

— Ale to nie to samo..

— Tak, to nie to samo. Ale należy się zastanowić, dlaczego dana kobieta tak bardzo odczuwa ten brak zainteresowania w oczach mężczyzn. Bo to nie jest coś, co przeskądza każdej kobiecie. Ja nie czuję się zauważana na ulicy od dawna i w ogóle mi to nie przeszkadza. Wiem, że jestem ceniona za coś innego. To, że ktoś się z mną nie ogląda, to nie ma znaczenia.

— A dla mnie ma...

— Kto ma cię zauważyć i dlaczego? Trzeba zadać sobie pytanie, na jakiego rodzaju uwagę ci zależy. Na bylejaką? Bo to, że ktoś się za tobą obejrzy i powie „Ale laska”, to jest byle jaka rodzaj uwagi. Dla mnie bardzo słaby. Z tego potencjalnie nic nie będzie. Mężczyzna, który jakkolwiek miałby rokować, to w ten sposób nie zauważy kobiety.

— Czyli jak kobieta tak pragnie uwagi, może to świadczyć o niskim poczuciu własnej wartości?

— Prawdopodobnie tak. Jeśli kobieta ma stabilne poczucie własnej wartości, czuje się dobrze we własnej skórze, to nie odbija się jak w lustrze w oczach innych, nie szuka spojrzeń na ulicy. I nie szuka aprobaty do tego, co robi. Bo aprobatę daje sama sobie wewnętrznie, razem z wartościowymi ludźmi w swoim życiu. Kobiety, które czują się niezauważane, radziłabym zainwestować w relację przyjacielską i na tym się skupić. Bo czy mężczyzna pojawi się, czy nie- nie wiadomo. Bardzo wiele kobiet, nawet młodych jest samych. Mam koleżanki, które od lat są singielkami, bo nie znalazły wartościowego związku. I to nie jest tak, że one nagle, po 30- tce stają się niewidzialne. One po prostu nie godzą się na bylejaką. Są osoby, które chcą być w związku bez względu na to, jaki on jest, inne nie. Ja bym nie generalizowała, że kobiety czują się niewidzialne i jest im z tym źle. Większość kobiet nie jest po prostu adorowana, ale nie jest

Nie musisz przeglądać się w oczach innych

Dojrzałe kobiety często czują się niewidzialne w oczach mężczyzn. Ale czy rzeczywiście bycie obiektem pożądania może dać im szczęście? Dlaczego szukają uwagi, skoro są wartościowe i mają wiele atutów? Rozmawiamy o tym z Magdaleną Stefańczyk, psycholog z Warszawy.

Magdalena Stefańczyk

- ur. w Olsztynie, mieszka w Warszawie. Psycholog i lektorka języka angielskiego. Prywatnie żona i mama dwóch chłopców.

— A jak z tą przezroczystością kobiet jest w środowisku zawodowym?

— Niestety kobiety często nadal są niewidzialne w pracy. Kobieta, żeby się przebić, musi być lepsza od mężczyzny na tym samym stanowisku. I walczyć o swoje. A i tak naraża się na krytykę otoczenia. Słyszy, że idzie po trupach do celu. Te same zachowania, które są uważane u mężczyzn za normalne, albo wręcz pożądane, u kobiet często są krytykowane. Jeśli on robi wszystko, żeby dostać awans, to świetnie, bo myśli o karierze. A jeśli ona: to słyszy, że powinna zająć się rodziną.

— Czyli o parytecie nie ma mowy?

— Nie ma. W firmach gdzie kobiety są na kierowniczych stanowiskach, głośno się o tym mówi. Gdyby to było normalne, nie byłoby o tym głośno, nie zwracano by na to uwagi. A kiedy kobieta jest na wysokim stanowisku, nagle pojawia się wielkie zainteresowanie i pytania „jak to się stało”? To, że kobiety sobie wywalczyły prawa do wielu rzeczy, nie oznacza, że jest równo-uprawnienie...

**ALEKSANDRA
TCHÓRZEWSKA**
a.tchorzewska@
gazetaolsztynska.pl



Biust jest fetyszem współczesnej kultury masowej” - pisze Adam Regiewicz. Icytuje Petera Sloterdijka, który w „Krytyce cynicznego rozumu” zauważał: „Piersi, jako uniwersalny ornament kapitalizmu, obecny jest we wszystkim, co wygląda na żywe i wzbudza pożądanie”. Stosunek do piersi i do tego, na co im „pozwalamy” w przestrzeni publicznej, w zależności od tego, do kogo należą, to też chyba symbol tego, jak w ogóle myślimy dzisiaj o ciałach kobiet i mężczyzn

WSPÓŁCZESNA KULTURA A PIERSI

Można chyba zaryzykować dość intuicyjne stwierdzenie, że w przestrzeni medialnej piersi pojawiają się najczęściej w kilku kontekstach. Po pierwsze, w narracjach dotyczących chorób. Wystarczy przypomnieć, że całkiem niedawno sporo mówiło się o decyzji Pauliny Młynarskiej, która poddała się profilaktycznej mastektomii. Po drugie, kiedy pod lupę bierze się spektakularne zmiany w wyglądzie biustu celebrytek, które to domorośli specjaliści czują potrzebę komentować, rozstrzygając, czy na zmianę wpłynęły czynniki naturalne, czy jednak ostrze skalpela. Po trzecie z kolei, piersi stają się sprawą wartą dyskusowania w kontekście karmienia dzieci. A szczególnie: karmienia dzieci w miejscach publicznych. Po czwarte zaś, zwłaszcza w okresie letnim, o biuście rozmawia się także w kontekście jego obnażania. Wraca bowiem temat tego, co dopuszczalne, a co nie.

Dowód tego, jak niejednoznacznie podchodzimy do kobiecych piersi, dostarczyły nam ostatnio wydarzenia, których bohaterką była Jana Shostak. Aktivistka skomentowała pod koniec maja dramatyczną sytuację, w jakiej znajdują się mieszkańcy Białorusi. Wytknęła bierność krajom Unii Europejskiej, przyglądającym się skutkom reżimu Aleksandra Łukaszenki, przypomniawszy o prześladowaniach i karach, jakie za działalność opozycyjną ponoszą w swoim kraju Białorusini. Wystąpienie zakończyła minutą krzyku, mającego być symbolicznym końcem milczenia w sprawie tragedii rozgrywających się pod rządami Łukaszenki.

Choć wystąpienie Shostak dotyczyło ważnych kwestii politycznych, dość szybko przekonaliśmy się, co tak naprawdę zainteresowało

Kobiecemu ciału wolno mniej

Kiedy Jana Shostak, aktywistka walczącą o to, by świat przestał biernie i bezradnie przyglądać się sytuacji na Białorusi, pojawiła się na konferencji prasowej bez biustonosza, wywołała tym samym serię komentarzy. Kiedy w końcu zapytała, dlaczego Robert Lewandowski stanika nosić nie musi, wielu otworzyło pewnie szerzej oczy. Jedni ze zdziwienia, że ktoś może mieć takie pomysły, a inni pewnie dlatego, że to pytanie zmusiło ich do chwili refleksji o tym, na co pozwalamy kobiecym i męskim ciałom.

komentatorów: piersi. A jakże! Shostak pod ambasadą pojawiła się w białej bluzce z głębokim dekoltem, pod którą to bluzką nie miała biustonosza. Okazało się więc, że zarówno ubranie, jak i krzyk, zwróciły uwagę ludzi na to, że — uwaga! — Shostak jest kobietą. Askoro jest kobietą, to jej krzyk prawie natychmiast komentowano jako dowód w sprawie, że — „jak przystało na kobietę” — Shostak histeryzuje, a w braku stanika doszukiwano się dowodów na to, że kobiecie zależało na zwróceniu uwagi na siebie samą.

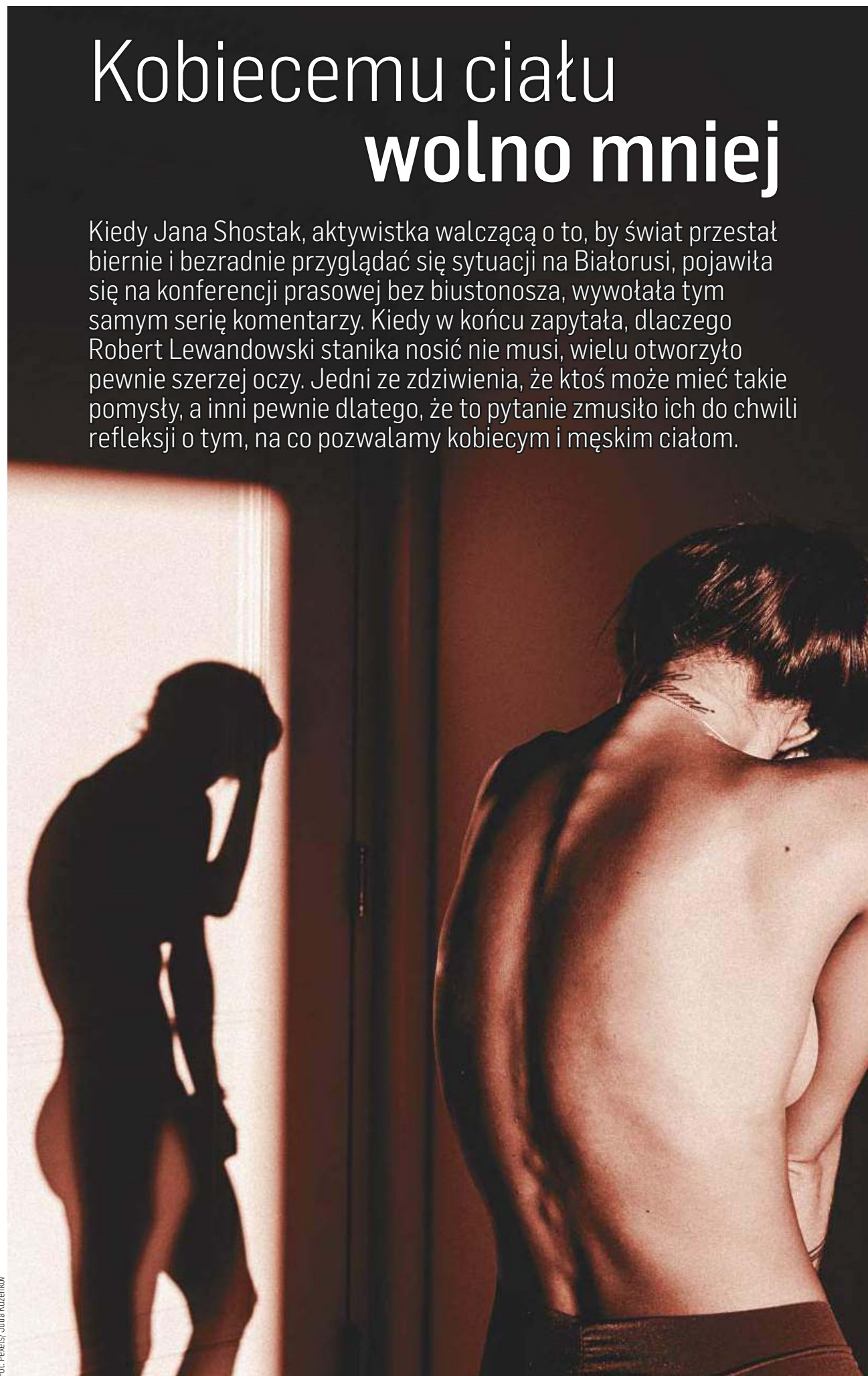
W POSZUKIWANIU SOLIDARNOŚCI

Jak wiadomo, nie nam przesądzać o pobudkach Shostak, bo nikt nie siedzi w jej głowie i nikt nie może arbitralnie stwierdzić, jakie pobudki nią kierowały. Warto jednak pamiętać, że do tej pory aktywistka dawała wyrazy swojego zaangażowania w problemy Białorusi wielokrotnie i tak naprawdę nie ma też żadnych istotnych powodów, żeby nie wierzyć w czystość jej intencji.

A nawet jeśli było tak, że faktycznie Shostak postanowiła wykorzystać swoje ciało, by przyciągnąć uwagę społeczeństwa? Czy to ma znaczenie? Czy brak stanika jest wystarczającym powodem, żeby uznać, że nie warto słuchać tego, co kobieta z piersiami nieskrępowanymi tą częścią bielizny ma do powiedzenia? Czy występowanie bez któregoś z elementów odzieży powoduje, że kobiecie ubywa inteligencji?

A może było tak, że Jana Shostak odrobiła lekcje z marketingu i prześledziła komunikaty reklamowe, którymi handlowcy przekonują nas do swoich produktów i usług. Może zauważyła, że jako konsumenci nie mamy nic przeciwko temu, żeby piersiami zachęcano nas do zakupu niemal wszystkiego: bielizny, alkoholu, samochodów czy nawet detergentów. Przecież gołym (tak!) okiem widzimy, że każda okazja do tego, by pokazać w przestrzeni medialnej kobiecego biustu, wydaje się cenna dla handlowców, stąpających dość nieostrożnie po granicy dobrego smaku. A przecież piersi to tylko jeden z fragmentów kobiecego ciała, które pojawia się w przekazach reklamowych.

Co ciekawe, raban podnosi się dopiero wtedy, kiedy jakaś kobieta samodzielnie, we własnym imieniu i na własny „użytek”, decyduje się pokazać więcej ciała niż zwykle.



Fot. Pevels / Julia Kuzenkova

Sytuacje, w których kobiety „rozbierają” scenarzyści, nie wywołują na ogół takiego poruszenia.

To, co zadziało się po wystąpieniu Jany Shostak, było odczytywane jako symboliczny prztyczek wnosy tych, którym marzy się kobieca solidarność. Bo jeden z najczęściej omawianych komentarzy po tej konferencji prasowej, należał do kobiety. I to kobiety Lewicy. O ile chyba przyzwyczailiśmy się, że z cielesnością ma na ogół problem prawni strona sceny politycznej (chętnie broniąca przekonania o oświećności kobiecego ciała i zachęcająca do tego, by je odpowiednio dyscyplinować), o tyle zaskoczeniem mógł być fakt, że jeden z krytycznych głosów przywodził do Jany ze strony posłanki Lewicy. „Dlaczego nie mam wrażenia, że naprawdę chodzi jej o Białoruś?” — napisała na Twitterze Anna Maria Żukowska, zamieszczając zdjęcie Shostak. Ta sytuacja jest tak naprawdę symboliczna, bo obrazuje dość typowe różnice w myśleniu o tym, co ciało „wolno” i „wypada”, a które wychodzą na jaw w dyskusjach, które toczą się także między feministkami. Z jednej strony pojawiają się przecież głosy, żeby nie wykorzystywać swojej seksualności, nie czynić z niej narzędzia do walki o zainteresowanie czy „lepsze” traktowanie. Inne feministki powiedzą z kolei, że istotą feminizmu jest poczucie wolności i decydowania o sobie na wszystkich poziomach — także w zakresie tego, jak chcemy wyglądać i ile ciała pokazywać.

Mam wrażenie, że kiedy zapytano Shostak o to, jak się czuła, kiedy przeczytała wpis posłanki Lewicy, przyznała, że jest to dla niej dowód na to, że „patriarchat to nie są tylko mężczyźni, że patriarchat nie ma płci”.

NAGOŚĆ MA BYĆ EROTYCZNA

Przekonywaliśmy się o tym po wielokroć: kiedy kobieta pokazuje piersi np. w trakcie karmienia dziecka, jest strofowana i przywoływana do porządku. Kiedy zakłada bluzkę z głębokim dekoltem albo pozuje do odważnych zdjęć: problem właściwie nie istnieje. No dobrze. Trochę przesadza. Nie istnieje, jeśli kobieta pokazuje publicznie ciało atrakcyjne. Jeśli to kobiecie ciało wymyka się temu, co dzisiaj lansuje się jako kanon piękna, możemy być pewni, że za chwilę odezwą się esteci imiłośnicy tego, co młode i ięd-



Fot. Peels / Wendy Wei

me. Ico zrobią? Będą zapewne bić na alarm i włosy wyrywać sobie z głów, przerażeni tym, że ktoś naruszył piękno świata, promując modę na brzydotę (kłaniamy się tym samym Agnieszce Kaczorowskiej zaniepokojonej tym, że kobiety nie czują potrzeby prezentowania się światu w wersji „ulepszonej”). Takie prawo samowolnych dyktatorów trendów i jurorów wyborów miss odbywających się wyłącznie w ich głowach.

Wróćmy jednak do tematu seksualizacji ciała w przestrzeni publicznej: przez ostatnie dekady zostaliśmy przyzwyczajeni do tego, że ciało ma wartość marketingową. To dlatego niemal zupełnie pozbawiliśmy go — przynajmniej „oficjalnie” — właściwości fizjologicznych. Oglądając reklamy, oglądamy pięknych ludzi, symbolicznie zachęcających nas do tego, byśmy zapragnęli być tacy jak oni. Upodobnienie może nastąpić poprzez współdzielenie decyzji konsumenckich. „Nie będę drugą Anną Lewandowską, ale mogę nosić taką biżuterię jak ona”. „Nie będę drugą Małgosią Sochą, ale mogę uznać, że jest moją koleżanką i posłuchać jej rady dotyczącej wyboru mebli”. A na dodatek „Nie jestem

Małgorzatą Kożuchowską, ale może jeśli kupię polecany przez nią kosmetyk, to jednak będę miała taką cerę jak ona?”. Nawet jeśli takie hasła brzmią na wskroś naiwnie (a wręcz niedorzecznie), to wiele wskazuje na to, że czasem ulegamy podobnym psikusom naszej własnej wyobraźni.

Żebyśmy jednak chcieli śnić na jawie, osoby, które nas zapraszają do takiego świata, muszą stanowić dla nas przynajmniej pozorny wzór do naśladowania.

A skoro o wzorach mowa, to warto zauważyć, że to, co obowiązuje w przestrzeni show biznesu, szybko przenosi się do naszej codzienności. I pewnie dlatego takie poruszenie wywołał wpis wspomnianej już Agnieszki Kaczorowskiej, która upominała się o to, by zrezygnować z zamieszczania swoich zdjęć w wersji „zwyyczajnej” i „prawdziwej”. To dość wywrotowy postulat, szczególnie w świecie czasów pandemii, kiedy to można mieć wrażenie, że otaczają nas przede wszystkim awatary, a nie prawdziwi ludzie...

MĘSKIEMU CIAŁU WOLNO WIĘCEJ?

Na fali kontrowersji, które pojawiły się po zamieszczeniu wokół Jany Shostak, wypłynął

i inny problem, z którego istnienia chyba coraz lepiej zdajemy sobie sprawę: niesymetryczność w możliwościach, jakie oferuje się kobiecym i męskim ciałom. Brzmi nieco zawile? Wyjaśniam. Jana decydując się na wystąpienie bez biustonosza, wzbudziła różne emocje, które zaowocowały jeszcze bardziej zróżnicowanymi komentarzami. Wiele osób, jak już podkreślałam, przywoływało ją do porządku, dyscyplinowało, przypominało aktywistce, że niepotrzebnie uwagę skupia na sobie (albo odciąga ją od sprawy — perspektywy były różne, ale chodziło o to samo). Reakcją Shostak była riposta: „Dlaczego Robert Lewandowski nie musi nosić stanika, a ja muszę?”. Pytanie, które postawiła w jednym z programów, powtarzało się w innych formach także w internetowych komentarzach, w których przyznawano rację aktywistce i przypomniano, że nikt nie robi zamieszania wokół tego, że uradowani po strzelonym golu piłkarze zrzucają koszulki, pokazując nam dokładnie ten sam fragment ciała, który odsłoniła Shostak.

Podstawowym argumentem przywoływanym przez osoby, które nie widzą niczego nieestosownego w obnażaniu na-

giego torsu przez mężczyzn, jest przeświadczenie, że kulturowo jesteśmy przyzwyczajeni do tego, że czym innym są piersi kobiet i mężczyzn. Ze zwyczajnie „czujemy”, że piersi kobiece nie powinny być obnażane w miejscu publicznym. Ze mają one inny, choć to słowo niezbyt trafione, „ciężar”. Ze znaczą więcej. Ze gotowi jesteśmy widzieć w nich symbol delikatności kobiety i jej predyspozycji do bycia kimś „więcej”, czyli np. karmicielką. Potwierdzić to mogą, jak przypuszczam, posilając się komentarzami w mediach, przedstawiciele służb mundurowych, którym z większą łatwością przyszedłoby pewnie dostrzeżenie w nagim kobiecym bieuście (niż w nagim męskim torsie) przejaw czynu nieobyczajnego, za który można... dostać karę. Bo kobiece piersi zwracają na siebie uwagę i wywołują o wiele więcej seksualnych skojarzeń. Liczba mężczyzn chodzących latem bez koszulki po ulicach miast i wsi, pozwala z kolei przypuszczać, że w tym zakresie obawy o mandat są raczej niewielkie. Oczywiście, zmienia się nasza mentalność i z różnych obserwacji nie tylko rzeczywistości, ale i komentarzy wobec niej formułowanych, wynika,

że coraz więcej panów opiera się pokusie paradowania z gołym torsem w miejscach publicznych, ograniczając takie procedury do okolic basenów, jezior czy morza.

Kiedy pytam samą siebie, czy męskie ciało cieszy się większą swobodą, mam nieodparte wrażenie, że tak. Mimo tego, że mężczyźni w takim samym stopniu jak kobiety podlegają typowej dla współczesnej kultury potrzebie dyscyplinowania ciała, dostosowywania go do obowiązujących kanonów estetycznych, to przynajmniej rzadziej padają ofiarami hejtu. Wracając do reakcji na celebrytów jako swoistego papierka lakmusowego dla tego, jakie nastawienie mamy wobec innych ludzi, wyraźnie widać, że ciało męskie nie jest wystawione na tak dużą krytykę. Oczywiście, bez trudu odnotujemy sytuację, w których portale plotkarskie wytykają gwiazdom np. łysinę czy nadwagę, ale nawet pobieżny rzut oka na komentarze zamieszczane przez użytkowników pozwala wysnuć wniosek, że ich liczba oraz skala krytyki są zupełnie inne niż tych skierowanych pod adresem kobiet. Nietrudno zauważyć także, że powracające postulaty o to, by ukrywać swoje „niedoskonałości” pojawiają się także zdecydowanie częściej w odniesieniu do kobiet. A może po prostu mężczyźni mniej się takimi pouczeniami przejmują?

Ciałopozytywność, o którą tak upominają się w ostatnim czasie różne osoby (wśród których znajdziemy nie tylko psychologów zaniepokojonych mnogością naszych kompleksów, ale i ludzi, którzy sami się z takim poczuciem niskiej wartości zmagali), ma za zadanie przekonanie nas do tego, byśmy akceptowali to, jacy jesteśmy. Wbrew temu, co czasem się słyszy, w takiej postawie nie chodzi o to, żeby zachęcać ludzi do niezdrowego stylu życia, hedonistycznego powiększania nadwagi czy czegokolwiek innego, co przedstawia się jako zagrożenie dla zdrowia człowieka. Ciałopozytywność ma nam przypominać, że swojego ciała nie należy traktować jak wroga. Ze mamy otoczyć je troską i szacunkiem. Dbać o nie i nie stawiać mu wymagań ponad jego możliwości. Nasze możliwości.

DARIA BRUSZEWSKA-
-PRYTULA
d.bruszewska@
gazetaolsztynska.pl



Zmieścić maksimum treści w minimum słów

Wielu z nas chwyta za pióra. Tylko nielicznym udaje się wykrzesać wartościowy utwór literacki. Czy istnieje przepis na udany wiersz? Dlaczego współczesna poezja wymyka się wszelkim definicjom? Rąbka tajemnicy uchyliła nam Dorota Wojtkowska, olsztyńska nauczycielka oraz autorka wierszy.



foto: archiwum prywatne

— Swoją poprzednią tomik zatytułowałaś „Gorzkie wino”. Dzielisz się w nim nietatnymi przeżyciami. Wkrótce ukaże się kolejny zbiór wierszy twojego autorstwa. Czy również będą utrzymane w minorowym tonie?

— Nie, ta książka poetycka będzie miała inny smak. W poprzednim tomiku chciałam zamknąć wszystko, co było gorzkie w moim życiu. Było to coś w rodzaju oczyszczenia, pozbycia się przykrych wspomnień. Tym razem zaplanowałam słodki tomik. Zamieszczę w nim wiersze erotyczne i miłosne. Są one oparte na moich osobistych przeżyciach, ale też na obserwacji ludzi i tego, co dzieje się wokół. Zawsze staram się przemycić w swoich utworach jakąś refleksję, przesłanie, złotą myśl. Zależy mi na tym, by pokazać temat miłości z różnych perspektyw.

— Poezja cieszy się obecnie popularnością u czytelników? Czy też jest to bardziej elitarna gatunek sztuki?

— Kiedyś kanony wyznaczały granice i narzucały sposób pisania. Poeta, biorąc do ręki pióro, wiedział, czy stworzy balladę, czy też nada myślową formę sonetu. Wiersz miał rymy, a nawet określano go synonimem rym. Oprócz rymów miał odpowiednią liczbę sylab w wersie i odpowiednie rozłożenie akcentów. Towarzyszyła mu plejada rozbudowanych porównań, kunsztownych epitetów i wyszukanych metafor. Czytelnik nie miał wątpliwości, że ma do czynienia z poezją.

Obecnie czytamy wiersze i o tym, że jest to poezja przekonuje nas jedynie zapis, choć i tego nie jesteśmy pewni. Właściwie to zostaje tylko podejrzenie, że ów twór jest wierszem. Autor wprowadził zapis swój do świata sztuki nawet przed zupełnymi laikami. Kto żył chwyta za pióro i krzyczy: „Jestem poetą”. To praw-

da, że każdy może nim zostać. Nieprawdą jest jednak, iż wystarczy sam talent, wiedza też jest konieczna.

Na portalach społecznościowych istnieje wiele grup literackich, tam niestety oprócz poezji można spotkać „słowne pokraki”, czyli wierszyki, w których autor zastosował szyk przestawny i wplótł kilka dopełniaczówek. Obecnie poezja jest bardzo blisko czytelnika i o niego zabiega. Czasem wydaje się, że piszących jest więcej niż odbiorców.

— Piszesz od wielu lat, twoje wiersze są cenione przez różnych odbiorców. Jednak nie lubisz nazywać się poetką.

— Jeżeli ktoś, po przeczytaniu moich tekstów, uzna mnie za poetkę, wtedy zgodzę się na takie miano. Sama nie mogę sobie określić poetką, bo nie wiem, czy nią jestem. Na pewno jestem autorką tekstów.

— Poezję poznałaś nie tylko jako autorka tekstów. Ukończyłaś filologię polską, napisałaś kilka prac naukowych. Takie doświadczenie pomaga w pisaniu, czy czasem przeszkadza?

— Moim zdaniem takie doświadczenie jednak pomaga, bo dzięki temu potrafię spojrzeć na swoje teksty w sposób krytyczny. Publikuję na różnych grupach literackich. Jeśli ktoś mi wskaże, że w danym wierszu coś zgrzyta, coś jest nie tak, to reaguję na to dość życzliwie. Analizuję, poprawiam. A jeśli się nie zgadzam z czyjąś wypowiedzią, to również dziękuję i nie poprawiam. Natomiast wielu autorów obraża się za krytyczne uwagi. Jak to? Napisałam takie wiekopomne dzieło i ktoś śmie je poprawiać?

— Twoje podejście jest zupełnie inne...

— Napisałam mnóstwo wierszy, ale w całym dorobku mam tylko jeden, z którego jestem zadowolona od początku, do końca. Podoba mi się ten wiersz pod względem formy, treści, środków stylistycznych, które użyłam. Doświadczony

artysta, patrząc na swoje dzieło, dostrzega niedoskonałości. Dostrzega coś, co można jeszcze zmienić, dopracować. Niestety czasem, gdy autor bierze się za poprawianie wiersza, wychodzi jeszcze gorzej.

— Ponoć linia oddzielająca wartościowy tekst od tekstu grafomańskiego jest dość cienka...

— Nie odważyłabym się nazwać kogoś grafomanem. Nie mnie to osądzać. Nie jestem językoznawcą, nie jestem specjalistą od poezji. Aczkolwiek niektórzy autorzy uprawiają radośną twórczość. Do swoich tekstów podchodzą bezkrytycznie. Czasem są to rymowanki na poziomie szkoły podstawowej. Czasem takim twórcom brakuje fundamentalnej wiedzy. Nie wiedzą, co to jest epitet, co to jest porównanie, choć używają tych środków stylistycznych. Ale mimo wszystko nie podoba mi się określenie grafoman. Uważam, że może ono być krzywdzące.

— Nie uznajesz pojęcia grafoman. Nie uznajesz również czytania wierszy na zasadzie „co autor miał na myśli”.

— W wierszu nie ma autora. On wymyśla sobie podmiot liryczny i wkłada w usta osoby mówiącej jakieś emocje, przeżycia. Mogą to być przeżycia autora, ale nie zawsze należy utożsamiać podmiot liryczny z autorem. Jeśli znamy kontekst biograficzny autora i odnajdujemy ten kontekst w wierszu, to w takim przypad-

ku można utożsamiać podmiot liryczny z autorem. W innych przypadkach już nie. Mogę napisać wiersz z perspektywy psa, ale to nie znaczy, że jestem psem. Mogę napisać monolog samobójcy, ale to nie znaczy, że chcę się zabić.

Poezję lepiej poznawać przez pryzmat własnych doświadczeń. Nie wiemy, co Symborska miała na myśli pisząc jakiś wiersz. Tylko ona o tym wiedziała. My możemy zinterpretować jej tekst na swój własny sposób. Wiersz może wywoływać w nas jakieś emocje, nawet gdy go nie rozumiemy. I to jest w porządku. Nie muszę wszystkiego rozumieć. Dlatego stwierdzenie „co autor miał na myśli” uważam za nieporozumienie.

— Zapewne nie raz spotkałaś się z opinią, że w literaturze, i ogólnie w sztuce, wszystko już było. Że nic nowego, nic odkrywczego już nie stworzymy. Jak podchodzisz do takiej tezy?

— Absolutnie nie zgadzam się z nią. Oczywiście tematy mogą być powielane. W poezji króluje miłość, śmierć, choroba, refleksje o życiu. Oryginalność polega na tym, by ująć taki temat na swój własny, niepowtarzalny sposób. Poza tym cywilizacja ciągle podsuwa nowe tematy. Mickiewicz nie mógł napisać o AIDS. Rok temu wybuchła pandemia i powstało mnóstwo wierszy. Ja akurat nie pisałam o pandemii, choć stworzyłam jeden utwór o maseczce. Ale

niektórzy poeci poświęcili covidowi całe cykle, wydali po kilka tomików wierszy pandemicznych.

— Poezja jeszcze się nie skończyła...

— Myślę, że poezja narodziła się w chwili, kiedy słońce po raz pierwszy ogrzało Ziemię i poczęło życie. Nie wiadomo ile jeszcze przed nami słów, ile wierszy czeka na zaistnienie, ale wiem, że pod wpływem emocji płoną oczy, bo wiersz jest mówiącym obrazem, symbolem, nieokreśloną ekspresją, jest prawdą i zapisem uczuć, to czerni i biel spotykające się w szarości.

Współcześni poeci podają próbom wyznaczniki poetyckości, utwory w wielu przypadkach wymykają się wszelkim klasyfikacjom, przekraczają granice poezji, o ile poezja ma jakieś granice.

Może to próba szukania własnego miejsca między słowami, a może gra z tradycją.

Myślę, że poezja nigdy się nie skończy. Z tego, co obserwuję, to bardzo dużo osób chwyta za pióro. Czasem wychodzi to lepiej, czasem gorzej, ale piszą. Robią to z różnych powodów. Niektórzy panowie piszą wiersze, by podrywać kobiety (śmiech). To też się zdarza. Inni natomiast piszą z potrzeby serca. Sama zaliczam się do tej drugiej grupy. Dla mnie pisanie jest formą pamiętnika, choć nigdy nie datuję swoich wierszy. Jest to bardziej zapis emocji, niż wydarzeń.

— Zdradzisz nam przepis na udany wiersz?

— Nie ma takiego przepisu. Każdy ma swój sposób. Mój przepis na udany wiersz wygląda następująco: trzeba napisać tekst, schować do szuflady i sięgnąć po niego następnego dnia. Dopracować, wyrzucić to, co zbędne. Potem znowu odłożyć do szuflady, niech dojrzewa. Po pewnym czasie wyciągnąć, przemyśleć. Uważam, że nie ma utworów doskonałych, zawsze można coś poprawić.

— W jakich formach poetyckich czujesz się najlepiej?

— Bardzo lubię pisać miniatury, wkładać maksimum treści w minimum słów. Ale czasem sięgam po klasyczne formy, takie, jak vilanelła, sonet włoski, czy fraszki. W ten sposób sprawdzam, czy potrafię pisać trzynastozgło-

Dorota Wojtkowska (ur. 1971) — ukończyła studia magisterskie Wydziału Humanistycznego i studia podyplomowe Wydziału Sztuki UWM. Debiutowała w 1986 roku na łamach „Tygodnika Ciechanowskiego”. Jej utwory trafiły do sześciu mazo-wieckich almanachów poezji. Obecnie publikuje na portalach literackich oraz w antologiach.

W 2019 roku wyszedł jej pierwszy tomik poezji zatytułowany „Gorzkie wino”.



skowcem ze stałą średniówką. Współcześni autorzy również sięgają po klasyczne formy. Choć najczęściej pisze się

teraz wiersze wolne, białe.

— Czy masz jakieś tematy tabu?

— Generalnie mogę pisać o wszystkim, ale nie w każdej formie. Język codzienny jest tak nafaszerowany wulgarnością, że może warto uwolnić wiersze od wulgaryzmów. Jeżeli wulgarne słowo można zastąpić eufemizmem, to wolę sięgnąć po ten eufemizm. Można pisać o rymstoku nie używając rymstokowego słownictwa.

— Bywają momenty, gdy trzeba rzucić mięsem.

— To prawda, czasem nie da się unikać pewnych sformułowań. Weźmy na przykład popularne słowo na „k”. Jeśli autor zastąpi to słowo wyrażeniem „córa Koryntu”, to w wierszu nie będzie już takiego wydźwięku. Czasem autor musi sięgnąć po dobitne sformułowanie. Na przykład, dla niektórych czytelników moje wiersze są zbyt ułożone. Nie ma w nich tej dobitności. Wolę używać takiego słownictwa i takich metafor, żeby unikać dosadności. Moim zdaniem wiersz nie powinien podawać wszystkiego wprost, choć taka tendencja we współczesnej poezji też występuje.

— Co w poezji cenisz najbardziej?

— Bardzo cenię twórczość Tadeusza Różewicza. Jest mi bliski jego dramatyczny obraz świata i człowieka. Cenię go za odkrywanie szarości, konkretyzm, za ironię, za ekspresję. Najcenniejsze w poezji są emocje i to, że każdy może odczuwać dany wiersz inaczej.

PAWEŁ SNOPOKOW
p.snopkow@
gazetaolsztynska.pl



— Jak narodziła się w pani pasja do kosmosu?

— Właściwie to od dzieciństwa byłam zainteresowana kosmosem. I chyba nawet już wtedy pojawiło się we mnie marzenie, żeby zostać astronautką. Dałam sobie jednak wmówić, że żeby to osiągnąć, trzeba mieć IQ na poziomie 200. Jak widać, byłam dzieckiem dość naiwnym (śmiech). Na dłuższy czas odsunęłam od siebie to pragnienie. Dopiero na studiach zaczęłam brać udział w różnych projektach kosmicznych i uznałam, że wszystkiego da się nauczyć. Od początku wiedziałam, że to jest wiele lat pracy, ale stwierdziłam, że chcę się tego podjąć.

— Dlaczego?

— Przede wszystkim robię to dla siebie, żeby spełnić swoje marzenie. Ale cieszyłabym się też, mogąc kogoś zainspirować.

— Jak rozumiem, nazwa pani profili w mediach społecznościowych nie jest przypadkowa?

— Działam jako „Dark Horse”, czyli czarny koń. „Czarny koń” to ktoś, na kogo nikt nie stawia, w kogo nikt nie wierzy. Może nawet on sam. Chcę się okazać czarnym koniem i udowodnić, że mogę osiągnąć swoje cele. Moim marzeniem jest oczywiście lot w kosmos, ale spełnienie daje już sama ta podróż, która ma mnie do tego doprowadzić, bo robię wszystko, co mogę.

— Czyli?

— Uczę się, trenuję, biorę udział w różnego rodzaju projektach i misjach badawczych. Staram się nie poddawać, nawet wtedy, kiedy ludzie mówią, że moje plany nie mają sensu, albo gdy brakuje pieniędzy.

— Z tym ostatnim radzi pani sobie m.in. za pomocą zbiórki w internecie.

— Tak, szukam różnych sposobów, by zdobyć pieniądze na misje i różnego rodzaju kursy, licencje i tak dalej.

— Na czym polega taka analogowa misja?

— Taka misja przeprowadzona jest na ziemi, ale jej celem jest odtworzenie warunków zbliżonych do tego, co dzieje się poza Ziemią. To tzw. habitaty, czyli miejsca zaprojektowane tak, by warunki w nich przypominały te, z którymi astronauta spotykają się podczas misji kosmicznych. Oczywiście nie odtwarzamy tam warunków zmniejszonej grawitacji.

— Co znajdziemy w takim habitatcie?

— Jeśli chodzi o same wnętrza, to oczywiście są tam łóżka, miejsce do pracy, kuchnia i — bardzo często — laborato-



Agnieszka Elwertowska ma 26 lat i wielkie marzenie: zostać astronautką. Konsekwentnie realizuje swój plan, biorąc m.in. udział w symulowanych misjach kosmicznych, które mają odzwierciedlać przyszłe misje na Marsie i Księżycu.

Marzenie? Lot w kosmos

ria. Taka analogowa misja odbywa się w całkowitej izolacji od świata zewnętrznego. Komunikować się można tylko z organizatorami misji.

— Ile trwa taka misja?

— To zależy. Najczęściej: tydzień lub dwa, ale zdarzają się i takie, które trwają np. miesiąc. W czasie takiej misji prowadzi się np. badania, eksperymenty. Często z planem na takie badania przychodzą już sami uczestnicy misji. Ale przede wszystkim realizuje się plan dnia, trzymając się protokołów i wypełniając raporty. Bywa, że wśród obowiązków jest pobieranie próbek (jeśli habitat mieści się na przykład na pustyni) czy opieka nad roślinami, które znajdują się w habitatcie. Ważnym elementem takich misji są też regularne pomiary stanu zdrowia i ćwiczenia fizyczne. I, oczywiście, wychodzenie „w przestrzeń kosmiczną”, co zajmuje sporo czasu, bo trzeba się do tego odpowiednio przygotować, założyć skafander.

— Co z jedzeniem?

— Je się najczęściej żywność o wydłużonym czasie przydatności do spożycia. Czasem są to produkty liofilizowane, a czasem np. żywność z zasobów wojskowych. Tej ostatniej

zdecydowanie nie polecam. To jakiś koszmar (śmiech).

— Czy w czasie misji realizuje się jakieś scenariusze? Czy projektuje się jakieś trudności?

— Tak. W czasie jednej z misji realizowaliśmy np. scenariusz oparty na założeniu, że w czasie wyjścia na powierzchnię Marsa jeden z uczestników misji miał skreślić nogę i trzeba go było przemieścić z powrotem do habitatu.

— No właśnie, warto zaznaczyć, że w misjach bierze się udział w różnych rolach, prawda?

— Zgadza się. W jednej z misji byłam na przykład komandorem, czyli osobą dowodzącą, awinnej — oficerem medycznym. Dobrze by było, gdyby taka osoba miała przygotowanie medyczne na wypadek, gdyby komuś się coś stało, ale jeśli nawet wszystko jest w porządku, to zadaniem takiej osoby jest opieka nad danymi medycznymi. Poza tym najczęściej w misji bierze udział też zastępca komandora oraz oficer do spraw komunikacji, który kontaktuje się z organizatorami misji.

— To on jest też tym, który w razie czego, zgłasza: „Houston, mamy problem”?

— Hmm... Szczerze mówiąc, nie jestem teraz pewna, czyje

to jest zadanie. Pewnie zależy to od tego, z jakiego rodzaju zagrożenie mamy do czynienia. Gdy jest mały problem, to za komunikację odpowiada oficer ds. komunikacji. Jednak w przypadku „pożaru” misja może wymagać kontaktu bezpośredniego.

— Kiedy myślimy o lotach w kosmos, pewnie w głowie pojawia nam się NASA. Ale czy w Polsce systemowo wspiera się osoby chcące zostać astronautami?

— Myślę, że nie. Wspiera się rozwój technologii, która ma być przydatna podczas misji kosmicznych, ale raczej nie osoby, które chcą w kosmos polecieć. Mam nadzieję, że to się zmieni w przyszłości.

— Co do tej pory okazało się najfajniejsze w misjach analogowych, a co panią najbardziej zdziwiło?

— Na oba pytania mogę odpowiedzieć to samo: ludzi. Zdarza się bowiem, że w misji biorą udział dość przypadkowe osoby, niekoniecznie traktujące ją w pełni poważnie, takie, które nie stosują się np. do protokołów. Bywa, że misja jest przerywana właśnie dlatego, że załoga się nie dogaduje.

— Ale w kosmosie, kiedy coś nam nie odpowiada,

nie spakujemy plecaka i nie trzaśniemy drzwiami na pożegnanie.

— Teoretycznie wysiąść można, ale nie polecam (śmiech). Na szczęście prawdziwi astronauta trenują ze sobą nawet kilka lat, więc w momencie wylotu wiedzą o sobie niemal wszystko.

— „Prawdziwi astronauta”.

Brzmi to świetnie. Czy zbiórka, którą prowadzi pani w Internecie, pozwoli pani do nich dołączyć?

— Na pewno zwiększy to moje szanse. Jestem kandydatką na astronautkę firmy AdvancingX. Zostałam wybrana, aby w ciągu najbliższych 3 lat wziąć udział w treningach kosmicznych oraz zadaniach przygotowanych przez firmę ze Stanów Zjednoczonych. Celem tych treningów jest przygotowanie do lotu suborbitalnego. Generalnie nastawiam się na komercyjną astronautykę, bo to ona teraz bardzo się rozwija. I ja też chcę się rozwijać, bo astronauta musi być wszechstronnie przygotowany. I właśnie na szkolenia i kursy chcę przeznaczyć fundusze.

— Wspomniała pani o badaniach naukowych. Czy pani także jakieś prowadzi?

— Chciałabym opatentować swój wynalazek, który wymyśliłam, czyli maszynę do symulacji warunków mikrogravitacyjnych, i na niej prowadzić badania. Marzę też o tym, by lepiej znać się na biologii i skończyć studia na International Space University, ale to bardzo kosztowne. Rozmawiamy tuż przed moją obroną pracy inżynierskiej, przygotowanej w Wyższej Szkole Bankowej w Gdańsku. Uczelnia wspiera mnie w moich działaniach i to na niej zamierzam też skończyć studia magisterskie.

— A inne plany?

— Marzę o licencji pilota. Chciałabym też rozwijać się w zakresie nurkowania. Mam już licencję Open Water Diver 20, ale chętnie bym rozszerzyła swoje umiejętności. Astronauta trenują przecież w olbrzymich basenach, w których zatopione są moduły Międzynarodowej Stacji Kosmicznej. Chciałabym też rozwijać projekty, które uczyniłyby mnie lepszym inżynierem. Zbieram jeszcze fundusze na budowę stacji naziemnej nadawczo-odbiorczej dla polskiego satelity PW-Sat3, bo razem z moim kolem naukowym SpaceShip oraz Klubem Łączności Szkolnej współpracujemy z ekipą projektu, która ma zamiar wysłać tego studentkiego satelitę w 2023 roku na orbitę. Pieniądze są też potrzebne oczywiście na treningi.

— Tym, co mnie bardzo zainteresowało, kiedy pierwszy raz o pani przeczytałam, była deklaracja, że chce pani zainspirować kolejne pokolenia do zainteresowania nauką oraz inżynierią. A pani kim się inspirowała?

— Taką osobą jest na przykład Dr Sian Proctor, która została zakwalifikowana do lotu w kosmos przez prywatną firmę. Swoje marzenie zrealizuje w wieku 51 lat. Jestem również fanką generała Mirosława Hermaszewskiego, pierwszego polskiego astronauty.

— A kiedy nie skupia się pani na swoim rozwoju astronautycznym, to co pani robi?

— Gram w szachy, oglądam filmy superbohaterskie, gram w różne gry.

— Iście nerdowskie pasje!

— Tak, jestem nerdem (śmiech).

DARIA BRUSZEWSKA-PRZYTULA
d.bruszewska@gazetaolsztynska.pl



Agnieszkę można wspierać za pośrednictwem portalu „Zrzutka.pl”: <https://zrzutka.pl/polska-astronautka>

Z logopedą zazwyczaj stykamy się w pierwszych latach życia dziecka, w momencie gdy czekamy na pierwsze słowo, a ono nie pojawia się. Albo jakoś dogadujemy się z naszym dzieckiem, a w przedszkolu okazuje się, że to „jakoś” to nic dobrego. Wtedy do gry wkracza Joanna Gawlik polonistka, od ponad 13 lat logopeda, od kilku lat neurologopeda, żona mama dwójki dzieci. Pani Joanna na co dzień pracuje w Szkole Podstawowej w Żabinach oraz w Samodzielnym Publicznym Gminnym Zakładzie Opieki Zdrowotnej w Rybnie. Prowadzi prywatną praktykę. Wybranie zawodowej drogi nie było przypadkiem, ale od początku wcale nie było tak oczywiste. Joanna Gawlik zapytana czy droga zawodowa jest przypadkiem czy spełnieniem marzeń, bez zastanowienia odpowiada, że na pewno nie jest to przypadek.

— Od zawsze chciałam pracować z dziećmi, dlatego wybierając kierunek studiów, wybrałam filologię polską, specjalność nauczycielską. I w takim zawodzie rozpoczęłam pracę, którą zresztą do teraz również wykonuję i bardzo lubię. Moja droga zawodowa jest w jakimś stopniu spełnieniem marzeń, chociaż te marzenia zmieniały się i dopiero z biegiem czasu nabrały konkretnych kształtów. Na pewno praca ta jest połączeniem zamilowania do języka i do pracy z dziećmi. Aktualnie pracuję zarówno z dziećmi, jak i pacjentami dorosłymi. Moim głównym miejscem zatrudnienia jest szkoła, ponadto pracuję w gabinecie logopedycznym w Ośrodku Zdrowia w Rybnie, a od niedawna także w gabinecie prywatnym — mówi pani Joanna.

Dzisiaj logopedia to ogromnie potrzebny zawód. Kiedyś tak nie było, to jednak świadczy o kierunku w jakim społeczeństwo zmierza. Potrzeba coraz więcej specjalistów w tej dziedzinie, bo i problemy współczesnego świata coraz bardziej negatywnie odbijają się na rozwoju, w tym przypadku mowy. Joanna Gawlik, przez 13 lat pracy miała okazję zbierać doświadczenia, rozwijać się i przyglądać zmianom jakie w społeczeństwie zachodzą.

— Zainteresowanie logopedią pojawiło się u mnie już na studiach filologicznych. Wtedy jeszcze nie był to kierunek tak popularny jak teraz. Logopedzi nie byli dostępni w szkołach, często terapia odbywała się tylko w poradniach psycholo-



Małe kroki prowadzą do celu

Jest często towarzyszką pierwszych słów dziecka, przyjaciółką i terapeutką w jednym. Joanna Gawlik z Rybna w powiecie działdowskim ma to ogromne szczęście, że jej praca jest pasją równocześnie. Kobieta spełniona, kochająca swój ogród, kreatywna logopeda.

giczno-pedagogicznych. Wtedy zdecydowałam, że rozpocznę studia podyplomowe, właśnie logopedię. Po kilku latach pracy w zawodzie, kiedy nabrałam doświadczenia, przepracowałam pewne sytuacje, a przede wszystkim uświadomiłam sobie, jak dużo jeszcze nie wiem, rozpoczęłam studia specjalizacyjne — neurologopedię — opowiada pani Joanna.

Co jest najtrudniejsze w pracy logopedy?

— Bywają dni, kiedy trudno jest być logopedą. Kiedy np. na efekty działań moich i pacjentów trzeba czekać długie tygodnie, kiedy brakuje współpracy z rodzicami dzieci albo u dzieci pojawiają się trudne zachowania. Na szczęście takie chwile nie zdarzają się często, mogę powiedzieć, że mam fantastycznych pacjentów.

Trudne bywają także sytuacje, gdy trzeba rodzicowi małego pacjenta przekazać diagnozę. Często bywa tak, że pierwszym sygnałem nieprawidłowości w rozwoju dziecka, który zauważają rodzice, jest brak mowy. Szu-

kając pomocy, zjawiają się w moim gabinecie. I wtedy okazuje się, że oprócz tego, że dziecko nie mówi, jest wiele innych symptomów, które są niepokojące, które trzeba zdiagnozować. Rodzic nie ma wystarczającej wiedzy, żeby je zauważyć, poza tym nie jest obiektywny w ocenie swojego dziecka. Przekazując takie informacje myślę o tym, jak ja poczułabym się w ich sytuacji. Staram się robić to w taki sposób, żeby nadmiernie rodzica nie przestraszyć, ale też nie bagatelizuję problemów. Każdy potrzebuje czasu, żeby zaakceptować złe wieści, oswoić się z nimi, aby potem zacząć działać — opowiada pani Joanna —

Są także bardzo trudne przypadki neurologopedyczne, w których muszę uświadomić bliskich pacjenta, że terapia nie przyniesie oczekiwanych przez nich rezultatów, czyli mowy werbalnej. Dzieje się tak np. w przypadku pacjentów z chorobami neurologicznymi, po urazach czaszkowo-mózgowych, udarach, guzach. Celem mojej pracy jest wtedy wypracowanie alternatyw-

nych, zastępczych zachowań komunikacyjnych i poprawa jakości życia w zakresie np. polykania, oddychania.

Badania pokazują, że aż 70% dzieci między 3 a 10 rokiem życia ma wady wymowy, o różnym podłożu. Zazwyczaj są one efektem czegoś, np. alergii, astmy, przerośniętych migdałków. Ta grupa dzieci będzie miała problemy z prawidłowym oddychaniem, polykaniem, a co za tym idzie, z prawidłową wymową. Wady wymowy idą w parze także z wadami zgryzu, a te tworzą się między innymi w konsekwencji przedłużającego się smoczkowania, picia z butelki ze smoczkiem. W tych przypadkach niezbędne jest specjalistyczne leczenie.

— Coraz więcej jest także dzieci z opóźnionym rozwojem mowy. Myślę, że tu przyczyną jest dostęp coraz młodszych dzieci do urządzeń typu tablet, smartfon oraz nadmierne oglądanie bajek. Przestaje nas dziwić dziecko w wózku, które „ogląda” telefon. Z pewnością technologia ułatwia nam życie, ale warto poczekać z tym do od-

powiedniego wieku, by nie zaszkodzić maluchom. Dziecko, które nadmiernie ogląda bajki nie rozwija mowy. W skrócie mówiąc, prawa półkula mózgu, która odpowiada za odbiór bodźców obrazowych, blokuje lewą półkulę, odpowiedzialną za tworzenie języka. Do tego dochodzą problemy z koncentracją, naśladowaniem itp.

O tym, z czym spotykam się na co dzień w swojej pracy, mogłabym mówić bardzo dużo. Każdy dzień, to nowe wyzwanie. Codziennie dostosowuję się do nowych sytuacji, zmieniam sposoby pracy, aktywności, podaję za dzieckiem. Jestem zbieraczem wszystkiego: pudełek, balonów, gumek, zabawek itp., bo każda rzecz, która okaże się interesująca dla dziecka, może być narzędziem w terapii — wyjaśnia pani Joanna.

— Czasami, gdy tłumaczę rodzicom w jaki sposób mogą wspierać rozwój mowy dziecka, mam wrażenie, że mówię o tym, co jest oczywiste. Przede wszystkim należy do dziecka mówić, być z nim, stosując tzw. kąpiel słowną. Mówmy

do naszego dziecka o wszystkim, co teraz robimy, unikając zdrobnień i spieszczeń. Z drugiej strony nie wyręczajmy dziecka w mówieniu, odgdując wszystkie jego potrzeby. Oczywiście, każda mama i tata wiedzą, czego potrzeba dziecku, zanim ono otworzy usta, ale należy stworzyć dziecku przestrzeń do rozwoju mowy. Nie wymagajmy od razu mowy poprawnej artykulacyjnie, dziecko na każdym etapie rozwoju mowy ma prawo mówić inaczej, ale powtarzajmy słowa w formie poprawnej — wyjaśnia pani Joanna — Nie oceniamy rozwoju dziecka są wszelkie zabawy: budowanie z klocków, naśladowanie różnych sytuacji, np. gotowania, sprzątania itp. Nic nie zastąpi czasu spędzonego z dzieckiem aktywnie: na zabawie, śpiewaniu, czytaniu, spacerowaniu, rysowaniu itp., w poczuciu bezpieczeństwa, akceptacji, bez krytyki i nadmiernych wymagań. Bez telewizji i innych bodźców rozpraszających. Pozwólmy dziecku czasem się pobrudzić: piaskiem, błotem, mąką, farbami, jedzeniem. Bardzo ważny jest także kontakt i zabawa z rówieśnikami. A w razie jakichkolwiek pytań, wątpliwości — należy zgłosić się do specjalisty.

