

GAZETA
BEZPŁATNA

ISSN 1505-5108 NR INDEKSU 350176

Nr 3 (1236)
PIĄTEK
26.03.2021

GAZETA

ilawska.pl

ŁAWA, GMINA ŁAWA, MIASTO I GMINA SUSZ, MIASTO I GMINA KISIELICE, MIASTO I GMINA ZALEWO

CZYTAJ NAS:

- co miesiąc w gazecie
- codzienne w internecie

LEKCJE 5+
NA PIĄTKĘ!
Fizyka
Fizyka dla małych
i dużych
kl. I-III | 26 marca, godz. 9:20



Kongres
PRZYSZŁOŚCI
Junior

Oglądaj nas na Youtube



Gazeta Olsztyńska

Więcej informacji na FB



Gazeta Olsztyńska

421otbp-b-K

**KUPIĘ
ZIEMIĘ**

nad jeziorem

tel. 533 634 900

5421gggi-a-M

**O PORODACH
W CZASIE PANDEMII
OPOWIADA
POŁOŻNA BARBARA
CHOJNOWSKA**

ŁAWA ||

s. 7



**UKRADŁ PIENIĄDZE
ZBIERANE NA
LECZENIE DZIECKA!**

ŁAWA ||

s. 3



POCHODZĄCY Z ŁAWY MARIUSZ ANTOLAK (WYKŁADOWCA I ARCHITEKT KRAJOBRAZU, NA ZDJ. PIERWSZY Z PRAWEJ) ROCZNIE ODWIEDZA OK. CZTERECH KRAJÓW, M.IN. ZAKŁADAJĄC TAM OGRODY SPOŁECZNE. JAK MINĄŁ MU ROK Z COVIDEM W TLE? **STR. 4**

REKLAMA

PRANIE DYWANÓW

nowoczesna metoda
"PRANIE DYWANÓW NA WSKRÓŚ"
czyszczenie w siedzibie firmy,
nie na Twojej podłodze

**ODBIÓR I DOSTAWA
GRATIS !!!**
czas oczekiwania od 1 - 2 dni robocze
tel. 784 355 362



MYJNIA RĘCZNA
Nowe Miasto Lub. ul. Łódzka (Paspol)
tel. 784 355 362



9821mzn-a-M

REKLAMA

praca

Zatrudnimy

**KOBIETY
DO KLEJENIA RAM
KONSTRUKCYJNYCH**

Mile widziane doświadczenie

Janek Jan Łodowski
ul. Unii Europejskiej 1
14-260 Lubawa

tel. 89 645-39-97

665-870-040

Dzwonić w godzinach
od 7:00 do 15:00

4321luzl-C-G

SKLEP OGRODNICZY MAZURSKA KRAINA

ŁAWA, ul. Wyszyńskiego 8A

- nasiona rolnicze i ogrodnicze, cebulki
- nawozy, środki ochrony roślin
- donice, skrzynki balkonowe
- folie ogrodnicze, agrowłóknina
- narzędzia, opryskiwacze, akcesoria zraszające
- akcesoria mleczarskie i pszczelarskie
- sadzeniaki



tel. 606 125 461, mazurskakraina.ilawa@wp.pl

8321lizi-a-M

Fizj Femme

Karolina Szoka
mgr fizjoterapii

tel. 608 480 917

e-mail:
fizjofemme4you@gmail.com

**Fizjoterapia
dla kobiet**

• **FIZJOTERAPIA
UROGINEKOLOGICZNA**

terapia kobiet

w ciąży i po porodzie,

nietrzymanie moczu,

obniżenie narządów,

terapia blizn, dysfunkcje dna miednicy,

rozejście mięśni prostych brzucha,

bolesne miesiączki

• **FIZJOTERAPIA ORTOPEDYCZNA**

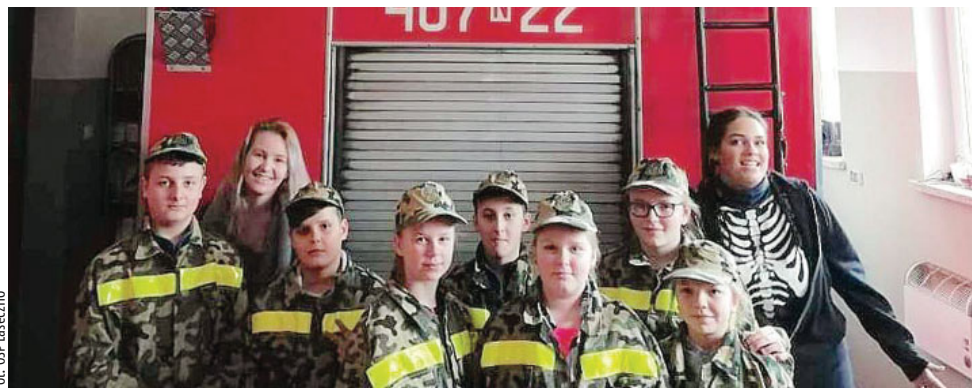
stany pourazowe, endoprotezoplastyka,

przewlekłe choroby, bóle kręgosłupa

5421lizi-a-M

Wybierz najpopularniejszą jednostkę OSP

NASZA AKCJA || Ledwo wystartował nasz plebiscyt na Najpopularniejszą Jednostkę Ochotniczej Straży Pożarnej w powiecie ławskim i województwie warmińsko-mazurskim, a już Laseczno zdeklasowało wszystkich! A konkretnie – młodzieżowa drużyna OSP Laseczno.



Fot. OSP Laseczno

„Młodzieżówka” OSP Laseczno otrzymała jak do tej pory najwięcej głosów wśród wszystkich tego typu grup w województwie. A jest ich ponad 200! Ta drużyna została założona całkiem niedawno, bo 12 lutego 2020r. Należy do niej 16 młodych ochotników i ochotniczek oraz trzech opiekunów. Mimo warunków związanych z Covid-19, drużyna została podzielona na grupy i każda z nich ma indywidualne spotkania.

Na przykład 11 października 2020r. zorganizowano w jednostce spotkanie z komendantem gminnym OPO Gminy Iława, druhem Łukaszem Linknerem, który przeprowadził szkolenie pierwszej pomocy przedmedycznej. Opiekunowie drużyny, oprócz opowiadania o własnym bezpieczeństwie na akcjach, również szkolą MDP, jak prawidłowo rozwinąć węże i zachować się podczas różnych zdarzeń

losowych. Drużyna MDP bardzo chętnie uczęszcza na wszystkie spotkania.

W skład drużyny wchodzi: Adrian Bubiec, Kamila Górecka, Mikołaj Górecki, Karol Krzywkowski, Konrad Krzywkowski, Laura Balicka, Łukasz Koszytkowski, Nadia Grabowska, Oliwia Grabowska, Nikodem Grabowski, Patryk Laskowski, Paulina Wasiołek, Roksana Kosińska, Sandra Kosińska, Rozalia Rokacz, Wiktor Puciński.



Fot. OSP Laseczno

Na szkoleniu z zasad pierwszej pomocy



Fot. OSP Laseczno

Młodzieżowa drużyna OSP Laseczno liczy 16 ochotników plus opiekunowie

Opiekunowie: Natalia Grabowska, Tomasz Kozakiewicz, Jerzy Łopatyński. Za informację dziękujemy sekretarz OSP Aleksandrze Ferens.

Kategoria, w której startuje OSP, to tylko jedna z kilku w naszej akcji. Oprócz „młodzieżówek”, w plebiscyie startują jednostki składające się z dorosłych ochotników. Osobna kategoria należy do

kobiecych drużyn, których także w naszym województwie jest sporo.

eka

Szczegóły głosowania oraz regulamin akcji znajdziecie Państwo na stronie internetowej Gazety Ławskiej: www.ilawa.wm.pl

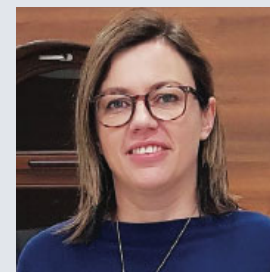
ZESPÓŁ „GAZETY ŁAWSKIEJ”



Mateusz Partyga
redaktor naczelny/dziennikarz
tel. 89 648 77 36



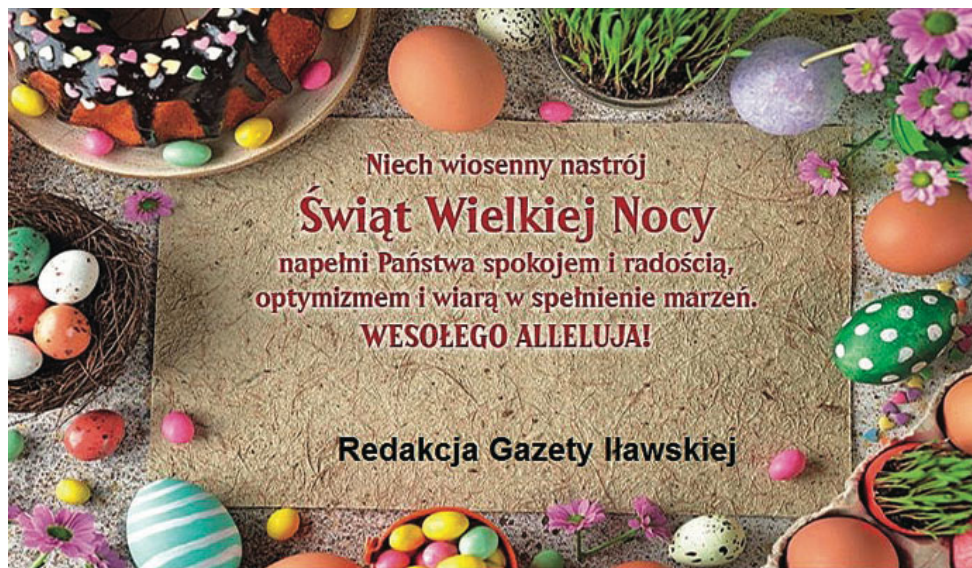
Edyta Kocyła-Pawłowska
dziennikarka
tel. 89 648 77 36
e.kocyła@gazetaolsztynska.pl



Paulina Kasprzycka
specjalista
ds. reklamy i promocji
tel. 89 648 88 91
p.kasprzycka@gazetaolsztynska.pl



Kamila Szpinak
specjalista ds. reklamy
tel. 89 645 39 99
r.lubawa@gazetaolsztynska.pl



Niech wiosenny nastrój
Świąt Wielkiej Nocy
napelni Państwa spokojem i radością,
 optymizmem i wiarą w spełnienie marzeń.
WESOŁEGO ALLELUJA!

Redakcja Gazety Ławskiej

GAZETA
ławska.pl

14-200 Iława
ul. Jana III Sobieskiego 1/1/k
ilawa.wm.pl
ilawa@gazetaolsztynska.pl

Redaktor naczelny „Gazety Ławskiej”
Mateusz Partyga
Reklama w Iławie
tel. 89 648 88 91
Reklama w Olsztynie
tel. (89) 539 77 77

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

PREZES
Jarosław Tokarczyk

DRUKARNIA PRASOWA
GRUPY WM Sp. z o.o.
Olsztyn, ul. Tracka 7
tel. (89) 639 74 21

NAKŁAD KONTROLOWANY
ZWIĄZEK KONTROLI DYSTRYBUCJI PRASY

Ukradł pieniądze zbierane na leczenie dziecka!

ŁAWA || Jakim podłym człowiekiem trzeba być, żeby ukraść puszkę, do której inni wrzucają swoje pieniądze na leczenie chorego dziecka? Na taki chamski czyn zdecydował się 18-latek, a złodziejstwa dokonał w barze bistro „Centrum” w Ławie.

Bar bistro przy ul. Kościuszki w dni powszednie otwarty jest do godziny 18.00. I właśnie tuż przed zamknięciem „Centrum” w czwartek 4 marca w lokalu pojawił się młody (jak się wkrótce okazało) mężczyzna. Z kapturem na głowie i maseczką na twarzy był praktycznie nierozpoznawalny.

— „Klient” ten podszedł do kasy i poprosił o napój. W momencie, gdy nasza ekspedientka sięgała po butelkę z piciem, mężczyzna zabrał puszkę z pieniędzmi i szybko wyszedł z lokalu. Na miejscu pozostały tylko porozrzucane ulotki, na których stała puszką — relacjonuje Marek Dembiński. Właściciel baru bistro przy ul. Kościuszki zastanawiał się, czy zgłosić sprawę na policję (ostatecznie tego nie zrobił), jednak niestety w lokalu nie ma monitoringu, a więc schwytanie złodzieja było przez to

utrudnione. — Ufałem ludziom dlatego nie chciałem ich nagrywać na kamery. To są moi goście i nie chcę, aby czuli się jak w jakimś reality show. Jak widać jednak, nie każdemu można ufać — tłumaczy Dembiński.

Właściciel „Centrum” uważa, że mężczyzna przyszedł do lokalu w konkretnym celu kradzieży puszek, w której zbierane na leczenie młodego chłopca (danych dziecka nie podajemy). Nie wiadomo, ile wówczas pieniędzy było w puszcze, bo też przecież obsługa baru do niej nie zagląda, tylko nieotwartą puszkę przekazuje rodzinie chorego dziecka. — Jestem bardzo zniesmaczony takimi zachowaniem ludzi. Dla mnie był to zwykły akt chuligański. Jeśli ten człowiek jest np. biedny i nie stać go na jedzenie, to mógł do nas podejść i to powiedzieć. Wielokrotnie pomagaliśmy

biednym i bezdomnym, o ile są trzeźwi — dodaje Marek Dembiński.

Ławski restaurator opublikował na facebooku informację o kradzieży puszek. Domyślcie się, jakie epitety leciały w stronę złodzieja, jednak on zapewne sobie z tego nic nie robił.

— Po zamieszczeniu tej informacji już zgłosiło się do mnie kilka osób, które chcą wpłacić konkretną kwotę na leczenie tego dziecka. Jest zatem wielce prawdopodobne, że w naszym bistro ponownie stanie puszką, do której będzie można wrzucać pieniądze na jego leczenie. Muszę to jeszcze przedyskutować z rodziną dziecka, wówczas jednak będziemy musieli na pewno zadbać o jej lepsze zabezpieczenie — mówi właściciel.

>>> Jak się okazuje, sprawca został złapany i przyznał się do stawianych mu zarzutów. — Jednym z istotnych

elementów policyjnej pracy są tzw. czynności operacyjno-rozpoznawcze, czyli takie, które zmierzają do sprawdzenia uzyskanych wcześniej wiarygodnych informacji o przestępstwie lub zdobycia nowych. Właśnie w trakcie wykonywania takich czynności policjanci ustalili podejrzanego okradzież — mówi asp. Joanna Kwiatkowska, rzeczniczka prasowa ławskiej policji.

Oficer prasowy KPP Ławy dodaje, że — co ciekawe — sprawca został zatrzymany, choć pokrzywdzony, czyli właściciel baru Centrum, nie zgłosił wcześniej policjantom, że został okradziony. — Czasami do tego, by rozwiązać jakąś sprawę, szczególnie taką, przy której przestępca dołożył starań, by nie zostać wykrytym przez policjantów, potrzeba po prostu czasu. Funkcjonariusze potrzebują go, by zebrać potrzebne ślady i informacje, które pomogą

im trafić na trop podejrzanego. Tak właśnie się stało w Ławie, gdzie w jednym z lokali gastronomicznych doszło do kradzieży puszek z pieniędzmi. Sprawca wykorzystując chwilową nieuwagę personelu, zabrał puszkę i uciekł. Pokrzywdzony nie zgłosił jeszcze zawiadomienia o przestępstwie. Był zaskoczony, gdy skontaktowali się z nim funkcjonariusze — dodaje asp. Kwiatkowska, a Marek Dembiński potwierdza w rozmowie z nami, że w poniedziałek (15 marca) rzeczywiście kontaktowali się z nim funkcjonariusze KPP Ławy.

Policjanci ustalili, że związek z kradzieżą ma 18-latek. — Mieszkaniec Ławy został zatrzymany i usłyszał zarzut, do którego się przyznał. Mężczyzna w najbliższym czasie ze swojego zachowania będzie tłumaczył się przed sądem. Kodeks karny za kradzież przewiduje karę do

5 lat pozbawienia wolności — mówi rzeczniczka prasowa komendy powiatowej policji w Ławie.

Takie mamy zatem czasy (i część społeczeństwa), że nawet puszkę pozostawioną w celu przeprowadzenia akcji charytatywnej trzeba zabezpieczać. Gdy jednak w barze „Centrum” ponownie ona stanie, to poinformujemy o tym na naszym portalu www.ilawa.wm.pl.

Mateusz Partyga

To jakaś plaga

Niestety, nie był to jedyny w ostatnim czasie w Ławie przypadek kradzieży puszek z pieniędzmi. Tym razem sprawca wykorzystał chwilową nieuwagę pracownika apteki. Pieniądze, które były tam zbierane miały zostać przekazane dla chorych dzieci z hospicjum. Ławscy dzielnicowi już zatrzymali 18-latkę. Mężczyzna oświadczył, że zabrał puszkę z pieniędzmi, gdyż potrzebował ich na swoje wydatki. Mieszkaniec Ławy został zatrzymany i usłyszał zarzut, do którego się przyznał.

„NIEBAĆ COVID”, „NIEBAĆ PIS” — pan Jacek „niebać” się wieszać takie banery

POWIAT || Tatra z rocznika 89' zwraca coraz większą uwagę osób podróżujących drogą wojewódzką na trasie Ława — Susz, a także ogólnopolskich mediów.

Tatra stoi na wzniesieniu, jednak nie to jest głównym powodem zainteresowania. Są nimi za to banery umieszczone na burtach ciężarówki.

>>> Adamowo to wieś położona na trasie DW 521 pomiędzy Ławą i Suszem, a dokładnie tuż przed tą drugą miejscowością. Do tej pory gmina i miasto Susz w Polsce znane były przede wszystkim dzięki zawodom triathlonowym, które corocznie tu się odbywają. Susz nazwany jest nawet (nieformalnie oczywiście) stolicą polskiego triathlonu. Ostatnio jednak palmę pierwszeństwa, jeśli chodzi o ogólnopolską sławę, przejęła pewna ciężarówka. Tatra stoi na usypanej górze. Jacek Szmigiel, właściciel przedsiębiorstwa mającego tu swoją siedzibę, ustawił ją jako symbol firmy. — Od tej ciężarówki wszystko się

zaczęło — mówi Szmigiel wspominając początki swojej działalności.

Ale tego, że tatra aż tak bardzo stanie się sławna, to nawet on nie przewidział. Czy mogło być jednak inaczej, skoro w czasach pandemii na jednej z burt ciężarówki wiesz się baner „NIEBAĆ COVID”, a na drugiej „NIEBAĆ PIS”? Właściciel przyznaje, że od momentu, kiedy zawiesił te banery, to faktycznie — napisy na tatrze wzbudzają wielkie zainteresowanie. Niektórzy nawet zatrzymują się na trasie, aby przyjrzeć się bliżej tym banerom, a także zrobić zdjęcie (momentami stwarzając zagrożenie drogowe dla siebie samych).

— Nawet moi znajomi z zagranicy do mnie dzwonią i mówią, że o naszej stojącej przy drodze ciężarówce jest głośno. Za sprawą tych napi-



Ciężarówka z tymi hasłami wzbudza wielkie zainteresowanie wśród podróżujących trasą Ława — Susz

sów oczywiście — mówi Jacek Szmigiel, którego odwiedziliśmy w Adamowie. — Dobrze z resztą, że sami przyjechaliśmy i pytacie u źródła, bo już wiele nieprawdy wyczytałem w innych artykułach, także tych z mediów ogólnopolskich. Jak to na przykład, że ciężarówki są dwie, a na każdej z nich wisi oddzielny baner. Przecież sami widzicie, że tatra jest jedna — mówi pan Jacek.

Nie ma co — czuć w nim ducha buntownika. Bo o ile pomysł zawieszenia baneru „NIEBAĆ COVID” był odpowiedzią na akcję Kabaretu Skeczów Męczących, która z prędkością błyskawicy rozprzestrzeniła się po internecie, o tyle „NIEBAĆ PIS” było już jego autorskim pomysłem. — Tak było; podłapałem hasło „challengowe” polskiego kabaretu, podobnie jak

wielu Polaków, bo już mam — podobnie ja my wszyscy — dość tej pandemii i wszystkich zakazów i obustrzeń z nią związanych. Moim zdaniem pandemia jest wyolbrzymionym zjawiskiem — tłumaczy Szmigiel. — Natomiast baner z hasłem „NIEBAĆ PIS” to już rzeczywiście mój autorski pomysł. W ten sposób wyrażam swój sprzeciw wobec polityki prowadzonej przez

nasz rząd. Uważam, że powinniśmy głośno mówić o tym co nas boli, co nam się nie podoba w naszym kraju i w naszym rządzie. Bo wygląda to teraz tak, że ludzie ponarzekaają na władzę państwa pod sklepem z piwem, ale głośno już tego nie powiedzą. Niby większość społeczeństwa jest przeciwko aktualnie rządzącym, ale wyniki wyborów mówią coś dokładnie odwrotnego — mówi bez oporu przedsiębiorca i rolnik z Adamowa.

Z hasłem mogą się nie zgadzać zwłaszcza zwolennicy Prawa i Sprawiedliwości, jednak pan Jacek do tej pory nie spotkał się ani z objawami niechęci, nie było też protestów ani prób politycznego nacisku, które miałyby spowodować zdjęcie baneru. Hasło więc jest wciąż widoczne przy trasie Ława — Susz, już od sierpnia 2020... **Mateusz Partyga**

Mariusz Antolak: Pandemia otworzyła mi wiele

DR INŻ. MARIUSZ ANTOLAK TO NAUCZYCIEL AKADEMICKI, ADIUNKT W KATEDRZE ARCHITEKTURY KRAJOBRAZU UNIWERSYTETU WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO W OLSZTYNIE, PREZES FUNDACJI „W KRAJOBRAZIE”, ARCHITEKT KRAJOBRAZU, OGRODNIK, PODRÓŻNIK.



Fot. archiwum prywatne

Salar de Uyuni – solnisko, pozostałość po wyschniętym słonym jeziorze w południowo-zachodniej Boliwii, 2018

Też masz takie „zakręcone” poniedziałki?

– Odkąd jest pandemia, to trochę mniej. Już w weekend wysyłam maile, które wysłałbym w poniedziałek (śmieje się). Po to, żeby nadgonić pracę. I okazuje się, że dostaje odpowiedź po paru minutach, jeszcze w weekend. Trochę się nam przez tę pandemię zatępiły granice. Żyjemy w wirtualnej rzeczywistości i czasem nie wiemy, co można, czego nie, co wypada, a co jest niestosowne.

Jak wyglądało twoje życie przed pandemią?

– Było równie intensywne jak teraz. Pracuję na Uniwersytecie Warmińsko-Mazurskim w Olsztynie, na drugim „etacie” w Fundacji „W krajobrazie” i dodatkowo wykonuję zlecenia zawodowe jako architekt krajobrazu. Życie pełne wyzwań zawodowych. Łączenie pasji z pracą. Mnóstwo emocji! I bliskich, bezpośrednich kontaktów, nie tylko w Polsce. Dużo podróżuję, rocznie odwiedzałem około czterech krajów. Taką przyjąłem taktykę: intensywna praca przez cały rok, pozwalająca na dłuższe wyjazdy zagraniczne.

W marcu 2020 r. to wszystko się zmieniło.

– Jeszcze w grudniu 2019 r., dokładnie w Wigilię, byłem na lotnisku w Lome, w Togo, na końcu świata. To był jeden z wyjazdów fundacyjno-uczelnianych. Do-

cierały już do mnie słuchy, że coś się dzieje w Chinach, jakiś nowy wirus. Wiedziałem, że Azjaci sobie radzili z każdym nowym wirusem. Do głowy mi jednak nie przyszło, że może to być jeden z moich ostatnich „normalnych” wyjazdów. W marcu rok temu, kiedy zostały zdiagnozowane pierwsze przypadki wirusa w Polsce, akurat jechałem do Lublina. Tamtejszy dom kultury organizował festiwal podróżniczy, w ramach którego opowiadałem o swoich wyjazdach do Afryki. Jechałem tam pociągiem. Właśnie wtedy zaczęła się w Polsce panika dotycząca koronawirusa. Sam się potwornie

bałem jechać. Wsiadając do pociągu kaszleli, reszta się dziwnie przyglądała. Maszeczek nikt jeszcze nie nosił. W powietrzu wisiała wyczuwalna niepewność... To było przerażające. Dopływały do mnie kolejne informacje... Przejeżdżając przez Ostródę dowiedziałem się, że zdiagnozowano tam pierwszy przypadek. To był mocny cios, to już tak blisko...! Czułem, że dzieje się coś niedobrego, co może mieć znaczny wpływ na moje dalsze życie. Miałem opłaconą konferencję w Malezji, zaplanowany miesięczny wyjazd do Myanmaru, realizację ogrodu dla dzieci z niepełnosprawnościami w Ghanie.

Wszystko stanęło...

– Trzeba było przeorganizować działania. I fundacyjne, i uczelniane.

