

CZYTAJ
NAS:

• CO MIESIĄC
W GAZECIE
• CODZIENNIE
W INTERNECIE

GAZETA iławaska.pl

Nr 9 (1254)
CZWARTEK 29.09.2022

ISSN 1505-5108 NR INDEKSU 350176
DODATEK BEZPŁATNY



Fot. Mateusz Partyga

WESPRZYJ MOJĄ WALKĘ! — APELUJE BARTEK

WIEM, ŻE MOJA CHOROBA MA CHARAKTER TRWAŁY. TO JEDNAK NIE ZNACZY, ŻE NIE ZAMIERZAM ZAWALCZYĆ O BYCIE JAK NAJBARDZIEJ SAMODZIELNYM CZŁOWIEKIEM — MÓWI BARTOSZ TESSAR. CZYTAJ WIĘCEJ STR. 6.

RADNI ZGODZILI SIĘ NA KUPNO MŁYNA. POWSTANIE TU MUZEUM?

INWESTYCJE || S. 2



DBAJMY O ZDROWIE PSYCHICZNE NASZYCH DZIECI

SPOŁECZEŃSTWO || S. 8



WIELKIE BIEGANIE NAD JEZIORAKIEM. SUKCES MAŁŻEŃSTWA Z IŁAWY!

SPORT || S. 23



IŁAWIANKI NAJLEPSZE W KRAJU!

SPORT || S. 24

REKLAMA

CZWARTEK I PIĄTEK

TWÓJ
LOKALNY
TYGODNIK

POGOTOWIE KANALIZACYJNE



ERKAN 24H

USŁUGI WUKO
UDRAŻNIANIE RUR I INNE

694 170 031

8222ilzi-a-M

PRANIE DYWANÓW

nowoczesna metoda
"PRANIE DYWANÓW NA WSKROŚ"
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 (Paspół)
tel. 784 355 362



8722mlzn-A-P

OFERTA PRACY

Zapraszamy osoby chętne do podjęcia pracy w Polsce (dla chętnych praca też w Holandii) na stanowisku pakowacz ręczny/pracownik fizyczny polegającej w szczególności na wykonywaniu stroików okolicznościowych, pakowaniu, sortowaniu oraz realizowaniu innych prac związanych z usługami przetwórstwa kwiatów i roślin.

Wymagania

– chęć do pracy

Oferujemy

– atrakcyjne wynagrodzenie
– transport

Więcej informacji pod numerem telefonu

789 453 479

e-mail: cudzoziemcyjanpol@interia.pl



ПРОПОЗИЦІЯ РОБОТИ

Запрошуємо бажаючих працювати в Польщі та бажаючих працювати в Нідерландах ручним пакувальником /фізичним працівником, що складається, зокрема, з виготовлення екібан, пакування, сортування та виконання інших робіт, пов'язаних з послугами обробки квітів і рослин.

Вимоги

– бажання
працювати

ми пропонуємо

– приваблива заробітна плата
– транспорт

За додатковою інформацією телефонуйте

789 453 479

e-mail: cudzoziemcyjanpol@interia.pl

31622mlzn-g-M

RADNI ZGODZILI SIĘ NA KUPNO MŁYNA

INWESTYCJE Na sesji rady miasta radni podjęli pozytywną, choć niejednogłosną decyzję o zakupie strawionego pożarami młyna przy ul. Kościuszki do zasobów miasta Ławy. Być może w przyszłości będzie tam muzeum.

Kwestię zakupu rozpatrywano w kilku płaszczyznach: reprezentacyjnej, finansowej i bezpieczeństwa. Reprezentacyjnej, bo trasą będącą wylotem z Ławy w stronę Ostródy dziennie przejeżdża ok. 10.000 samochodów. Kwestie bezpieczeństwa dotyczyły natomiast ewentualnych uszkodzeń elementów konstrukcyjnych pod wpływem warunków pogodowych. Najistotniejszym pytaniem zadawanym na sesji 26 września było jednak: czy Ławę stać po pierwsze na kupno, a po drugie na modernizację niszczonego, ale zabytkowego obiektu pod okiem konserwatora zabytków.



Młyn płonął wielokrotnie. Na zdjęciu - marzec 2020

Za zagłosowali radni: Edward Bojko, Ewa Jackowska, Michał Kamiński, Zbigniew Miecznikowski,

Michał Młotek, Dariusz Paczkowski, Anna Pogodowska, Włodzimierz Ptasznik, Feliks Rocho-

wicz, Aneta Rychlik, Tomasz Woźniak, Janusz Zaborowski.

Przeciw:

Ryszard Foryś, Dariusz Rozborski, Tomasz Stawiński.

Wstrzymali się od głosu:

Elżbieta Prasek, Andrzej Rykaczewski, Wojciech Szymański.

Nieobecni byli:

Stefan Hatała, Piotr Rykaczewski i Martyna Wyżlic.

Zatem mimo że nie wszyscy, to jednak większość głosów radni podjęli uchwałę o kupnie.

Co będzie się znajdować w budynku, którego doprowadzenie do stanu używalności na pewno nie będzie tanie? Najczęściej wymienia się muzeum, którego w Ławie jeszcze nie ma. **eka**

ZESPÓŁ „GAZETY ŁAWSKIEJ”



Mateusz Partyga
redaktor naczelny/dziennikarz
tel. 885 998 198



Edyta Kocyla-Pawłowska
dziennikarka
tel. 514 800 908
e.kocyla@gazetaolsztynska.pl



Paulina Kasprzycka
specjalista
ds. reklamy i promocji
tel. 885 998 192
p.kasprzycka@gazetaolsztynska.pl

TRUDNY SEZON ZA NAMI

TURYSTYKA Mimo trudnej sytuacji na świecie, maj i czerwiec dawały dobre prognozy na wakacje. Niestety, nie było tak dobrze, jak się zapowiadało. Do Ławy przyjechało mniej turystów.

Ten sezon nie należał do najłatwiejszych – podsumowuje Anna Balińska z Informacji Turystycznej w Ławie. Sytuacja panująca na świecie bardzo wpłynęła na turystykę nie tylko ogólnopolską, ale i regionalną czy lokalną. – Maj i czerwiec napawały nas optymizmem. Zainteresowanie pobytem w Ławie było dość duże, miałyśmy

w IT dużo zapytań o urlop tutaj.

W lipcu kapryśna pogoda spowodowała, że frekwencja była o wiele niższa niż w poprzednim roku w analogicznym okresie.

Wskaźnikiem jest liczba turystów przekraczających próg biura ławskiej Informacji Turystycznej.

– W 2021 r. wakacyjna frekwencja była naprawdę rekordowa – wspomi-



Pracownice Informacji Turystycznej: Anna Balińska (z lewej) i Jolanta Chrzastek

na pracownica Informacji Turystycznej. Sierpień był pod względem liczby turystów zaglądających do IT o wiele lepszy.

– Jesteśmy też w stałym kontakcie z restauratorami i właścicielami obiektów noclegowych. Potwierdzali nasze obserwacje, z których wynikało, że niestety w Ławie w tym roku było mniej turystów – dodaje Balińska. **eka**

Reklama w internecie i w gazecie?

Zadzwoń!
tel. 885 998 192

GAZETA
ławska.pl

14-200 Ława
gazetaolsztynska.pl/ilawa
ilawa@gazetaolsztynska.pl

Gazeta Ławska:
REDAKTOR NACZELNY
„GAZETY ŁAWSKIEJ”
Mateusz Partyga

MANAGER DS. REKLAMY
Paulina Kasprzycka
tel. 885 998 192

PREZES
Maciej Matera

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

DRUKARNIA PRASOWA
GRUPY WM Sp. z o.o.
Olsztyn, ul. Tracka 7,
tel. (89) 539 74 21

NAKŁAD KONTROLOWANY
ZWIĄZEK KONTROLI DYSTRYBUCJI PRASY

W WYKOPACH KRYJĄ SIĘ TAJEMNICE IŁAWY

HISTORIA\\\ Na terenie budowy na zapleczu ulicy Konstytucji 3 Maja i Piotra Skargi (Stare Miasto) odkryto stare konstrukcje. Być może starsze, niż sama Iława. Ponownie więc trzeba było wstrzymać budowę bloku mieszkalnego, który stawia tam prywatny inwestor.

W tym samym miejscu kilka lat temu były prowadzone badania archeologiczne w związku z podejrzeniem występowania reliktywów wcześniejszej zabudowy Iławy.

Obecnie ponownie zaczęto prace budowlane w tym miejscu, polegające na tworzeniu wykopu pod fundamenty. Na znacznej głębokości, bo ok. 3,5 metra, budowlancy natrafili na drewniane konstrukcje, już na poziomie lustra wody.

– Trzeba wstrzymać roboty budowlane, bo być może mamy do czynienia z konstrukcjami przedlokacyjnymi – mówi Wiesław Skrobot, pełnomocnik burmistrza do spraw przestrzeni publicznej i czynny archeolog. – Może chodzić o czasy, kiedy jeszcze nikt o powstaniu Iławy nie myślał, czyli o czasy plemiennego osadnictwa pruskiego.



Zalążki Iławy jako miasta znajdują się właśnie w tym miejscu

Jak mówi Skrobot, prace ziemne są obecnie na etapie wstrzymania. Urząd Konserwatorski powinien wydać decyzję o przeprowadzeniu badań ratowniczych.

– Mam nadzieję, że to będą kolejne ciekawe odkrycia, które poszerzą nam wiedzę na temat najwcześniejszych faz osadnictwa

jeszcze przed istnieniem miasta, czyli być może z przełomu XII i XIII wieku – dodaje pełnomocnik.

Mówimy o gruncie, w którego wykup od miasta zainwestował prywatny przedsiębiorca. Po odkryciach z 2019 r., czyli brukowanej drogi i muru z kamienia oraz uzgodnieniach z Wojewódzkim

Konserwatorem Zabytków roboty ruszyły.

– Nikt się nie spodziewał odkrycia tych ciekawych elementów, ani wtedy, ani obecnie – mówi Wiesław Skrobot, który wówczas pełnił nadzór archeologiczny nad prowadzonymi robotami.

Zgodnie z postanowieniami pozwolenia na budowę,



To tu najwyraźniej widać znalezisko

które posiada inwestor, prace muszą zostać wstrzymane.

Znaleziska są słabo widoczne gołym okiem, bo znajdują się w większości wgruncie. Badania ratownicze pozwolą określić, co to za konstrukcje drewniane znajdują się w ziemi. – To odkrycie świadczy o tym, że mamy wiele jesz-

cze cennych reliktywów pod ziemią i to nieprawda, że Iława jest pod tym względem uboga. Oczywiście jest to wszystko ukryte, uśpione. Naszą rolą jest „obudzenie” i udostępnienie mieszkańcom oraz wszystkim, którzy się interesują przeszłością naszego miasta.

Edyta Kocyta-Pawłowska

RUSZYŁA TERMOMODERNIZACJA W „CZERWONYM KOŚCIELE”

INWESTYCJE\\\ Prace obejmą nie tylko zabytkowy kościół, ale i starą plebanię oraz klasztor. Na początek wykonywane jest ogrzewanie podłogowe.

Po podpisaniu umowy z Narodowym Funduszem Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w marcu br., pod koniec sierpnia ruszyły prace termomodernizacyjne w obłackim obiekcie w Iławie. Obejmą one XIV wieczny gotycki kościół parafialny z renesansową wieżą, neogotycką plebanię z początku XX wieku oraz dom zakonny misjonarzy obla-



tów. W pierwszym rzędzie przygotowywane jest nowe ogrzewanie pod posadzką świątyni oraz oczyszczane są mury kościoła w celu zabezpieczenia przed wilgocią.

– Prace przy „Starej Plebanii” dotyczą odnowienia dachu, wzmocnienia i ocieplenia ścian, aby mogła powstać jedna duża, wielofunkcyjna sala na potrzeby duszpasterskie,

klasztorne i nie tylko. A co do budynku klasztornego, można już zauważyć prace przygotowawcze na poddaszu, które pozwolą na wymianę dachówki i te związane z odkryciem fundamentów, mające na celu ich osuszenie oraz izolację – informuje o. Krzysztof Trociński OMI, przełożony iławskiej wspólnoty obłackiej.

za: oblaci.pl, eka

RADNY BEZ GARNITURU

ŁUDZIE!!! To pierwsza kadencja radnego miejskiego Tomasza Woźniaka z Ławy, choć temat samorządu jest mu bliski od lat. Kiedyś powołał do życia Młodzieżową Radę Miasta, a dziś jest jej opiekunem.

Przez ponad 10 lat pracował w ławskim Centrum Kultury. Pozyskiwał środki zewnętrzne, był instruktorem, prowadził swoją grupę młodzieżową. I jak to bywa w tego typu pracy, miał się wszystkiego, co wpadło mu w ręce: trochę konferansjerki, pomagał przy scenotechnice... – Lubilem tę pracę, angażowałem się w nią i w pewnym momencie zaproponowano mi pełnienie funkcji dyrektora – wspomina. Po niecałym roku otrzymał już angaż na stałe i prawie przez osiem lat zarządzał ławską kulturą.

Po pierwsze: Ława

Dlaczego postanowił zostać radnym? – Brakowało mi samorządu, pracy dla miasta – mówi. – Ostatecznie zdecydowały rozmowy z osobami, które bardzo cenię.

To, co nim powodowało w pierwszej kolejności, to nieodparta potrzeba czy też chęć robienia czegoś dla społeczności lokalnej. – Ława i wszystko, co jej dotyczy, jest mi niezwykle bliskie – podkreśla, dodając: – To, co się tutaj dzieje, zawsze bacznie obserwowałem

z różnych perspektyw, czy to pracownika ICK, czy po prostu mieszkańca.

Bo i taki okres zaistniał w jego życiu, gdy nie był zupełnie związany z samorządem, a pracował dla firmy z Olsztyna. – Wróciłem i rozpocząłem własną działalność gospodarczą. Pomyślałem wtedy, że chciałbym czuć się zaangażowany i mieć możliwość współdecydowania o tym, co się dzieje. Kreowania, inicjowania pewnych rzeczy. I mam poczucie, że z większym lub większym skutkiem mi się to udało – mówi.

Pod własnym szyldem

Kiedy już zdecydował się kandydować do rady miasta, trafił do komitetu Piotra Żuchowskiego, dawniej generalnego konserwatora zabytków, wiceministra kultury, przewodniczącego sejmiku wojewódzkiego, który jednak po przegranych wyborach na burmistrza Ławy (a nie starał się o mandat radnego w tych samych wyborach) zakończył liderowanie swojemu komitetowi, przekształconego w klub radnych „Dla Ławy”. – Nie byłem związany



Radny bez garnituru? Dla niego to normalne!

z żadnym ugrupowaniem politycznym i nie chciałem, by mnie z takim utożsamiano – podkreśla radny, dodając, że ma swoje poglądy i patrzy na różne tematy własnymi oczami. Do jednych osób jest mu bliżej, do innych – dalej. – Nigdy nie musiałem trzymać reżimu klubowego czy partyjnego. Nigdy tego nie odczułem, czy to w czasie kampanii, czy później. Daję sobie więc prawo do tego, by myśleć i mówić o sobie jako kimś niezależnym. Lubię w sobie to poczucie działania nie pod szyldem partyjnym, a pod szyldem „Tomek Woźniak”. I to poczucie będę w sobie pielęgnował.

Oczywiście dopuszcza do siebie myśl, że istnieją sytuacje, w których trzeba znaleźć konsensus, kompromis. – Dla dobra sprawy człowiek się „nagina”, ale nie aż tak, by złamać sobie kręgosłup – mówi. – Bo nie chciałbym nigdy dopuścić do całkowitego zaprzeczenia swoim zasadom.

Znając mechanizmy kampanii wyborczej, nie chciał mieszkańcom obiecać gruszek na wierzbie. Dobrze sobie zdaje sprawę, że w zderzeniu z realiami na takich pustych obietnicach można „popłynąć”. Skupił się więc na kwestiach „miękkich”. Zależało mu na inicjatywach oddolnych. Chciał usprawnić działanie ławskiego Budżetu Oby-

watelskiego. Do tego, jak mówi, drobne rzeczy związane z funkcjonowaniem osiedli. – Zależało mi na przykład na budowie drogi przy ul. Sosnowej i Świerkowej. To często są sprawy, na które mamy wpływ może nie bezpośrednio, ale samo czuwanie i obserwowanie postępu też jest ważne – tak też widzi rolę radnych. – Jestem uważny na głosy mieszkańców. Nie są może to sprawy spektakularne, ale ważne, i dla nich, i dla mnie.

Razem z klubem radnych „Dla Ławy” przyznaje stypendium z prywatnych środków. Stypendium za każdym razem wręczane jest młodej, obiecującej osobie dwa razy w roku: wiosną i jesienią. Laureata za każdym razem nominuje inny radny.