Plany i marzenia Joanny Gawlik są bardzo dojrzałe. — Chciałabym, żeby ominęło mnie tzw. wypalenie zawodowe. Myślę, że logopeda, który nie poszukuje, nie jest kreatywny, którego dopadła rutyna, nie jest już dobrym terapeutą — mówi pani Joanna, i dodaje — A plany? Życie pokazało mi, zwłaszcza w ostatnich czasach, że nie można planować nic z dużym wyprzedzeniem. Najpierw wybuch pandemii, potem problemy ze zdrowiem zweryfikowały moje zamiary. Teraz chciałabym po prostu dobrze wykonywać swoją pracę, cieszyć się nią, jednocześnie znajdując wystarczająco dużo czasu dla swojej rodziny, dla pasji i zainteresowań innych niż praca. Lubie spędzać czas w swoim domu, w ogrodzie, w kuchni, przygotowując zwłaszcza słodkości, którymi później obdarzam rodzinę i znajomych. Dużą wagę przywiązuję także do aktywności fizycznej, staram się prowadzić zdrowy tryb życia. Myślę, że znalazłam równowagę między pracą a życiem prywatnym, oczywiście przy wsparciu rodziny. I tego życzyłabym wszystkim.

ALINA LASKOWSKA
a.laskowska@
gazetaolsztynska.pl



Wojowniczk e-biznesu

Pierwsza edycja programu edukacyjno-rozwojowego dla kobiet „TOP Women w e-biznesie” dobiega końca. W czerwcu aktywne uczestniczki zajęć otrzymają certyfikaty potwierdzające ich wiedzę, kompetencje i umiejętności w zakresie budowania biznesu w internecie. Do Programu zgłosiło się 400 kobiet na 200 miejsc. Ponieważ taki program w Polsce został uruchomiony po raz pierwszy, Fundacja postanowiła zbadać profil aplikujących pań. 370 kobiet wypełniło specjalnie przygotowaną ankietę, której wyniki zostały zebrane w raporcie „Wojowniczk e-biznesu. Profil kobiet zainteresowanych budowaniem biznesu online.”



Fot. freepik

Mieszkańki dużych miast najliczniej reprezentują „wojowniczk e-biznesu” - jest ich aż 55%.

Kobiety z małych miast i wiosek (poniżej 10 tys. mieszkańców) to druga największa grupa, stanowiąca 18% ankietowanych. Oznacza to, że w małych ośrodkach miejskich i wiejskich kobiety chcą się rozwijać i zadbać o swoją przyszłość i niezależność, wbrew panującym stereotypom. Udział w rekrutacji osób z Anglii, Szwecji, Niemiec, USA i Hiszpanii to dowód, że nauka przez internet nie ma granic.

Rozpiętość wiekowa kobiet zainteresowanych zbudowaniem czy też rozwinięciem biznesu online wynosi 19 – 65 lat, z czego najwięcej stanowią kobiety w przedziale 36 – 50 lat (46%), a młodsze (25 – 35 lat) to 35% ankietowanych, a niemal co piąta jest w wieku 50+. To pokazuje, że kobiety najbardziej aktywne zawodowo na rynku pracy chcą się rozwijać w obszarze digital, gdyż tu widzą szanse na rozwój.

— Niezwykle ucieszył nas udział w projekcie kobiet w wieku 50+, które chcą założyć własną działalność gospodarczą i uruchomić biznes online.

Pandemia pokazała, że ta grupa jest niezwykle obiecująca pod względem potencjału zakupowego. To właśnie dojrzalsze osoby znacząco poszerzyły grono dotychczasowych klientów sklepów online. Z danych Głównego Urzędu Statystycznego wynika, że do roku 2050 grupa silver ma stanowić aż 45% populacji Polski. Możemy zatem założyć, że jeśli tendencja związana z przyrostem naturalnym nie zmieni się, w ciągu kolejnych trzydziestu lat czterzy na dziesięć osób w naszym kraju będą w wieku emerytalnym. To ogromny potencjał do zagospodarowania przez biznes — mówią Katarzyna Kinasz Dyrektor Regionu oraz Małgorzata Hadam Regionalny Menadżer Sprzedaży ds. klientów biznesowych, BNP Paribas Bank Polska S.A.

Potrzeba nauki i rozwoju

Co ciekawe, z ankiet wynika, że 47% pań, które aktualnie pracują u innego pracodawcy, chce podwyższyć kompetencje w biznesie online. Natomiast 20% prowadzi swoją działalność gospodarczą i chce ją rozwijać w obszarze digital albo tutaj przenieść. Branże, w których kobiety już działają online to marketing i komunikacja (14%), po 8% przypada na finanse i bankowość oraz handel, a na dalszych miejscach plasuje się IT (6%) oraz moda, uroda i edukacja — po 5%. Wśród ankietowanych znalazły się panie, które realizują się w niestandardowych branżach, takich jak np. robotyka, zoologia, produkcja miedzi czy elektrotechnika.

We wrześniu 2020 roku Fundacja opublikowała raport „Potencjał kobiet w e-biznesie”, w którym dane dotyczące wykształcenia kobiet gotowych na wyzwania związane z e-biznesem są zbliżone z deklaracjami zawartymi w ankietach kobiet aplikujących do programu „TOP Women w e-biznesie”.

W tegorocznym raporcie aż 60% badanych kobiet wskazało na wykształcenie wyższe (we wrześniu odsetek ten wynosił 91%), ale dodatkowo 26% ma wykształcenie podyplomowe.

Kobiety mogą zaskakiwać: ¾ spośród ankietowanych pań wyraziło chęć założenia własnego biznesu i aż 85% stanowiły mieszkanki miejscowości do 10 tys. mieszkańców.

— Prawdopodobnie widzą tu alternatywę albo możliwość uzupełnienia swoich obecnych aktywności zawodowych. Prawdopodobnie w ten sposób chcą także powrócić na rynek pracy mamy, które do tej pory zajmowały się głównie domem i dziećmi. Najbardziej cieszy nas zmiana w podejściu do edukacji i rozwijania własnych kompetencji. W kolejnych latach jeszcze bardziej umocni się handel internetowy, więc dobrze, aby jak najwięcej osób

miało merytoryczną wiedzę umożliwiającą jego profesjonalne prowadzenie — zwraca uwagę Dorota Bachman, współzałożycielka Fundacji Kobiety e-biznesu.

Doświadczenie w e-commerce

„Wojowniczk e-biznesu” często już mają doświadczenie w sprzedaży internetowej — głównie na OLX (66%) oraz Allegro (51%), a 12% spośród nich prowadziło już swój sklep internetowy. Trzeba też zwrócić uwagę, że aż 35% korzysta z kanałów social commerce, czyli Facebook, Instagram i TikTok. Wszystko wskazuje na to, że te kanały staną się niebawem znaczącymi marketplace.

Dla założycielek Fundacji Kobiety e-biznesu i jednocześnie autorek Programu dane zawarte w raporcie będą pomocne w przygotowaniu kolejnej edycji „TOP Women w e-biznesie”. — Miniony rok w znacznym stopniu zmienił to, w jaki sposób kupujemy i płacimy. Rosnąca sprzedaż internetowa przyspieszyła cyfryzację w wielu

obszarach, rodząc wyzwania dla małych i mikro firm, również tych prowadzonych przez kobiety.

Upowszechnianie i popularyzacja sprzedaży w internecie spowodowały wzrost oczekiwań konsumentów, że płatności cyfrowe staną się powszechnie dostępną i akceptowalną formą płatności w dowolnym miejscu i czasie.

Jednak jak pokazują nasze badania, mniej niż połowa małych firm w Europie jest obecnie w stanie przyjmować płatności online. Sprostanie tym wymaganiom może być motorem napędowym i szansą na rozwój dla działających już lub dopiero startujących małych przedsiębiorstw — mówi Katarzyna Zubrzycka, dyrektorka działu detalistów i agentów rozliczeniowych w regionie Europy Środkowo-Wschodniej w Visa.

IWONA PIETRZAK



Akwarela bywa kapryśna

Gdy maluje, czuje się najbardziej sobą. Nieustannie szuka zachwytów. Rozmawiamy z Kamilą Nadolską, olsztyńską malarką. Spotykamy się w jej mieszkaniu, które jest również pracownią, ale także małą galerią.

— Na początek pytanie sztampowe, ale muszę je zadać: jak zaczęła się twoja przygoda z malarstwem?

— Mam wspaniałą linię kobiecą w rodzinie. Moja mama, moja babcia, ciotki, kuzynki zawsze malowały. I wydaje mi się, że to przyszło zupełnie naturalnie. Na pewno zaczęło się to w dzieciństwie, ponieważ przebywając w takim środowisku malujesz, rysujesz, i to jest taka aktywność, która już jest na stałe w twoim życiu. Uważam, że malowanie jest najbardziej naturalną czynnością, jaką wykonuję. Kiedy maluję, uważam, że jestem najbardziej sobą.

— Czyli rodzina wspierała cię w artystycznej drodze?

— Bardzo. Mam też wspaniałych przyjaciół, którzy też się zajmują różnymi dziedzinami sztuki – malarstwem, projektowaniem, rzeźbą, ceramiką, pracują w kulturze. Jest to stymulujące. Największy wpływ na mnie chyba miała moja babcia, której wrażliwość na sztukę mnie zachwyciła. A z mamą zawsze rysowałam!

— Czy od zawsze wiedziałaś, że będziesz malować? Czy też myślałaś kiedyś o czymś innym, czym mogłabyś się zajmować?

— Trafiłam do liceum plastycznego, co było dla mnie oczywistym kierunkiem. Później był Uniwersytet Warmińsko-Mazurski i tam studiowałam architekturę krajobrazu. Po liceum plastycznym miałam niedosyt wiedzy, zawsze interesowały mnie nauki biologiczne. Architektura krajobrazu łączyła w sobie to, co najbardziej mnie interesowało. Tworzenie krajobrazu jest czymś cudownym – możesz stworzyć ludziom piękną przestrzeń w naturze. Studiowanie łączyło projektowanie z elementami nauk ścisłych, z botaniką, dendrologią, którą uwielbiam. Wiedziałam też, że będę mogła czerpać z doświadczeń i wiedzy, które mam już z liceum plastycznego – czyli wiedzy o projektowaniu, proporcjach, kompozycji, kolorze. Także architektura krajobrazu była krokiem bardzo świadomym.

— Jak określiłabyś swój styl malarski? Na pewno nie jest to malarstwo figuratywne, nie przedstawiasz rzeczywistości realistycznie.

— Tak. Nie potrzebuję przedstawiać rzeczywistości w skali jeden do jednego. To mnie w ogóle nie fascynuje. Tę działkę zostawiam fotografom.

— Powiedziałabyś, że twoje obrazy są abstrakcyjne?

— Owszem. W malarstwie podoba mi się ogromna swoboda w przedstawianiu rzeczywistości, w sposób bardzo dla mnie osobisty i tożsamy ze mną. Malarstwo to mój osobisty zapis tego, jak przyswajam i przetwarzam rzeczywistość. Pracuję w akwareli i akrylu. Akwarela daje mi największą możliwość i radość spontanicznego tworzenia. Z jednej strony jest to technika bardzo trudna i wymagająca, a z drugiej strony – dająca ogromną lekkość, możliwość ekspresji, improwizacji. Poza tym sam proces jest też ciekawy, ponieważ jest często – nie tyle, że przypadkowy, ale musisz się czasami zdać na ten przypadek, musisz poczekać, co się pojawi na papierze. Daje to moment oddechu, i możesz zobaczyć, w jakim kierunku dalej pójść. Obraz tworzy się razem ze mną. Daję dużą swobodę farbom i wtedy czasami trzeba iść na kompromis, bo akwarela jest czasem kapryśna. Nigdy nie tworzę z gotowym obrazem w głowie, daję sobie maksimum swobody w tworzeniu. Nie ograniczam się, podążam za procesem i czekam co się wydarzy, jestem zawsze zadowolona tym etapem. Malując na płótnie, wybieram zawsze duże formaty. Ta technika wymaga zupełnie innej pracy, czasu, skupienia, pozwala na bardziej zaplanowane działania i decyzje. W moim domu wiszą moje duże płótna, bo mają zupełnie inną energię i oddziaływanie niż delikatna akwarela.

— Czyli jest to rodzaj improwizacji.

— Tak. Mam jakiś zamysł, że na przykład chciałabym użyć danej palety kolorystycznej, zawsze niebieski jest na podorędziu, to mój faworyt. Jest dużo improwizacji, którą potem dalej prowadzę w swój bardziej przemyślany sposób. I to jest fascynujące, że czekasz na to, w jakim kierunku cię to poprowadzi. To, co się dzieje u mnie na papierze, to są abstrakcyjne krajobrazy.

— Właśnie. Czy są to krajobrazy na podstawie rzeczywistych miejsc? Czy są to krajobrazy, które powstały w twojej głowie?

— Zawsze i nigdy (śmiech)! Krajobrazy istnieją w mojej głowie, ale obserwacja natury bardzo dużo mi daje. Z malowaniem jest tak, że wydaję mi się, że ja maluję cały czas.

— A malujesz czasami ze zdjęć?, tak, że patrzysz na zdjęcie i na jego podstawie malujesz?

— Nie, nigdy nie maluję ze zdjęć. Ale robię bardzo



dużo zdjęć i to czasem służy mi jako inspiracja. Zazwyczaj fotografuję takie rzeczy, które uważam, że są ciekawe kompozycyjnie, kolorystycznie, są

jakimś zjawiskiem, czasem zupełnie nieadekwatnym, odstającym. Architektura krajobrazu pozwoliła mi swobodnie posługiwać się przedsta-

Kamila Nadolska urodziła się w 1987 roku. Ukończyła Liceum Plastyczne w Olsztynie. Jest absolwentką Architektury krajobrazu na Uniwersytecie Warmińsko-Mazurskim. Mieszka i tworzy w Olsztynie. Jej prace można znaleźć na Instagramie pod nickiem @kama.nadolska

wianiem na przykład drzew. Znam całą morfologię drzewa i nie muszę posilować się fotografią drzewa, bo po prostu wiem, jak wygląda klon, wiem, jak wygląda brzoza.

— Jak wygląda codzienna praca malarza poza samym malowaniem obrazów? Malujesz, szkicujesz jakieś wprawki? Czy w ogóle coś szkicujesz otórkami?

— Często tworzę szkice malarzkie. Pracuję w cyklach. Na przykład po podróży do Walencji, gdzie bardzo dużo spacerowałam, robiłam zdjęcia, zapis kolorów, kompozycji. Jestem świetnym obserwatorem, co czyni mnie – bez kokieterii – idealną towarzyszką podróży i przegód, bo dostrzegam w otoczeniu to, co zwykle jest niezauwa-

żalne przez resztę. A wracając do tego jak tworzę, pracuję – wybieram sobie z otoczenia rzeczy, które uważam za fascynujące, potem to przetwarzam, zostawiam to w głowie i siadam do pracy. Czyli już wiem, w jakim kierunku chcę iść, wiem, co mi się podobało, pracuję nad kompozycją, tworzę małe wersje obrazów. Później decyduję, które z nich są według mnie najciekawsze i opowiadam jakąś historię formą, kolorem, czy samą kompozycją. Uważam, że nie należy spocząć na jednej pracy, że dopiero tworząc kolejne prace możesz mieć poczucie tego, że wyeksploatowałeś pewien temat.

— Co cię inspiruje, poza fotografiami?

— Nie ma takiej rzeczy, która mnie nie inspiruje. Tak wiele rzeczy mnie otacza i zachwyca, że trudno jest mi powiedzieć, że to mnie w ogóle nie inspiruje, a to mnie inspiruje bardziej. Szukam za chwytów.

— Wiem, że przez długi czas prowadziłaś warsztaty z malarstwa. Opowiedz coś o nich.

— Te warsztaty miały bardzo ciekawy początek. Inspiracją do ich prowadzenia było spotkanie ze znajomymi. Zaprosiłam znajomych, wyjęłam farby, papier, pędzle i powiedziałam: „Okej, malujmy!”. Reakcja była do przewidzenia – ludzie wycofali się: „Okej, Kama, ty umiesz malować, to sobie maluj, my sobie popatrzmy” – i tak to na początku wyglądało. Ludzie obawiają się oceny, tego, że ich praca jest niedostateczna, zła, brzydka, że źle o nich świadczy. W trakcie tego spotkania jednak okazało się, że malowanie to świetna zabawa i ludzie odnajdują w tym totalną radość, jeśli się otworzą na proces tworzenia. I tu narodził się pomysł na zorganizowanie takich spotkań.

— Jak to przeszło od twojego spotkania ze znajomymi do tych warsztatów, które oficjalnie prowadziłaś?

— Najpierw było to bardzo kameralne, a potem trafiło to do oferty Olsztyńskiego Lata Artystycznego organizowanego przez MOK. „Malarstwo Spontaniczne” – bo tak nazwałam te spotkania – umożliwiło ludziom spotkanie z własną wrażliwością i ekspresją, malowanie – bez oceniania, bez krytyki, bez wymagań – bez tego wszystkiego, czego ludzie się najbardziej obawiają. Spotkało się to z bardzo dużym entuzjazmem i powstała grupa, którą prowadziłam. Było wspaniale!

— Czy była to duża grupa?

— Do dziesięciu osób. Ci ludzie czuli, że mają taką potrzebę, żeby się spotykać, dawalo im to odskocznnię od ich codzienności. I też dzięki temu – i to nie są moje spostrzeżenia, tylko ich – sam proces tworzenia jest tak kojący, tak ubogacający, jest czymś, czego ludzie wielokrotnie szukają w swojej codzienności. Te warsztaty nie miały na celu nauczyć malowania. Ja na wstępie mówię: nie nauczę cię malować koni w galopie Kossaka.

— W takim razie czego miały nauczyć?

— Otwartości na swoją wrażliwość. Tego, że możesz się rozwijać – im częściej coś robisz, tym wchodzisz na zupełnie inny level, odkrywasz to, co wnosisz, co możesz zrobić, to, w jakim kierunku chcesz iść. To jak z treningiem. Im częściej coś robisz, tym większą odczuwasz satysfakcję. Ważne było dla mnie to, żeby każdy rozwijał się indywidualnie – nie chodziło o rywalizację, tylko o własny rozwój. Te spotkania na pewno niosły aspekt wyciszenia, pauzy. Uważam, że to był wspaniały czas i bardzo żałuję, że to się skończyło – przerwał to COVID i nie można było się spotykać. Może do tego wróce.

— W aktualnym zawodowym życiu korzystasz ze swoich umiejętności? Malarstwo jest również w nim obecne?

— Mam pracę, w której moje zdolności, umiejętności, również związane z twórczością i wrażliwością, są bardzo istotne i bardzo z tego czerpię, i też jestem w miejscu, które ma niesamowity potencjał i pracuję ze wspaniałymi ludźmi. Moją rolą w firmie jest opieka nad aspektem wizualnym produktów.

— Malujesz dużo pięknych obrazów. Co jeszcze chciałabyś osiągnąć? Masz jakieś marzenia, czy wszystkie już zdążyłaś spełnić?

— Uważam, że to jest proces. Staram się rozwijać i wzrastać. Jestem przekonana, że przede mną bardzo dużo nowych rzeczy, które będą procentowały tym, że będę tworzyła inaczej. Jestem też fascynowana tym, co może być za rok, dwa, dziesięć. Może w ogóle zmienię kierunek? A może zajmę się nie wiem, rzeźbą? Także jestem ciekawa tego, w jakim kierunku sama się rozwinę. Jest to dla mnie też nieodkryte.

MICHAŁ KOTLIŃSKI
redakcja@
gazetaolsztynska.pl



Wychowana w czułości do natury

To ona sprawiła, że Polacy ponownie zakochali się w ogrodach. O fascynacji, zaskoczeniach i inspiracjach mówi Maja Popielarska, która prowadzi program „Nowa Maja w ogrodzie” w HGTV. Pasjonatka magicznego świata ogrodów i przyrody.

fot. Piotr Miernicki / TVN



Nowa Maja w ogrodzie; HGTV

— W jednym z wywiadów powiedziała pani ostatnio, że dłubanie w ziemi sprawia pani ogromną przyjemność. Jednak to ogrody powodują również, że jest pani bardzo zajęta osoba.

— Tak, czasem dłubię u kogoś w ogrodzie, czasem u siebie. To dwa różne, ale równie ekscytujące zajęcia.

— Ogród wciąż potrafi panią zaskoczyć?

— Nie wiem, czy może zaskoczyć, ale z pewnością potrafi uszczęśliwić. Oczywiście czasem zadziwiają pewne połączenia roślin, ich zachowania. Moje doświadczenie powoduje jednak, że jest to zaskoczenie trochę innego typu. Nie twierdzę, że wywołuje mniej emocji. Ogród może zafascynować formą, rozwiązaniami, zestawieniami, układem. Może nawet nie tyle zaskoczyć, co zauraczyć. Mimo że widzę wiele pięknych ogrodów, to wciąż towarzyszy mi poczucie niedosytu. Myślę, że można to porównać do zachwytu sztuką. Osoby, które zobaczyły w swoim życiu wiele pięknych kolekcji, wciąż są ich głodne. Potrzebują następnych zachwyty.

— Ogrody wciąż zadziwiają, tym bardziej, że w ostatnich latach przybywa w nich

nowych odmian roślin. Wracają też krzewy z ogrodów naszych babć, kalina na przykład. Jakie jeszcze?

— Wrócili dalej, dawniej bardzo hołubione w ogrodach. Przez pewien czas nie cieszyły się taką popularnością. Teraz, już wiosną, można kupić kwitnące dalie, choć są one przecież kwiatami późnego lata. Ogrodnictwo rozwija się, dlatego też pojawia się więcej możliwości. W naszych ogrodach wracają do łask kwiaty wiejskie, na przykład kosmosy, malwy. Coraz więcej jest roślin jednorocznych. Od wielu lat to również byliny są ważnym elementem aranżacji. Chciałabym jednak, by w ogrodach było również więcej drzew.

— Wspiera pani różne edukacyjne. Jest wśród nich właśnie m.in. „Muratorium dla drzew”. Wciąż jednak popadamy w skrajności. Jest grupa, która walczy o każde drzewo. I jest ta druga, która chce je wycinać. Z czego to wynika?

— Brak wiedzy jest pułapką. Nieznajomość podstawowych praw przyrody bardzo ją niszczy. Podobnie, jak wychowanie w poczuciu, że jesteśmy panami tego świata, wszystko wiemy i wszystko nam wolno.

Trzeba jednak uzmysłowić sobie, że brak pokory wobec przyrody się zemści. Nieumiejętność docenienia tego, co się ma w ogrodzie, wokół siebie, bo musimy w ogóle mówić o przestrzeni wokół, ma swoje konsekwencje. Jak często słyszy się o dosłownie „goleniu” terenu i zaczynaniu tworzenia ogrodu od zera. Przecież to barbarzyństwo. Sztuką jest umiejętność dostosowania się do przestrzeni, połączenia nowych roślin ze starymi, już zastanymi. Moim marzeniem jest, byśmy jako społeczeństwo dojrżeli do takiej postawy. Dużo jeszcze pracy przed nami i kolejnymi pokoleniami.

— Panią wychowano w szacunku do natury. Pani ojciec był leśnikiem, matka – zootechnikiem.

— Myślę, że jeśli nawet był górnikiem, a mama pielęgniarką, byłoby podobnie. To byli po prostu ludzie, którzy nauczyli mnie szacunku do natury. Mój tata był świetnym specjalistą, ale i bardzo czujnym obserwatorem, poświęcił mi dużo czasu. Pokazał, jak należy patrzeć na przyrodę, jak być jej częścią. Trafił też na podatny grunt. To wiedza nabyta, a wcześniej ważniejsze jest pielęgnowanie wrażliwości.

— Pani mama z kolei uprawiała ogrody w bardzo egzotycznych miejscach na świecie. Na przykład w Afryce.

— Mama była dość specyficzną ogrodniczką, bo wychowała się w mieście i nie uprawiała wcześniej ogrodów. Zawsze fascynowała mnie w niej jej dociekliwość. Kiedy potrafiłmy węża, zaglądała mu do paszczy i wyciągała zęby, by je nam później zaprezentować (śmiech). Miała w sobie ciekawość świata, którą zaszczepiła również we mnie. Jej ogródek musiał być więc oryginalny. Kiedy zaczynała z warzywami w Afryce, to znalazła gigantyczną fasolę, unikalną, niespotykaną. Była eksperymentatorką. Ciekawym i ciekawskim człowiekiem.

— Pani z kolei, zanim zaczęła tłumaczyć nam ogrody, miała zostać stomatolożką. Została pani jednak architektem krajobrazu. Czuje się pani lekarzem ogrodów?

— Ciekawe, bo nikt nigdy nie zadał mi takiego pytania. Może coś w tym jest. Nie wiem jednak, czy bardziej nie czuję się lekarzem duszy człowieka. Ogród jest miejscem, które może leczyć i uleczyć. I to na różne sposoby. Myślę, że architekt krajobrazu może



Mama była dość specyficzną ogrodniczką, bo wychowała się w mieście i nie uprawiała wcześniej ogrodów. Zawsze fascynowała mnie w niej jej dociekliwość. Kiedy potrafiłmy węża, zaglądała mu do paszczy i wyciągała zęby, by je nam później zaprezentować (śmiech). Miała w sobie ciekawość świata, którą zaszczepiła również we mnie. Jej ogródek musiał być więc oryginalny. Kiedy zaczynała z warzywami w Afryce, to znalazła gigantyczną fasolę, unikalną, niespotykaną. Była eksperymentatorką. Ciekawym i ciekawskim człowiekiem.

bywać lekarzem przestrzeni, szczególnie tej zdewastowanej wcześniej. Grabimy to, co piękne i wartościowe, Wierzę, że mam misję do wypełnienia. Staram się pokazywać różnorodne przestrzenie, właścicielom, którzy mają przemyślenia, mogą i są wielką inspiracją. Pokazuje, że ogrody mogą być piękne, niezależnie od wielkości i ile radości potrafią dostarczyć. Aprócz tego, że są ładne, mają to być mądre ogrody, bo to nasza przyszłość. Bardzo lubię to określenie, bo jest pojemne. Może to być zatem ogród, który jest zdrowy, różnorodny, wielowarstwowy.

— Ale w tej zmianie świadomości jest również pani zaśluga. To pani od lat zmienia nasze podejście do ogrodów. Pokazuje, że ogród znakomicie radzi sobie bez inwazyjnych środków ochrony roślin i intensywnych „wspomagaczy”.

— Zmieniłam się, choć w moim przypadku chemia ogrodowa nie była nadużywana, raczej stosowana oszczędnie. Od kilku dobrych lat staram się w ogóle jej nie stosować. Dzięki temu ogród znacznie lepiej radzi sobie z „przeciwnościami losu” zmienia się i jest ciekawszy, to znaczy znacznie bogatszy.

— Jak prowadzić mądrze ogród pokazuje pani w programie „Nowa Maja w Ogrodzie”, wcześniej „Maja w ogrodzie”. To program, który jest emitowany już od niemal osiemnastu lat. Zauważa pani zmianę w naszych ogrodach?

— Zmienił się też krajobraz ogrodów, co mnie bardzo cieszy. Dziś ogrody są zwyczajnie bogatsze i jest ich więcej. Już nie stanowią wyłącznie dodatku do domu, a są również ważną częścią całego rodzinnego organizmu. Doceniana zaczyna być funkcja architektów krajobrazu, twórców ogrodów, specjalistów. Tworzenie ogrodu zleca się specjalistom. To jest bardzo budujące. A już kilkanaście ostatnich miesięcy z czasów pandemii pokazało, że ogród może być naszą ostoją. Dobrym, bezpiecznym miejscem.

— Pandemia uświadomiła nam, jak bardzo potrzebujemy kontaktu z naturą?

— Oczywiście. Zajmując się własnym ogrodem zaczynamy skupiać się na własnych emocjach, uczuciach, rozwijamy się, pobudzamy zmysły. Wzręczonym, nowoczesnym świecie łatwo zagalopować się, stracić równowagę. Ogród jest doskonałym amortyzatorem szybkiego życia. Dostarcza przyjemności, relaksu, zdrowia, wielkiej satysfakcji. Będąc w ogrodzie choć na chwilę odrywamy się od problemów.

— A jaki wpływ miał na panią program „Maja w ogrodzie”?

— Z pewnością mam więcej ogrodowych pokus. Popadam z jednej skrajności w drugą. Bo kiedy jestem w dużych ogrodach zazdroszczę i podziwiam ich różnorodność i bogactwo. A potem jestem w swoim i myślę: „jak dobrze, że jest taki mały, bo jest w nim tyle do zrobienia, a czasu zawsze brakuje”. Kiedy więc powstają zdjęcia w dużym ogrodzie, mogę się nim nasycić, by potem docenić własny. Na pewno podróżowanie miało wpływ na moją przestrzeń wokół domu. Chociażby dlatego, że pojawiło się w niej wiele nowych gatunków i odmian roślin. Natomiast tak, w ciągu ostatnich lat zmieniłam się. Nie jestem już wobec siebie tak wymagająca. Ogród jest też dla mnie przyjemnością. Nie czepiam się, że nie udało mi się czegoś zrobić. Staram się tak zaplanować prace w ogrodzie, by pozostał jeszcze czas na relaks. Czerpię przyjemność, kiedy mogę obejść ogród kilka razy w ciągu dnia. Przyglądam się, jak się zmienia. Jak pracuje w nim światło... Cieszę się, kiedy mogę obserwować kąpiące się w nim ptaki. Kiedy



Maja Popielarska, prowadząca program „Nowa Maja w ogrodzie”:
W ciągu ostatnich lat zmieniłam się. Nie jestem już wobec siebie tak wymagająca. Ogród jest też dla mnie przyjemnością. Nie czepiam się, że nie udało mi się czegoś zrobić. Staram się tak zaplanować prace w ogrodzie, by pozostał jeszcze czas na relaks.

foto: Piotr Mizerski / TVN

Maja Popielarska - dziennikarka, prezenterka pogody, architekt krajobrazu. Dzięki programowi „Maja w ogrodzie”, a teraz „Nowa Maja w ogrodzie” uczy widzów, jak dbać o roślinność, a także dzieli się nimi swoją ogrodniczą pasją. Uwielbia przyglądać się światu w skali mikro i poznawać przyrodę. Od najmłodszych lat zafascynowana jest niezwykłym bogactwem i obfitością ogrodów. To ona sprawiła, że w naszych ogrodach ponownie zawitał jaśminowiec, floksy, bez. Dzięki programowi przenosimy się w inny, bardziej przyjazny świat, w którym można oderwać się od szybkiego tempa codzienności. Wiele odpowiedzi Mai Popielarskiej z programu można wykorzystać w praktyce. Oprócz pięknych aranżacji ogrodowych, doskonale zna się na tworzeniu warzywników, a swoją wiedzę dzieli się w programie. „Nowa Maja w ogrodzie” to program stacji HGTV, w którym znajdziesz pomysły na to, jak zmienić ogród, a dzięki temu również życie i mieć swój wkład w zmianę podejścia do przyrody. Maja Popielarska jest również autorką bestsellerowych poradników, w tym „12 miesięcy z Mają Popielarską. Kalendarium prac w ogrodzie i na tarasie” czy „Maja w Ogrodzie - wiosna/lato”.

Fragment książki Mai Popielarskiej „Maja w Ogrodzie - wiosna/lato”

„Krzewy, z których łatwo zrobić sadzonki: berberys, bukszpan, budleja, dereń, forsycja, hortensja, irga, jaśminowiec, kalina, krzewuska, ligustr, ognik szkarłatny, perukowiec podolski, pęcherznica kalinolistna, pigwowiec, tawuła, żylitek, krzewuska. Z dzieciństwa pamiętam parapety u moich dziadków zastawione donicami z pelargoniami rabatowymi. Od tamtego czasu zachwyca mnie zapach liści tej rośliny, co wiele osób wprawia w zdziwienie. Babcia ścinała pędy wierzchołkowe i nimi albo już ukorzenionymi sadzonkami obdarowywała bliskich.

mogę usiąść i powąchać kwiaty tej kaliny, o której wspomnieliśmy na początku. Nie ma nic przyjemniejszego. Kiedy można zamknąć oczy, poczuć ten zapach i powiedzieć sobie: „jest świetnie”.

KATARZYNA JANKÓW-MAZURKIEWICZ

k.jankow@naszolsztyniak.pl



Nie boi się wyzwań i ciężkiej pracy

Żona, matka, ratownik, zawodniczka karate i strażak. Taka jest Agnieszka Siemieniuk ze Szczytna. Kobieta wielozadaniowa, która nie boi się wyzwań ani ciężkiej pracy. Człowiek wielu pasji. Odkąd na świecie pojawił się starszy synek stara się cieszyć z tego, co w życiu najpiękniejsze - czyli odkrywać radość codzienności. Teraz już jako podwójna mama. Ma jeszcze wiele planów, które realizuje dzięki swojej motywacji do działania i przy wsparciu męża.



fot. Arch. prywatne

Agnieszka Siemieniuk ze Szczytna to niezwykle sympatyczna i aktywna 32-latką ciepłym, wrażliwym sercu. Na co dzień jest żoną Grzegorza i mamą dwóch wspaniałych chłopców: 5-letniego Wiktora i 2,5-letniego Adasia. Choć jest drobną kobietą to drzemie w niej wiele pasji i talentów.

Miłość czekała na nią w Szczytnie

Agnieszka pochodzi ze Śląska, później przeprowadziła się do Jędrzejowa. Do Szczytna przyjechała w 2008 roku na studia w Wyższej Szkole Policji. Studiowała na kierunku bezpieczeństwo wewnętrzne, a jednocześnie na Uniwersytecie Gdańskim ukończyła filologię angielską. Od dziecka trenowała karate. W Szczytnie swoją pasję rozwija w Szczytcińskim Klubie Kyokushin Karate. Podczas zawodów, które odbywały się w Iławie, poznała swojego obecnego męża. Grzegorz pracował jako dziennikarz Naszego Mazura i Gazety Olsztyńskiej.

— Grzegorz był wtedy w pracy, ja występowałam jako zawodniczka. Wtedy po raz pierwszy się spotkaliśmy i poznaliśmy — opowiada Agnieszka. — Kolejne spotkanie, już w Szczytnie, było przypadkowe. Rozmawialiśmy i chyba wtedy już pomyślałam, że to człowiek, z którym chcia-

łabym spędzić swoje życie. To wspaniały mężczyzna, na którego zawsze mogę liczyć. Wspiera mnie w realizacji wszystkich moich zamierzeń, motywuje do spełniania marzeń. Gdyby Grześ mnie nie wspierał, to nie zrealizowałabym żadnego ze swoich szalonych pomysłów. To moja szóstka w totka. Wspaniały mąż i ojciec, przyjaciel. Wiem, że nie jest łatwo za mną nadążyć, ale chyba już się do tego przyzwyczail. Uzupełniamy się doskonale

Agnieszka i Grzegorz są ze sobą już 13 lat. Pobrali się i do-

czekali dwójki dzieci, które są ich największym szczęściem.

Karate - największa pasja

Miłość do aktywności fizycznej zrodziła się w Agnieszcze już w dzieciństwie. Próbowала wielu różnych sportów, ale to karate zajęło ją „na

zawsze”. Od 8 lat jest posiadaczką czarnego pasa. W 2017 roku Agnieszka ręką rozbila stertę 10 pustaków. Udaje się to nielicznym kobietom. W przyszłym roku chce pojechać do Japonii, żeby zdobyć drugi dan.

— Karate uczy dyscypliny,

dążenia do celu i pokonywania słabości — tłumaczy Agnieszka. — Każdy sport, jeżeli się nim na poważnie zajmujemy, wymaga wielu poświęceń. Ćwiczę karate od dziecka, tak że w zasadzie nie wiem, jak to jest nie ćwiczyć i nie nie robić. Od kiedy pamiętam zawsze miałam ułożony plan dnia, byłam zorganizowana, na wszystko miałam czas. I dla przyjaciół, i na naukę, i na zabawy na podwórku z koleżankami, i na treningi. Pogodzenie treningów z pracą i rodziną jest trudne, ale możliwe. Sport mobilizuje mnie do ciągłej pracy. Żeby ze wszystkim zdążyć nie ma miejsca w ciągu dnia na tzw. „pochłaniacze czasu”. Uprawianie sztuk walki przydaje się na co dzień. Inie chodzi tu o obronę fizyczną. Karate jest zarówno sztuką samoobrony fizycznej, jak również mentalnej, psychicznej. Daje dużo pewności siebie na przykład w negocjacjach. A dyscyplina i systematyczność ułatwiają organizację swojego życia i pracy. Agnieszka uwielbia też aktywność. Lubi biegać, pływać, nurkować, zimą morsuje.

— Aktywność fizyczna pozwala mi poznawać swoje ciało i charakter — mówi. — Treningi sprawiają mi ogromną radość, dają siłę do działania i do codziennej pracy nad sobą. Jak każdy mam czasem gorsze dni, ale nie poddaję się i nawet kiedy bardzo mi się nie chce, idę pobiegać. Nawet po



fot. Arch. prywatne

krótkim treningu czuję się o wiele lepiej, bo zaczynają wydzielać się endorfiny i mam od razu mam mnóstwo energii i siły.

Kobieta tysiąca pasji i zawodów

Agnieszka od 2014 roku pracuje w biurze Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Szczytnie na stanowisku kwatermistrza. Jest też wiceprezesem Zarządu OSP Szczytno oraz skarbnikiem Fundacji Ratowniczej Autrimpus Szczytno. Od roku dodatkowo studiuje jeszcze pielęgniarstwo. Ma patent sternika motorowodnego. W ubiegłym roku przebiegła Maraton Juranda i skoczyła ze spadochronem z samolotu.

— Wydaje mi się, że to, co robimy i jacy jesteśmy, wypływa z naszej osobowości, z tego, jakie cele sobie wyznaczamy i jak chcemy się realizować — tłumaczy. — Myślę, że ogromną siłę daje mi wsparcie mojej rodziny - szczególnie męża oraz to, że sukcesy sportowe są wynikiem mojej własnej ciężkiej pracy. Siłę daje mi również pozytywne nastawienie do życia. Każdy, kto ze mną przeżywa, chyba to widzi. Karate to sztuka walki, która korzystnie wpływa na ciało i umysł. Warto je trenować, żeby poprawić samopoczucie, nabrać pozytywnej energii i pewności siebie. Zwłaszcza, że każdy ma prawo realizować siebie i swoją aktywność na takim poziomie, na jakim chce. Dla jednych aktywnością jest tylko i wyłącznie aktywność sportowa, a dla innych aktywnością jest nieustanne angażowanie się w życie zawodowe. Dla mnie nie ma nic lepszego niż łączenie pasji z rozwojem, bo dzięki temu to, co robię już od lat, sprawia mi wiele frajdy i daje ogrom satysfakcji, której nikt mi nie zabierze. Udało mi się połączyć pasję, życie zawodowe z rodzinnym i to jest dla mnie pełna harmonia oraz pełnia szczęścia.

Agnieszka ma to szczęście, że jest dobrze zorganizowana, ma podzielną uwagę, a wiele rzeczy, które musi zrobić, układa tak, żeby pogodzić je z treningiem.

W tym roku Agnieszka postanowiła spróbować swoich sił jako zawodowy strażak. Jako dziecko była członkiem Młodzieżowej Drużyny OSP. Teraz jako dorosła kobieta wtajemniczy przed przełożonymi i kolegami z pracy zgłosiła się na nabór do straży w Pisz. Tam przed obcą komisją przeszła testy sprawnościowe, a podczas naboru pokonała aż 30 mężczyzn.



foto: Arch. prywatne

Agnieszka postanowiła, że co roku będzie realizować przynajmniej jedną rzecz z listy rzeczy do wykonania. Jak dotychczas udaje jej się spełniać swoje marzenia!

— Nie chciałam pracować w Pisz, poczekalam na rekrutację w Szczytnie — opowiada. — Byłam jedną z 2 osób wyłonionych w naborze. Moim największym autorytetem i wsparciem w pracy jest brygadier Zbigniew Stasiłojć. Teraz przebywam na trzymiesięcznym szkoleniu podstawowym w Szkole Podoficerskiej w Bydgoszczy. Najtrudniejsze jest rozstanie z rodziną. To 100 dni bez nich. Już tęsknię, jednak musimy to przetrwać. Wszystko co zaczynam, to kończę, więc teraz muszę być konsekwentna.

Agnieszka uważa, że aby być dobrym strażakiem, trzeba spełniać równocześnie przynajmniej kilka warunków. Trzeba być silnym, wytrzymałym fizycznie oraz psychicznie. Praca strażaka to praca wędznie, wykonywana pod presją i adrenaliną, w której bardzo często trzeba podejmować decyzje w jednym momencie. Agnieszka nie boi się ciężkiej pracy i tego, co ją czeka. Jest pierwszą kobietą w dziesięciu szczytniejszej komendy, która będzie pracować na podziale bojowym.

Najpiękniejsza rola życiowa

Urodziła dwójkę dzieci - Wiktora i Adasia. Po ciąży szybko wróciła do formy i do pracy. Dzieci to dla niej dwa najważniejsze powody do radości. Agnieszka wie, jak być spełnioną matką i szczęśliwą kobietą.

— Rola mamy to najpiękniejsze, co mnie w życiu spotkało. Cały świat mogę zwojować, ale potrzebuję mojej rodziny, tego miejsca. To moja twierdza, w której jestem tylko mamą, żoną i kobietą i nie nikomu nie udowodniać — zapewnia Agnieszka. — Stawiam ich dobro na pierwszym miejscu i ich szczęście jest dla mnie najważniejsze. Macierzyństwo to nowy etap w życiu każdej kobiety. Dziecko staje się najbliższym towarzyszem życia, a także największym codziennym wyzwaniem. Bycie mamą to najwspanialsza chwila na świecie, którą może przeżyć kobieta, ale również cierpliwość, poświęcenie i odpowiedzialność za małego bezbronnego człowieka. To jest coś tak pięknego, nie do opisania, zobaczyć pierwszy krok, usłyszeć pierwsze słowo i widzieć, jak każdego dnia nasz mały skarb dorasta. Przeżywać i poznawać świat razem z nim na nowo, inaczej. Każdego dnia odkrywać nowe nieograniczone możliwości i masę radości. Miłość bezgraniczna oraz bezinteresowna.

Lista marzeń do spełnienia

Agnieszka ma wiele marzeń i planów, które zamierza konsekwentnie realizować. Postanowiła, że co roku będzie realizować przynajmniej jedną rzecz z listy rzeczy do wykonania.

— Idę tam, gdzie chcę iść. Po prostu robię to, co chciałam osiągnąć — tłumaczy. Na 30 urodziny obcięła swoje długie włosy i oddała je na perukę dla chorych. — W ubiegłym roku na swoje urodziny skoczyłam ze spadochronem z samolotu. Marzy mi się zdobycie licencji pilota śmigłowców, ale to na chwilę obecną zbyt kosztowne marzenie. Taki kurs kosztuje 150 tysięcy złotych. Ale może kiedyś się uda. Na razie muszę zakończyć to co zaczęłam. Uważam, że marzyć warto. Wyznaczają one pewien cel w życiu. Coś do czego dzięki ciężkiej pracy możemy dojść. Gdy się nam to uda, możemy być z siebie dumni. Przegrywa się wtedy, gdy przestaje się walczyć o swoje marzenia, które uznają się za niemożliwe do spełnienia. Staram się żyć tak, by nikomu nie zaszkodzić, a wprost przeciwnie pomóc, doradzić. Trzeba walczyć o swoje marzenia i pomagać innym, by oni też mieli szansę je zrealizować. Trzeba mieć w życiu swoje pasje, bo jak żyć bez nich? Ja bym nie umiała!

A jakie jest największe marzenie Agnieszki?

— Chciałabym żeby nie się zmieniło w mojej twierdzy, w mojej rodzinie — mówi. — Mimo zmiany okoliczności, pracy. Postawiłam całe swoje życie do góry nogami. Co by się nie działo, chciałam, żebyśmy zawsze byli w tym razem.

Mąż Grzegorz jest bardzo dumny ze swojej żony, wspiera i dopinguje ją w realizacji jej celów.

— Agnieszka to przede wszystkim czuła i kochająca mama i żona. Jest idealna pod wieloma względami — zapewnia. — Jak przystało na sportowca dąży za wszelką cenę do upragnionego celu. Dobrym tego przykładem jest fakt, że dostała się na podział bojowy w straży pożarnej. Wiele miesięcy przygotowań i naprawdę ciężkiej pracy dały rezultaty. Ale taka właśnie jest Agnieszka - solidna i konsekwentna w tym co robi. Ostatnio sprawdziłam z ciekawości ilu strażaków w Polsce jest czynnych zawodowo. Wyszło, że jest ich ponad 25 tys. jeżdżących do akcji, oczywiście mam tu na myśli strażaków zawodowych, z czego kilkanaście spośród nich to kobiety. To samo mówi za siebie. Jestem z niej niezmiernie dumna i będę jej wraz z naszymi synami mocno kibicować w realizacji kolejnych zamierzeń, bo są one równie ambitne.

JOANNA KARZYŃSKA

j.karzyńska@gazetaolsztynska.pl



REKLAMA

licytacja

Obwieszczenie

o drugiej licytacji prawa własności nieruchomości
nr KW EL1E/00030437/4

Naczelnik Urzędu Skarbowego w Elblągu podaje do publicznej wiadomości, że

w dniu 15 lipca 2021 r. o godz. 11:00

w Urzędzie Skarbowym w Elblągu przy ul. Mickiewicza 43, w pokoju nr 14, odbędzie się druga publiczna licytacja nieruchomości stanowiącej prawo własności zabudowanej budynkiem niemieszkalnym działki gruntu nr 611 o powierzchni 0,0641 ha, położonej w miejscowości Jegłownik, przy ul. Jasnej, gmina Gronowo Elbląskie, powiat elbląski, województwo warmińsko-mazurskie, dla której Sąd Rejonowy w Elblągu VI Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi księgę wieczystą o numerze EL1E/00030437/4.

Działka posiada nieregularny kształt, jest ogrodzona i uzbrojona w sieć wodociągową, energetyczną oraz własną kanalizację z odprowadzeniem ścieków do szamba. Znajduje się w centralnej strefie wsi i posiada dostęp do drogi gminnej nieutwardzonej - ulicy Jasnej, stanowiącej działkę nr 600.

Zgodnie z ewidencją gruntów działkę stanowią w całości inne grunty zabudowane Bi (0,0641 ha).

Zgodnie z miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego zatwierdzonym Uchwałą Rady Gminy Gronowo Elbląskie nr XXII/200/01 z dnia 24.08.2001 r. działka numer 611 zlokalizowana jest w obrębie obszarów określonych jako tereny zabudowy produkcyjnej i składowej.

Na działce posadowiony jest usługowy budynek niemieszkalny z zapleczem socjalno-biurowym, wolnostojący, jednokondygnacyjny, zbudowany w 1970 r. w technologii tradycyjnej, o powierzchni zabudowy 278 m² i powierzchni użytkowej 245 m². Obiekt nieużytkowany od wielu lat, w złym stanie technicznym.

Suma oszacowania wynosi 184.615,00 zł, zaś cena wywołania jest równa 70% sumy oszacowania i wynosi 129.230,50 zł.

Warunkiem udziału w licytacji jest wniesienie wadium w wysokości 1/10 sumy oszacowania, tj. 18.461,50 zł, w gotówce bądź w postaci czeku potwierdzonego wystawionego na Naczelnika Urzędu Skarbowego w Elblągu. Gotówkę w odliczonej kwocie 18.461,50 zł lub czek potwierdzony przekazuje się w dniu licytacji do godz. 10.30 osobie prowadzącej licytację.

Licytacja może być odwołana bez podania przyczyny.

Szczegółowe informacje można uzyskać na www.warmińsko-mazurskie.kas.gov.pl, pod numerem telefonu 055 611 57 08 lub w siedzibie Urzędu Skarbowego w Elblągu po wcześniejszym umówieniu wizyty za pośrednictwem strony wizyta.podatki.gov.pl.



Kate Winslet, czyli szczepionką w twarz!

Rzecz będzie o tym, jak niespodziewanie — dla niej, ale i dla siebie samej — w jednej chwili zostałam największą fanką Kate Winslet w kosmosie! Co jeszcze bardziej zaskakujące: nie przypodobała mi się Kate ani nową brawurową rolą, ani nawet kolejnym Oscarem...!

Ze od dziecka ciągnęło mnie w stronę Zjednoczonego Królestwa — wiedzą chyba wszyscy i już nikt nie ma zamiaru ani mnie z tego kierunku zawracać, ani zbytnio potępiać. Skutek był taki, że trzy czwarte podwórka uwielbiało Michaela Jacksona i Madonnę — ja wołałam George'a Michaela i Annie Lennox. Reszta świata — Elvis Presley, ja — Elton John i Beatlesi, nie mówiąc o Rolling Stonesach. Nie inaczej było z literaturą: Szekspira polubiłam już przy Makbecie, apokochałam przy „Wiele hałasu o nic”. Że o bałwochwalczej mojej miłości do Agathy Christie już nawet pisać nie będę, bo wyszłoby mi osobne dzieło i jakiś nowy pamiętnik znaleziony w Saragossie...!

Od literatury, wiadomo — już całkiem blisko do filmu, zwłaszcza ekranizacji poszczególnych dzieł. Kenneth Branagh i Emma Thompson poszli zatem na pierwszy ogień, bo oboje we wspomnianym „Wiele hałasu o nic” pokazali bardzo dużą klasę, przy czym Kenneth to nawet podwójnie: i jako aktor, ale też jako reżyser. Uwielbiałam też ekranizacje książek Agathy Christie — siłą rzeczy moim idolem szybko został David Suchet, brawurowo wcielający się w rolę docieklewego detektywa Hercule'a P. Ale do gustu natychmiast przypadła mi też panna Jane Marple z twarzą Geraldine McEwan. Dalej, uwielbiam wszystkich Bondów, a zatem i Seana Connery, i Rogera Moore'a, i Tomothy'ego Daltona, Pierce'a Brosnana oraz — jakżeby inaczej! — Daniela Craiga. Ale uwielbiam też Judi Dench — M, po której płakałam na „Skyfall” rzewnymi łzami, oraz Ralpa Fiennesa, który na stanowisku M został jej następcą.

No, sami widzicie...! Mogę tak w nieskończoność, z obszernymi cytatami z poszczególnych dzieł w dodatku, zarówno w oryginale, jak i w tłumaczeniu.

Titanic i Rzeź

W którym momencie do tej galerii dołączyła Kate Winslet — nie pamiętam, ale z pewnością nie Titanic był moim pierwszym z Kate spotkaniem. Spotkaniem, które trwa, a po ostatnich Kate wyczynach — z pewnością potrwa do grobowej deski, wszystko jedno której z nas jako pierwszej się ta deska przytrafi...!

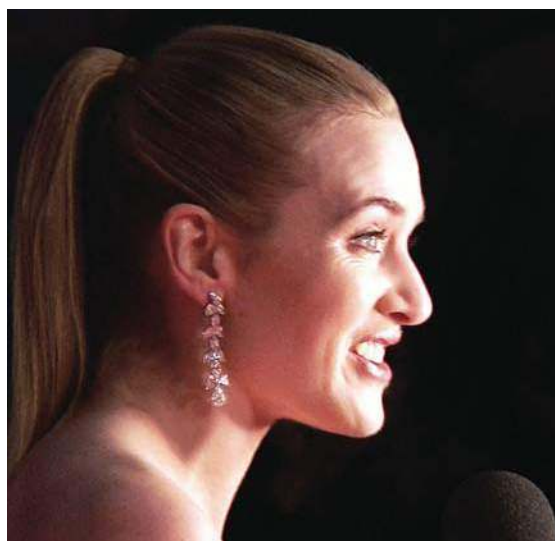
Mam mgliste wrażenie, że to mogła być „Rozważna i romantyczna” (Sense and Sensibility) — nudy na pudy zarówno nad książką, jak i w fotelu kinowym, ale taki Edward Ferrars z twarzą Hugh Granta już wabił całkiem skutecznie. Że romantyczna Marianne Dashwood nigdy w życiu nie mogłaby być moją przyjaciółką ani nawet ulubioną kuzynką — to więcej niż pewne. Ale tak. To w takich à la Jane Austen sceneriach zobaczyłam Kate Winslet pierwszy raz i... nic. Właściwie nic wielkiego się nie stało, grom nie huknęła, manna nie polała się z nieba...