Na uniwersytecie realizuję, w ramach pracy habilitacyjnej, międzynarodowy projekt. Piszę o edukacji w przestrzeni w różnych krajach. Nie mam już łatwego dostępu do wyjazdów zagranicznych, więc pod tym względem pandemia była dla mnie dużym utrudnieniem.

Ale też – fajnym bodźcem do rozpoczęcia innego myślenia czy szukania nowych rozwiązań. Każdą sytuację tego typu traktuję jako czynnik rozwijający. mieniłem strategię działania fundacji. Pozyskałem granty do zrealizowania w kraju. Uruchoμίłem Leśną Polanę Edukacyjną „Stacja Permakultura” w Szabruku, w której zacząłem realizować warsztaty. Przeniosłem się do sieci. Zacząłem prowadzić zajęcia zdalne w różnych szkołach. Pod tym względem pandemia bardzo mi pomogła w kontaktach i otworzyła wiele nowych dróg. Żeby zrealizować jeden wykład w Krakowie, musiałbym stracić dwa dni

na dojazdy. A teraz – kilka godzin zajęć i mogę łączyć się z kolejnym miastem. Dzięki temu prowadziłem zajęcia także za granicą, na przykład w Bułgarii. I było to dużo łatwiejsze niż przed pandemią, bo ludzie zrozumieli, że kontakt wirtualny jest teraz niezbędny i równie cenny. To dla mnie duży plus tej pandemii. Dla chcącego nic trudnego. Zmieniłem swoje myślenie. Uwielbiam kontakt bezpośredni, jestem zwierzęciem stadnym. Owszem, lubię też samotność, ale pandemia uświadomiła mi, jak ważny jest dla mnie kontakt z drugim człowiekiem.

Mieszkam w lesie, z dala od ludzi. Na początku byłem zafascynowany tym, że nie muszę jeździć codziennie do miasta, a ze studentami i klientami kontaktować się zdalnie przez internet, no i w każdej chwili wyjść do mojego ogrodu.

To był marzec, czas najważniejszy dla ogrodnika! Byłem w siódmym niebie! Mieszkanie przez rok w takich warunkach, bo przez rok praktycznie tylko 10-20 razy byłem w mieście, pokazało, że jednak bezpośredni kontakt jest nam potrzebny. Nawet z ludźmi, z którymi nie lubimy się spotykać. Podjąłem też ważną decyzję o wzięciu psiaka ze



Warsztaty ogrodnicze i projektowe w szkole podstawowej w Prai, Wyspa Santiago, Republika Zielonego Przylądka, 2015

nowych dróg



Park Narodowy Wyspy Magdaleny, Patagonia, Chile, 2018

schroniska. Nie wyobrażam sobie życia bez Nera. Jesteśmy nierozłączni.

A minusy?

– Brak możliwości wyjeżdżania za granicę. Czuję się bardzo klaustrofobicznie, zamknięty. Gdybym chciał wyjechać, to i tak nie wiem, co by się działo na lotnisku, czy nie musiałbym przejść kwarantanny. Nie czuję się z tym dobrze, ale przyzwyczaiłem się do tej myśli, że na razie tylko Polska. Dostosowałem się.

Wyczuwam spory spokój ducha...

– Te emocje w ciągu roku mocno się zmieniały. Przez większą część roku izolowałem się, obawiając się zakażenia. Gości zapraszałem głównie do ogrodu... Teraz jestem po pierwszej dawce szczepionki przeciw koronawirusowi. Czuję się trochę bezpieczniej. Ale nie do końca. Może przyjdzie nowy szczep... Życie zmieniło się na trwałe.

Ta normalność, do której powrotu sobie życzymy, już

chyba nie będzie tą samą normalnością, którą znamy.

– Straciliśmy zaufanie do innych, zrodził się dystans między ludźmi. Zrozumiałem, jak cenne i ważne było wcześniej to zaufanie. Jak zwykły gest, wyjście na spacer, do kawiarni, złapanie kogoś za rękę – były ważne dla naszego rozwoju psychicznego. A im coś bardziej zakazane, tym bardziej tego pragniemy. Nie każdemu jest łatwo, jedni są mocniejsi, inni słabsi. Ta pandemia na pewno wywarła trwałą zmianę w psychice u wielu, wielu ludzi.

Czy twoim studentom łatwiej jest teraz uzyskać zaliczenie przedmiotu?

– Temat – rzeka. Jest różnie. Z mojej strony, jako wykładowcy, nie widzę większej różnicy w prowadzeniu zajęć, chociaż dużo trudniej rozmawiać ze studentami, gdy nie mają włączonych kamer. Uważam, że wiele tracą. Dużo trudniej przeprowadzić dyskusję. Ja mówię, ale nie mam pewności, że oni nadal słuchają. Pod względem merytorycznym dostarczam im nadal tę samą wiedzę. Prowadzę m.in. zajęcia projektowe i w bezpośrednim kontakcie student pokazywał mi swój projekt, ja na nim rysowałem. Teraz podobnie, tyle że na komputerze. Jednak komunikacja pozawerbalna była też ważna i widzę obecnie duży problem w relacjach na linii nauczyciel – student... Jakość kształcenia na pewno mocno ucierpiała.

Rozmawiała Edyta Kocyła-Pawłowska



Wyspa Santiago, Republika Zielonego Przylądka, 2015

TOP BRANDS
Outlet

RABATY
NAWET DO
70%

Najlepszy design i luksusowe marki
m.in. Tommy Hilfiger, Ralph Lauren, Calvin Klein, Armani.

Sprzedaż wysyłkowa na terenie całego kraju.



Spotkajmy się w Top Brands Outlecie
ŁAWA, ul. Królowej Jadwigi 18

Zapytaj o produkt przez Messengera sklepu
Facebook: Topbrands2020

9121luzi-B-G

**Przedsiębiorstwo
Budowlano-Montażowe
„Lubtech” Sp. z o.o.**

LUBTECH



**poszukuje
pracowników
budowlanych:**

- operatora koparko-ładowarki • operatora koparki
- cieśli szalunkowego • malarza • betoniarza-zbrojarza
- płytkarza • murarza

Praca na terenie województwa warmińsko-mazurskiego, kujawsko-pomorskiego.
Wyjazd i powrót tego samego dnia.

OCZEKUJEMY OD CIEBIE:

- gotowości do pracy na wysokości
- sumiennego i odpowiedzialnego podejścia do powierzonych zadań.

Dołącz do zespołu!

KONTAKT:
Wiesław Czyżak,
tel. (89) 645 56 08, 605 566 331

Przedsiębiorstwo Budowlano-Montażowe
„Lubtech” Sp. z o.o.
ul. Dworcowa 24, 14-260 Lubawa, www.lubtech.pl

9121luzi-a-M

Anna Balińska: Jak wpłynęła na mnie pandemia

MINĘŁO 12 MIESIĘCY, DOKĄD NA WARMIE I MAZURY DOTARŁ KORONAWIRUS. DLA WIELU Z MIESZKAŃCÓW NASZEGO WOJEWÓDZTWA BYŁ TO ROK TRUDNY NIE TYLKO POD KĄTEM ZDROWOTNYM. DZIŚ PYTAMY, JAK NA NASZYCH CZYTELNIKÓW WPŁYNĘŁA PANDEMIA. ODPOWIADA ANNA BALIŃSKA Z IŁAWY, AUTORKA POWIEŚCI, INFORMATORKA TURYSTYCZNA, MAMA.

Nielatwo mi jednoznacznie powiedzieć, jak na mnie wpłynęła pandemia. Być może dlatego, że pełnię wiele ról w życiu i dlatego pomyślałam, że najlepiej będzie, jeśli opowiem o tym pod kątem każdej z nich.

JA
Nigdy nie robię postanowień noworocznych. Z prostego powodu. Wiem, że to zbędna presja irzadko osiąga się rezultaty. Na początku 2020 roku było jednak zupełnie inaczej. Poczulałam, że moje życie przypomina błędne koło. Wstaję

o świcie i zaczynam kręcić się w tym kole, czując coraz większy ciężar, aż w końcu padam chwilę przed północą, ledwie żywa ze zmęczenia. Pomyślałam: Dość, muszę coś z tym zrobić. Życie nie może uciekać mi przez palce. Zaczęłam praktykować jogę. Zrozumiałam, jak wiele zależy od prostych ćwiczeń oddechowych i mojego umysłu. Potem doszła medytacja, mantry. Zaczęłam zagłębiać się w zupełnie inną literaturę, muzykę i film. Zaczęłam odkrywać siebie i to, kim właściwie jestem.

Lada moment miała ukazać się moja kolejna książka „Sekrety Welu”, a ja – po dość długiej przerwie na urlop wychowawczy – planowałam wrócić do pracy. Wszystko układało się po mojej myśli. Miało być łatwo, pięknie i spokojnie. Synek w wymarzonej przedszkolu. Ja powrót do pracy, którą tak lubiłam, a wolne chwile spędzone na spotkaniach autorskich z ludźmi, których tak uwielbiałam. Miało być pięknie...

Pamiętam ten wieczór, kiedy pierwszy raz dotarły do mnie szczątkowe informacje: jakiś Covid, jakiś wirus, pierwsze zachorowania, na drugim końcu świata. Byłam spokojna. Pomyślałam, że nawet jeśli dotrze do Polski, to nie może być tak tragicznie, jak przedstawiają to media, w końcu człowiek zaprogramowany jest na przetrwanie.

JA - MATKA

Panika dopadła mnie w momencie, gdy słonecznego popołudnia usłyszałam o za-



Fot. Edyta Kocyla-Pawłowska

Latem w redakcji Gazety Iławskiej z książką „Sekrety Welu”

mnieniu szkół i przedszkoli. Usiadłam na kanapie, czując paraliżujący strach. Co teraz będzie? Mam tatę w grupie ryzyka. Mam synka, który urodził się z obniżoną odpornością. Na litość boską, i co będzie z nimi, jeśli ja, nie daj Bóg, zachoruję? Nie przerażały mnie objawy Covid, tylko to, że go nie znam. Lęk przed nieznanym to chyba jedna z gorszych form lęku. Oczywiście rzuciłam się w wir dezynfekowania, nałogowego wyparzania wszystkiego, co mnie otaczało. I nagle dotarło do mnie, co generuje mój strach. Telewizja! Jak mogłam być spokojna, skoro zewsząd atakowały mnie słowa wypełnione złą energią: cierpienie, śmierć, choroba, pandemia. Postanowiłam zerwać z tym. Postanowiłam, że jeśli mam umrzeć na koronawirusa, to wolę umrzeć w spokoju. Jednak jeśli mam przeżyć, to nie chcę po całej tej pandemii przejść załamania nerwowego. Szanuję swoje zdrowie. Od tamtej pory w moim domu nie ogląda się żadnych programów informacyjnych. Wybieramy konkretny film, na ogół z platformy filmowej, a poza tym nie ma szansy, aby telewizja leciała w tle. Wolę ciszę lub piękne, oczyszczające mantry, czy relaksujące radio, zamiast nerwowego, pełnego nienawiści bełkotu.

Mijał czas. Nadeszła Wielkanoc. Przyzwyczajona do rodzinnych spotkań byłam załamana myślą, że spędzimy je sami w czterech ścianach. Jednak moje przemyślenia, ta praca, którą wykonywałam nad samą sobą, sprawiły, że postanowiłam się nie uza-

lać. Aby nie stać w kolejkach i wspomóc lokalną gastronomię, zamówiłam kilka potraw na wielkanocny stół. Odziwo, zamiast wyrzutów sumienia, że nie pojawia się na nim własnoręcznie wykonane dania, poczułam radość. Zrozumiałam, że zaoszczędziłam mnóstwo czasu na staniu przy garnkach i patelniach na rzecz wspólnego malowania pisanek z synkiem, czy po prostu odpoczynku. Zrozumiałam, że wszystko jest nam po coś dane. Nie ma sensu tracić energii na malkontentstwo czy strach. Co ma przyjsć i tak przyjdzie, czy będę żyła w lęku, czy nie.

Na ogół matki, które wracają do pracy, mają w głowach mętlik. Jak będzie wyglądało moje stanowisko pracy po takim czasie, czy sobie poradzę? Co będzie z moim dzieckiem, czy zaadaptuje się w nowym miejscu, z nowymi opiekunami? I jak my sobie poradzimy z tymi wielogodzinnymi rozstaniem... Mamy, które wracały w 2020 roku do pracy miały dodatkowe pytania: jak odnajdziemy się w covidowym świecie, które chciałybyśmy oszczędzić swoim dzieciom.

JA - INFORMATOR TURYSTYCZNY

I nagle dotarło do mnie, że lada moment wracam do pracy, do miejsca, gdzie każdego dnia przewija się mnóstwo osób różnych zakątków świata.

Powrót do biura Informacji Turystycznej był piękny, ale i zarazem trudny. Polska Organizacja Turystyczna na bieżąco dawała nam nowe wytyczne co do naszego biura czy zabezpieczeń. Po majówce udało nam się otworzyć punkt IT przystosowany dla turystów.

Płyn do dezynfekcji, osłona pleksi nad ladą, maseczki, przyłbice, ulotki przechodzące trzydniowe kwarantanny. Ubrani jak kosmici ruszyliśmy do boju. Jednymi z pierwszych turystów byli mieszkańcy Katowic, gdzie wówczas było ognisko zachorowań. Turysty dzielili się z nami swoimi przemyśleniami. Jednak najpiękniejsze było to, kiedy słyszeliśmy: dziękuję. Dziękuję, że jesteście otwarci, w czasach, w których większość punktów informacji turystycznych jest zamknięta. Uśmiech ludzi, którzy mimo pandemii uciekli do oazy spokoju, jakim była dla nich Iława, i spędzili tu miło czas, był dla nas najważniejszy. Zresztą naszą pracę dostrzegali również radni, a przewodniczący Michał Młotek dziękował nam na jednym z posiedzeń komisji rady miasta, a to bardzo buduje.

JA - AUTORKA POWIEŚCI

I przyszło to dziwne zakłopotanie, kiedy czytelników, których książki miały odciągać od komputerów, zaprasza się na spotkania online.

Na rynku wydawniczym pojawiają się „Sekrety Welu”. Nie wiem, czy w ogóle spotkam się z czytelnikami na promocji książki. A nawet jeśli, to jak będzie wyglądało to spotkanie. Nagle pojawia się strach i zwątpienie. Biorę kilka głębszych oddechów. Przecież to nie zależy ode mnie. Nie mam kontroli nad światem. Muszę zaufać.

Myślę jednak, że to co damy innym, wraca do nas ze zdwojoną siłą. Skoro chcę obdarować świat radością, on obdarowuje mnie tym samym. Obostrzenia pozwoliły na spotkanie w plenerze. Tego dnia była piękna pogoda, słoneczne niebo, a burmistrz Lidzbarka Maciej Sitarek wraz ze swoimi pracownikami zorganizował wspaniałą uroczystość nad jeziorem. Przyszło mnóstwo osób, zespół Lewickie & Deredas uświetniło swoją muzyką, dając koncert. I jak tu nie cieszyć się z takiej okoliczności? W jednej chwili mogłam zapomnieć o pandemii i tym trudnym czasie. Wypełniła mnie radość i wdzięczność.

Mija rok od tamtych wydarzeń. Żyjemy niczym w rollercoasterze. Jednego dnia wszystko się otwiera, maleją liczby zakażeń, jednak ni-

czego nie jesteśmy pewni, bo przecież jutro możemy zrobić trzy kroki do tyłu.

Mimo niepewności udało mi się wydać kolejną powieść „Miejsce na ziemi”, która mam nadzieję sprawi, że Czytelnicy odnajdą chwilę wytchnienia i zatracą się w tej powieści. Wielkimi krokami zbliża się Dzień Kobiet, czyli dokładnie piąta rocznica od mojego debiutu. Na tę okoliczność powstało II wydanie „Pod pelargoniowym balkonem”. Skrycie liczyłam, że tym razem spotkam się z czytelnikami na żywo. Niestety, przyjdzie nam się połączyć online.

Mimo niepewności moja praca wre, a ja przygotowuję się do sezonu turystycznego, licząc, że okaże się łaskawy, a biuro Informacji Turystycznej będzie pękało w szwach, jak chociażby w 2019 roku.

Mimo niepewności moje dziecko z przyjemnością chodzi do przedszkola i choć od czasu do czasu przyniesie własnoręcznie wykonaną pracę, a innym razem katarek, to wiem, że była to najlepsza decyzja w naszym życiu i nie zastąpi mu kontaktu z rówieśnikami oraz kreatywnych pań. A nawet jestem przekonana, że nasza relacja jest wartościowsza, gdy spędzamy czas intensywnie przez kilka godzin dziennie.

Mimo tego wszystkiego staram się wierzyć, że pandemia wpłynęła na mnie i na innych ludzi pozytywnie. Że zaczęliśmy doceniać niedocenianych jak np. fryzjerzy, kurjerzy, tak-sówkarze, czy panie w sklepie spożywczym. Dla mnie każdy człowiek idący do pracy i starający się żyć „normalnie” jest bohaterem. Ja zaś zrozumiałam, że nie wszystko jest nam dane na zawsze, że nie ma sensu pędzić w tym codziennym kołowrocie zwanym życiem, bo to donikąd nie prowadzi. Każdego dnia budzę się z wdzięcznością, za to, że mogę oddychać swobodnie, gdy inni walczą o życie pod respiratorem. Za to, że mogę pocałować ciepły policzek mojego dziecka, kiedy inni tracą bliskich z powodu wirusa. Za to, że mogę pójść do pracy, kiedy inni zamykają swoje firmy. Za to, że jestem w tym miejscu, w którym powinnam być i za każdą życzliwość oraz serdeczność innych ludzi, w czasach, które tak bardzo chciałyby nas podzielić.

KONDOLENCJE

Panu
Krzysztofowi
Harmacińskiemu
Wójtowi Gminy Iława
Jego Rodzinie i Bliskim
wyrazy najgłębszego współczucia po śmierci
Brata
składają
Gustaw Marek Brzezina
Marszałek
Województwa
Warmińsko-Mazurskiego
Bernadeta Hordejuk
Przewodnicząca Sejmiku
Województwa
Warmińsko-Mazurskiego

Pacjentka jest w centrum, ja tylko towarzyszę

ZDROWIE || Ławianka Barbara Chojnowska to położna rodzinna z Agencji Świadczeń Medycznych Pielęgniarsko-Położniczych w Środowisku „VITA”. Wcześniej pracowała w ławskim szpitalu jako położna oddziałowa.

Ile mam przygotowała już pani do porodu?

– Przestałam już liczyć (śmieje się). Trochę was jest w szkole rodzenia, prawda? Szkoda, że teraz mamy tylko spotkania on-line i indywidualne, w gabinecie. Oczywiście zapraszam do nas do gabinetu w Przychodni Zdrowie na ulicy Skłodowskiej wszystkie panie od 21 tygodnia ciąży codziennie od 8:00 do 10:00, a kontakt telefoniczny do 18:00. Spotkania są dla pań bezpłatne. Widzimy różnice, kiedy spotykamy się z paniami już po porodzie w domu, wiemy, z którymi się wcześniej poznałyśmy. Czujemy, że bardziej nam ufają. To ważne, żeby położną wybrać sobie już w trakcie ciąży i się z nią spotykać. Przekazujemy w ten sposób wiedzę, która - w naszej opinii - jest bezcenna. Przychodzi na przykład pani wtręcić czy czwartej ciąży izastanawia się, po co jej to. A na końcu komentuje, że nie sądziła, iż tylu rzeczy się dowie. A my się cały czas uczymy. Świat się zmienia, nasze dzieci otoczone są elektronicznymi zabawkami. Musimy się nauczyć żyć w nowym świecie i w tym nowym świecie wychowywać dzieci. Zawsze podczas zajęć w szkole rodzenia robię prezentację na podstawie książki „Cyfrowa demencja” Manfreda Spitzera, o wpływie wysokich technologii na rozwój mózgu dziecka. Jak to jest bardzo istotne, gdy dziecko od małości ma kontakt z telewizorem, tabletem czy telefonem, a nie ma kontaktu z człowiekiem. Nie wykształca się wówczas w mózgu, w hipokampie ośrodek odpowiedzialny za relacje społeczne, za kontakt z drugim człowiekiem, za rozpoznawanie jego emocji. Dziecko może później nie umieć nawiązać kontaktu, bo nie zaznało go w ciągu pierwszych dwóch lat życia. Bo na przykład dziecko ogląda bajkę przy jedzeniu i jest karmione bez wiedzy co je i tuczone jak hodowlana gęś. Nawet nie wie, czy się najadło. Jest to oczywiście wygodne dla rodziców.

I potem mamy dorosłych, którzy nie umieją nawiązywać kontaktów, odczuwać emocji drugiej osoby. Nie mają w mózgu ośrodków, które

ry jest za to odpowiedzialny, a miał się wykształcić w ciągu pierwszych lat życia.

Co się zmieniło w opiece okołoporodowej w ciągu tych lat pani pracy?

– Wiele. Jednak pewne rzeczy są niezmiennie. Kochamy dzieci tak samo. Poczęte są zazwyczaj w ten sam sposób, najczęściej z miłości. Bardzo się o nie troszczymy, ale czasem nadmierną troską - krzywdzimy. Powinniśmy je wychowywać nie tak, jak my byliśmy wychowywani, bo będą żyły w innych czasach. Nie wychowujemy ich dla siebie, tylko dla społeczeństwa w którym będą żyły, a świat się zmienia.

A czy to prawda, że podczas pierwszych spotkań z noworodkiem potrafisz pani przewidzieć czy też określić jego charakter?

– Będąc położną „szpitalną”, widzi się dziecko krótko. Jako położna rodzinna opiekuję się mamą, małym człowiekiem, a potem też rodziną. Nasz zawód polega na obserwacji. I widzę, że ten to bardziej „księciu”, bo albo dostaje co chce, albo się obraża. I często na takiego księcia wyrasta. Inne dzieci robią „występ”, jeśli tylko mają widzów w postaci na przykład położnej, to takie Krysie Jandy. Są też gaduły, które do pół roku po prostu płaczą, bo nie umieją się przecież inaczej komunikować, potem dużo mówią na każdy temat i nie znośzą jak im ktoś przerywa.

Jak pandemia koronawirusa wpłynęła na pracę położnych rodzinnych?

– W szkole rodzenia miałyśmy przerwę od marca do czerwca. W czerwcu miałyśmy 3 grupy po 15 osób, w reżimie sanitarnym. W październiku zaczął się nasz lockdown. Jednak my się na pacjentki nie zamknęłyśmy i szkoła rodzenia nadal istnieje - indywidualne spotkania, a poza tym co czwartek rosyłamy filmiki na konkretne tematy: a to o kąpieli dziecka, a to o pakowaniu torby do szpitala. Na początku nagrania - oczywiście nauka oddychania i relaksacja.

I oczywiście spotykamy się z małuchami i rodzinami w ich domach. W pełnym reżimie oczywiście, ale ten



Fot. Edyta Kocyla - Pawłowska

Barbara Chojnowska, położna rodzinna z Ławy

reżim był i wcześniej, bo dezynfekujemy na przykład wagę, a dzieci dotykamy w rekawkach. Tyle że wcześniej nie nosiłyśmy maseczek. Zakładałyśmy fartuchy. Teraz czujemy się bezpieczniej, bo jesteśmy zaszczepione przeciw koronawirusowi dwoma dawkami. W marcu 2020 r. przez dwa tygodnie świeżo upieczone mamy „przyjmowałyśmy” telefonicznie, po jednej tylko wizycie stacjonarnej. W przypadku małych dzieci i położnic nie sprawdzaliśmy się wizyta on-line czy telefonicznie! Zajmuje to dużo więcej czasu i nie pozwala spokojnie spać, kiedy ja i koleżanki pójdziemy, zobaczymy krocze, piersi i dziecko. Wygląda to na ważenie, a ja oceniam odruchy, czy są prawidłowe jakie jest napięcie mięśniowe i symetria ciała. Wychodzę spokojna, wpisując do dokumentacji, że jest okej. A przez telefon: „Czy pani ważyła? Na wadze kuchennej? Czy na łazienkowej?”. Po dwóch tygodniach wróciliśmy do odwiedzin w domach. Już nie przerwałyśmy.

Czy dzięki lockdownowi jest więcej cięż?

– Myślałam, że tak będzie. Jednak nie. Jest podobnie,

jak w ubiegłym roku, a może nawet mniej. To nie jest dobry czas na planowanie dzieci. Wiele osób traci pracę, nie wiadomo, czy ją odzyska.

Wcześniej obserwowała pani położnictwo „ze środka”, pracując w szpitalu. Teraz - z drugiej strony. Zawsze jednak rozmawia pani z pacjentkami. Na co one najbardziej narzekają?

– Obecnie najbardziej brakuje porodów rodzinnych. One jednak wracają już w większości do szpitali, bo personel jest zaszczepiony. Mile widziane u pacjentki są wykonane uprzednio testy na obecność koronawirusa. Ewentualnie robi się na miejscu te testy antygenowe.

Poród to coś pięknego, ale też łatwo można to piękno zepsuć.