Razem możemy więcej

Radnym został w specyficznym okresie, bo pandemicznym. Przyznaje, że z powodu sesji odbywających się przez większość kadencji online nie był w stanie dobrze poznać kolegów i kolegów współpracujących. Bardzo nad tym ubolewał, bo jest ciekawy wszystkich. – Chciałbym wiedzieć, co jest dla nich ważne. Jestem zwolennikiem wymiany doświadczeń wśród radnych. W grupie można więcej zdziałać niż w pojedynkę. Ta obecna rada została trochę odmłodzona.

Nie ujmując koleżankom i kolegom z większym doświadczeniem, zachęcam jednocześnie młodsze osoby do angażowania się w życie swojego miasta.

Od wielu lat Woźniak współpracuje z młodzieżą. Sam samorządu uczył się w młodym wieku jako przewodniczący Młodzieżowej Rady Miasta w Ławie, pierwszej w historii. – Na przełomie 1996 i 1997 roku miałem przyjemność być współtwórcą pierwszej powołanej do życia Rady, a także jej częścią – wspomina. Kiedy wraca myślami do tamtych czasów... – Oj, jacy my byliśmy nieopierzeni! To było bardzo zabawne, ale i niezwykle wartościowe! Czuliśmy się ważni, byliśmy zauważeni, a to budowało w nas poczucie tożsamości lokalnej, współodpowiedzialności za to, co się tutaj dzieje. To wtedy poznałem Michała Młotkę, z którym dziś pracujemy razem w radzie – radny mile to wspomina.

Aktualnie jest oficjalnym opiekunem obecnej Rady. Zresztą nie po raz pierwszy, bo gdy został dyrektorem ICK, reaktywował nieistniejącą przez pewien czas Radę. Gdy pytamy, jak się czuje z tą funkcją, biorąc pod uwagę jego doświadczenia, odpowiada ze śmiechem, że głównie jest z siebie niezadowolony. – Natłok obowiązków nie pozwala mi na tyle się zaangażować, jak bym chciał. Ale całym sercem jestem z nimi – mówi. – Na szczęście nowoczesna narzędzia znacznie ułatwiają komunikację.

Najpierw rachunek sumienia

Jego „bycie blisko młodzieży” polega też na organizowaniu od 17 lat Broken Ballu, imprezy, która przekształciła się w Festiwal Kultu-

ry Młodzieżowej. Kiedy z grupką przyjaciół zaczynał organizować ten Ogólnopolski Turniej Koszykówki, właściwie sam jeszcze należał do młodzieży. Wokół turnieju z biegiem czasu narastały kolejne wydarzenia, ale główna idea, oprócz sportowej, pozostała: chce pokazać młodym, że liczyć mogą się też inne wartości. Przez promocję kultury młodzieżowej od początku organizatorzy starają się przeciwdziałać zachowaniom antyspołecznym.

Mimo że praca i działanie w samorządzie nie są mu obce, to jednak Tomasz Woźniak przyznaje, że bycie radnym to trochę inna rola. – Inna, ale równie ciekawa, czasem zderzenie rzeczywistości z weryfikuje nasze zamierzenia, pomysły, chęci... Ale staram się wychodzić ze swojej roli i podpowiadam pewne rzeczy urzędnikom, podsyłam informacje i angażuję się w życie ławskich stowarzyszeń, dla których zawsze jestem do dyspozycji. To, co jest najważniejsze dla mnie jako radnego, to stworzenie szerszej oferty i propozycji dla młodych osób, by nie musiały stąd wyjeżdżać w poszukiwaniu pracy. A to, czego mi brakuje, to większa dynamika w „dużych” sprawach, nazwijmy je inwestycyjnymi.

Na pytanie, czy w przyszłych wyborach samorządowych będzie kandydował, odpowiada, że jeszcze nie wie. – Tuż przed końcem kadencji sam przed sobą chcę zrobić rachunek sumienia, odpowiadając, na ile moje zaangażowanie w życie miasta spełniło oczekiwania moich wyborców. Wtedy będę wiedział. Wiem, co mi się udało, co jeszcze się nie udało i co chciałbym jeszcze zrobić – przyznaje.

Edyta Kocyta-Pawłowska

REKLAMA

praca



LUBAWSKIE PRZEDSIĘBIORSTWO BUDOWLANE

Zdzisław Wierzbowski

ul. Kopernika 65, 14-260 Lubawa

zatrudni

**MURARZA, CIEŚLĘ,
PRACOWNIKA OGÓLNOBUDOWLANEGO**

do pracy na terenie

Ławy, Lubawy, Nowego Miasta Lubawskiego

Kontakt osobisty w biurze LPB (I piętro, lok.11)

lub telefoniczny pod nr. **(89) 640-75-10**

POSADŹ DRZEWA Z PREZYDENTEM I LEŚNIKAMI



Lasy Państwowe

Chcesz posadzić własne drzewa? Już w **czwartek i piątek 29 oraz 30 września** nadarza się świetna okazja. Po raz czwarty Lasy Państwowe organizują akcję #sadziMY. We wszystkich nadleśnictwach w kraju czekają sadzonki do rozdania.

Każde drzewo to ostoja życia. Miejsce gniazdowania ptaków, siedlisko owadów, dostarczyciel pożywnych nasion i ściółki dla mikroorganizmów glebowych. Dla człowieka to cień w letnie upały, czystsze powietrze, osłona przed wiatrem i kojąca oczy zieleń. W najbliższy piątek leśnicy znów zapraszają Polaków do ogólnopolskiego sadzenia drzew.

Akcja #sadziMY będzie miała swoją inaugurację w okolicach Nowego Sącza. Tam drzewa będzie sadziła para prezydencka. Prezydent Andrzej Duda i jego żona Agata Kornhauser-Duda nie tylko patronują przedsięwzięciu od jego pierwszej edycji, ale także sami, własnym przykładem, zachęcają do działania.

– Po raz czwarty rusza akcja #sadziMY. Jak co roku bierzemy w niej udział i serdecznie do tego zachęcamy – mówi prezydent Andrzej Duda.

KAŻDY MOŻE SADZIĆ

Co zrobić, żeby posadzić drzewo? – W czwartek i piątek, 29 i 30 września, wystarczy odwiedzić dowolne nadleśnictwo. Między 9.00 a 15.00 w każdym nadleśnictwie w Polsce leśnicy będą rozdawać sadzonki – podpowiada Józef Kubica, p.o. dyrektor generalny Lasów Państwowych. – Celowo tak zaplanowaliśmy akcję, by chętni mieli cały weekend na posadzenie drzewek na własnym gruncie.

Michał Gzowski, rzecznik prasowy Lasów Państwowych zachęca, by sadząc drzewo, które odbierzemy w nadleśnictwie, upamiętnić ważne rodzinne wydarzenie, jubileusz czy narodziny dziecka.

– Sam jestem ojcem i narodziny swego syna też upamiętniłem, sadząc drzewo. W polskiej kulturze to ważny symboliczny obowiązek. Jako leśnicy pomagamy go wypełnić – mówi Michał Gzowski.

SADZĄ 500 MILIONÓW DRZEW

Lasy Państwowe są największym w Polsce producentem sadzonek drzew leśnych. Każdego roku na kilkuset szkółkach rośnie ich ok. 700 mln sztuk. I co roku część opuszcza szkółki, by zostać wysadzona na terenach leśnych. W sumie, łącznie z odnowieniem naturalnym, leśnicy rokrocznie wysadzają 500 mln młodych drzew!

Akcja #sadziMY to sposób, by w Polsce rośło ich jeszcze więcej. Drzewa wyrosłe na prywatnych działkach, przy domach, w ogrodach czy na polach także pełnią ważną rolę dla środowiska.

– Przygotowaliśmy w sumie milion sadzonek. Liczę, że dzięki temu powstaną lokalne oazy zieleni wysokiej, bardzo korzystnie oddziałujące na mikroklimat i zdrowie Polaków – mówi Józef Kubica.



Fot. Lukasz Dejnarowicz / Forum

MAMY O POŁOWĘ WIĘCEJ LASÓW...

Powierzchnia naszych lasów była po wojnie dużo mniejsza niż dzisiaj. Inwentaryzacja przeprowadzona w 1946 r. wykazała, że lesistość Polski wynosi 20,8%. Dzięki konsekwentnej pracy leśników dziś wskaźnik lesistości wzrósł o niemal połowę i sięga 29,6%.

...I TRZYKROTNIE WIĘCEJ DRZEW!

Ale nie tylko powierzchnia polskich lasów była niewielka. Były także mocno przetrzebione. Efektem kilku dekad pracy leśników jest także trzykrotny wzrost zasobności lasów! Mamy więc nie tylko o połowę więcej powierzchni leśnej, ale aż trzykrotnie więcej drzew!

MAM 22 LATA, CHCĘ BYĆ NIEZALEŻNY

ŁAWA Bartek się nie poddaje. Walczy. Ale w tej walce można, a nawet trzeba mu pomagać. 22-latek ma świadomość, że uszkodzenie rdzenia kręgowego jest nieodwracalne, z wózkiem musi się po prostu „zaprzyjaźnić”. Nie oznacza to jednak, że nie może starać się o lepsze jutro.

Bartka można często spotkać, jak śmiga swoim wózkiem po mieście, zwłaszcza w centrum Ławy. To zapalony wędkarz, więc mogliście go zobaczyć np. nad Ławką. — Spokojnie, karta wędkarska i zezwolenie są — mówi półzartem 22-latek z Ławy, gdy pytamy o legalność tych „połowów” i o to, czy piszemy w tym artykule o wędkowaniu.

Wędkarz na wózku inwalidzkim, zarzucający wędkę na skraju rzeki, wzbudził nasze zainteresowanie, może nawet bardziej troskę; co się stało, że nie porusza się na własnych nogach? To wynik wypadku, choroby, czy też może od urodzenia musi zmagać się z niepełnosprawnością? W tzw. międzyczasie, a konkretnie — w sierpniu tego roku, okazało się, że na portalu siepomaga.pl założona została zbiórka. Jej celem jest wspomnienie rehabilitacji Bartka, który jest podopiecznym Towarzystwa Przyjaciół Dzieci w Ławie. Poznajcie zatem jego historię.

— Nie przypuszczałem, że moje życie zdominuje choroba, która najprawdopodobniej nie odpuszczi już nigdy — rozpoczyna Bartosz Tessar.

— URODZIŁEM SIĘ Z WRODZONĄ WADĄ KRĘGOSŁUPA. KONIECZNE BYŁO PRZEJŚCIE KILKU OPERACJI. NIESTETY W CZASIE JEDNEJ Z NICH W 2016 ROKU DOSZŁO DO USZKODZENIA RDZENIA KRĘGOWEGO. PRZESTAŁEM CHODZIĆ I OD TEJ PORY PORUSZAM SIĘ NA WÓZKU INWALIDZKIM. OD KILKU LAT LECZĘ RÓWNIEŻ ODLEŻYNĘ — DODAJE ŁAWIANIN.



Wiem, że moja choroba ma charakter trwały. To jednak nie znaczy, że nie zamierzam zawalczyć o bycie jak najbardziej samodzielnym człowiekiem — mówi Bartosz Tessar, tu ze swoim trenerem Łukaszem Sękowskim podczas treningu w siłowni

— Bardzo często potrzebuję pomocy drugiego człowieka, ponieważ choroba pozbawiła mnie samodzielności. Mam dopiero 22 lata. Przede mną całe dorosłe życie, w którym chciałbym czuć się niezależny. Wierzę, że dzięki pomocy obcych ludzi, właśnie to może się stać — kontynuuje Bartek. — Wiem, że moja choroba ma charakter trwały. To jednak nie znaczy, że nie zamierzam zawalczyć o bycie jak najbardziej samodzielnym człowiekiem, na ile tylko jest to możliwe — dodaje ławianin.

Bartek mieszka z mamą i siostrą. Mama poświęciła swoje życie, także zawodowe, aby opiekować się synem. 22-latek wymaga stałej opieki.

— Mam czucie w nogach, jednak nie mogę nimi poruszać. Mam świadomość,

że zmiany, które zaszły po uszkodzeniu rdzenia są nieodwracalne. Zapewne do końca życia będę poruszał się na wózku inwalidzkim. To nie oznacza jednak, że nie chcę żyć najnormalniej jak się tylko da w moim przypad-

ku — mówi nam ławianin, z którym spotykamy się w... siłowni. Tak, tak — chcesz być niezależny, to zacznij na początku od siły mięśni i ogólnego rozwoju fizycznego.

— Od 1 lipca trenuję w siłowni w hali miejskiej pod

okiem mojego trenera Łukasza Sękowskiego, mam trzy treningi w tygodniu. Muszę przyznać, że już czuję znaczną poprawę czucia swojego ciała, większą sprawność i siłę. Wiem, że tak dzieje się właśnie dzięki treningom w siłowni — zauważa Bartek.

Łukasz Sękowski podczas każdej jednostki treningowej musi wykazać się dużą cierpliwością: tu zawodnik musi najpierw spokojnie usadowić się na ławeczce czy też ponownie na wózku, aby wykonać kolejne ćwiczenie. Trzeba też pamiętać o fizycznych ograniczeniach trenującego, jednak — jak sami się przekonaliśmy — trener Sękowski ma dużo zrozumienia i cierpliwości dla swojego zawodnika. To zgrany już duet.

— To właśnie siłownia jest główną i jedyną na razie formą mojej rehabilitacji, jednak efekty, które już dostrzegam ja i Łukasz powodują, że rodzi się we mnie nadzieja na lepsze jutro, na większą sprawność — mówi Bartek.

— Trenuję jeszcze jednego zawodnika z niepełnosprawnością, akurat w tym przypadku są to treningi pod konkurencję rzutowe, jednak

w obu przypadkach jest tak samo: panowie są bardzo ambitni i mocno szanują to co mają — mówi trener personalny, Łukasz Sękowski.

— Oprócz pozytywnych efektów czysto fizycznych, o których mówi Bartek, to chyba jeszcze ważniejszy jest aspekt natury mentalnej, społecznej nawet. Te osoby chcą uczestniczyć w życiu społeczeństwa, pragną akceptacji i chcą przynależeć do grupy, robić to, co każdy normalny człowiek.

Siłownia jest dla nich miejscem samorealizacji, a trzeba pamiętać, że tu czeka ich mnóstwo pracy, wysiłku i wylanego potu. Mimo to przybywają na każdy kolejny trening, za to należy im się wielki szacunek — dodaje Sękowski, który trenuje także sportowców pełnosprawnych. Bartek już pracuje — w ławskim sądzie, gdzie jest na stażu. Marzenia na przyszłość? Być na tyle niezależnym od innych ludzi, by móc zamieszkać samemu. Temu też ma służyć zbiórka pieniędzy na rehabilitację, która 8 sierpnia br. ruszyła na portalu zbiórek charytatywnych siepomaga.pl. Obecnie na koncie jest niecałe 2,5 tysiąca złotych, brakuje jeszcze 9 106 zł. Link do zbiórki: „Po operacji przestałem chodzić! Proszę, pomóż mi!” znajduje się m.in. na naszym portalu www.ilawa.wm.pl w artykule o Bartku. — Wiem, że intensywna rehabilitacja może dać mi szansę na lepsze, sprawniejsze życie. Wiem również, że z małych kwot powstają wielkie sumy, dlatego będę wdzięczny za każdą złotówkę, która przybliży mnie do celu, jakim jest samodzielność. Proszę, wesprzyj moją walkę! — apeluje Bartek.

Mateusz Partyga



OFENSYWA KULTURY Z GRUNWALDEM NA CZELE

Muzeum Bitwy pod Grunwaldem, sztandarowy projekt samorządu województwa i jeden z najnowocześniejszych tego typu obiektów w Europie, już działa. W pierwszy weekend po otwarciu odwiedziło go ponad 1,5 tys. gości. Oferta edukacyjna jest gotowa, a lokalni przewodnicy turystyczni szlifują oprowadzanie wycieczek.

- To jednak nie koniec inwestycji w obiekty kulturalne w regionie – zapewnia marszałek Gustaw Marek Brzezina.
- Warmia i Mazury są głodne kultury – dodaje, prezentując inwestycje za ponad 160 mln zł.