Potem był osławiony Titanic, na punkcie którego oszaleli wszyscy — ale nie ja...! Bóg raczy wiedzieć, czemu konkretnie mnie ta histeria ominęła — jest taka ewentualność, że amerykański rozmach i efekty specjalne bardziej mnie zniechęciły, niż pociągnęły... Ale kiedy kilka lat od premiery i ja zdecydowałam się wkońcu na seans z boskim Leo i Kate Winslet w rolach głównych — wiedziałam, że wojownicza i wymykająca się wszelkim konwenansom Rose DeWitt Bukater byłaby moją najlepszą kumpelą w mieście. Razem uprawiałybyśmy rebelię na każdym kroku i w każdej dziedzinie, razem przełamywały stereotypy płci, wieku, zawodu i czego tam jeszcze. I to był ten monet, kiedy wiedziałam już też, że nazwisko Kate Winslet na każdym filmowym plakacie będzie działać na mnie niczym elektromagnes!

Ale moja ulubiona aktorka Kate dużą klasę — jak dla mnie — przede wszystkim pokazała w „Rzezi”. Czy to doborowa obsada, czy to osoba ukochanego Romana



Fot. wikipedia



Polańskiego, czy może przede wszystkim głębokość tego akurat obrazu, któremu niezwykle daleko do romantyczności czy nawet tragedii na oceanie — grunt, że sympatia moja do Kate Winslet stężała na mur-żelazo-beton! I poszło...

Holiday

To akurat kolejna komedia romantyczna, ale z całym szacunkiem — wedle moich standardów w zderzeniu z Cameron Diaz moja ulubiona Kate wygrywa zdecydowanie, a nawet przez knock-out! Gra aktorska i kunszt to jedno — ale wygląd słodkiej blondynki owielbionych, szklanobielskich oczach nie pomaga. Poza tym ta Amanda Woods kompletnie nie rozumie Anglii, nie

przemawia do niej piękno i przytulność angielskiego domku typu cottage, ale za to natychmiast rozkochuje w sobie Grahama — czyli nieludsko przystojnego Jude'a Law. Natomiast Iris w tej Ameryce jakoś nie wybrzydza, szybko i bez uwodzenia zaprzyjaźnia się z Milesem — a o Jacku Blacku można powiedzieć absolutnie każdy komplement prócz takiego o zabójczej przystojności. I to Iris przywraca starszemu panu wiarę, że kiedyś był kimś naprawdę wyjątkowym — i że dalej nim jest. A poza tym Iris jest akurat redaktorką w jednej z londyńskich gazet — i już przez pokrewieństwo zawodowe bliżej mi do niej niż do Cameron. Koniec — kropka!

Pokochałam ją za Lektora

To był kunszt w każdym calu. Nie dość, że przejmująca opowieść, nie dość, że wybitna obsada, to jeszcze przejmująca postać Hanny Schmitz... To był jeden z niewielu obrazów, które akurat mnie ukazały tę bardziej ludzką i jeszcze bardziej tragiczną twarz nazistów i nazizmu. Lektor chodził za mną długo po pierwszym seansie, drugi seans chyba tylko spotęgował moje traumy... A prawdziwość i szczerość przekazu Kate ujęły mnie po raz kolejny. Zaczynałam się po prostu przyzwyczajać...

Brzuch zostaje!

No, i teraz będzie clou — czyli ostatnia rola Kate Winslet w obrazie „Mare z Easttown”,

którego w dodatku jeszcze nie miałam przyjemności oglądać. Film opowiada ponoć historię detektyw z małej prowincjonalnej miejsciny, gdzieś w Pensylwanii — i ta detektyw prowadzi dochodzenie w sprawie lokalnego morderstwa. Ale nie w tym rzecz.

„Nawet nie próbuj!” — miała ponoć ostro zareagować Kate na propozycję reżysera, który chciał wyszczupić jej brzuch w jednej z tzw. rozbieranych i gorących scen. Mało tego — Kate nie zgodziła się także na wygładzanie jej zmarszczek na plakacie reklamowym, czym udowodniła jednocześnie, że botoks to nie jest jej przyjaciół na życie. Przeciwnie — Kate, tak jak jej bohaterka-detektyw, pokazuje, że jest kobietą z nie-

doskonałym ciałem, twarzą i mową ciała, ale za to adekwatną do jej wieku, życia i momentem, w którym się znajduje.

Ostatecznie, jak mawiała sama Coco Chanel, nic tak nie postarza kobiety jak desperackie próby wygładzania młodo. I mało jest bardziej od powyższego prawdziwych stwierdzeń, jakie kiedykolwiek wypowiedziała istota ludzka...!

A ta Kate Winslet — no, jak jej nie kochać?

Morał

Morał jest mianowicie taki, że brzuch można raz mieć większy, raz mniejszy — a czasem można nie mieć go wcale i wtedy jest to jednostka chorobowa. Nie wiem jednak jak dla reszty społeczeństwa, ale dla

mnie znacznie większe znaczenie w ocenie drugiego człowieka ma fakt posiadania twarzy — lub jej nie posiadania. Tak się niestety składa, że brak twarzy jednostką chorobową nie jest, ale jak na złość — jako choroba społeczna przybrał rozmiary godne ostatniej pandemii...! A jednak dzięki Kate Winslet contra spem spero! Bo może inne aktorki pójdą jej śladem i też zwiększą pieczołowitością będą dbać o wizerunek jako taki — a nie o ilości tłuszczu czy tam innych tkanek wokół bioder, ud i brzucha? Przy czym akurat mówiąc „wizerunek” na myśli mam charakter, osobowość i przymioty w pełni godne człowieczeństwa: szacunek wobec innych ludzi i wobec przyrody, tolerancję, szczerość, honor i dobroć.

Żeby nie było, że do operacji plastycznych twarzy nawołuję...!

A jeśli już o pandemii mowa, to ja osobiście wielkie nadzieje pokładam też w szczepionce. Nikt wprawdzie wciąż dokładnie nie wie, co to tak konkretnie ten koronawirus jest — ale że wyjątkowa z niego kreatura, to pewnie! A jeśli przyjmując szczepionkę na chorobę, którą koronawirus wywołuje — pozbedziemy się z naszych testów także tej zarazy charakterologicznej? I oceniać będziemy innych nie przez pryzmat wielkości brzuchów, nie przez zasobność portfeli czy grubość warstwy makijażu na twarzy — a wyłącznie przez pryzmat posiadania twarzy lub nie...?

Jeśli miałby to być efekt uboczny moich właśnie co przyjętych dwóch dawek kodu genetycznego SARS-Cov-2 — to ja, drodzy Czytelnicy, jestem jak najbardziej za!

A jeśli już nie przymioty ducha, nie szczepionka — to przy moim szacunku dla Kate za sprzeciw wobec wycinaniu kawałka brzucha trzymać mnie będzie życiowa prawda mojego wujka, który z nadwagą walczy całe życie. Przypowieść zasłyszana z ust wujka we wczesnym dzieciństwie wywarła na mnie największe wrażenie — możliwe, że spore znaczenie miał sposób opowiadania, bo wujek powiedział mi tę krótką, acz treściwą historię z jakąś dumą i domieszką mściwej satysfakcji. Mianowicie zdaniem wujka gruby, jak schudnie — to będzie; chudy, jak schudnie — to zniknie!

I tego się trzymam — czego i wam życzę!

MAGDALENA MARIA
BUKOWIECKA
m.bukowiecka@
gazetaolsztynska.pl



Okulary przeciwsłoneczne to ten rodzaj produktu, który traktujemy jako ważny element wizerunku, szczególnie w wiosenno-letnich stylizacjach. Niestety, często kupujemy okulary, które nie zapewniają nam właściwej ochrony. Kierujemy się kwestiami wizerunkowymi, takimi jak kolor czy kształt oprawek, nie biorąc pod uwagę parametrów szkieł, takich jak zabarwienie czy filtr UV. Często pod wpływem impulsu, kierując się chwilową potrzebą czy sezonową modą zapominamy, czemu właściwie mają służyć okulary przeciwsłoneczne. To spory błąd, ponieważ kupowanie okularów, bez odpowiednich filtrów ma niekorzystny wpływ na nasze oczy.

Czy faktycznie potrzebne?

Najważniejszym zadaniem okularów przeciwsłonecznych jest ochrona wzroku przed szkodliwym promieniowaniem UV – w tym UVA i UVB. Promieniowanie UVA stanowi 95% promieniowania ultrafioletowego i nawet w pochmurne dni stanowi dla naszych oczu i skóry spore zagrożenie. Uważa się, że promieniowanie UVA jest najbardziej rozprzestrzenionym i zagrażającym naszym oczom rodzajem promieniowania. Co więcej, jest ono obecne przez cały rok i niezależnie od pogody oddziałuje na nas. To samo promieniowanie, które może spowodować poparzenia skóry, trafia również do naszych oczu, których przecieć nie da się zabezpieczyć kremem z wysokim filtrem. Promieniowanie UVB stanowi 5% promieniowania ultrafioletowego i to właśnie ten rodzaj promieniowania odpowiada za opalanie naszej skóry.

Kiedy spędzamy czas na świeżym powietrzu, na plaży, nad jeziorem czy w górach, promienie słońca odbijają się od powierzchni piasku, wody, śniegu w wyniku czego dodatkowo zwiększają ilość szkodliwego promieniowania UV. Jego nadmiar, a w szczególności długoletnia ekspozycja, może prowadzić do wielu problemów ze wzrokiem i wywoływać różne zmiany chorobowe.

– Nie bagatelizujmy roli okularów przeciwsłonecznych. Skoro dbamy o swoją skórę i stosujemy filtry, dlaczego mielibyśmy nie robić tego samego dla zdrowia naszych oczu? Nadmierna ekspozycja na słońce może powodować nie tylko zapale-



Wybieramy okulary przeciwsłoneczne

Wraz z nadejściem wiosny wielu z nas przypomina sobie o pilnej potrzebie zakupu okularów przeciwsłonecznych. Często tak pilnej, że wybieramy je przypadkowo i nie zastanawiamy się nad tym, jakie powinny być, aby odpowiednio chronić nasze oczy. Według specjalistów, lepiej nie nosić żadnych okularów, niż nosić niewłaściwe. Dlaczego?

nie spojówek, ale też promieniowanie ultrafioletowe może uszkodzić powiekę, rogówkę, soczewkę wewnątrzgałkową, a także może prowadzić do trwałych uszkodzeń siatkówki, które znacznie pogarszają widzenie, a w najgorszym przypadku powodują utratę wzroku. Zmiany chorobowe spowodowane promieniowaniem UV to: słoneczne zapalenia spojówki i rogówki, skrzydlik, tłuszczak, zaćma, zwyrodnienie plamki żółtej (AMD) oraz nowotwory skóry i powiek – tłumaczy Agnieszka Szopa, ekspert firmy Hoya Lens Poland.

Warto pamiętać, że to, co się dzieje z oczami po ekspozycji na słońce, nie musi dawać objawów przez lata, natomiast uszkodzenia wzroku w wyniku działania promieniowania UV są nieodwracalne.

Nie tylko dla dorosłych

Nie zapominajmy, że dzieci są również narażone na

szkodliwe działanie słońca. Dlatego oprócz skrócenia ekspozycji na słońce zaleca się także noszenie odpowiednich okularów przeciwsłonecznych wtedy, kiedy oczy są narażone na promieniowanie UV – na plaży, nad wodą, na stoku w słoneczny dzień. Dzieci powinny zawsze nosić czapkę z daszkiem lub inne odpowiednie nakrycie głowy, które dodatkowo ochroni je przed szkodliwym promieniowaniem.

Jakie okulary powinniśmy wybrać?

Wysoka jakość materiałów oraz solidne wykonanie to cechy, których warto szukać w okularach. Dobre okulary to również te, które są dopasowane do kształtu naszej twarzy, nie zsuwają się, nie spadają i nie uciskają. Nie mogą być zbyt luźne, muszą chronić nasz wzrok z każdej strony, także po bokach. O czym jeszcze powinniśmy pamiętać?

– Gwarancję pełnej ochrony przed promieniowaniem słonecznym dają soczewki okularowe, które zostały wykonane z materiału o współ-

czynniku załamania światła równym bądź wyższym niż 1.53. Tymczasem, gdy decydujemy się na soczewki o indeksie 1.50, wówczas dobrze jest dobrać dodatkowy filtr UV 400, który w pełni chroni nasze oczy przed szkodliwym promieniowaniem UV. Dodatkowe zabezpieczenie gwarantuje powłoka antyrefleksyjna UV Control. Jej głównym zadaniem jest ochrona przed szkodliwym promieniowaniem UV, także od promieni odbitych od wewnętrznej powierzchni soczewek.

– Sprawdzmy, czy na okularach widnieje znak CE (Conformité Européenne), co oznacza, że spełniają one normy Unii Europejskiej. Uważajmy jednak, bo taki znak możemy znaleźć na okularach kupowanych w miejscach innych niż salon optyczny, takich jak bazy czy apteki. W tym przypadku symbol „CE” może oznaczać po prostu China Export i takie okulary nie zawierają żadnych filtrów przeciwsłonecznych, a ciemne zabarwienie soczewek okularowych powoduje, że więcej szkodliwego pro-

mieniowania dostaje się do oka przez rozszerzoną źrenicę.

– Okulary przeciwsłoneczne mają cztery kategorie zabarwienia. Mogą być delikatnie zabarwione, ale mogą też być bardzo ciemne. I chociaż do chodzenia „na co dzień” możemy dowolnie, w zależności od naszych preferencji i potrzeb, wybrać stopień ich zabarwienia oraz odcień, to już w trakcie jazdy samochodem soczewki zabarwione kategorii 4 (bardzo mocno zaciemnione) są zabronione.

Ochrona ważna przez cały rok

Ochrona wzroku ważna jest przez cały rok, nie tylko na wakacjach. Niezależnie więc od tego, czy odpoczywamy na plaży czy w zaśnieżonych górach, chodzimy po mieście czy prowadzimy samochód – warto zawsze mieć przy sobie parę porządných okularów przeciwsłonecznych.

Jeżeli dużo jeździmy samochodem, jesteśmy aktywni fizycznie i dużo biegamy, to warto zainteresować się kupnem okularów z filtrem polaryzacyjnym. Przez właściwości takich okularów zyskujemy lepszy komfort widzenia w trakcie jazdy, biegania i uprawiania sportów na świeżym powietrzu – mniej refleksów trafia do oka i zyskujemy poprawę kontrastu widzenia. Dzięki temu widzimy wyraźniej, co wpływa na nasze bezpieczeństwo w trakcie prowadzenia pojazdów.

Wada wzroku a okulary przeciwsłoneczne

Nie wszyscy użytkownicy okularów wiedzą, że wada wzroku nie wyklucza posiadania okularów przeciwsłonecznych, bowiem można je mieć w wersji uwzględniającej nasze wartości korekcyjne. Korekcyjne okulary przeciwsłoneczne występują w szerokiej gamie kolorystycznej, również w wersji z polaryzacją a także z szeregiem uszlachetnień, takich jak na przykład modna powłoka lustrzana.

JOANNA TRAKUL

Z jednej strony chciałoby się zjeść gofra, smażonego halibuta z frytkami, a z drugiej strach nie pozwala sięgnąć po to na co naprawdę mamy ochotę. Są dwa typy wyjazdów - w wersji all inclusive oraz wyjazd, podczas którego odżywiamy się na własną rękę - oba z nich są kuszące pod względem kulinarnym, a równocześnie mamy możliwość zdrowych wyborów, które pozwolą nie wrócić z wakacji z nadbagażem w postaci dodatkowych kilogramów.

WAKACJE W FORMIE ALL INCLUSIVE

Kusi tutaj wszystko. Darmo - wy alkohol od rana do nocy, na każdym rogu ciastka i lody oraz szeroki wybór potraw w trakcie głównych posiłków. Jest to raj dla każdego i jednocześnie zмога, jeżeli nie potrafimy nad sobą zapanować. Pamiętajmy, że wakacje nie są codziennie, to nie jest czas na myślenie o dodatkowych kilogramach czy odchudzaniu - urlop powinien być odpoczynkiem zarówno dla ciała jak i głowy. Strach przed przytyciem i odmawianie sobie każdego „kalorycznego” produktu nie wpłynę dobrze ani na głowę, ani na samopoczucie, bo w następstwie i tak rzucimy się na ten konkretny produkt, z tym, że spożyjemy go znacznie więcej niż w normalnych okolicznościach. Warto zapamiętać kilka porad z dietetycznego gabinetu i cieszyć się pysznym jedzeniem, przepięknymi widokami oraz czasem wolnym!



Dieta na wakacjach

Wielkimi krokami nadchodzi wyczekiwany czas urlopów, wyjazdów i podróży. Wiele osób czeka na wakacje cały rok i nie może się doczekać tych bezstreskich dni. Inni natomiast boją się o utrzymanie swoich zdrowych nawyków żywieniowych oraz o efekty uzyskane do tej pory.

1. Będąc w hotelowej restauracji, podczas głównych posiłków, weź do ręki jeden talerz i jeśli czujesz taką potrzebę to wypełnij go (aż!) po brzegi. Jedynym haczykiem jest to, że połowę tego talerza powinny stanowić warzywa, a dokładki nie zostały przewidziane.

2. W trakcie posiłku pij wodę, odkładaj sztućce, rozmawiaj z bliskimi. Wydłużaj czas konsumpcji, aby do mózgu zdążyła dojść informacja, że już się najadłeś zanim pojawi się informacja o deserze czy dokładce.

3. Przez cały dzień pij wodę, herbatę i kawę. Jeśli masz ochotę na alkohol to nie pij go od samego rana, tylko wyznacz sobie konkretny czas np. między 18 a 20.

4. Ruszaj się! Pływaj, spaceruj, biegaj. Ruch jest bardzo ważny zarówno do utrzymania kondycji, wagi jak i zdrowych stawów. Nawet delikatna aktywność fizyczna potrafi ochronić przed dodatkowymi kilogramami. Tu nie chodzi o wyczerpujące treningi, wystarczy 20- minutowy spacer.

WAKACJE Z „JEDZENIEM NA MIEŚCIE”

Wyjazd w góry, nad morze czy na Mazury, różne szerokości geograficzne, a podobne oblicze. Ulice pełne lodów, gofrów, zakreconych ziemniaków i innych przekąsek. Ledwo człowiek wyjdzie z restauracji, a już sięga po tajske lody, bo akurat koło nich przechodził. Jeżeli osoba będąca od pewnego czasu na redukcji wyjeżdża i luzuje swoje szelki, to jest to w porządku. Tak jak pisałam wyżej, to są wakacje, które nie

zdarzają się codziennie. Taka zmiana żywienia zadba o higienę głowy, może posłużyć jako motywacja do odchudzania (choć to jest głębszy temat - bo jedni będą chcieli wrócić na swoją „dieta”, inni czując zbyt duży luz, będą tygodniami, a niekiedy nawet miesiącami odwlekać powrót do swoich nawyków żywieniowych). Tylko nawet podczas luzowania dietetycznych obostrzeń trzeba pamiętać o umiarze - piąta kulka lodów czekoladowych smakuje tak samo jak



Aleksandra Kobylańska - autorka książek z zakresu żywienia i artykułów o charakterze popularno naukowym, mówca konferencyjny i certyfikowany dietetyk. Twórczyni profilu instagramowego @aleksandrakobylanska, na którym to znajdują się pyszne inspiracje kulinarne oraz treści psychologiczne.

ta pierwsza. Niejednokrotnie mając możliwość próbujemy wykorzystać ją w pełni, niestety często ze szkodą dla samych siebie.

1. Będąc w restauracji na obiedzie czy obiadokolacji zamów dokładnie to na co masz ochotę i zjedz ze smakiem!

2. Przez cały dzień pij wodę, herbaty i kawę. Gdy czujesz potrzebę i masz ochotę to wypij „coś więcej”, ale nie zapominaj o podstawach nawodnienia.

3. Ruszaj się! Wybierz dowolny rodzaj aktywności, ale taki, który sprawia Ci przyjemność. Możesz biegać, wspinać się po górach czy pływać na windsurfingu.

ALEKSANDRA KOBYLAŃSKA

Kuba przy garach poleca

Szynka wieprzowa w sosie chrzanowym z ziemniaczkami z wody

Dziś polecam kawał solidnej szynki ze świni skapanej w rozgrzewającym sosie chrzanowym.

Przygotowanie:

- 1kg szynki ze świni kroimy w plastry. Układamy na desce i pieprzymy z dwóch stron oraz posypujemy czosnkiem, - plastry szynki rumienimy na rozgrzanej patelni z odrobiną oleju. Powinno zająć to ok 4min z każdej strony, - w garnku obok doprowadzamy do wrzenia 2 szklanki bulionu i wkładamy do niego szynkę. Dodajemy 2 liście laurowe oraz ziele angielskie. Zakrywamy garnek i dusimy przez 50min na małym ogniu, - w połowie czasu gotowania



dodajemy do mięska 2 łyżki chrzanu i całość mieszamy, - po 50min wyłączamy ogień, natomiast w wysokiej szklance umieszczamy 200g śmietany 18% oraz kilka łyżek zupy. Dokładnie mieszamy i wlewamy do mięska.

Na chwilę zostawiamy by się smaki przegryzły, a na koniec możemy dodać szczyptę pieprzu i soli by podkreślić smaki, - podajemy z ziemniakami z wody, dużą ilością poszatowanego kopru oraz możemy również użyć buraczków.



Orientalny rosół z kaczki

Przyszedł czas na orientalny i tłusty jak brzuch po zimie, rosół z kaczki. Gotuje się go całkiem podobnie do tego tradycyjnego, natomiast stosuje się w nim 3 patenty, które sprawiają, że nabiera

ostrego i rozgrzewającego smaku.

Przygotowanie:

- korpus z upieczonej kaczki (lub inną część) wrzucamy do gara. Zagotowujemy, szumujemy i dodajemy obrane jarzyny: marchew, pietruszkę, seler, por i przypaloną cebulę. Gotujemy ok 1,5h na średnim ogniu,

- po tym czasie dodajemy do wywaru kilka suszonych grzybów i dość długi obrany świeży imbir. Gotujemy kolejne 30 minut, - rosół doprawiamy solą i pieprzem oraz 2 łyżkami sosu sojowego. Czekamy aż ostygnie i podajemy z makaronem oraz świeżą pietruszką.

Smacznego i dobrego weekendu!



Kuba Świątek - z zawodu menedżer w dużej międzynarodowej firmie, z zamiłowania kucharz hobbysta, entuzjasta dobrego jedzenia i gastronomii w ciekawym wydaniu. Z radością przekracza w kuchni kolejne kulinarne granice i poszukuje niebanalnych smaków, dobrze się przy tym bawiąc.

Zapraszam do śledzenia mnie na Instagramie: @kuba_przy_garach

KINO HELIOS
NA WEEKEND

tel. 89 535 20 30

447200bs-A -C

Sobota 12 czerwca:

Helios dla dzieci: MAGICZNE MUZEUM, seanse specjalne 12 i 13 czerwca, g. 10:30; OBECNOŚĆ 3: Na rozkaz diabła / napisy, g. 13:15, 15:15, 18:30, 20:30, 21:10; TOM & JERRY / familijny / od 7 lat / dubbing, g. 10:10, 12:40, 16, 18; MAGNEZJA, g. 11, 14:45, 19; NA RAUSZU / napisy, g. 16:15, 20; 10 DNI Z TATĄ / familijny / od 10 lat / napisy, g. 13:45; GENIUSZE / napisy, g. 12:15; CICHE MIEJSCE 2 / napisy, g. 14:45, 17, 19:30, 21:50; GODZILLA vs. KONG / napisy, g. 15, 17:45, 19:45;



JEDEN GNIEWNY CZŁOWIEK / napisy, g. 17:30, 20:15; SKĄD SIĘ BIORĄ SNY / familijny / b.o. / dubbing, g. 10, 13; ŚNIEGU JUŻ NIGDY NIE BĘDZIE / napisy, g. 11:15; CRUELLEA / dubbing, g. 11:30, 16:45; CRUELLEA / napisy, g. 14; KRUDOWIE 2: NOWA ERA / familijny / b.o. / dubbing, g. 10:45, 11:45, 14:20, 17:15; MORTAL KOMBAT / napisy, g. 21:40; DRUGA POŁOWA, g. 20:45

Niedziela 13 czerwca:

MAGICZNE MUZEUM: seanse specjalne, g. 10:30; OBECNOŚĆ 3: Na rozkaz diabła / napisy, g. 15:15, 18:30, 20:30, 21:10; TOM & JERRY / familijny / od 7 lat / dubbing, g. 10:10, 12:40, 16, 18; MAGNEZJA, g. 11, 14:45, 19; NA RAUSZU / napisy, g. 16:15, 20; 10 DNI Z TATĄ / familijny / od 10 lat / napisy, g. 13:45; GENIUSZE / napisy, g. 12:15; CICHE MIEJSCE 2 / napisy, g. 14:45, 17, 19:30, 21:50; GODZILLA vs. KONG / napisy, g. 13:15, 17:45, 19:45; JEDEN GNIEWNY CZŁOWIEK / napisy, g. 17:30, 20:15; SKĄD SIĘ BIORĄ SNY / familijny / b.o. / dubbing, g. 10, 13; ŚNIEGU JUŻ NIGDY NIE BĘDZIE / napisy, g. 11:15; CRUELLEA / dubbing, g. 11:30, 16:45; CRUELLEA / napisy, g. 14; KRUDOWIE 2: NOWA ERA / familijny / b.o. / dubbing, g. 10:45, 11:45, 14:20, 17:15; MORTAL KOMBAT / napisy, g. 21:40; DRUGA POŁOWA, g. 20:45; KRUDOWIE 2: NOWA ERA / familijny / b.o. / dubbing, g. 10:45, 11:45, 14:20, 17:15; MORTAL KOMBAT / napisy, g. 21:40; DRUGA POŁOWA, g. 20:45

62 Pytania Mocy

Wpis ten powstał w roboczej wersji kilka miesięcy temu, teraz „przypomniał mi się” w odpowiednim momencie. Sprawdzamy, co wyszło, co się nie udało albo po prostu jesteście ciekawi siebie. O co nam w życiu chodzi. Kim jesteśmy, czego oczekujemy, o czym marzymy.



Są pytania zamknięte, na które (teoretycznie) możemy odpowiedzieć „tak”, „nie” i ewentualnie „nie wiem”. Są też pytania tak zwane otwarte, na które można odpowiedzieć w wieloraki sposób. Tutaj czeka na nas kreacja, okazje i możliwości. Coś, co było wcześniej nieodkryte. Zadając je sobie, ujawniamy moc wszechświata w nas samych. Otwieramy potężne drzwi, za którymi spotka nas niemożliwe, jeszcze wczoraj nie do pomyślenia i nie do wyobrażenia sobie.

Pytania te najczęściej są nam zadawane na sesjach z psychoterapeutą (ewentualnie u coacha), ale jest coraz więcej ludzi, którzy czytając książki czy po prostu czerpiąc ze swojej wewnętrznej mądrości, umieją je odnaleźć i nie boją się ich sobie stawiać.

Są to pytania, które nazwałam pytaniami mocy, ponieważ czerpią z mocy czegoś większego niż my sami, a także twojej własnej. Dają ci też ogromną siłę tworzenia twojej własnej wersji rzeczywistości. Tej wymarzonej, najlepszej - gdzie jesteś spełniony i szczęśliwy.

Dobrze sformułowane pytanie kieruje twoją energię na pozytywne rozwiązania. Zauważ, jak się czujesz i jakie odpowiedzi się pojawiają, kiedy pytasz: „Dlaczego ciągle jest mi źle?”, a co pojawia się przy pytaniu: „Jak może być mi lepiej?”.

Pytania, które warto sobie zadać chociaż raz w życiu:

Kim chcę być?
Kim jestem?
Czy jestem szczęśliwy?
Za co jestem najbardziej wdzięczny?
Jaką radę dałbym sobie, będąc 10 lat młodszym?

Jaką radę dałbym sobie, będąc 10 lat starszym?
Jaką radę mogę dać sobie dzisiaj?
Jak postąpiłbym w danej sytuacji tu i teraz, gdybym był tym idealnym „JA”?
Za czym tęsknię?
Kto mnie inspirował?
Gdzie chciałbym zamieszkać, mając wybór?
Za co jestem wdzięczny sobie?
Z czym jestem w stanie się już pogodzić?
Co oznacza dla mnie „duży sukces”?
Co oznacza dla mnie „mały sukces”?
Jak chcę się czuć?
Jak mogę się wesprzeć w trudnych sytuacjach?
Kto jeszcze mógłby mnie wspierać?
Co najbardziej w sobie lubię?
Co w sobie kocham?
Jak mogę mieć tego więcej?
Czy dbam o siebie?
Czy wierzę w to co robię?

Czy jestem z siebie dumny?
Czy czuję się kochany?
Czy czuję się doceniany?
Czy czuję się spełniony?
Co jest moją siłą?
Co sprawia mi największą radość?
Za co chcę sobie podziękować?
Jakie jest moje miłe wspomnienie z dzieciństwa?
Co chcę przekazać światu?
Kim są moi przyjaciele?
Co mógłbym zrobić, żeby dać radość innym ludziom?
Co sprawia mi największą satysfakcję?
Czym jest piękno według mnie?
Co mogę zrobić, by było go więcej w moim życiu?
Co natura usiłuje mi powiedzieć?
Jak się czuję?
Co dodaje mi energii?
Kiedy jestem najbardziej zmotywowany do działania?
Jak mogę pokazać miłość swoim najbliższym?
Jak mogę pokazać miłość sobie?
Co mogę zrobić inaczej?

Jak może być jeszcze lepiej?
Jakie mam możliwości?
Co dobrego mnie dzisiaj spotka?
Co miłego mnie dziś czeka?
Jak mogę się czuć jeszcze lepiej?
Jakby to było otworzyć się na miłość?
Jak szybko mogę odczuć ulgę?
Co chciałbym dzisiaj usłyszeć?
Co potrzebuję dzisiaj usłyszeć?
Na czym skupię swoją uwagę?
Jakie niespodzianki przyniesie mi świat?
Jakby to było osiągnąć sukces?
Co jeszcze jest potrzebne, abym osiągnął swoje cele?
Jakie wspaniałe przygody mnie dzisiaj spotkają?
Jak to można zrobić najlepiej?
Jakby to było gdyby w moim życiu pojawił/a się mężczyzna/kobieta, przy którym/rej będę czuć się...?
Jakby to było, gdybym miał/a nieograniczoną wolność finansową?
Jakby to było, urzeczywistniać piękno, harmonię, zdrowie i vitalność w moim ciele?

Są to pytania skierowane na rozwiązania. Twój umysł od razu szuka odpowiedzi i ścieżek do spełnienia. Nie musisz wierzyć mi na słowo, po prostu spróbuj. Codziennie rano zadaj sobie jedno takie pytanie i patrz jak dzieją się cuda. **EWELENA DANIŁA**

O autorce:

Jestem niebawale zwyczajną kobietą z wyboru i psychodietetykiem z wykształcenia. Wierzę, że każdy jest ekspertem od samego siebie. Nie układam diet, tylko wspieram zmianę w relacji z jedzeniem i samym sobą. Zapraszam na moją stronę: www.zielonygarnek.com



Zapytaj psychoterapeutkę: nieustające poczucie winy

Poczucie bycia gorszym, że nie należy mi się to co dobre, myślenie że nie powinienem istnieć, albo w ogóle urodzić się, że mogę dostać tylko to co najgorsze, już dawno przebrane, myślenie że lepiej abym nie żył, że jestem czarną owcą w rodzinie, poczucie bycia popychadłem, kozłem ofiarnym. To niektóre myśli i uczucia osób niosących na swoich barkach poczucie winy. Ludzie, którzy czują, że są winni nie mogą pełną piersią korzystać, z tego co przynosi życie. Wina bywa tak zalewająca, że nie pozwala normalnie funkcjonować, żyć, pracować, tworzyć więzi z innymi. Poczucie winy prowadzi często do



depresji, a także wielu innych chorób somatycznych. Odczuwana wina nie jest rozumiana przez otoczenie, a nawet przez samą osobę, która ją ma. Aby zmniejszyć ciężar zalewanych myśli bycia winnym, osoby

nim dotknięte ratują się jak mogą. Zaczynają żyć w pokucie, zapadają się psychicznie, odcinają od kontaktów z ludźmi, jakby byli niegodni uczestniczyć w życiu społecznym. Stają się wykluczeni, jakby ratowali świat przed swoją obecnością. Co ciekawe, ci którzy odczuwają tak głęboką winę często nie mają powodu, aby czuć się winnym, ponieważ nie zrobili w swoim życiu nic złego, a jednak czują winę i pokutują. Np. uważają, że nie zasługują na dobrego męża, jedzą jedzenie dopiero wtedy jak się przeterminuje, uważają że im nic nie potrzeba, nie umieją przyjaźnić się nowemu, dobre słowo sprawia im przykrość i cierpienie,

karmią się tylko tym jak ktoś będzie ich poniżał i mówił źle, oddają dobre rzeczy, które przychodzą w życiu, albo je wręcz omijają. Kiedy poczucie winy jest nieadekwatne do sytuacji znaczy, że ktoś przejął winę za tego, który winy nie poniósł. Np. dziecko nie chce żyć, nie chce swoje ciało, czuje się winne jakby zrobiło komuś straszną krzywdę. Praca nad poczuciem winy prowadzi do uwolnienia i patrzenia na coś czego wrodziny pacjenta nie chce się widzieć, ani pamiętać lub czego on sam nie chce przyjaźnić i uznać, a zdarzyło się w jego własnym życiu.

* Artykuł ma charakter informacyjny, nie jest poradą lekarską, ani farmaceutyczną.



Dr Katarzyna Kęsicka
Certyfikowany Psychoterapeuta Psychosomatoterapeuta Fitoterapeuta

Specjalistyczne Centrum Psychoterapii i Ziołolecznictwa w Działdowie, ul. Katarzyny 18/2, Tel: +48 793 055 588
www.facebook.com/psychoterapia.i.ziololecznictwo8
<https://www.goldenline.pl/katarzyna-kesicka3>

Możecie Państwo aktywnie włączyć się w tworzenie działu Psychoterapia i Ziołolecznictwo poprzez propozycje tematów z tych dziedzin, o których chcielibyście dowiedzieć się więcej. Propozycje można zgłaszać na adres mailowy: z.leszczynska@gazetaolsztynska.pl

Zwykle uczulają rośliny niepozorne, pozbawione barwnych kwiatów, produkujące miliony pyłków przenoszonych przez wiatr i łatwo wnikaćcych do nosa, oczu i oskrzeli. W Polsce o tej porze roku najczęściej są to pyłki traw — wiechliny łąkowej, kupkówki pospolitej, kostrzewy łąkowej, tymotki i żyta; chwastów — bylicy pospolitej, babki lancetowatej; i drzew — brzozy, leszczyny, jesionu, wierzby, dębu. Rzadziej, ale jednak uczulają też rośliny ozdobne — chryzantemy, fikusy, pierwiosnki, czy zioła — krwawnik pospolity, nagietek lekarski. Nawet sam intensywny zapach niektórych kwiatów i liści, choćby lilii czy goździków, może powodować ataki astmy i kataru siennego.

Osoby, które podobnie jak ja, los uszczęśliwił licznymi alergiami na pyłki — powinny całoroczny kalendarz pyłki znać na pamięć. Albo przynajmniej zawsze go mieć pod ręką, bo te uczulające pyłki nie mordują nas tylko wiosną. Warto też poznać rośliny bezpieczne, bo choć w zieleni wiele jest gatunków oznaczonych jako wywołujących reakcje alergiczne — również liczne są te zupełnie bezpieczne. Zatem warto wiedzieć, kiedy stężenie alergenów odpowiedzialnych za objawy alergii jest największe — ale zamiast rezygnować ze spacerów na świeżym powietrzu wystarczy po prostu wybierać miejsca, w których rosną te nieuczulające gatunki.

Te, których unikamy

Latem katar sienny to reakcja obronna organizmu przede wszystkim na pyłki kwitnących właśnie traw, jesionów oraz lipy drobnolistnej. Co do

Idzie lato i alergii ciąg dalszy też!

Choć zdawać by się mogło, że najgorsze już za nami — pyłki wcale nie odpuszczają. Problem bowiem w tym, że kilka roślin już przekwitło i nie uczula, ale w ich miejsce zaczęły kwitnąć następne!



Fot. P. Kuchaj

traw, które szczerze mówiąc nie raz i nie dwa razy bokami mi wyszły — ich główny czas pylenia przypada na okres od drugiej połowy maja do pierwszej połowy lipca. To właśnie trawy najczęściej wywołują sezonowe dolegliwości alergiczne w Polsce. Największe stężenie pyłków traw obserwuje się między 5 a 8 rano, a także od 17 do 19. W tym czasie alergicy powinni w miarę możliwości przebywać w domu.

Z kolei taki jesion, dostojne skądinąd drzewo, należy do rodziny roślin oliwkowatych i... też uczula! Silnie uczulający pyłek jesionu powoduje alergiczny nieżyt nosa oraz spojówek przede wszystkim

w krajach basenu Morza Śródziemnego. W Polsce notuje się natomiast wiele przypadków reakcji krzyżowych między alergenami ligustru oraz oliwki europejskiej.

Katar sienny wywołuje również lipa drobnolistna, drzewo występujące w Polsce powszechnie. Lipa ma właściwości lecznicze — napar uzyskany z jej kwiatów znajduje zastosowanie w leczeniu anginy, grypy, zapalenia gardła lub stanów gorączkowych. Nie zmienia to jednak faktu, że pyłki lipy powodują wystąpienie symptomów alergii: kataru siennego, pokrzywki oraz zapalenia spojówek.

Alergia na leszczynę jest chyba jedną z najczęstszych. Osoby uczulone na pyłek leszczyny mogą doświadczać objawów alergii również w okresie pylenia brzozy oraz olchy. Oprócz alergii na pyłki niektórzy alergicy zauważają u siebie symptomy uczulenia na owoce leszczyny, czyli zwykajnie na orzechy laskowe...! I to już jest dramat...

Dalej — w ostatnich latach coraz bardziej powiększa się towarzystwo osób uczulonych na kwiaty olchy, choć jeszcze niedawno olcha nie była uznawana za drzewo o właściwościach alergennych. Co ciekawe, roślina nie musi mieć właściwości uczulających, by powodować wystąpienie objawów uczuleniowych. Tak jest choćby w przypadku topoli. Jej pyłki podrażniają błonę śluzową nosa oraz spojówki, ale nie jest to reakcja alergiczna. Typowe symptomy alergii pojawiają się natomiast, gdy osoba uczulona trafi na pyłki wiąz. Biedny alergik doświadcza świądu, łzawienia oczu, kichania, świszczącego oddechu, bólu głowy oraz zatok.

Zapalenie błon śluzowych ma miejsce także po zetknięciu z pyłkami brzozy. Niestety, stosunkowo silne reakcje alergiczne są również wynikiem kontaktu z pyłkami buku — tego samego, od którego wywodzi swoje rodowe nazwisko...! Drzewo to pyli najsilniej pod koniec wiosny, czyli

w maju i czerwcu. Jakby tego było mało, warto pamiętać, że pyłki buku mają też właściwości rakotwórcze. Inaczej jest w przypadku wierzby — mimo działania alergennego drzewo to ma właściwości lecznicze.

Niektóre alergię wziewne są dość rzadkie, tak jest w przypadku uczulenia na pyłek grabu. Może się również zdarzyć, że alergia jest dość powszechna, ale jej objawy są niezbyt nasilone, czego przykładem jest uczulenie na komosę białą (lebidę). Mimo iż lebidę nie wywołuje dotkliwych symptomów alergii, warto jej unikać, gdyż jest to roślina trująca. Wskazane jest także ograniczenie stycności z alternarią — grzybem pleśniowym wykazującym silne działanie alergiczne.

Zieleń alergikom przyjazna

Jest jednak nadzieja i szansa na to, by alergicy nie byli zmuszeni pozostawać wareszcie domowym do późnej jesieni... Obok wszystkich tych uczulających gatunków

zarówno domowe, jak i miejskie tereny zieleni obfitują bowiem w rośliny niewywołujące dokuczliwych objawów. I ta lista jest szczęśliwie, całkiem spora...!

Prawie nie uczula pyłek sosny pospolitej (*Pinus sylvestris*). Dodatkowo, to drzewo jest w stanie wyprodukować w ciągu doby nawet do 1 800 l tlenu...! Sosnowy las zatem to dla alergika raj na ziemi.

Różowate to z kolei rodzina nieuczulających roślin, obejmująca m.in. drzewa owocowe — gruszę domową, jabłoni pospolitą, wiśnię, czereśnię, śliwkę — i wszystkie one mogą z powodzeniem rosnąć w pobliżu domów alergików. Należą do niej również takie gatunki jak jarząb pospolity, czyli potocznie kochana jarzębina, oraz głóg dwuszyjkowy.

Inne drzewa i krzewy bezpieczne dla osób z alergiami wziewnymi to pigwowiec chiński, tawuły, perukowiec podolski, forsycja, kalina koronowa, krzewuska cudowna oraz wszystkie odmiany berberysu.

Rośliny ozdobne, które można uprawiać w domu i ogrodzie, to gatunki z rodziny dzwonkowatych, wargowych — szalwia i osetka wirginijaska, czosnkowatych oraz niektóre jaskrowate — zawilec japoński, ostróżka ogrodowa, orlik pospolity, pełnik europejski, rutewka orlikolistna.

Rośliny doniczkowe wytwarzające w nocy tlen i oczyszczające powietrze, jak aloes drzewiasty, dracena, sansewieria gwinejska, kaktus wielkanocny czy skrzydłokwiat — nie tylko nie uczulają, ale nawet mogą ułatwiać alergikom oddychanie podczas snu. Ważne jednak, by nie przesadzić z ich ilością, ponieważ w nadmiarze powodują wzrost wilgotności w mieszkaniu, co sprzyja z kolei rozwojowi grzybów i pleśni, a także gromadzeniu się na liściach kurzu — stąd tak ważna jest ich regularna pielęgnacja.

MAGDALENA MARIA
BUKOWIECKA
m.bukowiecka@
gazetaolsztynska.pl



REKLAMA

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

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

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

Zabiegi operacyjne w ramach „chirurgii jednego dnia”

Rejestracja telefoniczna
pn.-czw. 10.00-16.00

Umowa z NFZ

152220otr-A-C

STOMATOLOG
LEK. EWA MICKIEWICZ
specjalista protezki stomatologicznej
Olsztyn, ul. Barcza 48/1
tel. 89 542 67 40
tel. 512 506 756

- pełny zakres stomatologii zachowawczej • proteztyka
- RTG zębów • laseroterapia
- wybielanie zębów

• licówki porcelanowe

155420otr-A-G

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

CHOROBY ŻYŁ I TĘTNIC

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

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

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

152520otr-A-C

Lek. med.
Artur ZALEWSKI
specjalista chirurg
Chirurgia Ogólna

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

152820otr-A-C

CENTRUM REHABILITACJI NIEBIESKI HAMAK
dr n. med. Agnieszka Biernacka

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

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

Olsztyn, ul. Leśna 2

151120otr-a-M

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

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

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

156020otr-A-G

GDZIE ZAMÓWIĆ OGŁOSZENIE DROBNE?

www.nadajogloszenie.pl

CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ

Olsztyn, plac Józefa Bema 5

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

b.ogloszen@gazetaolsztyńska.pl

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

Barczewo, ul. Wojska Polskiego 7

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

Bartoszyce, pl. Konstytucji 3 Maja 29

(Biuro turystyczne IKAR)

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

Biskupiec, ul. Topiel 2

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

Elbląg, ul. Rybacka 35

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

Mitakowo, ul. Olsztyńska 16 (Urząd Miasta)

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

Mragowo, ul. Ratuszowa 5

(Mragowska Agencja Turystyczna „MAT”)

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

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

tel. (89) 625-21-20, fax (89) 625-26-98

czynne pn.-pt. 7.00-15.00, soboty nieczynne

Olsztynek, ul. Chopina 29 (Miejski Dom Kultury)

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

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

tel./fax (89) 624-31-48, (89) 624 55 74

czynne pn.-pt. 8.00-17.00, sob. nieczynne

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

www.drobniaak.pl

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

ZWIERZĘTA

kupię

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

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL,
503-103-703

do wynajęcia

DWUPOKOJOWE ładne centrum
Olsztyna, 505-669-918

KAWALERKA, 669-262-149

PRACA

dam pracę

DAM pracę w małym gospodar-
stwie rolnym bydło. Zakwaterowa-
nie wyżywienie wynagrodzenie,
608020839

MURARZA, 667-947-124

W gospodarstwie mlecznym, 510-
135-912

W małym gospodarstwie rolnym,
opasy. 501-078-878

ZBROJARZ betoniarz, 604-905-460

USŁUGI

budowa | remont

GLAZURA, hydrauliczne, 669-336-
031

REMONTY mieszkań komplekso-
we, 602-477-817

USŁUGI glazurnicze tel. 793 015
716

transport

TRANSPORT, przeprowadzki, 729-
242-457

inne

!!!! Lekkie prace gospodarcze,
porządkowe i ogrodowe. Codzien-
nie i w weekendy z dowozem na
Skandę i do Bartąga. Możliwość
skorzystania z posiłków i noclegu.
Terminowe wypłaty wynagrodzeń.
512-595-888

SZYCIE kołder, 665-434-450

BIZNES

LOMBARD, (89) 534-06-73

RÓŻNE

inne

W Hotelu Wileńskim odbędzie się
Bał Seniora 10.07.2021 r. Zapew-
niamy pyszne jedzenie, muzykę na
żywo i fantastyczną zabawę. 150zł/
osoba. Bilety tel. 513-001-783

pożegnania.net
Wyraź swój żal i zapal
wirtualną świeczkę



GAZETA OLSZTYŃSKA

31419opb1-aa-M

**TU ZLECISZ ZAMIESZCZENIE NEKROLOGU LUB KONDOLENCJI
W „GAZECIE OLSZTYŃSKIEJ” I „DZIENNIKU ELBLĄSKIM”**

NEKROLOGI (wymagany akt zgonu). Terminy przyjęć*:

- na poniedziałek – do piątku do godz. 15.00
- na wtorek, środę, czwartek, piątek
– dnia poprzedniego w godz. 7.00-15.00
- na sobotę – do czwartku do godz. 15.00

* Dotyczy Biura Ogłoszeń w Olsztynie, plac Józefa Bema 5

KONDOLENCJE

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

Biuro Ogłoszeń, **OLSZTYN, plac Józefa Bema 5**

czynne w godz. 7.00-15.00, soboty – nieczynne

tel. 89-539-74-80, b.ogloszen@gazetaolsztyńska.pl

www.pozegnania.net

Biuro Ogłoszeń, **ELBLĄG, ul. Rybacka 35**

tel. 55-236-18-02

pon.-pt. godz. 8.00-16.00



**USŁUGI
POGRZEBOWE**

ARKA
Elżbieta Michałowska Anna Michałowska

OLSZTYN (Zatorze), ul. M. Zientary-Malewskiej 2A

☎ **89 534 72 42, 605 635 908**

OLSZTYN (Jaroty), ul. Herberta 16/24

(wejście od Wilczyńskiego, naprzeciw „Medyka”)

☎ **89 526 66 01, 605 665 909**

www.arkaolsztyn.pl

Całodobowy przewóz zmarłych

614619opb1-g-M



dawniej **market**

OLSZTYN

ul. Lengowskiego 18-20

895 355 300

602 327 277

BISKUPIEC

ul. Armii Krajowej 4

897 152 093

608 680 642

POGOTOWIE POGRZEBOWE

89 527-09-09

Pomożemy Ci godnie pożegnać

614219opb1-E-G



ARKADIA
Olsztyn, ul. Jagiellońska 52/85

tel. 89 526 67 53, 665 175 125

całodobowe przewozy zmarłych

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

*Gwarantujemy godną
i kulturalną posługę*

614419opb1-a-K



KOMPLEKSOWE USŁUGI POGRZEBOWE

ANDRZEJ DĄBROWSKI

Olsztyn, ul. Limanowskiego 18/2

☎ **89 67 77 100, kom 530 308 308**

GODNIE – SOLIDNIE – Z SZACUNKIEM

Całodobowy przewóz zmarłych

320520opb1-a-M

61617opb1-AH-K

28919opb1-C-K

Euro 2020 od rana aż do późnego wieczora

Dania, Belgia, Rosja, Anglia, Chorwacja i Holandia – mecze tych reprezentacji będzie można obejrzeć już w pierwszy weekend, rozłożonych na miesiąc, finałów piłkarskich ME. Na emocje z udziałem Polaków trzeba poczekać do poniedziałku.

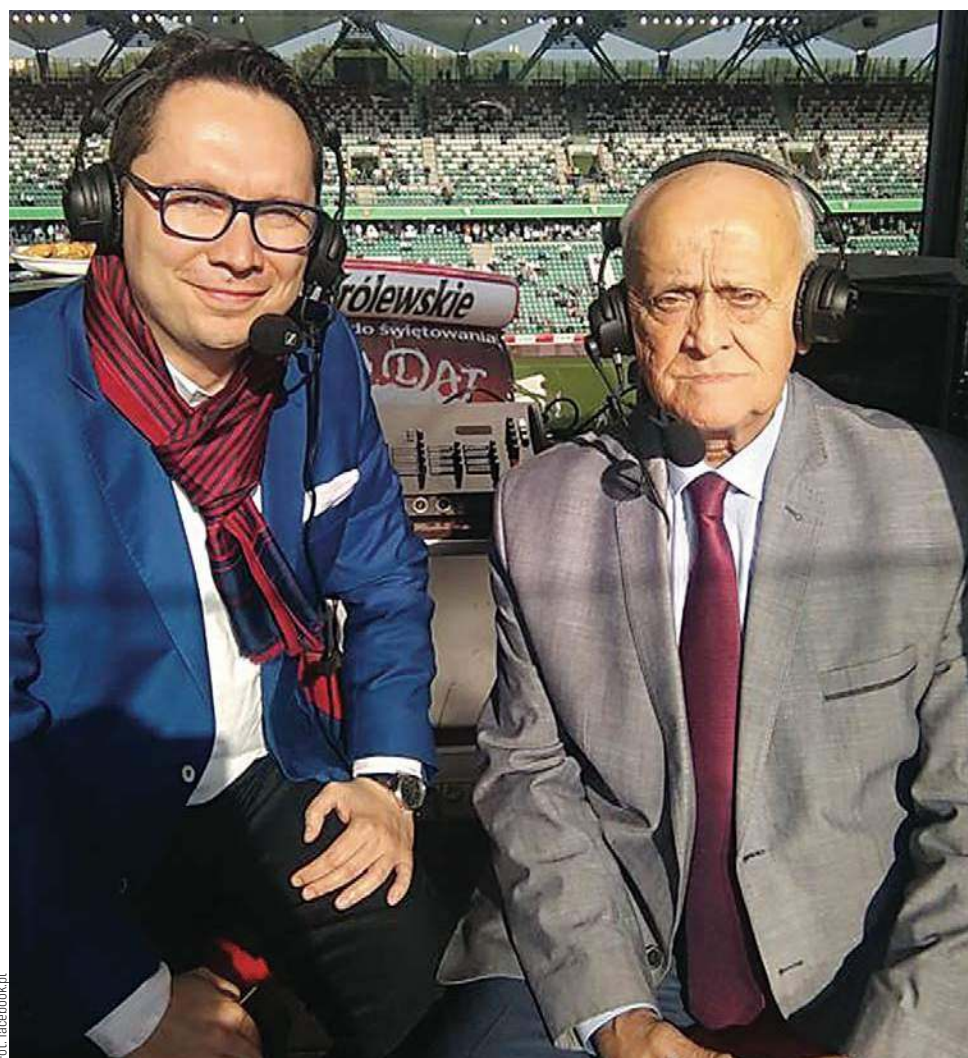
Z punktu widzenia kibica-telewidza, najistotniejszą informacją jest ta, że cały finałowy turniej Euro 2020 (przez pandemię przełożony z zeszłego roku) pokaże Telewizja Polska, bądź to na swoim kanale stricte sportowym (TVP Sport), bądź też w ogólnodostępnym paśmie (TVP 1, TVP 2). I tylko telewizja publiczna. Poza transmisjami wszystkich meczów, telemaniacy mogą się nastawiać także na liczne programy publicystyczne, w trakcie których piłkarzy eksperci omówią wszystko to, co się nadaje do omówienia, a co jest związane najważniejszym futbolowym wydarzeniem tego roku w Europie.

I tak, wzorem mundialu 2018, pierwszą ze swoich propozycji telewizja będzie serwować już do śniadania: o godz. 8 będzie nadawane Studio Euro, gdzie będzie czas i miejsce na dokładną analizę spotkań z poprzedniego dnia.

Później do głosu dojdą uczestnicy EuroDebaty, czyli programu z udziałem czołowych polskich publicystów piłkarskich, reprezentujących różne media. – Chcemy stworzyć nie porozumienia. Pokazać, że łączy nas piłka i Euro 2020, że jesteśmy w stanie rozmawiać i dyskutować – mówi Marek Szkolnikowski, dyrektor TVP Sport.

O godz. 10 przyjdzie czas na kolejne Studio Euro, tyle że tym razem dotyczące zbliżających się meczów (nie zabraknie wejść na żywo korespondentów rozsianych po Europie). Z kolei w samo południe antenę TVP Sport przejmą współtwórcy youtube'owego Kanalu Sportowego: Mateusz Borek, Michał Pol, Tomasz Smokowski i Krzysztof Stanowski.