– Oczywiście! To wyjątkowe przeżycie. Jeśli się do niego dobrze przygotowujemy, wiemy, co się będzie działo z naszym organizmem. Jeśli będziemy prawidłowo oddychać, relaksować się, to będzie piękne, choć to trudne doświadczenie. Trudne doświadczenia powodują, że stajemy się lepszymi ludźmi. Ała ciąża i poród przygotowują nas do macierzyństwa, które wcale nie jest łatwe.

Trudny ciąży i porodu powodują, że dzieci są dla nas ważne, wartościowe. Chcielibyśmy, żeby wszystko było łatwe i przyjemne, ale życie takie nie jest. Czy bylibyśmy tymi samymi ludźmi, gdyby wszystko nam przychodziło z łatwością? Doceniamy to, co nam przychodzi z trudem.

Co w ostatniej dekadzie zmieniło się na plus w opiece okołoporodowej?

– Pacjent jest w centrum. Ja mu towarzyszę. Jeszcze te kilka lat temu, gdy zaczynałam pracę, często mówiliśmy „obok” pacjenta, a nie „do”.

Pacjentki są wyedukowane. Wiedzą, co znaczy podanie oksytocyny i jak ona działa, a co - przebicie pęcherza.

Zdobyciu tej wiedzy służy m.in. stworzenie planu porodu. Pacjentki mające wiedzę świadomie podejmują decyzje. Wie, o czym mówi położna, pielęgniarka lub lekarz. Sama pani wie, że staram się nie używać języka stricte medycznego, mówić prostym językiem, by mamy rozumiały...

...i ojcowie też.

– Włączanie się ojców w zajmowanie się dzieckiem to fantastyczna sprawa. Kiedy ojciec z wózkem wzbudzał niezdrową sensację. Kiedyś był wyraźny podział na rolę: męską i kobiecą. Teraz widać partnerstwo. Wiele kobiet pracuje, więc opieka nad dzieckiem musi być dzielona. Często panowie świetnie sobie radzą. Na przykład przy kąpieli - powtarzają dokładnie pokazane im czynności, bez interpretacji własnej, że za zimno, że ciepło itp. Poza tym starają się być w domu na czas kąpieli, bo to przecież ich zadanie! A panie wtedy mogą tylko asystować. Nie muszą wszystkiego robić same. I jeszcze względy praktyczne: panowie mają większe dłonie, łatwiej utrzymać dziecko.

Pięć lat temu zajęła pani drugie miejsce w województwie w ogólnopolskim konkursie „Położna na medal”...

– Nie wracam do tego myślenia. Patrzę na takie konkursy z przymrużeniem oka, natomiast - nie powiem - budujące są miłe komentarze. Bardziej niż przyznawane medale (śmieje się).

Jest pani chyba najczęściej polecaną położną rodzinną w Ławie.

– Jest jeszcze Zyta Lewandowska i Ulka Markuszewska. Zajmuję kontakty, w tym z mediami, ale tworzymy zespół. A że ja prowadzę częściej niż koleżanki zajęcia w szkole rodzenia, może dlatego najbardziej się kojarzę? Zresztą to nie jedyna nasza działalność. Organizujemy też spotkania profilaktyczne.

Trudno namówić kobiety na badania?

– Szalenie trudno! Ostatnio liczba naszych pacjentek - a takie dane otrzymujemy - które odchodzą z tego świata, jest przerażająca. Rozumiem, pandemią, teleporady, trudno się dostać do specjalisty. Jednakże Poradnia K działa cały czas. Nie zwlekajmy! Badajmy się. Przez kilka miesięcy, rok może się w naszym organizmie zadziać wszystko! Wiele chorób wykrytych odpowiednio wcześniej można wyleczyć w stu procentach.

Nie potrafię usiedzieć na miejscu

PODRÓŻE || Waldemar Kowalski napisał samouczek dla innych emerytów, ale nie tylko. Podpowiada, jak zwiedzać, żeby nie zbankrutować. Nam opowiedział także o tym, jak wydać swoją książkę i nie zwariować.

Tytuł pańskiej książki brzmi prowokująco...

– Wyniosłem się z miasta na wieś, do Rudzienic (gmina Iława). I to na wsi tak mnie nazywają. Nie potrafię usiedzieć na miejscu. Jak to wydać na okładce, jestem mocno zwariowanym emerytem.

Miał pan intensywny rok.

– Książka to relacja z siedmiu wypraw, które odbyłem na przestrzeni właśnie jednego roku, choć na przełomie 2019 i 2020 r. Były to: Gruzja wzdłuż i wszerz z plecakiem, bez hoteli i biur turystycznych; 10 dni w czerwcu marszrutami. Potem rejs pod żaglami po Adriatyku. Następna to chyba wyprawa mojego życia – trzy tygodnie w Indochinach: Laos, Tajlandia, Wietnam. Kolejne odbyły się już w okresie zimowym. Na rozpoczęcie sezonu narciarskiego było Les Deux Alpes. Kolejna wyprawa była rodzinna, bo lubimy razem spędzać czas. Tym razem zabrałem najbliższą rodzinę: żonę i dwójkę dzieci z ich drugimi połowami i dziećmi. Pojechaliśmy na święta do Szklarskiej Poręby. Następna była wyprawa narciarska do Niemiec, przeze mnie zorganizowana dla 66 osób. Ostatnia, na zakończenie sezonu, znowu Gruzja: narty i kurort Gudauri. Wyprawy opisałem tak, jakbym je spisywał na żywo. Tak zresztą było: kajet i po każdym dniu coś tam notowałem. Dopiero potem wrzuciłem to w komputer. A począłem to epizodami z mojego życia. Co porabiam na wsi, dlaczego się przeniósłem, dlaczego jestem aktywny.

Każdy pański rok tak wygląda?

– Ten, o którym rozmawiamy, rzeczywiście, jak pani zauważyła, był intensywny. Co więcej, już gdy wracaliśmy z ostatniego wyjazdu, zaczynała się pandemia. Zazwyczaj nie jeździmy aż tak często, ale przynajmniej cztery wyprawy to norma. Dwie-trzy narciarskie i jakaś letnia. Nie liczę mniejszych, jak rowerowe lub spływy kajakowe Iławką, Drwęcą i niesamowitym Welem. Lubię być aktywny. Jedenaście lat temu kupiłem



Fot. Edyta Kocyła-Pawłowska

Swoje przygody spisałem... przez przypadek



Fot. archiwum prywatne

Z żoną Dziką, czyli Zdzisławą, w Gruzji

ziemię nad jeziorem. Tam od początku wybudowałem dom i na tym hektarze „gospodarzę”. Jeszcze wówczas nie byłem emerytem. Kierowałem kilkoma dużymi firmami. Do Iławy sprowadziłem się za pracę. Przez 10 lat byłem prezesem Społem. To były czasy rozkwitu, gdy Społem zatrudniało 650 ludzi. Przez 3,5 roku byłem dyrektorem IKS Jeziorak Iława. A ostatnie moje zajęcie przed emeryturą to prowadzenie Powiatowego Centrum Kształcenia Praktycznego. Dyrektorem byłem 4 czy 5 lat, w tym czasie wykonaliśmy sporą modernizację warsztatów. Już wtedy mieszkałem na „gospodarce”. Oczywiście tego słowa używam w cudzysłowie, bo nigdy pola nie uprawiałem.

Zbudowałem dom, potem drugi do agroturystyki. Latem jestem trochę uziemiony, bo trzeba dopilnować gości. Ale już wrzesień... Dwie wyprawy na żagle już są zaplanowane.

Mówi pan o tym ze sporą radością.

– A tydzień temu wróciłem ze Szwajcarii, z nart. Nie wyobrażam sobie roku bez nart. Amuszę powiedzieć, że Szwajcarzy podeszli do tematu profesjonalnie, rygor sanitarny jest tak przestrzegany, że zagrożenie jest niewielkie. Wszystko jest logiczne i mądre. A do tego Szwajcarzy, którzy są dość karni. Tam, gdzie byłem, chyba więcej jest pracowników hoteli niż mieszkańców wioski. Wszystkie sklepy z pamiątkami – pozamykane. Knajpy – po-

zamykane. Tak przestrzegają zakrywania nosa i ust, że do gondoli na wyciągu wpuszczają rodziny lub grupki, które przyjechały razem. A jeśli ktoś wewnątrz zdejmie maseczkę, to grożą palcem, bo wszystko widać przez kamerę. W hotelach wszyscy przestrzegają odległości. Knajpki na stokach są pozamykane, ale zjeść można. Przed wejściem stoi wykidajło i wpuszcza ludzi grupkami lub pojedynczo. W środku są wyznaczone strefy. Dopóki ktoś nie wyjdzie ze strefy zamówień, to druga osoba nie wejdzie. Po przejściu kolejniczką do strefy odbioru dopiero wchodzi kolejna osoba. Jedzenie jest zapakowane w pudełeczka, idzie się do kasy i wychodzi na taras. A tam posztaplowane są plastikowe krzesła, jeden taki stosik stanowi stolik dla jednego jedzącego na stojąco. Jedno miejsce oddalone jest od drugiego cztery metry. To jest proste, tylko trzeba to wyegzekwować! Wszyscy zadowoleni, zarabiają ci, którzy mają zarabiać. Szwajcaria jest jedynym krajem, który w tej chwili pozwala na jazdę na nartach nie tylko miejscowym. Gdzie indziej po prostu hotele są pozamykane.

Kto za to wszystko płaci?

– Jedną z tych wypraw była droga, ale przygotowywałem się do niej długo. Miałem ochotę zaliczyć Indochiny. Pozostałe? Z biurem podróży jest dużo drożej. W książce nie piszę o kosztach, ale tutaj ja zdradzę. We dwójkę, z żoną, za 10 dni z przełotem – niecałe 4 tysiące zł. Trzeba szukać, gdzie jest w miarę tanio, i to dużo taniej niż nad polskim morzem.

Kiedy postanowił pan to wszystko spisać?

– To był przypadek. Kiedy wybierałem się do Gruzji, syn i synowa też chcieli, ale akurat nie mogli. Synowa powiedziała: „Tata, ty fajnie pisziesz, opisz trochę dla nas, żebyśmy wiedzieli, jak tam było”. Skąd wiedziała, że ja dobrze piszę? Jak trzeba napisać jakieś pismo, coś opowiedzieć, nie mam trudności z przelewaniem myśli na papier. I gdy wróciłem, dałem synowej do przeczytania te



W Iławie książkę można kupić w punkcie Informacji Turystycznej w ratuszu i w sklepie „Karolinka” na ulicy Okulickiego 4.

moje zapiski w brudnopisie. Jak tylko przeczytała, zadzwoniła i mówi: „Jedziemy z wami za rok. A tak w ogóle to powinieneś zacząć przygotowywać książkę o podróży”. Pomyślałem, że to nie jest głupie. I zacząłem pisać. Od razu pomyślałem, że spróbuję to wydać w formie książkowej. Ofert w internecie na wydanie książki jest bardzo dużo. Długo szukałem, bo jest wiele firm, które chcą pomóc w wydaniu, ale i zerować na autorze. Oczywiście, że za wydanie trzeba zapłacić i robi to najczęściej autor. Czasem wydawnictwo proponuje również dystrybucję. A wówczas z 39 zł za egzemplarz książki zostałoby mi 11 zł. Ale przede wszystkim nie miałbym kontroli nad tym, ile oni wydrukują i ile sprzedadzą. Powiedziałem, że nie jestem humanistą, tylko biznesmenem. I co, w umowie nie byłoby informacji, ile sztuk zostanie wydrukowanych? Usłyszałem: „Jeśli pan nam nie wierzy, to niech idzie gdzie indziej”. No to poszedłem. W końcu zdecydowałem się na nieduże wydawnictwo ze Słupska. Dopieśliśmy szczegóły, nie zdecydowałem się na ich dystrybucję. Poszedłem w kierunku własnej dystrybucji. Dlaczego? Bo mam tylu znajomych i przyjaciół, którzy ze mną jeżdżą, że jeśli rozdram 1/3 nakładu i poproszę, by każdy z nich sprzedał po 2-3 książki, to cały nakład się rozejdzie.

Edyta Kocyła-Pawłowska

MIESZKANIE TRENINGOWE, W KTÓRYM „NA PRÓBĘ” NA PEWIEN CZAS ZAMIESZKUJĄ NIEPEŁNOSPRAWNI, UCZY SAMODZIELNOŚCI. DZIĘKI TAKIM MIEJSCOM, GDY ZABRAKNIĘ ICH BLISKICH, NIE MUSZĄ KORZYSTAĆ Z DOMÓW OPIEKI SPOŁECZNEJ, TYLKO NADAŁ ŻYĆ W SWOIM ŚRODOWISKU.

Polskie Stowarzyszenie Na Rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną Koło w Iławie prowadzi m.in. Dzielne Centrum Aktywności ze środków pozyskanych od lokalnych samorządów, by osoby, które są „poza systemem”, mogły skorzystać ze wsparcia dziennego na kilka chociaż godzin. Są to zajęcia wspierające, rehabilitacyjne, aktywizujące. Jednak z Magdaleną Wróblewską, psychologiem i specjalistą ds. rehabilitacji zawodowej, od lat związanej ze stowarzyszeniem, rozmawiamy o największej ostatnio dumie Stowarzyszenia. To mieszkanie treningowe.

Porozmawiajmy o państwie dużym projekcie...

– Związany był m.in. z rewitalizacją zniszczonego budynku przy ul. Jasielskiej. Działań było mnóstwo, obejmowały najmłodszych, dzieci i młodzież oraz osoby dorosłe bez ograniczeń wiekowych. Dotyczyły środowiska osób z niepełnosprawnościami, czyli wsparcia rodzin. Celem była aktywizacja niepełnosprawnych. Jednak dla nas najbardziej cennym działaniem, pewną innowacją na skalę powiatu iławskiego, było uruchomienie mieszkania treningowego. Umożliwiły to warunki lokalowe. Wcześniej w Iławie i okolicy nie było takiej możliwości. Nigdzie nie było lokalu, który mógłby spełniać takie funkcje. A w ramach projektu udało się taki lokal wyposażyć i prowadzić przez dwa lata. Z tych treningów skorzystało 30 osób z niepełnosprawnościami, głównie z niepełnosprawnością intelektualną.

Wspólne mieszkanie na próbę

Jak wygląda taki trening?

– Uczestnik, który zgłosił swoją chęć, uczestniczył w 12 treningach jedynogodniowych. Czyli w ciągu danego miesiąca na jeden tydzień przeprowadzał się do mieszkania wspomagane. I w ciągu roku takich treningów odbywał dwanaście. W ramach treningów uczestnicy uczyli się codziennego życia. Wzmacniali swoją samodzielność, zaradność życiową. Proste rzeczy: gotowanie, planowanie zakupów czy ich robienie, sprzątanie, organizowanie sobie czasu wolnego. Oczywiście w mieszkaniu dzień i noc był też asystent, czyli osoba wspierająca, która wraz z potrzebą odpowiednio tę grupę prowadziła, udzielała wsparcia.

Coś, co dla osoby pełnosprawnej wydaje się całkowicie naturalne, czyli przeprowadzka do samodzielnego mieszkania...

– Trzeba pamiętać, że te osoby często mają trudności w podstawowych obszarach funkcjonowania. Jeśli ktoś nie radzi sobie z czytaniem, to jak sobie radzić z życiem codziennym? Mogłoby się wydawać, że nie jest możliwością, żeby taka osoba była w stanie o siebie odpowiednio zadbać. Wiemy, że w dużej mierze te osoby będą do końca życia wymagały wsparcia. Ale powinno ono być oferowane w takim zakresie, w jakim jest niezbędne, konieczne. Ani nie za dużo, ani nie za mało. Jednego trzeba wesprzeć bardziej, drugiego mniej. Kluczem do usprawniania jest indywidualne podejście. Po odbyciu treningów dla niektórych sukcesem jest to, że nauczyły się obsługiwać sprzęty domowe, jak zmywarka czy pralka. Dla nas to oczywiste, nawet się nad tym nie zastanawiamy. A nasi podopieczni często nie mają takiej możliwości... Albo, ze względów tak zwane bezpieczeństwa często najbliższe otoczenie odsuwa tę osobę od codziennych zajęć. „Nie, niech nie gotuje, bo się poparzy”.

To trzymanie pod kloszem?

– Albo też daje to najbliższemu poczucie kontroli. Bo: „Jeśli nie umie, to niczego nie zrobi i jak ja gdzieś pójdę, to mu się nic nie stanie”.



Fot. PSONI Ilawa

W kuchni wprowadzono dyżury

Różne są motywacje, którymi kierują się najbliższe rodziny. Jest to oczywiście zrozumiałe, ale też pamiętajmy, że każda osoba ma prawo do maksymalnej niezależności, autonomii. Naprawdę wiele radości każdemu daje fakt, że coś od niego zależy, że może zdecydować sam za siebie. A osoby z niepełnosprawnością intelektualną są wykluczone nawet z najprostszego obszaru decyzyjnego. Czasem to najbliżsi decydują, jakie ubranie dzisiaj założą. Tutaj też trzeba było dać tę swobodę, by te osoby mogły poznać swoje możliwości, swoją sprawczość, ale też ponosić konsekwencje tych decyzji. Mieliśmy taką sytuację, że uczestnicy „poszli na łatwiznę”. Kolejne posiłki, zamiast gotować, to zamawiali albo na stole była ciągle pizza i frytki. Co ani tanie specjalnie, ani też zdrowe nie było. Szybko się okazało, że pojawiły się dolegliwości lub po prostu zabrakło pieniędzy. Trzeba było szukać innych rozwiązań. Wszystko jest dla ludzi, ale oni też muszą się nauczyć, z czego w jakich sytuacjach korzystać. Starał się taką przestrzeń dawać, a uczestnicy chętnie te umiejętności zdobywali. Natomiast dość dużym wyzwaniem, jak się okazało, było

dla nich odnajdywanie się w interakcjach między nimi. Spędzali ze sobą sporo czasu i – pomimo początkowej euforii i wręcz tęsknienia za sobą, radości z przebywania – zaczęły się pojawiać pierwsze konflikty. Zaznaczanie swojej autonomii... Każdy z nas ma cechy osobowości, które innym mogą przeszkadzać. Do tego nieumiejętność wyrażania swoich potrzeb czy opinii – powodowały napięcia między uczestnikami. Nasza praca polegała także na uczeniu rozwiązywania konfliktów, rozumienia swoich potrzeb i potrzeb innych. Starał się się słuchać tych osób i dawać im do zrozumienia, że ich myśli i decyzje mają przełożenie na konkretną sytuację. Nikt tego za nich nie robi, to oni sami. Jak rozwiążą dany problem, tak będzie rozwiązany. Może to odważne, ale myślę, że to jest słuszną drogą. Każdy z nas uczy się najlepiej na własnych błędach.

Jesteśmy już na kolejnym etapie. Rozglądamy się za możliwością innego wsparcia tej inicjatywy, by ją kontynuować. Niestety, nowa perspektywa unijna jest jeszcze dość odległa. Wiemy, że są osoby, które pewnie byłyby zainteresowane takim wsparciem. Mieliśmy możliwość nie tyl-



Wspólne gotowanie jest i zdrowsze, i tańsze



Jest i czas na chwilę relaksu



Przy mieszkaniu znajduje się teren zielony

ko przyjmowania uczestników na treningi. Dodatkową pulę przeznaczyliśmy dla rodzin, które chciały skorzystać z opieki wytchnieniowej.

Osoby dorosłe często zostają pod opieką swoich rodziców, starszych ludzi. Jeśli ci są chorzy lub gdzieś wyjeżdżają, czasem nie mają komu

przekazać opieki. W tej sytuacji też można było skorzystać z tego mieszkania. I taką formę wsparcia chcielibyśmy kontynuować, a na to, wiadomo, są potrzebne środki.

To jedyne mieszkanie treningowe w powiecie?

Na ten moment, według mojej wiedzy – tak. Mam na myśli mieszkanie wspomagane dla osób z niepełnosprawnością głównie intelektualną. Istnieją natomiast inne formy, jak na przykład mieszkania chronione dla dzieci, młodzieży, osób z rodzin zastępczych, istnieją przy GOPS-ach czy PCPR-ach. Szkoda by było tę naszą inicjatywę zaprzęścić. A może warto by to nawet rozwinąć? A może zamienić w formę stałą. Z tyłu głowy mamy myśl, że potrzeby nadal istnieją. Od lat mamy kontakty z rodzinami z osobami z niepełnosprawnościami. Te osoby z czasem zostają same i wówczas jedyną dla nich drogą jest Dom Pomocy Społecznej. A nie zawsze tak musi być. Nabywając pewne umiejętności życia codziennego, te osoby przy jakimś delikatnym wsparciu mogłyby żyć w dotychczasowym środowisku. I takie sprawowanie opieki nad grupą osób jest tańsze, a także dające im więcej przestrzeni i satysfakcji.

Powinno chodzić o to, by nie „produkować” klienta opieki społecznej, tylko samodzielnego człowieka, prawda?

I działać tak, by te osoby były w stanie w maksymalnym stopniu skorzystać z tego, z czego my wszyscy korzystamy w miarę naturalnie. Dodam jeszcze, że dzięki temu samemu dofinansowaniu nasi podopieczni korzystali ze wsparcia osobistego asystenta. Dzięki temu mogli zwiększyć swoje uczestnictwo w życiu kulturalnym, edukacyjnym, zawodowym. Asystent to ktoś, kto kompensuje osobie z niepełnosprawnością jej dysfunkcje. Nie może decydować za tę osobę, nie pełni roli terapeuty. Dla przykładu: osoba poruszająca się na wózku nie dostanie się sama do kina, asystent jej ma w tym pomóc. Każdy z uczestników miał do wykorzystania 192 godziny wsparcia asystenta przez rok.

Edyta Kocyla-Pawłowska

Pilotażowy program „Aktywny samorząd” w 2021 roku

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Iławie zaprasza osoby niepełnosprawne Powiatu Iławskiego do zapoznania się z finansowanym przez Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych programem „Aktywny samorząd”, którego głównym celem jest wyeliminowanie lub zmniejszenie barier ograniczających uczestnictwo Beneficjentów niepełnosprawnych w życiu społecznym, zawodowym i dostępie do edukacji.

**W 2021 roku będą realizowane
następujące formy wsparcia:**

Moduł I – likwidacja barier utrudniających aktywizację społeczną i zawodową w tym:

Obszar A – likwidacja bariery transportowej:

- **zadanie 1** – pomoc w zakupie i montażu oprzyrządowania do posiadanego samochodu, adresowana do osób z orzeczeniem o niepełnosprawności (do 16 roku życia) lub osób ze znacznym albo umiarkowanym stopniem niepełnosprawności, z dysfunkcją narządu ruchu,
- **zadanie 2** – pomoc w uzyskaniu prawa jazdy, adresowana do osób ze znacznym albo umiarkowanym stopniem niepełnosprawności, z dysfunkcją narządu ruchu,
- **zadanie 3** – pomoc w uzyskaniu prawa jazdy, adresowana do osób ze znacznym albo umiarkowanym stopniem niepełnosprawności, z dysfunkcją narządu słuchu, w stopniu wymagającym korzystania z usług tłumacza języka migowego,
- **zadanie 4** – pomoc w zakupie i montażu oprzyrządowania do posiadanego samochodu, adresowana do osób ze znacznym albo umiarkowanym stopniem niepełnosprawności, z dysfunkcją narządu słuchu.

Obszar B – likwidacja barier w dostępie do uczestniczenia w społeczeństwie informacyjnym:

- **zadanie 1** – pomoc w zakupie sprzętu elektronicznego lub jego elementów oraz oprogramowania, adresowana do osób z orzeczeniem o niepełnosprawności (do 16 roku życia) lub do osób ze znacznym stopniem niepełnosprawności, z dysfunkcją narządu wzroku lub obu kończyn górnych,
- **zadanie 2** – dofinansowanie szkoleń w zakresie obsługi nabytego w ramach programu sprzętu elektronicznego i oprogramowania,
- **zadanie 3** – pomoc w zakupie sprzętu elektronicznego lub jego elementów oraz oprogramowania, adresowana do osób z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności, z dysfunkcją narządu wzroku,
- **zadanie 4** – pomoc w zakupie sprzętu elektronicznego lub jego elementów oraz oprogramowania, adresowana do osób z orzeczeniem o niepełnosprawności (do 16 roku życia) lub osób ze znacznym albo umiarkowanym stopniem niepełnosprawności, z dysfunkcją narządu słuchu i trudnościami w komunikowaniu się za pomocą mowy,
- **zadanie 5** – pomoc w utrzymaniu sprawności technicznej posiadanego sprzętu elektronicznego, zakupionego w ramach programu, adresowana do osób z orzeczeniem o niepełnosprawności (do 16 roku życia) lub osób ze znacznym stopniem niepełnosprawności.

Obszar C – likwidacja barier w poruszaniu się:

- **zadanie 1** – pomoc w zakupie wózka inwalidzkiego o napędzie elektrycznym adresowana do osób z orzeczeniem o niepełnosprawności (do 16 roku życia)

lub osób ze znacznym stopniem niepełnosprawności i dysfunkcją uniemożliwiającą samodzielne poruszanie się za pomocą wózka inwalidzkiego o napędzie ręcznym.