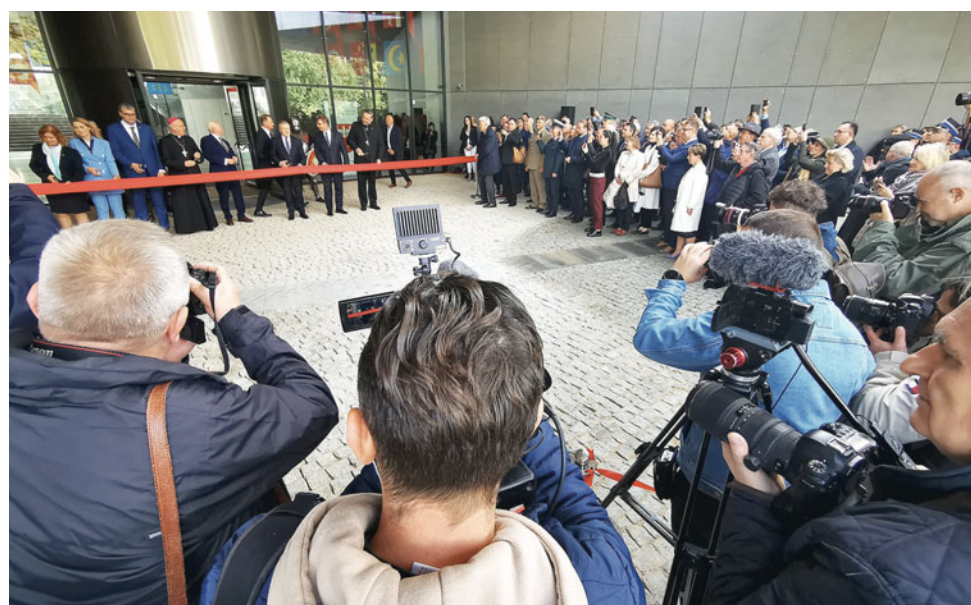
Grunwald to marka rozpoznawalna nie tylko w naszym regionie, czy w Polsce, ale też na całym świecie. Z myślą o turystach, miłośnikach historii, uczniach, nauczycielach i naukowcach oddano do użytku nowoczesny budynek Muzeum Bitwy pod Grunwaldem w Stębarku. 15 lipca 1410 roku Pola Grunwaldzkie były świadkiem zwycięstwa wojsk polsko-litewskich nad armią krzyżacką, które uczyniło Królestwo Polskie mocarstwem i stało się spoiwem pierwszej unii w Europie. Zwycięstwo w jednej z największych bitew w Europie stało się symbolem chwały naszego oręża, które przez wieki przepełniało dumą i krzepiło serca Polaków. Inscenizacja bitwy pod Grunwaldem, organizowana co roku w rocznicę zwycięstwa wojsk polskich i litewskich, to jedno z najważniejszych wydarzeń odbywających się na Warmii, Mazurach i Powiślu. Co roku przyciąga kilkudziesięciotysięczne rzesze widzów.

– Mam do tego miejsca szczególnie stosunek i bardzo się cieszę, że teraz będziemy mogli zapraszać tu gości przez cały rok – mówi marszałek Brzezina. – Jednak nie o sentymenty tu przecież chodzi! Dziś, w tak podzielonym świecie, Grunwald pokazuje, jak wielką wartością jest przyjaźń między narodami oraz jak wiele można dokonać, gdy połączy się siły. W obliczu wojny w Ukrainie nabiera to szczególnie wymiaru. Jestem przekonany, że Grunwald wraz z nowym muzeum pozostanie na kolejne długie lata wspaniałą lekcją patriotyzmu dla nas wszystkich, przede wszystkim dla dzieci i młodzieży. Będzie miejscem budzącym obywatelskie postawy, kształtującym charaktery, napawającym każdego z nas poczuciem dumy. Jestem przekonany, że dzięki tej inwestycji Pola Grunwaldzkie zaistnieją nie tylko jako miejsce bitewnych zmagania, ale i jako wspólne, europejskie dziedzictwo, miejsce spotkań Europejczyków zainteresowanych swą kulturą i tradycjami.

Wartość tej inwestycji to blisko 50 mln zł, z czego ponad 27,5 mln zł zabezpieczył marszałek w budżecie województwa,

15 mln zł pochodziło z funduszy europejskich, a ponad 6 mln z Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego. Wszystkie niespodziewane wzrosty kosztów inwestycyjnych odpowiedzialnie wzięł na siebie samorząd województwa, zdeterminowany, aby inwestycję oddać do użytku zwiedzającym, od samego początku niezwykle liczny. Warto dodać, że dużym powodzeniem cieszy się także niedawno otwarta aula im. Anny Wasilewskiej przy ul. Kościńskiego w Olsztynie. Dawno nieużywana przestrzeń stała się nowoczesną, wielofunkcyjną salą widowiskową, a remont pochłonął blisko 20 mln zł. Wielki remont przeszło także Centrum Spotkań Europejskich „Światowid” w Elblągu. Obiekt został znacząco rozbudowany, a wartość tej inwestycji to ponad 25 mln zł. Nakładem samorządu województwa modernizację przeszły także Centrum Polsko-Francuskiego Côtés d'Armor Warmia i Mazury w Olsztynie (2,7 mln zł), Muzeum Kultury Ludowej w Węgorzewie (3 mln zł) i zabytkowy wiatrak holender ze wsi Dobrocin, który stanął w Muzeum Budownictwa Ludowego w Olsztynku (1,5 mln zł). Prace remontowe trwają zaś w Teatrze im. Aleksandra Sewruka w Elblągu (16 mln zł), w Centrum Edukacji i Inicjatyw Kulturalnych w Olsztynie (9 mln zł), na zamku w Lidzbarku Warmińskim (18 mln zł) i w pałacu Dohnów w siedzibie. J.G. Herdera w Moragu.

– Samorząd województwa zaplanował aż 12 projektów infrastrukturalnych w instytucjach kultury, dla których jest organem prowadzącym, o łącznej wartości ponad 163 mln zł – podsumowuje marszałek Brzezin. – Mimo niesprzyjającej koniunktury czujemy się odpowiedzialni za nasze dziedzictwo kulturowe, inwestujemy w jego ochronę i rozwój oferty kulturalnej. Tak się zachowuje odpowiedzialny gospodarz województwa i racjonalny ambasador kultury. Robimy to z myślą o mieszkańcach naszego regionu, odwiedzających nas licznie gościach i pokoleniach, które nastaną tu po nas.



BUDOWA NOWEJ SIEDZIBY MUZEUM BITWY POD GRUNWALDEM

- Koszt całkowity – 48,9 mln zł • samorząd województwa – ponad 27,5 mln zł
 - fundusze unijne – 15 mln zł
- Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego – 6,2 mln zł

ZDROWIE PSYCHICZNE DZIECI

FELIETON\\\\ Mówi się coraz częściej o złym stanie zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży. Jak wspierać nasze dzieci? Zapraszamy do przeczytania kolejnego felietonu Izabeli Bartczak, psycholog Zespołu Placówek Szkolno-Wychowawczych w Ławie.

Jako rodzice przykładamy dużą uwagę do zdrowia naszych dzieci - dobieramy zbilansowaną dietę, zabieramy do lekarza, gdy pojawiają się symptomy choroby czy uczymy je myć zęby. Dbając o zdrowie dzieci i młodzieży, pamiętajmy również o ich zdrowiu psychicznym. W trakcie życia doświadczamy wielu obrażeń fizycznych, jak np. złamana ręka, ale także wielu urazów psychicznych: porażka lub odrzucenie rówieśnicze, przez które cierpimy, a z którymi musimy sobie poradzić.

Ostatnio mówi się coraz częściej o złym stanie zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży. Zauważa się zwiększoną ilość depresji, samobójstw i ucieczek z domu wśród młodych ludzi. Zatem nasuwa się pytanie: W jaki sposób wspierać nasze dzieci, aby były silne psychicznie oraz odporne na porażki?

Tworzenie więzi z dzieckiem

Czas spędzony wspólnie z dzieckiem – to priorytet rodzicielstwa. Nie tyle ważna jest ilość tego czasu, a jakość. Odlóżmy telefony, spytajmy dziecko, jak chciałoby spędzić z nami czas (nie narzucajmy aktywności, podążajmy za dzieckiem). Wystarczy 30 min dziennie przeznaczone na wspólne zabawy, węglupy, gotowanie, spacer, rozmowę, aby budować silną i zdrową relację z dzieckiem. Ta dobra relacja daje młodemu człowiekowi siłę i wyposaża go na całe życie. Dodatkowo, gdy rodzice odpowiednio reagują na potrzeby dziecka – tworzy się bezpieczne przywiązanie, które wyposaża



Izabela Bartczak z wykształcenia jest psychologiem, pracuje w ZPSW w Ławie

je w umiejętność radzenia sobie z własnymi emocjami, lepsze umiejętności komunikacyjne, a także sprawniejsze rozwiązywanie konfliktów.

AKCEPTACJA PRZEZ RODZICA TO KOLEJNY WAŻNY ASPEKT BUDOWANIA DOBREGO SAMOPOCZUCIA U DZIECKA, NA KTÓRY MOŻEMY WPLYNAĆ. AKCEPTACJA TO ZAUWAŻENIE DZIECKA I POZWOLENIE MU STAĆ SIĘ ODRĘBNĄ JEDNOSTKĄ.

Dajmy mu szansę mieć własne zdanie, akceptujmy jego temperament i zainteresowania, nie narzucajmy dziecku swoich niespełnionych ambicji. Akceptuję to, że moja 6-letnia córka woli uczęszczać na dodatkowe zajęcia z piłki nożnej niż spełniać moje oczekiwania i brać udział w lekcjach baletu. Dodatkowo, potrafię cieszyć się z pasji dziecka, pytać jak minął jej trening, kibicować jej podczas meczu i dawać odczuć, że cieszę się, że realizuje swoje marzenia. Istotne jest również, abyśmy „osadzali” dziecko

w rzeczywistości. Zdarza się, że komunikaty ze strony rodzica dają dziecku poczucie, że jest najlepsze i najwspanialsze we wszystkim, co robi – a to jest duży błąd, bo za jakiś czas maluch czy nastolatek zderzy się z rzeczywistością i dowie się, że jednak tak nie jest. Przykładem może być przedszkolak, który zawsze wygrywa z tatą w gry planszowe i słyszy od niego, że jest najlepszy na świecie. Jednak gdy nagle w szkole przegra w szachy – traci pewność siebie i zaczyna wątpić w prawdziwość rodzica. Dawajmy możli-

wość dziecku zmierzyć się z przegraną, by budować w nim poczucie: „nie można zawsze wygrywać”, „Rodzice akceptują mnie, ufają mi i wierzą, że sobie poradzę”.

Nazywamy emocje

Nie zaprzeczajmy uczuciom dziecka. Każdy ma do nich prawo. Często nam rodzicom emocje dziecka wydają się być nieważne, są dla nas niewygodne, więc je negujemy. Pamiętajmy, że trzylatek ma prawo denerwować się, gdy narzucamy mu, w co ma się ubrać do przedszkola, pięcioletek ma prawo złościć się na młodsze rodzeństwo i nie chce wpuścić go do swojego pokoju, ośmiolatek może odczuwać lęk przed samodzielnym zrobieniem zakupów, dwunastolatek ma prawo wstydzić się przed kolegami, że idzie na spacer z rodzicami.

PRÓBUJMY ZROZUMIEĆ EMOCJE DZIECKA I ICH PERSPEKTYWĘ. BARDZO WAŻNE JEST, ABY NAZYWAĆ EMOCJE: JESTEŚ ZŁY, PONIEWAŻ CHCIAŁBYŚ UBRAĆ DZIŚ SVOJĄ ULUBIONĄ BLUZKĘ Z DINOZAUREM, ROZUMIEM. ZŁOŚCISZ SIĘ, BO NIE CHCESZ ABY TWÓJ MŁODSZY BRAT WCHODZIŁ DO TWOJEGO POKOJU.

Nawet jeśli emocje dziecka w tym momencie wydają ci się nielogiczne, wręcz irracjonalne, pamiętajmy o tym, że ono właśnie teraz tak czuje. Pomyśl, jak byś czuł się, gdyby bliska Ci osoba zaprzeczala Twojemu smutkowi

i powiedziała do Ciebie: Przestań płakać, weź się wgarść, następnym razem uda Ci się. Czuliśmy się niezrozumiani, odrzuceni, niezauważeni, wręcz zignorowani. Uczmy nasze dzieci zauważać i nazywać emocje swoje oraz innych. Budowanie takiej świadomości emocjonalnej daje dziecku narzędzie do szybszej samoregulacji w sytuacji kryzysu emocjonalnego, czyli taki pierwszy krok do samodzielnego poradzenia sobie z nieprzyjemnymi emocjami.

Budujemy miłą atmosferę w domu

Sposób, w jaki odżywamy się do siebie, jest bardzo ważny i tworzy naszą domową atmosferę.

SPRAWMY, ABY DZIECKO CZUŁO SIĘ W DOMU MIŁO I BEZPIECZNIE, WTEDY W SYTUACJI POTENCJALNEGO KRYZYSU EMOCJONALNEGO BĘDZIE WIEDZIAŁO, ŻE DOM JEST JEGO SCHRONIENIEM, W KTÓRYM MOŻE CZUĆ SIĘ DOBRZE, A OD KTÓREGO NIE MUSI UCIEKAĆ. ZATEM W JAKI SPOSÓB TWORZYĆ MIŁĄ ATMOSFERĘ W DOMU? PAMIĘTAJMY O SPOSOBIE, W JAKIM KOMUNIKUJEMY SIĘ ZE SOBĄ – NIE MOŻEMY CIĄGŁE MORALIZOWAĆ I WYDAWAĆ POLECENIA.

Zastanówmy się, czy obwinianie i zastraszanie nie jest naszym sposobem na wychowanie dziecka. Krzyk, wyzwiska i groźby nie budują dobrej atmosfery w domu, wręcz prze-

ciwnie, wywołują w maluchu czy nastolatku bunt, złość i poczucie winy. Rozmawiajmy z dzieckiem o swoich odczuciach i emocjach w sposób łagodny. Jeśli nie radzisz sobie ze swoimi emocjami w złości i masz problem z prawidłową komunikacją z dzieckiem w negatywnych emocjach zawsze warto skontaktować się ze psychologiem, który pomoże Ci zachowywać większy spokój w sytuacjach kryzysu. Pamiętajmy, że spokojni rodzice to szczęśliwe dzieci.

OCZAMI NASTOLATKA

Dojrzewanie to trudny czas zarówno dla rodziców, jak i nastolatków. Młodzi ludzie często swoimi zachowaniami sprawiają dużo przykrości swojemu otoczeniu. Badania poka-

zują, że postawy i zachowania nastolatków są efektem zmian zachodzących w ich organizmach. Mózg adolescenta ulega ciągłym zmianom. Umiejętności społeczno-emocjonalne nastolatka to wciąż 1/3 umiejętności dorosłego.

MŁODY CZŁOWIEK BUDZI SIĘ Z INNYM MÓZGIEM, NIŻ Z KTÓRYM KŁADŁ SIĘ SPAĆ, A JEGO ZACHOWANIA I IMPULSYWNE REAKCJE SĄ NAJCZĘŚCIEJ EFEKTEM WEWNĘTRZNEJ NIESTABILNOŚCI. ROZMAWIAJĄC Z NASTOLATKAMI, CZĘSTO SŁYSZĘ, ŻE POTRZEBUJĄ ONI W KONTAKCIE Z RODZICAMI MNIEJ

SŁÓW Z ICH STRONY, A WIĘCEJ OBECNOŚCI I UWAGI.

Młodzi ludzie marzą o tym, aby żyć w przeświadczeniu, że rodzice akceptują ich emocje i odczucia, że nie przestraszą, nie zezłoszczą i nie wycofają się z kontaktu z nastolatkiem z powodu ich trudnych emocji. Nastolatek jednocześnie ma potrzebę odsunięcia się od rodzica, aby poczuć sprawstwo oraz, by budować swoją odrębność i godność. Oni po prostu chcą, aby rodzic był dla nich bezpieczną bazą, do której zawsze mogą powrócić, by wzmocnić i w bezpieczny sposób kształtować swoją tożsamość. Jeśli nastolatek będzie bał się reakcji rodzica i będzie słyszał ko-

munikaty: „Uspokój się”, „Przecież nie masz powodów, aby czuć się źle”, „Jakie Ty możesz mieć problemy?”, to między młodym człowiekiem i rodzicem będzie tworzył się mur niezrozumienia, a stąd szybka droga do ucieczki nastolatka w świat internetu, używek, depresji.

PAMIĘTAJ O SOBIE

Budując nasze zdrowie psychiczne, pamiętajmy o podstawowych aspektach w zakresie higieny snu – zadbajmy, aby sen był odpowiednio dla nas długi i regenerujący.

Odlóżmy przed snem telefony, a chwycimy za książki lub medytację. Zadbajmy o nasze ciało – regularnie uprawiajmy sport, dopasowany do naszej kondycji i upodobań. Nie podążajmy za

modą – wszyscy biegają, biegać muszę i ja. Spacer, joga, pływanie – każdy znajdzie coś dla siebie, a przy okazji są to dobre sposoby na budowanie dobrej relacji ze swoim dzieckiem. Rozwijajmy swoje pasje, na co dzień róbmy rzecz, które cieszą i sprawiają nam przyjemność.

Nauczmy się myśleć i odbierać świat pozytywnie. Oczywiście wszystko łatwo się pisze, czyta, trudniej realizuje – dlatego jeśli czujesz, że potrzebujesz pomocy, by wesprzeć zdrowie psychiczne swoich dzieci lub swoje, nie krępuj się odwiedzić gabinetu psychologicznego – by świadomie i z nutą egoizmu zadbać o siebie lub najbliższych.

Izabela Bartczak
Psycholog ZPSW w Iławie



MŁODZI LUDZIE MARZĄ O TYM, ABY ŻYĆ W PRZEŚWIADCZENIU, ŻE RODZICE AKCEPTUJĄ ICH EMOCJE I ODCZUCIA, ŻE NIE PRZESTRASZĄ, NIE ZEZŁOSZCZĄ I NIE WYCOFAJĄ SIĘ Z KONTAKTU Z NASTOLATKIEM Z POWODU ICH TRUDNYCH EMOCJI.