Idźmy dalej: godz. 13 będzie zarezerwowana na połączenie z bazą Polaków, a program „Łączy nas Euro” będzie przynosił telewidzom najświeższe wieści z obozu Białe-Czerwonych. A potem przyjdzie już czas na część meczową, bo – jak to zwykle bywa – każde spotkanie turnieju będzie poprzedzone



Co prawda nie razem, ale olsztynianin Maciej Iwański i trener Andrzej Strelau będą komentować mecze Euro 2020

studium. Wszystko zamknie natomiast EUROwieczór, będący podsumowaniem dnia.

Na tym jednak nie koniec, bo w dni meczów Polaków telewizja pokaże program w ekskluzywnym składzie: „Klub Reprezentanta” będzie zapraszał tylko piłkarzy, którzy mają na swoim koncie występy w narodowych barwach.

Euro 2020 w TVP Sport. Co, gdzie i kiedy oglądać?

8:00 Studio EURO – bramki, analizy, opinie dotyczące meczów z poprzedniego dnia.

9:00 EUROdebaty – dyskusja w gronie znanych dziennikarzy piłkarskich, reprezentujących różne media.

10:00 Studio EURO – meldunek z bazy reprezentacji Polski, łączenia z wystannikami TVP Sport na mecze EURO, zapowiedź spotkań.

12:00 Mecz dnia z Kanalem Sportowym – Mateusz Borek, Michał Pol, Tomasz Smokowski i Krzysztof Stanowski dyskutują o najciekawszym meczu dnia.

13:00 Łączy nas EURO – godzinny program prosto z bazy reprezentacji Polski w Sopocie. Treningi, konferencje, analizy.

• Klub Reprezentanta – nadawany w dni, w których gra reprezentacja Polski i bezpośrednio po jej meczach. Dyskusja w ekskluzywnym gronie piłkarzy, którzy przynajmniej raz zagraли w koszulce z orłem na piersi.

• Tifosi – coś dla futbolowych hipsterów, czyli mecze mniej znanych zespołów okiem najlepszych specjalistów.

Podkreślimy raz jeszcze: na antenach telewizji publicznej będzie można obejrzeć wszystkie 51 spotkań ME. Za pośrednictwem strony tvpsport.pl oraz aplikacji mobilnej TVP Sport, kibice będą mieli do wyboru aż cztery ścieżki dźwiękowe.

Mistrzostwa Europy rozpoczęły się piątkowym spotkaniem Włochów z Turkami w Rzymie (mecz zakończył się już po oddaniu gazety do druku). Polska otworzy Euro 2020 pojedynkiem ze Słowacją, już w poniedziałek 14 czerwca w Sankt Petersburgu (g. 18), a później zmierzy się jeszcze 19 czerwca z Hiszpanią w Sewilli oraz 23 czerwca ze Szwecją w Sankt Petersburgu. Finał ME zaplanowano na 11 lipca na Wembley. Tytułu sprzed pięciu lat bronią Portugalczycy, którzy po dogrywce pokonali Francję (1:0).

SPORT W TELEWIZJI SOBOTA

• Siatkówka. Liga Narodów kobiet: Rosja - Korea Południowa, Japonia - Turcja (9:50, 12:50 Polsat Sport), Tajlandia - Niemcy, USA - Belgia (11:50, 14:50 Polsat Sport Extra), Chiny - Holandia, Kanada - Serbia (15:50, 17:50 Polsat Sport), Dominikana - Włochy (18:50 Polsat Sport News), Polska - Brazylia (20:50 Polsat Sport, TVP Sport)

• Wyścigi motocyklowe. FIM World Endurance Championship: wyścig 24-godzinny w Le Mans (11:45 Eurosport 2)

• Kolarstwo. Wyścig Dookoła Słowenii, 4. etap (13 Eurosport 2); Tour de Suisse, 7. etap (15:10 Polsat Sport News)

• Tenis. Turniej WTA w Nottingham (13, 15 Canal+ Sport); French Open w Paryżu: finał gry pojedynczej kobiet (14:30 Eurosport 1)

• Piłka nożna. Euro 2020, grupa A: Walia - Szwajcaria (14:50 TVP Sport, TVP 1); grupa B: Dania - Finlandia (17:50 TVP Sport, TVP 2), Belgia - Rosja (20:50 TVP 1)

• Piłka ręczna. Finał Four Ligi Mistrzów, półfinały: Paris Saint-Germain HB - Aalborg HB, Barca Lassa - HBC Nantes (15, 17:55 Eurosport 2)

• Sporty walki. Mistrzostwa Stowarzyszenia MMA Polska (17 Polsat Sport Fight)

• Koszykówka. Turniej Energa Cup mężczyzn: Polska - Meksyk (17:50 Polsat Sport Extra), Tunezja - Rosja (17:50 Super Polsat, 20:20 Polsat Sport Extra)

• Żużel. Indywidualne mistrzostwa Europy, 1. runda (19:30, Eurosport 1)

• Hokej. Liga NHL, mecz 2. rundy play-off (2:05 z sob. na niedz., TVP Sport)

• MMA. Gala UFC 263, waga średnia: Israel Adesanya - Marvin Vettori (4:00 sob./niedz., Polsat Sport)

NIEDZIELA

• Wyścigi motocyklowe. FIM World Endurance Championship: wyścig 24-godzinny w Le Mans (7, 10 Eurosport 2)

• Siatkówka. Liga Narodów kobiet: Turcja - Belgia, Włochy - Holandia (9:50, 13:20 Polsat Sport Extra), USA - Japonia, Korea Południowa - Serbia (11:50, 17:50 Polsat Sport News), Dominikana - Chiny (14:50 Polsat Sport Extra), Rosja - Kanada (16:20 Polsat Sport), Tajlandia - Polska (19:20 Polsat Sport, TVP Sport), Niemcy - Brazylia (20:50 Polsat Sport News)

• Piłka nożna. Fortuna 1. liga: GKS Tychy - ŁKS Łódź (12:30 Polsat Sport), Radomiak Radom - Korona Kielce (12:30 Polsat Sport Premium 1); Euro 2020, grupa D: Anglia - Chorwacja (14:50 TVP Sport, TVP 1); grupa C: Austria - Macedonia Północna (17:50 TVP 2), Holandia - Ukraina (20:50 TVP Sport, TVP 1); 2. liga hiszpańska, finał play-off (20:55 Eleven Sports 1); Copa America w Brazylii, grupa B: Brazylia - Wenezuela (23:55 TVP Sport), Kolumbia - Ekwador (1:55 niedz./pon., TVP Sport)

• Kolarstwo. Wyścig Dookoła Słowenii, 5. etap (13 Eurosport 2); Tour de Suisse, 8. etap (13:35, 14:05, 15:05 Polsat Sport News)

• Żużel. eWinner 1. liga: Orzeł Łódź - Arged Ostrów Wielkopolski (13:40 nSport+); PGE Ekstraliga: Motor Lublin - Stal Gorzów, GKM Grudziądz - Falubaz Zielona Góra (16, 18:45 nSport+)

• Tenis. French Open w Paryżu: finał gry pojedynczej mężczyzn (14:30 Eurosport 1)

• Koszykówka. Turniej Energa Cup mężczyzn: mecz o 3. miejsce oraz finał (17:50, 20:20 Super Polsat, Polsat Sport Extra); liga hiszpańska: 1. mecz finału play-off (18:30 SportKlub); NBA, mecz play-off: Milwaukee Bucks - Brooklyn Nets (21 Canal+ Sport)

• Piłka ręczna. Finał Four Ligi Mistrzów, finał (18 Eurosport 2).

SZEŚĆ DUETÓW PRZY MIKROFONIE

Mecze Euro 2020 w TVP swoim komentarzem będzie wzbogacać sześć duetów komentatorskich. Oto ich skład: – Mateusz Borek i Kazimierz Węgrzyn; – olsztynianin Maciej Iwański i Marcin Żewłakow; – Sławomir Kwiatkowski i Jacek Zieliński; – Jacek Laskowski i Robert Podoliński; – Dariusz Szpakowski i Andrzej Juskowiak; – Michał Zawacki i Andrzej Strelau.

Pierwsze spotkanie, w którym kadra Paulo Sousa zmierzy się ze Słowacją, będą relacjonować Mateusz Borek i Kazimierz Węgrzyn, a kolejne mecze Białe-Czerwonych: z Hiszpanią – Jacek Laskowski i Robert Podoliński, a ze Szwecją – Dariusz Szpakowski i Andrzej Juskowiak. pes

Dobryki. 6.00 — jest pięknie. Cisza Jezioraka uspokoiła mnie. Skupiona zanurzyłam się w nim. Rozpoczęłam podróż o której marzyłam. Pierwsze ruchy rąk. Wolno, najwolniej jak umiałam. Pewnie się uśmiechałam, żeby nie widzieli mojego strachu. Adrenalina zniczuła. Wiedziałam, że będzie ciężko, bardzo ciężko. Jednak wyobrażenia nie przewidywała ciężaru, z którym będę musiała się zmierzyć.

27 kilometrów poszatkowane na odcinki 30-to minutowe. W każdym krótką przerwę na posiłek. 12-13 godzin ciągłego wysiłku. Kolację o 19-tej planuję „U Czapy”. Prosta matematyka. Jednak i ona czasami zawodzi jak spotka się zbiologia.

Pierwszy półgodzinny etap minął błyskawicznie. Początek na ostudzenie emocji, wytworzenie czucia, aby nie przeoczyć rzeczy najdrobniejszych, które zdecydują o tej najważniejszej. Przez chwilę wzruszona pomyślałam o Marcie. Płatki róż wrzucone przez nią do wody na moment przykleiły się do mnie. Przyjechała z mężem nie znając mnie wcześniej. Jest ultrasem, wie co oznaczają godziny, w których nikt ci nie pomoże.

Kilometry odpływały. Nie czułam potrzeby przerwy. Chciałam płynąć, nie zatrzymywać się. Nawet nie wiem jak znaleźliśmy się w Jerzwałdzie. Woda mnie nosiła. Widok kibiców na brzegu mówił: Dasz radę.

Czarek przepłynął po cichu Jeziorak wiele lat temu. Teraz facebookowy monitoring widzący kobietę porywającą się na wyzwanie zawołał odsiecz. 8 km za mną. Pierwszy sygnał od organizmu. Ból głowy i barku odpływa po tabletkach. Może też dlatego, że pomyślałam o narodzinach dzieci. Doznania 18-godzinnego porodu znane są tylko kobietom. Pozwalają nabrać dystansu. Wyznaczają przeciwwagę.

Trudno skupić się na ciągłej myśli, nie da się ciągnąć jej jak serialu w wyobraźni. Wątki skaczą po głowie. Co chwilę coś innego. Staram się zająć czas. Mijające w huśtawce rytmu godziny prowadziły przez Jeziorak przypominając motywacyjne podpowiedzi. Mam obok wszystko, co tworzy moje bezpieczeństwo. Ułamki sekund przy oddechu to za mało, aby odnaleźć to wzrokiem. Jestem sama.

GPS rozładował baterię. Tracę kontrolę nad tym, ile



W życiu nie ma drogi na skróty

Agata Wacławska z ławy przez lata zmagająca się z otyłością. Stała „obok sportu”, widząc jednak jednak jego siłę sprawczą. — Chwyciłam się tej gałęzi — mówi. Marzenie o dominacji nad mętym Jeziorakiem zaczęło prostować jej życie. W końcu zdecydowała się na 17-godzinną podróż.



Agata Wacławska:
Wszystko jest możliwe.
Nawet jak nie jesteśmy
gotowi do próby.

Agata Wacławska, na samym początku wyprawy wptaw przez Jeziorak

za mną. Sebastian napisał mi wcześniej, że pokonanie 18 km, to będzie mój sukces. Mocno przypominało mi się, że nie mam wypływane minimum do ultra. Musiałam zaakceptować narastającą słabość, przesunąć granicę. Dostosować ciało do niej. Pamiętam słowa Krzyśka: „Tak ma być, nic na to nie poradzisz. To normalne - nic złego się nie dzieje. Jak nie możesz, po prostu płyn”. To zdecydowało za mnie.

Monotonia czynności w mętnej wodzie otępiła. Nie widać dłoni. Na brzegu dostrzegam budynki. Utwierdzona informacją asekuracji

myślałam, że to Skarbek. Przyspieszyłam na doping nadziei. Jeszcze 3 km. Byłam bliżej niż myślałam. Czułam jak woda opływa moje ciało. Łapiąc powietrze widziałam zwijający się w ruchu wiosł kajak. Wdech, wydech. Ruchy rąk przybliżały mnie do celu.

Kolejna przerwa. I ściana. To nie Skarbek, nie ma ścieżki rowerowej. To Szalkowo. Poznałam ten widok. Zawsze mnie dopadał na ławskim półmaratonie. Nieważne jak było dobrze i tak w Szalkowie trzeba umrzeć.

Złe informacje chodzą parami. Szczęście nie ma tylko liczby mnogiej. Matka natura

wpychała na mnie dużą falą czołową. Płynęłam wolniej. Dużo wolniej. W trakcie postoju cofało mnie wiele metrów. Musiałam nadrabiać dystans. Tylko skąd brać siłę?

Wiatr, czołowa fala, bezsilność. Wtedy zrozumiałam, co to znaczy prawdziwy ciężar. Tata to zauważył. Zapytałam go, ile jeszcze. „Masz za sobą prawie cały Jeziorak, zostało ci 6 km”. To może być koniec - dotarło do mnie.

To był najtrudniejszy moment. Kompletnie się rozkleiłam. Płacz potrafił czynić cuda. Odkrywa momenty, których nie jesteś świadomy. Tworzy moc. Nie wstyd

się płakać. Jak przestaniesz - wstaniesz i pójdziesz dalej. Nie chcę przepłynąć prawie. Chcę cały Jeziorak. To nie tylko mój cel. Wysiłek podyktowany w intencji bliskiej mi osoby zmagającej się w walce z chorobą zjednoczył nas. Poddać się - znaczy przegrać.

Dochodziły do mnie wiadomości o ludziach jeżdżących wzdłuż brzegu. Byli ze mną w Jazdówkach, Kwirach, w Szalkowie. Wiedziałam, że w ławie czekają na mnie. Zwątpiłam. Chciałam, żeby poszli do domu. Przez moment poczułam przymus. Przestraszyłam się, że ich zawiodę.

Ruszyłam. Im bliżej, tym trudniej. Ekipa Królika robiła wszystko, aby było weselej. Muzyka „Niech żyje bal” płynęła ze mną. Na mój bal muszę jeszcze zapracować. Organizm nie przyswaja energii. Banany i mięta z miodem, to wszystko co mogłam w siebie wrzucić. Zrobiło się ciemno. Zaczęłam o wschodzie słońca. Płynę dalej po jego zachodzie. To już kilkanaście godzin.

Na plaży miejskiej dołączyła do mnie grupa z Orka Masters Ilawa. Nie zauważyłam ich. Od jakiegoś czasu płynęła ze mną Kasia, po chwili pojawili się inni. Mieszały mi się kolory asekuracyjnych bojek. Uciekłam w stronę kajaka dla pewności kierunku.

Na wysokości PORT 110 kończy się Duży Jeziorak. „Na co mi ten Czapa?” pomyślałam. „Przecież dalej to już Mały Jeziorak. Co z tego, że to syjamscy bracia?” — kołatało mi się w głowie przez chwilę. Mogłam tu zaplanować koniec.

Końcówkę ultra rozumiem tylko ci, którzy ją przetrwali. To dzieje się samo. Choćbyś nie wiem jak był wyczerpany niesie cię na niej. Ręce pracowały jak zaczarowane dźwiękiem bębnow Mariusza. Jeszcze tylko kilkaset metrów. Wszędzie byli ludzie. Od plaży, przez most dzielący jeziora. Na ciągu spacerowym. Mimo późnej nocy nie zwątpili we mnie. Czekali na mnie. A ja wcześniej chciałam ich wszystkich wysłać do domu. Poczułam inne lzy.

Dziękuję. Każdy z Was tworzył mój długi 17-to godzinny dzień. Dziękuję Wam za wszystkie poświęcone mi chwile. W życiu nie ma drogi na skróty. Jeżeli ktoś obiecuje Ci szybki sukces, powiedz mu, że to nie dla Ciebie. To pułapka złudnych nadziei. Nigdy się nie poddawaj! Tylko ciężka praca. Pokonywanie własnych słabości utrzyma cię na powierzchni. Pozwoli na szacunek do siebie.

Minęły dwa lata jak pełna sił i wiary zostawiłam za sobą ciemny Jeziorak. To był trudny czas wokół mnie. Ale to był tylko etap, który pozwolił mi odzyskać przyszłość. Zapytana, jak chcę przejść przez życie, przewrotnie odpowiadam — wplaw.

Dziękuję Pawłowi, że mogłam publicznie zmierzyć się z tamtym czasem i pokazać Wam drugie dno mojego Jezioraka. Trudno czasami zrozumieć, co pcha ludzi do przełamywania słabości. Wielu z nas walczy ze sobą o siebie.

PAWEŁ HOFMAN

SPORTS IOWA

60. Plebiscyt na 10 Najpopularniejszych Sportowców woj. Warmińsko-Mazurskiego



67 LAT TEMU ZACZEŁA SIĘ HISTORIA

W 1954 ROKU PIŁKARZE KOLEJARZA OSTRÓDA AWANSOWALI DO III LIGI, DUŃCZYK ELUF DALGAARD WYGRAŁ WYŚCIG POKOJU, PEWNA FRYZZJERKA ZOSTAŁA SPAWACZEM, A RYSZARD WOLIŃSKI, SPRINTER LECHII OLSZTYN, W PLEBISCYCIE „GŁOSU OLSZTYŃSKIEGO” ZOSTAŁ NAJPOPULARNIEJSZYM SPORTOWCEM ROKU.



1949-1956) i węgierskie Dunaujváros (Sztálinváros, 1951-1961).

Generalissimus inspirował wielu polskich twórców - dla przykładu Władysław Broniewski w „Słowie o Stalinie” pisał: „Wszędzie na świecie, gdzie sięga przemoc pieniądza, bagnet żołdaka i pałka policjanta, ludzie walczą i będą zwyciężali z imieniem Stalina. Setki milionów ludzi wołają: Stalin! Stalin! Stalin!”. A Adam Ważyk w wierszu „Rzeka” dodawał: „Mądrość Stalina, rzeka szeroka, w ciężkich turbinach przetacza wody, płynąc wysiewa pszenicę w tundrach, zalesia stępy, stawia ogrody”.

Po śmierci dyktatora Polska nadal twardą ręką rządził agent NKWD Bolesław Bierut, m.in. we wrześniu 1953 roku aresztowano kardynała Wyszyńskiego. Był



Eliasz Bartoszewicz

to element walki „władzy ludowej” z kościołem, bo - jak na łamach „Głosu Olsztyńskiego” z 5 października 1954 roku twierdził Gerhard Skok, przewodniczący Zarządu Wojewódzkiego Związku Młodzieży Polskiej: „Reakcyjna część kleru i różnej maści poplecznicy pruskich junkrów usilnie starają się zahamować ideologiczny rozwój młodzieży”.

GENERALNIE BYŁO

BIEDNIE, A CZĘSTO WRĘCZ

STRASZNIE, JEDNAK ŻYCIE

TOCZYŁO SIĘ DALEJ. I TAK

W 1954 ROKU PIŁKARSKIM

MISTRZEM POLSKI ZOSTAŁO

OGNIWO BYTOM (DZISIEJSZA

POLONIA), W ROZGRYWKACH

KOSZYKARZY TRIUMFOWAŁA

GWARDIA KRAKÓW (WISŁA),

NAJLEPSI SIATKARZE GRALI

W AZS AWF WARSZAWA, A W

HOKEJU RÓWNYCH SOBIE

NIE MIAŁ CWKS WARSZAWA

(LEGIA).

Jako ciekawostkę można dodać, że turniej finałowy hokejowych mistrzostw kraju pierwotnie planowano zorganizować w... Olsztynie, ale ostatecznie areną imprezy był warszawski Torwar, gdzie było już sztuczne lodowisko. - I bardzo dobrze się stało, bo pomysł organizacji w Olsztynie tak ważnych zawodów był jakąś abstrakcją - nie ma wątpliwości Ryszard Sosnowicz, który w tamtych czasach grał w hokeja. - W Olsztynie lodowisko było przy Dworcu Zachodnim. Był to tak naprawdę plac otoczony drewnianymi bandami, na który wylewano wodę, a że zimy były wtedy ostre, więc lód pojawiał się szybko. Nie było to jednak miejsce na organizowanie mistrzostw Polski, przecież tam nawet żadnych ławeczek nie było - wspomina pan Ryszard.

Z innych sportowych wydarzeń 1954 roku warto wspomnieć o pierwszym lekkoatletycznym memoriale Kusocińskiego i o kolarskim Wyścigu Pokoju, który zakończył się zwycięstwem Duńczyka Elufa Dalgaarda. Natomiast w naszym regionie powody do radości mieli piłkarzscy kibice w Ostródzie,



W 1954 roku Glenn Miller był wielką gwiazdą w USA, ale w Polsce znali go jedynie nieliczni

bowiem miejscowy Kolejarz wygrał klasę A i awansował do III ligi.

W kulturze nadal dominował siemniemy i opatologiczny socrealizm, mimo to w radiu można już było usłyszeć - w przerwach w zbieraniu zrzucanej przez Amerykanów stonki ziemniaczanej - na przykład lekką i przyjemną dla ucha piosenkę „Cicha Woda” Zbigniewa Kurtycza. Tego roku swoje przeboje mieli też m.in. Marta Mirska („Wszystko to co lubisz”), Janusz Gniatowski („Wiosna w parku”) i zespół Mazowsze („Żołnierz i Panna”).

Cicha woda

Płynął strumyk przez zielony las,

A przy brzegu leżał stukilowy glaz.

Płynął strumyk. Minął jakiś czas,

Stukilowy glaz zaginął,

Strumyk płynął tak jak płynął.

Cicha woda brzegi rwie,

Nie wiesz nawet jak i gdzie. Nie zdążył nawet zabezpieczyć się,

Bo nie zna nikt metody, By się ustrzec cichej wody.

Cicha woda brzegi rwie, W jaki sposób? kto to wie,

Ma rację, że tak powiem, to przysłówce:

Cicha woda brzegi rwie. Szła dziewczyna przez zielony las

Popatrzyła na mnie tylko jeden raz.

Popatrzyła. Minął jakiś czas,

Lecz widocznie jej uroda

Była jak ta cicha woda. Cicha woda brzegi rwie,

Nie wiesz nawet jak i gdzie. Nie zdążył nawet zabezpieczyć się,

Bo nie zna nikt metody, By się ustrzec cichej wody.



SPORTOWEGO PLEBISCYTU



Cicha woda brzegi rwie,
W jaki sposób? kto to wie,
Ma rację, że tak powiem,
to przysłowie:
Cicha woda brzegi rwie.
Płynie strumyk przez zielony las,
Skończył się już dla mnie kawalerski czas.
Teraz tylko czasem - proszę was -
Kiedy żonka mnie nie słyszy,
Śpiewam sobie jak najciszej.
Cicha woda brzegi rwie,
Nie wiesz nawet jak i gdzie.
Nie zdążyłś nawet zabezpieczyć się,
Bo nie zna nikt metody,
By się ustrzec cichej wody.
Cicha woda brzegi rwie,
W jaki sposób? kto to wie,
Ma rację, że tak powiem,
to przysłowie:
Cicha woda brzegi rwie.

W tym samym czasie w USA najlepiej sprzedawały się płyty takich wykonawców jak Arthur Godfrey („Christmas with Arthur Godfrey”), Jackie Gleason („Music for Lovers Only”), Glenn Miller („The Glenn Miller Story”) i Mario Lanza („The Student Prince”).

kształciła, dzięki temu została cenioną aktywistką i... spawaczem. Jak widać mimo śmierci Stalina, socrealizm w polskiej filmografii nadal trzymał się mocno.

Propagandowe treści nie ominęły także literatury młodzieżowej - na przykład w „Księżce urwisów”, wydanej w 1954 roku przygodowej powieści Edmunda Niziurskiego, oprócz pochwały kolektywizacji rolnictwa - poznajemy przygody uczniów, którzy przyczyniają się do wykrycia groźnego dywersanta, zamierzającego zniszczyć kopalnię miedzi.

Ale z drugiej strony w 1954 roku wydano „Ósmy dzień tygodnia” Marka Hłaski, który opisał świat pełen brudu, alkoholu i ludzkiego upadku. Coś takiego jeszcze rok temu nie mogłoby się ukazać!

Natomiast literatura światowa w tym czasie wzbogaciła się o kilka ważnych dzieł. To wtedy wydano m.in. „Żyć i poznać umrzeć” Iana Fleminga (druga książka o przygodach Jamesa Bonda, agenta 007), „Długie pożegnanie” Raymonda Chandlera, „Witaj smutku” Françoise Sagan, „Władzę much” Williama Goldinga oraz „Władzę Pierścieni: Drużyna Pierścienia” i „Władzę Pierścieni: Dwie wieże” J.R.R. Tolkiena.

A o czym w 1954 roku pisano na stronach sportowych „Głosu Olsztyńskiego”? Ano na przykład o efektownej wygranej hokeistów Unii Chorzów - mistrzowie Polski pokonali aż 5:0 Dynamo Kijów.

PISANO TEŻ O PRZYGOTOWANIACH DO SEZONU HOKEISTÓW... AZS KORTOWO LUB O JANUSZU GIEREJU Z OLSZTYNA, KTÓRY ZWYCIĘŻYŁ W ZORGANIZOWANYM PRZEZ REDAKCJĘ KONKURSIE „CZY



ZNASZ SPORTOWCÓW KRAJU RAD?" (26 LISTOPADA).

Pan Janusz w nagrodę otrzymał radioodbiornik Pionier, natomiast kolejne miejsca zajęli: Daniela Ziemia z Olsztyna (piłka nożna z dętką), Longin Rutecki z Olsztyna (trampki, spodenki, koszulka, skarpetki), Halina Reszczyńska z Susza (komplet do tenisa stołowego), Włodzimierz

Ląptew z Moraga (trampki, spodenki i koszulka).

Być może ten udany konkurs zachęcił redakcję „Głosu Olsztyńskiego” do przeprowadzenia pierwszego plebiscytu, w którym czytelnicy mieli wybrać najpopularniejszych sportowców województwa. Ostatecznie najpopularniejszym sportowcem 1954 roku został sprinter Lech Olsztyński, który wy-



przedził Edwarda Truszczyńskiego i Lecha Saka.

W dziesiątce znaleźli się też m.in. piłkarz Eugeniusz Bartochowski i bokser Eliaż Bartoszewicz, trzykrotny medalista mistrzostw Polski.

- BARTOCHOWSKI BYŁ ŚRODKOWYM OBRONCĄ KOLEJARZA, A POTEM WARMII - PRZYPOMINA 82-LETNI ANDRZEJ PODUSZKO, DO DZISIAJ WIERNY KIBIC WOGO KLUBU.

- BYŁ KAPITANEM ZESPOŁU, A PRACOWAŁ W BIURZE DYREKCJI KOLEJOWEJ. W TAMTYCH CZASACH NIE OPUSZCZAŁEM ŻADNEGO MECZU KOLEJOWEGO KLUBU, W KTÓRYM SKARBNIKIEM BYŁ MÓJ WUJEK ROMAN JANISZEWSKI. CHODZIŁEM TEŻ NA MECZE BOKSERSKIE Z UDZIAŁEM ELIASZA BARTOSZEWICZA, ZRESZTĄ OPRÓCZ NIEGO BYŁO TAM TEŻ KILKU INNYCH DOBRYCH ZAWODNIKÓW - DODAJE NASZ OLSZTYŃSKI CZYTELNIK.

Bartoszewicza w ringu wielokrotnie widziała też Irena Lebiecka. Skąd u kobiety sympatia do boksu? - Po prostu Eliaż w jednym klubie boksował z moim mężem Tadeuszem Stefańskim - wyjaśnia pani Irena. - Z tego powodu chodziłam na mecze bokserskie, zresztą kibiców zawsze było mnóstwo, bo był to wtedy jeden z najpopularniejszych w Olsztynie sportów. Można nawet chyba powiedzieć, że był to sport wiodący. Dopiero potem do głosu doszli lekkoatleci czy siatkarze - kończy Irena Lebiecka.

- NAJPOPULARNIEJSI SPORTOWCY 1954 ROKU**
1. Ryszard Woliński (lekka atletyka, sprint, Lechia Olsztyn)
 2. Edward Truszczyński (wyścigi motocyklowe)
 3. Lech Sak (lekka atletyka, skok w dal, AZS Olsztyn)
 4. Paweł Cieślak (narciarstwo)
 5. Eugeniusz Bartochowski (piłka nożna, Warmia Olsztyn)
 6. Maria Borowska (siatkówka)
 7. Roman Szadziński (żeglarstwo, Warmia Olsztyn)
 8. Karol Paluch (podnoszenie ciężarów)
 9. Kazimierz Gryc (narciarstwo, AZS Olsztyn)
 10. Eliaż Bartoszewicz (boks, Budowlani Olsztyn)

MŁODY JEŹDZIEC, LEKKOATLECI

ŚWIAT
DOWIEDZIAŁ SIĘ
O STALINOWSKICH
ZBRODNIACH,
CYRANKIEWICZ
ZAGROZIŁ
OBCINANIEM
RĄK, POJAWIŁY
SIĘ SAMOCHODY
SYRENA I POLSKIE
TELEWIZORY,
A SPORTOWCY
Z WARMII I MAZUR
CORAZ BARDZIEJ
LICZYLI SIĘ
W KRAJU - OTO
DRUGA POŁOWA
LAT 50. XX WIEKU.

1955

W marcu Elvis Presley po raz pierwszy wystąpił w telewizji, Carl Perkins zaśpiewał „Blue Suede Shoes”, a 13-letnia Barbra Streisand nagrała swoją pierwszą piosenkę („You’ll Never Know”). Natomiast Frank Sinatra tego roku wydał... pięć płyt, a muzyczną karierę dopiero rozpoczęli m.in. Johnny Cash, Little Richard i John Coltrane. Z kolei w Polsce bawiono się m.in. przy „Czerwonym autobusie” Chóru Czejańskiego, „Karuzeli” Ireny Kowalskiej i „Gdy w ogrodzie botanicznym zakwitną bzy” Reny Rolskiej.

W kwietniu Winston Churchill ogłosił rezygnację z funkcji premiera Wielkiej Brytanii, a w maju Niemcy Zachodnie stały się suwerennym krajem, przyznano im prawo do posiadania armii oraz włączono do Paktu Północnoatlantyckiego. Na reakcję nie trzeba było długo czekać, bowiem państwa bloku wschodniego ogłosiły powstanie Układu Warszawskiego.

W lipcu w Anaheim w Kalifornii (USA) otwarto pierwszy park rozrywki Disneyland, w Warszawie rozpoczęto produkcję Syreny, w sierpniu w zakładach w Wolfsburgu wyprodukowano milionowy egzemplarz VW „Garbusa”, a w październiku w Wielkiej Brytanii ukazała się powieść „Powrót króla” J.R.R. Tolkiena.

Pod koniec roku „Głos Olsztyński” zachęcił swoich czytelników do wyboru najpopularniejszych sportowców roku. Druga edycja plebiscytu należała zdecydowanie do lekkoatletów, bowiem w dziesiętce było ich aż.... sześciu. Wygrał Franciszek Wesołowski, srebrny medalista mistrzostw Polski w biegu na 1500 m, drugi był Edward Majewski, który na tych samych mistrzostwach wywalczył brąz w biegu na 800 m, a poza tym zajął trzecie miejsce w memoriale Kusocińskiego w Warszawie. Natomiast na najniższym stopniu plebiscytowego podium w 1955 roku stanął bokser Eliaż Bartoszewicz, który najpierw przyczynił się do awansu Budowlanych Olsztyn do II ligi, po czym trzykrotnie stanął na podium mistrzostw Polski: w 1957 i 1959 roku zdobył srebrne, a w 1958 roku brązowy medal. Ci, którzy wi-



Antoni Pacyński - najpopularniejszy sportowiec województwa w 1960 roku

dzieli Bartoszewicza w ringu, twierdzą, że olsztynianin miał duży talent oraz serce do walki.

Czytelnicy docenili też Tadeusza Matyjkę, który w 1955 roku zdobył brąz MP ze sztafetą 4x400 m, a w latach 1956-58 był jednym z najlepszych polskich 800-metrowców, m.in. w 1956 roku został srebrnym medalistą mistrzostw Polski.

W dziesiątce znalazł się także ciężarowiec Karol Paluch, który po latach z powodzeniem zajął się szkoleniem... lekkoatletów. Wychował nawet olimpijczyka - był to Ryszard Tulkis, który w 1972 roku pojechał do Monachium jako rezerwowy w sztafecie 4x100 m.

Siódmy był żeglarz Roman Szadziwski, który ośmiokrotnie zdobywał tytuł mistrza Polski w klasie Latający Holender, trzy razy był wice mistrzem kraju, a raz zajął trzecie miejsce w mistrzostwach Europy. W 1970 roku - po 15 edycjach plebiscytu - Szadziwski został uznany za najlepszego sportowca 25-lecia na Warmii i Mazurach.

LAUREACI

1. Franciszek Wesołowski (lekka
atletyka, 1500 m, Gwardia
Olsztyn)

2. Edward Majewski (lekka atletyka, 800 m, Start Olsztyn)

3. Eliaz Bartoszewicz (boks, Budowlani Olsztyn)

4. Tadeusz Matyjek (lekka atletyka, 400 i 800 m, AZS Olsztyn)

5. Karol Paluch (podnoszenie ciężarów, Granica Kętrzyn)

6. Romuald Paluszak (lekka atletyka, biegi średnie, Budowlani Olsztyn)

7. Roman Szadziwski (żeglarstwo, Warmia Olsztyn)

8. Jerzy Szafranko (lekka atletyka, biegi długie, Budowlani)

9. Lesław Matczuk (lekka

atletyka, 200 m ppł, Gwardia
Olsztyn)

10. Edward Truszczyński (wyścigi motocyklowe, LPŻ Olsztyn)

1050

1956
Styczeń - rozpoczęły się zi-

mowe igrzyska olimpijskie
w Cortinie d'Ampezzo, pod-

czas których Franciszek Gąsienica Groń zdobył brązowy medal w kombinacji norweskiej.

Luty - Nikita Chruszczow, następca Stalina, na zamkniętym posiedzeniu XX zjazdu KPZR odczytał tajny referat „O kulcie jednostki i jego następstwach”, w którym po raz pierwszy opisano stalinowskie zbrodnie.

Marzec - w Moskwie podczas XX zjazdu KPZR umarł Bolesław Bierut, a w Stanach Zjednoczonych ukazał się debiutancki album Elvisa Presleya

Kwiecień - uchwalono amnestię, dzięki czemu z polskich więzień wyszło około 30 tysięcy więźniów politycznych.

Czerwiec - w Poznaniu wybuchł pierwszy w PRL strajk generalny - robotnicy żądali podwyżki płac i obniżki cen. Strajk, m.in. dzięki użyciu 400 czołgów, został krwawo stłumiony (prawie 60 ofiar). 29 czerwca premier Cyrankiewicz ostrzegł, że „każdy prowokator czy szalaniec, który odważy się podnieść rękę przeciw władzy ludowej, niech będzie pewny, że mu tę rękę władza ludowa odrabie”.

Lipiec - w Chorzowie oddano do użytku Stadion Śląski ze stutysiecznymi trybunami.

- Wyprodukowano pierwszy polski telewizor. Przeciętna pensja wynosiła wtedy 1118 zł, natomiast Wisła kosztowała 4000 zł.

Sierpień - Legia pokonała 12:0 Wisłę Kraków - jest to najwyższe ligowe zwycięstwo warszawskiego klubu.

Październik - Władysław Gomułka, który niedawno wyszedł z więzienia, został I sekretarzem KC PZPR. To o tych czasach prawie 30 lat później zespół Perfect śpiewał, że „wiatr odnowy wiał, darowano reszty kar, znów się można było śmiać”.

- W Budapeszcie rozpoczął się więc poparcia dla zachodzących w Polsce przemian. Wtedy szybko przerodził się w ogólnonarodową rewolucję.

Listopad - premier Imre Nagy ogłosił wystąpienie Węgier z Układu Warszawskiego, po czym rozpoczęła się radziecka interwencja, zakończona 10 listopada stłumieniem powstania.

• W Melbourne rozpoczęły się letnie igrzyska, podczas których rozegrano mecz piłki wodnej Węgry - ZSRR. Było to tuż po stłumieniu powstania, więc pojedynkowi, który do historii przeszedł jako „krew w wodzie”, towarzyszyły olbrzymie pozasportowe emocje. Wygrali Węgrzy (4:0), zdobywając złoty medal, ale większość z nich - tak jak pozostali olimpijczycy z Węgier - do ojczyzny już nie powróciła. W Australii Polska zdobyła jedno złoto (Elżbieta Duńska-Krzesińska w skoku w dal) oraz po cztery srebra i brąz.

Jak widać było to rok obfity w pozasportowe wydarzenia, prawdopodobnie dlatego redakcja „Głosu Olsztyńskiego” zrezygnowała z organizacji trzeciej edycji plebiscytu.

A takich u nas nie ma. Po-
ziom jest raczej wyrównany.
JA: — Jakże miejsca wa-
żne dla nas i dla kraju. Sz-
franko na 10 km. Gutt powin-
nien dojść do swego najlep-

Zasłużone zwycięstwo Ostródy 4:2 nad Olsztynem

Wczoraj w Ostródzie odbyło się towarzyskie spotkanie
piłkarzy pomiędzy reprezentacjami Ostródy i Olsztyna.
Nieoczekiwane, lecz w pełni zasłużone zwycięstwo 4:2
(3:0) odnieśli gospodarze. Bramki strzelili: dla zwy-
cięzców: Zyskowski — 3, Lidke — 1, dla pokonanych:
Okrczysk — 1, samobójcza — 1, sędziował Gielig.

Zespół Ostródy składał się z zawodników Grunwaldu,
oraz trzech z Sokoła, Olsztynska Warmia, OKS i Gwar-
dia. Gospodarze zagraли dużo lepiej, byli, szybsi i leciiej
przygotowani kondycyjnie. Gdyby lepiej strzelali, wynik
byłoby o wiele wyższy.

[illegible]

ORAZ SZYBCY MOTOCYKLIŚCI

1957

Po rocznej przerwie powrócono do wyborów najpopularniejszych sportowców roku. Tym razem triumfował 800-metrowiec Tadeusz Matyjek, student rolnictwa w olsztyńskiej Wyższej Szkole Rolniczej. Liczne starty krajowe i zagraniczne często przeszkadzały mu jednak w terminowym zaliczeniu egzaminów, no i kiedyś natknął się w Kortowie na profesora Wiktora Wawrzyczka. Profesor najpierw porozmawiał z lekkoatletą o sporcie, po czym niby mimochodem przypomniał, że Matyjek ma jeszcze chemię do zdania. „Będą pana egzaminować dziekan, prezes AZS i przewodniczący komisji” - dodał profesor, a sportowca na taki skład komisji z przerażenia wręcz zatkało. Dopiero po chwili zrozumiał żart, bo podczas egzaminu we wszystkich tych rolach miał wystąpić Wawrzyczek, który był nie tylko egzaminatorem, lecz także prezesem AZS i dziekanem kierującym komisją egzaminacyjną. Ostatecznie Matyjek egzamin zdał i ze spokojem mógł się przygotowywać do kolejnych startów, a studia ukończył dwa lata później.

Drugi w plebiscycie był Edward Truszczyński, motocyklowy mistrz Polski z 1955 i 1956 roku, a w dziesiątce znaleźli się jeszcze m.in. 14-letni jeździec Antoni Pacyński, wicemistrz Polski w skokach przez przeszkody (na koniu Bosman), oraz oszczepnik Ryszard Patelka, który w 1960 roku w rozegranych w Olsztynie mistrzostwach Polski zdobył brąz (jednak już jako zawodnik Zawiszy Bydgoszcz).

LAUREACI

1. Tadeusz Matyjek (lekka atletyka, 800 m, AZS Olsztyn)
2. Edward Truszczyński (wyścigi motocyklowe, LPŻ Olsztyn)
3. Roman Szadziwski (żeglarstwo, Warmia Olsztyn)
4. Franciszek Wesołowski (lekka atletyka, 800 m, Gwardia Olsztyn)
5. Ryszard Patelka (lekka atletyka, rzut oszczepem, Kormoran Olsztyn)
6. Stanisław Goryszewski (lekka atletyka, biegi od 800 do 5000 m, Gwardia Olsztyn)
7. Antoni Pacyński (jeździectwo, LZS Liski)
8. Arnold Buśko (szermierka, Start Olsztyn)



9. Józef Bowszyc (siatkówka, Sparta Olsztyn)
10. Józef Toczek (lekka atletyka, 400 m, AZS Olsztyn)

1958

W tym roku urodzili się: Anna Wasilewska - członkini zarządu województwa warmińsko-mazurskiego i posłanka (zmarła 6 kwietnia 2021), Gustaw Marek Brzezina - marszałek województwa warmińsko-mazurskiego, Adam Żyliński - były poseł i burmistrz Iławy, Marek Łbik - polski kajakarz, dwukrotny mistrz świata (1986, 1987) i dwukrotny medalista olimpijski z Seulu (1988), Andrzej Grubba - najwybitniejszy polski tenisista stołowy (zmarł w 2005 roku), Bruce Dickinson - wokalista zespołu Iron Maiden, Madonna - amerykańska piosenkarka, Sharon Stone i Andie MacDowell - amerykańskie aktorki i modelki.

SPORO DZIAŁO SIĘ TEŻ W POLSKIEJ KULTURZE - NA PRZYKŁAD NA EKRANY KIN WESZŁY FILMY „EWA CHCE SPAC”, „KRÓL MACIUS I” ORAZ „POPIÓŁ I DIAMENT”, NATOMIAST TELEWIZJA POLSKA WYEMITOWAŁA PREMIEROWY PROGRAM KABARETU STARSZYCH PANÓW.

Ze światowych wydarzeń sportowych warto wymienić pierwszy tytuł mistrzów

świata brazylijskich piłkarzy, którzy w finale wygrali 5:2 ze Szwecją. Jedną z gwiazd imprezy był 18-letni Pele. Być może w przerwach między meczami kibice nucili sobie największe przeboje tego roku, czyli „Volare” Domenico Modugno, „All I Have to Do Is Dream” zespołu The Everly Brothers i „Don't” Elvisa Presleya. Natomiast w Polsce największe przeboje 1958 roku to przede wszystkim: „Ta mała piła dziś” Aliny Janowskiej, „Most na rzece Kwai” Janusza Gniatkowskiego i „A mnie jest szkoda lata” Janusza Polomskiego. Warto też pamiętać, że 6 lutego w Liverpoolu John Lennon i Paul McCartney poznali George'a Harrisona, w efekcie po pięciu latach cały świat ogarnie beatlemania. Być może tylko dlatego nie było gniatkowsko- lub polomskomani...

Natomiast najpopularniejszym sportowcem Warmii i Mazur został Edward Truszczyński, który wyprzedził



Romana Szadziewskiego, kolejnego plebiscytowego wyjadacza, a trzeci był motocyklista Erhard Stadie, trzykrotny mistrz okręgu olsztyńskiego i mistrz Polski w crossach i rajdach. Na co dzień Stadie mieszkał w Mikołajkach, pracował jako kierowca autobusu w Mrągowie, a reprezentował klub z Olsztyna. W efekcie jego sukcesami chwaliły się aż trzy miasta! Mimo to Stadie mieszkał w fatalnych warunkach, a trenował jedynie po pracy. „Biorę swoją maszynę i wyjeżdżam poza miasto, gdzie jest spory szmat nieużytków. Na tych właśnie dziurach trenuję. Urządzam po prostu sztuczny motocross” - wyjaśniał na łamach „Głosu Olsztyńskiego” Erhard Stadie.

Poza tym w dziesiątce laureatów byli m.in. bokser Kazimierz Sobieski - mistrz Polski juniorów w wadze lekkośredniej, oraz Józef Toczek, który w memoriale Kusocińskiego zajął trzecie miejsce w sztafecie 4x400 m

LAUREACI

1. Edward Truszczyński (wyścigi motocyklowe, LPŻ Olsztyn)
2. Roman Szadziwski (żeglarstwo, Warmia Olsztyn)
3. Erhard Stadie (wyścigi motocyklowe, LPŻ Olsztyn)
4. Franciszek Wesołowski (lekka atletyka, 800 m, Gwardia Olsztyn)
5. Kazimierz Sobieski (boks, Budowlani Olsztyn)
6. Ryszard Patelka (lekka atletyka, rzut oszczepem, Kormoran Olsztyn)
7. Józef Toczek (lekka atletyka, 400 m, AZS Olsztyn)
8. Antoni Pacyński (jeździectwo, LZS Liski)
9. Edward Majewski (lekka atletyka, 800 m, Start Olsztyn)
10. Elżbieta Świeboda (lekka atletyka, sprint, Gwardia Olsztyn)

1959

W dziesiątce laureatów pojawił się Bohdan Likszo, koszykarz Warmii Olsztyn. Jednak największe sukcesy Likszo odniósł w barwach Wisły Kraków (mistrzostwo Polski w 1962, 1964 i 1968) oraz w reprezentacji kraju, w której zagrał 195 razy, zdobywając 2056 punktów. Likszo był liderem polskiej reprezentacji olimpijskiej w 1964 roku w Tokio (zdobyl 133 punkty w 9 meczach) oraz cztery lata później w Meksyku (102 punkty). Podczas mi-



strzostw świata w 1967 roku został najsukuteczniejszym zawodnikiem imprezy (180), natomiast jego rekordowe osiągnięcia w polskiej lidze to 62 punkty (Wisła - AZS Gdańsk), 56 (Wisła - Korona Kraków) i 52 (Wisła - ŁKS Łódź).

LAUREACI

1. Ryszard Patelka (lekka atletyka, rzut oszczepem, LZS Działdowo)
2. Ireneusz Kluczek (lekka atletyka, 400 m, Gwardia Olsztyn)
3. Eliaz Bartoszewicz (boks, Budowlani Olsztyn)
4. Roman Szadziwski (żeglarstwo, Warmia Olsztyn)
5. Bogdan Załuska (lekka atletyka, 3000 m z przeszkodami, AZS Olsztyn)
6. Antoni Pacyński (jeździectwo, LZS Liski)
7. Elżbieta Świeboda (lekka atletyka, sprint, Gwardia Olsztyn)



Ireneusz Kluczek

8. Józef Danowski (lekka atletyka, skok w dal, AZS Olsztyn)
9. Edward Truszczyński (wyścigi motocyklowe, Ogniwo Olsztyn)
10. Bohdan Likszo (koszykówka, Warmia Olsztyn)

1960

Tym razem czytelnicy „Głosu Olsztyńskiego” docenili Antoniego Pacyńskiego, który ponownie został wicemistrzem Polski w skokach przez przeszkody (na koniu Bolgami), ale większy rozgłos zyskał jednak Ireneusz Kluczek, który podczas rozegranych w Olsztynie mistrzostwach Polski zdobył brąz w biegu na 400 m, dzięki czemu jako rezerwowy zawodnik sztafety 4x400 m pojechał na igrzyska w Rzymie.

TYM SAMYM BIEGACZ WARMII STAŁ SIĘ PIERWSZYM OLIMPIJCZYKIEM Z WARMII I MAZUR. W RZYMIE NIE DANE BYŁO MU WYSTARTOWAĆ, ALE UDAŁO SIĘ MU TO CZTERY LATA PÓŹNIEJ W TOKIO (INDYWIDUALNIE AWANSOWAŁ DO ĆWIERĆFINAŁU, A ZE SZTAFETĄ ZAJĄŁ SZÓSTE MIEJSCE).

Po latach, kiedy już mieszkał w Warszawie, Ireneusz Kluczek był gorącym orędownikiem idei odbudowy Stadionu Leśnego w Olsztynie, a jako gość honorowy wziął też dwa razy udział w Balu Sportowca „Gazety Olsztyńskiej”.

ARTUR DRYHNYCZ

LAUREACI

1. Antoni Pacyński (jeździectwo, LZS Liski)
2. Ireneusz Kluczek (lekka atletyka, 400 m, Gwardia Olsztyn)
3. Eliaz Bartoszewicz (boks, Budowlani Olsztyn)
4. Roman Szadziwski (żeglarstwo, Warmia Olsztyn)
5. Edward Truszczyński (wyścigi motocyklowe, Ogniwo Olsztyn)
6. Józef Danowski (lekka atletyka, skok w dal, AZS Olsztyn)
7. Bogdan Kamiński (lekka atletyka, biegi, Juwenia Olsztyn)
8. Józef Cybruch (lekka atletyka, 400 m, Gwardia Olsztyn)
9. Andrzej Dobrowolski (koszykówka, Warmia Olsztyn)
10. Elżbieta Świeboda (lekka atletyka, sprint, Gwardia Olsztyn)

MISTRZOWIE POLSKI I ŚWIATA ORAZ

O ILE W LATACH
50. XX WIEKU
WARMIŃSKO-
MAZURSCY
SPORTOWCY
ODNOSILI
SUKCESY PRZED
WSZYSTKIM NA
ARENIE KRAJOWEJ,
O TYLE KOLEJNA
DEKADA BYŁA JUŻ
ZDECYDOWANIE
BARDZIEJ
MIĘDZYNARODOWA,
BO DOCZEKALIŚMY
SIĘ OLIMPIJCZYKÓW,
A NAWET MISTRZÓW
ŚWIATA!

1961

Drugą dekadę plebiscytu od zwycięstwa rozpoczął Ireneusz Kluczek, wicemistrz Polski w biegu na 400 m, który wyprzedził Janusza Rejewskiego, mistrza kraju w żeglarskiej w klasie Latający Holender i ósmego zawodnika mistrzostw Europy, oraz Andrzeja Dobrowolskiego, znakomitego koszykarza olsztyńskiej Warmii. Poza tym w dziesiątkę był jeszcze m.in. Zdzisław Lindorf, drugi złoty medalista żeglarskich MP (w klasie Pirat).

LAUREACI

1. Ireneusz Kluczek (lekka atletyka, 400 m, Gwardia Olsztyn)
2. Janusz Rejewski (żeglarstwo, Warmia Olsztyn)
3. Andrzej Dobrowolski (koszykówka, Warmia Olsztyn)
4. Edward Podwysocki (lekka atletyka, rzut młotem, Gwardia Olsztyn)
5. Bogdan Załuska (lekka atletyka, 3000 m z przeszkodami, AZS Olsztyn)
6. Henryk Wojnicz (kajakarstwo, OKSW Olsztyn)
7. Janusz Fus (lekka atletyka, 1500 i 3000 m z przeszkodami, Gwardia Olsztyn)
8. Tadeusz Milewski (lekka atletyka, 1500 m, Gwardia Olsztyn)
9. Zdzisław Lindorf (żeglarstwo, LPŻ Olsztyn)
10. Stanisław Szkodowski (lekka atletyka, biegi długie, AZS Olsztyn)

1962

Kolejny triumf Ireneusza Kluczka - czytelnicy docenili jego drugi srebrny medal mistrzostw Polski. Na tej samej imprezie na drugim stopniu podium stanął także Bogdan Załuska z AZS Olsztyn, specjalista od biegu na 3000 m z przeszkodami.