- **zadanie 2** – pomoc w utrzymaniu sprawności technicznej posiadanego skutera lub wózka inwalidzkiego o napędzie elektrycznym, adresowana do osób z orzeczeniem o niepełnosprawności (do 16 roku życia) lub osób ze znacznym stopniem niepełnosprawności,
- **zadanie 3** – pomoc w zakupie protezy kończyny, w której zastosowano nowoczesne rozwiązania techniczne, tj. protezy co najmniej na III poziomie jakości, adresowana do osób ze stopniem niepełnosprawności,
- **zadanie 4** – pomoc w utrzymaniu sprawności technicznej posiadanej protezy kończyny, w której zastosowano nowoczesne rozwiązania techniczne, (co najmniej na III poziomie jakości), adresowana do osób ze stopniem niepełnosprawności,
- **zadanie 5** – pomoc w zakupie skutera inwalidzkiego o napędzie elektrycznym lub oprzyrządowania elektrycznego do wózka ręcznego, adresowana do osób z orzeczeniem o niepełnosprawności (do 16 roku życia) lub osób ze znacznym stopniem niepełnosprawności, z dysfunkcją narządu ruchu powodującą problemy w samodzielnym przemieszczaniu się i posiadających zgodę lekarza specjalisty na użytkowanie przedmiotu dofinansowania.

Obszar D – pomoc w utrzymaniu aktywności zawodowej poprzez zapewnienie opieki osobie zależnej (dziecku przebywającemu w żłobku lub przedszkolu albo pod inną tego typu opieką), adresowana do osób ze znacznym lub umiarkowanym stopniem niepełnosprawności, które są przedstawicielem ustawowym lub opiekunem prawnym dziecka.



Fot. Unsplash

Moduł II – pomoc w uzyskaniu wykształcenia na poziomie wyższym, adresowana do osób ze znacznym lub umiarkowanym stopniem niepełnosprawności, pobierających naukę w szkole wyższej lub szkole policealnej, lub kolegium, a także do osób mających przewód doktorski otwarty poza studiami doktoranckimi.

Terminy przyjmowania wniosków:

- **modułu I** – od 01.03.2021 r. do 31.08.2021 r.
- **modułu II**
 - a. w ramach roku szkolnego/akademickiego 2020/2021 – od 01.03.2021 r. do 31.03.2021 r.,
 - b. w ramach roku szkolnego/akademickiego 2021/2022 – od 01.09.2021 r. do 10.10.2021 r.

**Łatwiej złożysz wniosek o pomoc
w ramach programu „Aktywny samorząd”**

Tak jak w ubiegłym roku ułatwiliśmy osobom niepełnosprawnym ubieganie się o pomoc w ramach programu. Od 1 marca br. wniosek o dofinansowanie będzie można złożyć przez Internet w systemie Obsługi Wsparcia (SOW) – bez wychodzenia z domu, bez kolejek i bez barier. Dostęp do systemu SOW jest bezpłatny (www.sow.pfron.org.pl).

Jedynę czego potrzebujesz to: dostęp do Internetu, konto w systemie SOW i Profil Zaufany, który umożliwia elektroniczne podpisywanie dokumentów. Profil Zaufany zakładamy internetowo (www.obywatel.gov.pl) i potwierdzamy w instytucji (np. ZUS, urząd skarbowy) lub online przy pomocy różnych banków.

Więcej informacji o tym, jak zakłada się profil zaufany, włącznie z filmem instruktażowym, znajduje się w portalu SOW, a także:

- w portalu profilu zaufanego,
 - w portalu OBYWATEL.GOV.PL
 - na stronie internetowej Ministerstwa Cyfryzacji.
- Zgodnie z nowymi zasadami AS w 2021 roku elektroniczne wnioskowanie w systemie SOW jest dodatkowo premiowane w dwóch sytuacjach:
- w przypadku modułu I jest to 10 punktów preferencyjnych podczas oceny merytorycznej wniosków,
 - w przypadku modułu II jest to zwiększenie dodatku na pokrycie kosztów kształcenia do kwoty 800zł dla Wnioskodawców, którzy skorzystają z tego zwiększenia po raz pierwszy.

Wszelkie informacje na temat programu można uzyskać pod numerami telefonów: 89 649 04 50, 89 649 04 54 bądź w siedzibie Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Iławie, ul. Andersa 3a, pokój 5 lub 6.

Tekst aktualnej wersji programu i zasad oraz kierunków działań i warunków brzegowych obowiązujących realizatorów pilotażowego programu „Aktywny samorząd” w 2021 r. umieszczony jest na stronie internetowej PFRON – www.pfron.org.pl.

UWAGA: Wnioskodawcy modułu I, którzy mogliby zgodnie z programem ubiegać się o refundację poniesionych kosztów, muszą pamiętać o zasadzie – refundacja kosztów możliwa jest w odniesieniu do kosztów poniesionych 180 dni przed złożeniem kompletnego wniosku.

Nastolatek buntuje się, czy po prostu ma swoje zdanie?

PSYCHOLOGIA || Przyswojenie wiedzy o rozwoju mózgu w okresie dorastania powinno być obligatoryjne. Ile nieporozumień można byłoby dzięki temu uniknąć, a relacji naprawić! Bez niej zrozumienie tego, co dzieje się w tym czasie z nastolatkami, graniczy z cudem.

Wszelkie zachowania nie pokrywające się z ideałami rodziców traktowane są przecież jako celowe i „buntownicze”. Klótnie, ostry język, problemy ze sprzątanym, lekceważenie nauki... nie trzeba mnożyć dalej, aby poczuć, jakie reakcje to wywołuje. Opiekunowie mają wrażenie, że wszystko robione jest przeciwko nim, co jeszcze bardziej podkręca atmosferę i pogłębia ogniste, błędne koło awantur. Z tym, że wymagania od młodych osób w tym okresie niektórych zachowań jest porównywalne do oczekiwania od nas, dorosłych, rzeczy, których nas nigdy nie nauczono, w dodatku w innym języku. U części z nich mózg zwyczajnie jeszcze nie zdążył nabyć pewnych umiejętności i nie ma sensu go za to winić, a co za tym idzie, obwiniać dziecko. Jak wspomina psycholog



Zdjęcie jest ilustracją do artykułu

Urszula Sajewicz-Radke, „oni nie są uparci, lecz zdeterminowani. Nie są leniwi, tylko poświęcają czas na to, co ważne dla nich tu i teraz. Nie są bezczelni, tylko walczą o swoje przekonania”. Od razu inaczej, prawda? Mamy tu więc z jednej strony nastawienie na większe zrozumienie, co pozwala rozwijać cierpliwość, z drugiej otwartość na to, co przeżywa aktualnie dziecko i uczestniczenie w tym razem

z nim. Zamiast stawać w opozycji, możemy śmiało przejść na wspólny front, wysłuchując, wspierając i wzmacniając wzajemną bliskość. To naprawdę jest możliwe. Nawet jeśli praca w tym kierunku wymaga dużego zaangażowania i wysiłku, może przynieść owoce, które zmienią domową atmosferę.

Niedawno młoda osoba, z którą miałam przyjemność pracować, poruszyła kwestię,

która także może mieć wpływ na jakość relacji. Dotyczy ona różnic w poglądach i postrzeganiu świata pomiędzy rodzicami, a dziećmi. Wspomniała, że rozwój jej pokolenia wygląda już zupełnie inaczej, niż rodziców. „Mamy dostęp do szerokiej wiedzy, nie musimy już przyjmować za jedyną słuszną prawdę tego, co dyktują nam z podręczników, tak jak kiedyś to miało miejsce. Jesteśmy bardziej otwarci, mamy też wybór, jakie poglądy chcemy przyjąć. Tylko, że rodzice nie chcą tego zrozumieć. Oni mają swoje wypracowane zdanie na każdy temat, więc gdy ja mówię, że mam inne, uznają to za buntowanie. A ja po prostu mam inne poglądy i chciałabym, aby to zaakceptowali, a nie krytykowali”. Jej wyznaczenie bardzo mnie wzruszyło, ale i przypomniało, że tak samo, jak otwarci chcemy być na świat, tak i powinniśmy być otwarci na to, jakimi oczami

dziecko go widzi. Nie jest to więc kwestia tego, że dziecko na siłę się stawia, lecz zwyczajnie jego wizja rzeczywistości może iść w innym kierunku, niż nasz. Może się to zmieniać jeszcze wielokrotnie i trzeba dać szansę na eksplorowanie i odnalezienie siebie w tym, co najbliższe własnej naturze. Bez akceptacji tego, ciężko będzie się porozumieć. O ile sobie, ani komuś innemu ta młoda osoba nie czyni tym krzywdy, dajmy jej możliwość bronięcia swojego zdania. Kiedy, jak nie teraz, podczas jej rozwoju? Pewność siebie budowana jest latami, a zapewne większości rodzicom marzy się, aby ich „krew” dawała sobie w życiu radę bez względu na okoliczności. Jeśli będziemy w przedbiegach ucinać skrzydła, nie dając możliwości argumentowania i bronięcia swoich poglądów, jak mają wyrosnąć na osoby znające swoją wartość? Podświadomy komunikat w sty-

lu „twoje zdanie się nie liczy” może towarzyszyć na wielu życiowych płaszczyznach, obniżając samoocenę i wiarę we własne możliwości. Bądźmy więc czujni, starajmy się usłyszeć, co dziecko tak naprawdę chce nam przekazać, nie zakładając z góry, że to zwyczajna próba przeciwstawiania się nam. I dotyczy to nie tylko rodziców, ale każdego, kto ma przywilej obcowania z młodymi ludźmi. Potrzeba wysłuchania i zrozumienia jest u nich niezwykle silna, dajmy im więc taką możliwość, przejawiającą się w przestrzeni na wyrażanie siebie takimi, jakimi faktycznie są.

Magdalena Kowalska

O AUTORCE

Magdalena Kowalska – psycholog, praktyk terapii Brainspotting. Obecnie prowadzi Gabinet Wsparcia Psychologicznego w Iławie, do którego zaprasza osoby dorosłe oraz młodzież. Więcej na: www.magda-lenakowalska.co.

Malborska zastawiona. A co w razie pożaru?

IŁAWA || Zgłosili się do nas mieszkańcy ulicy Malborskiej, a sprawa dotyczy drogi przy której mieszkają. Iławianie z tej części miasta zwrócili naszą uwagę na fakt nieodpowiedniego ich zdaniem parkowania pojazdów przy Malborskiej.

Zajmijcie się tym problemem, bo kiedyś może to pośrednio doprowadzić do sytuacji niebezpiecznej dla zdrowia i życia — zauważa jeden z naszych czytelników, który sam mieszka przy ul. Malborskiej. W czym dokładnie rzecz? Otóż ulica Malborska, jak większość dróg na iławskim Gajerku, jest wąska, a nawet bardzo wąska. Samochody i inne pojazdy poruszają się tu w obie strony. W godzinach popołudniowych pieszy, prowadzący np. wózek dziecięcy musi iść „środkiem” ulicy, a właściwie jedną z jej stron, tuż przy autach zaparkowanych wzdłuż Malborskiej — to akurat żadna nowość na osiedlach domków jednorodzinnych.

Kierowca chcący przejechać drogą znajdującą się w samym sercu Gajerka także musi momentami nieźle manewrować, aby omijać kolejne zaparkowane na drodze auta. Sprawdziłismy to na własnej skórze — jest tak, jak nasi zgłaszający problem czytelnicy mówią. — Najciekawsze jest to, że większość tych osób parkujących samochody na naszej ulicy, ma swoje własne



Zdjęcie wykonane przez nas w godzinach wieczornych na ul. Malborskiej w Iławie

ogrodzone podwórka, gdzie spokojnie można auto postawić. Mało kto jednak korzysta z tego przywileju: wielu mieszkańców Malborskiej, a także ich rodziny i goście, parkują swoje samochody mimo wszystko na ulicy — mówi nasz czytelnik, który jest jedną z kilku osób z Gajerka (z Malborskiej lub jej najbliższego sąsiedztwa) zgłaszających nam ten komunikacyjny problem.

— Podczas tej zimy zauważyliśmy, że pług śnieżny ma duże problemy z pokonaniem tej ulicy i odpowiednim jej oczyszczeniem. A jeśli już jedzie, to manewruje pomiędzy pojazdami. To często powoduje, że zamiast „przenosić” śnieg i błoto pośniegowe tuż pod krawężnik lub za niego, to tworzy przed naszymi bramami wjazdowymi górkę śniegu, które sami musimy niwelować — zauważa czytelnik.

Dużo większy problem pojawia się, gdy na Malborskiej (oby nie) dojdzie do pożaru lub innego wydarzenia powodującego akcję służb ratunkowych, takich jak pogotowie czy straż pożarna. Zastawiona Malborska może stwarzać problem zwłaszcza w przypadku pożaru i związanego z nim dojazdu pojazdów strażackich. Poprosiliśmy st. kpt. Krzysztofa Rutkowskiego, oficera prasowego komendy powiatowej straży pożarnej w Iławie, o ocenę tej sytuacji. Rzecznik straży, po zapoznaniu się z fotografiami wykonanymi przez nas na Malborskiej (tablice rejestracyjne pojazdów były oczywiście przez nas „zamazane”), nie miał wątpliwości, że taka

sytuacja na pewno nie pomaga w akcjach ratunkowych. Jest dokładnie odwrotnie. — Drogi pożarowe, konieczność ich zapewnienia oraz szerokości określa rozdział 6 Rozporządzenia Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji w sprawie przeciwpożarowego zaopatrzenia w wodę oraz dróg pożarowych — zaczyna odpowiedź st. kpt. Rutkowski. — W przypadku ulic osiedlowych, stanowić będą one jedyną drogę dojazdu dla służb ratowniczych. Z analizy zdjęć wynika, że w wyniku parkowania pojazdów w znaczny sposób została ograniczona przejrzystość dla samochodów ratowniczo-gaśniczych będących pojazdami o znacznych gabarytach. Taka sytuacja może znacznie wydłużyć czas dojazdu lub nawet uniemożliwić dojazd służb ratowniczych — nie ma wątpliwości oficera prasowego KP PSP Iława. A ostatnie zdanie jego wypowiedzi dedykujemy, bez żadnej złośliwości i przytyku, osobom, które parkują w wyżej opisanym sposób swoje pojazdy, nie tylko na Malborskiej, ale także na wielu innych podobnych ulicach. zico

REKLAMA

PRZEKAZUJĄC 1% PODATKU

POMAGASZ:

- zdolnym uczniom,
- pierwszorocznym studentom z naszego terenu.

DZIĘKUJEMY!

Numer KRS: 0000020098

1% Działaj lokalnie

Dofinansowano ze środków Programu „Działaj Lokalnie” Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności realizowanego przez Akademię Rozwoju Filantropii w Polsce.

Plebiscyt Sportowy „Gazety Iławskiej”:

JUŻ PO PIERWSZYCH DNIACH GŁOSOWANIA W NASZYM PLEBISCYCIE NA NAJPOPULARNIEJSZEGO SPORTOWCA, TRENERA ORAZ KLUB 2020 ROKU ZAUWAŻYLIŚMY, ŻE WALKA O ZWYCIĘSTWO W TYCH TRZECH KATEGORIACH MOŻE BYĆ ZACIĘTA DO SAMEGO KOŃCA GŁOSOWANIA.

>>> Kochamy sportową rywalizację (ale zawsze w duchu fair play) i codziennie zaglądamy do klasyfikacji naszego plebiscytu. Aktualnie (stan na wtorek 23 marca na godzinę 10.00) w kategorii Sportowiec prowadzi zwycięzca dwóch poprzednich plebiscytów, a więc piłkarz Jezioraka Iława Arkadiusz Kuciński. Na drugim miejscu jest żeglarka SSW MOS Iława, Zuzanna Liedtke, a tuż za nimi — z niewielką stratą — jest kickbokser Piechotka Team (Susz i Zalewo) Mateusz Leński. Czy ktoś w końcu zakończy hegemonię Kucińskiego? Przekonamy się 10 kwietnia, kiedy to zakończy się głosowanie.

W kategorii Trener prowadzi — póki co — Bartłomiej Boros, trener piłki nożnej w Jezioraku Iława. Szkoleniowiec ten zajął drugie miejsce w naszym poprzednim plebiscycie, a w klasyfikacji końcowej wyprzedził go wówczas trener (także) piłkarski, Jakub Wierchowski z Unii Susz (obecnie jest na drugim miejscu). Trzeci we wtorek 23.03 był Błażej Matysiak, a więc pływanie i Orka Iława.

Mamy także kategorię Klub — ta nazwa jest tylko umowna, bo rzeczywistości oprócz sformalizowanych klubów sportowych mamy tu także grupy mniej lub bardziej nieformalne, jak choćby załogi żeglarskie czy osady smoczych łodzi. Tu na razie rządzi Susz (choć... nie do końca), a dokładnie kluby z tego miasta i gminy, które mają aż czterech reprezentantów w pierwszej piątce aktualnej klasyfikacji. Najwięcej głosów ma obecnie ekipa Siatkary 30+ przy CSiR Susz, na drugiej pozycji jest akurat nie suska, a iławsko-lubawska Grupa Rajdowa Lracing! (dołączyła niedawno do grona kandydatów), a na trzecim miejscu jest MTB Epidemia Cyklozy Susz.

>>> To już kolejny plebiscyt sportowy „Gazety Iławskiej”

na przestrzeni ostatnich lat. Wcześniej głosowanie na sportowców, trenerów i kluby odbywało się za pomocą kuponów zamieszczanych w papierowym wydaniu „Gazety Iławskiej”, od kilku lat nasi czytelnicy swoich Naj wybierają za pomocą wysyłanych sms-ów.

Początek głosowania w plebiscycie sportowym za rok poprzedni rozpoczęliśmy w środę 3 lutego 2021. Głosowanie we wszystkich trzech kategoriach kończy się w sobotę 10 kwietnia w samo południe (dokładnie o 11.59) — głosy oddane po tym czasie będą nieważne. Regulamin znajdziecie Państwo na naszym portalu internetowym www.ilawa.wm.pl, gdzie także są aktualizowane na bieżąco wyniki plebiscytu.

Całą sportową zabawę podsumujemy na tradycyjnej Gali, na którą zaprosimy naszych laureatów: Złotą Dziesiątkę w kat. Sportowiec, a także najlepsze trójki w kat. Trener i Klub. W poprzednim roku, w związku z pandemią, odbywającą się w hotelu Port 110 galę musieliśmy przełożyć z marca na wrzesień, ale ostatecznie udało się ją zorganizować, a laureaci i zaproszeni goście w pełni rozumieli tę sytuację. Ostateczne wyniki głosowania podajemy jednak tradycyjnie nie na gali, tylko znane są one od razu po zakończeniu głosowania. Gala dla zwycięzcy to tylko czysta przyjemność oczekiwania na nagrodę.)

Tak jak zaznaczaliśmy na początku głosowania, wciąż można zgłaszać swoje kandydatury do plebiscytu sportowego. Trzeba tylko wysłać wiadomość na adres e-mailowy: ilawa@gazetaolsztynska.pl. W treści maila należy podać imię i nazwisko Sportowca lub Trenera (ewentualnie nazwę zgłoszonego Klubu) oraz dyscyplinę i klub, który reprezentuje. Pochylimy się nad tymi zgłoszeniami. Kan-

dydatów można zgłaszać także telefonicznie pod numerem telefonu 89 648 77 36.

Aktualizowane na bieżąco wyniki oraz regulamin plebiscytu znajdziecie na naszym portalu www.ilawa.wm.pl

PATRONI NASZEGO PLEBISCYTU:

... starosta powiatu iławskiego Bartosz Bielawski
... burmistrz Iławy Dawid Kopa-czewski
... wójt gminy Iława Krzysztof Harmaciński
... burmistrz miasta i gminy Susz Krzysztof Pietrzykowski
... burmistrz miasta i gminy Kisielice Rafał Ryszczuk

SPONSORZY NASZEGO PLEBISCYTU:

> Amex-Bączek - Producent okien i drzwi (sponsor główny)
> Port 110
> Szkoła Języków GREGOR
> Ivendo Solar
> Konstal
> Frick Gym
> Gospodarstwo Rybackie w Iławie
> Tomcolor
> Sport A-2
> Fit House - Fitness Club
> Restauracja U Czapy
> Paszynin Auto Centrum Susz
> Body Choice

Ty także chciałbyś zostać sponsorem plebiscytu? Jeśli tak, to czekamy na kontakt na adres e-mail: ilawa@gazetaolsztynska.pl lub pod numerem telefonu 89 648 77 36.

LISTA KANDYDATÓW

KATEGORIA SPORTOWIEC JAK GŁOSOWAĆ?

Aby zgłosować na danego sportowca, należy wysłać sms pod numer 7248 o treści gi.spr.x - gdzie X to numer przypisany konkretnemu sportowcowi. Koszt jednego sms'a wynosi 2,46 zł z VAT.

Na przykład aby zgłosować na siatkarkę Zuzannę Iwankowską należy wysłać sms o treści gi.spr.27

1. Sławomir Adamusiak (biegi, Iława Biega)
2. Julia Agnieszczak (żeglarstwo, SSW MOS Iława)
3. Michał Bakirzyński (wioślarstwo, Wir Iława)
4. Grzegorz Baliński (piłka ręczna, Jeziorak Iława)
5. Agata Barwińska (żeglarstwo, MOS SSW Iława)



Fot. Mateusz Parboga

Aktualnie (stan na wtorek 23 marca) w kategorii Sportowiec na drugim miejscu jest żeglarka SSW MOS Iława, Zuzanna Liedtke. Czy komuś uda się w końcu przerwać serię zwycięstw piłkarza Jezioraka, Arkadiusza Kucińskiego? Przekonamy się 10 kwietnia, kiedy zakończy się głosowanie

6. Przemysław Belka (biegi, Iława Biega)
7. Łukasz Bilicki (piłka nożna, Jeziorak Iława)
8. Adrian Błoński (sztuki walki, Arrachion Iława)
9. Wiktoria Borszewska (siatkówka, Zryw-Volley Iława)
10. Dawid Ciepluch (kickboxing, Piechotka Team)
11. Adam Cieszewski (lekka atletyka, Orka Iława Athletics)
12. Błażej Ćwiklak (piłka nożna, Jeziorak Iława)
13. Jakub Dąbrowski (piłka nożna, Orzeł Ulnowo)
14. Karol Dembiński (piłka nożna, LZS Frednowy)
15. Wit Dmuchowski (żeglarstwo, SSW MOS Iława)
16. Krzysztof Dudek (piłka nożna, Czarni Rudzienice)
17. Patryk Duński (sztuki walki, Arrachion Iława)
18. Maksym Furman (triathlon, UKS TRS Susz)
19. Piotr Gąsior (biegi, Rozbiegany Susz przy CSiR)
20. Magdalena Godlewska (Crossfit Team Susz przy CSiR)
21. Wiktoria Gołębiowska (żeglarstwo, MOS SSW Iława)
22. Martyna Górnik (lekka atletyka, Sekcja L.A przy CSiR Susz)
23. Karol Górski (żeglarstwo, Jeziorak Yacht Club)
24. Damian Grodecki (piłka nożna, GKS Wikielec)
25. Filip Grodecki (piłka nożna, GKS Wikielec)
26. Gabriela Grzywacz (tenis stołowy, Jeziorak Iława)
27. Zuzanna Iwankowska (siatkówka, Zryw-Volley Iława)
28. Mateusz Jajkowski (piłka nożna, GKS Wikielec)
29. Kacper Janik (piłka nożna, Jeziorak Iława)
30. Michał Jankowski (piłka nożna, GKS Wikielec)
31. Mateusz Jeżyński (wioślarstwo, Wir Iława)
32. Paulina Józefowicz (wioślarstwo, Wir Iława)
33. Emilia Kaca (aquathlon/pływanie/lekkoatletyka, UKS TRS Susz oraz Sekcja LA przy CSiR)
34. Zofia Kamińska (tenis stołowy, Jeziorak Iława)
35. Łukasz Kamiński (piłka ręczna, Jeziorak Iława)
36. Marcin Karczewski (piłka nożna, Czarni Rudzienice)
37. Maciej Kasprzak (żeglarstwo, MOS SSW Iława)
38. Tomasz Klinicki (biegi, Branobasen)
39. Oskar Kotłowski (piłka nożna, Jeziorak Iława)
40. Aleksandra Kowalska (lekka atletyka, Orka Iława Athletics)
41. Kamil Kozłowski (piłka nożna, Unia Susz)
42. Konrad Krużyński (piłka ręczna, Jeziorak Iława)
43. Arkadiusz Kuciński (piłka nożna, Jeziorak Iława)
44. Michał Lech (piłka nożna, Unia Susz)
45. Kamil Lendzion (sztuki walki, Arrachion Iława)
46. Mateusz Leński (kickboxing, Piechotka Team)
47. Zuzanna Liedtke (żeglarstwo, SSW MOS Iława)
48. Łukasz Luliński (piłka nożna, Unia Susz)