REKLAMA

GREGOR
Academy

Wspieramy Twoje marzenia

To wyjątkowy rok szkolny
w Akademii GREGOR.

Ruszyły kursy:

- ✓ Angielski
- ✓ Polski
- ✓ Matematyka

Przygotowanie do egzaminów:

- ✓ Ósmoklasisty
- ✓ Maturalny
- ✓ Międzynarodowy

SA JESZCZE WOLNE MIEJSCA NA:

Kursy komputerowe

Kursy finansowo-rachunkowe

www.gregor.edu.pl/zapisy
tel. 695 708 620 tel. 570 163 448



Znajdź nas na:



@GregorAcademy

AGNIESZKI PRASS PODRÓŻ PO MARZENIA

ŁUDZIE!!! Łławianka Agnieszka Prass to trenerka edukacyjna i nauczycielka. Stworzyła platformę szkoleniową dla nauczycieli. Kocha podróże i jazdę na motocyklu. Pracę „na swoim” potrafi łączyć z pracą na etacie.

– Na czym polega pani praca?

– Dzielę się z innymi swoją pasją, która jest przede wszystkim moją pracą. Prowadzę szkolenia, warsztaty i darmowe webinaria dla nauczycieli z całej Polski. Uczę jak obsługiwać nowe technologie, wdrażać rozszerzoną rzeczywistość, pracę na telefonach, smartfonach, tabletach w etapy lekcji.

DZIEŁĘ SIĘ POMYSŁAMI NA NOWOCZESNE LEKCJE, TAKIE Z EFEKTEM „WOW”. JESTEM JEDNĄ Z PIERWSZYCH W POLSCE TRENEREK CANVY EDU – PLATFORMY EDUKACYJNEJ SŁUŻĄCEJ DO WSPÓŁPRACY I KREATYWNYCH DZIAŁAŃ UCZNIÓW.

Moją miłość do Canvy i kreatywnej pracy z uczniami miałam możliwość zaprezentować między innymi, będąc prelegentką Ogólnopolskiej Konferencji Polonistów Innowacja/ Inspiracja pod patronatem Przemysław Staronia, nauczyciela Roku 2018.

W edukacji skupiam się na działaniach innowacyjnych i nowych technologiach. Kompetencje przyszłości, metody aktywizujące, włączenie uczniów i relacje, to tematy, które są mi bardzo bliskie.

Pracuję w Szkole Podstawowej nr 1 w Iławie. Uczę języka polskiego i plastyki. Bardzo lubię pracę z dziećmi i młodzieżą. W szkole kocham pracować metodą projektów. To metoda polegająca na samodzielnym realizowaniu



Uczniowie potrzebują tylko zapalnika, kierunkowskazu - mówi Agnieszka Prass

zadań przez uczniów, zmierzającego do rozwiązania jakiegoś problemu. Efekty projektów są niesamowite. Ja mam pomysł, omawiam go z uczniami, ustalamy zasady pracy i oni działają. Tworzą wspaniałe rzeczy. Tak naprawdę to, co tworzą uczniowie, zawsze jest cudowne. Potrzebują tylko jakiegoś zapalnika, kogoś, kto wskaże im, co mogą zrobić i jak działać. Ja zawsze staram się dawać moim uczniom przestrzeń do działania, bo wiem, że mnie zaskoczą.

– Poproszę o przykłady.

– Ostatni projekt edukacyjny, który tworzyłam z uczniami, to „Happening i performance w Iławie”. Odbił się szerokim echem w mieście. Uczniowie przygotowali działania skłaniające odbiorców do refleksji, w formie happeningu. Wyglądało to na przykład w ten sposób: dziewczęta w restauracji



Z planerem dla nauczycieli, który stworzyła

– O uczniach w jakim wieku mówimy?

– Uczę klasy 4-8. Ten projekt edukacyjny przygotowałam w ramach lekcji plastyki i realizowali go w grupach uczniowie klas siódmych. Efekty potwierdzają moją zasadę według, której staram się uczyć: Nauczanie przez działanie i zabawę to najlepsze sposoby zapamiętywania oraz efektywnej nauki.

– Ale kreatywność uwielbia pani wzbudzać u ludzi w różnym wieku.

– Uczę również dorosłych. Spotykam się on-line i czasami stacjonarnie z nauczycielami z całej Polski. Są to najczęściej kursy, warsztaty, ale przede wszystkim darmowe webinaria, które prowadzę na FB.

WSZYSTKO ZACZĘŁO SIĘ PODCZAS LOCKDOWNU W CZASIE SZALEJĄCEJ PANDEMII KORONAWIRUSA. NIE CZEKAŁAM. MIAŁAM W GŁOWIE PEWIEN PLAN I STWIERDZIŁAM, ŻE TO JEST DOBRY CZAS, BY ROZPOCZĄĆ PODRÓŻ PO SVOJE MARZENIA. STWORZYŁAM WŁASNĄ PLATFORMĘ SZKOLENIOWĄ DLA NAUCZYCIELI. ZAŁOŻYŁAM AGNIESZKA PRASS-EDULEARN.EXPERT I PODCZAS PANDEMII PRZYGOTOWYWAŁAM DARMOWE WEBINARIY. POMAGAŁAM NAUCZYCIELOM W PRACY ZDALNEJ I NAUCZANIU METODAMI E-LEARNINGU.

nad jeziorem odczytały list - manifest Charliego Chaplina z filmu „Dyktator”, w którym zwróciły uwagę mieszkańców miasta na tolerancję, szacunek i wolność.

CHŁOPCY W RAMACH PROJEKTU OBSERWOWALI REAKCJE MIESZKAŃCÓW IŁAWY NA SPACERUJĄCEGO MĘŻCZYZNĘ, UBRANEGO W ARABSKĄ DŻALABIJĘ. CHCIELI SPRAWDZIĆ, CZY MIESZKAŃCY SĄ TOLERANCYJNI. UCZNIOWIE DOSTALI ODE MNIĘ PRZESTRZEŃ DO DZIAŁANIA, ALE POMYSŁY I WYKONANIE BYŁO ICH.

Dowodzi to, że uczniowie mają głowę pełną pomysłów, potrafią tworzyć i robić mądre rzeczy, gdy mają wsparcie i czują, że ktoś w nich wierzy.

To było wówczas dla niektórych spore wyzwanie, jak poradzić sobie z nauczaniem zdalnym. Wy-

szłam im naprzeciw. Pokazałam, jakie narzędzia można wykorzystywać, jak pracować, by zaciekać i uczyć efektywnie uczniów po drugiej stronie monitora.

– **Czy uczenie dzieci różni się od nauczania dorosłych?**

– Paulo Coelho powiedział: „Wszystko, czego się dotąd nauczyłeś, zatraci sens, jeśli nie potrafisz znaleźć zastosowania dla tej wiedzy.” Zarówno dla dzieci jak i dorosłych ważny jest cel nauki.

KAŻDY Z NAS CHĘTNIEJ PODEJMUJE WYSIŁEK, KIEDY WIDZI SENS WYKONYWANYCH ZADAŃ, JEST ZACHĘCANY I MOTYWOWANY ORAZ CZUJE, ŻE MOŻE LICZYĆ NA POMOC. DOROSŁYM, Z KTÓRYMI SIĘ SPOTYKAM NA SZKOLENIACH ZALEŻY NA TYM, ABY NAUCZYĆ SIĘ OBSŁUGIWAĆ TECHNOLOGIE INFORMACYJNO-KOMUNIKACYJNE I WEJŚĆ DO ŚWIATA CYFROWEGO.

Ja pomagam im zdobywać kompetencje cyfrowe, czyli kompetencje przyszłości.

– **Kompetencje przyszłości to, zdaje się, nieodczuwalna sprawa w dzisiejszych czasach.**

– Chęć podejmowania nowych wyzwań i zdobywania wiedzy, współpraca, umiejętności cyfrowe i kreatywność. To kompetencje nowoczesnej edukacji. Cytując, jednego z moich ulubionych edukatorów, Kena Robinsona: „Kreatywność jest tak samo ważna jak nauka czytania i pisanie.” Warto, byśmy my, nauczyciele, uczyli się nowych technologii, by nadążyć choć trochę za uczniami. Bo świat współczesnego ucznia to świat cyfrowy. By bardziej poznać i dzięki



„Otrzymałam wiele pozytywnych słów na temat tego, co robię i jak pracuję. To jedna z moich najciekawszych podróży” — mówi Agnieszka Prass

temu – zrozumieć naszych uczniów warto pracować nowymi, aktywizującymi metodami. A co zrobić, żeby „kupić” ucznia? Myślę, że dać mu przestrzeń do działania, możliwość wykazania się i dużo wsparcia. Ale też pokazać, że znamy jego świat i także umiemy się w nim poruszać.

MOŻEMY REALIZOWAĆ PODSTAWĘ PROGRAMOWĄ NICZEGO OD LAT NIE ZMIENIAJĄC W SWOIM WARSZTACIE PRACY. JA LUBIĘ UCZYĆ INACZEJ I CZASAMI NA LEKCJACH JĘZYKA POLSKIEGO MOI UCZNIOWIE KORZYSTAJĄ Z ROZSZERZONEJ RZECZYWISTOŚCI, TWORZĄ CV BOHATERA LITERACKIEGO W CANVIE, CZYTAJĄ KSIĄŻKI, LEŻĄC NA TRAWIE ALBO INTERPRETUJĄ TEKSTY POETYCKIE NA PRZYKŁADZIE TEKSTÓW PIOSENEK ROCKOWYCH LUB UTWORÓW, KTÓRE SĄ IM BLISKIE.

W tym roku szkolnym jestem autorką Ogólnopolskiego Projektu Eduka-

cyjnego „Canva na lekcji”, do którego zaprosiłam nauczycieli z całej Polski, a patronat objęła Fundacja Dbam o Mój Zasięg i iławski Inkubator Technologiczny.

– **Świetnie pani łączy działalność „na swoim” i etat szkolny. Może dlatego, że obie dziedziny od siebie zbytnio nie odbiegają?**

– Rzeczywiście, te dziedziny się przenikają. Uczę nauczycieli uczyć. Stworzyłam dla nich grupę, która obecnie liczy 2800 osób. Na moim kanale Edulearn.expert we wtorki o 20:00 spotykam się jednak nie tylko z nauczycielami, ale z ludźmi z całej Polski, którzy chcą się nauczyć projektowania on-line na platformie Canva. Dzielę się też wiedzą w grupie #Canvadla-Edukacji. Ja uwielbiam Canvę. Każdy, nawet ktoś bez umiejętności graficznych, może przygotować dyplom, ulotkę, film, CV, życzenia, zaproszenie, czy stronę internetową. Dlaczego to jest ważne? Bo jest potrzebne na co dzień dorosłym w życiu osobistym i zawodowym w każdej już branży.

Canva jest też platformą edukacyjną i ja ją wykorzystuję, pracując

z uczniami. W XXI wieku ważne jest to, by uczeń działał i tworzył. Wtedy zapamiętuje nawet 90% tego, co zrobił. Samo czytanie czy oglądanie nie pozwala na przyswajanie wiadomości aż w takim stopniu. Nauka daje największe efekty, gdy uczeń robi coś sam.

– **Chciałaby pani zmienić polską szkołę?**

– Marzę o nowoczesnej, cyfrowej edukacji. Szkoła bez dzwonek, z wyciszonym pokojem relaksu i dłuższymi przerwami, które pozwalają odpocząć.

NAUCZANIU SKUPIONYM NA SAMODZIELNYM I TWÓRCZYM DZIAŁANIU UCZNIÓW ZGODNYM Z ICH ZAINTERESOWANIAM, NA RELACJACH I WSPÓŁPRACY. UCZEŃ, KTÓRY ROBI COŚ, BO LUBI UCZYĆ SIĘ NAJWIĘCEJ. JEST KREATYWNY. A TO JEDNA Z KLUCZOWYCH KOMPETENCJI. W PRZYSZŁOŚCI TAKI CZŁOWIEK BĘDZIE MIAŁ MNÓSTWO POMYSŁÓW I BĘDZIE ODCZUWAŁ ZADOWOLENIE Z SIEBIE.

W ten sposób uczy się też współpracy i pracy w zespole. Współdziałanie, kreatywność i współpraca to są kompetencje, będące wyznacznikiem nowoczesnej edukacji. Edukacji XXI wieku. A obok tego są kompetencje cyfrowe, które też będą uczniom niezbędne w przyszłej pracy.

– **Oprócz kształtowania umiejętności, tworzy też pani produkty.**

– Kocham książki, papier i ładne przedmioty. Stąd moje pomysły na produkty dla nauczycieli.

WYMYŚLIŁAM I ZAPROJEKTOWAŁAM PIERWSZY W POLSCE PLANER DLA NAUCZYCIELA. W TYM ROKU TO JUŻ DRUGA EDYCJA, Z KTÓREJ JESTEM DUMNA I DOSTAJĘ WIELE POZYTYWNYCH KOMENTARZY. POŁĄCZYŁAM KALENDARZ NAUCZYCIELA Z NIEDATOWANYM ROZWOJOWYM PLANEREM, W KTÓRY MOŻNA PLANOWAĆ LEKCJE I DZIAŁANIA Z UCZNIAMI, ALE TEŻ

ZAPISYWAĆ SVOJE MYŚLI, INSPIRACJE I CELE.

Z miłości do siebie i dbania o dobrostan nauczyciela stworzyłam jeszcze jeden innowacyjny produkt. Pierwsze w Polsce karty afirmacyjne dla nauczyciela. Afirmacje to słowa, które mają moc. Mają wzmacniać nasze poczucie wartości i zadowolenie z siebie. Moją misją jest pomóc nauczycielom być szczęśliwymi ludźmi. A tego – jak i dbania o siebie – można się nauczyć.

– **A jak pani dba o siebie?**

– Uwielbiam jeździć na motocyklu. Kocham spontaniczne podróże, samotne wyjazdy i zwiedzanie miejsc spoza przewodnika. Ostatnio w ten sposób zwiedzałam Egipt. Dla mnie taka podróż to podróż, by bardziej poznać siebie i wyjść ze strefy komfortu. Czasami także walcząc ze swoimi słabościami i lękami. W ten sposób niedawno nauczyłam się pływać i jestem świeżo upieczonym certyfikowanym nurkiem.

– **Słyszałam na pani temat komentarz: „Kobieta – petarda”.**

– Petarda kojarzy mi się z energią i faktycznie działałam w myśl zasady „bój się i rób”. Stworzenie od zera, bez wcześniejszego doświadczenia, własnej marki było dla mnie wyzwaniem. Nagrałam kilkanaście kursów, poprowadziłam już sto webinarów w sieci, setki osób zapisały się na moje szkolenia, wymyśliłam innowacyjne produkty, otrzymałam wiele pozytywnych słów na temat tego, co robię i jak pracuję. To jedna z moich najciekawszych podróży.

W przyszłości chcę robić to, co robię, ale docierać z edukacją do innych osób i w inne miejsca. Także te bliższe, lokalne. Mam pomysły, realizacja trwa.

Edyta Kocyła-Pawłowska

MŁODZIEŻOWA ORKIESTRA DĘTA Z IŁAWY MA 50 LAT

KULTURA Koncert jubileuszowy z okazji pięciu dekad istnienia naszego przez wiele lat „towaru eksportowego” odbył się w sobotę, 17 września. Pod względem muzycznym było to ciekawe wydarzenie.

Młodzięzowa Orkiestra Dęta powstała w 1971 r. przy Zespole Szkół im.

Bohaterów Września 1939 r. („budowlanka”). Największe sukcesy odnosiła za złotych czasów kapelmistrza śp. Bogdana Olkowskiego. Obecnie zespół muzyków prowadzi Michał Kowalewski. W jubileuszowym koncercie zagrali muzycy młodzi i ci starsi, którzy są absolwentami Orkiestry, a których uczył jeszcze B. Olkowski. To był piękny koncert pod względem muzycznym, który właściwie mógłby odbywać się w Iławie co roku.

Pięknie wybrzmiały m.in. utwory z gatunku muzyki filmowej, ale i współczesnej, popularnej. Większy nacisk położono na część muzyczną, niż na historyczną, co znalazło i sprzymierzeńców wśród publiczności, i krytyków. Wskazywano także na brak tamburmajerek i tancerek, które przez lata uświetniały występy orkiestry.

Całość prowadziła para uczniów z „budowlanki”, a na widowni znaleźli się m.in.: dyrekcja tej szkoły z Elżbietą Gościńską na czele, nauczyciele szkoły, w tym emerytowani. Wśród nich był także były dyrektor Edward Bojko, który przytoczył kilka anegdot, jako jedna z niewielu żyjących jeszcze osób, pamiętających całe pięć dekad Orkiestry.