LAUREACI

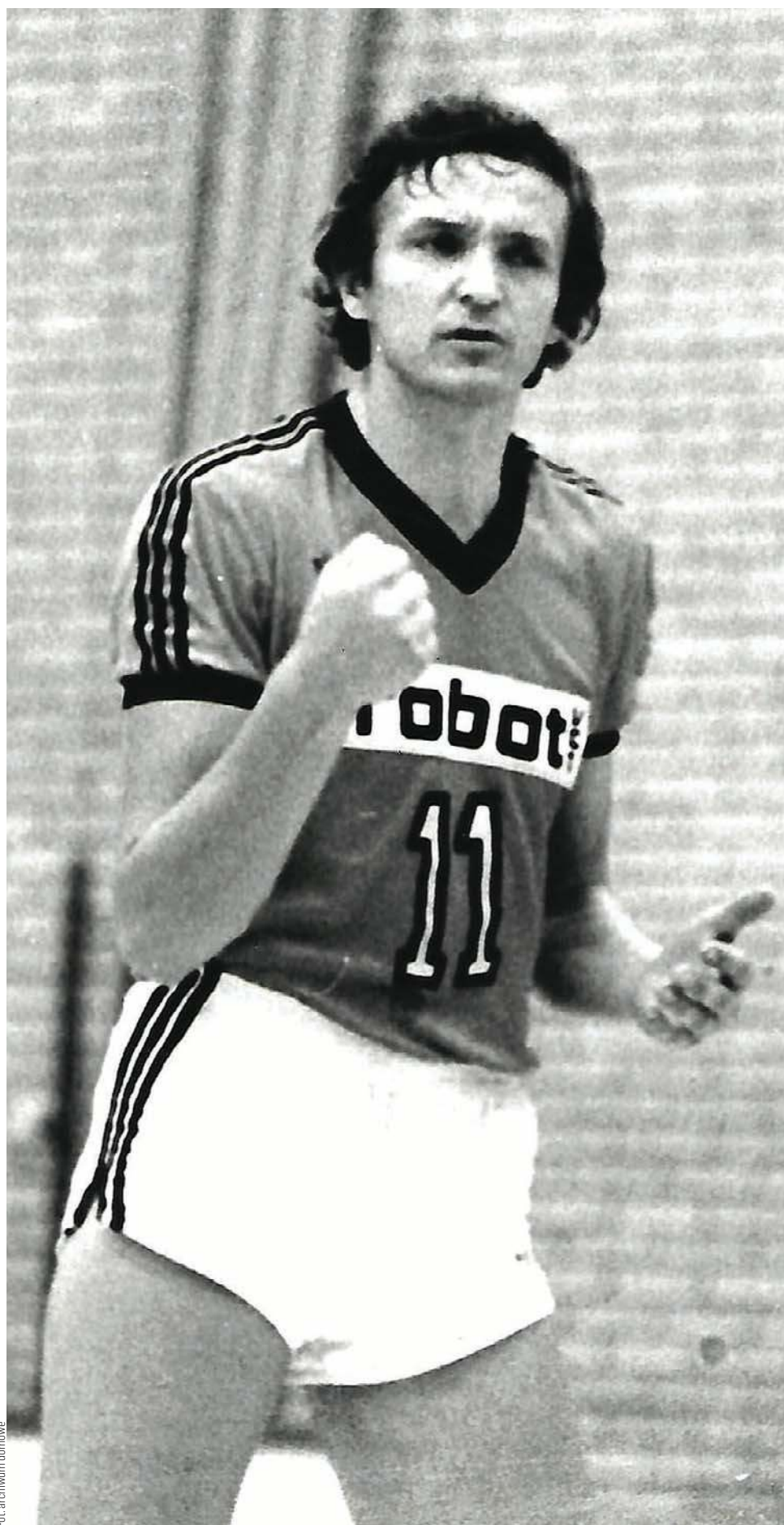
1. Ireneusz Kluczek (lekka atletyka, 400 m, Gwardia Olsztyn)
2. Henryk Wojnicz (kajakarstwo, OKS Olsztyn)
3. Janusz Rejewski (żeglarstwo, Warmia Olsztyn)
4. Zdzisław Lindorf (żeglarstwo, LOK Olsztyn)
5. Wiaczesław Kisiel (podnoszenie ciężarów, Budowlani Olsztyn)
6. Bogdan Załuska (lekka atletyka, 3000 m z przeszkodami, AZS Olsztyn)
7. Tadeusz Milewski (lekka atletyka, biegi, Gwardia Olsztyn)
8. Roman Szadziwski (żeglarstwo, AZS Olsztyn)
9. Danuta Sobieska (lekka atletyka, biegi, Gwardia Olsztyn)
10. Jerzy Kuńczyk (wyścigi motocyklowe, LOK Olsztyn)

1963

Ciąg dalszy plebiscytowych sukcesów żeglarzy i lekkoatletów. Co prawda dwa czołowe miejsca zajęli mistrzowie żagli, wody i wiatru, ale w dziesiątkę znalazło się aż pięćoro przedstawicieli „królowej sportu”, w tym m.in. Bolesława Kołpuć i Pelagia Truchan, brązowe medalistki mistrzostw Polski.

LAUREACI

1. Janusz Rejewski (żeglarstwo, Warmia Olsztyn)
2. Roman Szadziwski (żeglarstwo, AZS Olsztyn)
3. Henryk Wojnicz (kajakarstwo, OKS Olsztyn)
4. Jerzy Kuńczyk (wyścigi motocyklowe, LOK Olsztyn)
5. Danuta Sobieska (lekka atletyka, 800 m, Gwardia Olsztyn)
6. Andrzej Maciejewski (lekka atletyka, skok wzwyż, AZS Olsztyn)
7. Ireneusz Kluczek (lekka atletyka, 400 m, Gwardia Olsztyn)
8. Wiesław Śliwiński (żeglarstwo, Warmia Olsztyn)
9. Bolesława Kołpuć (lekka atletyka, pchnięcie kulą i rzut dyskiem, Gwardia Olsztyn)
10. Pelagia Truchan (lekka atletyka, 800 m, AZS Olsztyn)



Stanisław Zduńczyk, siatkarz AZS Olsztyn, brązowy medalista ME w 1967 roku

1964

Nasz region doczekał się pierwszego olimpijczyka i chociaż z Tokio Ireneusz Kluczek powrócił bez medalu, to jednak w plebiscycie nie miał sobie równych. W Japonii czterystumetrowiec olsztyńskiej Gwardii indywidualnie wszedł do ćwierćfinału, a ze sztafetą 4x400 m zajął 6. miejsce. Warto jednak zaznaczyć, że po raz pierwszy Kluczek pojechał na olimpiadę już cztery lata wcześniej, jednak w Rzymie był tylko zawodnikiem rezerwowym.

W plebiscycie tym razem druga była Danuta Sobieska, mistrzyni Polski na 800 m.

1964 ROK ZAPISAŁ SIĘ TAKŻE W PAMIĘCI SYMPATYKÓW PIŁKARZY WARMII, BOWIEM OLSZTYŃSKI ZESPÓŁ AWANSOWAŁ DO II LIGI (DZISIEJSZA I LIGA!). POZA TYM OLSZTYNIANIE DOTARLI AŻ DO 1/8 FINAŁU PUCHARU POLSKI, W KTÓRYM W WARSZAWIE PRZEGRALI 1:4 Z LEGIĄ (CHOCIAŻ WYGRYWALI 1:0).

Nic więc dziwnego, że wśród laureatów znalazło się aż dwóch zawodników drugoligowego beniaminka (Marian Puchalski i Wiesław Lendzion). Warto przypomnieć, że rok wcześniej do II ligi awansowała Lublinianka, a zdecydował o tym wygrany 7:0 mecz z... Warmią. Trenerem zespołu z Lublina był wtedy Kazimierz Górski.

Lendzion szybko wpadł w oko działaczom Wisły i resztę kariery spędził w Krakowie. W „Białej Gwieździe” w latach 1965-73 rozegrał 182 spotkania, strzelając 25 goli (także w europejskich pucharach). W 1966 roku został wicemistrzem kraju, a rok później zdobył Puchar Polski. Potem występował jeszcze w Cracovii (1974-76).

LAUREACI

1. Ireneusz Kluczek (lekka atletyka, 400 m, Gwardia Olsztyn)
2. Danuta Sobieska (lekka atletyka, 800 m, Gwardia Olsztyn)
3. Roman Szadziwski (żeglarstwo, AZS Olsztyn)
4. Jerzy Kuńczyk (motocross, SKM Olsztyn)

PIERWSI OLIMPIJCZYCY

- 5. Andrzej Dobrowolski (koszykówka, Warmia Olsztyn)
- 6. Andrzej Chewiński (lekka atletyka, rzut dyskiem, Gwardia Olsztyn)
- 7. Marian Puchalski (piłka nożna, Warmia Olsztyn)
- 8. Bogdan Załuska (lekka atletyka, 3000 m z przeszkodami, Gwardia Olsztyn)
- 9. Wiesław Lendzion (piłka nożna, Warmia Olsztyn)
- 10. Stefan Grodzicki (jeździectwo, LZS Liski)

1965

Ten rok należał do Danuty Sobieskiej, złotej medalistki MP w biegu na 800 m. Na tej samej imprezie drugi medal dla Gwardii Olsztyn, tyle że srebrny, wywalczył Bogdan Załuska na 3000 m z przeszkodami. W plebiscytowej dziesiątce znaleźli się jeszcze m.in. Roman Szadziwski (żeglarski mistrz kraju), Stefan Grodzicki (jeździecki mistrz Polski juniorów) i Janusz Patyczek (motocrossowy mistrz kraju).

LAUREACI

- 1. Danuta Sobieska (lekka atletyka, 800 m, Gwardia Olsztyn)
- 2. Sławomir Nowakowski (lekka atletyka, 400 m, Gwardia Olsztyn)
- 3. Roman Szadziwski (żeglarsstwo, AZS Olsztyn)
- 4. Stefan Grodzicki (jeździectwo, LZS Liski)
- 5. Marian Puchalski (piłka nożna, Warmia Olsztyn)
- 6. Andrzej Chewiński (lekka atletyka, rzut dyskiem, Gwardia Olsztyn)
- 7. Janusz Patyczek (motocross, Drwęca Ostróda)
- 8. Andrzej Dobrowolski (koszykówka, Warmia Olsztyn)
- 9. Bogdan Załuska (lekka atletyka, 3000 m z przeszkodami, Gwardia Olsztyn)
- 10. Jerzy Kuńczyk (motocross, SKM Olsztyn)

1966

Choć strzelectwo sportowe nigdy nie należało do najpopularniejszych dyscyplin sportowych, to jednak złoty medal mistrzostw świata Barbary Kopyt musiał dać jej plebiscytowe zwycięstwo.

ZAWODNICZKA GRANICY
KĘTRZYN MISTRZOWSKI
TYTUŁ ZDOBYŁA
W RYWALIZACJI
DRUŻYNOWEJ W KARABINIE
STANDARDOWYM LEŻĄC
Z 50 METRÓW.



Nie był to jednak jedyny taki sukces sportowców z naszego regionu, bowiem Błażej Wyszkowski - wspólnie z Andrzejem Nowickim - został mistrzem świata juniorów w żeglarskiej klasie Cadet. W 1972 roku Wyszkowski zajął 24. miejsce w klasie Finn podczas igrzysk olimpijskich w Monachium (konkurencje żeglarskie rozgrywano w Kilonii).

LAUREACI

- 1. Barbara Kopyt (strzelectwo, Granica Kętrzyn)
- 2. Błażej Wyszkowski (żeglarsstwo, Warmia Olsztyn)
- 3. Danuta Sobieska (lekka atletyka, biegi, Gwardia Olsztyn)

- 4. Roman Szadziwski (żeglarsstwo, AZS Olsztyn)
- 5. Zenon Szeszkowski (kajakarstwo, OKS Olsztyn)
- 6. Ryszard Szadujko (motocross, Drwęca Ostróda)
- 7. Jan Bazydło (kajakarstwo, OKS Olsztyn)
- 8. Roman Kowalski (tenis stołowy, OKS Olsztyn)
- 9. Zbigniew Szykowiec (piłka nożna, Warmia Olsztyn)
- 10. Stanisław Zduńczyk (siatkówka, AZS Olsztyn)

1967

Czytelnicy-kibice najbardziej docenili złote medale



MP Danuty Sobieskiej (na 800 m i w biegu przełajowym) oraz brąz Urszuli Styrancki, czyli był to kolejny plebiscytowy triumf lekkoatletów Gwardii Olsztyn.

W DZIESIĄTCIE PO RAZ
DRUGI ZNALEZŁ SIĘ
STANISŁAW ZDUŃCZYK,
KTÓRY Z SIATKARSKĄ
REPREZENTACJĄ POLSKI
WYWALCZYŁ BRĄZOWY
MEDAL MISTRZOSTW
EUROPY.

Natomiast 9. miejsce zajął Bohdan Masztaler, piłkarz Warmii, który w tym samym roku przeniósł się do pierwszoligowej Gwardii Warszawa, gdzie grał do 1974 roku (141 meczów i 21 bramek). W reprezentacji Polski wystąpił 22 razy, w tym cztery razy podczas mistrzostw świata w 1978 roku w Argentynie.

LAUREACI

- 1. Danuta Sobieska (lekka atletyka, 400 m, Gwardia Olsztyn)
- 2. Urszula Styrancka (lekka atletyka, 100 m, Gwardia Olsztyn)
- 3. Barbara Kopyt (strzelectwo, Granica Kętrzyn)
- 4. Zenon Szeszkowski (kajakarstwo, OKS Olsztyn)
- 5. Kazimierz Nikin (kajakarstwo, OKS Olsztyn)
- 6. Roman Szadziwski (żeglarsstwo, AZS Olsztyn)
- 7. Stefan Grodzicki (jeździectwo, LZS Liski)
- 8. Stanisław Zduńczyk (siatkówka, AZS Olsztyn)
- 9. Bohdan Masztaler (piłka nożna, Warmia Olsztyn)
- 10. Klaus Teszner (kolarstwo, Zjednoczenie Olsztyn)

1968

Jeszcze nigdy w dziesiątce nie było tylu olimpijczyków! W Meksyku polscy siatkarze (ze Zduńczykiem w składzie) zajęli piąte miejsce, Urszula Styrancka-Jóźwik ze sztafetą 4x100 m ukończyła rywalizację w półfinale, natomiast podczas mistrzostw Polski zdobyła srebrne medale na 100 i 200 m (w obu przypadkach wyprzedziła ją Irena Szewińska, koleżanka z olimpijskiej sztafety). Poza tym do Meksyku jako rezerwowy polecił Wiesław Bracław, żeglarz AZS Olsztyn, który w swoim



dorobku ma m.in. tytuł mistrza Polski w klasie Finn. W dziesiątce znalazła się też Danuta Sobieska-Wierzbowska, złota medalistka MP w biegu przełajowym na 1800 m.

LAUREACI

- 1. Stanisław Zduńczyk (siatkówka, AZS Olsztyn)
- 2. Urszula Styrancka-Jóźwik (lekka atletyka, 100 i 200 m, Gwardia Olsztyn)
- 3. Wiesław Bracław (żeglarsstwo, AZS Olsztyn)
- 4. Jan Bronicki (żeglarsstwo, Baza Mrągowo)
- 5. Barbara Kopyt (strzelectwo, Granica Kętrzyn)
- 6. Danuta Sobieska-Wierzbowska (lekka atletyka, biegi przełajowe, Gwardia Olsztyn)
- 7. Edward Błaszkiwicz (kajakarstwo, OKS-OZOS Olsztyn)
- 8. Grażyna Jaskowska (gimnastyka, AZS Olsztyn)
- 9. Stefan Grodzicki (jeździectwo, LZS Liski)
- 10. Błażej Wyszkowski (żeglarsstwo, AZS Olsztyn)

1969

LAUREACI

- 1. Stanisław Zduńczyk (siatkówka, AZS Olsztyn)
- 2. Marek Jóźwik (lekka atletyka, 110 m ppt, Gwardia Olsztyn)
- 3-4. Jerzy Chudzio-Aleksander Śliwiński (kajakarstwo, OKS-OZOS Olsztyn)
- 5. Grażyna Jankowska (gimnastyka, AZS Olsztyn)
- 6. Jerzy Żwirko (biegi przełajowe, Zjednoczenie Olsztyn)
- 7. Bronisława Doborzyńska (biegi przełajowe, Zjednoczenie Olsztyn)

- 8. Błażej Wyszkowski (żeglarsstwo, AZS Olsztyn)
- 9. Stefan Grodzicki (jeździectwo, LZS Liski)
- 10. Barbara Kopyt (strzelectwo, Granica Kętrzyn)

1970

Bezprecedensowy sukces Gwardii, bowiem trzy czołowe miejsca zajęli lekkoatleci olsztyńskiego klubu, medalisci mistrzostw Polski: po raz trzeci plebiscyt wygrała Danuta Sobieska-Wierzbowska (złoto MP na 800 i 1500 m), drugi był Marek Jóźwik (złoto na 110 m ppt), a trzecia Urszula Styrancka-Jóźwik (srebro na 100 i złoto na 200 m).

LAUREACI

- 1. Danuta Sobieska-Wierzbowska (lekka atletyka, 800 i 1500 m, Gwardia Olsztyn)
- 2. Marek Jóźwik (lekka atletyka, 110 m ppt, Gwardia Olsztyn)
- 3. Urszula Styrancka-Jóźwik (lekka atletyka, 100 i 200 m, Gwardia Olsztyn)
- 4. Kazimierz Nikin (kajakarstwo, OKS-OZOS Olsztyn)
- 5. Danuta Prusinowska (gimnastyka, AZS Olsztyn)
- 6. Stanisław Zduńczyk (siatkówka, AZS Olsztyn)
- 7. Wiesław Bracław (żeglarsstwo, AZS Olsztyn)
- 8. Andrzej Gronowicz (kajakarstwo, OKS-OZOS Olsztyn)
- 9. Bernard Werner (lekka atletyka, rzut oszczepem, Zjednoczenie Olsztyn)
- 10. Tadeusz Awień (podnoszenie ciężarów, Zjednoczenie Olsztyn)

ARTUR DRYHNYCZ

OD STRAJKU DO STRAJKU, CZYLI

LATA 70.
UBIEGŁEGO WIEKU
TO ZŁOTE MEDALE
OLIMPIJSKIE
POLSKICH
PIŁKARZY
I SIATKARZY,
MISTRZOSTWO
ŚWIATA
SIATKARZY,
PASMO
SUKCESÓW
AZS OLSZTYN
I LEKKOATLETÓW
GWARDII OLSZTYN.
JEDNOCZEŚNIE
HASŁO „OBY
POLSKA ROSŁA
W SIŁĘ, A LUDZIE
ŻYLI DOSTATNIEJ”
OKAZAŁO SIĘ
JEDYNIEM...
HASŁEM.

Dwunastego grudnia 1970 roku polskie władze ogłosiły podwyżkę cen mięsa, przetworów mięsnych oraz wielu innych artykułów spożywczych (mąka o zdrożała o 17, ryby o 16, a dżemy i powidła o 36 procent). Decyzja ta podjęta tuż przed świętami wywołała olbrzymie oburzenie, doszło do strajków i wielotysięcznych protestów, głównie w Gdyni, Gdańsku, Szczecinie i Elblągu. Szczególnie krwawy był 17 grudnia (czwartek), kiedy to rano milicja ostrzelała idących do pracy stoczniovców. Przeciwno demonstrantom skierowano również krwawo stłumione. Bilans grudnia to 41 zabitych, 1164 rannych i ponad 3000 zatrzymanych. W efekcie władze stracił Władysław Gomułka, a jego następcą 19 grudnia

został Edward Gierek. Nowy pierwszy sekretarz PZPR 25 stycznia 1971 roku spotkał się z gdańskimi stoczniovcami, wtedy to padło jego słynne pytanie: „No to jak, towarzysze, pomożecie?” Wśród uczestników tego spotkania był m.in. 27-letni elektryk Lech Wałęsa, o którym świat usłyszał dziewięć lat później.

Gierek chciał - za pożyczone pieniądze - zmodernizować kraj i podnieść poziom życia Polaków, by krwawy grudzień już się nigdy nie powtórzył, co - jak wiadomo - mu się nie udało, bo w 1981 roku historia się jednak powtórzyła.

Nowe władze rozpoczęły szereg wielkich inwestycji - Huta Katowice, Centralna Magistrala Kolejowa, Fabryka Samochodów Małolitrażowych w Bielsku-Białej, elektrownia Belchatów, fabryka kineskopów w Piasecznie, odbudowa Zamku Królewskiego, Trasa Łazienkowska, Dworzec Centralny w Warszawie, trasa szybkiego ruchu Warszawa-Katowice, rafineria i Port Północny w Gdańsku, a do tego wielokopłowe budownictwo mieszkaniowe. „Program partii - programem narodu”, „Oby Polska rosła w siłę, a ludzie żyli dostatniej” - to propagandowe hasła tamtych czasów. W pewnym momencie Polska - oczywiście według rządowej propagandy - była ósmą potęgą gospodarczą świata, co jednak niewiele miało wspólnego z prawdą. W efekcie dekada Gierka skończyła się w 1980 roku olbrzymim kryzysem gospodarczym, miliardowymi długami, pustymi półkami sklepowymi i kolejkami, a w konsekwencji ogłoszonym 13 grudnia 1981 roku stanem wojennym.

Ale wróćmy do początku dekady, kiedy o kryzysie nikt jeszcze nie myślał. Był to czas bardzo dobry m.in. dla sportowców z Warmii i Mazur. Na przykład siatkarze AZS Olsztyn w tym dziesięcioleciu zdobyli aż dziewięć medali mistrzostw Polski! Do tego trzy razy z rzędu triumfowali w Pucharze Polski (1970, 1971, 1972), a w 1978 roku dotarli nawet do finału Pucharu Europy Zdobywców Pucharów.

MEDALIŚCI MISTRZOSTW POLSKI

- 1971 1. Resovia, 2. Legia Warszawy, 3. AZS Olsztyn
- 1972 1. Resovia, 2. AZS Olsztyn, 3. AZS-AWF Warszawa



Stefan Grodzicki, olimpijczyk z Monachium i wielokrotny medalista mistrzostw Polski, w 1976 roku zginął w wypadku samochodowym, gdy po zdaniu egzaminu magisterskiego wracał z Olsztyna do Bartoszy

- 1973 1. AZS Olsztyn, 2. Resovia, 3. Legia Warszawa
- 1974 1. Resovia, 2. AZS Olsztyn, 3. Płomień Miłowice
- 1975 1. Resovia, 2. Płomień Miłowice, 3. AZS Olsztyn
- 1976 1. AZS Olsztyn, 2. Płomień Miłowice, 3. Avia Świdnik
- 1977 1. Płomień Miłowice, 2. AZS Olsztyn, 3. Resovia
- 1978 1. AZS Olsztyn, 2. Hutnik Nowa Huta, 3. Legia Warszawa
- 1979 1. Płomień Miłowice, 2. Hutnik Nowa Huta, 3. Gwardia Wrocław
- 1980 1. Gwardia Wrocław, 2. AZS Olsztyn, 3. Legia Warszawa

Nic więc dziwnego, że olsztyńscy siatkarze znaleźli się w prowadzonej przez Huberta Wagnera reprezentacji Polski: w 1974 roku Mirosław Rybaczewski został mistrzem świata, a dwa lata później w Montrealu „Ryba” i Zbigniew Lubiejewski zdobyli złote medale olimpijskie. Oczywiście znalazło to odzwierciedlenie w wynikach plebiscytu, w którym czytelnicy „Gazety Olsztyńskiej”

(w 1970 roku powrócono do dawnej nazwy) wybierali najpopularniejszych sportowców województwa.

Niestety, olimpijski sukces z 1976 roku już nie uzyskał plebiscytowej „pieczęci”, bo w latach 1976-81 zrezygnowano z organizacji plebiscytu.

1971

Złoty medal mistrzostw Polski w biegu na 1500 m Danusia Sobieskiej-Wierzbowskiej otworzył drzwi do czwartego plebiscytowego zwycięstwa. Lekkoatletka Gwardii wyprzedziła kajakarski duet Andrzej Gronowicz/Jan Żukowski (mistrzowie Polski w C-2 na 500 i 1000 m), Urszula Styrankę-Jóźwik (wicemistrzyni kraju na 200 m) i Marka Jóźwika (złoty medalista MP na 110 m ppł).

Dziesiątkę laureatów zamknął 21-letni kolarz Jerzy Żwirko, który sześć lat wcześniej sprzedał harmo-

nię, by kupić rower, ponieważ podczas festynu „Głosu Olsztyńskiego” w Srokowie chciał wziąć udział w wyścigu. Szybko został zawodnikiem LZS Kętrzyn, po czym trafił do olsztyńskiego Zjednoczenia. Pod trenerską opieką Eugeniusza Szulca Żwirko został mistrzem Polski juniorów na szosie i w przełajach, więc kolejnym etapem jego kariery



było powołanie do szerokiej seniorskiej kadry kraju.

Stanął na podium prestiżowych wyścigów Dookoła Anglii, Wilhelma Tella w Szwajcarii i Dookoła Bułgarii, a w 1972 roku był pierwszym rezerwowym na igrzyskach olimpijskich w Monachium. Niestety, 5 stycznia 1973 roku, jadąc na kolejne zgrupowanie reprezentacji, Żwirko zginął w wypadku samochodowym razem z trenerem Henrykiem Łasakiem. Uratował się wówczas Janusz Kowalski, który w 1974 roku w Montrealu został mistrzem świata amatorów ze startu wspólnego (drugi był Ryszard Szurkowski).

W plebiscycie „Gazety Olsztyńskiej” Jerzemu Żwirce przyznano tytuł honorowego sportowca 1972 roku.

LAUREACI

1. Danuta Sobieska-Wierzbowska (lekka atletyka, 1500 m, Gwardia Olsztyn)
2. Andrzej Gronowicz/Jan Żukowski (kajakarstwo, OKS-OZOS Olsztyn)
3. Urszula Styranka-Jóźwik (lekka atletyka, 200 m, Gwardia Olsztyn)
4. Marek Jóźwik (lekka atletyka, 110 m ppł, Gwardia Olsztyn)
5. Stanisław Zduńczyk (siatkówka, AZS Olsztyn)
6. Błażej Wyszowski (żeglarstwo, AZS Olsztyn)
7. Stefan Grodzicki (jeździectwo, LZS Liski)
8. Sławomir Nowakowski (lekka atletyka, 400 m, Gwardia Olsztyn)
9. Kazimierz Nikin (kajakarstwo, OKS Olsztyn)
10. Jerzy Żwirko (kolarstwo, Zjednoczenie Olsztyn)

1972

Igrzyska olimpijskie w Monachium okazały się wielkim sukcesem polskich sportowców, którzy zajęli znakomite 7. miejsce w klasyfikacji medalowej (7-5-9). Mistrzami olimpijskimi zostali: piłkarze, drużyna florecistów, Władysław Komar (pchnięcie kulą), Witold Woyda (szermierka, floret), Jan Szczepański (boks) i Zygmunt Smalcerz (podnoszenie ciężarów). I chociaż sportowcy z Warmii i Mazur nie stanęli na olimpijskim podium, to i tak zdominowali kolejny plebiscyt „Gazety Olsztyńskiej”:

• Stanisław Iwaniak - z siatkarską reprezentacją Polski zajął w Niemczech 9. miejsce

OD GRUDNIA DO GRUDNIA

• **Stefan Grodzicki** - oprócz olimpijskiego startu na swoim koncie miał też srebrny medal MP w ujeżdżeniu na koniu Tarnów

• **Danuta Piecyk** - na olimpijskiej bieżni rywalizowała w biegach na 400 m i 4x400 m, poza tym została wicemistrzynią Polski na 400 m

• **Andrzej Gronowicz i Jan Żukowski** - kanadyjkarze, mistrzowie Polski w C-2 1000 m, z Monachium wrócili bez większych sukcesów, jednak cztery lata później w Montrealu Gronowicz wspólnie z Jerzym Oparą zdobyli srebrny medal olimpijski w C-2 500 m.

Poza tym czytelnicy „Gazety Olsztyńskiej” docenili m.in. Tadeusza Awizena, który w 1972 roku - po zaledwie trzech latach treningów - został mistrzem Polski w podnoszeniu ciężarów (w wadze półciężkiej). Zawodnik olsztyńskiego Zjednoczenia został powołany w skład kadry narodowej, jednak niespodziewanie zrezygnował z centralnego szkolenia. Wolał trenować pod okiem Ludwika Jaczuna, chociaż warunki w klubie miał zdecydowanie gorsze.

W dziesiątce znalazł się także Kazimierz Podolak, kolejny lekkoatleta Gwardii, mistrz Polski na 10 000 m i wice-mistrz na 5000 m.

LAUREACI

1. Stanisław Iwaniak (siatkówka, AZS Olsztyn)
2. Stefan Grodzicki (jeździectwo, LZS Liski)
3. Tadeusz Awizeń (podnoszenie ciężarów, Zjednoczenie Olsztyn)
4. Danuta Piecyk (lekka atletyka, 400 m, Gwardia Olsztyn)
5. Andrzej Gronowicz/Jan Żukowski (kajakarstwo, OKS-OZOS Olsztyn)



6. Zbigniew Lubiejewski (siatkówka, AZS Olsztyn)
7. Kazimierz Podolak (lekka atletyka, biegi długodystansowe, Gwardia Olsztyn)
8. Stanisław Zduńczyk (siatkówka, AZS Olsztyn)
9. Mariusz Gabiec (pływanie, Kormoran Olsztyn)
10. Janina Klucznik (wioślarstwo, Warmia Olsztyn)

1973

To był rok Andrzeja Gronowicza - olsztyński kanadyjkarz zdobył srebrny medal mistrzostw świata w C-2 500 m, do którego dołożył dwa mistrzostwa Polski (C-1 500 m i C-1 1000 m). Tuż za nim była Danuta Piecyk, która 17 sierpnia w Warszawie ustanowiła rekord świata w biegu na 400 m przez płotki (56,7 sek.). Poza tym Piecyk została dwukrotną mistrzynią (400 m ppł i w sztafecie 4x400 m), a także wicemistrzynią Polski (400 m) oraz brązową medalistką mistrzostw Europy (4x400 m). Oprócz Piecyk w mistrzowskiej sztafecie Gwardii Olsztyn po-

biegły: Urszula Styrańska, Danuta Wierzbowska i Danuta Lejman. Wierzbowska złoty medal zdobyła też na 800 m, a mimo to nie znalazła się w dziesiątce najpopularniejszych sportowców województwa! Czytelnicy docenili natomiast Bronisławę Doborzyńską, trzykrotną mistrzynię kraju (1500 i 3000 m oraz bieg przełajowy na 4 km). 1 maja Doborzyńska została pierwszą oficjalną rekordzistką Polski w biegu na 3000 m (9.29,2), a potem rekord ten poprawiała jeszcze cztery razy, stając się pierwszą Polką, która złamała 9 minut (8.58,8).

LAUREACI

1. Andrzej Gronowicz (kajakarstwo, Stomil Olsztyn)
2. Danuta Piecyk (lekka atletyka, 400 m, Gwardia Olsztyn)
3. Stanisław Iwaniak (siatkówka, AZS Olsztyn)
4. Tadeusz Awizeń (podnoszenie ciężarów, Zjednoczenie Olsztyn)
5. Bronisława Doborzyńska (lekka atletyka, 1500, 3000 m, biegi przełajowe, Gwardia Olsztyn)
6. Zbigniew Lubiejewski (siatkówka, AZS Olsztyn)
7. Mariusz Gabiec (pływanie, Kormoran Olsztyn)
8. Kazimierz Nikin (kajakarstwo, Stomil Olsztyn)
9. Urszula Styrańska-Jóźwik (lekka atletyka, 200 m, Gwardia Olsztyn)
10. Stefan Grodzicki (jeździectwo, LZS Liski)

1974

Tytuł mistrza Polski w C-1 1000 m oraz wicemistrzostwo świata w C-2 1000 m (wspólnie z Jerzym Oparą) zapewniły Andrzejowi Gronowiczowi drugie z rzędu plebiscytowe zwycięstwo. Dopiero drugi był siatkarz Mirosław Rybaczewski, chociaż z Meksyku wrócił z tytułem mistrza świata! Może zadecydowały o tym „nieudane” mistrzostwa Polski, w których AZS Olsztyn zajął „zaledwie” drugie miejsce...

Natomiast po raz trzeci z rzędu w dziesiątce znalazł się Mariusz Gabiec, pływak olsztyńskiego Kormorana, który w latach 70. był wielokrotnym mistrzem i rekordzistą Polski. W 1976 roku Gabiec wypełnił minimum na igrzyskach w Montrealu, był nawet na przymiarcie olimpijskiego stroju, jednak ostatecznie do Kanady nie pojechał. Warto przypomnieć, że olimpijskie



garnitury przymierzali także olsztyńscy siatkarze Stanisław Iwaniak i Wojciech Baranowicz - oni też do Kanady nie polecili, bo po ostatnim przedolimpijskim zgrupowaniu, które zorganizowano w Rudziskach Pasymskich, Wagner musiał zrezygnować z dwóch zawodników, no i padło na siatkarzy AZS Olsztyn.

Czytelnicy docenili także paśnika Jerzego Kachniarza, który podczas mistrzostw Europy wywalczył brązowy medal w kategorii wagowej 90 kg.

LAUREACI

1. Andrzej Gronowicz (kajakarstwo, Stomil Olsztyn)
2. Mirosław Rybaczewski (siatkówka, AZS Olsztyn)
3. Bronisława Doborzyńska-Ludwichowska (lekka atletyka, 1500, 3000 m, biegi przełajowe, Gwardia Olsztyn)
4. Tadeusz Awizeń (podnoszenie ciężarów, Zjednoczenie Olsztyn)
5. Sabina Sienkiewicz (gimnastyka, Stomil Olsztyn)
6. Jerzy Kachniarz (zapasy, LZS Giżycko)
7. Danuta Piecyk (lekka atletyka, 400 m, 400 m ppł, Gwardia Olsztyn)
8. Danuta Aleksandrowicz (kajakarstwo, Stomil Olsztyn)
9. Mirosław Tryba (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
10. Mariusz Gabiec (pływanie, Kormoran Olsztyn)

1975

Polscy siatkarze - z Iwaniakiem, Rybaczewskim i Zbigniewem Lubiejewskim w składzie - wywalczyli w Belgradzie tytuł wicemistrzów Europy, w efekcie cała trój-

biegła też Piecyk, która poza tym została mistrzynią Polski na 400 m i 400 m ppł.

Dzisiaj aż trudno uwierzyć, że kilkadziesiąt lat temu olsztyńska lekka atletyka była aż tak mocna...

LAUREACI

1. Mirosław Rybaczewski (siatkówka, AZS Olsztyn)
2. Kazimierz Nikin (kajakarstwo, Stomil Olsztyn)
3. Zbigniew Lubiejewski (siatkówka, AZS Olsztyn)
4. Bronisława Doborzyńska-Ludwichowska (lekka atletyka, Gwardia Olsztyn)
5. Andrzej Gronowicz (kajakarstwo, Stomil Olsztyn)
6. Stanisław Iwaniak (siatkówka, AZS Olsztyn)
7. Danuta Piecyk (lekka atletyka, 400 m, 400 m ppł, Gwardia Olsztyn)
8. Jan Lisowski (podnoszenie ciężarów, Zjednoczenie Olsztyn)
9. Hanna Podrzycka (koszykówka, Stomil Olsztyn)
10. Beata Szydłowska (pływanie, SZS AZS Olsztyn)

W czerwcu 1976 roku - po ogłoszeniu podwyżek na wiele artykułów spożywczych - przez kraj przeszła fala strajków, m.in. w Radomiu spalono komitet wojewódzki PZPR. Co prawda podwyżki ostatecznie odwołano, ale gospodarki to nie uzdrowiło, a wręcz przeciwnie. W efekcie w 1980 roku kolejna fala protestów zmiołła Gierka i doprowadziła do powstania Solidarności. Jednak 13 grudnia 1981 roku wprowadzono stan wojenny, który zakończył solidarnościowy karnawał. Jak widać, nie były to najlepsze czasy na sportowy plebiscyt, dlatego w jego historii nastąpiła siedmioletnia przerwa.

ARTUR DRYHNYCZ



STAN WOJENNY, MUSZTARDA, OCET

W 1982 ROKU - PO SIEDMIOLETNIEJ PRZERWIE - POWRÓCONO DO WYBORÓW NAJPOPULARNIEJSZYCH SPORTOWCÓW WOJEWÓDZTWA. I CHOCIAŻ POLSKA GOSPODARKA BYŁA W RUINIE, TO SPORTOWCY W BIAŁO-CZERWONYCH BARWACH POTRAFIŁI SIĘGAĆ TAM, GDZIE TEORETYCZNIE SIĘGAĆ NIE MIELI PRAWA.

1982

Był to bardzo dziwny rok, bo chociaż w Polsce 13 grudnia 1981 roku wprowadzono stan wojenny, a w sklepach był jedynie ocet i musztarda, to polscy sportowcy mimo wszystko odnieśli dwa olbrzymie sukcesy na arenie międzynarodowej.

I tak na przełomie lutego i marca w RFN (Republika Federalna Niemiec) odbyły się mistrzostwa świata piłkarzy ręcznych. O medale rywalizowało 16 reprezentacji, w tym Polacy. Biało-czerwoni wygrali swoją grupę (16:15 ze Szwajcarią, 28:19 z Japonią i 19:19 z NRD), niestety, drugi etap rozgrywek rozpoczęli od porażek 17:18 z RFN (obrońca tytułu) i 21:27 z ZSRR. Co prawda potem pokonali 24:23 Czechosłowację, ale wszystko wskazywało na to, że zajmą trzecie miejsce w grupie i znajdą się poza strefą medalową, bo w ostatnim spotkaniu reprezentacja RFN miała planowo ograć słabych Szwajcarów. Niespodziewanie mecz zakończył się remisem, w efekcie trzy zespoły miały po pięć punktów, więc o układzie tabeli decydował bilans bramkowy, który Polacy mieli najlepszy - NRD była gorsza o... jedną bramkę!

Grupa I

1. ZSRR	10	130:85
2. Polska	5	97:102
3. NRD	5	92:98
4. RFN	5	85:94
5. Czechosłowacja	3	99:112
6. Szwajcaria	2	76:88

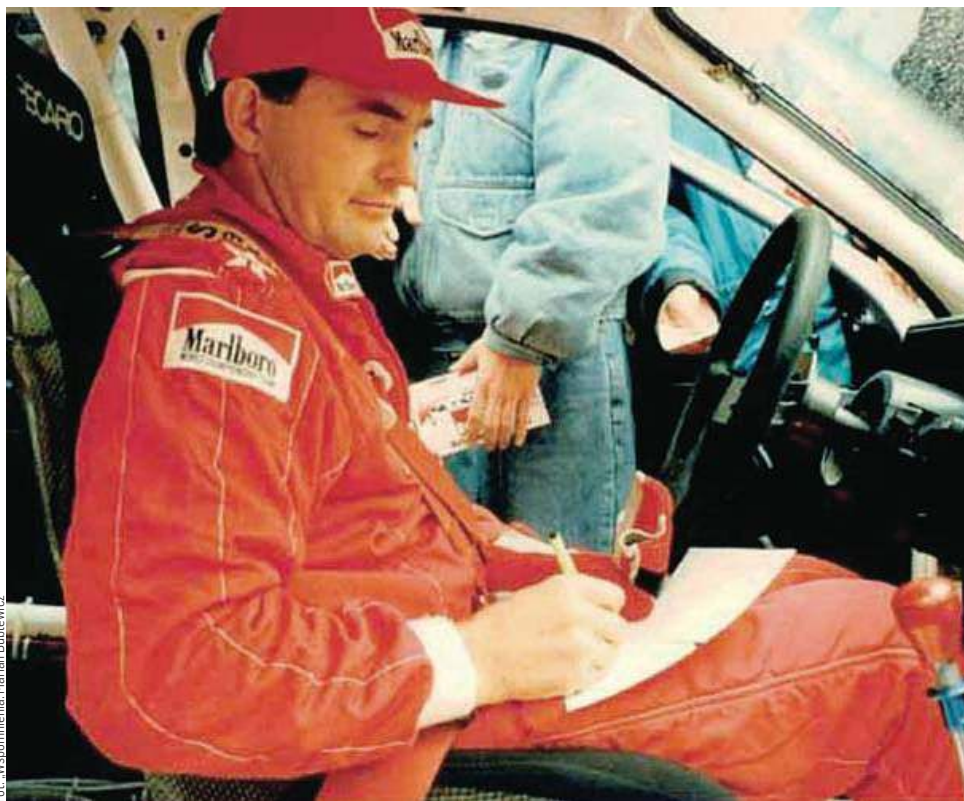
W meczu o trzecie miejsce Polacy wygrali 23:22 (13:12) z Danią, natomiast mistrzami świata zostali Rosjanie, którzy w finale pokonali 30:27 Jugosławię. Niestety, w kraju sukces ten przeszedł bez większego echa, bowiem

poliska telewizja nie zakupiła praw do transmisji.

Zdecydowanie inaczej było z piłkarskimi mistrzostwami świata (13 czerwca-11 lipca), które rozegrano w Hiszpanii (po raz pierwszy z udziałem aż 24 reprezentacji). Ostatecznie polscy piłkarze zajęli trzecie miejsce, a pierwszoplanową postacią reprezentacji był Zbigniew Boniek (zdobył cztery gole), który przed Mundialem podpisał rekordową umowę z Juventusem - Włosi zapłacili za niego Widzewowi aż 2,3 miliona dolarów! Przypomnijmy, że przeciętna pensja w Polsce to była wówczas równowartość około... 15-20 dolarów. Gdyby taka kwota rzeczywiście wpłynęła wtedy na konto łódzkiego klubu, wówczas Widzew mógłby pewnie wykupić całą ekstraklasę, ale ostatecznie połowę pieniędzy za Bonika przejęło państwo, a resztę dostał Widzew, oczywiście w złotówkach przeliczonych po oficjalnym kursie dolara, który był wielokrotnie niższy od czarnorynkowego.

Warto dodać, że przed wyjazdem do Hiszpanii Boniek w barwach Widzewa zdołał jeszcze wywalczyć mistrzostwo Polski. Był to jednak jeden z tych dziwnych sezonów, podczas których mówiło się o tzw. niedzielach cudów. Tak też było na finiszu sezonu 1981/82 - przed ostatnią kolejką w tabeli prowadził Śląsk, który o punkt wyprzedzał Widzew. Na zakończenie rozgrywek wrocławianie podejmowali słabą Wisłę Kraków (zajęła ostatecznie 8. miejsce), natomiast Widzew na wyjeździe grał z Ruchem.

Stadion Śląska mógł pomieścić około 15 tysięcy widzów, ale tym razem na trybunach zasiadło aż 25 tysięcy kibiców. Wielu przyszło z kwiatami i transparentami, a na pomeczowy bankiet działacze



W latach 80. XX wieku Marian Bublewicz podbił serca rajdowych kibiców w całym kraju

włódkach mrozili szampa. Wrocławianie byli pewni swego, bo za „słabszy dzień” zapłacili Wisłę 400 tysięcy złotych. Jednak krakowianie niespodziewanie podbili stawkę, w efekcie do ostatnich chwil trwała zbiórka dodatkowych pieniędzy, które ostatecznie przekazano w... ubikacji na stadionie. Gospodarze myśleli, że sprawa załatwiona, jednak nie przewidzieli, że ich największy rywal do mistrzostwa nie będzie siedział z założonymi rękami, tylko włączy się do walki o serca, a właściwie portfele, krakowskich piłkarzy.

No i po bezbramkowej pierwszej połowie, po przerwie Wisła niespodziewanie zdobyła gola, ale sytuacja cały czas wydawała się pod kontrolą. I była, tyle że pod kontrolą... Widzewa, który z tego powodu o osiem minut opóźnił mecz z Ruchem. W końcówce spotkania we Wrocławiu sędzia Alojzy Jarguz przyznał Śląskowi rzut karny, więc gol wydawał się formalnością, bo oba zespoły ustaliły już przed meczem, w który róg bramki ma się rzucić krakowski bramkarz, by przypadkiem nie obronić strzału. Ale niespodziewanie rzucił się tam, gdzie strzelił pewny swego napastnik Śląska. Na boisku konsternacja, bo przecież

było zapłacone, a na trybunach jeszcze większa, bo wynik już się nie zmienił. Śląsk przegrał, więc Widzew mógł sobie pozwolić na remis z Ruchem. Inna sprawa, że nawet gdyby Śląsk doprowadził do wyrównania, to Widzew i tak zapewne strzeliłby jeszcze zwycięską bramkę (mieli przecież jeszcze te osiem minut), bo chorowanie już wiedzieli, że z ligi nie spadną, więc oporu by nie stawiali.

Co się zatem stało we Wrocławiu? Cóż, podobno Śląsk zbierał dla Wisły około pół miliona złotych, natomiast łodzianie jakieś sto tysięcy złotych więcej. Na dodatek płacili w dolarach!

Natomiast w naszym województwie - po siedmiu latach przerwy - postanowiono powrócić do wyborów najpopularniejszych sportowców. Cóż, był kłopot z chlebem, więc uznano, że chociaż będą igrzyska. Ostatecznie czytelnicy „Gazety Olsztyńskiej” postawili na Ryszarda Szparaka, mistrza kraju w biegu na 400 m przez płotki, który wyprzedził siatkarza Włodzimierza Nalazka (z AZS Olsztyn zdobył Puchar Polski oraz zajął 3. miejsce w lidze). Warto dodać, że w 1981 roku Nalazek został też wicemistrzem Europy. Na liście laureatów

znaleźli się m.in. bojerowiec Piotr Burczyński (wicemistrz Europy), ciężarowiec Edward Kuliś (brązowy medalista mistrzostw świata i Europy w wrwaniu), kajakarz Jerzy Dunajski (olimpijczyk z Moskwy) i gimnastyczka Ewa Kisiel (czterokrotna medalistka MP)

LAUREACI

1. Ryszard Szparak (lekka atletyka, 400 m ppt, Gwardia Olsztyn)
2. Włodzimierz Nalazek (siatkówka, AZS Olsztyn)
3. Marian Bublewicz (automobilizm, Stomil Olsztyn)
4. Stanisław Olszewski (motocross, Stomil Olsztyn)
5. Edward Kuliś (podnoszenie ciężarów, Agrokompleks Kętrzyn)
6. Jerzy Dunajski (kajakarstwo, Stomil Olsztyn)
7. Piotr Burczyński (bojery, AZS Olsztyn)
8. Tomasz Żabiński (płetwonurkowanie, Koral Olsztyn)
9. Ewa Kisiel (gimnastyka, Stomil Olsztyn)
10. Jerzy Mirski (strzelectwo, Gwardia Olsztyn)

1983

Andrzej Komar zaliczył najlepszy sezon w swej karierze ciężarowca, bo nie dość, że został mistrzem Polski

w kategorii 100 kg, to jeszcze zdobył brązowe medale mistrzostw świata i Europy. Te trzy udane starty zapewniły Komarowi plebiscyto- wy triumf.

Wśród laureatów ponownie znaleźli się: Marian Bublewicz - rajdowy mistrz Polski, Ryszard Szparak - na mistrzostwach Polski zdobył złoto (400 m ppt) i brąz w sztafecie 4x400 m (sztafeta Gwardii pobięła w składzie: Szparak, Zbigniew Rytel, Zbigniew Kozłowski i Jerzy Konarski), Piotr Burczyński - wicemistrz świata i Europy. Warto zauważyć obecność w dziesiątce Tadeusza Sosnowskiego, piłkarza Gwardii Szczecino, która w sezonie 1981/82 grała (bez powodzenia) w II lidze (dziś sielsza I liga).

LAUREACI

1. Andrzej Komar (podnoszenie ciężarów, Zjednoczenie Olsztyn)
2. Włodzimierz Nalazek (siatkówka, AZS Olsztyn)
3. Marian Bublewicz (automobilizm, Stomil Olsztyn)
4. Ryszard Szparak (lekka atletyka, 400 m ppt, 400 m, Gwardia Olsztyn)
5. Piotr Burczyński (bojery, AZS Olsztyn)
6. Ewa Kisiel (gimnastyka, Stomil Olsztyn)
7. Stanisław Olszewski (motocross, Stomil Olsztyn)
8. Tadeusz Sosnowski (piłka nożna, Gwardia Szczecino)
9. Stanisław Macur (bojery, AZS Olsztyn)
10. Piotr Koczan (siatkówka, AZS Olsztyn)

1984

Najważniejszymi wydarzeniami sportowymi roku były zimowe igrzyska w Sarajewie oraz letnie w Los Angeles. W Sarajewie Polacy robili za tło dla najlepszych, natomiast do USA nie polecili, bowiem kraje socjalistyczne najważniejszą imprezę czterolecia zbojkotowały. Był to rewanż za olimpiadę w Moskwie, którą z kolei zbojkotowały Stany Zjednoczone oraz państwa zachodnie.

Natomiast nikt nie myślał - i słusznie - o bojkocie 24. plebiscytu, który zakończył się triumfem Stanisława Olszewskiego - na bardzo długiej liście jego sukcesów było m.in. dwukrotne mistrzostwo Europy w rajdach enduro i dziesięciokrotne mistrzostwo Polski w motocrossie (tytuły zdobywał w latach 1973-83).

ORAZ WIELKIE SPORTOWE SUKCESY

Poza tym czytelnicy głosowali na siatkarza Włodzimierza Nalazka (olimpijczyk z Moskwy, wicemistrz Europy z 1983 roku) oraz tradycyjnie już na Burczyńskiego (brąz ME), Bublewicza (mistrz Polski) i Szparaka (mistrz kraju na 400 m ppł i srebrny medalista MP w sztafecie 4x400 m wraz ze Zbigniewem Kozłowskim, Mariuszem Ciotą i Jerzym Konarskim).

Warto zauważyć, że wśród laureatów po raz pierwszy znalazł się Karol Jabłoński, który w przyszłości w pewnym momencie stał się sportowcem numer 1 w naszym regionie.

LAUREACI

1. Stanisław Olszewski (moto-cross, Stomil Olsztyn)
2. Włodzimierz Nalazek (siatkówka, AZS Olsztyn)
3. Piotr Burczyński (bojery, AZS Olsztyn)
4. Marian Bublewicz (automobilizm, Stomil Olsztyn)
5. Ryszard Szparak (lekka atletyka, 400 m ppł, 400 m, Gwardia Olsztyn)
6. Piotr Koczan (siatkówka, AZS Olsztyn)
7. Piotr Alberciak (koszykówka, Gwardia Szczycno)
8. Ewa Kisiel (gimnastyka, Stomil Olsztyn)
9. Karol Jabłoński (bojery/żeglarstwo, Baza Mrągowo)
10. Tomasz Błaszczak (judo, Gwardia Szczycno)

1985

Mistrzów świata nigdy nie jest za dużo, więc gdy Małgorzata Pałasz-Piasecka została mistrzynią globu w windsurfingowej klasie Mistral, stało się jasne, że reprezentantka Bazy Mrągowo będzie jednym z faworytów do plebiscytowego triumfu. Tak też się stało, a w pobitym polu pani Małgorzata zostawiła m.in. Jabłońskiego i Burczyńskiego, czyli srebrnego i brązowego medalistę bojerowych mistrzostw Europy, oraz Marka Adamskiego, trzeciego zawodnika MP w biegu na 1500 m.

LAUREACI

1. Małgorzata Pałasz-Piasecka (żeglarstwo, Baza Mrągowo)
2. Wojciech Florczak (kajakarstwo, Sokół Ostróda)
3. Włodzimierz Nalazek (siatkówka, AZS Olsztyn)
4. Karol Jabłoński (bojery/żeglarstwo, Baza Mrągowo)
5. Stanisław Olszewski (moto-cross, Stomil Olsztyn)
6. Piotr Burczyński (bojery, AZS Olsztyn)

7. Joanna Zapolska (gimnastyka, Stomil Olsztyn)
 8. Arkadiusz Wiśniewski (siatkówka, AZS Olsztyn)
 9. Krzysztof Rudzki (piłka nożna, Gwardia Szczycno)
 10. Marek Adamski (lekka atletyka, 1500 m, AZS Olsztyn)
- Sportowiec Honorowy - Marek Pilecki (sport inwalidów, Start Olsztyn)

1986

Kariera Mariana Bublewicza rozwijała się znakomicie - w sumie we wszystkich klasach olsztynianin wywalczył aż 20 tytułów mistrza Polski. Nic więc dziwnego, że wyniki te docenili czytelnicy „Gazety Olsztyńskiej”. Poza tym wśród laureatów kolejny raz znalazł się Ryszard Szparak, chociaż lekkoatleta Gwardii podczas mistrzostw kraju tym razem zdobył „tylko” brąz na 400 m ppł.

LAUREACI

1. Marian Bublewicz (automobilizm, Stomil Olsztyn)
2. Joanna Burzyńska (bojery/żeglarstwo, Baza Mrągowo)
3. Andrzej Grzyb (siatkówka, AZS Olsztyn)
4. Ewa Kisiel (gimnastyka, Stomil Olsztyn)
5. Ryszard Szparak (lekka atletyka, 400 m ppł, Gwardia Olsztyn)
6. Cezary Turowicz (koszykówka, Gwardia Szczycno)
7. Błażej Krupa (automobilizm, Stomil Olsztyn)
8. Wojciech Florczak (kajakarstwo, Sokół Ostróda)
9. Jacek Olszewski II (moto-cross, Stomil Olsztyn)
10. Piotr Burczyński (bojery, AZS Olsztyn)

1987

Kolejny triumf Bublewicza, a pozostałe miejsca na plebiscytowym podium zajęli bojerowcy: Stanisław Macur (wicemistrz świata) i Piotr Burczyński (wicemistrz Europy). Tuż za nimi znaleźli się Joanna Burzyńska - mistrzyni Europy w windsurfingowej klasie Mistral (wicemistrzynią była natomiast Małgorzata Pałasz-Piasecka) oraz kajakarze Wojciech Florczak i Krzysztof Pannellier, którzy na mistrzostwach świata zajęli 11. miejsce w K-2 10 000 m.