49. Daniel Madej (piłka nożna, Jeziorak Iława)
50. Wojciech Makowski (sztuki walki, Arrachion Iława)
51. Maciej Malinowski (piłka ręczna, Jeziorak Iława)
52. Piotr Malinowski (żeglarstwo, MOS SSW Iława)
53. Maria Markowska (piłka nożna, Unia Susz)
54. Piotr Matwiejczuk (Zalewo Team)
55. Alicja Michalewska (żeglarstwo, MOS SSW Iława)
56. Iwo Myśliński (siatkówka, Olimpia Kisielice)
57. Bartosz Nycz (piłka nożna, Zamek Szymbark)
58. Jakub Ohaka (piłka nożna, Jeziorak Iława)
59. Jakub Orzechowski (piłka nożna, Jeziorak Iława)
60. Michał Paliński (aquathlon/duathlon, LA, UKS TRS Susz)
61. Jakub Pączkowski (trójbój siłowy, Mendelejew Team Iława)
62. Tomasz Płodzicki (biegi, Iława Biega)
63. Miłosz Pniewski (karate kyokushin, Iławski Klub Kyokushin Karate)
64. Mateusz Pokojski (piłka nożna, Jeziorak Iława)
65. Marcin Prorok (piłka ręczna, Jeziorak Iława)
66. Adrian Przybyła (biegi, Iława)
67. Jan Rohde (żeglarstwo, MOS SSW Iława)
68. Robert Rólkiewicz (siatkówka, Olimpia Kisielice)
69. Maksymilian Rutkowski (piłka nożna, Unia Susz)
70. Patryk Rutkowski (piłka nożna, Olimpia Kisielice)
71. Jakub Ryś (wioślarstwo, Wir Iława)
72. Bogumiła Ryś (wioślarstwo, Wir Iława)
73. Aleksandra Sagan (wioślarstwo, Wir Iława)
74. Wiktor Sawicki (piłka nożna, Jeziorak Iława)
75. Paulina Skrzyniarz (lekka atletyka, Sekcja L.A przy CSiR Susz)
76. Roksana Słupek (triathlon, UKS TRS Susz)
77. Tadeusz Sobucki (piłka nożna, Unia Susz)
78. Krystian Staniec (piłka nożna, Unia Susz)
79. Jakub Stanikowski (piłka nożna, Jeziorak Iława)
80. Grzegorz Sypniewski (sztuki walki, Arrachion Iława)
81. Michał Szczypiński (piłka nożna, Osa Ząbrowo)
82. Regina Szczypińska (kreglarstwo osób niewidomych i słabowidzących, Morena Iława)
83. Oliwier Szkamelski (piłka nożna, GKS Wikielec)

Na prowadzeniu Kuciński, Boros i Siatkary 30+

84. Sebastian Szypulski (piłka nożna, GKS Wikielec)
85. Marcin Tkaczyk (żeglarstwo, Jeziorak Yacht Club)
86. Hanna Tomczyk (aquathlon/pływanie, UKS TRS Susz)
87. Jan Tomczyk (aquathlon/pływanie, UKS TRS Susz)
88. Mateusz Wamka (triathlon, Orka Iława)
89. Daniel Weisgerber (fitness sylwetkowe, Iława)
90. Marcel Wiatrowski (triathlon, Orka Iława)
91. Iga Wielczyk (żeglarstwo, MOS SSW Iława)
92. Oskar Wielczyk (żeglarstwo, MOS SSW Iława)
93. Mateusz Wiśniewski (piłka nożna, Unia Susz)
94. Oskar Wójtowicz (piłka nożna, Unia Susz)
95. Jakub Zalewski (piłka nożna, triathlon, GKS Wikielec/Orka Iława)
96. Maciej Zalewski (piłka nożna, Jeziorak Iława)
97. Jan Zawadzki (piłka nożna, Jeziorak Iława)
98. Jan Zieliński (piłka nożna, GKS Wikielec)
99. Martyna Zielińska (lekka atletyka, Orka Iława Athletics)
100. Klaudia Żelazowska (strzelectwo osób niewidomych i słabowidzących, Morena Iława)

101. Karolina Fafńska (trójbój siłowy, Mendelejew Team Iława)
102. Nikola Sołobodowska (siatkówka, Zryw-Volley Iława)
103. Ewelina Jarnicka (siatkówka, Zryw-Volley Iława)
104. Łukasz Rękawiecki (rugby na wózkach, Avalon Extreme, Iława)
105. Szymon Tarwacki (trójbój siłowy, Mendelejew Team Iława)

KATEGORIA TRENER JAK GŁOSOWAĆ?

Aby zagłosować na danego trenera, należy wysłać sms pod numer 7248 o treści gi.trn.x – gdzie X to numer przypisany konkretnemu trenerowi. Koszt jednego sms'a wynosi 2,46 zł z VAT. Na przykład aby zagłosować na Wojciecha Janusza należy wysłać sms o treści gi.trn.13

1. Mariusz Augustyniak (cross-fit, Team Susz przy CSiR)
2. Sławomir Banacki (triathlon, Orka Iława)
3. Bartłomiej Boros (piłka nożna, Jeziorak Iława)
4. Krzysztof Brejdaowski (piłka nożna, Jeziorak Iława)
5. Radosław Burza (triathlon, Orka Iława)
6. Jarosław Chodowiec (piłka nożna, Unia Susz)
7. Piotr Dymowski (piłka nożna, Jeziorak Iława)

8. Wojciech Figurski (piłka nożna, Jeziorak Iława)
9. Krzysztof Furmański (piłka nożna, AMT Unia Susz)
10. Mariusz Gąsior (piłka nożna, Orzeł Ulnowo)
11. Tomasz Gąska (karate kyokushin, Iławski Klub Kyokushin Karate)
12. Łukasz Gurowski (piłka nożna, Jeziorak Iława)
13. Wojciech Janusz (żeglarstwo, SSW MOS Iława)
14. Piotr Kacperek (piłka nożna, GKS Wikielec)
15. Marek Karbowski (żeglarstwo, SSW MOS Iława)
16. Krzysztof Królik (żeglarstwo, SSW MOS Iława)
17. Piotr Lange (piłka nożna, Jeziorak Iława)
18. Daniel Madej (piłka nożna, Jeziorak Iława)
19. Maria Madej (wioślarstwo, Wir Iława)
20. Michał Maśkiewicz (żeglarstwo, SSW MOS Iława)
21. Błażej Matysiak (pływanie, Orka Iława)
22. Piotr Matysiak (piłka nożna, Zamek Szymbark)
23. Maciej Myszkiewicz (lekka atletyka, Para na dystansie)
24. Aneta Ostanek (lekka atletyka, Lekkoatletyka dla każdego/Orka Iława Athletics)

25. Jarosław Piechotka (ki-ckboxing, Piechotka Team)
26. Paweł Pierczyński (wioślarstwo, Wir Iława)
27. Małgorzata i Mieczysław Pietruczuk (siatkówka, Zryw-Volley Iława)
29. Jarosław Płoski (piłka nożna, Czarni Rudzienice)
30. Marcin Prorok (piłka ręczna, Jeziorak Iława)
31. Łukasz Puchta (piłka nożna, Jeziorak Iława)
32. Tomasz Radziński (piłka nożna, Jeziorak Iława)
33. Mateusz Rykaczewski (piłka nożna, Jeziorak Iława)
34. Remigiusz Sobociński (piłka nożna, GKS Wikielec)
35. Grzegorz Stypiński (wioślarstwo, Wir Iława)
36. Andrzej Szczegielniak (tenis stołowy, sekcja przy CSiR Susz)
37. Krzysztof Szczypiński (piłka ręczna, Jeziorak Iława)
38. Arkadiusz Szewczyk (strzelectwo osób niewidomych i słabowidzących, Morena Iława)
39. Andrzej Szysler (lekka atletyka, sekcja LA przy CSiR w Suszu)
40. Dawid Tarasiewicz (sztuki walki, Arrachion Iława)
41. Wojciech Tarnowski (piłka nożna, GKS Wikielec)
42. Jakub Wierchowski (piłka nożna, AMT Unia Susz)

43. Dawid Wiśniewski (siatkówka, Siatkary 30+ przy CSiR Susz)
44. Marek Witkowski (piłka nożna, Jeziorak Iława)
45. Emilia Włodarska (tenis stołowy, Jeziorak Iława)
46. Patryk Wodzicki (piłka nożna, GKS Wikielec)
47. Marek Woronowicz (piłka ręczna, Jeziorak Iława)
48. Krystian Wrześniak (piłka nożna, Czarni Rudzienice)

KATEGORIA KLUB JAK GŁOSOWAĆ?

Aby zagłosować na dany klub, należy wysłać sms pod numer 7248 o treści gi.klb.x – gdzie X to numer przypisany konkretnemu klubowi. Koszt jednego sms'a wynosi 2,46 zł z VAT. Na przykład aby zagłosować na LZS Frednowy należy wysłać sms o treści gi.klb.16

1. #8ranobasen
 2. Arrachion Iława
 3. Biegacze Gorszego Sortu Iława
 4. Cross Fit Team Susz
 5. Czarni Rudzienice
 6. Drakens Iława
 7. GKS Wikielec
 8. Iława Biega
 9. Iławski Klub Kyokushin Karate

10. Iławskie Dzikie
 11. Iławskie Smoki Jezioraka
 12. Jeziorak Iława
 13. Jeziorak Yacht Club
 14. Koszykówka sekcja przy CSiR Susz
 15. Lekkoatletyka dla Każdego/Orka Iława Athletics
 16. LZS Frednowy
 17. Morena Iława
 18. MTB Epidemia Cyklozy Susz
 19. Olimpia Kisielice
 20. Orka Iława
 21. Orzeł Ulnowo
 22. Osa Ząbrowo
 23. Piechotka Team
 24. Rezerwowe Psy
 25. Rozbiegany Susz
 26. Sekcja koszykówki CSiR Susz
 27. Sekcja lekkoatletyczna przy CSiR Susz
 28. Siatkary 30+ przy CSiR Susz
 29. SSW MOS Iława
 30. Towarzystwo Tenisa Ziemnego w Iławie
 31. UKS Mały Jeziorak Iława
 32. UKS TRS Susz
 33. Unia Susz
 34. Wir Iława
 35. Volley Vasył CSiR Susz
 36. Załoga żeglarska Piotra Matwiejczuka Zalewo Team
 37. Zamek Szymbark
 38. Zryw-Volley Iława
 39. Grupa Rajdowa LRacing

Mateusz Partyga

PATRONI PLEBISCYTU



Gmina Miejska Iława



Gmina Iława

Starostwo Powiatowe
w Iławie

Gmina Susz

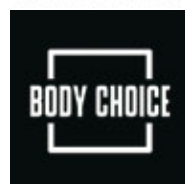


Gmina Kisielice

SPONSORZY



SPONSOR GŁÓWNY



Do końca nie wiemy, dlaczego Nastka jest chora

ZDROWIE || Rodzice Anastazji z Iławy nie znają przyczyny jej zaburzonego rozwoju ani pełnej diagnozy. Potrzebne jest szerokie badanie genetyczne. Szerokie i... kosztowne.

Zespół dziecka wiotkiego z opóźnieniem rozwoju psychomotorycznego z mielinizacją ośrodkowego układu nerwowego – to diagnoza, którą postawiono Anastazji Podzińskiej z Iławy. – Do końca jednak nie wiemy, co jest Nastec – mówi jej mama, pani Honorata. – To się do końca lekarzom córki nie składa w jedną całość, więc szukamy dalej.

>>>Przyszła na świat we wrześniu 2015 roku jako zdrowa dziewczynka. Nic nie wskazywało na to, że będzie miała poważne problemy zdrowotne. – Nasz niepokój pojawił się, kiedy córeczka skończyła 4 miesiące – opowiadają rodzice. – Zauważyliśmy, że Nastka nie potrafiła unosić główki podczas leżenia na brzuszku, nie przekreślała się z pleców na brzuch, miała również problemy z utrzymaniem zabawek w rączkach.

Postanowili poddać córeczkę badaniom, aby dowiedzieć się, co jest tego przyczyną. Wyniki przyniosły zatrważające wieści. Do dziś jednak do końca nie wiadomo, jakie są przyczyny jej zaburzonego rozwoju.

Dlatego i rodzice, i rodzeństwo, a także dalsza rodzina małej Anastazji szukają dla niej ratunku. Po pierwsze: poprawnie zdiagnozować to, co jej dolega, dlaczego nie rozwija się prawidłowo. Drugim krokiem będzie leczenie... Na jedno i drugie potrzebne są pieniądze. Do tej pory dziewczynka miała wykonane prawie wszystkie dostępne badania genetyczne, które są refundowane. Natomiast to badanie, którego wyniki może w końcu wyjaśnić, dlaczego Nastka się rozwija akurat w ten sposób, nie jest refundowane. Pacjent musi za nie zapłacić sam. W tym celu rodzice dziewczynki prowadzą na portalu się pomagają

zbiórkę publiczną (wystarczy wpisać imię i nazwisko dziewczynki).

– Badanie WES jest bardzo drogie, bo jego koszt to około 6 tysięcy zł – mówi pani Honorata. WES (ang. Whole Exome sequencing – sekwencjonowanie całego eksomu) to najszersze z możliwych do wykonania badań genetycznych dla dzieci.

– Jestem mile zaskoczona, że społeczność postanowiła nam pomóc, bo wirtualna skarbonka szybko się zapełnia. Bardzo wszystkim dziękuję – mówi pani Honorata.

>>>Anastazja we wrześniu skończy sześć lat i zacznie naukę w „zerówce”. Mama



Anastazja z ukochanym pieskiem

dziewczynki trochę się tego obawia, dziecko nie chodzi, samo nie je. Rodzice liczą, że uda się zapisać ją do najbliższego przedszkola. Dzięki temu, w razie potrzeby, zawsze będą blisko. Pan Patryk, tata dziewczynki, pracuje, ale mama jest do dyspozycji. Dzień w dzień karmi Anasta-

zję, która je na leżąco. Można się z nią porozumieć, mimo że nie mówi zbyt dobrze, to ma swoje określenia na niektóre słowa. – Nie mówi pełnymi zdaniami, tak jak inne dzieci w wieku pięciu lat – opowiada jej mama. Ważne, że mówi „mama”, „tata”, „baba”. – Pieska też zawoła po swojemu,

ale nie komunikuje się w tym sensie, że powie, kiedy chce jeść – mówi pani Honorata. Dziewczynka nie podzieli się na przykład informacją, że coś ją boli. – Jest dzieckiem precyzyjnym, uśmiechniętym, wesołym. Dzieci w ogóle dają nam ogrom szczęścia – podkreśla pani Honorata. – Mamy jeszcze Natalię i Kacpra, wszyscy się wspieramy.

Anastazja, mimo swojej niepełnosprawności, jest prawdziwym „słoneczkiem”, rzadko płacze. Uwielbia słuchać muzyki, śpiewać po swojemu. Kocha zwierzęta, uczęszcza na hipoterapię, co sprawia jej ogromną radość. Niestety, w okresie zimowym kontakt z końmi jest wyjątkowo trudny przy niezadaszonym obiekcie. Najmniejszy nawet postęp córki jest dla całej rodziny wielkim sukcesem. Nastka wiele osiągnęła dzięki długotrwałej rehabilitacji. I będzie jeszcze jej potrzebować.

Edyta Kocyła-Pawłowska

REKLAMA

Z MOYĄ na Mazury – nowa stacja paliw w Iławie

W Iławie rozpoczęła działalność nowa stacja paliw MOYA, której właścicielem jest spółka Anwim. Jest to punkt o charakterze tranzytowo-miejskim, świetnie dostosowany zarówno do obsługi ruchu lokalnego, jak i wypoczywających w okolicy turystów.

Nowa stacja paliw MOYA mieści się przy ul. Produkcyjnej 2 – na drodze krajowej nr 16, u wylotu z Iławy w kierunku Ostródy. Jest to ważny szlak komunikacyjny łączący Grudziądz z Olsztynem. Stacja oferuje wszystkie rodzaje paliwa, czyli benzynę 95, 98, olej napędowy standardowy, uszlachetniony ON MOYA Power oraz LPG. Znak jakości TankQ, widoczny w graficznej formie na dyspozytorach wszystkich stacjach sieci MOYA, zapewnia tankujących kierowców o najwyższych jakościowo parametrach wlewanego do baku paliwa. Jest to możliwe dzięki okresowej jego kontroli przez niezależne laboratorium J.S. Hamilton Poland Ltd. – jednej z trzech instytucji posiadających atest Państwowej Izby Handlu dotyczący kontroli jakości paliw. Kierowcy mogą także skorzystać z ogólnodostępnego kompresora.

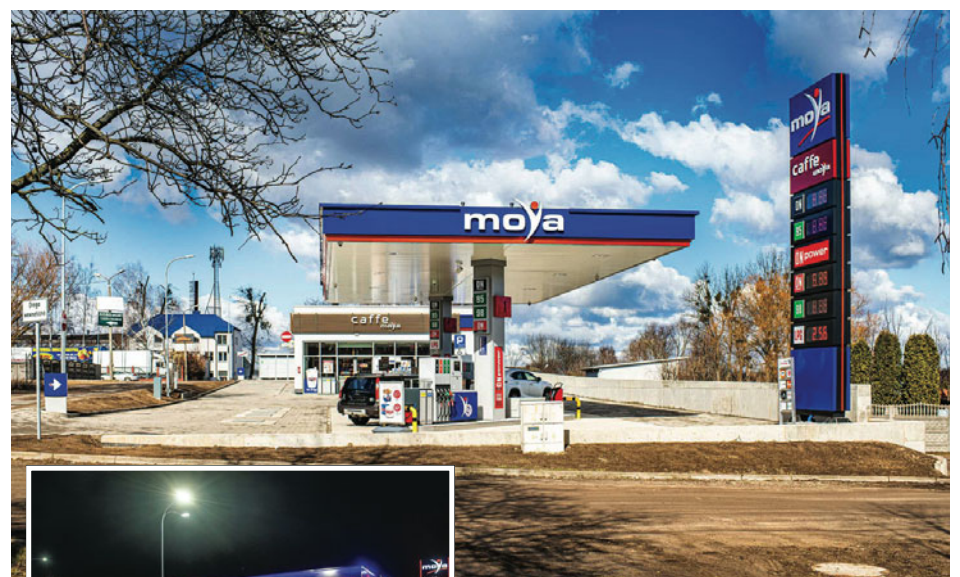
Stacja paliw MOYA w Iławie posiada rozszerzony koncept gastronomiczny Caffè MOYA, w którym można napić się aromatycznej kawy i zjeść smaczny, pożywny posiłek. Bogata oferta Caffè MOYA sprawia, że znajdują w niej coś dla siebie i kierowcy, przed którymi jeszcze długa trasa i ci, którzy wstąpią tu po drodze do pracy czy do domu. W menu obok różnego rodzaju hot-dogów i świeżych zapiekanek klienci mają do wyboru również świeże kanapki, sycącą pizzę, zestawy amerykańskie (stripsy z kurczaka z frytkami), burgery z wołowiną i z kurczakiem i wiele innych pyszności zarówno na gorąco, jak

i na zimno. Rzecz jasna, do pobudzającej kawy, która dostępna jest w wielu wariantach smakowych, oferujemy również wybór słodkich dodatków – ciastek, bułeczek, rogalików.

Dobrze zaopatrzonego sklep wielobranżowy to propozycja zarówno dla tych, którzy chcą zaopatrzyć się na dalszą podróż, jak i tych, którzy wracając do domu, chcą uzupełnić brakujące produkty. Bardzo dobre promocje, każdego miesiąca zmieniająca się oferta produktów w atrakcyjnych cenach, programy lojalnościowe – to tylko niektóre z zalet przystajnych sklepów MOYA.

SIEĆ STACJI PALIW MOYA

Stacje paliw MOYA obecne są we wszystkich województwach przy głównych trasach tranzytowych, drogach lokalnych i w miastach. Oferują najwyższej jakości paliwa: benzynę 95, 98, LPG oraz olej napędowy w wersji standardowej oraz premium – ON MOYA Power. Kierowcy pojazdów ciężarowych i dostawczych mają do dyspozycji dystrybutory zapewniające szybkie tankowanie paliw oraz dostęp do coraz popularniejszego płynu AdBlue. Dla klientów flotowych ciekawą propozycją jest program MOYA Firma, dzięki któremu możliwe jest dokonywanie płatności bezgotówkowych. Aplikacja mobilna MOYA Firma daje możliwość efektywnego zarządzania flotami samochodowymi. Część stacji MOYA wyposażona jest dodatko-



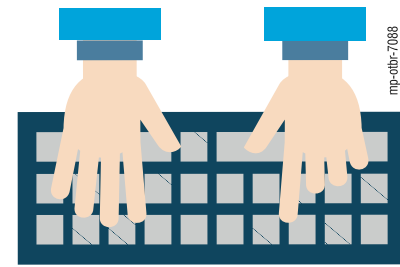
wo w parkingi dla samochodów ciężarowych, myjnie, kompresory czy odkurzacze. Stacje działające w ramach sieci spełniają najwyższe

standardy obsługi i jakości. Wszystkie paliwa oferowane na stacjach MOYA są zgodne z wymogami aktualnych norm dotyczących jakości paliwa oraz obowiązującym rozporządzeniem w sprawie wymagań jakościowych dla paliw ciekłych. Gwarancją jakości paliw na stacjach w barwach MOYA jest niezależny program badania paliw – TankQ.

www.moyastacja.pl



Nie musisz wychodzić z domu nadajogloszenie.pl



mp-otr-7088

*Szanowni Państwo,
Mieszkańki i Mieszkańcy Iławy*

Życzymy Państwu, aby Święta Wielkanocne minęły
w atmosferze rodzinnego ciepła i spokoju dającego siłę
do codziennych obowiązków.

Aby przyniosły radość oraz wzajemną życzliwość.
Niech ta świąteczna, wiosenna pora napełni nas pokojem
i wiarą, niech da nam siłę do pokonywania trudności
i pozwoli z ufnością patrzeć w przyszłość.

Burmistrz *Przewodniczący Rady*
Miasta Iławy *Miejskiej w Iławie*
Dawid Kopaczewski **Michał Młotek**
wraz z pracownikami wraz z radnymi
urzędu

IŁAWA *inspiruje*
...świętecznie

9521ilzi-A-G

Z okazji
Świąt Wielkanocnych
naszym Klientom,
Przyjaciółom i Sympatykom
składamy najserdeczniejsze
życzenia spokoju, radości
oraz nadziei w życiu.
Niech tegoroczne
Święta Wielkanocne
staną się dla nas wszystkich
okazją do pojednania i okazywania
sobie miłości oraz szacunku.

APZ **AM**
Paweł Zakrzewski Grzegorz Orzeszek
wraz z pracownikami

www.amnasiona.pl

9821ilzi-a-M

Olsztyńskie starostwo zaprasza do wypieku warmiaczka

– Jest już wielkanocny mazurek, więc uznaliśmy, że czas najwyższy, aby w książkach kucharskich pojawił się również warmiaczek, i to nie tylko wielkanocny – mówi Joanna Michalska, wicestarosta olsztyński. – Zachęcamy więc wszystkich do podzielenia się przepisem na pyszny wypiek, który będzie smakołykiem na co dzień i od święta. Ciasto, którym będzie się zjadać cała rodzina.

Olsztyńskie starostwo czeka na autorskie przepisy i zdjęcia gotowych frykasów. Jest jeden warunek – przepis musi być inspirowany kuchnią warmińską. Na autorów najciekawszych, w opinii zarówno jury, jak i internautów, propozycji czekają nagrody ufundowane przez Powiat Olsztyński oraz PSS Społem w Olsztynie, który deklaruje również, że zwycięski warmiaczek trafi na półki w ich sieci sklepów spożywczych. Będzie też produktem promocyjnym starostwa i regionu.

– Warmiaczek to kolejna odsłona promocji naszego regionu, który cały czas pozostaje w cieniu Mazur – mówi Joanna Michalska.

**Konkurs
na warmiaczka**
*wypiek na co dzień
i od święta*

www.powiat-olsztynski.pl www.facebook.com/powiatolsztynski

– A z pewnością zasługuje na dużo większe uznanie, bo jest wyjątkową krainą. Warmia jest miła... i z pewnością też smaczna. Dlatego zachęcamy do wspólnej zabawy i sami jesteśmy ciekawi propozycji – czy to będzie słodkie cia-

sto, czy wytrawny wypiek? Nadchodzące święta wielkanocne to dobra okazja, by swoje pomysły przetestować – upiec i dać posmakować rodzinie, a później wysłać zgłoszenie do naszego konkursu.

**Zgłoszenia należy przesłać
do 11 kwietnia mailem na adres
ipr@powiat-olsztynski.pl.**
W treści powinny znaleźć się
dane autora: imię i nazwisko, adres,
numer telefonu. Przesłanie zgłoszenia
jest jednoznaczne z akceptacją
regulaminu zabawy.

**Informacje o konkursie oraz regulamin
na stronach www.powiat-olsztynski.pl
oraz facebook.com/powiatolsztynski.**

Akcja pod patronatem „Gazety Olsztyńskiej”

**GAZETA
OLSZTYŃSKA**

27321otbr-A-G

Rozpocznij karierę z:

ORISTO
meble do łazienek

Z nami zdobędziesz zawód:

- **Stolarza**
- **Mechanika- operatora maszyn do produkcji drzewnej**
- **Mechanika monter maszyn i urządzeń**
- **Elektryka**



fb.com/oristomeble
instagram.com/oristo_meble_lazienkowe

www.oristo.pl

Nasze atuty:

- ciekawa praca pod okiem mistrzów przy nowoczesnych maszynach,
- ekstra premia od firmy za każdy dzień praktyk,
- dodatkowe bonusy i przywileje dla pracowników firmy,
- wsparcie w dojazdach do pracy i indywidualne podejście podczas planowania godzin praktyk,
- realizacja 3-letniej praktyki ze wsparciem firmowego koordynatora praktycznej nauki zawodu,
- po ukończeniu praktyk możliwość stałego i stabilnego zatrudnienia.