W przerwach prowadzący pokrótce przedstawili historię Orkiestry. Wręczono podziękowania jej wieloletnim członkom. Listy gratulacyjne, kwiaty i upominki wręczali przedstawiciele władz: Bernadeta Hordejuk, prze-



Całość prowadzili uczniowie „budowlanki”

wodnicząca sejmiku wojewódzkiego, starosta Bartosz Bielawski, burmistrz Iławy Dawid Kopaczewski ze swoją zastępczynią Dorotą Kamińską (drugi zastępca Krzysztof Portjanko gra w Orkiestrze), zastępca wójta gminy Iława Andrzej Brach oraz przedstawiciele rady miasta w Iławie: Michał Młotek (przewodniczący), Ewa Jackowska oraz Wojciech Szymański (wiceprzewodniczący). E. Jackowska bukiet kwiatów wręczyła wdowie po śp. Bogdanie Olkowskim.

Jako wokalistka w utworze „Moon river” wystąpiła Ewa Węgorzewska.

Całość wydarzenia uświetnił bogato ilustrowany biuletyn opisujący przeszłość zespołu. Koncert zakończył się bisami i owacją na stojąco.

Edyta Kocyta-Pawłowska



Na pierwszym planie Edward Bojko



Michał Kowalewski, obecny dyrygent



Z prawej - dyrektorka szkoły Elżbieta Gościńska



Ewa Węgorzewska wystąpiła jako jedyna wokalistka tego wieczoru



OTWARTO OŚRODEK SZKOLNO-WYCHOWAWCZY

WYDARZENIA\\\\ Z pompą i bardzo uroczyście, z programem artystycznym przygotowanym przez uczniów i nauczycieli, wspomnieniami i honorowymi statuetkami otwarto oficjalnie siedzibę Zespołu Placówek Szkolno-Wychowawczych w Iławie.

Władze najwyższego regionalnego szczebla w jednym miejscu? To nie zdarza się często. Zdarzyło się 1 września w Iławie. W otwarciu siedziby Zespołu Placówek Szkolno-Wychowawczych wziął udział zarówno wojewoda Artur Chojecki, jak i marszałek Gustaw Marek Brzezina. W uroczystościach wzięło udział wielu zaproszonych gości, pierwsza nauczycielka Aniela Łupaczewska, przedstawiciele powiatu nowomiejskiego, gminy Lubawa, gminy Iława, skąd również przyjeżdża młodzież do tej placówki.

Gospodarzem był starosta iławski Bartosz Bielawski oraz cały zarząd powiatu, jako że to ta jednostka samorządu prowadzi placówkę. Dotarła także – i dużą część kwiatów skierowano na jej ręce – przebywająca obecnie na urlopie na podratowanie zdrowia dyrektorka Zespołu, Beata Lenartowicz. W jej zastępstwie funkcję zarządzającą sprawuje od kilku miesięcy wicedyrektor Wojciech Wegner. Podkreślał on, że obecność tak wielu gości jest dowodem na współpracę ponad podziałami politycznymi.

Całość rozpoczęto od przecięcia uroczystej wstęgi, poświęcenia budynku przez ks. kanonika Jarosława Hossę (parafialny kościół sąsiaduje z działką szkoły), po czym starostwa wręczył symboliczny klucz do drzwi dyrektorowi Wegnerowi. Warto zauważyć, że te drzwi są już otwarte od ubiegłego semestru. Przeprowadzkę bowiem do nowej siedziby przyspieszyła wojna na Ukrainie i przybývający do Iławy uchodźcy, którzy zasiedlili poprzednią siedzibę Zespołu przy ul. Kościuszki.

Już po wejściu pod dach zgromadzeni obejrzeli poloneza w wykonaniu ucz-



niów i nauczycieli. Nie było to jednak polonez, jakiego zazwyczaj widzimy podczas na przykład studniówek. Mnogość elementów układu choreograficznego była imponująca!

Całość tej części poprowadzili: Daniela Laskowska oraz Bartosz Laskowski.

Starosta wspominał podczas swojego przemówienia, że budowa trwała aż dwa lata i kosztowała ponad 24 miliony zł. Obiekt ma 6319 metrów kwadratowych powierzchni, dostosowanych do przyjęcia 240 uczniów. Zatrudnionych jest ponad 110 nauczycieli i innych pracowników. – Obiekt jest w pełni dostosowany do potrzeb uczniów, w tym mam na myśli m.in. pomieszczenia rehabilitacyjne, ogród warzywno-owocowy i boisko – mówił starosta Bartosz Bielawski. Dziękował za wsparcie zgromadzonym,



Wicedyrektor Wojciech Wegner z symbolicznym kluczem

z tym władzom województwa, ale też radzie powiatu za wyasygnowanie na budowę ponad 13 milionów z budżetu powiatu.

Dziękował także obecnemu na uroczystości byłemu burmistrzowi Iławy Adamowi Żylińskiemu, bo za jego czasów miasto przekazało działkę pod placówkę. Starosta dziękował też głównemu wykonawcy za terminowe ukończenie budowy, czyli firmie budowlanej Daniela Wygonowskiego z Ostródy.

– Ośrodek im. Janusza Korczaka to dziś bogato wyposażona placówka – podkreślał zarówno starosta, jak i wicedyrektor szkoły.

– Wymieniłem może nie wszystkich bezpośrednio zaangażowanych, ale wszystkim serdecznie dziękuję – mówił starosta. – Nie mógłbym zapomnieć o ojcu chrestnym tej inwestycji, członku zarządu powiatu Macieju Rygielskim, dziękuję za jego upór i zabieganie, by ten obiekt powstał.

Marszałek województwa

Gustaw Marek Brzezina wręczył dyrekcji placówki herb województwa oraz... piłki. Pochodząca z Iławy Bernadeta Hordejuk, przewodnicząca sejmiku wojewódzkiego, wspominała, jak 9 lat temu w imieniu zarządu powiatu przekazywała informację dyrekcji o planowanej inwestycji, ile to emocji oraz nadziei wzbudziło w pracownikach i rodzicach uczniów. – Najpierw miał być remont starej placówki. Ale okazało się to zbyt kosztowne, a miejsca przy ul. Kościuszki było mało... – mówiła.

Wójt gminy Iława Krzysztof Harmaciński, podkreślał trud tak dużej inwestycji w tak niełatwych czasach. – A ta powstawała pod moim okiem, bo przecież jestem parafianinem tej samej parafii – opowiada... żartobliwie, ale całkiem poważnie także dziękował, że do placówki mogą też uczęszczać dzieci z gminy Iława.

Podobnie wdzięczność wyrażał Jerzy Czapliński. – Z całego serca dziękuję, że młodzież z powiatu nowomiejskiego także może się tu uczyć.

List gratulacyjny przekazał także burmistrz Iławy Dawid Kopaczewski. Mówił o niebagatelnej kwocie i widocznych staraniach.

Rafał Ryszczuk, burmistrz Kisielice, gratulował symbiozy i dobrej współpracy między samorządem i rządem.

Gratulacje składali także grupowo przedstawiciele

placówek edukacyjnych z miasta i powiatu oraz MOPS-u i stowarzyszenia „Jesteśmy”.

Prezentacja historii szkoły z udziałem jej ucznia Kacpra zaskoczyła wielu obecnych. Okazało się także, że na uroczystość zaproszono wspomnianą Anielę Łupaczewską, której odśpiewano spontaniczne „Sto lat”.

W części artystycznej wystąpił chór składający się z uczniów i nauczycieli, a prowadzony przez Małgorzatę Wasiewską. Natomiast Dorota Myślińska i Monika Mężykowska przygotowały występ uczniów z tubami.

Wręczono także Korczaki, statuetki dla zasłużonych i przyjaciół. Tym razem otrzymali je: wojewoda, marszałek, kurator oświaty Krzysztof Marek Nowacki (nieobecny tego dnia), Mateusz Szkaradziński z PFRONu, starosta iławski, dyrektor wydziału edukacji starostwa Renata Motylińska, Benedykt Dutka, dyrektor wydziału architektury i budownictwa oraz inspektor Mariusz Korpalski z starostwa.

Po części oficjalnej można było zwiedzić całą placówkę i coś przekąsić.

Przed wyjściem każdy otrzymał sadzonkę lipy od Nadleśnictwa Iława. Pomysłodawczynią upominków była hortiterapeutka pracująca w Zespole, Sabina Wtulich.

Edyta Kocyta-Pawłowska



Aniela Łupaczewska i Walerian Lewko



Beata Lenartowicz odbiera gratulacje z rąk burmistrza Dawida Kopaczewskiego



Polonez w wykonaniu uczniów i nauczycieli

SENIORZY SENIOROM Z UKRAINY

LUDZIE Starsi i aktywni w życiu społecznym iławianie stworzyli projekt, do udziału w którym zaprosili swoich rówieśników z Ukrainy, mieszkających od niedawna w Polsce. Wspólnie lepią pierogi, tworzą lampiony, rozmawiają. Słowem – integrują się.

Każdy z uczestników przyniósł szklane naczynie – mówi Małgorzata Szywał-Trzaskawka, instruktorka prowadząca zajęcia z decoupage'u. Te naczynia następnie były ozdabiane papierem ryżowym. – Poczekamy, aż podeschnie i będziemy naklejać różne motywy.

Co ciekawe, motywy naklejane w sierpniu nawiązują do... grudnia i świąt Bożego Narodzenia. – To, co wspólnie tworzymy, to lampiony. A że najczęściej odpalamy je zimą, stąd motywy zimowe i świąteczne – tłumaczy instruktorka. Oczywiście ci, którzy mają ochotę, mogą wybrać motywy kwiatowe. Do tego można dodać farby i całość ozdobić pastami śniegowymi, co da zimowego wyrazu tym lampionom. – Nieodczuwalny jest oczywiście zimny brokat, szczególnie lubiany przez naszych uczestników – mówi prowadząca.

Projekt jest rozbudowany i zajęcia są bardzo różnorodne. Cel jest jednak jeden: integracja seniorów polskich i ukraińskich, mieszkających w Iławie.

Pracują z wielkim zaangażowaniem i skupieniem. Rozmawiają między sobą, a o to właśnie chodziło. O to, by przy robótkach zamienić najpierw słówko lub dwa, a z dnia na dzień się coraz bardziej ośmiać. Od głośnego komentowania tego, co się robi,

od słów rzuconych nawet trochę w przestrzeń, przy okazji pracy, do coraz bardziej prywatnych rozmów na osobiste tematy...

Projekt nosi nazwę Iławscy seniorzy seniorom z Ukrainy. – Często te starsze osoby z Ukrainy opiekują się dziećmi, stąd też obecność u nas także młodszych gości zza wschodniej granicy – mówi Monika Kowalska-Kastrau, pełnomocnik burmistrza Iławy ds. osób starszych i niepełnosprawnych. – Pomagają trochę w nauce języka, ale też rozluźniają atmosferę, zwłaszcza na początku – dodaje.

– MY PODUCZYMY SIĘ JĘZYKA UKRAIŃSKIEGO, A UKRAIŃCY – POLSKIEGO – MÓWIŁA NAM MARIA TULIK ZE STOWARZYSZENIA IŁAWSKY SENIORZY JUŻ W TRAKCIE REKRUTACJI. – ZALEŻY NAM NA INTEGRACJI SENIORÓW Z UKRAINY Z MIESZKAŃCAMI IŁAWY – DODAŁA.

Dlatego w ramach tego przedsięwzięcia zorganizowane są zajęcia artystyczne, kulinarne, a także wyjazdy piknik integracyjny na zakończenie. Projekt zakłada wspólne zajęcia do końca października.

– Nie wszystko jest łatwe do wykonania, ale próbujemy – mówi Mirosław Win-



Fot. Edyta Kocyła-Pawłowska

Integracja międzypokoleniowa

nicki z tego samego stowarzyszenia, podkreślając, że liczy się przede wszystkim wspólne przebywanie.

Wspólnie spędzany czas szybko mija. Czy to nauka języka, czy kosztowanie wspólnie wykonanych wyrobów kulinarnych. Co będzie dalej, już po zakończeniu projektu? – Ja się o przyszłość pod tym względem nie martwię – już na pierwszych zajęciach deklarował Mirosław Winnicki ze Stowarzyszenia Iławscy Seniorzy. A Monika Kowalska-Kastrau dodaje, że chciałaby, by to miejsce (czyli Centrum Aktywności Lokalnej przy ul. Wiejskiej w Iławie, w którym odbywają się zajęcia) było także później miejscem przyjaznym rodzinom, także



Z prawej instruktorka Małgorzata Szywał-Trzaskawka

ukraińskim. – Żeby zawsze mogli sobie tutaj przyjść, skorzystać z oferty zajęć.

Organizatorzy przyznają, że rekrutacja do projektu nie była łatwa. – Bardzo trudno było przekonać Ukraińców, by do nas przyszli. Plakaty, ogłoszenia nie zdały egzaminu – mówi peł-

nomocniczka. Dopiero, gdy członkowie stowarzyszenia bezpośrednio docierali do miejsc, gdzie się znajdują rodziny ukraińskie, sytuacja się zmieniła. Okazało się, że ważny był w tym przypadku bezpośredni kontakt. Mimo że plakaty zawierały informacje w języku ukraińskim,

nie wzbudzało to aż takiego zaufania, jak zachęcająca rozmowa w cztery oczy. – Bariera językowa, strach przed nieznanym, szczególnie wśród osób starszych... Wiem, że chcą, ale jednocześnie boją się uczestniczyć – zaznacza Monika Kowalska-Kastrau.

Wolontariuszką, której zadaniem od początku było barierę językową jak najbardziej zlikwidować, jest Olga Sołowjowa, z pochodzenia Rosjanka. To ona współpracuje ze Stowarzyszeniem Iławscy Seniorzy i od samego początku wspiera projekt, od rekrutacji poprzez zajęcia. – Mieszkanie w Iławie mam od dłuższego czasu, a mieszkam na stałe od kwietnia 2022 r. – opowiada. Iławę znała już wcześniej,

Uczę się cały czas języka polskiego, choć już wcześniej miałam kontakt z tym językiem. Brałam udział m.in. w wymianach młodzieżowych i bywałam w Iławie – mówi pani Olga, która w Kaliningradzie była kierowniczką polonijnego klubu. Z Towarzystwem Miłośników Kultury Polskiej zawsze dużo podróżowała. Śmieje się, że doświadczenie zseniorami już miała, bo w tym klubie też byli ludzie w III wieku, 65 lat lub więcej.

Kiedy wybuchła wojna, Olga świadomie wybrała tę lokalizację na miejsce swojego mieszkania. – Mój mąż bardzo kochał Iławę. Dzieciwiec lat temu kupiliśmy tutaj mieszkanie i przyjeżdżaliśmy w każdy weekend. To było ukochane miejsce mojego męża – opowiada Olga ze wzruszeniem. Jej mąż zmarł, więc teraz ona kocha Iławę za dwoje. Angażuje się w wolontariat, ale też chciałaby tutaj, na miejscu, pracować. Ma wyższe wykształcenie pedagogiczne i w czasie zajmowania się seniorami, jak mówi z uśmiechem, czeka na ofertę.



Najmłodsze pomocnice



Olga Sołowjowa, tłumaczka



Mirosław Winnicki prezentuje efekt

PREMIER UHONOROWAŁ KAPITANA

WYDARZENIA\\\\ Okazją wizyty Mateusza Morawieckiego pod Iławą było odsłonięcie pamiątkowej tablicy na cześć kapitana Żeglugi Wielkiej, inżyniera Zbigniewa Sulatyckiego w Badawczo-Szkoleniowym Ośrodku Manewrowania Statkami w miejscowości Kamionka.

Kapitan Żeglugi Wielkiej inż. Zbigniew Sulatycki gościł dzisiaj w Badawczo-Szkoleniowym Ośrodku Manewrowania Statkami, gdzie wraz z premierem RP Mateuszem Morawieckim, burmistrzem Dawidem Kopaczewskim i wieloma znamienitymi gośćmi odsłonił pamiątkową tablicę. Tym gestem uhonorowano wieloletnie zasługi kapitana na rzecz rozwoju polskiej gospodarki morskiej. Kapitan Zbigniew Sulatycki był długoletniemu instruktorem Badawczo-Szkoleniowego Ośrodka Manewrowania Statkami, był również podsekretarzem stanu w Ministerstwie Transportu i Gospodarki Morskiej w rządzie Jana Olszewskiego i Hanny Suchockiej. W 2016 roku został powołany przez Ministra Gospodarki Morskiej i Żeglugi Śródlądowej Marka Gróbarczyka w skład Konwentu Morskiego. Kapitan za swoje zasługi i działania



foto UM Iława

został odznaczony Krzyżem Wielkim Orderu Odrodzenia Polski.

PREMIER MATEUSZ MORAWIECKI PODKREŚLIŁ ZASŁUGI UHONOROWANEGO GOŚCIA, JEDNOCZEŚNIE GRATULUJĄC MU ODWAGI W MOMENTACH, KIEDY W POLSCE PANOWAŁ USTRÓJ KOMUNISTYCZNY.