LAUREACI

1. Marian Bublewicz (automobilizm, Stomil Olsztyn)



Mariusz Szyszko, siatkarz AZS Olsztyn, został najpopularniejszym sportowcem 1989 roku

2. Stanisław Macur (bojery, AZS Olsztyn)
3. Piotr Burczyński (bojery, AZS Olsztyn)
4. Joanna Burzyńska (bojery/żeglarstwo, Baza Mrągowo)
5. Wojciech Florczak-Krzysztof Pannellier (kajakarstwo, Sokół Ostróda)
6. Stanisław Olszewski (moto-cross, Stomil Olsztyn)
7. Karolina Chuć (gimnastyka, Stomil Olsztyn)
8. Arkadiusz Wiśniewski (siatkówka, AZS Olsztyn)
9. Małgorzata Pałasz-Piasecka (żeglarstwo, Baza Mrągowo)
10. Jacek Olszewski I (moto-cross, Stomil Olsztyn)

1988

Tytuły mistrza Europy i wicemistrza świata zapewniły Piotrowi Burczyńskiemu miano najpopularniejszego sportowca województwa. Za bojerowcem byli Bublewicz, Andrzej Grzyb i Karolina Chuć (trzykrotna brązowa medalistka MP, poza tym trzecie miejsce olsztyńska gimnastyczka zajęła też podczas zawodów Nadzieje Olimpijskie w Baia Mare).

Co prawda stopniowo opadała z sił olsztyńska lekka atletyka, ale mimo to wśród laureatów znalazła się jeszcze Małgorzata Birbach, mistrzyni kraju w biegu przelajowym na 4 km.

Na 10. miejscu zameldował się z kolei Mariusz Wiśniewski, 18-letni piłkarz Stomilu, srebrny medalista

Ogólnopolskiej Spartakiady Młodzieży z 1986 roku. W 1988 roku Stomil awansował do II ligi, a w Biskupcu zdobył Wojewódzki Puchar Polski. Olsztyńska drużyna w finale pokonała 1:0 Orleńską Reszel, a zwycięską bramkę zdobył Mariusz Wiśniewski.

LAUREACI

1. Piotr Burczyński (bojery, AZS Olsztyn)
2. Marian Bublewicz (automobilizm, Stomil Olsztyn)
3. Andrzej Grzyb (siatkówka, AZS Olsztyn)
4. Karolina Chuć (gimnastyka, Stomil Olsztyn)
5. Jacek Olszewski I (moto-cross, Stomil Olsztyn)
6. Andrzej Kamiński (kajakarstwo, Budowlani Olsztyn)
7. Beata Krupska (koszykówka, Stomil Olsztyn)
8. Małgorzata Birbach (lekka atletyka, biegi przelajowe, Gwardia Olsztyn)
9. Mariusz Szyszko (siatkówka, AZS Olsztyn)
10. Mariusz Wiśniewski (piłka nożna, Stomil Olsztyn)

1989

Po trzyletniej przerwie olsztyńscy siatkarze powrócili na podium MP, zdobywając srebrny medal, co natychmiast znalazło odbicie w wynikach plebiscytu. W efekcie Marian Bublewicz - mimo mistrzowskiego tytułu - znowu musiał zadowolić się drugim miejscem. Poza

nimi w dziesiątkę znaleźli się m.in. Piotr Burczyński i Stanisław Macur, czyli złoty i brązowy medalista Europy, oraz Ewa Keller (mistrzyni Polski w biegu na 200 m).

LAUREACI

1. Mariusz Szyszko (siatkówka, AZS Olsztyn)
2. Marian Bublewicz (automobilizm, Stomil Olsztyn)
3. Piotr Burczyński (bojery, AZS Olsztyn)
4. Andrzej Grzyb (siatkówka, AZS Olsztyn)
5. Arkadiusz Wiśniewski (siatkówka, AZS Olsztyn)
6. Joanna Burzyńska (żeglarstwo, Baza Mrągowo)
7. Mariusz Wiśniewski (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
8. Ewa Keller (lekka atletyka, 200 m, Gwardia Olsztyn)
9. Michał Sędrowski (piływanie, Juwenia Olsztyn)
10. Stanisław Macur (bojery, AZS Olsztyn)

1990

Kolejny tytuł rajdowego mistrza Polski pozwolił Marianowi Bublewiczowi powrócić na plebiscytowy szczyt. Siatkarze znowu znaleźli się na podium MP (tym razem na najniższym stopniu), więc czytelnicy nie zapomnieli o Mariuszu Szyszce i Leszku Urbanowiczu. Z kolei w biegu przelajowym na 3,5 km złoto MP zdobyła Małgorzata Birbach (Gwardia Olsztyn), a srebro Wioletta Kryza (AZS Olsztyn), jednak tylko Bir-

bach została doceniona przez czytelników „Gazety Olsztyńskiej”.

Kilka lat wcześniej w dziesiątkę była Małgorzata Pałasz-Piasecka, a na zakończenie dekady wśród laureatów znalazł się Andrzej Piasecki, jej mąż, októrem „Gazeta Olsztyńska” tak wtedy pisała: „żeglarz, zawodnik i szkoleniowiec Bazy Mrągowo. Nauczyciel Szkoły Mistrzostwa Sportowego w żeglarstwie. Mistrz Europy w pływaniu na desce z żaglem Dywizjon II”.

Po latach pani Małgorzata i pan Andrzej jeszcze raz załaziła na Balu Sportowca, bowiem wśród laureatów znajdzie się ich córka Sara.

Ale o tym już innym razem...

LAUREACI

1. Marian Bublewicz (automobilizm, Stomil Olsztyn)
2. Mariusz Szyszko (siatkówka, AZS Olsztyn)
3. Jacek Olszewski II (moto-cross, Stomil Olsztyn)
4. Andrzej Piasecki (żeglarstwo, Baza Mrągowo)
5. Piotr Burczyński (bojery, AZS Olsztyn)
6. Małgorzata Birbach (lekka atletyka, biegi przelajowe, Gwardia Olsztyn)
7. Leszek Urbanowicz (siatkówka, AZS Olsztyn)
8. Mariusz Wiśniewski (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
9. Joanna Zapolska (gimnastyka, SMS/Stomil Olsztyn)
10. Andrzej Biedrzycki (piłka nożna, Stomil Olsztyn)

ARTUR DRYHYNICZ

RAJDOWE SUKCESY, SIATKARSCY

OSTATNIA DEKADĘ XX WIEKU POPRZEDZIŁ TOAST „ZDROWIE WASZE W GARDŁO NASZE”. BYŁA TO ZAPOWIEDŹ CIEKAWYCH CZASÓW - MIMO TRUDNOŚCI SPORTOWCY Z NASZEGO REGIONU ODNIEŚLI WIELE SUKCESÓW: ZOSTAWALI MISTRZAMI POLSKI, EUROPY I ŚWIATA, A KAJAKARZ ADAM SEROCZYŃSKI WYWALCZYŁ OLIMPIJSKI BRĄZ.

1991

W grudniu 1990 roku Lech Wałęsa wygrał wybory prezydenckie, a zwycięską lampkę szampana poprzedził toastem „Zdrowie wasze w gardło nasze”. Była to zapowiedź pięciu ciekawych lat, po których większość Polaków miała już byłego elektryka serdecznie dosyć.

W latach 90. sprawdziło się stare chińskie przekleństwo „obyś żył w ciekawych czasach”, z tym że w Polsce „ciekawe czasy” oznaczały spadek produkcji, olbrzymie bezrobocie i trudną do opanowania inflację. Oczywiście kryzys gospodarczo-społeczny odbił się także na stanie polskiego sportu - wiele klubów pozbawionych państwowego wsparcia albo upadło, albo drastycznie ograniczyło działalność. Co prawda pojawili się prywatni sponsorzy, którzy śnili o podboju Europy lub nawet świata, po czym tracili jeden

lub dwa transporty przemianego alkoholu i marzenia się kończyły. Byli też „sponsorzy”, i to w największych polskich klubach (Legia), którzy po wycofaniu się ze sportu żądali zwrotu wszystkich wyłożonych wcześniej pieniędzy.

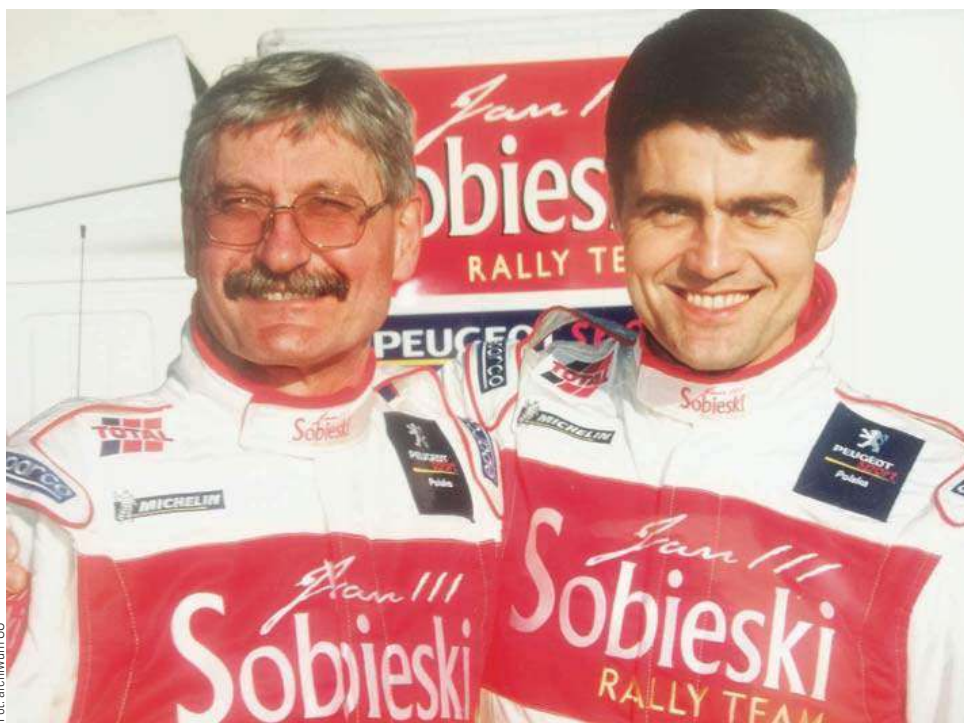
Generalnie był to ciężki czas dla sportu, ale to nie znaczy, że sportowcy z Warmii i Mazur nie odnosili sukcesów. Na przykład Marian Bublewicz w 1991 roku po raz trzeci z rzędu został rajdowym mistrzem kraju, a jego Ford Sierra RS Cosworth powodował szybsze bicie serca tysięcy kibiców.

UROKOWI „BUBLA” ULEGLI TAKŻE CZYTELNICZY „GAZETY OLSZTYŃSKIEJ”, UZNAJĄC GO ZA NAJPOPULARNIEJSZEGO SPORTOWCA WOJEWÓDZTWA.

- Po zdobyciu mistrzostwa wręczyłem Marianowi Bublewiczowi okazały kryształowy puchar - wspomina Leszek Dublaszewski, który niewiele wcześniej został dyrektorem Stomilu. - Jakież było moje zdziwienie, gdy okazało się, że było to pierwsze takie podziękowanie, jakie nasz znakomity rajdowiec otrzymał ze swojego klubu.

W dziesiątce nie mogło zabraknąć siatkarzy AZS Olsztyn, którzy zostali mistrzami Polski. Decydujący mecz rozegrano 25 marca w Uranii, a na trybunach upchnięto wtedy podobno cztery tysiące kibiców! - A potem było klasycznie, czyli jakaś premia i wizyty w zakładach pracy - wspominał po latach Leszek Urbanowicz, a Mariusz Szyszko dodał: - Wiem, że już nigdy w życiu coś takiego się nie powtórzy, bo dzisiaj nikt by nie pozwolił, żeby tylu kibiców weszło do Uranii. Przyznaję, że przez chwilę poculiśmy się bardzo ważni, jakąś premię rzeczywiście dostaliśmy, bo wtedy jeszcze nam płacili, natomiast za następny tytuł już nie dostaliśmy ani grosza.

Poza tym czytelnicy docenili m.in. Małgorzatę Birbach-Kowalewicz (mistrzyni Polski w biegu przełajowym na 3500 m) oraz Waldemara Ząbeckiego, bowiem piłkarze Stomilu awansowali do II ligi (dzisiejsza I liga).



Maciej Wiślawski (z lewej) był pilotem Krzysztofa Hołowczyca

LAUREACI

1. Marian Bublewicz (automobilizm, Stomil Olsztyn)
2. Mariusz Szyszko (siatkówka, AZS Olsztyn)
3. Joanna Burzyńska (żeglarstwo, Baza Mrągowo)
4. Mariusz Sordyl (siatkówka, AZS Olsztyn)
5. Magdalena Urban (gimnastyka, SMS/Stomil Olsztyn)
6. Małgorzata Birbach-Kowalewicz (lekka atletyka, biegi długie, Gwardia Olsztyn)
7. Waldemar Ząbecki (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
8. Lilianna Racis (taekwondo, Start Olsztyn)
9. Andrzej Iwaniak (siatkówka niepełnosprawnych, Start Olsztyn)
10. Jacek Olszewski II (motocross, Stomil Olsztyn)

1992

Klasyfikację medalową letnich igrzysk w Barcelonie wygrała reprezentacja Wspólnoty Niepodległych Państw (45-38-29) przed Stanami Zjednoczonymi (37-34-37) i Niemcami (33-21-38). Polska była dopiero 19. (3-6-10), a złote medale zdobyli judoka Waldemar Legień i pięcioboista Arkadiusz Skrzypaszek - indywidualnie oraz drużynowo (z Maciejem Czyżowiczem i Dariuszem Goździakiem). Poza tym Polacy jeszcze 16 razy stawali na olimpijskim podium, jednak wielu kibiców

bardziej pamięta tego, który... medalu nie zdobył.

7 sierpnia na 50-kilometrową trasę ruszyli chodźarze, a wśród nich Robert Korzeniowski. Mniej więcej cztery godziny później Polak finiszował na drugim miejscu, do mety pozostało zaledwie 500 metrów i nikt już nie mógł mu odebrać srebrnego medalu. Nikt, poza amerykańskim sędzią, który dosłownie w bramie stadionu udzielił Korzeniowskiemu ostrzeżenia za „nieprawidłowy krok”, a że było to już trzecie ostrzeżenie, które oznaczało dyskwalifikację, więc polski chodźarz już na olimpijskiej bieżni się nie pojawił... Cóż, ocena kroku przez sędziów często była sprawą uznaniową. Na przykład podczas igrzysk w 1980 roku w Moskwie Polak Wiesław Kirkor zdyskwalifikował... trzech najlepszych zawodników. Jakże się więc musiał zdziwić Włoch Maurizio Damilano, który myślał, że idzie po czwarte miejsce, tymczasem po przekroczeniu bramy stadionu dowiedział się, że za chwilę zostanie mistrzem olimpijskim.

A W NASZYM PLEBISCYCIE KOLEJNY TRIUMF MARIANA BUBLEWICZA, RAJDOWEGO MISTRZA KRAJU I WICEMISTRZA EUROPY.

Poza tym wśród laureatów znaleźli się m.in. Joanna Burzyńska (trzecia zawodniczka ME w klasie Lechner, mistrzyni Polski oraz dziewczęta zawodniczka igrzysk w Barcelonie), Małgorzata Birbach-Kowalewicz (23. zawodniczka olimpijskiego maratonu w Barcelonie, poza tym zajęła piąte miejsce w prestiżowym maratonie w Bostonie) i Monika Jabłowska (dwukrotna brązowa medalistka MŚ, srebrna i brązowa medalistka ME oraz dwukrotna mistrzyni Polski). A że siatkarze AZS Olsztyn znowu (niestety, zarazem po raz ostatni) zostali mistrzami Polski, więc w dziesiątce znaleźli się Mariusz Szyszko i Roman Roszewski. Tym razem dwa decydujące mecze rozegrano w Częstochowie. Olsztynianie wygrali 3:1 i 3:0, po czym... Ale oddajmy głos Mariuszowi Szyszko: „Po meczu wykopaliliśmy się, a nasz menedżer zaprosił nas do hotelu na jakieś wino musujące, przy okazji znowu obiecując jakieś wielkie pieniądze. Nie mieliśmy jednak ochoty na wysłuchiwanie tych kolejnych obietnic, więc po prostu poszliśmy do hotelowej restauracji na kolację, za którą oczywiście zapłaciliśmy z własnej kieszeni”...

Oto siatkarze, którzy wywalczyli piąty tytuł mi-

strzowski dla AZS Olsztyn: Mariusz Szyszko, Mariusz Sordyl, Przemysław Karwowski, Tomasz Kluchciński, Piotr Poskrobko, Witold Roman, Roman Roszewski, Mariusz Sobczak, Dariusz Skotnicki, Jarosław Szalpak, Piotr Szczotko.

LAUREACI

1. Marian Bublewicz (automobilizm, Stomil Olsztyn)
2. Joanna Burzyńska (żeglarstwo, Baza Mrągowo)
3. Mariusz Szyszko (siatkówka, AZS Olsztyn)
4. Małgorzata Birbach-Kowalewicz (lekka atletyka, biegi długie, Gwardia Olsztyn)
5. Roman Roszewski (siatkówka, AZS Olsztyn)
6. Janusz Prucheński (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
7. Jacek Olszewski I (motocross, Stomil Olsztyn)
8. Monika Jabłowska (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
9. Aleksandra Szczesiul (gimnastyka, Stomil Olsztyn)
10. Małgorzata Listowska (tenis, Olsztyńskie Towarzystwo Tenisowe)

1993

20 lutego podczas Zimowego Rajdu Dolnośląskiego samochód Mariana Bublewicza wypadł z zakrętu i uderzył w drzewo lewą stroną na wysokości przednich drzwi. Olsztyński kierowca po wypadku był przytomny, niestety, pomoc nadeszła zbyt późno...

W tej sytuacji plebiscyt wygrał Karol Jabłoński, bojerowy wicemistrz świata, drugi zawodnik MŚ w żeglarskim morskim na łodzi do jednej tony oraz międzynarodowy mistrz Polski.

Trzecie miejsce zajął Stanisław Macur, bojerowy wicemistrz Europy, poza tym czytelnicy wyróżnili Mariusza Szyszko (AZS zdobył wicemistrzostwo - następny srebrny medal MP olsztynianie zdobędą w 2004 roku), kajakarza Adama Seroczyńskiego (pierwszy w historii Warmii i Mazur uczestnik mistrzostw świata w rywalizacji jedynek), taekwondczkę Monikę Jabłowską (mistrzyni Polski i Europy wśród juniorów i... seniorów), judokę Marka Krajewskiego (brązowy medalista MP) i gimnastyczkę Aleksandrę Szczesiul (czterokrotna medalistka MP - 2 złota i 2 srebra, uczestniczka MŚ).

MISTRZOWIE I OLIMPIJSKI BRAŹ

LAUREACI

1. Karol Jabłoński (bojery/żeglarstwo, Baza Mrągowo)
 2. Jarosław Talik (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
 3. Stanisław Macur (bojery, AZS Olsztyn)
 4. Mariusz Szyszko (siatkówka, AZS Olsztyn)
 5. Adam Seroczyński (kajakarstwo, Warmińskie Towarzystwo Sportów Wodnych)
 6. Tomasz Sokołowski (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
 7. Monika Jabłonowska (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
 8. Marek Krajewski (judo, Gwardia Olsztyn)
 9. Aleksandra Szczesiul (gimnastyka, Towarzystwo Gimnastyczno-Sportowe Olsztyn)
 10. Sylwester Czereszewski (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
- **Trener Roku:** Bogusław Kaczmarek (piłka nożna, Stomil)

1994

Tym razem serca kibiców podbił Krzysztof Hołowczyc - wicemistrz Europy grupy N strefy centralno-wschodniej, mistrz Polski w tej klasie oraz wicemistrz kraju w klasyfikacji generalnej. Nikt wtedy nie przypuszczał, że jest to początek pięknej plebiscytowej kariery.

Wśród laureatów znaleźli się aż czterej piłkarze Stomilu, ale powód był oczywisty - olsztynianie wywalczyli historyczny awans do ekstraklasy. Sylwester Czereszewski i Tomasz Sokołowski dostali nawet powołania do reprezentacji Polski. Kilka dni po naszym balu obaj wylecieli z kadrą na zgrupowanie do Kolumbii. Kolejnym wyróżnionym przez czytelników piłkarzem był Cezary Baca, którego tak opisano na łamach Gazety: „z zawodu oficer policji, z zamiłowania i umiejętności napastnik drużyny Stomilu”.

O ile nie było niespodzianką miejsce w dziesiątce Moniki Jabłonowskiej („Pierwsza dama światowego taekwondo”, indywidualna mistrzyni Polski, Europy i świata w walkach oraz najlepsza zawodniczka globu w technikach specjalnych), o tyle Piotr Moszczyński nie krył zaskoczenia. Piotr był uczniem III klasy liceum i wspólnie z Marianem Wardą oraz Andrzejem Iwanikiem wywalczył wicemistrzostwo świata siatkarzy niepełnosprawnych. Czy-

telnicy docenili także brydżystkę Danutę Hocheker, która wspólnie z Apolinarem Kowalskim wywalczyła tytuł mistrzów świata mikstów.

LAUREACI

1. Krzysztof Hołowczyc (automobilizm, Toyota Motor Poland)
 2. Sylwester Czereszewski (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
 3. Tomasz Sokołowski (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
 4. Cezary Baca (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
 5. Dariusz Jackiewicz (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
 6. Piotr Moszczyński (siatkówka, II LO w Olsztynie)
 7. Bohdan Ludwiczak (automobilizm, Motoklub Olsztyn)
 8. Monika Jabłonowska (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
 9. Danuta Hocheker (brydż, Łączność Olsztyn)
 10. Jarosław Kotewicz (lekka atletyka, skok wzwyż, Ziemia Łąska)
- **Trener Roku:** Józef Łobocki (Stomil Olsztyn)

1995

Krzysztof Hołowczyc zajął pierwsze miejsce i w klasyfikacji generalnej mistrzostw Polski, i w klasyfikacji generalnej plebiscytu. Po latach tak wspomina tamte czasy: - Stomilowi jestem wdzięczny za determinację w dążeniu do założenia swojego zespołu rajdowego. Jeździłem wtedy na oponach Michelin, a na boku auta miałem napis „Stomil”. Niektórzy nawet żartowali wtedy, że to ja sprowadziłem Francuzów do Olsztyna, czego efektem jest dzisiaj najnowocześniejsza w Europie fabryka opon.

W dziesiątce znalazł się także taekwondoka Bogusław Zawirski - wicemistrz świata, mistrz Europy i wielokrotny mistrz Polski.

LAUREACI

1. Krzysztof Hołowczyc (automobilizm, Stomil Mobil Rally Team)
2. Tomasz Sokołowski (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
3. Monika Jabłonowska (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
4. Sylwester Czereszewski (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
5. Jarosław Kotewicz (lekka atletyka, skok wzwyż, Ziemia Łąska)
6. Daniel Dylus (piłka nożna, Jeziorak Ława)
7. Karol Jabłoński (bojery/żeglarstwo, Baza Mrągowo)



Adam Seroczyński po przylocie do Polski z Sydney

8. Lilianna Racis (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
 9. Małgorzata Birbach-Kowalewicz (lekka atletyka, biegi długie, Gwardia Olsztyn)
 10. Bogusław Zawirski (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
- **Trener Roku:** Andrzej Olszewski (motocross, Motoklub Olsztyn)

1996

Klasyfikację medalową igrzysk w Atlancie wygrali Amerykanie (44-32-25) przed Rosjanami (26-21-16) i Niemcami (20-18-27). Polacy zajęli bardzo dobre 11. miejsce (7-5-5), a złote medale zdobyli: Robert Korzeniowski - chód na 50 km, Mateusz Kusznierewicz - żeglarstwo, klasa Finn, Renata Mauer - strzelectwo, Paweł Nastula - judo, Ryszard Wolny - zapasy w stylu klasycznym, Andrzej Wroński i Włodzimierz Zawadzki - zapasy w stylu klasycznym.

Natomiast na Warmii i Mazurach najlepszy był ponownie Krzysztof Hołowczyc - rajdowy mistrz Polski wyprzedził m.in. Jarosława Kotewicza, który w Atlancie zajął 11. miejsce wskoku wzwyż.

LAUREACI

1. Krzysztof Hołowczyc (automobilizm, Stomil Mobil Rally Team)
2. Karol Jabłoński (bojery/żeglarstwo, Baza Mrągowo)
3. Jarosław Kotewicz (lekka atletyka, skok wzwyż, Ziemia Łąska)
4. Monika Jabłonowska (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
5. Rafał Kaczmarczyk (piłka nożna, Stomil Olsztyn)

6. Jacek Płuciennik (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
 7. Iwona Garnek (gimnastyka, Towarzystwo Gimnastyczno-Sportowe Olsztyn)
 8. Tomasz Idzikowski (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
 9. Bohdan Ludwiczak (rallycross, Stomil Olsztyn)
 10. Jacek Olszewski II (motocross, Motoklub Olsztyn)
- **Trener Roku:** Tadeusz Czyżel (tenis stołowy, Kormoran Ostróda)
- **Honorowy Sportowiec Roku:** Andrzej Iwanik (brązowy medalista igrzysk paraolimpijskich w siatkówce)

1997

Historyczny sukces Hołowczycy, który został rajdowym mistrzem Europy. Poza tym wśród laureatów byli m.in. Jarosław Kotewicz - wicemistrz polski, i Mirosława Rymko - zwyciężczyni młodzieżowych mistrzostw świata w windsurfingowej klasie Mistral.

LAUREACI

1. Krzysztof Hołowczyc (automobilizm, Stomil Mobil Rally Team)
2. Karol Jabłoński (bojery/żeglarstwo, Baza Mrągowo)
3. Dorota Majorkiewicz (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
4. Jarosław Kotewicz (lekka atletyka, skok wzwyż, Ziemia Łąska)
5. Mirosława Rymko (żeglarstwo, Baza Mrągowo)
6. Sylwester Wyłupski (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
7. Wioletta Kryza (lekka atletyka, biegi przelajowe, AZS-ART Olsztyn)
8. Monika Jabłonowska (taekwondo, Start Olsztyn)

9. Iwona Garnek (gimnastyka, Towarzystwo Gimnastyczno-Sportowe Olsztyn)
 10. Adam Seroczyński (kajakarstwo, WTSW Olsztyn)
- **Trener Roku:** Jerzy Litwiński (taekwondo ITF, Start Olsztyn)

1998

Kolejny triumf „Hołka” - czytelnicy docenili 7. miejsce w Rajdzie Argentyny, 8. miejsce w Rajdzie Wielkiej Brytanii, 10. miejsce w Rajdzie Portugalii i 13. miejsce w Rajdzie Katalonii. Poza tym wśród laureatów znaleźli się także Wioletta Kryza - złota medalistka MP w maratonie i przelajach, Tomasz Krzeszewski - mistrz Polski oraz drużynowy wicemistrz Europy, i Krystyna Polakowska - brązowa medalistka MP wgrze podwójnej kobiet.

LAUREACI

1. Krzysztof Hołowczyc (automobilizm, Stomil Mobil Rally Team)
 2. Dorota Majorkiewicz (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
 3. Tomasz Krzeszewski (tenis stołowy, Warrior Morliny Ostróda)
 4. Krystyna Polakowska (badminton, Warmia Olsztyn)
 5. Jacek Wilkaniec (motocross, Motoklub Olsztyn)
 6. Wioletta Kryza (lekka atletyka, biegi przelajowe, AZS ART Olsztyn)
 7. Marcin Szulik (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
 8. Tomasz Idzikowski (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
 9. Jarosław Bako (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
 10. Leszek Urbanowicz (siatkówka, AZS ART Olsztyn)
- **Trener Roku:** Mieczysław Nowak (piłka ręczna, Warmia Olsztyn)

1999

Był to historyczny rok dla tenisa stołowego w naszym regionie, bowiem Warrior Morliny Ostróda został drużynowym mistrzem Polski (sukces ten ostródzianie powtórzą jeszcze rok później). A Tomasz Krzeszewski dołożył do tego jeszcze brązowy (gra pojedyncza) i złoty (gra podwójna) medal MP.

LAUREACI

1. Krzysztof Hołowczyc (automobilizm, Stomil Mobil Rally Team)
2. Karol Jabłoński (bojery/żeglarstwo, Baza Mrągowo)

3. Tomasz Idzikowski (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
 4. Dorota Majorkiewicz (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
 5. Dariusz Idzikowski (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
 6. Andrzej Biedrzycki (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
 7. Ewa Kuraś (podnoszenie ciężarów, LZS Bartoszyce)
 8. Tomasz Krzeszewski (tenis stołowy, Warrior Morliny Ostróda)
 9. Cezary Kucharski (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
 10. Arkadiusz Wiśniewski (siatkówka, Indykpol AZS Atria Olsztyn)
- **Trener Roku:** Stanisław Mickiewicz (żeglarstwo, Baza Mrągowo)

2000

Klasyfikację medalową letnich igrzysk w Sydney wygrali Amerykanie (37-24-32) przed Rosjanami (32-28-29) i Chińczykami (28-16-14), a Polska była 14. (6-5-3). Złote medale zdobyli: Robert Korzeniowski - chód na 20 i 50 km, Renata Mauer-Różańska - strzelectwo, Kamila Skolimowska i Szymon Ziółkowski - rzut młotem, Tomasz Kucharski - Robert Sycz - wioślarstwo.

Nasze województwo też miało powody do radości - Piotr Wadecki, podwójny kolarzski mistrz Polski, w Sydney zajął 7. miejsce w wyścigu ze startu wspólnego, ale jeszcze lepiej wypadł kajakarz Adam Seroczyński, brązowy medalista w K-4 1000 m. Niestety, był to ostatni olimpijski sukces sportowca z Warmii i Mazur...

LAUREACI

1. Adam Seroczyński (kajakarstwo, OKS Olsztyn)
 2. Karol Jabłoński (bojery/żeglarstwo, Baza Mrągowo)
 3. Piotr Wadecki (kolarstwo, Mróz)
 4. Tomasz Idzikowski (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
 5. Andrzej Krzyształowicz (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
 6. Maciej Marcinkiewicz (wyścigi samochodowe)
 7. Wioletta Kryza (lekka atletyka, AZS ART Olsztyn)
 8. Paweł Holc (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
 9. Xu Kai (tenis stołowy, Warrior Morliny Ostróda)
 10. Grażyna Prokopek (lekka atletyka, MLKS Morliny Ostróda)
- **Trener Roku:** Zbyszek Pietkiewicz (tenis stołowy, LUKS Cekol Stawiguda)

ARTUR DRYHYNICZ

ZAGUMNY I KOZŁOWSKI PRZERWALI

W PIERWSZEJ DEKADZIE XXI WIEKU SPORTOWCY Z WARMII I MAZUR ODNIEŚLI WIELE WSPANIAŁYCH SUKCESÓW, M.IN. ZOSTAWALI MISTRZAMI POLSKI, EUROPY I ŚWIATA, BRALI TEŻ UDZIAŁ W IGRZYSKACH OLIMPIJSKICH. NIESTETY, JEDNOCZEŚNIE NIE BYŁ TO DOBRY CZAS DLA PIŁKARZY STOMILU (I TAK JEST DO DZISIAJ) ORAZ KOSZYKAREK ŁĄCZNOŚCI. NATOMIAST PLEBISCYT ZDOMINOWALI KAROL JABŁOŃSKI (5 ZWYCIĘSTW) I KRZYSZTOF HOŁOWCZYC (3), A ICH RZĄDY PRZERWALI JEDYNI PAWEŁ ZAGUMNY ORAZ KACPER KOZŁOWSKI.

2001

W XXI wiek piłkarze Stomilu weszli bez przytupu. Sezon 2000/01 zakończyli dopiero na 14. miejscu (spadły Orlen Płock i Ruch Radzionków), więc o zachowanie ligowego bytu podopieczni trenera Zbigniewa Kieżuna musieli walczyć w barażach z Górnikiem Polkowice, trzecim zespołem II ligi. Po dwóch bezbramkowych remisach o tym, kto w następnym sezonie zagra w I lidze, musiały przesądzić rzuty karne. W tym momencie na olsztyńskim stadionie emocje sięgnęły zenitu, po czym po kilkunastu minutach zapanowała olbrzymia euforia, bo w rzutach karnych Stomil wygrał 5:4. Był to ostatni mecz, na którym było około 10 tysięcy kibiców, bowiem w kolejnym sezonie olsztynianie nadal grali bardzo słabo...

CZYTELNICY „GAZETY OLSZTYŃSKIEJ” UZNALI, ŻE WŚRÓD NAJPOPULARNIEJSZYCH SPORTOWCÓW WOJEWÓDZTWA MUSI SIĘ ZNALEŻĆ SYLWESTER WYŁUPSKI, BO GDYBY NIE JEGO ZNAKOMITA POSTAWA W BRAMCE, TO STOMIL PEWNIENIE BY SIĘ W LIDZE NIE UTRZYMAŁ.

Natomiast plebiscyt wygrał Karol Jabłoński, bojerowy mistrz Ameryki Północnej, Europy i świata! Tuż za nim była Beata Krupska-Tyszkiewicz, ponieważ koszykarki Łączności awansowały do Ekstraklasy. Z tego powodu za Trenera Roku dziennikarze uznali Anatolija Bujalskiego, który w debiutanckim sezonie 2001/02 doprowadził zespół do czwartego miejsca!

Poza tym wśród laureatów znaleźli się m.in. Krzysztof Hołowczyc (rajdowy wice-mistrz Polski) i mocna grupa taekwondoków: Dariusz Idzikowski (mistrz Polski, Europy i świata), Marcin Chorzelewski (brązowy medalista MŚ) i Monika Jabłonowska (mistrzyni Polski i Europy oraz wicemistrzyni świata).



Paweł Zagumny (PZU AZS Olsztyn), siatkarski wicemistrz świata z 2006 roku

LAUREACI

1. Karol Jabłoński (bojery/żeglarstwo, Baza Mrągowo)
 2. Beata Krupska-Tyszkiewicz (koszykówka, Łączność Olsztyn)
 3. Krzysztof Hołowczyc (automobilizm)
 4. Dariusz Idzikowski (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
 5. Marcin Chorzelewski (taekwondo WTF, AZS UWM Olsztyn)
 6. Łukasz Kadziewicz (siatkówka, Indykpol AZS Olsztyn)
 7. Monika Jabłonowska (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
 8. Adam Seroczyński (kajakarstwo, OKS Olsztyn)
 9. Sylwester Wyłupski (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
 10. Monika Pietkiewicz (tenis stołowy, Cekoł Stawiguda)
- **Trener Roku:** Anatolij Bujalski (koszykówka, Łączność Olsztyn)

2002

„Nosił wilk razy kilka, ponieśli i wilka”, czyli tym razem Stomilowi już się w Ekstraklasie nie udało utrzymać. W pierwszej części sezonu olsztynianie wygrali tylko dwa z 14 meczów, w efekcie z 10 punktami zajęli w grupie B ostatnie miejsce. W drugiej fazie rywalizacji Stomil zagrał w grupie spadkowej i wciąż miał szanse na utrzymanie, ale trzeba było zacząć wygrywać, tymczasem olsztynianie w siedmiu meczach zanotowali sześć remisów i zwycięstwo. W przedostatniej kolejce w Olsztynie Stomil przegrał

1:2 z Dyskobolią, tracąc tym samym nawet matematyczne szanse na utrzymanie. W pewien sposób historia zatoczyła koło, bo trenerem gości był Bogusław Kaczmarek, który w 1994 roku wprowadził olsztyński zespół do Ekstraklasy.

Ale finisz Ekstraklasy był jedynie przygrywką do najważniejszej imprezy roku, czyli do turnieju finałowego mistrzostw świata, którego gospodarzami były Korea Południowa i Japonia. W Polsce nastroje były więcej niż optymistyczne, chociaż białoczerwoni mieli zagrać w Mundialu po 16 latach przerwy. Ale jak miało być inaczej, skoro Jerzy Engel, selekcjoner reprezentacji, w wielu wywiadach przyznawał, że „trzęcie już było”. W ten sposób dawał do zrozumienia, że chce poprawić osiągnięcia z 1974 i 1982 roku. Niestety, już wkrótce przekonał się, że wybrańcy Engela za orłami Górskiego co najwyżej buty mogli nosić. Zaczęło się od 0:2 z Koreą Południową - według wielu fachowców był to najbrzydszy mecz mistrzostw - mimo to Zbigniew Boniek, ówczesny wiceprezes PZPN, uznał, że on nic by w składzie polskiej reprezentacji nie zmienił!

Potem więc było łanie z Portugalią (0:4), a na koniec - gdy wszystko było jasne - Polacy wygrali 3:1 z „drugim garniturem” pewnych już awansu do drugiej rundy Amerykanów. To wtedy

o naszej reprezentacji po raz pierwszy powiedziano, że na ważnej imprezie gra trzy mecze: pierwszy - otwarcia, drugi - o wszystko, i trzeci - o honor.

A jeśli chodzi o najpopularniejszych sportowców naszego województwa, to mimo degradacji Stomilu wśród plebiscytowych laureatów znalazł się Jacek Chańko, który wrócił do Olsztyna po nieudanej próbie podboju Bundesligi (w latach 1999-2001 był w Werderze Brema) oraz epizodach w Pogoni Szczecin i Widzewie Łódź.

PLEBISCYT WYGRAŁ PONOWNIE KAROL JABŁOŃSKI (SREBRNY MEDALISTA MISTRZOSTW EUROPY I ŚWIATA), KTÓRY WYPRZEDZIŁ KAJAKARZA ADAMA SEROCZYŃSKIEGO (SREBRO ME I BRĄZ MŚ W K-1 1000 M).

Poza tym w dziesiątkę znaleźli się m.in. bokser Tomasz Bonin i bojerowiec Michał Burczyński, trzeci zawodnik mistrzostw Europy i świata.

LAUREACI

1. Karol Jabłoński (bojery/żeglarstwo, Baza Mrągowo)
2. Adam Seroczyński (kajakarstwo, OKS Olsztyn)
3. Dariusz Idzikowski (taekwondo ITF, Start Olsztyn)

4. Beata Krupska-Tyszkiewicz (koszykówka, Łączność Olsztyn)
 5. Paweł Siezieniewski (siatkówka, PZU AZS Olsztyn)
 6. Tomasz Bonin (boks, Halex Elbląg)
 7. Marek Rutkiewicz (kolarstwo, Cofidis)
 8. Jacek Chańko (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
 9. Michał Burczyński (bojery, AZS UWM Olsztyn)
 10. Władysław Daliga (warcaby, UKS Jeziorany)
- **Trener Roku:** Andrzej Siennicki (lekka atletyka)

2003

W sezonie 2002/03 koszykarki Łączności nadal radziły sobie bardzo dobrze, ostatecznie kończąc sezon na 5. miejscu. Niestety, następnego sezonu już nie było, bowiem klub miał milion złotych długu i został wycofany z rozgrywek.

A w plebiscycie trzeci z rzędu triumf Karola Jabłońskiego, który do bojerowych sukcesów (kolejny tytuł mistrza świata) dołożył żeglarskie sukcesy w match racingu, czyli mistrzostwo Europy i brąz MŚ. Nasi czytelnicy także docenili dwóch siatkarzy, dwóch kajakarzy, Dariusza Idzikowskiego (mistrz Polski, Europy i świata) i Monikę Bronicką (mistrzyni Polski).

LAUREACI

1. Karol Jabłoński (bojery/żeglarstwo, Baza Mrągowo/MK Cafe Sailing Team)
 2. Mariusz Sordyl (siatkówka, PZU AZS Olsztyn)
 3. Bogdan Król (lekka atletyka niepełnosprawnych, Smok Ornet)
 4. Wojciech Grzyb (siatkówka, PZU AZS Olsztyn)
 5. Dariusz Idzikowski (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
 6. Adam Seroczyński (kajakarstwo, OKS Olsztyn)
 7. Tomasz Mendelski (kajakarstwo, OKS Olsztyn)
 8. Urszula Sadkowska (judo, Rekord Olsztyn)
 9. Michał Burczyński (bojery, AZS UWM Olsztyn)
 10. Monika Bronicka (żeglarstwo, AZS UWM Olsztyn)
- **Trener Roku:** Aleksander Wolski (judo, Rekord Olsztyn)

2004

Klasyfikację medalową letnich igrzysk w Atenach wygrały Stany Zjednoczone (37-38-27) przed Chinami (32-17-14) i Rosją (27-27-

DOMINACJĘ DWÓCH MISTRZÓW

38), natomiast Polska była dopiero 23. (3-2-5). Złote medale zdobyli: pływaczka Otylia Jędrzejczak (200 m stylem motylkowym), wioślarze Tomasz Kucharski i Robert Sycz (dwójka podwójna wagi lekkiej) i chodźarz Robert Korzeniowski (50 km).

Żaden z olimpijskich medalistów nie kandydował do miana najpopularniejszego sportowca Warmii i Mazur, więc dwa srebrne medale mistrzostw świata - w match racingu i bojerach - zapewniły Karolowi Jabłońskiemu kolejne plebiscytowe zwycięstwo.

A że olsztyńscy siatkarze po 11 latach przerwy powrócili na podium mistrzostw Polski, więc trzy kolejne miejsca zajęli zawodnicy PZU AZS Olsztyn. Za nimi było m.in. troje olimpijczyków z Aten: Adam Seroczyński (mistrz Polski), Tomasz Mendelski (dwukrotny brązowy medalista ME) i Monika Bronicka. Nie zabrakło też Dariusza Idzikowskiego, mistrza Europy w taekwondo ITF.

LAUREACI

1. Karol Jabłoński (bojery/żeglarstwo, Baza Mrągowo)
2. Paweł Papke (siatkówka, PZU AZS Olsztyn)
3. Mariusz Sordyl (siatkówka, PZU AZS Olsztyn)
4. Paweł Zagumny (siatkówka, PZU AZS Olsztyn)
5. Adam Seroczyński (kajakarstwo, OKS Olsztyn)
6. Tomasz Mendelski (kajakarstwo, OKS Olsztyn)
7. Dariusz Idzikowski (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
8. Monika Bronicka (żeglarstwo, AZS UWM Olsztyn)
9. Michał Burczyński (bojery, AZS UWM Olsztyn)
10. Marek Rutkiewicz (kolarstwo, ATI-Action)

• **Trener Roku:** Marek Makowski (koszykówka, Trójczka Olsztyn)

2005

Pierwsze i drugie miejsce bez zmian, a na trzecim zameldował się Krzysztof Hołowczyc, który zadebiutował w Rajdzie Dakar (60. miejsce). Wicemistrzostwo Polski zaowocowało wyróżnieniem dla Wojciecha Grzyba, a poza tym czytelnicy docenili m.in. Tomasza Mendelskiego (srebro MŚ i brąz ME) i Macieja Rutę (brązowy medalista ME).

LAUREACI

1. Karol Jabłoński (bojery/żeglarstwo, Baza Mrągowo)
2. Paweł Papke (siatkówka, PZU AZS Olsztyn)
3. Krzysztof Hołowczyc (automobilizm, Orlen Team)
4. Tomasz Mendelski (kajakarstwo, OKS Olsztyn)
5. Wojciech Grzyb (siatkówka, PZU AZS Olsztyn)
6. Maciej Ruta (taekwondo WTF, AZS UWM Olsztyn)
7. Bogdan Król (lekka atletyka niepełnosprawnych, Smok Lotos Ornet)
8. Urszula Sadkowska (judo, Rekord Olsztyn)
9. Mirosław Cichocki (brydż, Chłodnia Olsztyn)
10. Joanna Kałamarska (karate, DKK Kyokushin Dobre Miasto)

• **Trener Roku:** Dariusz Nowicki (taekwondo WTF, AZS UWM Olsztyn)

• **Sportowiec 60-lecia:** Marian Bublewicz

2006

Polscy siatkarze zostali wicemistrzami świata, nie więc dziwnego, że ta edycja plebiscytu należała do zawodników PZU AZS Olsztyn, którzy do tego sukcesu dołożyli jeszcze brąz MP. Za czołową trójką był Tomasz Mendelski, też wicemistrz świata, a na 10. miejscu zadebiutował Marcin Malewski i był to początek kolejnej pięknej plebiscytowej historii.

LAUREACI

1. Paweł Zagumny (siatkówka, PZU AZS Olsztyn)
2. Wojciech Grzyb (siatkówka, PZU AZS Olsztyn)
3. Michał Bąkiewicz (siatkówka, PZU AZS Olsztyn)
4. Tomasz Mendelski (kajakarstwo, OKS Olsztyn)
5. Paweł Papke (siatkówka, PZU AZS Olsztyn)
6. Dariusz Idzikowski (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
7. Bogdan Król (sport niepełnosprawnych, Smok Lotos Ornet)
8. Paula Plichta (gimnastyka, TGS SMS Olsztyn)
9. Bogusław Gierulski/Jerzy Skrzypczak (brydż, Mrągowia SI Mrągowo)
10. Marcin Malewski (piłka ręczna, Traveland Spółem Olsztyn)

• **Trener Roku:** Ludwik Fonferek (piłka ręczna, Techtrans Darad Elbląg)

2007

W Osace polska sztafeta 4x400 m wywalczyła brąz mistrzostw świata. W jej



W 2007 roku zwycięzcą plebiscytu został Kacper Kozłowski, lekkoatleta AZS UWM Olsztyn

składzie pobił Kacper Kozłowski (AZS UWM Olsztyn), który kilka miesięcy później wbiegł jeszcze jako pierwszy na plebiscytową metę. Listę laureatów zamknął Piotr Frelek, piłkarz ręczny superligowego Travelandu, niestety, na Balu Sportowca Frelek się nie pojawił, bo... zapomniał. A Tomasz Mendelski na bal zdążył, chociaż jeszcze rano był w Portugalii!

LAUREACI

1. Kacper Kozłowski (lekka atletyka, 400 m, AZS UWM Olsztyn)
2. Paweł Zagumny (siatkówka, PZU AZS Olsztyn)
3. Tomasz Mendelski (kajakarstwo, OKS Olsztyn)
4. Wojciech Grzyb (siatkówka, PZU AZS Olsztyn)
5. Krzysztof Hołowczyc (automobilizm, Orlen Team)
6. Karol Jabłoński (bojery/żeglarstwo, Baza Mrągowo)
7. Maciej Ruta (taekwondo WTF, AZS UWM Olsztyn)
8. Dariusz Idzikowski (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
9. Paula Plichta (gimnastyka, TGS SMS Olsztyn)
10. Piotr Frelek (piłka ręczna, Traveland Spółem Olsztyn)

• **Trener Roku:** Andrzej Klej (badminton, AZS UWM Olsztyn)

• **Sportowe Wydarzenie Roku:** mistrzostwo Polski juniorów wywalczone przez siatkarzy AZS UWM Olsztyn

2008

Klasyfikację medalową letnich igrzysk w Pekinie wygrali gospodarze (51-21-28) przed Stanami Zjednoczonymi (36-38-36) i Rosją (23-21-28). Polska była 17. (4-5-2), a złote medale zdobyli: Leszek Blanik - gimnastyka, Szymon Kolec - podnoszenie ciężarów, Tomasz Majewski - pchnięcie kulą, i wioślarzka czwórka podwójna (Michał Jeliński, Marek Kolbowicz, Adam Korol, Konrad Wasielewski).

Co prawda w Pekinie Kolec był drugi, ale w 2017 roku po dyskwalifikacji Ilji Iljina z Kazachstanu (oczywiście za doping) Polak został mistrzem olimpijskim. Cóż, lepiej późno, niż wcale.

A W PLEBISCYCIE HOŁOWCZYC - REAKTYWACJA, CZYLI PO DZIEWIĘCIOLETNIEJ PRZERWIE OLSZTYŃSKI RAJDOWIEC ZNOWU ZOSTAŁ NAJPOPULARNIEJSZYM SPORTOWCEM WOJEWÓDZTWA. A FRELEK TYM RAZEM O BALU JUŻ NIE ZAPOMNIAŁ...

Poza tym wśród laureatów znaleźli się olimpijczycy z Pekinu: siatkarze Paweł Zagumny i Wojciech Grzyb (w ćwierćfinale Polacy przegrali 2:3 z Włochami), Kacper Kozłowski (niestety, ostatecznie nie pobił w sztafecie 4x400 m) i Rafał Szukiel (10. miejsce w klasie Finn).

LAUREACI

1. Krzysztof Hołowczyc (automobilizm, Orlen Team)
2. Paweł Zagumny (siatkówka, Mlekpól AZS Olsztyn)
3. Tomasz Mendelski (kajakarstwo, OKS Olsztyn)
4. Wojciech Grzyb (siatkówka, Mlekpól AZS Olsztyn)
5. Piotr Frelek (piłka ręczna, Traveland Spółem Olsztyn)
6. Karol Jabłoński (bojery/żeglarstwo, Baza Mrągowo)
7. Kacper Kozłowski (lekka atletyka, 400 m, AZS UWM Olsztyn)
8. Rafał Szukiel (żeglarstwo, AKS OSW Olsztyn)
9. Krzysztof Pielowski (pływanie, Kormoran Olsztyn)
10. Grzegorz Lech (piłka nożna, Stomil Olsztyn)

• **Trener Roku:** Jacek Puciło (pływanie, Kormoran Olsztyn)

• **Sportowe Wydarzenie Roku:** Puchar Świata w siatkówce plażowej w Starych Jabłonkach

2009

Polscy siatkarze zostali mistrzami Europy, ale tym razem nie było wśród ani jednego olsztyńianina, więc plebiscyt wygrał Krzysztof Hołowczyc, piąty zawodnik Rajdu Dakar. Trzeci był Kacper Kozłowski, akademicki wicemistrz świata w sztafecie 4x400 m.

LAUREACI

1. Krzysztof Hołowczyc (automobilizm, Orlen Team)
2. Paula Plichta (gimnastyka, TGS SMS Olsztyn)
3. Kacper Kozłowski (lekka atletyka, AZS UWM Olsztyn)
4. Dariusz Idzikowski (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
5. Tomasz Mendelski (kajakarstwo, OKS Olsztyn)
6. Piotr Frelek (piłka ręczna, Traveland Spółem Olsztyn)
7. Mamed Chalidow (MMA, Arrachion Olsztyn)
8. Karol Jabłoński (bojery/żeglarstwo, Baza Mrągowo)
9. Tomasz Józefacki (siatkówka, Mlekpól AZS Olsztyn)
10. Magdalena Figat (lekka atletyka, Jedynka Bartoszyce)

• **Trener Roku:** Sergiusz Salski (siatkówka, AZS UWM Olsztyn)

KONKURSY SMS-OWE

• **Sportowe Wydarzenie Roku:** World Tour w siatkówce plażowej w Starych Jabłonkach

• **Piłkarz Roku:** Bartłomiej Wierzbicki (Mazur Etk)

• **Najpopularniejszy Sportowiec Olsztyna:** Dariusz Idzikowski

2010

Do 9. etapu Hołowczyc był szósty w Rajdzie Dakar, jednak awaria auta wyeliminowała go z dalszej jazdy. Olsztyńianin odbił to sobie w dalszej części sezonu, bowiem zajął pierwsze miejsce w klasyfikacji generalnej Pucharu Świata FIA w rajdach terenowych. Przełożyło się to na pierwsze miejsce w plebiscycie. Poza tym w dziesiątkę byli m.in. taekwondoka Dariusz Idzikowski (mistrz Europy) i bojerowiec Michał Burczyński (mistrz świata i srebrny medalista ME).

LAUREACI

1. Krzysztof Hołowczyc (automobilizm, Orlen Team)
2. Paula Plichta (gimnastyka, UKS SMS Olsztyn)
3. Dariusz Idzikowski (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
4. Piotr Hatowski (taekwondo WTF, AZS UWM/AKS OSW Start Olsztyn)
5. Karol Jabłoński (bojery/żeglarstwo, Baza Mrągowo)
6. Michał Burczyński (bojery, AZS UWM Olsztyn)
7. Kacper Kozłowski (lekka atletyka, 400 m, AZS UWM Olsztyn)
8. Bogdan Król (sport niepełnosprawnych, Smok Lotos PZU Apotex Ornet)
9. Beata Engel (kung fu, Olsztyńska Szkoła Chińskich Sztuk Walki Shaolin)
10. Sara Piasecka (żeglarstwo, Baza Mrągowo)

• **Trener Roku:** Jerzy Ringwelski (piłka ręczna, Truso Elbląg)

• **Sportowiec Wszech Czaśów:** Marian Bublewicz

KONKURSY SMS-OWE

• **Najpopularniejszy Sportowiec:** Miłosz Jankowski (wioślarstwo, Wir Łtawia/AZS-AWFIS Gdańsk)

• **Sportowe Wydarzenie Roku:** Turniej siatkówki plażowej w Starych Jabłonkach

• **Piłkarz Roku:** Marek Kucharski (Huragan II Morąg)

ARTUR DRYHNYCZ

W 2014 ROKU HOŁOWCZYC TRAFIŁ

WYGRYWAJĄC TRZY RAZY Z RZĘDU MAMED CHALIDOW DOŁĄCZYŁ DO NAJWIĘKSZYCH GWIAZD PLEBISCYTU NA 10 NAJPOPULARNIEJSZYCH SPORTOWCÓW WOJEWÓDZTWA. JEDNAK NIEKWESTIONOWANYM JEGO LIDEREM JEST OLSZTYŃSKI RAJDOWIEC KRZYSZTOF HOŁOWCZYC, KTÓRY W 2014 WYGRAŁ PLEBISCYT PO RAZ DZIESIĄTY!