Pobierz wzór podania ↓
www.oristo.pl/dlaucznia



Skontaktuj się z nami ↓

Sabina Kwaśniewska
tel. 606 312 270
sabina.kwasniewska@oristo.pl

Masz moc!



Przekaż 1% podatku!

Fundacji „Przyszłość dla Dzieci”

Podaruj dzieciom lepsze życie!

KRS 0000148747
www.przyszloscdladzieci.org



Nowe pomosty i remont na parterze

ŁAWA || W Ekomarinie praca wre – dzięki pozyskaniu środków zewnętrznych, ale także dzięki pieniądzą własnym, władze Ławy przeprowadzają tu inwestycję związaną z budową nowych pomostów, oraz pracami w samym budynku.

Można uznać, że na tę jedną inwestycję składają się dwie części: ta związana z pracami wykonanymi w samym budynku Ekomariny, a konkretnie na jej parterze, oraz część związana z rozbudową, m.in. na potrzeby młodych żeglarzy, pomostów na Jezioraku. Będąc gospodarzem obiektu władze Ławy postanowiły poszerzyć zakres możliwości przystani żeglarskiej, a także przystosować jej wnętrze do aktualnych potrzeb. — Parter budynku Ekomariny zostanie gruntownie przebudowany. Charakter, przeznaczenie i wygląd pomieszczeń, z których wodniacy korzystali dotychczas, zostanie zmieniony — mówi nam wiceburmistrz Ławy, Krzysztof Portjanko,

Całkowity koszt inwestycji w ławskiej Ekomarinie wyniesie ponad 2 miliony złotych (szczegółowe rozbić na kwoty poniżej), z czego aż 85 procent środków finansowych udało się pozyskać z programu unijnego, jeszcze za poprzedniej kadencji władz miasta.



Pomost istniejący od początku unijnego projektu, związanego z budową Ekomarin m.in. nad Jeziorakiem i jeziorem Ewingi, zostanie przebudowany i rozbudowany

>>> Po zakończeniu prac, na najniższej kondygnacji Ekomariny znajdować się będą pomieszczenia przeznaczone na warsztat szutniczy oraz magazyn na sprzęt żeglarski (ale nie na same łodzie). Przetarg na wykonanie tej nabrzeżnej części inwestycji wygrała ławska firma HD Invest, a koszt jej realizacji to 88 739 złotych.

Dużo więcej, bo aż 1 932 004 złotych pochłonie budowa pomostów — na Jezioraku staną dwa nowe, a trzeci, już istniejący, zostanie rozbudowany (w szerz). Tu przetarg na wykonanie inwestycji wygrała firma Sorted z Piaseczna.

Byliśmy już na miejscu, gdzie zastaliśmy ekipę roz-



Kafar. Tak nazywa się ta piękna, zgrabna maszyna, którą widać na zdjęciu. Kafar służy m. in. do budowy pomostów na zamrzniętych akwenach, a taki nowy pomost powstawał niedawno na Jezioraku przy ławskiej Ekomarinie

poczynając proces budowy pomostów. Jak się okazało, urządzenie zwane kafarem (służy do budowy pomostu) obsługiwali specjaliści z Giżycka, a więc także nadjeźdźniogo miasta.

>>> Jeden z nowych pomostów (Pomost 3) będzie służył wodowaniu jednostek pływających, zakładamy, że szczególnie przyda się on młodym żeglarzom pływającym w szkoleniowej klasie Optimist. To tak naprawdę główny cel przedsięwzięcia — stworzenie lepszych warunków dla zawodniczek i zawodników Stowarzyszenia Sportów Wodnych MOS Ława. Projekt inwestycji nosi bowiem nazwę: „Rozwój za-

plecza pozaszkolnych form szkoleń żeglarskich w oparciu o Ekomarinę w Ławie”.

Trzy pomosty, w tym dwa nowe. Zaczynamy od tego już istniejącego. Jak zauważa wiceburmistrz Ławy, potrzeba rozbudowy tego pomostu spowodowana była m.in. faktem, że znajdujące się najbliżej brzegu miejsca do cumowania w rzeczywistości do cumowania jachtów czy motorówek się nie nadawały. Jest tam za płytko i jedynymi jednostkami, które mogły tam podpływać, były... rowery wodne i kajaki.

Pomost istniejący od początku unijnego projektu, związanego z budową Ekomarin m.in. nad Jeziorakiem i jeziorem Ewingi, zostanie przebudowany i rozbudowany. Część prostopadła do brzegu, o długości 36 metrów, pozostanie bez zmian, za to wydłużona zostanie część równoległa, czyli najdalej wysunięta w jezioro. W tej części pomost mający przed remontem 36 m „wydłuży się” o 24 metry (trzy 8-metrowe segmenty, stworzone w technologii identycznej jak obecne) i będzie miał łącznie, po zakończeniu prac, 60 metrów. Pomost zachowa kształt litery „T”, trap pozostanie bez zmian.

Pomost 2 także będzie miał kształt klasycznej „T”, jego składowymi będzie pięć nowych segmentów o rozmiarach 12x3 metra oraz jeden

o rozmiarze 8x3m. Całkowita rozpiętość pomostu to 32 metry na 36 metrów, przy trzymetrowej szerokości pomostu. Trap będzie miał wymiary 9,5 na 1,5 metra.

Pomost 3 to dwa nowe segmenty 12x3 metra i dwa nowe segmenty 8x3 metra. Pomost, zbudowany w literę „T”, będzie miał trap o wymiarach 9,5 na 1,5 metra, ale będzie położony niżej nad lustrem wody, niż Pomost 1 i 2.

— Pomosty 1 i 2 służyć będą do czasowego cumowania większych jednostek, natomiast Pomost 3 służyć będzie to ręcznego slipowania łódek szkolnych dla dzieci — tłumaczy Krzysztof Portjanko.

Łącznie, dzięki rozbudowaniu bazy pomostów, w ławskiej Ekomarinie powstanie 30 nowych miejsc cumowniczych. Zawarta z wykonawcami umowa koniec prac określa na ostatni dzień maja 2021 roku.

Mateusz Partyga

ZDANIEM BURMISTRZA

Mówi Dawid Kopaczewski, burmistrz Ławy:

— W czasach pandemii, gdy tak wiele ograniczeń nas dotknęło, ten projekt nabiera dodatkowego znaczenia. Mamy wyjątkowych trenerów żeglarstwa, którzy dzięki tej inwestycji będą mieli nowe możliwości szkoleniowe dzieci i młodzieży. To kolejna okazja, by pokazać, jak ciekawe jest życie bez komputera czy telefonu, a wszystko to nad pięknym Jeziorakiem.

REKLAMA



**DIETY
ŻYCIA**

Jedz zdrowo, żyj zdrowo

www.dietyzycia.pl



Catering dietetyczny dla wymagających
www.dietyzycia.pl

Wybierz swoją dietę, zadzwoń i zamów już dziś!

- Dieta skuteczne odchudzanie • Dieta życia • Dieta masa+
- Dieta niskowęglowodanowa • Dieta rzeźba+ • Dieta wege + ryby
- Dieta bez glutenu i nabiału • Dieta paleo • Dieta japońska
- Dieta SIRT • Dieta Dr Dąbrowskiej • Dieta kategoryczna • Dieta vegan
- Dieta o niskim indeksie glikemicznym • Dieta Twojego dietetyka

tel. 511 127 866 | e-mail: bok@dietyzycia.pl

PRACA

NML Zatrudnię opiekunkę z doświadczeniem do rocznego dziecka, praca w Nowym Mieście Lubawskim, 512-105-399.

PRZYJMĘ pracowników budowlanych oraz murarzy, 722-264-976

ZATRUDNIĘ DIAGNOSTĘ SKP w Nowym Mieście Lubawskim tel.604-123-146.

ZATRUDNIĘ kierowcę kat.C+E w transporcie międzynarodowym do przewozu ponadgabarytów tel.604-123-146

ZATRUDNIĘ krawcową lub szwaczkę lub osobę z doświadczeniem, praca od 7.00 do 15.00, umowa o pracę, 663-440-430

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

ZATRUDNIĘ pracowników budowlanych i murarzy oraz do prac wykończeniowych tel. 506-439-480.

ZATRUDNIĘ pracowników budowlanych, 502-558-484

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie rolnym, 691671723

SPRZEDAM

DREWNO opałowe suche, pocięte sprzedam, zapewniam transport, tel.697-768-908.

GARAŻE BLASZANE, NOWOCZESNE WIATY, 798-710-329, 698-230-205.

KANAPA narożna, k. jasny brązowy, tanio, 505-094-035

NML Sprzedam kanapę z funkcją spania+ fotel z ekoskóry, drewniany stół robiony na zamówienie, 505-937-655 po 19-tej.

NML Sprzedam siwą wersalkę+ fotel i telewizor 32 calowy, 668-952-344.

NML Sprzedam- szafa pod komputer z drewna 200zł, stolik pod LCD/plazma 150zł, kosiarki i podkaszarki spalinowe od 260zł, traktorek kosiarka Briks 2500zł, rowery z Niemiec od 200zł, nawigacja GPS 90zł,, 509-347-713

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

PIEC Defro Uni 35kW, na ekogroszek 2016r. oraz zbiornik na ciepłą wodę 200L- sprzedam, 506-439-480

SIECI RYBACKIE, nowe, ręcznie obszywane, wedle potrzeb- sprzedam, 724-738-355

KUPIĘ

KUPIĘ Dyma 8 lub części. 663736110

STARE monety; Ruble kupię, 607-852-453

SZKLANE kury (bombonieri). Szkło kolorowe z PRL (talerze) kupię, 607-852-453

NIERUCHOMOŚCI

!-KANCELARIA NIERUCHOMOŚCI GUTKOWSKI; od XXw. Obsługujemy Rynek Krajowy SPRZEDAŻ-KUPNO-WYNAJEM, Iława-Niepodległości 8, www.gutkowski-nieruchomosci.pl, tel./fax. 89/649-31-19, 604-222-552

LUBAWA. Do wynajęcia pokoje z łazienką , TV, wspólnym aneksem kuchennym, pralnią. Wynajem długoterminowy: pok. 2os. 500zł za miesiąc za osobę; pok. 3os.; 4os. i 5os. 400zł za miesiąc za osobę, (89)645-39-66

LUBAWA. Mieszkanie do wynajęcia, nowe, 2 pokoje, 2 piętro z windą, 505-094-035

NML Kupię kawalerkę w Nowym Mieście Lubawskim lub okolicy, 698-466-569

NML Przyjmę na mieszkanie lub pokój- umeblowane, 571-339-926

NML Sprzedam budynek mieszkalny 180m2, po kapitalnym remoncie, ocieplony, podpiwniczony, działka 22 ary, 2 garaże, okolice Biskupca Pom. 782-530-992.

NML Sprzedam budynek mieszkalny 60m2 w Nowym Mieście Lubawskim, 503-567-300

NML Sprzedam dom w Pacótkowie ul.Kolorowa, 604-562-972

NML Sprzedam działkę 0,784ha z zabudową pod działalność gospodarczą w Nowym Mieście Lubawskim, 603-124-907.

NML Sprzedam garaż metalowy w Kurzętniku przy ul.Dworcowej 9, cena do uzgodnienia, 511-412-660

NML Sprzedam kawalerkę 35,1m2 w bloku, ul.Grunwaldzka, Nowe Miasto Lubawskie, 56-474-30-20, 667-885-671

NML Sprzedam posiadłość 7ha z budynkiem mieszkalnym w Bielicach przy drodze 538 od Dino w kierunku Biskupca. Ziemia klasy IV i V, przy budynku znajduje sie staw, tel.574-760-555.

NML Wynajme mieszkanie za dbane i niedrogie, na parterze, 20m2, umeblowane z osobnym wejściem jednej lub 2 osobom o stałych dochodach, emerytura lub renta, 664-593-705

NML Wynajmę lub sprzedam mieszkanie 3 pokojowe o pow.57,5m2 z wyposażeniem przy ul.Piastowskiej 6 w Nowym Mieście Lubawskim, 605-033-854

NML Wynajmę nowe mieszkanie 58m2, 1 piętro, ul.Jagiellońska, Nowe Miasto Lubawskie oraz garaż przy ul.Grunwaldzkiej w Nowym Mieście Lubawskim, 663-440-430

SZUKAM hali na wynajem 200m2, okolice Lubawy, Nowego Miasta Lubawskiego lub Iławy, tel.665-028-221

WYNAJMĘ halę 200m2, Lubawa i okolice , 665-028-220

WYNAJMĘ NOWE MIESZKANIE W BLOKU PRZY UL.PÓŁNOCNEJ W BRODNICY, TRZY POKOJE Z ANEKSEM KUCHENNYM, tel.606-229-154

AUTO-MOTO

HONDA Accord, 2.0 benz., 505-094-035

KUPIĘ motocykle, romety, Wsk, 504-631-626

KUPIĘ motorower Simson, WSK, motorynka mogą być niesprawne. 505-431-881

NML Sprzedam Citroen Berlingo 1.6HDI diesel 2011r., ABS, 6 poduszek, klimatyzacja dwustrefowa, 603-266-956

NML Sprzedam Daewoo Lanos 1.5, 1997r. 113.000km, zarejestrowany, sprawny technicznie, 2.800zł, 507-855-042

NML Sprzedam Fiat 126P (maluch) 1993r., 56-472-15-73, 785-392-748

NML Sprzedam Fiat Seicento 1.1KAT+gaz, 2002r., 2.100zł do negocjacji 517-180-566

NML Sprzedam Ford Focus 1.6 diesel 2011r., przebieg 247.000km, zadbane, garażowany 606-320-462

NML Sprzedam przyczepkę jednoosiową do przewozu zwierząt, zaczepiana do ciągnika, zarejestrowana, garażowana, 574-909-815

NML Sprzedam Seat Altea 1.6 benzyna, 2006r., 97.000km przebiegu, 603-266-956

NML Sprzedam Skoda Rapid 1.6, 105KM, 2014r., salonowa, 692-581-996.

NML Sprzedam VW Passat 2.0TDI 2008r. automat 697-170-182

NML Sprzedam VW Touran 2.0 diesel 2003r. 696-153-950

OPEL Meriva 1,6benz., 2007r., klima, abs,wk,cz, el.sz., halogeny, komputer, tempomat, sprowadzony, k.czarny, 507-243-976

RENAULT Fluence, 2013r, 1.6 benzyna,gaz, przebieg 79.000km, cena 26.900zł, 505-749-825

SPRZEDAM Opla kadeta, 1.4benzyna (1991r.), 724-742-559

USŁUGI

BUDOWA domów, budynków gospodarczych, elewacje, prace ogólnobudowlane itp., 690-640-480.

EKSPRESOWA naprawa protez, Iława, ul. Smolki 13, 506-537-365

FIRMA BUDOWLANA wykona każdy remont w środku i na zewnątrz tel.780-086-586

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

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

POGOTOWIE kanalizacyjne. Udrażnianie, przepychanie, czyszczenie mechaniczne i ciśnieniowe wuko. Wanny, WC, zlewy, brodziki. Przeglądy kanalizacji kamera, tel.694-170-031, Erkan 24h

REMONTY, wykończenia wnętrztanio i solidnie, 725-544-833

USŁUGI BUDOWLANE- budowa domów, budynków inwentarskich, docieplenia, ogrodzenia, pokrycia dachowe, układanie kostki brukowej tel.722-264-976

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

USŁUGI remontowo- budowlane- wykończenia, docieplenia budynków, glazura, terakota, szpachlowanie, malowanie tel.517-647-634

WYKOŃCZENIA wnętrz- łazienki, płytkowanie, itp., 690-640-480.

ZWIERZĘTA

ALPAKI kupię, 725-602-002

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

MŁODE KURY nioski, kokoszki, odchowane , szczepione, kolorowe. dowóz. 882-840-281

MŁODE KURY nioski, kokoszki, odchowane , szczepione, kolorowe. dowóz. 882-840-281, 88284281

MŁODE KURY nioski, kokoszki, odchowane , szczepione, kolorowe. dowóz. 882-840-281, 88284281

MATRYMONIALNE

PANNA, 38lat poszukuje pana 30-48lat, 723-710-281

ROLNICTWO

zwierzęta hodowlane

NML Sprzedam prosiaki i cielaki, 798-893-034

NML Sprzedam prosięta- pełna profilaktyka oraz loszki prośne, 698-741-542

SPRZEDAM klacz, kucyk, cielaki, 798-816-654

SPRZEDAM prosiaki i słomę, 513-056-465

maszyny rolnicze

CZYSZCZALNIE, WIALNIE, PET-KUS KUPIĘ , 886-125-674

KUPIĘ MASZYNY ROLNICZE 886-125-674

SPRZEDAM rozrzutnik obornika Tandem, dojarę bańkową, zbiornik do mleka, siewnik zbożowy Famarol, kombajn Bizon (1988r.), 2 przyczepy:D-50, wagę inwentarską, dwukółka ciągnikowa, 784-039-985

SPRZEDAM śrutownik bijakowy w bardzo dobrym stanie, silnik 11,5 KW, cena 1300zł, 500-210-208

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

ciągniki

KUPIĘ ciągniki, sprawne lub do remontu. 888-881-802

SPRZEDAM ciągnik 3P(1988r.), cena 8000zł, koparkę Pelikan, osie ify, 724-742-559

SPRZEDAM Ursus 1012 rok 1991, II właściciel tel. 535008717

produkty rolne

GRYKĘ, FACELIĘ I INNE NASIONA KUPIĘ, 508-395-127

NML Sprzedam buraki pastewne ok.10T, ziemniaki jadalne Natasza, buraczki- pierwszy rok bez chemii, 666-100-038

NML Sprzedam jęczmień z pszenicą wczesną, 600-403-007

NML Sprzedam mieszaną zbożową i pszenżyto, 792-296-314

NML Sprzedam pszenżyto, 698-731-362

NML Sprzedam siano bele 160cm, 501-251-439

NML Sprzedam żyto i mieszaną, 530-539-431

NML Sprzedam żyto, 508-527-236

OWIES Bingo sprzedam, 798-794-456

SIANO w belach sprzedam. Ławice, 519-356-781

SPRZEDAM materiał siewny, jęczmień z dodatkiem 5% pszenicy. Silnik do Bizona w całości lub na części, koła do Bizona. Okolice Lubawy, 502-102-927

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

inne

DOPLATY; Wypełnianie e-wnio-sków; GPS; Plany azotowe; Dojazd, 662-860-456

NML Sprzedam działkę rolną nr 815/2 o pow.4,2ha, klasa ziemi I/IVa, zlokalizowana w miejscowości Kurzętniki powiat nowomiejski, 608-624-354

ORKA, uprawa, siew, inne. 724744684

SIEDLIŚKO sprzedam, dom 150m2 +budynki gospodarcze, 782-180-083

SPRZEDAM pszenicę jarą; Baloty słomy; Prasę Z224; VW Sharan, 1997r., 782-180-083

KUPON NA OGŁOSZENIE DROBNE W TYGODNIKU

dla **osób fizycznych**, nieprowadzących działalności gospodarczej (maksymalnie do **10 słów**)

Treść:.....

.....

.....

..... Daty emisji:

Imię i nazwisko:.....

Adres:

Nr tel.: Nr dowodu osobistego:

Podpis



do wiadomości Biura ogłoszeń

Królowa sportu ma się tu dobrze

LEKKA ATLETYKA || W gronie kandydatów w naszym corocznym Plebiscycie Sportowym nie mogło zabraknąć reprezentantów prowadzonej przez Andrzeja Szyslera suskiej sekcji lekkiej atletyki.

Grupa działa przy Centrum Sportu i Rekreacji. Postanowiliśmy sprawdzić, co słychać w suskiej sekcji królowej sportu.

>>> — Który z młodych sportowców nie marzy o czterokrotnej wizycie na podium podczas kolejnych czterech igrzysk olimpijskich, łączną liczbą siedmiu medali, a przy tym, żeby zostać wybranym najlepszym sportowcem świata według United Press International? To o patronce toruńskich zawodów, czyli o Irenie Szewińskiej i mitingu nazwanej na jej cześć jej nazwiskiem — mówi Andrzej Szysler, trener lekkiej atletyki z Susza.

— Nasi reprezentanci nie ulegli jednak presji rangi wydarzenia, uznawanego za nieoficjalne, halowe mistrzostwa Polski i pieczołowicie walczyli o wyniki. Oplaciło się — dodaje szkoleniowiec.

Hala Arena Toruń, 1180 zawodników z 118 klubów, dziewczęta oraz chłopcy startujący w kategoriach wiekowych: U-12, U-14 i U-16, a w każdej aż 21 konkurencji. Wśród nich zameldował się Andrzej Szysler, trener z li-

cencją Polskiego Związku Lekkiej Atletyki z sekcji LA CSiR, ze swoimi zawodnikami: Pauliną Skrzyniarz (startowała w kat. U16, bieg na 300 m; wynik 45.48 s.), Martyną Górnik (U-14, skok w dal; wynik 3.83 m), Michałem Palińskim (U-16, bieg na 1000 m; wynik 3:21.15), Zuzanną Siecińską (U-14, skok w dal; wynik 3.61 m), Alicją Iwanow (U-14, bieg na 60 m; wynik 9.87 s.), Kingą Baricą (U-14, bieg na 600 m; wynik 2:09.61) oraz Amelią Furmańską (U-16, bieg na 300 m).

Była wśród nich również Emilia Kaca, dzięki której medal toruńskich zawodów zawędrował do Susza. Emilia brązowy krążek wywalczyła w rywalizacji U-14 w biegu na 600 metrów, który zakończyła z wynikiem: 1:46.03. Z naszego województwa punktowały tylko trzy miasta: Lubawa (4 medale), Olsztyn (3 medale) i Susz!

Po zawodach trener podkreślił dzielną postawę zawodników oraz pochwalił zaangażowanie suskiego środowiska sportowego. A o zawodnikach sekcji LA działającej przy CSiR w Suszu z pewnością usłyszymy jeszcze nie raz.



Biegaczk z Susza nie próżnują. Tu zawodniczk trenera Andrzeja Szyslera podczas wycieczki biegowej do Nipkowa. Małe 6 km w tym trucht, bieg ciągły i podbiegi pod górkę

Choćby przy okazji startów zawodniczek i zawodników z grupy Lekkoatletyka dla Każdego.

A teraz trochę historii. Mówi trener Andrzej Szysler. — 16 lutego tego roku minęło 5 lat od utworzenia przy Centrum Sportu i Rekreacji im. Jana Pawła II w Suszu sekcji lekkoatletycznej. Propozycja powołania do życia zajęć dla dzieci i młodzieży wypłynęła od dyrektora CSiR Susz Jarosława Piechotki, który zwrócił się do mnie z pytaniem, czy podjąłbym się takiego zadania. Mając uprawnienia do prowadze-

nia takich zajęć treningowych, zgodziłem się i tak to się zaczęło. W roku 2019, dokładnie 4 stycznia, nasza sekcja uzyskała licencję Polskiego Związku Lekkiej Atletyki i została zrzeszona w WMZLA w Olsztynie. Już 8 stycznia tego samego roku uzyskali licencje pierwsi zawodnicy z naszej sekcji i trwamy do dzisiaj.

MASTERSI TEŻ DAJĄ RADE!

Dwa srebrne medale i dużo doświadczenia mastersów z Susza — to ostatnie osiągnięcia nestorów królowej sportu z tego miasta.



Andrzej Szysler na trasie biegu przez płotki

W Arena Toruń odbyły się jubileuszowe 30-te Halowe Mistrzostwa Polski Mastersów w lekkiej Atletyce. W zawodach uczestniczyło sześciu zawodników z Susza, którzy reprezentowali CSiR Susz i Rozbiegany Susz. Wśród nich byli: wielokrotny uczestnik i medalista tych mistrzostw, Andrzej Szysler (kategoria wiekowa 65-69 lat), który pobiegł na 60 metrów przez płotki i 800 metrów. Natomiast po raz pierwszy w tych zawodach wzięli udział: Bożena Lulińska (kat. 50-54 lat), Aldona Jurkiewicz (kat. 25-39 lat), Piotr Gąsior (kat. 35-39 lat)

i Sławomir Jurkiewicz (kat. 40-44 lata) — wszyscy wystartowali w biegu na 3000 m i Wiesław Gąsior (kat. 70-74 lata), który pobiegł sprint na 60 m.

Wszystkim zawodnikom udało się ukończyć swoje konkurencje. Medale srebrne na dystansie 60 m ppł i 800m wywalczył Andrzej Szysler w kat. wiekowej 65 -69 lat, pozostali reprezentanci Susza wrócili do domu z rekordami życiowymi i nowymi doświadczeniami w tej pięknej dyscyplinie sportu, jaką jest lekkoatletyka. Wszelkie koszty związane z dojazdem na zawody do Torunia, wpisowe i opłaty startowe za udział w zawodach zawodnicy pokryli z własnych środków finansowych.