Burmistrz Kopaczewski na ręce kapitana złożył pamiątkowy list gratulacyjny.

oprac. eka



foto UM Iława



foto Kancelaria Premiera

Od lewej: Premier M. Morawiecki i inż. Zbigniew Sulatycki w Kamionce pod Iławą

BALLADY I ROMANSE POD ARKADAMI

KULTURA\\\\ W całym kraju w sobotę, 3 września, odbywało się wspólne, bo narodowe czytanie tych samych utworów. W tym roku wybrano Adama Mickiewicza i jego „Ballady i romanse”.

Narodowe Czytanie jak zwykle przygotowała Miejska Biblioteka Publiczna we współpracy z miejskimi instytucjami. Ponownie

wybrano arkady pod ratuszem jako miejsce z odpowiednim klimatem. W tym roku, jak i w całej Polsce, czytano „Ballady i Romanse” Adama Mickiewicza.

Była więc i „Pani Twardowska”, „Rękawiczka”, „Rybka” czy „Powrót taty”. Czytali i dorośli - jak oficer prasowa policji Joanna Kwiatkowska czy na-

uczycielka z SP 1 Jolanta Michalewska wraz z dyrektorką tej szkoły Beatą Niksa-Żubertowską, a także Kinga Groszkowska, dyrektorka Biblioteki.

Jednak to młodzieży było najczęściej wśród czytających. Czytano indywidualnie i w grupach.

Nie zabrakło akcentów muzycznych w wykona-

niu ucznia „jedyńki”, Jakuba Kowalkowskiego. Można było także wpisać się w pamiątkową księgę.

eka



foto Edyta Kocyla-Pawłowska



SZANSA NA WYMIANĘ PIĘTNASTOLETNIH FOTELI W IŁAWSKIM KINIE

Polski Instytut Sztuki Filmowej (PISF) widzi zasadność wymiany piętnastoletnich foteli w Kinoteatrze „Pasja” i przyznał Iławskiemu Centrum Kultury najwyższą kwotę dotacji (200 000, 00 zł) na ten cel.



Lidia Miłosz
Dyrektorka Iławskiego Centrum Kultury

Przyznane środki są docenieniem skuteczności w zarządzaniu mieniem Iławskiego Centrum Kultury. Jednym z kryteriów oceny wniosków o dofinansowanie były osiągnięcia w pozyskiwaniu i rozliczaniu wcześniejszych projektów (od 2020 roku ICK pozyskało ponad 280 000,00 zł środków pozabudżetowych na działalność kulturalną bez ostatniej dotacji od PISF-u) oraz udokumentowana aktywność w budowaniu oferty kulturalnej dla mieszkańców. ICK ma się czym chwalić, bo praca instytucji jest doceniana przyznawanymi dotacjami przez instytucje zewnętrzne, takie jak: Polski Instytut Sztuki Filmowej, Narodowe Centrum Kultury, Instytut Muzyki i Tańca, Muzeum Historii Polski, Fundacja Wspierania Zrównoważonego Rozwoju.

Wymiana foteli na nowe jest jednym z kluczowych elementów modernizacji zabytkowego budynku, wynika ze strategii zarządzania, która zakłada stopniowe udoskonalenia w obiekcie z dbałością i troską o bezpieczeństwo oraz komfort widzów Kinoteatru „Pasja”. W instytucji przeprowadzane są bieżące naprawy, wnętrza budynku są regularnie odświeżane, trwają przygotowania do remontu części elewacji.

Chcąc rozszerzać zakres świadczonych usług dla mieszkańców i turystów, ICK musi stawiać na wysoki standard, wygodę i komfort widzów korzystających z seansów, spektakli czy też innych działań kulturalnych. Modernizacja widowni zabytkowego kinoteatru (naszego dziedzictwa kulturowego) podkreśli wyjątkowość tego miejsca, pozytywnie wpłynie na jego atrakcyjność, a tym samym zwiększy konkurencyjność oferty na rynku.

BEZPIECZEŃSTWO

Za wymianą foteli w iławskim kinie przemawiają przede wszystkim

względem bezpieczeństwa. Mówi o nich **Lidia Miłosz, dyrektorka Iławskiego Centrum Kultury:**

- Obecne fotele od dawna nie podlegają gwarancji, gdyż mają już 15 lat. Ich dalsza eksploatacja może doprowadzić do trwałych uszkodzeń, które spowodują zagrożenia, np. w przypadku konieczności ewakuacji. Już w tej chwili mechanizmy automatycznego zamykania w 150 fotelach (prawie 70%) są tak wyeksploatowane, że siedziska nie zawsze wracają automatycznie do pozycji pionowej. Istnieje ryzyko, że siedziska z uszkodzonymi mechanizmami automatycznego powrotu zablokują przestrzeń drogi ewakuacyjnej, a to może stwarzać zagrożenie w przypadku konieczności, np. pilnej ewakuacji. Siedząc na wygodnym fotelu nie widzi się tego zagrożenia, ale w przypadku chaosu ma ono znaczenie. Iławskie Centrum Kultury na bieżąco usuwa usterki, aby zapewnić bezpieczeństwo publiczności oraz pracowników czy gości odwiedzających budynek. Jednak ze względu na „wiek” i dużą eksploatację foteli resurs ich użytkowania po prostu się kończy.

GOSPODARNOŚĆ I OSZCZĘDNOŚĆ

Pracownicy Iławskiego Centrum Kultury samodzielnie stworzyli projekt i zabiegali o dofinansowanie zadania przez PISF, gdyż pracując w budynku kina mają największe doświadczenie i wiedzę, jakie są potrzeby instytucji. Gdyby pominąć niezwykle istotny, oczywisty i priorytetowy aspekt bezpieczeństwa i skupić się tylko na aspekcie ekonomicznym, to i tak maksymalnie za 2 - 3 lata wszystkie fotele będą do wymiany z uwagi na wysoki poziom eksploatacji wynikający z liczby osób odwiedzających kino na seansach i innych wydarzeniach. Wtedy jednak nie będzie możliwa realizacja zadania z dofinansowaniem i miasto będzie musiało pokryć całość inwestycji z własnych środków. Może to spowodować wyłączenie sali kinowej z użytkowania publicznego, jeśli tych środków nie będzie. Podsumowując, poza względami bezpieczeństwa motywacją dla stworzenia wniosku były względy estetyczne, higieniczne i ekonomiczne. Tapicerka użytkowanych 15 lat foteli jest zużyta, miejscami na bokach dziurawa, odstaje od gąbki i marszczy się wskutek wysiedzenia i wielokrotnych zabiegów czyszczenia środkami chemicznymi i urządzeniami mechanicznymi.

Na te sprawy zwracają również uwagę goście kina, którzy tak zareagowali na wiadomość o planowanej modernizacji: *Świetna wiadomość, w tych starych wysiedzieć się nie da... Bardzo dobra wiadomość!* Często z wnukiem chodzimy do kina i rzeczywiście czas na zmiany.

Wymiana foteli w zabytkowym budynku jest kosztowna, dlatego Iławskie Centrum Kultury samodzielnie stworzyło projekt wraz z niezbędną dokumentacją i czekało na rozpiśnięcie konkursu przez PISF. Sięganie po środki pozabudżetowe na niezbędne i konieczne inwestycje wynika z przestrzegania zasad: gospodarności, celowości i oszczędności, aby pełne koszty inwestycji nie musiały być pokrywane z budżetu miejskiego. W Programie Operacyjnym Rozwój kin, Priorytet I: Modernizacja kin ICK wnioskowało o kwotę **340 340,00** zł, szacując całkowity koszt zadania na **486 200,00** zł, kierując się potrzebą zapewnienia najwyższej jakości w naszym kinie. Wkład własny ICK określiło na poziomie: **97 240,00** zł i o takiej kwocie poinformowano Dawida Kopaczewskiego, Burmistrza Miasta Iławy i Joannę Wiśniewską, Skarbniczkę Miasta Iławy. PISF przyznał Iławskiemu Centrum Kultury **200 000,00 zł** (najwyższą z przyznanych dotacji w tym programie). ICK będzie dążyć do tego, żeby

wkład własny pozostał na podobnym poziomie. Pracownicy dokonują nowych kalkulacji i wycen, ale trzeba mieć też na uwadze szybkie tempo wzrostu cen towarów i usług, co może wpłynąć na konieczność zwiększenia wkładu własnego.

- Cieszymy się, że możemy dołączyć do setek kin, które z sukcesem wymieniły fotele dzięki środkom pozyskanym z programów Polskiego Instytutu Sztuki Filmowej. Wnioskuje o to wiele instytucji, ale nie każdej się to udaje. Wówczas samorządy muszą finansować przedsięwzięcia w 100 % ze środków budżetu miejskiego. Jestem dumna z sukcesu Iławskiego Centrum Kultury. – podsumowuje Lidia Miłosz

KULTUROTWÓRCZA ROLA ZABYTKOWEGO KINOTEATRU

Lidia Miłosz podkreśla, jak ważny jest dla miasta budynek kinoteatru: *Budynek kinoteatru to jeden z najstarszych zabytków w Iławie, który spełnia ważną rolę kulturotwórczą oraz integrującą społeczność. Budzi uznanie i podziw w oczach współpracujących artystów, wykonawców i turystów. Scenę kinoteatru z widownią liczącą 221 miejsc udostępniamy na potrzeby amatorskiego i profesjonalnego ruchu artystycznego. Kinoteatr odwiedzają dzieci, młodzież, osoby dorosłe oraz seniorzy. Obiekt jest jedynym*

ośrodkiem w Iławie, który na tak szeroką skalę realizuje zadania z zakresu upowszechniania kultury, edukacji filmowej, artystycznej oraz ochrony i rozwoju dziedzictwa kulturowego i historycznego. Z uwagi na niezwykle ważną funkcję kulturalną kinoteatru, Iławskie Centrum Kultury dąży do zapewnienia publiczności komfortu podczas korzystania z kinoteatru oraz wykazuje dbałość o wysoki standard przestrzeni dziedzictwa kulturowego na miarę posiadanych środków.

Wszystkie działania w zabytkowym budynku zostaną przeprowadzone we współpracy z Wojewódzkim Konserwatorem Zabytków. Montaż foteli odbywać się będzie bez negatywnego wpływu na budynek z zachowaniem zasad bezpieczeństwa, jak również bez negatywnego wpływu na środowisko naturalne. W celu prawidłowej realizacji inwestycji po otrzymaniu dofinansowania rozpoczniemy procedurę wyboru wykonawcy zgodnie z zapisami ustawy Prawo zamówień publicznych.

Iławskie Centrum Kultury ma nadzieję, że dzięki środkom, które Samorząd Miasta Iławy przekaże Iławskiemu Centrum Kultury na wkład własny w postaci dotacji celowej będzie możliwe szybkie podpisanie umowy z Polskim Instytutem Sztuki Filmowej i podjęcie kolejnych kroków. ICK będzie o nich Państwa informować.



Sala kinowa

Mieszkańcu gminy i miasta Susz, przystąp do programu „CZyste Powietrze”

„CZyste Powietrze” to kompleksowy program, którego celem jest poprawa jakości powietrza oraz zmniejszenie emisji gazów cieplarnianych poprzez wymianę źródeł ciepła i poprawę efektywności energetycznej budynków mieszkalnych jednorodzinnych. Narzędziem do osiągnięcia celu jest dofinansowanie przedsięwzięć realizowanych przez beneficjentów uprawnionych do podstawowego, podwyższonego i najwyższego poziomu dofinansowania.

Dofinansowanie obejmuje wymianę starych i nieefektywnych źródeł ciepła na paliwo stałe na nowoczesne źródła ciepła, spełniające najwyższe normy oraz przeprowadzenie niezbędnych prac termomodernizacyjnych w budynku. Dotację można otrzymać m.in. na docieplenie przegród budynku, zakup i wymianę stolarki okiennej i drzwiowej, montaż lub modernizację instalacji centralnego ogrzewania i ciepłej wody użytkowej, zakup i montaż mikroinstalacji fotowoltaicznej oraz wentylacji mechanicznej wraz z odzyskiem ciepła, a także dokumentację projektową, audyt energetyczny.

Program skierowany jest do osób fizycznych, które są

- właścicielami/współwłaścicielami budynku mieszkalnego jednorodzinnego lub
- wydzielonego w takim budynku lokalu mieszkalnego z wyodrębnioną księgą wieczystą.

Program obejmuje trzy grupy beneficjentów:

- uprawnionych do podstawowego poziomu dofinansowania – osoby, których roczny dochód nie przekracza 100 000 zł,
- uprawnionych do podwyższonego poziomu dofinansowania – osoby, których przeciętny miesięczny dochód na osobę w gospodarstwie domowym nie przekracza 1564 zł (gospodarstwo wieloosobowe) lub 2189 zł (gospodarstwo jednoosobowe),
- uprawnionych do najwyższego poziomu dofinansowania – osoby, których przeciętny miesięczny dochód na osobę w gospodarstwie domowym nie przekracza 900 zł (gospodarstwo wieloosobowe) lub 1260 zł (gospodarstwo jednoosobowe).

Zasady naboru wniosków

- prowadzony jest w trybie ciągłym, czyli wnioski są oceniane na bieżąco.
- Wnioski są przyjmowane i rozpatrywane przez właściwe terytorialnie wojewódzkie fundusze ochrony środowiska i gospodarki wodnej (WFOŚiGW).
- Wnioski można też składać za pośrednictwem gmin, które przystąpiły do programu, oraz banków, które przystąpiły do programu (Kredyt Czyste Powietrze oraz dotacja przeznaczona na częściową spłatę kapitału kredytu bankowego dostępne są w wybranych bankach, których lista aktualizowana jest na czystepowietrze.gov.pl).
- Składając wniosek można również skorzystać ze ścieżki elektronicznej w portalu Gov.pl (zakładka „Nieruchomości i środowisko”, następnie opcja „Skorzystaj z programu Czyste Powietrze”).

- Szczegółowe informacje o sposobach składania wniosków oraz informacje pomocne przy ich wypełnianiu dostępne są na stronach internetowych WFOŚiGW oraz w portalu Gov.pl.

Warunki dofinansowania

- W ramach programu można dofinansować zakup i montaż jednego źródła ciepła do celów ogrzewania lub ogrzewania i c.w.u.
- W przypadku gdy budynek/lokal mieszkalny jest podłączony do sieci dystrybucji gazu, w ramach programu nie udziela się dofinansowania na zakup i montaż kotła na paliwo stałe w tym budynku/lokalu mieszkalnym.
- Wymieniane źródło ciepła na paliwo stałe musi być trwale wyłączone z użytku.
- Na przedsięwzięcia realizowane w budynkach, na budowę których po 31 grudnia 2013 r.: – został złożony wniosek o pozwolenie na budowę lub odrębny wniosek o zatwierdzenie projektu budowlanego, – zostało dokonane zgłoszenie budowy lub wykonania robót budowlanych, w przypadku gdy nie jest wymagane uzyskanie decyzji o pozwoleniu na budowę, nie udziela się dofinansowania na ocieplenie przegród budowlanych, wykonanie stolarki okiennej i drzwiowej.
- Nie udziela się dofinansowania na przedsięwzięcia, dla których wnioskowana kwota dotacji jest niższa niż 3000 zł. Warunek nie dotyczy przedsięwzięć, w zakresie których jest zakup i montaż źródła ciepła.
- Jeśli w budynku mieszkalnym wydzielono lokale mieszkalne, dotacja przysługuje osobno na każdy lokal.

PIĘĆ KROKÓW DO DOFINANSOWANIA

1. Zdobądź wiedzę. Zapoznaj się ze szczegółami naboru: programem priorytetowym, formularzem wniosku oraz instrukcją jego wypełniania, a także regulaminem naboru i pozostałymi pomocnymi dokumentami. Znajdziesz je na stronie internetowej gov.pl oraz na Portalach Beneficjenta wszystkich WFOŚiGW.
2. Zbadaj potrzeby budynku. Określ stan obecny i potrzeby budynku. Możesz wykonać audyt energetyczny, który nie jest obowiązkowy, ale stanowi koszt kwalifikowany do dofinansowania w przypadku wykonania i sfinansowania w ramach programu ocieplenia budynku.
3. Wypełnij i złóż wniosek o dofinansowanie*. Pamiętaj o zapoznaniu się z instrukcją wypełniania wniosku o dofinansowanie i dołączeniu wszystkich wymaganych załączników. Możesz przy tym skorzystać z pomocy w swojej gminie, jeżeli przystąpiła do realizacji programu (lista gmin aktualizowana jest na stronie czystepowietrze.gov.pl).
4. Zawarcie umowy o dofinansowanie. W przypadku pozytywnej decyzji WFOŚiGW o dofinansowaniu przedsięwzięcia wniosek staje się automatycznie umową, o czym zostaniesz poinformowany pismem.



GMINNY PUNKT KONSULTACYJNO -INFORMACYJNY PROGRAMU „CZyste Powietrze”

www.czystepowietrze.gov.pl
www.wfosigw.olsztyn.pl

 Ministerstwo
Klimatu i Środowiska

 Narodowy Fundusz
Ochrony Środowiska
i Gospodarki Wodnej

 WFOŚiGW
w OLSZTYNIE

5. Złóż wnioski o płatność. Środki mogą zostać wypłacone maksymalnie w trzech transzach w przypadku podstawowego i podwyższonego poziomu dofinansowania (przy najwyższym poziomie transz może być maksymalnie pięć). Trzeci (lub piąty przy najwyższym poziomie dofinansowania) wniosek o płatność jest zawsze wnioskiem końcowym. Jeżeli pojawią się zmiany w realizacji przedsięwzięcia, wystąp o odpowiednie zmiany w umowie.