2011

To był rok pochodzącego z Czeczenii Mameda Chalidowa. Co prawda w marcu specjalista od mieszanych sztuk walki (MMA) rezygnował z obrony mistrzowskiego pasa KSW w wadze półciężkiej, ale zrobił to tylko dlatego, że przeszedł do kategorii średniej. W nowej wadze o sile olsztyńskiego mistrza szybko zrobiło się głośno, bo podczas marcowej gali KSW XV do pokonania Jamesa Irvina Mamed potrzebował zaledwie... 33 sekund. Dwa miesiące później doszło do rewanżu, tym razem walka była dłuższa, ale też zakończyła się przed czasem, bo Amerykanin stracił przytomność wskutek duszenia gilotynowego. Natomiast w listopadzie „ofiara” Chalidowa był kolejny Amerykanin - iznowu był to krótki pojedynek, bowiem Jesse Taylor przegrał już w pierwszej rundzie.

LAUREACI

1. Mamed Chalidow (MMA, Arrachion Olsztyn)
 2. Krzysztof Hołowczyc (automobilizm, Orlen Team)
 3. Paula Plichta (gimnastyka, UKS SMS Olsztyn)
 4. Dariusz Idzikowski (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
 5. Kacper Kozłowski (lekka atletyka, 400 m, AZS UWM Olsztyn)
 6. Anna Dąbrowska (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
 7. Piotr Hatowski (taekwondo WTF, AKS OSW Start Olsztyn)
 8. Bogdan Król (sport niepełnosprawnych, Smok Lotos Orneta)
 9. Mateusz Pacholczyk (pływanie, Kormoran Olsztyn)
 10. Tomasz Idzikowski (taekwondo ITF, Start Olsztyn)
- **Trener Roku:** Alicja i Tomasz Sztąberscy (koszykówka, KKS Olsztyn)

KONKURSY SMS-OWE

- **Najpopularniejszy Sportowiec:** Monika Pietkiewicz (tenis stołowy, Warmia Lidzbark Warm.)
- **Najpopularniejszy Sportowiec Olsztyna:** Denis Ambroziak (kajakarstwo, Kayak Sport Club Olsztyn)
- **Piłkarz Roku:** Paulina Babińczuk (OKS Stomil Olsztyn)
- **Sportowe Wydarzenie Roku:** turniej siatkówki plażowej Grand Slam w Starych Jabłonkach
- **Klub Roku:** Klub Żeglarski Ostróda

2012

Kolejny triumf Chalidowa, ale warto zwrócić uwagę na drugie miejsce lekkoatlety AZS UWM Olsztyn Kacpra Kozłowskiego, jedyne-go olimpijczyka z Londynu w gronie laureatów. Cztery lata temu poleciał do Pekinu, ale nie dane było mu pobiec. W Londynie Kozłowski już otrzymał swoją szansę, niestety, polska sztafeta 4x400 m nie awansowała do finału. A trzecie miejsce w plebiscycie zajął niezniszczalny Krzysztof Hołowczyc, którego czytelnicy docenili za 9. miejsce w klasyfikacji generalnej i zwycięstwo etapowe w Rajdzie Dakar.

LAUREACI

1. Mamed Chalidow (MMA, Arrachion Olsztyn)
2. Kacper Kozłowski (lekka atletyka, 400 m, AZS UWM Olsztyn)
3. Krzysztof Hołowczyc (automobilizm, Monster Energy X-Raid Team)
4. Bogdan Król (sport niepełnosprawnych, Smok Lotos Orneta)
5. Monika Pudlis (sport niepełnosprawnych, Smok Lotos Orneta)
6. Denis Ambroziak (kajakarstwo, Kayak Sport Club Olsztyn)



Najpopularniejsi sportowcy Warmii i Mazur w 2014 roku. Trzeci z prawej Trener Roku Ireneusz Bukowiecki

7. Paula Plichta (gimnastyka, UKS SMS Olsztyn)
 8. Joanna Jędrzejczyk (boks tajski/MMA, Arrachion Olsztyn)
 9. Beata Engel (kung-fu, Olsztyńska Szkoła Chińskich Sztuk Walki Shaolin)
 10. Mariusz Kondratowicz (wyścigi motocyklowe, Motul Junak Kondratowicz Team)
- **Trener Roku:** Zbigniew Ludwiczowski (lekka atletyka, AZS UWM Olsztyn)

KONKURSY SMS-OWE

- **Najpopularniejszy Sportowiec:** Radosław Typa (automobilizm, Bosma Makita Rally Team)
- **Najpopularniejszy Sportowiec Olsztyna:** Krzysztof Pielowski (pływanie, AZS UWM Olsztyn)
- **Piłkarz Roku:** Michał Mościński (Rominta Gołdap)
- **Sportowiec bez Barier:** Krzysztof Kosikowski/Artur Korc (kolarstwo, Warmia i Mazury Olsztyn)
- **Klub Roku:** Gwardia Olsztyn
- **Sportowe Wydarzenie Roku:** I Półmaraton Jakubowy w Olsztynie

2013

LAUREACI

1. Mamed Chalidow (MMA, Arrachion Olsztyn)
2. Piotr Hain (siatkówka, Indykpol AZS Olsztyn)
3. Krzysztof Hołowczyc (automobilizm, Monster Energy X-Raid Team)
4. Joanna Jędrzejczyk (boks

- tajski/MMA, Arrachion Olsztyn)
 5. Karol Zbutowicz (pływanie, Kormoran Olsztyn)
 6. Bogdan Król (sport niepełnosprawnych, Smok Lotos Orneta)
 7. Kacper Kozłowski (lekka atletyka, 400 m, AZS UWM Olsztyn)
 8. Igor Janik (szachy, KSzach. Start Elbląg)
 9. Denis Ambroziak (kajakarstwo, Kayak Sport Club Olsztyn)
 10. Sandra Kruk (boks, Kontra Elbląg)
- **Trener Roku:** Andrzej Kamiński (kajakarstwo, OKSW Olsztyn)

KONKURSY SMS-OWE

- **Najpopularniejszy Sportowiec:** Marcin Malewski (piłka ręczna, Meble Wójcik Elbląg)
- **Najpopularniejszy Sportowiec Olsztyna:** Piotr Hatowski (taekwondo WTF, AKS OSW Start Olsztyn)
- **Sportowe Wydarzenie Roku:** mistrzostwa świata w siatkówce plażowej w Starych Jabłonkach
- **Piłkarz Roku:** Michał Mościński (Rominta Gołdap)
- **Sportowiec bez Barier:** Bogdan Król (lekka atletyka, Smok Lotos Orneta)

2014

Dziesiąty plebiscytowy triumf „Hołka”! Był to bez wątpienia efekt trzeciego miejsca w Rajdzie Dakar w... 2015 roku. To nie pomyłka - po prostu w styczniu 2015 roku podczas tak udanego dla Hołowczycy rajdu trwało jeszcze głosowanie za

2014 rok, no i wielu (a nawet bardzo wielu) czytelników umieściło go na swoich kuponach. Warto zauważyć wśród laureatów Marcina Malewskiego (sensacyjne drugie miejsce) i Konrada Bukowieckiego, bo obaj już niedługo nieźle w plebiscycie „namieszają”.

LAUREACI

1. Krzysztof Hołowczyc (automobilizm, Monster Energy X-Raid Team)
 2. Marcin Malewski (piłka ręczna, Warmia Traveland Olsztyn)
 3. Karol Królik (piłka ręczna, Warmia Traveland Olsztyn)
 4. Mamed Chalidow (MMA, Arrachion Olsztyn)
 5. Kinga Grzyb (piłka ręczna, Start Elbląg)
 6. Karol Zalewski (lekka atletyka, sprint, AZS UWM Olsztyn)
 7. Radosław Typa (automobilizm, Bosma Makita Rally Team)
 8. Konrad Bukowiecki (lekka atletyka, pchnięcie kulą, Gwardia Szczytno)
 9. Kacper Kozłowski (lekka atletyka, 400 m, AZS UWM Olsztyn)
 10. Igor Janik (szachy, KSzach. Start Elbląg)
- **Trener Roku:** Ireneusz Bukowiecki (lekka atletyka, Gwardia Szczytno)
- **Najlepszy Senior:** Stanisław Krajewski (karate shotokan, AZS UWM Olsztyn)

KONKURSY SMS-OWE

- **Najpopularniejszy Sportowiec:** Marcin Malewski (piłka ręczna, Warmia Traveland Olsztyn)

- **Najpopularniejszy Sportowiec Olsztyna:** Marcin Malewski
- **Sportowiec bez Barier:** Bogdan Król (lekka atletyka, Smok Lotos Orneta)
- **Piłkarz Roku:** Bartosz Salwowski (MKS Jeziorany)
- **Klub Roku:** Gwardia Olsztyn

2015

Wydawało się, że o zwycięstwo powalczą Joanna Jędrzejczyk z Konradem Bukowieckim, tymczasem „pogodził” ich Marcin Malewski, który po ogłoszeniu wyników był chyba najbardziej zaskoczonym uczestnikiem Bału Sportowca. A w przypadku Jędrzejczyk i Bukowieckiego sprawdziło się powiedzenie, że „co się odwlecze, to nie uciecze”.

LAUREACI

1. Marcin Malewski (piłka ręczna, Warmia Traveland Olsztyn)
2. Joanna Jędrzejczyk (MMA, Arrachion Olsztyn)
3. Konrad Bukowiecki (lekka atletyka, pchnięcie kulą, Gwardia Szczytno)
4. Tomasz Szewczak (ju jitsu, Olsztyńskie Stowarzyszenie Ju Jitsu)
5. Maciej Sarnacki (judo, Gwardia Olsztyn)
6. Krzysztof Hołowczyc (automobilizm, Monster Energy X-raid Team Lotto Team)
7. Karol Zalewski (lekka atletyka, AZS UWM Olsztyn)
8. Martyna Lisiecka (kajakarstwo, Plastex Kayak Club Sport Olsztyn)

W PLEBISCYTOWĄ DZIESIĄTKĘ

9. Paula Plichta (gimnastyka, UKS SMS Olsztyn)
10. Adrian Durma (kick-boxing, Elbląski Klub Karate)
• **Trener Roku:** Wojciech Sarnacki (judo, Gwardia Olsztyn)
• **Nagroda specjalna prezydenta Elku:** Mazurski Klub Sportowy Elk

KONKURSY SMS-OWE

• **Najpopularniejszy Sportowiec:** Marcin Malewski (piłka ręczna, Warmia Traveland Olsztyn)
• **Najpopularniejszy Sportowiec Olsztyna:** Marcin Malewski
• **Piłkarz Roku:** Michał Mościński (Rominta Gotdap)
• **Sportowiec bez Barier:** Bogdan Król (lekka atletyka, Lotos Ornet)
• **Klub Roku:** Gwardia Olsztyn
• **Sportowe Wydarzenie Roku:** finał Pucharu Polski w plażowej piłce ręcznej w Starzych Jabłonkach
• **Najpopularniejszy Sportowiec Akademicki:** Klaudia Ruta (taekwondo WTF, AZS UWM Olsztyn)
• **Najpopularniejszy Sportowiec Powiatu Olsztyńskiego:** Szymon Rekita (kolarstwo, Warmia Biskupiec)

2016

W 2015 roku Joanna Jędrzejczyk zdobyła mistrzostwo UFC w wadze słomkowej, nokautując Amerykankę Carleę Eparzę w drugiej rundzie. W tym samym roku olsztynianka dwukrotnie obroniła mistrzowski pas, a w 2016 roku zrobiła to po raz trzeci, pokonując na punkty Brazylijkę Claudię Gadelhę, i czwarty, gdy w nowojorskiej Madison Square Garden poradziła sobie z Karoliną Kowalkiewicz.

W międzyczasie po wielu latach współpracy odeszła z klubu Berkut Arrachion Olsztyn, przenosząc się do American Top Team.

LAUREACI

1. Joanna Jędrzejczyk (MMA, Arrachion Olsztyn/American Top Team)
2. Konrad Bukowiecki (lekka atletyka, pchnięcie kulą, Gwardia Szczecino)
3. Marcin Malewski (piłka ręczna, Warmia Traveland Olsztyn)
4. Karol Jabłoński (żeglarstwo/bojery, OKŻ Olsztyn)
5. Igor Janik (szachy, Hetman Elbląg)



Fot. Orlen Team

W 2015 roku Krzysztof Hołowczyc zajął trzecie miejsce w słynnym Rajdzie Dakar

6. Paula Plichta (gimnastyka, UKS SMS Olsztyn)
7. Małgorzata Jasińska (kolarstwo, Barczewo)
8. Mamed Chalidow (MMA, Berkut Arrachion Olsztyn)
9. Paweł Woicki (siatkówka, Indykpol AZS Olsztyn)
10. Przemysław Opalach (boks, Wilki Olsztyn)
• **Trener Roku:** Piotr Kotaciński (tenis stołowy, Dekorglass Działdowo)
• **Indywidualność Sportowa Warmii i Mazur:** Krzysztof Hołowczyc

KONKURSY SMS-OWE

• **Najpopularniejszy Sportowiec:** Marcin Malewski (piłka ręczna, Warmia Traveland Olsztyn)
• **Najpopularniejszy Sportowiec Olsztyna:** Marcin Malewski
• **Piłkarz Roku:** Michał Mościński (Rominta Gotdap)
• **Sportowe Wydarzenie Roku:** Międzynarodowy Dziecięcy Turniej Piłkarski Ostróda Cup 2016
• **Najpopularniejszy Sportowiec Akademicki:** Miłosz Zniszczoł (siatkówka, Indykpol AZS Olsztyn)
• **Sportowy Talent Roku:** Maciej Jeżyński (wioślarstwo, Wir Itawa)
• **Sportowiec bez Barier:** Józef Mika (kolarstwo, Smok Lotos Ornet)
• **Klub Roku:** Gwardia Olsztyn
• **Najpopularniejszy Sportowiec Powiatu Olsztyńskiego:** Marsel Castalano (taekwondo/kick-boxing, Egida Barczewo)

2017

Złote medale halowych imłodzieżowych mistrzostw Europy zapewniły kulomiotowi ze Szczecina także pierwsze miejsce w dziesiątce najpopularniejszych sportowców województwa. Tuż za nim był wielki mistrz Karol Jabłoński - bojerowy mistrz Polski, Europy i świata!

LAUREACI

1. Konrad Bukowiecki (lekka atletyka, pchnięcie kulą, Gwardia Szczecino)
2. Karol Jabłoński (bojery/żeglarstwo, OKŻ Olsztyn)
3. Joanna Jędrzejczyk (MMA, American Top Team)
4. Jerzy Jabłoński (lekka atletyka, niestowarzyszony)
5. Marcin Malewski (piłka ręczna, Warmia Energia Olsztyn)
6. Marsel Castalano (taekwondo/kick-boxing, Egida Barczewo)
7. Dominik Bugaj (kajakarstwo, OKSW Olsztyn)
8. Maciej Sarnacki (judo, Gwardia Olsztyn)
9. Przemysław Opalach (boks, Wilki Olsztyn)
10. Sebastian Kuźniak (kick-boxing, Bartoszycka Szkoła Taekwondo)
• **Trener Roku:** Andrzej Niewrżawa (piłka ręczna, Start Elbląg)
• **Indywidualność Sportowa Warmii i Mazur:** Robert Karaś (triathlon)
• **Mecenas Sportu:** Ireneusz Sobieski (Grupa DBK)

KONKURSY SMS-OWE

• **Najpopularniejszy Sportowiec:** Marcin Malewski (piłka ręczna, Warmia Energia Olsztyn)

• **Najpopularniejszy Sportowiec Olsztyna:** Marcin Malewski
• **Klub Roku:** Egida
• **Piłkarz Roku:** Adrian Orzeł (Warmia Olsztyn)
• **Najpopularniejszy Sportowiec bez Barier:** Cezary Dybiński (bowling, OKS Warmia i Mazury Olsztyn)
• **Sportowe Wydarzenie Roku:** Rajd Warmiński Toyota 2017
• **Najpopularniejszy Sportowiec Akademicki:** Paweł Woicki (siatkówka, Indykpol AZS Olsztyn)
• **Najpopularniejszy Sportowiec Powiatu Olsztyńskiego:** Marsel Castalano (taekwondo/kick-boxing, Egida Barczewo)
• **Sportowy Talent Roku:** Barbara Budek (taekwondo, Egida Barczewo)
• **Akademicki Sportowiec bez Barier:** Dawid Ostasz (koszykówka na wózkach, AKS OSW Olsztyn)

2018

LAUREACI

1. Marcin Malewski (piłka ręczna, Warmia Energia Olsztyn)
2. Jerzy Jabłoński (lekka atletyka, WMKLA Masters)
3. Konrad Bukowiecki (lekka atletyka, pchnięcie kulą, AZS UWM Olsztyn)
4. Sebastian Kuźniak (kick-boxing, Bartoszycka Szkoła Taekwondo)
5. Marsel Castalano (taekwondo/kick-boxing, niestowarzyszony)

6. Małgorzata Jasińska (kolarstwo, Movistar)
7. Arkadiusz Kowalewski (futbol amerykański, AZS UWM Olsztyn Lakers)
8. Marek Makarewicz (trójbój siłowy, Siła Bartoszyce)
9. Jan Hadrava (siatkówka, Indykpol AZS Olsztyn)
10. Adrian Durma (kick-boxing, EKK Elbląg)
• **Trener Roku:** Wojciech Janusz (żeglarstwo, MOS Itawa)

KONKURSY SMS-OWE

• **Najpopularniejszy Sportowiec:** Jerzy Jabłoński (lekka atletyka, WMKLA Masters)
• **Najpopularniejszy Sportowiec Akademicki:** Paweł Woicki (siatkówka, Indykpol AZS Olsztyn)
• **Sportowe Wydarzenie Roku:** 21. Rajd Warmiński-Toyota 2018
• **Klub Roku:** Egida
• **Sportowiec bez Barier:** Katarzyna Orzechowska (strzelectwo pneumatyczne i laserowe niewidomych i słabowidzących, OKS Warmia i Mazury)
• **Najpopularniejszy Sportowiec Akademicki bez Barier:** Dawid Ostasz (koszykówka na wózkach, AKS OSW Olsztyn)
• **Piłkarz Roku:** Kamil Rubaiewicz (Victoria Bartoszyce)
• **Sportowy Talent Roku:** Leila Castalano (taekwondo/kick-boxing, Barczewo, niestowarzyszona)
• **Najpopularniejszy Sportowiec Powiatu Olsztyńskiego:** Marsel Castalano (taekwondo/kick-boxing, Barczewo, niestowarzyszony)
• **Najpopularniejszy Sportowiec Powiatu Lidzbarskiego:** Adrian Wzorek (karate, KKK Lidzbark Warmiński)
• **Najpopularniejszy Klub Fitness/Siłownia:** RIO Jits&Gym w Olsztynie
• **Najpopularniejszy Instruktor/Trener Personalny:** Kacper Grażul (KG Gym Olsztyn)

2019

Konrad Bukowiecki został podwójnym mistrzem Polski (w hali i na stadionie), a poza tym triumfował także w halowych mistrzostwach Europy i na uniwersjadzie w Neapolu. To wszystko złożyło się na kolejne plebiscytowe zwycięstwo.

LAUREACI

1. Konrad Bukowiecki (lekka atletyka, pchnięcie kulą, AZS UWM Olsztyn)

2. Marcin Malewski (piłka ręczna, Warmia Energia Olsztyn)
3. Aniela Kozłowska (szermierka, Hajduczek Olsztyn)
4. Jan Hadrava (siatkówka, Indykpol AZS Olsztyn)
5. Ksenia Woźniak (koszykówka, KKS Olsztyn)
6. Joanna Jędrzejczyk (MMA, American Top Team)
7. Grzegorz Lech (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
8. Maciej Sarnacki (judo, Gwardia Olsztyn)
9. Michał Żurek (siatkówka, Indykpol AZS Olsztyn)
10. Sebastian Najmowicz (triathlon, Najmowicz Triathlon)
• **Trener Roku:** Piotr Zajączkowski (piłka nożna, Stomil Olsztyn)
• **Najpopularniejszy Sportowiec Akademicki:** Konrad Bukowiecki (lekka atletyka, pchnięcie kulą, AZS UWM Olsztyn)
• **Najpopularniejszy Sportowiec Powiatu Olsztyńskiego:** Szymon Rekita (kolarstwo, Leopard Pro Cycling)

KONKURSY SMS-OWE

• **Najpopularniejszy Sportowiec:** Marcin Malewski (piłka ręczna, Warmia Energia Olsztyn)
• **E-Sportowiec Roku:** Maciej „Kaszak” Kaszucki
• **Sportowe Wydarzenie Roku:** mistrzostwa Europy w plażowej piłce ręcznej w Starzych Jabłonkach
• **Najpopularniejszy Sportowiec Akademicki:** Paweł Woicki (siatkówka, Indykpol AZS Olsztyn)
• **Sportowiec Bez Barier:** Tomasz Stoperzyński (brydż niewidomych i słabowidzących, OKS Warmia i Mazury)
• **Biegacz Roku:** Cezary Sak (KTMŁ Kętrzyn)
• **Piłkarz Roku:** Rafał Raiński (Vegoria Węgorzewo)
• **Klub Roku:** Olsztyńska Szkoła Cheerleaders Soltare
• **Najpopularniejszy Club Fitness/Siłownia:** Klub CrossBoxFit Kętrzyn
• **Najpopularniejszy Instruktor/Trener Personalny:** Maciej Wyszyński (CrossBoxFit Kętrzyn)
• **Sportowy Talent Roku:** Barbara Budek (taekwondo, Egida Biskupiec)
• **Najpopularniejszy Ośrodek Jeździecki/Stadnina:** Jazda konna Olsztyn
• **Akademicki Sportowiec bez Barier:** Łukasz Rękawiecki (koszykówka na wózkach, rugby na wózkach, AKS OSW Olsztyn)

ARTUR DRYHYNICZ

STYCZEŃ: ZAGRALI DLA POGORZELCÓW

PIŁKA NOŻNA \\ Mistrzowie olimpijscy, olimpijczycy, medaliści mistrzostw Europy i świata oraz politycy i samorządowcy - takich gwiazd Pasym w swej długiej historii jeszcze nie widział. A wszystko za sprawą meczu na rzecz pogorzalców.

Pasym to urokliwe miasteczko, które jednak na co dzień nie przyciąga uwagi mediów. Życie toczy się tam spokojnie, a wielcy tego świata raczej tam nie zaglądają. Jedynie niektórzy mieszkańcy pamiętają, że na plebanii kościoła ewangelickiego noc spędził Napoleon, a Edward Gierek przejechał przez Pasym w drodze na dożynki w Olsztynie. Miasto może się też pochwalić urodzonym w pobliżu Jabłonce historykiem Krzysztofem Hartknochem (1644-1687), który uczył się w Pasymiu i Królewcu, po czym został prorektorem Gimnazjum Akademickiego w Toruniu. Hartknoch miał nawet swoją ulicę w Pasymiu, ale w latach 70. XX wieku zamieniono ją na Dworcową.

Poza tym miasteczko od czasu do czasu odwiedzają filmowcy, którzy nakręcili tu m.in. „Południk Zero” (1970), „Kameleon” (2000), „Cudownie ocalony” (2004), „Cztery noce z Anną” (2008) i „Dom nad rozlewiskiem” (2009).

Natomiast 30 stycznia Pasym odwiedziło kilkudziesięciu znakomitych sportowców, polityków oraz samorządowców, którzy odpowiedzieli na apel Leszka Dublaszewskiego. Pan Leszek zaprosił ich do udziału w charytatywnej imprezie, której głównym punktem programu był mecz piłkarski, by w ten sposób zebrać pieniądze dla rodzin poszkodowanych w grudniowym pożarze.

Mecz symbolicznie rozpoczął były siatkarz Zbigniew Lubiejewski (złoty medalista olim-



Fot. Emil Marecki

Sylwester Czereszewski zdobył cztery bramki

pijski z 1976 roku), a potem na boisku widzowie zobaczyli m.in. kajakarza Adama Serożyńskiego (brązowy medalista olimpijski z 2000 roku) i judokę Macieja Sarnackiego (wielokrotny mistrz Polski i olimpijczyk z Rio de Janeiro w 2016 roku), natomiast na trybunach zasiadli m.in. Ryszard Szparak (wielokrotny mistrz Polski w biegu na 400 m przez płotki, uczestnik igrzysk w Moskwie w 1980 roku) i kuliści Konrad Bukowiecki (olimpijczyk z Rio de Janeiro i wicemistrz Europy z 2018), który przyjechał do Pasymia, chociaż kilka godzin później odlatywał na zgrupowanie do Hiszpanii.

- Jak dzwoni Leszek Dublaszewski, przyjeżdżam w ciemno - przyznał po meczu Ma-

ciej Sarnacki. - Cieszę się, że mogłem pomóc. Daleko mi do piłkarskich talentów, ale pewnie jakbym schudł ze 40 kilogramów, wtedy mógłbym zagrać lepiej (ale i tak źle nie było - red.).

Warto zauważyć, że w bramce sportowców i parlamentarzystów stanął Adam Wolański, który przyjechał z Kwidzyna. Przypominamy, że Wolański to bramkarz piłki ręcznej znany m.in. ze znakomitych występów w superligowej Warmii Traveland Olsztyn.

Emocji było bez liku, na dodatek doszło do porozumienia ponad politycznymi podziałami, bowiem w jednej drużynie zagraли posłowie opozycji i partii rządzącej.

Mecz mógł się podobać licznie zgromadzonej widowni,

bo w regulaminowym czasie (2x20 minut) padł remis 6:6. Miejscowi samorządowcy prowadzili już 6:3, ale wtedy sprawę w swoje nogi wzięli Sylwester Czereszewski i Adam Zejer, byli piłkarze Stomilu, którzy pokazali, że chociaż latka leca, to piłka wciąż nie sprawia im kłopotów. Ostatecznie cztery bramki zdobył Czereszewski, były król strzelców Ekstraklasy, a za każdym razem asystował mu Zejer, który w 1991 roku zdobył mistrzostwo Polski z Zagłębiem Lubin. Jednak najpiękniejszego gola zdobył Marek Gawdziński, prezes Błękitnych Pasym.

Po meczu przeprowadzono jeszcze serię rzutów karnych, które 3:2 wygrali sportowcy i parlamentarzyści.

REKLAMA



**WARMIŃSKO-MAZURSKI
ZWIĄZEK PRACODAWCÓW
PRYWATNYCH**

**WARMIŃSKO-MAZURSKI
ZWIĄZEK PRACODAWCÓW
PRYWATNYCH**

**ZRZESZAMY FIRMY
Z WARMII I MAZUR**

PRZYŁĄCZ SIĘ DO NAS!

biuro@wmzpp.org



**INSTYTUT
BADAWCZO
SZKOLENIOWY**

Instytut Badawczo-Szkoleniowy Sp. z o.o.

Tworzymy reguły, obalamy regułki.

Nie pytamy młodych, kim chcą zostać w przyszłości. Uczymy, jak to osiągnąć i zostać KIMŚ. Opracowaliśmy własną metodykę, która opiera się na kształtowaniu uczniów zdolnych do zmiany i współpracy, a bogatych w kompetencje społeczne. Od 2005 roku Instytut Badawczo-Szkoleniowy wraz z polskimi środowiskami zrzeszającymi pracodawców i nauczycieli, organizacjami non profit specjalizującymi się w rozwoju edukacji oraz zagranicznymi partnerami pracuje nad zbudowaniem nowych zasad funkcjonowania systemu edukacji w Polsce.

**Dołącz do naszego zespołu.
Zmieniaj z nami oświatę!**

biuro@instytutbs.eu

SPRINTEM

PIŁKA NOŻNA \\ W rundzie wiosennej mamy sporo spotkań, w których będziemy stroną dominującą od początku do końca. Mamy jasno określony cel: jesteśmy w środku tabeli, ale chcemy zająć miejsce barażowe - na łamach „Gazety Olsztyńskiej” zapowiedział Szymon Sobczak, najsukceszniejszy napastnik pierwszoligowego Stomilu. Ostatecznie z gry w barażach nic nie wyszło, bo olsztynianie zajęli dopiero 10. miejsce.

SZERMIERKA \\ W Koninie odbył się III Puchar Polski juniorów młodszych w szablach. Był to ostatni turniej klasyfikacyjny do Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży. Znakomicie spisali się młodzi olsztynianie, bowiem trzecie miejsca zajęli Aniela Kozłowska i Oskar Kusak. Oprócz tej dwójki awans do OOM wywalczyło jeszcze troje szablistów Hajduczka: Dominika Trager, Piotr Kozłowski i Filip Kusak.

Niewiele później zaledwie 15-letnia Aniela Kozłowska wzięła udział w mistrzostwach Polski juniorów, no i znakomicie się spisała, bo w rywalizacji ze starszymi rywalkami zajęła bardzo dobre ósme miejsce. - Juniorzy to kategoria wiekowa do lat 20, a Aniela była aż o pięć lat młodsza. Na drodze do ćwierćfinału musiała pokonać znacznie starsze i utytułowane szablistki, co zawdzięcza ciężkiej pracy pod okiem doskonałych trenerów Adama Sęczka i Mikołaja Grzegorka, którzy przyjeżdżają z Warszawy, aby szkolić zawodników z grupy zaawansowanej - wyjaśnił prezes Hajduczka Adam Sobczyk.

TENIS STOŁOWY \\ Młodzieżowa kadra województwa warmińsko-mazurskiego przebywała na dziesięciodniowym zgrupowaniu w Chinach. Był to efekt współpracy nawiązanej przez Warmińsko-Mazurski Związek Tenisa

Stołowego z jego odpowiednikiem w chińskiej prowincji Szantung. Powołania z WMZTS na zgrupowanie w Chinach dostali zawodnicy Dekorglassu Działdowo, Warmii Lidzbark Warmiński i Ostródzianki Ostróda. Na barkach klubów albo rodziców spoczęło pokrycie kosztów przelotu w obie strony oraz podróży pociągami, natomiast pobyt w ośrodku wraz z wyżywieniem sfinansowali już gospodarze. Kadra województwa przez Helinki poleciała do Pekinu, a ze stolicy Chin do Zibo pojechała już pociągami, mając okazję zobaczyć, jak podróżuje się koleją z prędkością ponad... 300 km/h! Kolejne dni pobytu za Wielkim Murem upłynęły Polakom na ciężkiej harówce w ośrodku przygotowań w Zibo.

LEKKA ATLETYKA \\ Podczas mityngu w Toruniu Kacper Lewalski (Truso Elbląg) ustanowił halowy rekord Pol-

ski juniorów młodszych w biegu na 600 metrów (1.20,11).

STRZELECTWO \\ Blisko 30 specjalistów od sportowego strzelectwa długodystansowego opanowało niewielkie Marcinkowo. Wszystko za sprawą Zimowego Snajpera, którego złoto ostatecznie „upolował” Adam Wardęcki, a brąz Piotr Onych (obaj WSS Jonkowo).

BIEGI \\ Trochę już odwykłem od takiej dramaturgii - przyznał Rafał Kot, jeden z najlepszych w Polsce ultramaratończyków. Zawodnik ze Szczytna był drugi w Zimowej Poniewierce w Brzozie Królewskiej, gdzie przebiegł około 80 kilometrów. - Byłem zaskoczony jeszcze na długo przed startem, bo organizatorzy osobiście mnie zaprosili i ugościli - jak to w Brzozie Królewskiej - iście po królewsku. Zaczynając od noclegów w Dworcu Szlacheckim, poprzez pakiet startowy, zaproszenie na konferencję z elitą biegaczy

ultra, a na zabawie i pobiegowej biesiadzie kończąc. Nieczęsto się zdarza, by organizatorzy wszelkie tego typu koszty brali na własne barki. Szczegółowo za to im dziękuję, bo przygotowania i sezon startowy są dość długie i, niestety, kosztowne.

AUTOMOBILIZM \\ Cieszę się z tego, w jakim punkcie jestem, bo widocznie tak miało być. A gdyby nie te moje kłopoty, to pewnie bym się nawet nie zatrzymał, nie rozejrzał i nie przemyślał pewnych spraw - przyznał pilot rajdowy Sebastian Rozwadowski, 41-letni olsztynianin, który niemal w przededniu swojego piątego startu w Rajdzie Dakar (z litewskim kierowcą Benediktasem Vanagasem) trafił do szpitala i musiał zrezygnować z wylotu do Arabii Saudyjskiej.

FINANSE \\ Piłka nożna i piłka ręczna otrzymały największe wsparcie z budżetu Elbląga. Do podziału było 1,36 mln zł,

z czego najwięcej (560 tys.) dostał grający w Superlidze piłki ręcznej kobiet Start. Natomiast pierwszoligowi szczypiorniści Mebli Wójcik dostali 225 tys. Na piłkę nożną nożną przeznaczono 425 tys.: Olimpia - 320 tys., Concordia - 95 tys., Hanza - 10 tys.

Wśród pozostałych ośmiu klubów rozdzielono 150 tys. zł, z czego 60 tys. przypadło Truso. Poza tym 750 tys. przeznaczono na upowszechnianie sportu wśród dzieci i młodzieży. Kwotę tę podzielono pomiędzy 29 klubów, a najwięcej otrzymały: Olimpia (140 tys.), Truso (130 tys.), Orzeł (100 tys.) i Concordia (70 tys.)

SIATKÓWKI \\ Nowym trenerem Indykpolu AZS został Daniel Castellani! 59-letni Argentyńczyk zastąpił Włocha Paolo Montagnanego po fatalnej serii aż ośmiu kolejnych porażek (w tym siedmiu w PlusLidze!).

REKLAMA

DBK

USED

VERIFIED
TRUCKS&VANS

Największa w Polsce oferta używanych
pojazdów ciężarowych, dostawczych i naczep.

Ponad 500 pojazdów dostępnych od ręki.

Pojazdy sprawdzone w autoryzowanej
sieci serwisowej.

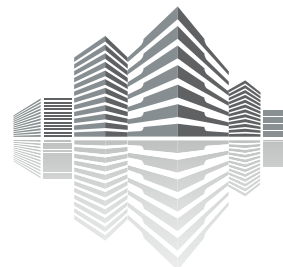


Grupa DBK
ul. Lubelska 43a
10-410 Olsztyn

Sprawdź również
ofertę on-line na
gielda.grupadbk.com

PRZEMYSŁÓWKA
HOLDING
rok zał. 1992

GENERALNY WYKONAWCA
DEVELOPER



www.holding.olsztyn.pl



DUMNY SPONSOR

INWESTYCJA
W TRAKCIE REALIZACJI



REZYDENCJE WARMIŃSKIE
PLUSKI

Ekskluzywne całoroczne domy
nad jeziorem Plusznym



: + 48 696 367 169



: rezydencje-warminskie.pl



: www.facebook.com/rezydencjewarminskie



Niniejszy materiał nie stanowi oferty w rozumieniu Kodeksu cywilnego i ma charakter wyłącznie informacyjny o planowanej inwestycji.

LUTY: DRUGI TRIUMF KONRADA

PLEBISCYT \\ Czytelnicy „Gazety Olsztyńskiej” za najpopularniejszego sportowca 2019 roku uznali lekkoatletę Konrada Bukowieckiego, natomiast dziennikarze sportowi tytuł Trenera Roku przyznali Piotrowi Zajączkowskiemu ze Stomilu Olsztyn.

Bal Sportowca po raz trzeci odbył się w pięciogwiazdkowym hotelu Marina Club w Sile niedaleko Olsztyna. Po kilku miesiącach głosowania kuponowego i sms-owego najpopularniejszym sportowcem województwa 2019 roku został kulomiot AZS UWM Olsztyn Konrad Bukowiecki. Jego drugie plebiscytowe zwycięstwo (wcześniej wygrał w 2017 roku) nie podlegało dyskusji, natomiast drugie miejsce przypadło Marcinowi Małewskiemu, piłkarzowi ręcznemu pierwszoligowej Warmii Energi Olsztyn, a trzecia była Aniela Kozłowska, szablística olsztyńskiego Hajduczka.

Przed balem wszystkich gości witali prezes spółki

Grupa WM Jarosław Tokarczyk oraz redaktor naczelny „Gazety Olsztyńskiej” Igor Hrywna. A wśród gości byli m.in. posłowie Anna Wasilewska, Michał Wypij i Zbigniew Ziejewski, wojewoda Artur Chojecki, marszałek województwa Gustaw Marek Brzezina, prezydent Olsztyna Piotr Grzymowicz, starosta olsztyński Andrzej Abako oraz rektor UWM Ryszard Górecki.

- Jest mi bardzo miło, że znów zostałem najpopularniejszym sportowcem województwa - w wywiadzie dla „Gazety Olsztyńskiej” powiedział nieobecny na balu Konrad Bukowiecki. - Choć z drugiej strony zdaję sobie sprawę i trzeba to sobie jasno powiedzieć: bardziej popular-



Konrad Bukowiecki, znakomity kulomiot AZS UWM Olsztyn

niż Asia Jędrzejczyk to nie jestem (śmiech).

Artystyczną atrakcją wieczoru był występ Patryka Żywczyka, uczestnika telewizyjnego programu The Voice of Poland, a potem przyszedł czas na licytację sportowych pamiątek na rzecz podopiecznych Fundacji Przyszłość dla Dzieci. Najwyższą kwotę (15 000 zł) wylicytowano za piłkę do siatkówki z autografami polskiej reprezentacji, która wywalczyła mistrzostwo świata. Natomiast za kolację z Gibą, najbardziej utytułowanym siatkarzem świata, zapłacono 11 tys. zł. W sumie z licytacji fundacja uzyskała prawie 40 000 zł.

• Lista wszystkich laureatów 59. plebiscytu jest na stronie 17.

SPRINTEM

PLEBISCYT \\ Kajakarz Przemysław Rojek został zwycięzcą plebiscytu na 10 najpopularniejszych sportowców „Dziennika Elbląskiego”.

• **Czołowa dziesiątka:** 1. Przemysław Rojek (Olimpia Elbląg, kajakarstwo), 2. Adrian Durma (Silvant Kajak Elbląg, kickboxing), 3.

Krzysztof Sosnowski (Tokary Golf Club Pastek, golf), 4. Gabriel Gładki (Olimpia Elbląg, kajakarstwo), 5. Marta Witkowska (Olimpia Elbląg,

kajakarstwo), 6. Radosław Bukacki (Concordia Elbląg, piłka nożna), 7. Michał Bryl (Atak Elbląg, judo), 8. Kamil Komorowski (Olimpia Elbląg,

kajakarstwo), 9. Piotr Różalski (Triathlon Team Elbląg, triathlon), 10. Dawid Dziuwa (Kontra Elbląg, boks).

• **Trener Roku:** Wojciech Żałuski (Olimpia Elbląg, kajakarstwo)

• **Talent Roku:** Paweł Krause (Olimpia Elbląg, kajakarstwo)

• **Najpopularniejsza Siłownia Fitness:** Generacja Fitness

PLEBISCYT \\ W czołowej dziesiątce sportowego plebiscytu „Gońca Bartoszyckiego”, lokalnego oddziału „Gazety Olsztyńskiej”, znaleźli się przedstawiciele pięciu dyscyplin. Najwięcej powodów do świętowania mieli jednak zawodnicy Bartoszyckiej Szkoły Taekwondo.

• **Czołowa dziesiątka:** 1. Kamil Jarek (taekwondo, Bartoszycka Szkoła Taekwondo), 2. Mikołaj Śpiewak (taekwondo, Bartoszycka Szkoła Taekwondo), 3. Sylwester Jakacki (biegi długodystansowe, Bartoszycka Grupa Biegowa Endorfina), 4. Dominika Skwarek (lekka atletyka, MDK UKS Jedynka Bartoszyce), 5. Martyna Bryl (siatkówka, Olimp Bartoszyce), 6. Dawid Pażus (karate, Bartoszycki Klub Kyokushin Karate), 7. Hanna Zbikowska (siatkówka, UKS Olimp Bartoszyce), 8. Dariusz Kuśnierz (żeglarstwo/triathlon, Stowarzyszenie

Integracji Osób Niepełnosprawnych), 9. Amelia Wojciechowicz (karate, Bartoszycki Klub Kyokushin Karate), 10. Zenon Liberna (biegi długodystansowe, Bartoszycka Grupa Biegowa Endorfina).

• **Sportowiec Roku:** Zenon Liberna

• **Trener Roku:** Sylwester Nowokuński (siatkówka, UKS Olimp)

• **Impreza Roku:** Charytatywna gala kickboxingu Battle of Barcja/Otwarte Mistrzostwa Warmii i Mazur Kadetów w Kickboxingu (organizator: Bartoszycka Szkoła Taekwondo)

• **Nestor Sportu:** Jan Kozieł

• **Odkrycie Roku:** Kacper Szczygielski (piłka nożna, SP UKS Legia-Bart Bartoszyce)

• **Nagroda specjalna burmistrza:** Jędrzej Żurański (sporty motocyklowe, KM Wiraż Bartoszyce)

LEKKA ATLETYKA \\ Ważnym momentem ceremonii otwarcia 64. Halowych Mistrzostw Polski było wręczenie srebrnych medali w sztafecie 4x400 m za mistrzostwa Europy w Zurychu, które rozegrano w... 2014 roku. Wśród nagrodzonych był Kacper Kozłowski z AZS UWM Olsztyn. Po dyskwalifikacji zespołu rosyjskiego (jeden z Rosjan wpadł na niedozwolonym

REKLAMA

84210tbs-b-M

dopingu) polscy biegacze zostali przesunięci z trzeciego na drugie miejsce w mistrzostwach Europy, dlatego srebrne medale za Zurych zawisły na szyjach Rafała Omelko, Kacpra Kozłowskiego, Jakuba Krzewiny, Łukasza Krawczuka oraz Andrzeja Jarosa. W imieniu szóstego zawodnika zespołu – Michała Pietrzaka – trofeum odebrał trener Aleksander Matusiński, trener sztafety pań 4x400 m.

TENIS STOŁOWY Z jednym złotem i dwoma brązami wrócili z 88. Indywidualnych Mistrzostw Polski seniorów reprezentanci Warmii i Mazur. Dwa krążki wywalczyli zawodnicy Dekorglassu Działdowo, a jeden – pingpongistka Polmleku Lidzbark Warmiński. W najbardziej prestiżowej rywalizacji singlistów rewelacyjne zawody rozegrał Maciej Kubik. Junior Dekorglassu dotarł aż do półfinału i zakończył te mistrzostwa z brązowym krążkiem! Natomiast złoty medal w rywalizacji mikstów wywalczył Samuel Kulczycki

(Dekorglass) - jego partnerką była Katarzyna Węgrzyn z AZS UE Wrocław. Trzeci medal zdobyła Aleksandra Michalak. Zawodniczka Polmleku wraz z Roksana Załomską (AZS UJD Częstochowa) zajęły trzecie miejsce w turnieju deblowym.

BOJERY Łukasz Zakrzewski został mistrzem świata w klasie DN, natomiast Karol Jabłoński wywalczył tytuł wicemistrzowski. Mistrzostwa były rozgrywane na Jeziorze Orsajön w środkowej Szwecji. Zawodnicy przez dwa ostatnie dni bezskutecznie oczekiwali na wiatr, który pozwoliłby na rozegranie kolejnych wyścigów. W związku z tym, że pierwszego i drugiego dnia zmagania udało się rozegrać minimalną, wymaganą dla ważności regat liczbę wyścigów, wyniki po drugim dniu rywalizacji okazały się jednocześnie ostatecznymi wynikami MŚ. Tytuł mistrza świata zdobył po raz pierwszy w karierze Łukasz Zakrzewski, na co dzień reprezentujący MKŻ Mikołajki!



Fot. archiwum domowe

Karol Jabłoński jest 12-krotnym bojerowym mistrzem świata

Łukasz ma już w swoim dorobku dwa srebrne i trzy brązowe medale mistrzostw świata,

teraz do swojej kolekcji dorzucił najważniejszy medal. - Pierwsze dwa dni to cztery wyścigi,

a kolejne dwa dni upłynęły pod znakiem oczekiwania na wiatr. Żeglowałem najrówniej, każdy

z moich rywali zaliczył przynajmniej jeden słabszy wynik i to zdecydowało, że wygrałem. Cieszę się bardzo, bo udało mi się wygrać z wieloma znakomitymi zawodnikami, jak np. Karol Jabłoński, legenda naszego sportu, czy Michał Burczyński, obrońca tytułu – mówi Łukasz Zakrzewski.

Tytuł wicemistrza świata przypadł Karolowi Jabłońskiemu z OKŻ Olsztyn, który jest najbardziej utytułowanym zawodnikiem w klasie DN, gdyż ma w swoim dorobku aż 12 tytułów mistrza świata, natomiast ubiegłoroczny srebrny medal jest jego piątym trofeum w tym kolorze.

- Jestem bardzo zadowolony z wyniku, ale przede wszystkim z mojego żeglowania. Wygrałem trzy wyścigi i gdyby nie pierwszy fatalny wyścig w moim wykonaniu, to mogło być jeszcze lepiej. Ale trzeba oddać Łukaszowi klasę, żeglował bezbłędnie i zastrzeżenie wygrał. Szkoda, że nie było wiatru, bo miałem ochotę dłużej się pościgać – mówi Karol Jabłoński.

REKLAMA

Olsztyn
na pogodę
i niepogodę



**Warmia i Mazury
wspierają sport**

#OdkrywajWarmieIMazury

www.warmia.mazury.pl



www.osir.olsztyn.pl

MARZEC: CÓŻ TO BYŁA ZA WALKA!

MMA \\ Było wszystko: emocje, zaciętość oraz mnóstwo ciosów, z polskiego punktu widzenia nie zgadzał się tylko wynik końcowy, bowiem Joanna Jędrzejczyk niejednogłośnie przegrała na punkty z mistrzynią UFC wagi słomkowej Chinką Weili Zhang.

Eksperci, dziennikarze i kibice nie mieli wątpliwości — to była jedna z najlepszych walk w historii kobiecego MMA. Posiadaczka mistrzowskiego pasa Weili Zhang (21-1) i pretendentka, olsztyńianka Joanna Jędrzejczyk (16-4), dały niesamowity popis techniki, siły i wytrzymałości. Pojedynek podczas gali UFC 248 w Las Vegas z rzadka sprowadzał się do klinczu i obaleń. Przez pięć rund dominowały w nim walka w stójce oraz mocne bokserkie wymiany. Nic dziwnego, że obie zawodniczki otrzymały później po 50 tys. dolarów nagrody za walkę wieczoru (olsztyńianka została nagrodzona w ten sposób po raz czwarty w karierze).



Joanna Jędrzejczyk

Dla Chinki, która tytuł w wadze słomkowej wywalczyła w sierpniu 2019 roku, był to

pierwszy pojedynek w karierze stoczony w pełnym dystansie tylu rund.

Tak wyrównana walka spowodowała rozbieżności w końcowej ocenie. Jeden z sędziów punktował 48:47 na rzecz Jędrzejczyk, posiadaczki mistrzowskiego pasa w wadze słomkowej od marca 2015 roku do listopada 2017. Dwóch innych wskazało jednak 48:47 na korzyść jej chińskiej rywalki. Głosy kibiców i ekspertów również były podzielone.

Dla Weili Zhang była to pierwsza obrona tytułu w karierze. Polka stanęła przed szansą wywalczenia pasa po raz drugi w ostatnim czasie. W grudniu 2018 roku próbowała zdobyć go wyżej kategorii, muszej, ale przegrała wówczas z Walentiną Szewczenko.

Polsko-chiński pojedynek od początku toczony był

w szybkim tempie. W pierwszej rundzie to Jędrzejczyk jako pierwsza mocno trafiła rywalkę, ale ona nie pozostawała jej dłużna. Obie zawodniczki wchodziły w mocne wymiany pięściami. Nie było miejsca na klincz i zapasy przy siatce. Cały czas walka prowadzona była w stójce, a bokserkie ciosy przeplatane były low kickami. Podobny obraz mieliśmy w kolejnych rundach. Żadna z zawodniczek nie zwalniała tempa. W trzeciej odsłonie Jędrzejczyk przejęła inicjatywę, a obrończyni tytułu momentami wyglądała na bardziej zmęczoną od olsztyńianki. Tę rundę Polka kończyła z szerokim uśmiechem, ale i mocno opuchniętym czołem. Jędrzejczyk przyznała zresztą później, że

bardzo jej to przeszkadzało i że od trzeciej rundy czuła już wszystkie uderzenia rywalki.

Kolejne dwie rundy utwierdziły wszystkich w przekonaniu, że jest to jeden z najlepszych pojedynków w historii kobiecych mieszanych sztuk walk. Amerykańscy komentatorzy co chwila wykrzykiwali „what a fight”, komplementując obie zawodniczki. Przed ostatnią rundą obie wyściskały się, ale później próbowały zakończyć sprawę po swojemu. Ostatecznie sędziowie uznali, że zwycięstwo należy się jednak obrończyni tytułu. Zhang wyprowadziła więcej celnych ciosów w okolicę głowy (104-75), ale to po stronie Jędrzejczyk było więcej trafień w nogi i tułów (50-19 i 62-46).

REKLAMA

Material siewny



ZIEMAR

Gwarancja jakości

168210tbs-B-C

SPRINTEM

LEKKA ATLETYKA \\ Konrad Bukowiecki został halowym wicemistrzem Polski. W Toruniu kulomiot AZS UWM Olsztyn pchnął 21,16 m, a wygrał Michał Haratyk (21,24).

POŻEGNANIA \\ 7 marca w wieku 79 lat zmarł Zbigniew Żołnierowicz, współtwórca olsztyńskiej gimnastyki. Pan Zbigniew wraz ze swoją żoną Krystyną wychował kilka generacji olsztyńskich gimnastyczek, które zdobyły niezliczoną liczbę medali mistrzostw Polski w różnych kategoriach wiekowych, poza tym reprezentowały Polskę na mistrzostwach świata i Europy oraz na Igrzyskach Olimpijskich (Wiesława Żelaskowska w Monachium 1972 r.).

W 1977 roku Zbigniew Żołnierowicz był współzałożycielem Szkoły Mistrzostwa Sportowego w Olsztynie. Przez wiele lat działał w sztabie szkoleniowym Polskiego Związku Gimnastycznego, a w 2007 roku przeszedł na emeryturę, ale nadal służył radą młodszym szkoleniowcom, występując w roli konsultanta. Jego córka Małgorzata Plichta była czołową zawodniczką, a później znakomitą trenerką gimnastyki (zmarła w 2010 roku), natomiast wnuczka Paula Plichta jest wielokrotną medalistką mistrzostw Polski i reprezentantką kraju.



Adrian Durma na zawodach Pucharu Świata w Austrii

BOJERY \\ W Szwecji podczas mistrzostw świata i Europy juniorów w klasach DN i Ice-Opti rewelacyjnie spisali się młodzi bojerowcy z Warmii i Mazur. Tytuły mistrzów świata w Ice-Opti wywalczyli Mateusz Gigielewicz (Gizycka Grupa Regatowa) i Aniela Graczyk (OKŻ Olsztyn), która była druga w open. To nie koniec, bo wicemistrzynią świata w tej klasie została Maria Konarzewska (GGR) - czwarta w open, natomiast trzecie miejsce przypadło Ameli Potejko (GGR). Natomiast w mistrzostwach Europy pierwsza była Konarzewska, druga Potejko, a trzecia Graczyk. Poza tym w klasie DN juniorów Wojciech Klimaszewski (GGR) był 6. w MŚ i II. w ME.

KICK-BOXING \\ W Krynicy Zdroju rozegrano Puchar Polski Wojska Polskiego oraz Służb Mundurowych. Adrian Durma (UKS Silvant

Kajak Elbląg), reprezentujący Komendę Państwowej Straży Pożarnej w Elblągu, wystartował w formule point fighting w dwóch kategoriach wagowych do 74 kg i 79 kg oraz w formule kick light do 74 kg. Elblążanin łącznie stoczył dziesięć walk, wszystkie wygrywając przed czasem i w ten sposób zdobywając aż trzy puchary dla zwycięzców! Jakby tego było mało, Durma został wyróżniony przez sędziów oraz organizatorów turnieju mianem najlepszego zawodnika całych zawodów.

IGRZYSKA \\ Z powodu pandemii koronawirusa olimpiada w Tokio została przełożona na 2021 rok. Decyzję podjął Międzynarodowy Komitet Olimpijski po rozmowach z premierem i komitetem organizacyjnym. Był to pierwszy taki przypadek w historii olimpiizmu.

MAJ: WICEMISTRZ Z LUBAWY

FUTSAL Epidemia koronawirusa spowodowała przerwanie rozgrywek Ekstraklasy. W efekcie po rozegraniu 18 meczów na podium mistrzostw Polski znalazły się Rekord Bielsko-Biała (47 punktów), Constract Lubawa (34) i Gatta Zduńska Wola (33).

Beniaminek w debiutanckim sezonie nie zamierzał być przysłowiowym chłopcem do bicia, ale takiego wyniku nie spodziewali się w Lubawie chyba nawet najstarsi górale.