— Jestem niezmiernie zadowolony z udziału tak licznej ekipy z naszego miasta i w tak różnych kategoriach wiekowych — mówi A. Szysler, trener, a zarazem zawodnik sekcji lekkoatletycznej Centrum Sportu i Rekreacji w Suszu i trener grupy Lekkoatletyka Dla Każdego.

>>> Więcej na temat plebiscytu sportowego piszemy na str. 12-13.

Mateusz Partyga

Słabo to wygląda. Kolejna porażka GKS-u Wikielec

PIŁKA NOŻNA || To, że Gieksa z gminy Iława w drugiej części sezonu zagra w grupie „spadkowej” III ligi wiadome było już wcześniej.

Problem w tym, że (póki co) GKS prezentuje się kiepsko na tle ligowych rywali, także będących niżej w tabeli i o utrzymanie trzeba będzie ostro powalczyć. W pierwszym w tym roku meczu o punkty Gieksa przegrała na wyjeździe z Legionovią, a teraz doznała porażki z warszawskim Ursusem.

>>> W sobotę Gieksa miała grać na swoim terenie z Ursusem. Ostatecznie pojedynek z warszawską drużyną został rozegrany w Iławie, na sztucznej murawie stadionu miejskiego. Zespół trenera Wojciecha Tarnowskiego podejmował ekipę będącą przed tym meczem na 18. miejscu

w tabeli. Jak nie — okazja do zgarnięcia kompletu punktów i poprawienia swojej pozycji wyjściowej przed rozpoczęciem drugiej części sezonu. Tyle teorii, bo na boisku okazało się, że obecnie popularne Traktorki prezentują się dużo lepiej od drużyny z Wikielca.

Początek jeszcze nie był taki zły — GKS zaatakował i nawet był bardzo bliski zdobycia bramki po uderzeniu z głowy. Ostatecznie nic do sieci nie wpadło. Za to pod drugą bramką wystarczyło, że tylko raz się zakotłowało i już goście wyszli na prowadzenie. Gola dla Ursusa zdobył — nomen omen — Tarnowski... Paweł.



Akcja GKS-u Wikielec pod bramką Ursusa

GKS do końca pierwszej połowy ambitnie walczył o wyrównanie wyniku, jednak brakowało pomysłu na roz-

montowanie bardzo dobrze funkcjonującej defensywy ekipy z Warszawy. Piłkarze Ursusa mogli imponować dynamiką, ale także indywidualnymi możliwościami technicznymi; w tej drużynie naprawdę wiedzą, jak operować piłką. Na początku drugiej połowy goście przeprowadzili szybką kontrę, po której finalizacji znaleźli się już blisko zwycięstwa — Mikołaj Neuman przytomnym strzałem pokonał Marcina Wieczarzaka. Szalę wygranej na korzyść warszawian przechyliły dwie bramki zdobyte przez Filipa Dziełaka i Macieja Prusinowskiego w samej końcówce meczu.

>> W kolejnej serii drużyna trenera Wojciecha Tarnowskiego dokończy rundę zasadniczą, do rozegrania pozostało tylko spotkanie z Bronią Radom w niedzielę 28.03 o 12.00. Następnie rozpocznie się II runda. Trzecia liga zostanie podzielona na dwie grupy: mistrzowską (8 najlepszych zespołów rundy zasadniczej) oraz spadkową (pozostałych 14 zespołów).

GKS zajmuje 14. miejsce i już teraz wiadomo, że jest w grupie spadkowej. Do bezpiecznej, ósmej lokaty ma aż sześć punktów straty. — Zespoły, które załapią się do grupy mistrzowskiej, grać będą z sobą systemem

„mecz i rewanż”, czyli rozegrają w drugiej części sezonu po 14 spotkań. Natomiast „słabiaki” z grupy spadkowej grać będą tylko raz z rywalami z tej stawki, czyli rozegrają po 13 meczów — tłumaczy trener Tarnowski.

zico

GKS Wikielec

- Ursus Warszawa 0:4 (0:1)
0:1 - Tarnowski (9), **0:2** - Neuman (51), **0:3** - Dziełak (90), **0:4** - Prusinowski (90+),

GKS: Wieczerek - Sz. Jajkowski, Otręba, Cistowski, Korzeniowski, Jankowski, M. Jajkowski, Grzybowski (61 Sobociński), Rosoliński (82 Modrzewski), Wójcik (66 Serbintowicz), Suchocki (61 Waclawski)

Reprezentant kraju, co krowy karmi. Poznajcie

**ZAPYTAŁEM
KIEDYŚ DAWIDA
GRUBALSKIEGO,
CZY JAK ZADZWONIĘ
O 8 RANO, ŻEBY
POROZMAWIAĆ
O MECZU, TO NIE
BĘDZIE DLA NIEGO
ZA WCZEŚNIE.
USŁYSZAŁEM:
„ŚMIAŁO DZWOŃ. JA
JESTEM CHŁOPAK ZE
WSI I O TEJ PORZE
TO JUŻ DAWNO
PO ROBOCIE PRZY
KROWACH JESTEM”
— ODPOWIEDZIAŁ
PÓŁŻARTEM TRENER
WICEMISTRZÓW
POLSKI I ZDOBYWCÓW
PUCHARU POLSKI
W FUTSALU.**

KS Constract Lubawa to sportowy ewenement na skalę nie tylko powiatu iławskiego, ale całego kraju. Dekadę temu chłopaki z Wałdyk zamierzali sobie, że stworzą drużynę futsalu. Droga do realizacji tego planu była krótka — w 2012 roku powstał „zamelowany” we wsi Wałdyki pod Lubawą klub, który obecnie przeżywa swój najlepszy



Dawid Grubalski uchodzi za jeden z największych młodych talentów trener-skich w polskim futsalu

okres w młodej przecież jeszcze historii. Przyznajcie szczerze — fajnie jest usłyszeć w telewizyjnej relacji, że niektórzy piłkarze reprezentacji Polski są na co dzień zawodnikami Constractu Lubawa, prawda?

Ignoranci i złośliwcy dodadzą zaraz, że to dzięki kasie z rodzinnej firmy i pieniądzom od sponsorów udało się zbudować liczący się na arenie krajowej zespół. I cień racji mieć będą, tyle że bez kasy w dzisiejszych czasach to nawet nie ma co marzyć o sukcesie (nie tylko) w sporcie. Jeśli chcesz się liczyć, to musisz wysupłać „parę groszy”. Trzeba jednak wiedzieć, że pieniądze na transfery i utrzymanie takich zawodników, jak Pedrinho, Pedro Pereira, Vitinho, Kriezel czy Ique Ribeiro to nie są jednak tak wielkie kwoty, jak w przypadku choćby tradycyjnej polskiej piłki ligowej. Gdy porównamy zarobki w ekstraklasie futsalu i ekstraklasie piłki nożnej, to przepaść jest wielka i niewytłumaczalna na dobrą sprawę.

Ale o nie o kasie, tylko o krowach i piłce miało tu być. A akurat na futsalu i mućkach Grubalscy znają się bardzo dobrze.

>>> Constract w poprzednim sezonie wywalczył tytuł wicemistrza kraju, do tego zdobył Puchar Polski po niezwykle emocjonującym meczu rozegranym w Lubawie. A to wszystko jako absolutny beniaminek, czyli drużyna debiutująca w ekstraklasie! Głównym architektem tego sukcesu jest jeden z tych, którym zamarzył się futsal we wsi Wałdyki. Dawid Grubalski — jak sam przyznaje — wielkiego talentu do piłki kopanej nie miał, dużo lepiej czuł się od początku w roli trenera i tak zostało. Smykałkę do operowania piłką o rozmiarze nr 4 (w tradycyjnym futbolu gra się „5”) miał za to jego brat Sebastian.

Obecnie 29-letni Dawid, starszy od Sebka o siedem lat, uchodzi za jeden z największych młodych talentów trenerskich w polskim futsalu. To szkoleniowa nadzieja na jutro. A Sebastian realizuje się na boisku pod dachem — oprócz tego, że jest czołowym zawodnikiem zajmującego obecnie drugie miejsce w tabeli



Dawid (z lewej) i Sebastian Grubalscy z cielakiem z ich gospodarstwa w Wałdykach

Statscore Futsal Ekstraklasy Constractu, to dostąpił także niewątpliwego szczytu gry w reprezentacji Polski. Sebastian jest zawodnikiem podstawowego składu naszej kadry, a w ostatnim dwumeczu eliminacji mistrzostw Europy z Norwegią (w piątek 5 marca i w poniedziałek 8.03) zdobył dwie bramki. Biało-czerwoni wygrali ostatecznie 3:0 i 4:1 (szersza relacja z tych spotkań na str. 15).

Jakiego zdjęcia profilowego na facebooku można by się spodziewać w przypadku utalentowanego piłkarsko 22-latk, z golami w reprezentacji Polski na koncie? Fotka z pucharem albo w koszulce kadry narodowej, zdjęcie z wakacji z ciepłych krajów — to sztańpa. Młody Grubalski na swoim profilowym poi cielaka...

>>> Jak się okazuje, trener Dawid Grubalski mocno związany jest z rodzinnym

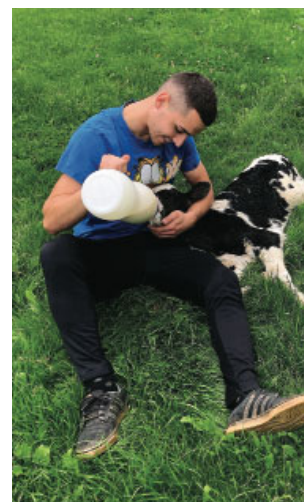
gospodarstwem rolniczym, jednak sam — póki co — wybrał inną drogę zawodowego rozwoju, niż jego młodszy brat. Dawid pracuje w biurze firmowym przedsiębiorstwa Constract, którego właścicielami są jego wujkowie, Jarosław i Edmund. Sebastian z kolei to rolnik pełną gębą (choć i starszego z braci ciągle nie już też na gospodarce). Reprezentant Polski w futsalu bacyła rolnictwa połąknał za najmłodszych lat i już teraz



Sebastian Grubalski w dwóch odstonach: sportowej i zawodowo-życiowej. Z lewej strony zdjęcie w koszulce reprezentacji Polski w futsalu z meczu z Portugalią, a z prawej podczas pojenia cielaka na swojej gospodarce

wie (mimo zaledwie 21 lat na karku), że swoją przyszłość chce związać z rodzinnym gospodarstwem rolnym. Także po zakończeniu kariery piłkarskiej, a w jego przypadku słowo kariera na pewno nie jest nadużyciem.

— Innej przyszłości nie planuję i nie wyobrażam sobie, że mógłbym robić coś innego — mówi Sebastian, absolwent technikum agrobiznesu w Ostródzie. Na studia na razie nie ma szans, za dużo obo-



wiązków w gospodarstwie i na boisku, jednak w przyszłości, już po zawieszeniu butów na kolku, nie wyklucza opcji dalszej edukacji.

U Grubalskich z Wałdyk schemat jest identyczny jak w przypadku wielu innych rodzin rolników: ojciec Jan przejął gospodarstwo od swojego taty Edmunda (dziadek Dawida i Sebastiana), a teraz szykuje już swoje młodsze dziecko do tego, aby to Sebek sam zajmował się rodzinnym biznesem na wsi. — W gospodarstwie pracuję obecnie z moim tatą i jeszcze jednym zatrudnionym przez nas pracownikiem. Coraz częściej jest tak, że to ja zaczynam podejmować najważniejsze, strategiczne decyzje. Muszę przyznać, że już czuję ciężar odpowiedzialności, bo hodowanie zwierząt to poważna sprawa. Trzeba przede wszystkim dbać o zdrowostan naszych krow, ale też o wiele innych aspektów, także finansowych — mówi Sebastian. A młody piłkarz używający zwrotu „zdrowostan krow” i będący zapalonym rolnikiem już może uchodzić za niezłego oryginała, prawda?

Na roli, jak to już na wstępie Dawid powiedział, nie ma ziewania. Dosłownie i w przenośni. Dzień pracy rolnika zaczyna się dużo szybciej niż np. dzień pracy dziennikarza.

— W zimę jest trochę spokojniej, mogę pospać dłużej. Poza tym to dla nas środek sezonu Futsal Ekstraklasy, więc rodzice znając moją sytuację i potrzebę regeneracji organizmu nie wyciągają mnie na siłę z łóżka — przyznaje futsalista-rolnik (kolejność obojętna).

— Za to w czasie żniw pracy jest mnóstwo. Wówczas budzę się i zaczynam pracę o piątej, szóstej rano, a bywa, że i o czwartej nad ranem trzeba wstać. W trakcie żniw idziesz do pracy na tyle godzin, na ile trzeba. Swoją robotę musisz zrobić już — dodaje Grubalski.

Sebastian wraz z tatą prowadzi gospodarstwo nastawione

Grubalskich

przede wszystkim na hodowlę bydła mlecznego. Obecnie mają łącznie 170 krów, z czego krów dojnych jest aż 70. Stado przebywa w dwóch nowoczesnie wyposażonych budynkach inwentarzowych. — My tylko naciskamy przycisk, a krowy same do nas przychodzą — mówi półżartem Dawid.

Poza tym Grubalscy mają całkiem pokaźny areal — do ich gospodarstwa należy 70 hektarów pól uprawnych. — Na tych 70 hektarach uprawiamy przede wszystkim kukurydzę i lucernę, a więc gatunki roślin wykorzystywane później w karmieniu naszych krów. W ten sposób otrzymujemy nasze wynagrodzenie za pracę, czyli mleko, które możemy sprzedać — mówi Sebastian.

— Tu nie ma jakiegóż przymusu. Ja to naprawdę uwielbiam. Uzależniłem się od pracy na roli w takim samym stopniu, jak od gry w piłkę. I jedno i drugie mam pod ręką praktycznie od dzieciństwa — kończy Grubalski.

Dawid też jeszcze dopowiada. — Jak już więc wiecie, aż tak wcześnie jak tata czy Sebastian nie wstaję do pracy. Tata każdego dnia budzik nastawiony ma na 4.00. Obaj od rodziców właśnie nauczyliśmy się nieustępliwie dążyć

do wyznaczonych sobie celów. Od dziecka, poprzez pracę w gospodarstwie, rodzice wprowadzali nas w dorosłe życie, a to ma przełożenie na futsal. Cierpliwość, praca i pokora to wspólne cechy obu profesji.

Mateusz Partyga

CONSTRUCT

— JAK TO SIĘ ZACZĘŁO?

Opowiada Dawid Grubalski, założyciel i trener zespołu seniorów Constructu Lubawa:

— Przyznaję się bez bicia — to w mojej głowie zakiełkował ten diabelski pomysł, aby w gminie Lubawa stworzyć drużynę futsalu. Wszystko zaczęło się jakieś dwanaście lat temu. Wraz z kolegami graliśmy w Lubawskiej Lidze Futsal, byliśmy wówczas ekipą 17- i 18-latków. Już wówczas firma Construct nas wspierała, początkowo w zakresie zakupu strojów itp. Szło nam całkiem nieźle, do tego stopnia, że wygraliśmy w końcu lubawską halówkę. Poszliśmy dalej i zgłosiliśmy się do rozgrywek Pucharu Polski. Po wygraniu w wojewódzkim turnieju kwalifikacyjnym i zdobyciu tym samym mistrzostwa województwa, awansowaliśmy na szczebel centralny PP. Los przydzielił nam zespół Uniwersytetu Gdańskiego, wówczas był to top polskiej ekstraklasy futsalu. Trybuny lubawskiej hali zapęłniły się po brzegi, a na mecz z UG przyjechał też mój wujek. Zobaczył czym jest futsal, jaka fajna, żywiołowa atmosfera panuje na meczach halowej odmiany piłki. To były główne podwaliny pod stworzenie ligowej ekipy z prawdziwego zdarzenia. Postanowiliśmy, że zgłosimy się do rozgrywek II ligi, jednak na nasze szczęście pojawiła się opcja gry od razu w I lidze. Skorzystaliśmy z niej, a dzieło się to jesienią 2013 roku. Mam rok 2021 i jesteśmy tu, gdzie jesteśmy.

Czarni myślą (nie tylko) o awansie

PIŁKA NOŻNA || Trener Jarosław Płoski mówi jasno: „Po to przygotowujemy się tej zimy, aby wywalczyć awans do klasy okręgowej”. I takie konkretne deklaracje to my lubimy i szanujemy!

Czarni Rudzienice to lider grupy 4 warmińsko-mazurskiej A klasy i faworyt do wygrania ligi i awansu. Druga w klasyfikacji Ossa Biskupiec Pomorski po rundzie jesiennej ma cztery punkty straty do ekipy z gminy Iława. Ostatnio w obozie wicelidera gr. 4 nastąpiła zmiana na stanowisku trenera. Pisaliśmy o tym w poprzednim wydaniu gazety w artykule „Patryk Wodzicki został trenerem Ossy Biskupiec Pom. Seniorów jeszcze nie prowadził”.

>>> Za to w Czarnych bez zmian, nie tylko na stanowisku trenera zespołu seniorów. Jarosław Płoski podkreśla, że stabilizacja kadrowa ma być jednym z kluczy niezbędnych do wywalczenia awansu do wyższej klasy. — Przez zimową nie nastąpiły u nas jakieś duże ruchy kadrowe, zarówno w kierunku Rudzienic, jak i w drugą stronę. To ważne, że do kolejnej rundy przystępujemy w prawie tym samym składzie, co do poprzedniej — mówi trener Czarnych.

Z drużyny lidera A klasy nikt nie odchodzi, przyszedł tylko Adrian Płoski, który ma wzmocnić rywalizację w zespole i poszerzyć kadrę. Konieczna jest praca, ale też nieznana wcześniej kwarantanna itp. — szeroka kadra jest ważna także/nawet na poziomie „Serie A”. — Może i chciałibyśmy sprowadzić do nas jakieś znane nazwiska, piłkarzy którzy byłiby dużymi wzmocnieniami, ale też nasz klub nie jest w stanie im za wiele zagwarantować — zauważa z chłodną głową szkoleniowiec.

Czarni treningi wznowili 20 stycznia. Początkowo trenowali dwa razy w tygodniu, a od 10 lutego trener Płoski zwiększył liczbę jednostek do trzech na przestrzeni siedmiu dni. Od połowy marca, czyli na dwa tygodnie przed startem rundy wiosennej sezonu 2020/21, obciążenia znowu zeszły do dwóch treningów w tygodniu. — Ta zima była wyjątkowo trudna. Po pierwsze dlatego, że w końcu spadł śnieg, na boiskach podczas



Fot. archiwum Czarnych

Krystian Wrześniak (z lewej strony) podczas wizyty u uczniów klasy 1 SP Rudzienice

sparingów mieliśmy pod nogami lód i wodę, a w ostatnich latach takich warunków jednak nie było. Po drugie, nigdy w życiu nie mieliśmy przecież bezpośredniego kontaktu z pandemią i jej negatywnymi efektami. Trenujemy i gramy na orlikach i sztucznym boisku na stadionie miejskim w Iławie, ale już z hal czy siłowni, w związku z obostrzeniami sanitarnymi, skorzystać nie możemy. Jednostki treningowe przeprowadzamy na świeżym powietrzu — mówi szkoleniowiec.

Rudzienicka drużyna w trakcie zimowego okresu przygotowawczego rozegrała siedem sparingów. Wyniki test-meczów podajemy poniżej. Trzeba przyznać, że forma strzelecka w grach kontrolnych była bardzo dobra, a rywale przeważnie pochodzą z wyższej półki niż A klasa. — Właśnie z drużynami z wyższych lig niż A klasa chcemy grać mecze kontrolne. To od nich mamy się uczyć i podpatrywać, jak to wygląda wyżej — tłumaczy Płoski.

>>> Czarni nie zapominają, że klub sportowy to nie tylko drużyna piłkarska. To także ważny fragment lokalnej społeczności, jej przywiąza-

nia i scalania, a ta w Rudzienicach zawsze była silna. Czarni wiedzą też, że muszą zadbać o młodsze pokolenie, ale także o... nowy narybek. Dlatego ostatnio odwiedzili uczniów Szkoły Podstawowej w swojej miejscowości. — Wybraliśmy się na spotkanie edukacyjne do naszej rudzienickiej podstawówki. Na zaproszenie Danuty Przybylskiej i Joanny Jędrzejczak, odwiedziliśmy uczniów klasy 1. Podczas spotkania rozmawiałem z dziećmi o pozytywnych stronach trenowania piłki nożnej oraz o tym, jaki wpływ na zdrowie ma aktywność fizyczna. Na koniec spotkania zrobiliśmy pamiątkowe zdjęcia. Dziękujemy za miło spędzony czas i zaproszenie — mówi nam Krystian Wrześniak, trener grup młodzieżowych w klubie z Rudzienic.

A trener Płoski zauważa to samo co my. — Budowanie więzi z lokalną społecznością jest bardzo ważne dla klubów sportowych, bez względu na to jak duża ta społeczność jest. Chcemy, aby mieszkańcy Rudzienic, ale też okolicznych miejscowości, jak na przykład Tynwałdu, utożsamiali się z naszym klubem, z naszymi piłkarzami — mówi

szkoleniowiec, który w Czarnych trenuje też trampkarzy. — Ważne, że mamy takiego człowieka jak Krystian Wrześniak, który jest idealnym łącznikiem klubu ze społecznością, z której się wywodzi i której jest reprezentantem. Zapraszamy zatem na treningi do Czarnych — kończy Płoski.

>>> Wznowienie rozgrywek ligowych planowane jest na ostatni weekend marca (27-28.03), Czarni pojadą wówczas do Kurzętnika na mecz z Zamkiem. Mam nadzieję, że do inauguracji rundy wiosennej dojdzie zgodnie z planem.

Mateusz Partyga

WYNIKI SPARINGÓW CZARNYCH RUDZIENICE

Czarni — Orzeł Ulnowo 3:0 (gola dla Czarnych: Adam Kołakowski, Adrian Płoski, Cezary Dedek)
Czarni — Delfin Rybno 3:4 (Marcin Karczewski x2, Bartosz Lisiak)
Czarni — Olimpia Olsztynek 3:2 (Karczewski, Dedek, A. Płoski)
Czarni — Płomień Turznic 2:2 (Karczewski, Wrześniak)
Czarni — Drwęca NML 8:0 (Karczewski x5, Dedek, Płoski, Etmański)
Czarni — Ewingi Zalewo 8:3 (Karczewski 5, Płoski, Lisiak, Etmański)
Czarni — Grunwald Gierzwałd 7:0 (Karczewski x4, Płoski x3)



Lubawa oszalała na punkcie futsalu dzięki Constructowi, tu zdjęcie z finału Pucharu Polski, w którym lubawianie pokonali Clearex Chorzów

„Kostek” – to on podaje rytm podczas biegu

PRZEWODNIK PO BIEGANIU || Wycofałem się ze świata amatorskiej rywalizacji. Moje hamulce zawodzą. Przestraszyłem się, że mogę przekroczyć granicę, zza której trudno będzie wrócić. Mam w sobie sprzeczność. Może to odreagowanie organizmu po pracy, w której sam sobie jestem szefem?

„Po niewolniczym siedzeniu godzinami odpowiedź organizmu budziła demony wysiłku. Wiem, że to nie bieganie szkodzi, tylko brak rubieży, która strzeże zdrowia. Ona gdzieś biegnie przede mną. Na zdrową starość trzeba zapracować rozwagą. To ona zatrzymała mnie w domu. Jestem na każdej biegowej imprezie w Iławie. Siadam w kąciaku przy trasie z bębni i wybijam rytm. Witam czołówkę i żegnam autobus z napisem „koniec”. Nie czuję bólu rąk. Dopiero na drugi dzień opuchnięte stawy palców przypominają mi o mojej pasji.”

Tak zacząłem rozmowę z „Kostkiem”. Wyciągnąłem z niego więcej niż się spodziewałem. Mariusz Kostkowski ciągnął dalej:

„Zmiana pracy. Przyrośnięty do krzesła z komputerem przed oczami czułem, że muszę obudzić leniwy mięśniowy dzień. Lepiej późno niż później. Miałem 35 lat jak wyszedłem po raz pierwszy na trening. Troszkę zgórki do Kwasigrocha, kawałek w lesie i powrót do domu. Wyszło pewnie z dwa kilometry. Tak kombinowałem przez



Fot. Mateusz Partyga

Deszcz podczas grania? Od czego jest parasolka! Kostek tuż przy rzece Iławce podczas jednego z iławskich biegów

miesiąc. Potem dokładałem jakieś metry. Nie chciało mi się więcej. Po co się męczyć?

Wcześniej byłem listonoszem. Piętra i okoliczne miejscowości wokół Iławy znałem na pamięć. To była nie tylko wytrzymałościowa zaprawa. Siła w mojej drobnej sylwetce też zaczęła się rozpychać. Wystartowałem z marszu w pierwszym Iławskim Półmaratonie. Godzina czterdzieści, a z nieba ukrop.