ZAKOŃCZENIE PRZEDSIĘWZIĘCIA

Przedsięwzięcie musi zostać zrealizowane najpóźniej, licząc od dnia złożenia wniosku o dofinansowanie w ciągu:

- 30 miesięcy przy podstawowym i podwyższonym poziomie dofinansowania (z wyjątkiem wniosków składanych w bankach, gdzie przewidziano 18 miesięcy na realizację całości przedsięwzięcia),
- 36 miesięcy przy najwyższym poziomie dofinansowania

Gminny Punkt Konsultacyjny programu „Czyste Powietrze” znajduje się w siedzibie Urzędu Miejskiego w Suszu, pok. 110, i czynny jest w godz. 7.00-15.00 (pon., wt., czw., pt.) i 8.00-16.00 (śr.), tel. 552 786 015 wew. 60*.

PRACA

BRUKARZY z doświadczeniem, Giżycko, 500-045-459

KIEROWCA C+ E , 503-103-703

KIEROWCA CE , 503-103-703

POSZUKUJĘ pracownika do gospodarstwa. 696-016-502

PRACA kierowca Taxi Giżycko. tel.606-910-773

ZATRUDNIĘ brukarzy i pomocników , tel.690188885

ZATRUDNIĘ kierowcę C+E, stała pensja, umowa o pracę, praca od zaraz, 691-035-480

SPRZEDAM

GARAŻ Giżycko, 885-346-885

NML Sprzedam domek ogrodowy blaszany, ocynk, używany, 2,1mx1,5m, 1.500zł do negocjacji oraz cyklopiśtownik długi wysięgnika, 500-853-080-wieczorem

NML Sprzedam farbę elewacyjną białą, 2 opakowania po 15L, 550zł, Biofarba Kreisel Polisiłikonowa, Mszanowo koło Nowego Miasta Lubawskiego, 518-677-989

SPRZEDAM 1ha, szafy pancerne, maszyny stolarskie, wyciąg trocin itp., 500-077-522

SPRZEDAM budy ocieplane, 502-536-287

SPRZEDAM stolik okolicznościowy, stan super dobry, b.tanio., 603-087-202

ŻYŁKOWA kosa spalinowa-170zł Tel. 795-773-668

NIERUCHOMOŚCI

I-KANCELARIA NIERUCHOMOŚCI GUTKOWSKI; od XXw. Na Rynku Krajowym, **NIERUCHOMOŚCI-SPRZEDAŻ-KUPNO-WYNAJEM**, Iława-Niepodległości 8/13, www.gutkowski-nieruchomosci.pl, tel./fax. 89/649-31-19, 604-222-552

BIURO Nieruchomości NOWY DOM-Giżycko, 517-520-191, www.nieruchomosci-nowydom.pl

DOM jednorodzinny, działka 20arów, Nidzica, ul.Warszawska, 6

DZIAŁKI rolne , 607-118-733

IŁAWA, sprzedam mieszkanie 62m2, cena: 365.000zł, 513-774-018

LOKAL 16m2 ul.Wodociągowa, 885-346-885

NML KUPIĘ dom/ siedlisko lub mieszkanie. Tylko poniżej ceny rynkowej, 605-070-911

NML Sprzedam dom piętrowy do remontu w Nowym Dworze Bratniańskim, cena 150.000zł, 692-528-309

NML Sprzedam dom+ budynek gospodarczy pięknie położony, działka 10 arów, Nowe Miasto Lubawskie, 666-095-072

NML Sprzedam duży dom z dużym gospodarczym budynkiem, działka 15 ar, Nawra 28, 696-348-176

NML Sprzedam garaż metalowy 18m2 z gruntem przy ul.Dworcowej w Kurzętniku, 7.000zł, 511-412-660

NML Sprzedam mieszkanie 58m2, 3 pokoje, ul.Grunwaldzka, Nowe Miasto Lubawskie, 4 piętro, 210.000zł do uzgodnienia, 728-331-978

NML Wynajmę mieszkanie dwupokojowe z oddzielną kuchnią, łazienką pow.44m2 w bloku przy ul.Grunwaldzkiej w Nowym Mieście Lubawskim, 600-870-853

POKOJE 1,2-osobowe dla osób uczących, pracujących, oddzielne wejście. Giżycko , 660-024-565

PRZYJMĘ w dzierżawę grunty rolne w okolicach Giżycka, 512 201 327

SPRZEDAM działkę budowlaną o pow.0,12a, uzbrojoną, Uzdowo, 785-541-026

SPRZEDAM kawalerkę na ul.1 Maja, Nidzica, 662-328-094

WWW.DOMKIANGIELSKIE.PL, tel.503-103-703

WYNAJMĘ kawalerkę na osiedlu Parkowym w Mrągowie, 504-629-012

WYNAJMĘ mieszkanie 47 m2, 3 pokoje, ul.Olsztyńska w Giżycku. Dzwonić na numer , 696-868-074

WYNAJMĘ mieszkanie 48m2, Giżycko, 600-414-599

YOUHOUSE Korzystnie sprzedam Twoje mieszkanie, działkę, dom- Wycena i Sprzedaż Nieruchomości Krzysztof Kasprowicz, tel.510-511-522

AUTO-MOTO

!AUTA ASKUP 609730905

ABSOLUTNIE kupię auta całe rozbite

na złom bez oc odbiór lawetą, 887-813-007

KUPIĘ malucha 126p, Fiata 125p, Poloneza, Żuka, Nysę- może być na części, 698-082-959

NML Sprzedam Audi Q3, 1.4TFSI EStronic, salonowy 2014r., pierwszy właściciel, tapicerka skóra, alufelgi, serwisowana co 15.000km ASO, czarna perła, 153.000km, stan bdb., 508-892-259

NML Sprzedam Fiat Doblo, 1.4 benzyna, 2009r., wersja osobowa, sprowadzony 504-032-966

NML Sprzedam Ford Focus Combi, 1.6 benzyna, 2005r., sprowadzony z Niemiec 504-032-966

NML Sprzedam Hyundai i30, 1.4 benzyna, 2013r., sprowadzony z niemiec 504-032-966

NML Sprzedam Opel Meriva, 1.6 benzyna, 2006r., 5 drzwi, srebrny, stan bdb., cena do uzgodnienia na miejscu 728-381-685

SKUP AUT - atrakcyjne ceny! 516 368 453

SKUP AUT stan obojętny, Nowe Miasto Lubawskie +50km, 721-650-686

USŁUGI

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

ŁAZIENKI profesjonalnie!!! 572 543 888,

REMONTY 793547242

SZYCIE kołder, 665-434-450

TŁUMACZ PRZYSIĘGŁY J.ANGIELSKIEGO tel.692-445-433.

TYNKI maszynowe, 509-512-130

USŁUGI BUDOWLANE- budowa domów, budynków inwentarskich, docieplenia, ogrodzenia, pokrycia dachowe, układanie kostki brukowej tel.725-217-093

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

USŁUGI hydrauliczne, 508-491-711

USŁUGI koparko-ładowarką, 790-220-500

USŁUGI ładowarką czołową, transport, załadunek ziemi, gruzu, obornika. Lubawa i gm.Lubawa, 691-123-162

UTYLIZACJA i zdejmowanie azbestu, 509-512-130

WYKOŃCZENIA wnętrz, remonty A-Z. 572 543 888

RÓŻNE

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

DREWNO, schody, altany, domki, zestawy ogrodowe, bujaczki, sztachety itp., 500-077-522

MEŃCZYŻNA po 60-tce poszukuje drugiej połówki, pow.nidzicki., 693-673-123

NML Oddam kamienie polne, 502-583-805

ODSTĄPIĘ wykupione miejsce na starym cmentarzu, 884-266-884

PRZYJMĘ reklamę. Giżycko. 660-024-565

SPRZEDAM silnik IVECO +skrzynię, cegłę czerwoną, białą szamotową, wał-łukowy, 606-513-447

SPRZEDAŻ mebli stylowych, 515-108-538

NAUKA

ANGIELSKI DLA DZIECI OD LAT 5- ANGOL tel.56/472-57-89, tel.692-445-433

ANGIELSKI DO MATURY- ANGOL tel.56/472-57-89, tel.692-445-433

ANGIELSKI, NIEMIECKI, FRANCUSKI DLA POCZĄTKUJĄCYCH, INNE POZIOMY- ANGOL tel.56/472-57-89, tel.692-445-433.

BOOST YOUR ENGLISH- PREP COURSES TO FCE & CAE- ANGOL tel.56/472-57-89, tel.692-445-433

KOREPETYCJE Z JĘZYKA ANGIELSKIEGO- wszystkie poziomy zaawansowania, Nowe Miasto Lubawskie 507-572-218

ZWIERZĘTA

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

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

ZDROWIE I URODA

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

ROLNICTWO

zwierzęta hodowlane

!! Kupię byczki, jałówki w każdej kondycji, 50kg- 400kg do dalszego chowu płatne gotówką 607-53-32-66

BYCZKI, jałoszki sprzedam, 600-850-092

DWIE jałówki, byczka. Tel.89-761-23-89

GĘSI chowane naturalnie, na wolnym wybiegu, karmione owsem sprzedam. 786-988-240

KUPIĘ bydło od 250kg, 692-411-362

KURY Młode Nioski, Od Hodowcy, Szczepione, Dowóz, TANIO, 502-031-298

NML Sprzedam cielęta- byczki, jałówki, okolice Nowego Miasta Lubawskiego, 516-181-554

NML Sprzedam cielną jałowicę, termin wycielenia 10 październik, 663-678-299

SPRZEDAM gotłobie ozdobne, wiele

ras, koguty Leghorn, olbrzymy Kochin, 668-132-846

maszyny rolnicze

NML Sprzedam brukwiarkę Jemioł z silnikiem oraz bloczki betonowe z rozbiórki- całe, 519-194-181

NML Sprzedam siewnik Poznaniak 1996r., pierwszy właściciel, szer.2,7m, 724-036-607

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

inne

NML Oddam kamienie polne, 502-583-805

Szukasz klientów?



docieramy do 1400000 odbiorców



wykorzystujemy zaawansowane sposoby emisji i targetowania reklam



dostarczymy Twoją ofertę do potencjalnych klientów na najpopularniejszych nośnikach



zapewniamy pełne raportowanie efektów przeprowadzonych działań

wybierz profesjonalistów,
wybierz nas

GAZETA OLSZTYŃSKA.pl

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

GAZETA
iławska.pl

CZYTAJ NAS CO MIESIĄC W GAZECIE

CODZIENNIE
W INTERNECIE

gazetaolsztynska.pl/ **ilawa**



E-wydanie/prenumerata na www.kupgazeta.pl

MNÓSTWO GOŚCI NA 50. URODZINACH

ŻEGLARSTWO\\ 50. edycja regat „O Błękitną Wstęgę Jezioraka” otarła się o rekord frekwencji, jeśli chodzi o zgłoszone załogi. Na start przyłynęło 115 jachtów różnych klas, na których było łącznie 350 załogantów z całego kraju!

Już na kilka dni przed regatami o Błękitną 2022, zapowiadając zmagania na najdłuższym jeziorze w kraju, zastanawialiśmy się, czy padnie rekord zgłoszonych jednostek. A przez 49. edycji wynik ten został nieźle wyśrubowany.

Stanisław Kasprzak, który przez lata organizował te bardzo ważne dla wodniaków (nie tylko z Iławy) zmagania żeglarskie powiedział nam, że w jednej z edycji z lat 80-tych ubiegłego wieku wystartowało 125 łodzi!

Już na trzy dni przed zawodami wiadomo było, że przy okazji jubileuszowych, 50. regat frekwencja zakręci się gdzieś w tej okolicy. — Aktualnie mamy zgłoszonych 106 załóg, co oznacza,

że wtegorocznych regatach „O Błękitną Wstęgę Jezioraka” weźmie udział co najmniej 330 osób — mówił Grzegorz Jurczak, jeden z organizatorów regat, podając wówczas aktualny stan zapisów. Ostatecznie zgłosiło się 115 chcących zmierzyć się z Jeziorakiem załóg, a w nich — łącznie — 350 żeglarek i żeglarzy.

Jubileuszowe regaty rozpoczęły się wyjątkowo — od parady wszystkich jednostek przy nabrzeżu Jezioraka w Iławie, w okolicach Portu Iława, Ekomariny itd. Następnie żeglarze rozpoczęli tradycyjny wyścig o tytułową Błękitną Wstęgę, na trasie Iława — Siemiany. Tu do rekordu (trasy) akurat było już daleko — zwyciężył Ryszard Osmański na jachcie Pod Omegą, a na metę wpłynął z czasem 2



Fot. Edyta Kocyla-Pawłowska

Jachty przygotowują się do startu w wyścigu „O Błękitną Wstęgę Jezioraka” na trasie Iława — Siemiany, który corocznie rozpoczyna regaty

godzin i 30 minut. — Żeglarzom wszystkich załóg w trakcie wyścigu do Siemian wiatr wiał — dosłownie — wtarz, stąd też ciężko tego dnia było o rekord trasy — mówi Grzegorz Jurczak. A inna sprawa, że należący do Piotra Tarnackiego, wielokrotnego mistrza świata w klasie Micro, rekord (1 godzina i 33 mi-

nuty!) został ustanowiony na ultrasportowym kataranie (Roca Volvo).

Następnie na tzw. rozlewisku siemiańskim odbyły się wyścigi w klasach: T1, T2, T3, Saturn, Twister, Open, Omega, Slow, Oldtimer. — Jeśli chodzi o sam wyścig Iława — Siemiany i możliwości bicia jakichś rekordów, nawet prywat-

nych, to rzeczywiście było o to ciężko. Za to ten wiatr pozwalał fajnie pożeglować, zarówno do Siemian jak i już na rozlewisku siemiańskim, w trakcie wyścigów w klasach — mówi Karol Szydzik, sternik Ersy, drugiej w klasyfikacji klasy Twister.

Żeglarz z Iławy dodaje, że od strony organizacyjnej również ocenia regaty pozytywnie, a trzeba pamiętać, że te 350 osób trzeba było gdzieś ulokować, nakarmić, a potem zadbać o odpowiednią zabawę dla nich wieczorem — przecież imprezy szantowe w Siemianach to tradycja i jednocześnie atrakcja Błękitnej Wstęgi Jezioraka, której właśnie stuknęła 50-tka! A gdzie trafi 50. wstęga? Do przystani Pod Omegą, gdzie są początki

regat. Tak zadecydowała zwycięska załoga. Poniżej wyniki wyścigu O Błękitną Wstęgę (pierwsza „3”) i zwycięzcy w klasach.

Mateusz Partyga

WYŚCIG O BŁĘKITNĄ WSTĘGĘ JEZIORAKA 2022

Podajemy pierwszą „3”

1. Ryszard Osmański; klasa: OPEN; nazwa jachtu: Pod Omegą
2. Krzysztof Zieliński; OPEN; Jutrzenka Pod Żaglami
3. Piotr Matwiejczuk; T2; Evo3

ZWYCIĘZCY W KLASACH

Open: Krzysztof Zieliński; Jutrzenka Pod Żaglami
Oldtimer: Andrzej Borucki, 3410
Omega: Michał Ruciński; Pronaw
Saturn: Andrzej Terpiński; Graal
Slow: Robert Boehm
T1: Maciej Jaskuła; Pani Gertruda
T2: Piotr Matwiejczuk; Evo
T3: Michał Brzozowski; Legenda
Twister: Krzysztof Budek; Fejsik

PREZENTU NIE BYŁO, ADRIAN BŁOŃSKI PRZEGRAŁ NA FEN

MMA\\ W Mrągowie odbyła się gala federacji FEN. W karcie głównej mieliśmy pojedynek zawodnika Arrachiona Iława, Adriana Błońskiego.

Po pierwszych, półzawodowych walkach 41. gali Fight Exclusive Night wypełniony już prawie w całości amfiteatr położony nad jeziorem Czos w Mrągowie gotowy był na pojedynki karty głównej. I prawie od razu do oktagonu wszedł reprezentant Arrachiona. Pochodzący z Tyrowa (powiat ostródzki), a bijący się w barwach klubu z Iławy Adrian Błoński walczył z Czechem Lukášem Chotěnovským (kategoria kogucia, czyli do 61,2 kg). Dla Błońskiego był to debiut w federacji FEN. Od razu rzuciła się w oczy duża różnica wzrostu obu fighterów — Chotěnovský jest wyższy o ok. 20 cm,

co miało też potem wpływ na pojedynek toczony przy siatce.