- Po awansie do Ekstraklasy zakładaliśmy, że będziemy walczyć o utrzymanie - przyznał trener Dawid Grubalski. - Jednak gdy w połowie sierpnia 2019 roku spotkaliśmy się na pierwszych zajęciach, na których obecni byli także nowi zakontraktowani zawodnicy, wtedy zrozumieliśmy z trenerem Da-



mianem Jarzembowskim, że naszym celem nie może być jedynie gra o uniknięcie spadku, ale walka o pierwszą piątkę. Okazało się bowiem, że mamy naprawdę silną ekipę

- Medal był wspaniałą nagrodą za kilka lat ciężkiej pracy zawodników, trenerów, działaczy i sponsorów - dodał Dawid Klejna. -

Sponsorzy wykazali się wyjątkowym spokojem, bo z wiarą w sukces budowali zespół i klub w możliwie najbardziej zrównoważony sposób. Dziś można już stwierdzić, że to była doskonale przygotowana wspinaczka na szczyt, który zdobyliśmy wspólnie

z swoimi wspaniałymi kibicami.

W 18 kolejkach lubawianie odnieśli dziesięć zwycięstw oraz po cztery remisy i porażki. W sierpniu okaże się, że nie był to jedyny ubiegłoroczny sukces Constractu...

EKSTRAKLASA

1. Rekord	47	116:33
2. Constract	34	64:51
3. Gatta	33	64:52
4. Clearex	31	76:51
5. FC Toruń	30	57:50
6. Orzeł	28	51:34
7. Piast	27	57:44
8. AZS UŚ	25	51:78
9. GSF Gliwice	24	61:57
10. Białystok	23	45:60
11. Leszno	18	38:67
12. Red Dragons	16	53:76
13. Red Devils	9	51:85
14. Gwiazda	8	35:81



Fot. Paweł Jakubowski

W debiutanckim sezonie w Ekstraklasie futsaliści z Lubawy wywalczyli wicemistrzostwo Polski

SPRINTEM

POŻEGNANIA 11 maja wieku 82 lat umarł Tadeusz Milewski, działacz społeczny i sportowy oraz medalista paraolimpiady. W młodości trenował biegi średnie w olsztyńskich klubach Budowlani i Gwardia, a na mistrzostwach Polski w 1966 roku wywalczył brązowy medal w biegu na 5000 m. W latach 1958-71 był także reprezentantem Polski w lekkiej atletyce w biegach długodystansowych. W 1971 r. uległ wypadkowi samochodowemu, w wyniku czego częściowo utracił wzrok. Nie zerwał jednak ze sportem, trenując głównie rzut dyskiem i rzut oszczepem, no i w 1976 roku podczas paraolimpiady w Toronto zdobył brązowy medal w dysku.



Fot. Marek Kojro

Rajd Polski rozpocznie się 18 czerwca w Mikołajkach

SPORTY MOTOROWE Polski Związek Motorowy, organizator 77. Rajdu Polski, podjął decyzję o przełożeniu imprezy na 2021 rok. Było to oczywiście efektem pandemii koronawirusa. - Rajd Polski to każdego roku jedna z najważniejszych imprez w naszym kraju - przyznał Michał Sikora, prezes Polskiego Związku Motorowego. - Przygotowania do tak dużych zawodów trwają niemal cały rok, a ich ukoronowaniem jest wydarzenie przyciągające kibiców z Polski i z zagranicy. Rajd to otwarta impreza o charakterze masowym i jej przeprowadzenie nie

jest możliwe przy istniejących i trudnych do przewidzenia pod względem czasowym ograniczeniach. Dla bezpieczeństwa zawodników oraz kibiców nie ma alternatywy i żaden kompromis nie był w tym przypadku nigdy brany pod uwagę. Po przeprowadzeniu licznych konsultacji podjęliśmy decyzję o przełożeniu 77. Rajdu Polski na 2021 rok. Już zgłosiliśmy nasz rajd do kalendarza mistrzostw Europy. Naturalnie pozostaniemy w Mikołajkach i na Pojezierzu Mazurskim, które będą miejscem wyjątkowego jubileuszu - stulecia naszego klasyka - kończy prezes Sikora.

Rajd Polski potrwa od 18 do 20 czerwca 2021 roku. Pierwszą edycję rajdu - z udziałem sześciu załóg - rozegrano w 1921 roku na trasie o długości 576 kilometrów z podwarszawskich Marek do Białowieży i z powrotem.

PIŁKA NOŻNA Zarząd Warmińsko-Mazurskiego Związku Piłki Nożnej zdecydował o bezwarunkowym zakończeniu rozgrywek III ligi ze względu na niemożność ich dokończenia przez pandemię COVID-19. Decyzja ta oznaczała, że do II ligi awansował Sokół Ostroda.

REKLAMA



Pływalnia UWM
zaprasza wszystkich
od **14 czerwca**

DUŻY BASEN (8 torów)
MAŁY BASEN

SAUNA FIŃSKA
SAUNA PAROWA

3 JACUZZI
SALE FITNESS

ul. Tuwima 9, Olsztyn
Punkt Obsługi Klienta - tel. (89) 524 61 31

CZERWIEC: SPORTOWCY DZIECIOM

REKREACJA \\ Z okazji Dnia Dziecka sportowcy ze stolicy Warmii i Mazur przygotowali sympatyczną imprezę dla pacjentów Szpitala Dziecięcego w Olsztynie. Swoje umiejętności pokazywali rugbyści, judocy, piłkarze ręczni oraz cheerleaderki.

Pomysłodawcą tej nietypowej imprezy był - jakżeby inaczej - Leszek Dublaszewski, znany olsztyński działacz sportowy, który na swoim koncie ma m.in. organizację maratonów Grunwald - Olsztyn, akcje „Stadion Leśnym odżyje” i Mikołajkowy Show Sportowy oraz turniej charytatywny na rzecz pasymistycznych pogorzańców.

Jedną z gwiazd wydarzenia „Sportowcy Dzieciom” był Konrad Bukowiecki, znakomity olsztyński kulomiot, który w plebiscycie „Gazety Olsztyńskiej” został Najpopularniejszym Sportowcem 2019 Roku.

- Jestem tu, bo zaprosił mnie oczywiście pan Leszek - powiedział srebrny medalista mistrzostw Europy z 2018 roku. - Apomysł był taki, żeby małym pacjentom trochę umilić Dzień Dziecka. Nie miałem tam warunków do pokazowego treningu, dlatego prowadzący imprezę dziennikarz (Andrzej Brzozowski - red.) zadawał mi pytania, ja odpowiadałem, dzieciaki siedziały wokół i słuchały, a na koniec sobie pomachałyśmy. Myślę, że było miło - ocenił Bukowiecki, który obecnie - jak sam przyznał - kursuje między Olsztynem i Szczytnem. - Nie zawsze tato może do mnie do Olsztyna na trening techniczny dojechać, więc wtedy ja jadę do Szczytna (trenerem Konrada jest jego ojciec Ireneusz - red.). Ale na co dzień sam trenuję w Olsztynie, bo chociaż w tym

roku nie ma już żadnych imprez mistrzowskich, to jednak w drugim półroczu ma być wiele mityngów i w Polsce, i za granicą, będzie więc co robić - zakończył kulomiot AZS UWM Olsztyn.

- Poza Konradem gościliśmy jeszcze cheerleaderki Soltare, rugbyistów oraz rugbyści, judoków na czele z Maciejem Sarnackim (olimpijczyk z Rio de Janeiro - red.) oraz piłkarzy ręcznych Szczypiorniaka - wyliczył Leszek Dublaszewski, któremu w organizacji pomogli właśnie członkowie klubu Szczypiorniak. - Sportowcy przeprowadzili pokazowe treningi, oczywiście z zachowaniem obecnie obowiązujących przepisów. Impreza się udała, a za pomoc w organizacji dziękuję

firmie Kabanos, która ufundowała kilka skrzynek jabłek, Agencji Ochrony Piorun oraz Szkole Podstawowej nr 2, która udzieliła nam sprzętu na



W imprezie wzięli udział olsztyńscy judocy, w tym Maciej Sarnacki, olimpijczyk z Rio de Janeiro

głaśniającego - dodaje Dublaszewski.

Zadowolenia z imprezy nie kryli także jej gospodarze. - Dzieciom bardzo się podobało - przyznała Agnieszka Deoniziak ze Szpitala Dziecięcego. - Z zacięciem obserwowały treningi, które sportowcy przeprowadzali na szpitalnym parkingu. Mamy nadzieję, że dzieci z pięciu oddziałów, m.in. z onkologii, które mogły to wydarzenie oglądać, dostały dzięki sportowcom sporą dawkę pozytywnej energii. Bo co innego oglądać pokazy przez szybę w laptopie, a co innego przez okno w szpitalu, na dodatek mając świadomość, że te pokazy są specjalnie dla nich - podsumowała Agnieszka Deoniziak.

Na koniec sportowcy oraz mali pacjenci - zagryzając smaczne jabłka - wysłuchali piosenki „We are the champions”.

REKLAMA

DZIĘKUJEMY, ŻE BYLIŚCIE Z NAMI!

STOMILOLSZTYN.COM

f t i y

SPRINTEM

PILKA NOŻNA \\ W czterech wiosennych kolejkach I ligi Stomil zdobył tylko cztery punkty, w efekcie pracę stracił trener Piotr Zajęczkowski. Jego następcą został Adam Majewski, który do tej pory prowadził czwartoligowe rezerwy Wisły Płock.

STRZELCTWO DYNAMICZNE \\ W Mątkach koto Jonkowa rozegrano imprezę WKSIO Challenge IPSC LI. - Chodziło o uzyskanie w jak najkrótszym czasie jak największej liczby punktów - wyjaśnia Adam Minkowski, sędzia główny oraz kierownik zawodów.

• **Wyniki, open:** 1. Dawid Chojnowski, 2. Radosław Zaworski, 3. Adam Wardęcki; **production:** 1. Jacek Ostrzycki, 2. Adam Minkowski, 3. Jacek Kicerman; **standard:** 1. Andrzej Hoczyk, 2. Marcin Dudziński, 3. Łukasz Chojnowski; **PCC:** 1. Maciej Jarząbek, 2. Grzegorz Popiołek, 3. Andrzej Tomczak.

NAGRODY \\ Prezydent Elbląga Witold Wróblewski wręczył pamiątkowe statuetki najlepszym ludziom sportu za rok 2019. Wśród nagrodzonych i wyróżnionych znalazło się 64 elbląskich zawodników i trenerów. Tu dodajmy, że uhonorowanie najlepszych sportowców przeprowadza się zwykle podczas corocznego Elbląskiego Święta Sportu, tyle że w 2020 roku do tego nie doszło ze

względem pandemii koronawirusa. Na początku kwietnia prezydent Wróblewski „uruchomił” nagrody finansowe przyznane zawodnikom i szkoleniowcom, ale dopiero teraz mógł już osobiście pogratulować wszystkim nagrodzonym. - Mamy wiele powodów do dumy, jeśli chodzi o sport - przyznał prezydent Wróblewski. - Nasi zawodnicy zdobywają najwyższe trofea na zawodach w kraju i poza jego granicami. W sporcie młodzieżowym zostaliśmy sklasyfikowani w ubiegłym roku na 29. miejscu, czyli o sześć miejsc wyżej w porównaniu z poprzednim rokiem. To nie robi się samo, to załuga zawodników, trenerów, działaczy i rodziców.

SPORTY SIŁOWE \\ Blisko 80 zawodników pokazało w Bartoszycach, że wyciskanie sztangi i w ogóle ciężary są ich pasją, sposobem na życie i odeskocznia od codziennych problemów. - Trenując z ciężarami, odpoczywam - przyznała jedna z uczestniczek. W Bartoszycach zawodnicy udowodnili, że w czasie pandemii nie tracili czasu, o czym świadczyło wiele rekordów życiowych, poprawianych często w czwartych, dodatkowych podejściach, na które zgodę wyrażał sędzia główny. Dopingowani przez kolegów z teamów i znajomych pchali do góry sztangę, by na koniec

uśmiechnąć się szeroko. W taki sposób swoje życiowe osiągnięcie poprawił m.in. należący do Teamu Wrocław doświadczonego Marcin Garbas, ważący 82 kilogramy żołnierz 22 Bazy Lotnictwa Taktycznego w Malborku. W trzecim podejściu wycisnął 215 kg, czym wyrównał życiówkę, by chwilę później dołożyć do niej jeszcze pięć kilo. - Na ten wynik pracowałem trzy lata. Zawody pokazały, że wyciskanie sztangi i w ogóle sporty siłowe nie znają pojęcia „metryka”. I może to trochę niegrzecznie patrzeć w datę urodzenia, ale nie sposób nie wspomnieć doskonale znanego w środowisku 67-letniego Zbigniewa Kopera, wieloletniego zawodnika podnoszenia ciężarów, sędziego tej dyscypliny, który w Bartoszycach wycisnął 105 kg. Ze sztangą walczyli też nieco młodszy: 59-letni Waldemar Woźniak (150 kg w dodatkowej próbie), dwa lata młodszy od niego Krystyna Puzio (65 kg) i 56-letni wójt gminy Ostróda Bogusław Fijas (75 kg). - Bardzo często słyszę to pytanie: „co ci to daje? Przecież nic z tego nie masz”. A ja nie potrafię wytłumaczyć, ile właśnie z tego mam! Nie dostaję za starty żadnych pieniędzy, tylko po prostu robię to dla siebie, dla swojego zdrowia, dla swoich celów. Sport, w którym człowiek się realizuje, daje wielkiego kopa - wyjaśnił Waldemar Woźniak.

LIPIEC: STOMIL SKOŃCZYŁ 75 LAT

PIŁKA NOŻNA \\ 15 lipca 1945 roku na Stadionie Leśnym w Olsztynie zorganizowano mecz kolejarzy kontra pracownicy spółdzielczości spożywców Spółem. Drużyna spożywców po latach przeistoczyła się w Stomil, a ekipa kolejarzy to dzisiejsza Warmia.

Okazją do rozegrania meczu była 535. rocznica zwycięstwa pod Grunwaldem, a datę 15 lipca 1945 roku uznaje się za początek polskich klubów sportowych w Olsztynie.

Historyczny mecz Kolejarzy wygrali 2:1, a kilka dni później odbyło się walne zebranie Olsztyńskiego Klubu Sportowego Warmiak. Nazwa ta jednak długo nie przetrwała, bo 1 października 1945 roku zmieniono ją na Spółdzielczy Klub Sportowy Spółem, który z kolei w 1958 roku przeistoczył się w OKS Olsztyn. Trzy lata później OKS awansował do III ligi, ale były to jeszcze zdecydowanie za wysokie progi, bo w pierwszej rundzie olsztynianie przegrali wszystkie

mecze. Sytuacja zmieniła się w 1968 roku, gdy patronat nad klubem objęły Olsztyńskie Zakłady Opon Samochodowych, a prezesem został Władysław Leonhard, dyrektor naczelny OZOS. Już w tym samym roku OKS-OZOS ponownie awansował do III ligi. Niestety, znowu na rok. Ale potem nastały znacznie lepsze czasy, bo klub ze stolicy regionu - od 1973 roku jako OKS Stomil Olsztyn - po raz pierwszy w historii awansował do II ligi.

Ale Stomil to nie tylko seniorzy, o czym rywalie przekonali się w 1974 roku, gdy olsztynianie zdobyli mistrzostwo Polski juniorów starszych (U-19). W finale Stomil wygrał 2:0 z Szombierkami Bytom (oba gole zdobył Sławomir Masztaler).

Niestety, w 1975 roku seniorzy spadli do III ligi, w której grali do 1988 roku, kiedy udało się im powrócić do II ligi. Tyle że znowu jedynie na jeden sezon... Ale w 1991 roku w Olsztynie ponownie była II liga, natomiast dwa lata później wielosekcyjny Stomil rozpadł się na jednosekcyjne stowarzyszenia. Sekcja piłkarska występuje od tego czasu jako Miejski Olsztyński Klub Sportowy Stomil.

I tak doszliśmy do historycznego sezonu 1993/1994, w którym Stomil pod wodzą Bogusława Kaczmarskiego i Józefa Łobockiego awansował do I ligi (dzisiejsza Ekstraklasa). Oto ówczesny skład Stomilu: Jarosław Talik, Paweł Charbicki, Piotr Zajączkowski, Andrzej Biedrzycki, Tomasz Sokołowski, Sylwester Czere-



Stomil Olsztyn silny, zwarty i gotowy przed pierwszoligowym sezonem 1995/96

szewski, Sławomir Opaliński, Bogusław Oblewski, Bartosz Jurkowski, Andrzej Jankowski, Waldemar Ząbecki, Bogdan Michalewski, Dariusz Ja-

ckiewicz, Czesław Żukowski.

Niestety, w 2002 roku olsztynianie spadli do II ligi, po czym dla klubu nastały chude lata. Wydawało się, że

stolica województwa na długo zostanie tylko z błakającą się po futbolowych peryferiach Warmią, ale powstał Olsztyński Klub Piłkarski Warmia i Mazury, który odwoływał się do tradycji Stomilu (ale nie do długów, które po nim zostały). W 2004 roku klub awansował do III ligi i zmienił nazwę na OKS 1945 Olsztyn. Tak jak przed laty, tak i teraz przygoda trwała jedynie rok, lecz na trzecioliigowe boiska olsztynianie powrócili w 2007 roku. A już rok później - dzięki reorganizacji rozgrywek - awansowali do II ligi, a w 2012 roku do Olsztyna zawitała I liga, wtedy też doszło do zmiany nazwy na OKS Stomil Olsztyn. Od tego czasu „Duma Warmii” występuje na zapleczu Ekstraklasy.

SPRINTEM

LEKKA ATLETYKA \\ Mistrz Polski w pchnięciu kulą Konrad Bukowiecki (AZS UWM Olsztyn) wygrał start kontrolny w Aleksandrowie Łódzkim, uzyskując wynik 20,26 m. Za zawodnikiem trenera Ireneusza Bukowieckiego znalazł się inny wychowanek Gwardii Szczecino, od niedawna reprezentujący AZS UMCS Lublin, Sebastian Łukasz, który postarał się o rekord życiowy - 19,65 m. Co ciekawe, obaj miotacze treningowo wystąpili też w rzucie dyskiem. Tu triumfował „rasowy” dyskobol Robert Urbanek (62,49) przed Bukowieckim (54,66) i Łukaszem (51,96, życ.). Kapitalnie w tych samych zawodach spisali się następcy Konrada w szczecińskim klubie, którzy w czwórkę łącznie aż 11 razy poprawiali swoje rekordy życiowe! I tak, zarówno w kulę, jak i w dysk o życiówkę postarał się Karol Kijewski, który kilogramowym dyskiem rzucił 54,20 m (trzecie miejsce na listach krajowych, wynik lepszy od poprzedniego rekordu o... 2,1 m!). Z kolei w swojej „podstawowej” konkurencji niespełna 15-letni zawodnik trenera Macieja Bukowieckiego uzyskał 16,00 m, zostając najmłodszym Polakiem w historii, który osiągnął granicę 16 metrów, pchając 5-kilogramową kulę. Kijewski dokonał tego w wieku 14 lat i 273 dni, podczas gdy dotych-

czasowy rekordzista Krzysztof Brzozowski miał w analogicznym momencie 14 lat i 290 dni. Warto dodać, że Karol umocnił się na trzecim miejscu list światowych w kategorii do lat 16. Jednym z bohaterów był też Marcel Ambroziak, który w listopadzie miał dopiero skończyć 16 lat, a tymczasem wygrał rywalizację 18-latków w kuli 5 kg, aż trzykrotnie poprawiając rekord życiowy (skończył się na 13,48 m, lepszym od poprzedniej życiówki o 79 cm). Z kolei w dysku (1,5 kg) Ambroziak był drugi z rezultatem 40,07 m, oznaczającym poprawę aż o... 5,71 m! Widocznymi byli też juniorzy Gwardii. 19-letni Jakub Borkowski, brązowy medalista halowych mistrzostw Polski do lat 20 w pchnięciu kulą, zajął w Aleksandrowie Łódzkim drugie miejsce (17,28 m; kula 6 kg), wyprzedzając m.in. swojego klubowego koleżkę, czwartego w konkursie kulomiotów Kacpra Rucińskiego (13,16), a dodatkowe starty w rzucie dyskiem zakończyły się kolejnymi życiówkami szczytnian. Borkowski wygrał rywalizację U-20 z rezultatem 51,72 m (dysk 1,75 kg; poprawa o 1,24 m), a drugi był niespełna 18-letni Ruciński, który rzucił 44,64, czyli równo dwa metry dalej od swojego rekordu.

BRDZ \\ W Uście odbyły się drużynowe mistrzostwa Polski osób niedowidzących i niewidomych. Znakomicie spisali się brzydziści Olsztyńskiego Klubu Sportowego Warmia i Mazury, którzy wygrali sześć z siedmiu meczów i zdobyli złote medale. Ekipa OKS WiM wystąpiła w składzie: Tomasz Stopierzyński, Waldemar Orłowski, Ryszard Suder i Bernard Olejnik. Pierwsza trójka jest z Olsztyna, natomiast Olejnik, chociaż jest członkiem OKS WiM, mieszka w Bydgoszczy. W Uście olsztynianie szli przez turniej niczym burza, nogą powięła się im jedynie w pojedynku z warszawską Syrenką.

SIATKÓWKA \\ Niepełnosprawni sportowcy Ataku wygrali otwarte mistrzostwa Polski w siatkówce plażowej na siedząco i na stojąco. - Udowodniliśmy że stolicą siatkówki plażowej drużyn niepełnosprawnych jest Elbląg - stwierdziła z dumą Aneta Rękas-Woźna, dyrektor mistrzostw klubu. Zwycięski zespół siatkówki na siedząco zagrał w składzie: Mariusz Wojdag (najlepszy zawodnik turnieju), Jarosław Czyżewski, Rafał Wojtowicz oraz wchodzący na zmiany Dawid Woźny. Natomiast w turnieju siatkówki na stojąco tak udanie barw elbląskiego klubu bronili: Artur Wąsowicz, Rafał Wojtowicz i Adam Stępień.



Rafał Kot żadnego dystansu się nie boi

BIEGI EKSTREMALNE \\ Rafał Kot ze Szczytny po raz trzeci wygrał 240-kilometrowy ultramaraton górski Bieg 7 Szczytów. - Zdecydowanie był to najtrudniejszy z moich startów w tym biegu - mówi Górą z Mazur. - Głównie za sprawą warunków pogodowych. Trasa była bardzo mokra, mnóstwo błota. Niektórzy czują dyskomfort, gdy mają mokre buty, a my już na początku mieliśmy je oblepione błotem. To potrafi

dać się we znaki. Zwłaszcza gdy ma się do pokonania około 240 km. Nie ukrywam, że po około 35. kilometrze rzędiła mi nieco mina, gdy zobaczyłem, że fragment podejścia na Śnieżnik zamienia się w jedno wielkie bajero. Naprawdę wymagających etapów nie brakowało, więc każdy moment nieuwagi można było przypłacić kontuzją. Biegłem uważnie, a i tak zaliczyłem dwie wywrotki. Po jednej z nich spuchła mi ręka, ponadto od początku dokuczał mi żołądek. Byłem jakiś znużony, osłabiony. Zrobiłem sobie nawet dwie dodatkowe 15-minutowe drzemki na trasie. Normalnie raczej mi się to nie zdarza. Tym razem odpływałem momentalnie, ledwie spojrzawszy w niebo i... spałem - kończy Rafał Kot.

PIŁKA NOŻNA \\ W 25. edycji turnieju o puchar burmistrza Pasymia zwyciężyli gospodarze. Przy okazji turnieju ogłoszono jedenastkę 25-lecia Błękitnych Pasym. Oto laureaci konkursu (podajemy od bramkarza do napastników): Rafał Stefaniak - Paweł Bakula, Rafał Głodzik, Bartosz Nosowicz, Grzegorz Naczas, Arkadiusz Foruś, Sebastian Łukaszewski, Marcin Gołębiowski, Konrad Pławski, Marcin Łukaszewski, Patrycjusz Małanowski. Wybrano też rezerwowych: Paweł Brzozow-

ski, Piotr Gregorczyk, Jacek Bany, Piotr Młotkowski, Marek Gawdziński, Robert Stelmach, Kazimierz Rejtner. Poza tym za trenera 25-lecia uznano Tadeusza Justkę, bo w tym czasie miał największy wpływ na rozwój pasymskiego klubu, który pod koniec pierwszej dekady XXI wieku zaliczał się do ścisłej czołówki IV ligi, natomiast działaczem 25-lecia został Dariusz Lipka.

PIŁKA NOŻNA \\ Ekstraklasa SA ustaliła podział wynagrodzeń dla klubów za sezon 2019/20. Łącznie do podziału było 225 mln złotych (w poprzednim sezonie 155 mln złotych). Oczywiście najwięcej zarobi Legia Warszawa, na której konto w sumie wpłynęło 31,3 mln złotych.

• Pozostałe kluby (kwoty w milionach złotych): 2. Lech Poznań 26,45; 3. Piast Gliwice 20,90; 4. Lechia Gdańsk 15,05; 5. Jagiellonia Białystok 14,08; 6. Zagłębie Lubin 12,42; 7. Cracovia Kraków 12,30; 8. Pogoń Szczecin 12,09; 9. Śląsk Wrocław 11,70; 10. Wisła Kraków 10,75; 11. Górnik Zabrze 10,09; 12. Korona Kielce 9,79; 13. Raków Częstochowa 8,88; 14. Wisła Płock 8,80; 15. Arka Gdynia 8,57; 16. ŁKS Łódź 8,15. Poza tym zdobywca Pucharu Polski otrzyma jeszcze 3,15 mln zł.

Masz moc!

Dołącz do nas!

www.przyszloscdladzieci.org

28

SOBOTA 112/06/2021
GAZETA OLSZTYŃSKA.PL \\ DZIENNIKELBLASKI.PL

KRONIKA SPORTOWA

SIERPIEŃ: PUCHAR EUROPY

TRIATHLON \\ Austriak Leon Pauger i Włoszka Beatrice Mallozzi wygrali zawody Pucharu Europy, a w Elemental Tri Series Olsztyn triumfowali m.in. Małgorzata Kącka i Łukasz Lis.

To był piękny triathlonowy weekend w Olsztynie. Najpierw teren wokół Centrum Rekreacyjno-Sportowego Ukiel opanowało ponad 200 zawodowców z 27 krajów uczestniczących w Pucharze Europy na dystansie sprinterskim, a dzień później kibice przeżywali emocje związane z ósmą już odsłoną Elemental Tri Series Olsztyn. To cykl dedykowany triathlonistom-amatorom, którzy mogli wystartować w Olsztynie m.in. na dystansie olimpijskim (1,5 km pływania, 40 km jazdy na rowerze bez draftingu, czyli jazdy indywidualnej na czas, oraz 10 km biegu).

Zawodnikom biorącym udział w PE w triathlonowym sprincie (750 m pływania, 20 km rowerem, 5 km biegu) towarzyszyła upalna pogoda, która podnosiła jeszcze poprzeczkę w i tak morderczej rywalizacji. We wszystkich czterech klasyfikacjach z dobrej strony pokazali się Polacy, a zwłaszcza panie: wśród juniorek czwarta była Zuzanna Sudak (to jej życiowy sukces), podczas gdy w seniorkach świetne szóste miejsce zajęła Roksana Słupek, a dziewczęta - Agnieszka Jerzyk.

W elicie mężczyzn szósty na metę wpadł natomiast Michał Oliwa, ale radość trwała krótko, bo komisja sędziowska zdyskwalifikowała go za przekroczenie linii na środku jezdni podczas zejścia z roweru. Szkoda...



Fot. Grzegorz Czyżewski

Przez jeden sierpniowy weekend Olsztyn był triathlonową stolicą Europy

Bezkonkurencyjny okazał się Austriak Leon Pauger, który nie dał się dogonić duetowi Niemców. Wysokie ósme miejsce zajął Kacper Stępiak, a 37. był olsztynianin Paweł Najmowicz (59.12).

Dzień później w CRS Ukiel przeprowadzono zawody Elemental Tri Serie, w których wystartowało ponad 350 triathlonistów-amatorów. Rywalizowano w sprincie i na dystansie olimpijskim, a emocji nie zabrakło m.in. dlatego, że zadawano sobie pytanie, czy zawodnicy... zdążą przed deszczem. Zdążyli. Z bardzo dobrej strony pokazali się reprezentanci Warmii i Mazur, którzy m.in. w rywalizacji

open na dystansie olimpijskim zajęli dwa drugie miejsca, a wywalczyli je Marcin Konieczny z Olsztyna i Monika Chodyna z Dywitu. Wygrali Łukasz Lis (Warszawa) i Małgorzata Kącka (Zakopane), a naszych zawodników pokazał się też piąty w open Karol Kozak z Elbląga.

PUCHAR EUROPY

• **Juniorki:** 1. Sif Bendix Madsen (Dania) 1:00.22; 2. Barbara de Koning (Niderlandy) 1:02.58; 3. Margareta Bicanova (Słowacja) 1:03.10; 4. Zuzanna Sudak 1:03.33 (...); 16. Julia Senecka 1:05.49 (...); 20. Józefina Młynarska 1:06.24

• **Juniorki:** 1. Radim Grebik (Czechy) 55.42; 2. Alexandre

Montez 55.53; 3. Goncalo Balbino (obaj Portugalia) 56.55 (...); 21. Mateusz Głuszkowski 59.49 (...); 23. Filip Głapa 59.59 (...); 26. Jan Chrzanowski 1:00.32 (...); 28. Marcel Kozakiewicz 1:01.15; 29. Jan Przybytkowicz 1:01.18.

• **Seniori:** 1. Beatrice Mallozzi (Włochy) 59.58; 2. Lisa Tertsch (Niemcy) 1:00.01; 3. Alberte Kjaer Pedersen (Dania) 1:00.38 (...); 6. Roksana Słupek 1:01.04 (...); 9. Agnieszka Jerzyk 1:01.43 (...); 14. Paulina Klimas 1:02.58 (...); 16. Magdalena Sudak 1:03.45 (...); 18. Marta Łagownik 1:04.24

• **Seniorzy:** 1. Leon Pauger (Austria) 54.41; 2. Tim Siepmann 54.52; 3. Jonas Osterholt (obaj Niemcy) 54.59, (...); 8. Kacper Stępiak 55.19, (...); 28. Maciej Bruździak 56.53.

SPRINTEM

FUTSAL \\ W pierwszym meczu finałowym Pucharu Polski Constract na wyjeździe przegrał 1:2 z Cleareksem Chorzów, jednak w rozegranym w Lubawie rewanżu gospodarze zwyciężyli 5:3, co oznaczało, że oni zdobyli Puchar Polski! Kilka tygodni temu Constract w debiutanckim sezonie Ekstraklasy został wicemistrzem kraju, a teraz dołożył do tego jeszcze pucharowy triumf.

LEKKA ATLETYKA \\ W Spale odbył się 8. Festiwal Rzutów im. Kamili Skolimowskiej. W konkursie pchnięcia kulą

zwyciężył Michał Haratyk, któremu 21,45 m pozwoliło awansować na drugie miejsce w europejskich tabelach. Tym razem Haratykowi nie był w stanie zagrozić Konrad Bukowiecki - zawodnik AZS UWM Olsztyn z wynikiem 20,36 m zajął ostatecznie drugie miejsce.

ŻEGLARSTWO \\ W Pucku zakończyły się mistrzostwa Polski juniorów młodszych w klasach: Techno, L'Equipe i Optimist. Świetnie spisali się reprezentanci Warmii i Mazur, szczególnie w dwuosobowej klasie L'Equipe,

w której zajęli 11 czołowych miejsc!

LEKKA ATLETYKA \\ Jerzy Jabłoński nie przestaje zadziwiać! Mimo 75 lat olsztynianin do swojej imponującej listy sukcesów dołączył kolejny, bowiem podczas zawodów w Toruniu o jeden centymetr poprawił rekord świata w rzucie młotem (51,52 m)! Olsztynianin ustanowił rekord świata w kategorii M75, a więc w grupie zawodników mających 75-79 lat. Dotychczasowy najlepszy rezultat od 2008 roku należał do Amerykanina Roberta Warda i był o centymetr gorszy.

KAJAKARSTWO \\ Mistrzostwa Polski na torze Malta w Poznaniu zakończyły się sporym sukcesem zawodników OKSW Olsztyn, którzy zdobyli siedem medali, w tym jeden złoty. Na najwyższym stopniu podium stanął mikst Julia Walczak/Tomasz Barniak. W klasyfikacji klubowej OKSW zajął 9. miejsce.

SPORTY MOTOROWE \\ Z okazji 70. urodzin Mariana Bublewicza Olsztyński Klub Motorowy, którego patronem jest słynny olsztyński kierowca rajdowy, zorganizował III Rajd Replica & Classic.

FUNDACJA
PRZYSZŁOŚĆ
DLA DZIECI

WRZESIEŃ: MIESIĄC MACIEJA

STRZELECTWO SPORTOWE Podczas akademickich oraz młodzieżowych mistrzostw Polski Maciej Kowalewicz (Gwardia Olsztyn) zdobył w sumie aż sześć złotych medali!

Akademickie mistrzostwa Polski w Zielonej Górze zdominował Maciej Kowalewicz - student Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego zdobył trzy złote medale! W pierwszym dniu mistrzostw Kowalewicz wygrał konkurencję KPN-60, chociaż trzeba przyznać, że było to zwycięstwo z gatunku tych o włos, bowiem olsztynianin zaledwie o 0,1 punktu wyprzedził Marcina Majkę z WSB Poznań. Drugie złoto Kowalewicz wywalczył w konkurencji KDW 3x40, w każdej pozycji uzyskując znakomite wyniki (kolano - 395 pkt, leżąc - 399 pkt i stojąc - 391 pkt, co razem dało 1185 punktów). Był to nowy rekord Polski, niewiele odbiegający od rekordu świata (1188).

Natomiast na koniec mistrzostw olsztyński student,



Maciej Kowalewicz na podium AMP

na co dzień reprezentujący Gwardię, triumfował w konkurencji KDW-60 Leżąc.

Kilkanaście dni później Kowalewicz do Olsztyna ponownie wrócił potroj-

nie ozłocony - tym razem z młodzieżowych mistrzostw Polski.

ZAWODNIK GWARDII WYSTARTOWAŁ NA STRZELNICY BYDGOSKIEGO ZAWISZY W TRZECH KONKURENCJACH I WE WSZYSTKICH TRZECH NIE DAŁ RYWAŁOM SZANS!

Student UWM na początek zwyciężył w konkurencji karabinu pneumatycznego 60 strzałów z 10 metrów, drugiego dnia olsztynianin powtórzył ten sukces w strzelaniu z karabinu dowolnego 3x40 strzałów na 50 m, a na koniec niezwykle udany występ w Bydgoszczy przypieczętował zdobyciem złota w konkurencji karabin dowolny 60 strzałów leżąc na 50 m.

SPRINTEM

ŻEGLARSTWO Piotr Malinowski (MOS SSW Iława) wywalczył mistrzostwo Polski młodzieżowców w klasie Laser Standard i jednocześnie został wicemistrzem kraju seniorów.

BRYDŻ W Dusznikach Zdroju odbyły się indywidualne mistrzostwa Polski osób niewidomych i słabowidzących. W imprezie wziął udział Tomasz Stopierzyński, jedyny reprezentant Olsztyna, ale że nie liczy się ilość, tylko jakość, więc pan Tomasz wrócił do domu ze złotym medalem! W sumie rywalizowało 20 brydżystów z całego kraju. - Mistrzostwa były trochę okrojone, bowiem część rywali zrezygnowała z udziału z powodu pandemii - wyjaśnił nowy mistrz Polski. - Ale grania i tak było sporo, bo mistrzostwa trwały aż trzy dni. Każdego dnia rozgrywano 30-rozdaniowy turniej, po czym dzięki zsumowaniu wyników trzech turniejów powstała klasyfikacja generalna mistrzostw. Stopierzyński zaczął od ósmego miejsca, potem był drugi, by w ostatnim dniu rywalizacji nie dać rywalom żadnych szans. W efekcie w generalce wskoczył - z dużą przewagą - na pierwsze miejsce.

Warto zauważyć, że były to indywidualne mistrzostwa, więc po każdych dwóch rozdaniach zmieniał się partner Stopierzyńskiego. - Czyli za każdym razem trzeba było na nowo ustalać m.in. sposób licytacji i wistowania - dodaje Tomasz Stopierzyński, który dwa lata temu na tej imprezie zdobył srebro, a w ubiegłym roku był trzynasty, więc tym razem w Dusznikach Zdroju osiągnął najlepszy wynik w indywidualnych mistrzostwach Polski.

WIOŚLARSTWO Podczas mistrzostw Polski juniorów w Poznaniu znakomicie wypadli reprezentanci MOS EtK i Wiru Iława, bowiem w sumie zdobyli pięć medali: trzy złote, srebrny i brązowy. W kategorii lekkiej mistrzami Polski w jedynkach zostali Paulina Józefowicz (Wir) i Michał Synowiec (MOS), a trzeci złoty medal zdobyła dwójka podwójna Adrianna Krystochowicz i Wiktoria Gredel (MOS). Drugie miejsce na podium zajęła czwórka podwójna z EtKu (Michał Synowiec, Dawid Seroka, Dawid Chrościelewski, Thomas Wiecheć), natomiast brąz wywalczyła Adrianna

Krystochowicz w jedynce kat. lekkiej (MOS). Poza tym na czwartych miejscach zawody ukończyła etcka dwójka podwójna Dawid Seroka i Dawid Chrościelewski oraz w jedynkach ich klubowa koleżanka Karolina Perczak (w tym samym wyścigu 6. miejsce w finale A zajęła Paulina Józefowicz z Wiru).

KAJAKARSTWO Jedną z gwiazd mistrzostw Polski weteranów był Jarosław Gulak, zdobywca aż czterech złotych medali. Na najwyższym stopniu podium stanęli także dwaj inni olsztynianie: kajakarz Tomasz Mendelski i kanadyjkarz Leszek Gryckiewicz.

AUTOMOBILIZM Radostaw Typa potwierdził, że powrót po pięcioletniej przerwie do rajdowego ścigania był trafioną decyzją. Pochodzący z Ornety kierowca, jadąc wraz z Szymonem Gospodarczykiem, zajął drugie miejsce w klasie 4. w Rajdzie Śląska.

ŻEGLARSTWO W finałowej rundzie Ekstraklasy Polskiej Ligi Żeglarskiej walka szta „na noże”, a na koniec ze złota cieszyła

się załoga Yacht Klubu Polski Gdynia. Drugą w Świnoujściu była Giżycka Grupa Regatowa, zdobywając brąz klubowych MP.

PIŁKA NOŻNA Z funkcji prezesa Stomilu odwołano Wojciecha Kowalewskiego, a Sylwester Czereszewski przejął funkcję dyrektora sportowego olsztyńskiego pierwszoligowca. Nowym prezesem został Grzegorz Lech.

LEKKA ATLETYKA Z pięcioma medalami wróciła z mistrzostw Polski juniorów młodszych (U-18) ekipa z Warmii i Mazur. I tak, mistrzami kraju zostali Karolina Kornacka (Drwęca Nowe Miasto Lubawskie) w biegu na 400 m ppt. i Artur Cytlak (Polonia Pastęk) w rzucie oszczepem, natomiast srebrne krążki wywalczyli Damian Soból (AZS UWM Olsztyn) na 200 m oraz sztafeta dziewcząt AZS UWM w biegu 4x400 m. Najlepiej z trójki zawodników Truso Elbląg, którzy wystartowali w Radomiu, spisali się natomiast Kacper Lewalski. Podopieczny trenera Czesława Nagy wywalczył brązowy medal na 400 m (48,66 sek., rekord życiowy).



**Podaruj dzieciom
lepsze życie**



Dotłącz do nas!

www.przyszloscdladzieci.org

PAŹDZIERNIK: IGA ŚWIĄTEK!

TENIS 19-letnia Iga Świątek zwyciężczynią Roland Garros! W finale wielkoszlemowego turnieju w Paryżu Polka w pięknym stylu pokonała Amerykankę Sofię Kenin 6:4, 6:1. A sportową psycholożką mistrzyni jest... ławianka Daria Abramowicz!

W 2012 roku Agnieszka Radwańska stanęła przed szansą zwycięstwa w wielkoszlemowym turnieju. Niestety, w finale Wimbledonu najlepsza polska tenisistka ostatniej dekady nie poradziła sobie z Sereną Williams. Mecz ten pewnie oglądała w telewizji wówczas 11-letnia Iga Świątek, która właśnie przegrała w półfinale mistrzostw Polski do lat 12. No i po ośmiu latach Iga zrobiła to, co nie udało się Agnieszce! W Paryżu po ostatniej udanej akcji mogła unieść ręce w geście triumfu, a miała się z czego cieszyć, bo została pierwszym polskim zwycięzcą turnieju wielkoszlemowego! Dzięki temu awansowała na 17. miejsce w światowym rankingu, a na jej konto wpłynęła nagroda w wysokości 1 959 808 dolarów (za zwycięstwo w singlu i półfinał debla).

Po finale Iga pobiegła na trybuny, by przywitać się z rodziną oraz ze swoim sztabem szkoleniowym, w którym była m.in. Daria Abramowicz, psycholog sportu, wychowanka MOS Iława, gdzie przed laty trenowała żeglarstwo. Był więc warmińsko-mazurski akcent w największym sukcesie polskiego tenisa. Warto dodać, że w dniu finału pani Daria obchodziła 33. urodziny, więc Iga postarała się o niezapomniany prezent! - Iga przez cały turniej utrzymywała wysoką dyspozycję i osiągnęła życiowy sukces, z czego wszyscy się bardzo cieszymy - powiedziała Daria Abramowicz w rozmowie z Eurosportem. - Teraz czas na odpoczynek, z czym będzie jednak trudno, bo przed Iga sporo zobowiązań. Nasz zespół jest bardzo młody (trener Piotr Sierżputowski miał zaledwie 28 lat - red.), ale mamy kompetencje oraz pomysł na to, jak z takie-



W Paryżu Iga Świątek zarobiła prawie dwa miliony dolarów

go potencjału sportowego wygenerować pracę, która może doprowadzić do sukcesu. Wraz z trenerem Sierżputowskim uważamy, że praca

w sporcie, zwłaszcza na najwyższym poziomie, to praca na relacjach, a konkretnie na stworzeniu relacji, które pozwolą nam nawigować

w kryzysowych momentach, których - proszę mi wierzyć - w tym sezonie też nie brakowało - zakończyła Daria Abramowicz.

W Paryżu Świątek przez dwa tygodnie rozegrała siedem meczów w singlu, a poza tym z Amerykanką Nicole Melichar dotarła do półfinału debla, rozgrywając pięć pojedynków.

- Iga Świątek wystąpiła w wielkim finale mając zaledwie 19 lat i 130 dni. Po raz ostatni młodsza od niej tenisistka do ostatniego meczu w Roland Garros awansowała w 2001 roku - Kim Clijsters miała wtedy 17 lat i 364 dni.

- Polka była pierwszą zawodniczką od 2007 roku, która do finału awansowała nie przegrywając seta i nie rozgrywając żadnego tie-breaka.

- To był pierwszy wielkoszlemowy tytuł dla polskiego tenisisty w historii. W przeszłości reprezentanci Polski wygrywali Wielkiego Szlama tylko w deblu: Jadwiga Jędrzejowska (Roland Garros, 1939), Wojciech Fibak (Australian Open, 1978), Łukasz Kubot (Australian Open 2014 i Wimbledon 2017).

LISTOPAD: RUTKIEWICZ MÓWI „DOŚĆ”

KOLARSTWO Pochodzący z Olsztyna Marek Rutkiewicz, jeden z najbardziej doświadczonych polskich kolarzy, postanowił zakończyć karierę. W 2004 roku Rutkiewicz znalazł się w dziesiątce najpopularniejszych sportowców naszego województwa.

O zakończeniu kolarskiej kariery Marek Rutkiewicz poinformował w mediach społecznościowych: „Decyzja nie przyszła mi łatwo, ponieważ ścigać mi wciąż sprawia mi dużo frajdy. (...) Jednak z czasem priorytety się zmieniają i kolarstwo przestaje być najważniejsze. Dwa ostatnie sezony uświadomiły mi, że ciągle wyjazdy i życie na walcach nie sprawiają mi już tyle przyjemności co kiedyś. (...) Przez 28 lat mojej przygody z kolarstwem poznałem bardzo wielu wspaniałych ludzi, którzy w większym lub mniejszym stopniu przyczynili się do rozwoju mojej kariery. (...) Chciałem podziękować moim trenerom, a w szczególności Zdzisławowi Trojcie, mojemu pierwszemu trenerowi, który zaszczylił we mnie miłość do kolarstwa.

Lista sukcesów Rutkiewicza jest długa, ale on sam twierdzi, że mogła, a nawet powinna być jeszcze dłuższa. W jednym z ostatnich wywiadów przyznał, że odczuwał lekki niedosyt, bo nie udało mu się osiągnąć tego wszystkiego, co chciał. Na przykład zawsze marzył o zwycięstwie w Tour de Pologne oraz o mistrzostwie Polski w wyścigu ze startu wspólnego, tymczasem w TdP musiał się zadowolić „tylko” trzecim miejscem w 2002 roku oraz srebrnymi medalami MP w 2016 i 2017 roku.

Warto przypomnieć, że w 2016 roku w wyścigu ze startu wspólnego przegrał jedynie z Rafałem Majką, który w tym samym roku wywalczył brązowy medal olimpijski w Rio de Janeiro oraz został zwycięzcą klasyfikacji górskiej w Tour de France.

Rutkiewicz najbliżej wy-



Marek Rutkiewicz wziął udział w 17 edycjach wyścigu Tour de Pologne

grania Tour de Pologne był w 2004 roku, kiedy to złotą koszulkę lidera stracił na... ostatnim etapie, kiedy chwila nieuwagi kosztowała go wypadnięcie z trasy. Wykorzystali to jego najgroźniejsi rywale, a pochodzący z Olsztyna kolarz musiał się zadowolić czwartym miej-

scem w klasyfikacji generalnej. W sumie w najważniejszym polskim wyścigu Marek Rutkiewicz wziął udział aż 17 razy, co jest rekordem tej imprezy. 11 razy ukończył wyścig w pierwszej dziesiątce, zdobywając koszulkę lidera klasyfikacji górskiej, punktowej, mło-

dzieżowej i generalnej, której jednak - jak już wspomnieliśmy - nie udało mu się utrzymać.

Zapytany o swoje największe sukcesy, oprócz medali mistrzostw Polski i trzeciego miejsca w TdP, Rutkiewicz wymienia drugie miejsce w wyścigu kategorii HC w Chinach, gdzie przegrał tylko z Tylerem Hamiltonem (w 2004 roku w Atenach Hamilton został mistrzem olimpijskim w jeździe indywidualnej, ale siedem lat później oddał medal Amerykańskiej Agencji Antydopingowej, bowiem przyznał się do stosowania dopingu). Poza tym Rutkiewicz jest też dumny z wygranego etapu podczas wyścigu Tour de l'Ain we francuskich Alpach, kiedy to na 13-kilometrowym podjeździe pokonał samego Richarda Virenque'a, który siedmiokrotnie wygrywał

klasyfikację górską Tour de France, a w 1994 roku wywalczył brązowy medal MŚ ze startu wspólnego.

Marek Rutkiewicz jest mężem Anny Szafraniec, którą poznał w 1999 roku na zgrupowaniu kadry juniorów w Polanicy. Trzy lata później Marek był trzeci w Tour de Pologne, a Anna została wicemistrzynią świata w kolarstwie górskim. Państwo Rutkiewiczowie mają synka Oskara i mieszkają w Głogoczowie pod Krakowem, rodzinnej miejscowości Anny.

- **Kluby i grupy Marka Rutkiewicza:** SKS Finora Olsztyn (od 1993), Art Print Olsztyn (1995), Royal Olsztyn (1999), ACBB Paris (2000), Cofidis (2001), R.A.G.T. Semences (2004), Action (2004), DHL Author (2009), Mróz-Active Jet (2010), CCC Polsat Polkowice (2011), Team Wibatech Fuji (2016), Mazowsze Serce Polski (2020).

GRUDZIEŃ: REKORDOWY MARATON

LEKKA ATLETYKA Podczas mistrzostw Polski w maratonie życiowy sukces odniosła Aleksandra Lisowska z AZS UWM Olsztyn. Pochodząca z Braniewa zawodniczka zdobyła w Olesnie złoto, poprawiła rekord życiowy, a po biegu czuła pewien... niedosyt!

Olesno na Opol-
szczyźnie niejako „awaryjnie” dostało prawo organizacji mistrzostw Polski w maratonie, które w przypadku panów miały już 90. numer porządkowy, podczas gdy panie rywalizowały o medale po raz 40. Co ciekawe, w dotychczasowej historii te zawody były organizowane jedynie przez dwa miasta: albo Warszawę, albo zachodniopomorskie Dębno, które w 2020 roku przez pandemię w ostatniej chwili zrezygnowało jednak z organizacji maratonu. I tak swoją szansę dostało Olesno...

Biegacze pokonali najpierw pięć pętli po olskim osiedlu Walce, a następnie cztery pętle po sąsiednich wsiach

Wachowicach i Wachowie. Wszystkim bardzo przeszkadzał mocny wiatr, a także liczne podbiegi i pętle na trasie.

– Trasa była naprawdę hardkorowa, dużo trudniejsza niż w Dębnie. Kilka razy myślałam o tym, żeby zrezygnować i zejść z trasy – przyznała Aleksandra Lisowska z AZS UWM, która jednak przetrzymała te trudne chwile i... została mistrzynią Polski!

Na mecie świeżo upieczona mistrzyni kraju, która do tej pory nie miała jeszcze żadnego medalu MP w maratonie (!), była jednak nieco... podłamana. Olsztynianka przede wszystkim celowała w uzyskanie minimum olimpijskiego, czyli zakwalifikowanie się do reprezentacji na przyszłoroczne igrzyska



Aleksandra Lisowska (AZS UWM Olsztyn) z dumą prezentuje złoty medal mistrzostw Polski

w Tokio, ale okazało się, że zabrakło jej do tego 77 sekund. Minimum wynosi 2:29.30, a Aleksandra Lisowska uzyskała w Olesnie czas 2:30.47, więc szczęście było naprawdę blisko. Co jest tym bardziej godne podkreślenia, że trasa była trudna, a warunki pogodowe niesprzyjające. Warto dodać, że biegaczka AZS UWM – która w listopadzie wygrała w Poznaniu mistrzostwa Polski w biegu ulicznym na 10 km – przecięła linię mety z prawie pięciominutową przewagą nad kolejną zawodniczką, a wynik 2:30.47 jest jej nowym rekordem życiowym.

– Liczyłam na zrobienie tego minimum, zwłaszcza że byłam świetnie przygotowana i jestem w życiowej

formie. Wniosek jest jeden: muszę walczyć o kwalifikację olimpijską wiosną – mówi Aleksandra Lisowska.

– Mimo że walka o minimum olimpijskie się nie powiedziała, to – biorąc pod uwagę wiatr i trudy trasy – wierzę, że na wiosnę uda nam się pobiec poniżej 2:29.30 – stwierdził Jacek Wosiek, trener mistrzyni Polski.

No i trener wiedział, co mówi, bowiem w kwietniu 2021 roku Aleksandra Lisowska nie dość, że po raz drugi została mistrzynią Polski w maratonie, to na dodatek wyrównała 20-letni rekord kraju (2:26.08) oraz wypełniła minimum olimpijskie. Wszystko zatem wskazuje na to, że lekkoatletka AZS UWM pobiegnie w Tokio!

REKLAMA



60 PLEBISCYT

NA 10 NAJPOPULARNIEJSZYCH SPORTOWCÓW
WOJEWÓDZTWA WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO

ORGANIZATOR



PARTNERZY STRATEGICZNI



PARTNER PLATYNOWY



PATRONI HONOROWI



Wojewoda
Warmińsko-Mazurski
Artur Chojecki



Marszałek Województwa
Warmińsko-Mazurskiego
Gustaw Marek Brzezina



Starosta
Olsztyński
Andrzej Abako



Prezydent
Olsztyna
Piotr Grzymowicz



Prezydent
Elbląga
Witold Wróblewski



Prezydent
Miasta Elku
Tomasz Andrukiewicz



Polski
Komitet
Paraolimpijski



PZSN
Start

PARTNER ZŁOTY



PARTNERZY SREBRNI













PARTNERZY BRĄZOWI








FLOTA PLEBISCYTU



PARTNER AKCJI




PATRONI MEDIALNI










SPONSOR NAGRODY





PRZYSZŁOŚĆ
OLSZTYNA

SYNERGIA



KOMPLEKS WIELOFUNKCYJNY „SYNERGIA”

WSPÓŁTWORZYM ZINTEGROWANE CENTRUM KOMUNIKACYJNE DLA OLSZTYNA.
HOTEL, RESTAURACJE, FOOD HALL, BIURA, CENTRUM MEDYCZNE, SKLEPY, CENTRUM ROZRYWKI –
WSZYSTKO FUNKCJONALNIE POŁĄCZONE W JEDNĄ CAŁOŚĆ Z DWORCAMI – AUTOBUSOWYM I KOLEJOWYM,
ORAZ PRZYSTANKAMI AUTOBUSÓW MIEJSKICH I TRAMWAJU