Spokojnie, bez napinki przeleciałem dystans. Może to spowodowało, że rok później zaliczyłem swój pierwszy maraton w 3.38. Warszawskie 42 km w 2012 roku przywitały mnie przyjaźnie. Wcześniej miałem operację przepukliny. Słyszałem ostrzegawcze głosy, jednak ten mój wewnętrzny przymus „muszę” zdecydował.

Starty posypały się jeden za drugim. Kilkanaście rocznie. Coraz więcej treningowych kilometrów bieganych na ilość, bez planu do przodu. Pamiętam zawody, które mnie mocno przeczochnęły. 33 km w Kretowinach; piach, górkę i skwar. Lubawska dycha. Krótko, ale padałem na niej przez parujący asfalt. Po niej znowu spokojna iławska połówka w 1.37. I tak z jednego za drugi. Nie chodziło o wynik, raczej o pogoń za granicę możliwości. Ile mogę? Czy dam radę? Po tym szaleństwie amatorskich wyzwań reset w postanowieniu: tylko jeden start w roku. A skoro jeden, to mocno, na zajazd w Maratonie Solidarności w Gdańsku. Wyszło 3.43 na luzie, bez ściany. Uduka trochę bolały po nim, ale ok.

I tak przez 3 kolejne lata, ciut lepiej i gorzej.

Urlop. Biegnę przed siebie. Wyspy Zielonego Przylądka. Kompletnie nieznaną teren. Wiatr, że łeb urywa. Brak ścieżek, wydmy. Prowokując los, pędzę przed siebie. Zgroza jak pomyślę teraz na spokojnie. Te światy istnieją we mnie. Czasami zdarzały się takie chwile.

2017 rok. Koniec. Nie biegam. Jeszcze tylko przeleciałem wokół Jeziorak w 6 godz. 31 min. 8 sek. Obok kolega wiozący energetyczny pakiet dokarmił mnie cały czas. Jestem szczupły, taki szczypior, ale bez żarcia nie ruszam się za daleko. To daje mi siłę. To był radosny kilometr, na luzie. Sam się zdziwiłem, że tak przeleciało. Nawet na mecie maratonu potrafiłem zatańczyć breakdance i stanąć na głowie. To była jednak ryzykowana zabawa. Musiałem ją przerwać. Zatrzymałem 30-kilometrowe wybieganie. W niedzielę nawet więcej. Wio, support żywnościowy i do przodu. Tak nie można, jednak wolność w przestrzeni jest we mnie. Drzemia we mnie dowiecipy z dzieciństwa, wyzwania. Szukam ich. Cza-

sami potrudzam 30 minut, rower, rolki, nordic walking. Zimą narty i łyżwy. To zamienniki na które mam troszkę czasu. Jednak umysł oczyszcza windsurfing. Trzy lata minęły jak szarpnięcie z wiatrem. Ta walka daje mi spokój na dłużej. Wymaga tylko wyjazdów na Hel. Nie czuję się kanapowcem. Mimo niedowagi, mam w sobie sprawność. Czuję ją.

Kiedyś pojechałem na maraton do Wrocławia i przez trzy dni przed nim, zamiast wypoczywać, poznawaliśmy sekrety miasta, nabijając kilometry. Praktycznie z marszu stanąłem na starcie. 24 kilometr, a ja mam dość. Jak ktoś doczłapałem do bruku Starówki. Na ostatnich 4 kilometrach mroczki w oczach i nagle słyszę muzykę z filmu „Rocky 5”. To ona mnie poniosła. Wtedy pomyślałem, że podam ten rytm innym. Maraton, to nie jest bieg na 42 kilometry, to szaleńczy wyścig na 10 km, jak już niewiele masz w sobie.

Staram się być na każdym biegu w swoim rodzinnym mieście. Uczestniczę w nim pełen emocji. Przycupnięty jak kłoszard na rondzie,

trawniku, pod mostem; siadam i gram na bębnie. Patrząc na biegających i wiem czego potrzebują, aby się uśmiechnąć. Przyspieszam, zwalniam. Coś tam przeskoczę. Czuję, że tego chcą. To nas łączy. Myślę, że lubią jak przez godziny narzucam miastu rytm.

Gram w zespole na perkusjonaliach; bębny conga (dwa duże bębny), bongosy (dwa małe), cajon (drewniana skrzynka, która ma w środku struny odpowiadające w zależności od miejsca uderzenia). Jak zatańczę do nich, siadam i roznoszę dźwięki w domu. Czasami gdzieś w plenerze np. dla żartu na moło w Sopocie. Obwieszczę światu sukces, lub topię smutki. Mam wspaniałą i wyrozumiałą żonę. Była obecna na każdym biegu. Zamartwiała się przez godziny i cieszyła się, gdy wracaliśmy do domu.

Jestem jednym z was. To, że nie startuję nie znaczy, że nie jestem z wami. To, że nie trenuję nie znaczy, że kiedyś nie spotkam się w biegu. Może mój wnuk kiedyś potrudza z wami.

Mariusz Kostkowski – Kostek. To postać innej bajki.

Paweł Hofman, trener lekkiej atletyki

Szczypiorniści Jezioraka przegrali z Akademikami w samej końcówce meczu

PIŁKA RĘCZNA || Trwa walka w II lidze piłki ręcznej. Do końca sezonu 2020/21 pozostały tylko dwie kolejki. W ostatniej serii szczypiorniści Jezioraka Iława przegrali na swoim terenie z AZS-em UMK Toruń.

Jeziorak Iława – AZS UMK Toruń 24:25 (13:10)

JEZIORAK: Prorok – Rogala 5, Dembowski 5, Kamiński 3, Giżyński 3, Trautsoł 2, Przysowa, Baliński, Piekarski,

Od razu zaznaczamy – zespół z Torunia to zupełnie inna ekipa, niż np. w rundzie jesiennej. Akademicki klub z miasta Kopernika poważnie wzmocnił swoją kadrę, a efekty przyszły natychmiast: w ostatnich meczach torunianie grają tak skutecznie, że z ostatniego miejsca, które zajmowali jeszcze na początku tego roku, już wskoczyli na szóstą pozycję w tabeli.



Fot. Mateusz Partyga

Zdjęcie z poprzedniego spotkania Jezioraka Iława, z Jedyńką Morąg

— To fakt, AZS UMK terazniejszy, a ten wcześniejszy to zupełnie inne zespoły — potwierdza Marek Woronowicz, trener Jezioraka, który w ostatniej kolejce przegrał na swoim terenie z ekipą z Torunia. A trzeba wiedzieć, że iławianie prowadzili przez praktycznie cały mecz. Sprawę zwycięstwa i zdobycia kompletów punktów drużyna Jezioraka zaprzepaściła w samej końcówce meczu, choć w pewnym momencie prowadziła nawet czterema bramkami. — W ostatnich fragmentach spotkania popełnialiśmy takie błędy, że po prostu musieliśmy przegrać. To były nawet serie pomyłek, do tego zabrakło trochę

PO 16 KOLEJKACH

1. Blejkan	15	42	517:322
2. Brodnica	15	33	512:464
3. Handball	17	30	577:539
4. Szczypiorniak	13	28	396:343
5. Sambor	15	26	445:437
6. AZS UMK	16	17	452:510
7. SMS II	12	15	353:375
8. Jeziorak	16	13	377:433
9. AZS UKW	15	13	453:571
10. Jedyńka	16	8	423:511

zdrowia i warunków fizycznych — dodaje szkoleniowiec iławskiego zespołu.

Jeziorak ma do rozegrania jeszcze dwa mecze w sezonie 2020/21, w najbliższej kolejce zagra na wyjeździe z AZS UKW Bydgoszcz (sobota 27 marca, godz. 17.00).

>>> W ten weekend w lidze nie grał Szczypiorniak Olsztyn, ale za to grał w finałach mistrzostw Polski juniorów. I to jak grał! Zespół trenera Konstantego Targońskiego wywalczył złote medale. Zaległości z 16 kolejki (wyjazdowe spotkanie z Samborem Tczew) zostaną nadrobione 1 kwietnia. **zico**

POZOSTAŁE WYNIKI 16 KOLEJKI

Handball Czersk – Jedyńka Kodo Morąg 46:30 (23:16)
Blejkan Gryfino – AZS UKW Bydgoszcz 46:29 (25:14)
czwartek, 1 kwietnia:
20:00: Sambor Łatocha-Agropom Tczew – Szczypiorniak Olsztyn
środa, 14 kwietnia:
19:30: SMS II Kwidzyn – MKS Brodnica

Jeziorak – klub powracających wychowanków

PIŁKA NOŻNA || Widoczny na zdjęciu poniżej Jakub Słomski jest kolejnym, ostatnim przykładem potwierdzającym tezę zawartą w tytule tego artykułu. Iławski klub sportowy chętnie korzysta z usług swoich wychowanków, którzy prędzej czy później wracają na Sienkiewicza.

Teraz Słomski, a kilka tygodni temu pisaliśmy o powrocie Cezarego Nowińskiego, jednego z najzdolniejszych swego czasu juniorów Jezioraka. Gdy spojrzymy wstecz, to od razu przypominają się przypadki Kamila Jędrzejewskiego, Krzysztofa Kressina, Wojciecha Figurskiego (w pewnym momencie stał się grającym trenerem), Dawida Kowalskiego, Łukasza Suchockiego (odszedł później do GKS-u Włocławek), Pawła Kolcza, Michała Kwiatkowskiego czy Arkadiusza Kucińskiego (obok Kowalskiego, chyba najważniejszy z tych powrotów) itd.

Taki Kressin na przykład, zasłużenie noszący od kilku sezonów kapitańską opaskę, klub z ulicy Sienkiewicza opuścił tylko na „chwile”, a konkretnie na dwa sezony (lata 2010-12).

Wychowankowie zawsze stanowili fundament iławskiej drużyny, a także jej siłę. Obecna sytuacja można ocenić na dwa sposoby. Jeziorak do futbolowych krezusów z pewnością nie należy i nie stać go na sprowadzanie zawodników z wyższych lig. Może i „obcych” dla iławian (choć społeczeństwo iławskie na pewno nie jest hermetyczne, wręcz odwrotnie), ale na pewno dobrych, przydatnych. Dlatego też, zamiast szukać na siłę po okolicy bliższej i dalszej zawodników/zamienników o podobnym lub niższym poziomie, to wolą zadbać o powrót swoich utalentowanych wychowanków.

Druga strona medalu to historia i tożsamość Jezioraka, który może i upadł, może i jeszcze niedawno grał w B klasie, jednak na piłkarskiej mapie nie tylko naszego województwa jeszcze coś tam znaczy, choć już bardziej w kontekście przeszłości i rzeszy kibiców zasiadających niegdyś na trybunach stadionu przy ul. Sienkiewicza, a nie aktualnych wyników sportowych. Mieć w swoim futbolowym CV popularną „Jotkę” — dla niektórych, zwłaszcza młodych piłkarzy, to wciąż jakas nobilitacja.



Jakub Słomski (z lewej strony, tu akurat podczas sparingu ze Spartą Brodnica), ostatni przykład wychowanka, który powrócił do Jezioraka Iława



W pierwszym w tym roku meczu forBET IV ligi Jeziorak zaliczył stratę punktów w spotkaniu z rezerwami Stomilu Olsztyn

Gdy spojrzymy na aktualną kadrę, to albo widzimy wychowanka Biało-niebieskich, który wrócił z wojaży i znów reprezentuje Jeziorak, albo juniorów. Tak zwanych straniech, czyli ludzi spoza granic miasta, gminy i powiatu iławskiego, jest zaledwie kilku. W obecnej kadrze to przede wszystkim Daniel Madej, Dawid Ksiuk (obecnie buty ma zawieszane na kołku), Patryk Czarnota i Damian Tokarski plus najświeższe nabytki, Szymon Świniarski i Paweł Olszewski. Każdy z nich, w mniejszym czy większym stopniu, zasympilował się z iławskim środowiskiem, a taki Madej stał się jego ważnym elementem, jeśli chodzi o lokalny świat

sportu. Iławianie nie mają problemu z przyjmowaniem gości — ważne, żeby tylko byli ambitni na boisku i mieli poczucie humoru poza nim.

— Bardzo cieszę się z powrotu do Jezioraka, klubu w którym zaczynałem swoją przygodę z piłką. Z pewnością do szatni nie było problemów, ponieważ znam cały zespół — wypowiedź Jakuba Słomskiego, 20-letniego obrońcy, który właśnie wrócił do Jezioraka po grze w GSZS Rybno (a wcześniej m.in. w GKS-ie Włocławek) to niemal kalka słów jego poprzedników, jak Kowalski, Kuciński czy Nowiński. Gdyby tak jeszcze kibice Jezioraka, zawsze doceniający ambitnych i zdolnych wychowanków klubu, mogli

tę ekipę oglądać na żywo z trybun iławskiego stadionu... Oby stało się to jak najszybciej.

>>> Dość dumania, pora na najświeższe wiadomości. Tylko remisem zakończył się mecz Jezioraka z rezerwami Stomilu Olsztyn. Wynik pierwszego w tym roku spotkania forBET IV ligi jest na pewno gorszy niż sama gra iławian.

Teoretycznie gospodarzem tego meczu był Stomil, który jednak z powodu notorycznego problemu z boiskami w Olsztynie musi szukać placu poza swoim miastem. Dlatego też pojedynek wznawiający rozgrywki forBET IV ligi odbył się na sztucznej płycie stadionu miejskiego w Iławie (z gościnności iław-

skiego obiektu skorzystały też III-ligowe ekipy GKS-u Włocławek i Ursusa Warszawa). Obie drużyny z dużym animuszem przystąpiły do pierwszej w tym roku walki o ligowe punkty, po piłkarzach z Iławy i Olsztyna nie było widać zbytniego przemęczenia. Zimowym okresem przygotowawczym. Zarówno Jeziorak, jak i rezerwy Stomilu nie miały problemów z tworzeniem dynamicznych akcji. Olsztynianie w trakcie pierwszej połowy najbliższej zdobycia bramki byli po akcji Michała Żukowskiego, który ostatecznie trafił piłką w boczną siatkę bramki Dawida Ciury.

Jeziorak najgroźniejszy był przy okazji stałych fragmentów gry; najpierw Krzysztof Kressin uderzył niecelnie z głowy po dośrodkowaniu Michała Kwiatkowskiego z rzutu wolnego, a następnie pecha iławianie mieli przy okazji rzutu wolnego wykonywanego przez Daniela Madeja. Doświadczony pomocnik w swoim stylu uderzył bezpośrednio na bramkę, piłka leciała wsamo okienko Stomilu, jednak ostatecznie trafiła w poprzeczkę i spadła na murawę, jakieś pół metra przed linią bramkową. Pech jak nie.

Po zmianie stron Jeziorak jeszcze mocniej atakował, pomysłów na ofensywę nie brakowało, jednak brakowało rzeczy niezbędnej, czyli skuteczności. Aw takich momentach przypomina się stare jak świat porzekadło o niewykorzystanych sytuacjach. I tak też się stało — Stomil po zamieszaniu po rzucie różnym (chwilę wcześniej groźny strzał rywala wybronił Ciura) wyszedł na prowadzenie. Nie bez winy przy utracie tej bramki jest obrona Jezioraka, z bramkarzem włącznie. Gola dla „gospodarzy” zdobył Jakub Jurczak, który jeszcze chwilę temu był w kadrze GKS-u Włocławek.

Do obozu iławian wkradła się nerwowość. Nie tak przecież miało wyglądać ligowe spotkanie z będącym dużo niżej w tabeli zespołem z Olsztyna (Jeziorak jest siódmy, a Stomil II szesnasty w kla-

syfikacji). Jeziorak z jeszcze większym impetem ruszył do odrabiania strat, a sztuka ta udała się po dośrodkowaniu z boku boiska i skutecznym strzale z głowy grającego trenera, Wojciecha Figurskiego.

Punkt to jednak za mało, jak na apetyt i potrzeby Jezioraka. Drużyna z ulicy Sienkiewicza przypuszczała kolejne ataki na bramkę Jakuba Kancelera, jednak efektów nie było. Najbliżej zdobycia gola był ponownie Madej, jednak jego strzał został wybroniony przez golkipera Stomilu. Do tego goście mogli sprawić niemałego psikusa iławianom dosłownie w ostatniej akcji meczu — Stomilowcy wykonywali rzut wolny z okolic narożnika boiska. Piłka po strzale jednego z zawodników z Olsztyna wylądowała na poprzeczce bramki Jezioraka, a sędzia po tej akcji odgwizdał koniec meczu.

>> To było ciekawe, szybkie spotkanie obfitujące w dobre akcje. Iławianie jednak żałują, bo remis oznacza dla nich stratę dwóch punktów, a nie zdobycie jednego. Szansa na pierwsze w tym roku zwycięstwo nadarzy się Jeziorakowi w sobotę 27 marca. Także na swoim terenie, czyli na sztucznej murawie stadionu miejskiego przy ul. Sienkiewicza, iławianie podejmą Tęczę Biskupiec (tu również gospodarzem będzie w teorii Tęcza).

W ten weekend (27-28 marca) rozgrywki ligowe wznowią także drużyny występujące w klasie okręgowej oraz A klasie. B klasa do gry wraca w kwietniu (10-11.04), a trzecia liga rozegrała już dwie kolejki w tym roku, więcej o meczach GKS-u Włocławek na str. 19.

Mateusz Partyga

Stomil II Olsztyn

– Jeziorak Iława 1:1 (0:0)

1:0 – Jurczak (65), 1:1 – Figurski (72)

STOMIL II: Kanceler – Jurczak, Dowgiałło, Szabaciuk (46 Supranowicz), Puszkarski (77 Kisiel), Dajnowski (62 Szymański), Świder (77 Walendykiewicz), Mysiorski, Jegliński, Jońca, Żukowski (85 Pieńczykowski), **JEZIORAK:** Ciura – Kressin, Słomski, Neumann (70 K. Olszewski), Sagan, Madej, Kwiatkowski, Czarnota (83 Stanikowski), Nowiński, Galas, Figurski

Będę walczyć o wznowienie treningów!

TENIS STOŁOWY || Emilia Włodarska, trenerka sekcji tenisa stołowego w ITR Jezioraku opowiedziała nam, jak tenis wpływa na rozwój człowieka oraz jak obecnie wygląda sytuacja z zajęciami w dobie pandemii. Zdradziła również, jak doszło do reaktywacji sekcji.

Współpracująca z ławskim klubem oraz z nami Kamila Helwak przeprowadziła ostatnio wywiad z Emilią Włodarską.

Skąd wzięła się Pani miłość do tenisa stołowego i jak długo ona już trwa?

— Tenis stołowy jest ze mną od zawsze. Pamiętam te wspaniałe, beztrudne czasy, kiedy nie mogłam doczekać się treningu. Było to w szkole podstawowej, kiedy wraz z koleżanką uświadomiliśmy sobie, że tenis może być zupełnie czymś innym niż tylko „zwykłym” tenisem ze świetlicy. Poszliśmy do klubu ITR Jeziorak Ława i do dziś noszę ten sport w sercu.

Można powiedzieć, że od 2014 roku wzięła się Pani za reaktywację sekcji tenisowej w Ławie. Jak ocenia Pani jej rozwój z perspektywy czasu?

— Początki były trudne, próbowałam powoli odnaleźć się w nowej sytuacji i zrobiłam kurs instruktora sportu. Zmiesiąc na miesiąc byłam bardziej pewna siebie, zdobywałam coraz większe doświadczenie, ale patrząc z perspektywy czasu to myślę, że śmiało można powiedzieć, że tenis na nowo cieszy się dużą popularnością.

Co się stało, że ITR stanął w miejscu i nie cieszył się tak dużą popularnością w tym okresie?



Fot. Mateusz Partyl/archiwum sekcji

Emilia Włodarska, trenerka sekcji tenisa stołowego w ITR Jeziorak Ława, podczas meczu ławskiej Ligi Tenisa Stołowego

— W tamtym czasie sekcja zajmowała się seniorskim trenowaniem — nie było naborów, nikt nie prowadził zajęć dla dzieci. Stąd brak popularności, aż w końcu otrzymałam telefon oraz pytanie czy jestem zainteresowana trenowaniem dzieci, czyli tak naprawdę rozpoczęciem wszystkiego od zera. Byłam bardzo podekscytowana, gdyż tenis od zawsze sprawiał mi wiele radości i pomyślałam, że chętnie spróbuje, tym

bardziej, że miałam długą przerwę od tej dyscypliny sportu.

Czy po reaktywacji sekcji na zajęcia zgłosiło się dużo chętnych? W jakim wieku były to osoby?

— Na początku starałam się szukać osób wśród znanych, sąsiadów — dzieci, które by chciały spróbować. Udało się to z powodzeniem. Zauważyłam, że dzieci bardzo chętnie przychodzą na treningi w przedziale wiekowym od 8 do 16 lat.



Jeżeli z małego sportowca wyrośnie zawodnik to super, ale traktujmy to jako dodatkowy bonus, bo niezależnie jaką drogę wybierze w przyszłości, to czas poświęcony na treningi i tak okaże się wspaniałą inwestycją.

Jakimi tenisowymi osiągnięciami może się pochwalić ITR?

— Kiedyś ITR brał udział w ligowych rozgrywkach, nawet występował w I lidze. Zawodnicy klubu stawali na podium mistrzostw naszego województwa.

Jest rok 2018 i coraz więcej młodzieży chętniej uczęszcza na zajęcia tenisa. Jakże to było uczucie?

— Piękne uczucie, radość w sercu, ponieważ spełnienie i motywacja na więcej, rozwój i popularyzacja tej dyscypliny sportowej — na to właśnie stawiałam wówczas i wciąż stawiam. Największą motywację dają mi dzieci, które chętnie przychodzą do mnie na treningi.

Gdzie najczęściej odbywają się lokalne turnieje? Czy cieszą się one dużą popularnością wśród kibiców?

— Gramy wszędzie, gdzie się da: Ostróda, Lidzbark, Brodnica, Lubawa, wiele można wymienić. Z każdym turniejem kibiców przybywa.

Jak gra w tzw. „ping-ponga” wpływa na człowieka? Jakże są najważniejsze zalety tego sportu?

— Gra w ping ponga jest fantastycznym sportem dla wszystkich w każdym wieku. Tenis stołowy rozwija motorykę, szybkość oraz moc naszego ciała, a także pozytywnie wpływa na nasz umysł i rozwija do-



Trenerka ze swoją ekipą

kładność oraz precyzję. Dzieci, które mają z nim kontakt są bardziej wytrwale wdążeniu do celu, stają się bardziej pracowite i zdyscyplinowane. Takie cechy z pewnością zapoczną w dorosłym życiu. Jeżeli z małego sportowca wyrośnie zawodnik to super, ale traktujmy to jako dodatkowy bonus, bo niezależnie jaką drogę wybierze w przyszłości, to czas poświęcony na treningi i tak okaże się wspaniałą inwestycją.

Jak sekcja radzi sobie obecnie, czyli w dobie pandemii koronawirusa? Napotykanie problemy związane z organizacją zajęć?

— Moje treningi odbywały się w sali przy ul. Asnyka w Ławie, która należy do szpitala. We wrześniu ubiegłego roku zabrali nam ją z dnia na dzień. To niewyobrażalne, w jakiej sytuacji zostaliśmy postawieni. Ogromny ból, tęsknota za treningami, za dziećmi... Myślałam wtedy, że nie poddam się i stanę na głowie, aby coś znaleźć. Niestety moje optymistyczne spojrzenie zaczęło gasnąć. Na dzisiaj nie mamy treningów, dzieci oraz rodzice czekają zniecierpliwioną kiedy w końcu zobaczymy się w sali.

Wielki trud, duże zaangażowanie, które wkładałam w każdy jeden trening — można powiedzieć, że to przepaść, moja praca, staranie się o to, żeby nauczyć dzieci tego sportu... Cały czas patrzę z nadzieją, że tam wrócimy, ale niestety jest ciężko. Każdy tłumaczy to covidem, tym, że nie ma odpowiedniego zaplecza, żeby przetrzymać nasze stoły, a nawet, jeżeli znaleźlibyśmy



Moje treningi odbywały się w sali przy ul. Asnyka w Ławie, która należy do szpitala. We wrześniu ubiegłego roku zabrali nam ją z dnia na dzień. To niewyobrażalne, w jakiej sytuacji zostaliśmy postawieni.

sale, to naszej sekcji nie stać na opłacenie jej. Mówię to z wielką przykrością, bo wiem jak wiele dzieci czeka na trening, a ja jestem bezradna. Mimo wszystko, będę walczyć!

Czy ma Pani jakieś pozasportowe zainteresowania?

— Dobra muzyka. Oprócz tego, mam dwóch wspaniałych synków, z którymi uwielbiam spacerować i grać w gry planszowe.

KH: Moim największym sportowym marzeniem jest...

EW: ...żeby tenis stołowy znowu „wszedł” do sali gimnastycznej, a tam wytrenowanie zawodnika, który będzie moim następcą, który tak samo jak ja pokocha ten sport i będzie go dalej uprawiał.

Rozmawiała Kamila Helwak

REKLAMA

AMPER FOTOWOLTAIKA

- konkurencyjne ceny
- szybka realizacja
- pełna dokumentacja



tel. 513 347 200