Błoński dobrze zaczął walkę. Według swojej opinii — pierwsza runda była na jego korzyść. Zawodnik trenowany przez Dawida Tarasiewicza był bliski zakończenia pojedynku, jednak misternie przygotowana dźwignia na głowę nie zakończyła się niestety sukcesem. — Nie mam pojęcia, jak mój rywal to wytrzymał, musi być naprawdę mocny — mówił nam Błoński po walce. — Na 100 takich prób 99 jest skutecznych w moim wykonaniu, tym razem jednak ten plan nie powiódł się i walczyliśmy dalej — relacjonuje tyrowianin.



Fot. Lukasz Daniel / FEN

Adrian Błoński (u dołu) broni się przed atakiem Lukáša Chotěnovského

W trakcie drugiej rundy czeski zawodnik mocno zmęczył Błońskiego, zwłaszcza przy siatce, kiedy to Chotěnovský cały czas atakował od strony pleców zawodnika Arrachiona. — To uciekanie przed

„zajęciem” pleców kosztowało mnie mnóstwo sił, których ewidentnie zabrakło w trzeciej rundzie — zauważa zawodnik. To właśnie w ostatniej odsłonie (3 rundy, po 5 minut każda) Czech zastosował na tyle

skuteczne duszenie zza pleców, że Adrian Błoński był zmuszony odklepać i tym samym przegrał walkę. — Wygrał zawodnik lepszy, to było zasłużone zwycięstwo mojego rywala. Trzeba posypać głowę popiołem, przeanalizować, co mogłem zrobić lepiej, a czego uniknąć i pracować dalej przygotowując się do kolejnej walki — mówi Adrian Błoński, który akurat w dzień gali FEN 41 obchodził swoje 32. urodziny. Jak widać — prezentu nie było, jednak Błoński nie był załamany porażką. Fizycznie czuł się dobrze, nie był poobijany, a dla relaksu dzień po walce wybrał się ... popływać kajakiem. Taki reset dobrze robi po stresie

i wysiłku związanym z pojedynkiem.

Bilans zawodowych walk Adriana Błońskiego to obecnie 2 zwycięstwa i 4 porażki (najpierw były 3 przegrane, następnie — po przejściu do Arrachiona Iława — 2 wygrane i teraz 3 porażka). Błoński z federacją FEN związał się na co najmniej jeszcze jedną walkę. Teraz wraz z ekipą czeka na ogłoszenie jej terminu i nazwiska najbliższego rywala. — Z tego co słyszałem, to mimo porażki pozostawiłem po sobie dobre wrażenie. Czekam zatem na kolejną walkę — mówi nam fighter z Tyrowa. Kolejna gala FEN — 15 października we Wrocławiu.

zico

TAK SIĘ ZACZYNA SEZON!

PIŁKA RĘCZNA \\ W znakomitym stylu swój debiutancki sezon w I lidze rozpoczęli szczypiorniści z Iławy. Szynaka Meble Jeziorak w meczu 1. kolejki rozgrywek 2022/23 pokonał na wyjeździe KPR Gryfino różnicą dziesięciu bramek.

Po raz pierwszy drużyna z Iławy gra na poziomie I ligi. Zespół piłki ręcznej Jezioraka w sezonie 2021/22 zapisał w swojej krótkiej historii piękną kartę — wywalczył mistrzostwo II ligi. To już jednak — właśnie — historia, teraz czas stawić czoła grze i rywalom w wyższej klasie.

Więcej o przygotowaniach do sezonu można było przeczytać na naszym portalu w wywiadzie z Łukaszem Kamińskim, prezesem sekcji i jednocześnie zawodnikiem klubu z Iławy („Przed nami historyczny sezon”). Przed startem sezonu pisaliśmy też o pozyskaniu sponsora tytularnego (Szynaka Meble), a także o wycofaniu się Jezioraka z turnieju finałowego Wojewódzkiego Pucharu Polski, klub z Iławy wydał oświadczenie w tej sprawie — więcej na www.ilawa.wm.pl.

Sobota 24 września 2022 będzie datą historyczną dla iławskiego szczypiorniaka, bo właśnie tego dnia Szynaka Meble Jeziorak rozegrał pierwszy mecz nowego sezonu I ligi. Więcej o wygranym spotkaniu z KPR-em Gryfino w dalszej części tekstu.

W przerwie między sezonami w iławskim zespole zaszły znaczne zmiany kadrowe, także na stanowisku trenera. — Marek Woronowicz nie będzie w kolejnym sezonie szkoleniowcem Jezioraka. Powodem odejścia tego doświadczonego trenera są sprawy prywatne, jednak nie rozstaje się on definitywnie z klubem — poinformował Jeziorak 3 sierpnia. — Pod wodzą trenera Woronowicza nasza drużyna wywalczyła historyczny awans do I ligi, a on sam zapisał się w kartach iławskiej piłki ręcznej z najlepszej strony. Trenerze

dziękujemy za wszystko — dziękował Jeziorak i miał za co.

Transferowym hitem tego lata było pozyskanie niezwykle doświadczonego Kamila Kriegera, który w Iławie będzie pełnił funkcję grającego szkoleniowca.

W trakcie prezentacji zespołu na sezon 2022/23, która odbyła się na tydzień przed inauguracją rozgrywek w Galerii Jeziorak, można było usłyszeć taki opis sylwetki nowego trenera drużyny z Iławy. — Kamil Krieger — największa gwiazda i grający trener. Najgłośniejszy transfer tego lata w całej lidze. Niezwykle doświadczony, przez całą swoją karierę reprezentował kluby superligowe, w tym Vive Kielce oraz MMTS Kwidzyn. Na swoim koncie ma również występy w reprezentacji Polski — tak było na prezentacji.

Następnie przyszedł czas na walkę o pierwsze ligowe punkty.

Debiut marzenie!

Szynaka Meble Jeziorak, beniaminek I ligi, pojechał do Gryfina i pewnie zgarnął trzy punkty. Iławianie od początku meczu budowali przewagę, by na przerwę schodzić już przy 9-bramkowym prowadzeniu. Po zmianie stron iławianie nie roztrwonili zaliczki z pierwszej części pojedynku i trzymając cały czas rywali na dystans 9/10 bramek spokojnie dowieźli wygraną do końcowej syre-

ny. KPR Gryfino to zespół, który w poprzednim sezonie zajął 7. miejsce w rozgrywkach I ligi, w sobotę jednak to beniaminek był lepszy i wygrał zasłużenie. W 2. kolejce historycznego, bo pierwszego w historii iławskiej piłki ręcznej sezonu w pierwszoligowych realiach, od razu derby — do Iławy przyjeżdża Szczypiorniak z Olsztyna. Spotkanie zostanie rozegrane w niedzielę 2 października w hali widowiskowo-sportowej, start o 15.00. **Mateusz Partyga**

KPR Gryfino — Jeziorak Iława 25:35 (11:20)

• **Inne wyniki 1. kolejki:** Szczypiorniak Olsztyn — Usar Kwidzyn 24:35 (11:19), Sparta Oborniki — Sokół Porcelana Lubiana Kościerzyna 29:33 (16:18), SMS ZPRP I Kwidzyn — Kospel Gwardia Koszalin 31:38 (17:20). Pauza: MKS Grudziądz i Tytani Wejherowo.

I LIGA

1. Usar	3	35:24
2. Jeziorak	3	35:25
3. Gwardia	3	38:31
4. Sokół	3	33:29
5. Sparta	0	29:33
6. SMS I	0	31:38
7. Gryfino	0	25:35
8. Szczypiorniak	0	24:35
Tytani	-	-:-
Grudziądz	-	-:-

REKLAMA



Starosta Powiatu Iławskiego
oraz
Stowarzyszenie Iławski Klub „Amazonki” w Iławie



mają zaszczyt zaprosić
Mieszkańców Powiatu Iławskiego na obchody

25-lecia Stowarzyszenia

**7 października 2022 r. o godz. 12.00 w kinoteatrze „Pasja” w Iławie
ul. Niepodległości 13A.**

Zapraszamy na spotkania z cyklu „BĄDŹ ZDRÓW” – Zadbaj z nami o swoje zdrowie

W PROGRAMIE:

- odczyty na temat profilaktyki raka piersi, tajników zdrowego żywienia i aktywnego trybu życia, stres a COVID 19,
- badania BMI, ciśnienia tętniczego,
- słuchu, poziomu cukru we krwi, pomiar cholesterolu, nauka udzielania pierwszej pomocy,
- od godz. 10.00 do godz. 18.00 mammobus (badanie piersi) w Iławie • inne

ZALEWO – 30.09.2022 r. w godz. 14.00-18.00 w Miejsko-Gminnym Centrum Kultury, ul. Traugutta 40

IŁAWA – 08.10.2022 r. w godz. 14.00-18.00 w Centrum Aktywności Lokalnej, ul. Wiejska 2D

KISIELICE – 14.10.2022 r. w godz. 14.00-18.00 w Miejsko-Gminnym Ośrodku Kultury Arkadia, ul. Polna 1

SUSZ – 21.10.2022 r. w godz. 14.00-18.00 w Suskim Ośrodku Kultury, ul. Wybickiego 10

LUBAWA – 28.10.2022 r. w godz. 14.00-18.00 w Lubawskim Centrum Aktywności Społecznej (zamek), ul. Biskupów Chełmińskich 1

Zadanie „BĄDŹ ZDRÓW” W ZAKRESIE PROFILAKTYKI I PROMOCJI ZDROWIA dofinansowane zostało ze środków POWIATU IŁAWSKIEGO.

24922lizi-a-M

REKLAMA



Camel
OŚRODEK UZALEŻNIEŃ

**OŚRODEK LECZENIA UZALEŻNIEŃ
CAMEL & DETOX-CAMEL**

Pomagamy osobom uzależnionym:

- od alkoholu • od narkotyków • od hazardu
- od leków • behawioralnie

**TERAPIA STACJONARNA,
GRUPOWA I INDYWIDUALNA.**

TERAPIA ZA GRANICĄ, TAKŻE PAR – TURCJA (ALANYA)

**ODTRUWANIE ALKOHOLOWE, NARKOTYKOWE,
LEKOWE – IMPLANT (WSZYWKĄ)**

**Iława, ul. Księżnej Dobrawy 43
tel. 725 710 308 /WhatsApp/
tel. 690 660 552
kontakt@osrodekcamel.pl
<https://osrodekcamel.pl/>
www.facebook.com/osrodekcamel**

**GWARANTUJEMY
ANONIMOWOŚĆ**

25522lizi-a-M

ZAWODNIK Z DZIARN MISTRZEM EUROPY!

WIOŚLARSTWO Sportowa kariera Damiana Józefowicza idzie w bardzo dobrym kierunku, o czym świadczy choćby ostatni sukces. Wychowanek Wiru Iława wywalczył wraz z kolegami z kadry narodowej złoty medal młodzieżowych mistrzostw Europy!

Damian Józefowicz to kolejny wodny talent z Iławy, który swoją sportową pasję realizuje akurat w wymagającej dyscyplinie, jaką bez wątpienia jest wioślarstwo. Pochodzący z Dziarn w gminie Iława zawodnik od 2017 roku reprezentuje barwy Poznania Poznań, do której przeszedł już w 1 klasie szkoły średniej (chodził do iławskiej Budowlanki). Obecnie to student poznańskiej AWF, a o jego startach (walka o kwalifikację olimpijską i udział w mistrzostwach świata) pisaliśmy m.in. w poprzednim roku.

Największym dotychczasowym sukcesem wioślarza wychowanego na Jezioraku jest złoto młodzieżowych mistrzostw Europy (zawodnicy do 23. roku życia), po które sięgnął w dniach 3-4 września w Belgii, regaty odbywały się na torze Hazewinkel. Skład złotej reprezentacyjnej czwórki bez sternika, oprócz Józefowicza, tworzyli także: Tomasz Lewicki (na co dzień Lotto Bydgosia Byd-

goszcz), Bartłomiej Sopoński (BTW Bydgoszcz) i Kazimierz Ziven Kujda (USA, University of California w Berkeley).

— W sobotę odbył się przedbieg, wiedzieliśmy już wcześniej, że zwycięzcy tego wyścigu awansują bezpośrednio do finału A — mówi nam Damian Józefowicz, który po MME wrócił na chwilę do Iławy. — Bieg znakomicie rozpoczęli Węgrzy, którzy początkowo wyprzedzili nas o dwie długości łodzi. Tak to wyglądało przez pierwsze 500 metrów. Gdy już jednak wpłynęliśmy na kolejne 500 m to mocno przycisnęliśmy i w efekcie na mecie zameldowaliśmy się jako pierwsi z przewagą 15 sekund nad drugą osadą z Niemiec. Węgrzy byli trzeci, a ostatni — Litwini — relacjonuje wychowanek iławskiego klubu wioślarzskiego Wiru.

Finał konkurencji męskich czwórek bez sternika odbył się w niedzielę. Biało-czerwoni mieli na ten wyścig przygotowany konkretny plan nakre-



W dolnym rzędzie mistrzowie Europy! Od lewej strony: Tomasz Lewicki, Damian Józefowicz, Bartłomiej Sopoński i Kazimierz Ziven Kujda

ślony przez trenera kadry Mariusza Szumańskiego. — Wiedzieliśmy, że naszym głównym rywalem w walce o złoto będzie osada z Rumunii, która zajęła czwarte miejsce na ostatnich młodzieżowych mistrzostwach świata. Przeciwnik był zatem mocny, jednak mieliśmy swoją taktykę — mówi wioślarz zgm. Iława. — Polegała ona na tym, aby po połowie dystansu, czyli po pokonaniu kilometra, być

tuż za Rumunami, dosłownie o pół łodzi. Zrealizowaliśmy ten plan, a następnie popłynęliśmy na maksa. Na metę wpłynęliśmy jako pierwsi z czasem 6:05,54, wyprzedzając rumuńską osadę o 3/4 długości jednostki — dodaje Józefowicz.

Rumunia miała czas 6:06,25, trzecie miejsce MME zajęła osada Wielkiej Brytanii (6:07,57), na czwartym miejscu byli Węgrzy (6:11,13), na piątym — Austria (6:14,40), a ostatnia, szósta, była Litwa (6:14,70).

Przed zawodnikiem z Poznania w tym roku jeszcze regaty kwalifikacyjne do kadry narodowej, a przyszły 2023 rok to już walka o zdobycie kwalifikacji na igrzyska olimpijskie, choć Damian przyznaje, że jeszcze nie wiadomo, w jakiej osadzie będzie pływał. — Ostatnio się nie udało, ale trzeba próbować dalej.

W przyszłym roku chciałbym zdobyć bilet do Paryża — planuje już wioślarz.

Wychowanek Wiru to kolejny zawodnik, który bardzo dobrze radzi sobie po opuszczeniu iławskiego klubu. A ten dalej szkoli, przede wszystkim dzieci i młodzież, a efektem są ostatnie medale mistrzostw Polski. Choć i w seniorach Wir odnosi sukcesy: żeńska dwójka lekka pływająca w składzie Paulina Józefowicz (siostra Damiana) / Aleksandra Demczuk (wróciła do macierzystego klubu na sezon 2022) zdobyła w tym roku brązowy medal mistrzostw Polski seniorek. Do tego ta sama para sięgnęła po srebro młodzieżowych mistrzostw Polski. Zdobyć medale mamy także w młodszych kategoriach: Mateusz Jeżyński wywalczył srebro w mistrzostwach Polski juniorów w kat. lekkich jedynek, z kolei młodziecy, Szymon Zawistowski i Oskar Fryc są świeżo upieczonymi mistrzami kraju w kategorii młodzik. **Mateusz Partyga**

TO PIERWSZY TAK DUŻY SUKCES GRUPY ORKA IŁAWA ATHLETICS

LEKKOATLETYKA Aleksandra Sobczyńska, Kaja Szczypińska i Adam Cieszewski wywalczyli złote medale mistrzostw Polski młodzików w sztafecie szwedzkiej!

Trenerka Aneta Ostaneck nie kryje radości i dumy ze swoich podopiecznych. I nie ma co się dziwić — istniejąca od zaledwie czterech lat iławska sekcja lekkoatletyczna prowadzona przez nią już dorobiła się medalistów mistrzostw Polski! Na zawody w Białymstoku, gdzie toczyła się rywalizacja sztafet m.in. szwedzkich w kat. młodzik, trener Woj-

ciech Brodowski zramienia WMZLA powołał do reprezentacji województwa trójkę zawodników Orka Iława Athletics. To właśnie Ola Sobczyńska, Kaja Szczypińska (uczenice iławskiego „Żeromka”) oraz Adam Cieszewski (uczy się w LO w Toruniu, ale pochodzi z Iławy i trenuje u Ostanek). Wyjaśnijmy od razu, czym jest sztafeta typu szwedzkiego: to bieg,



Złoci medalści z Iławy! Na zdjęciu, od lewej strony: Kaja Szczypińska, Adam Cieszewski i Aleksandra Sobczyńska

w którym kolejni zawodnicy pokonują — odpowiednio — 100, 200, 300 i 400 metrów (dystanse są identyczne dla biegaczek i biegaczy). Pierwszy biegnie 100 metrów, drugi 200 m itd.

Zacznijmy od sztafety żeńskiej. Oprócz Kai i Oli w reprezentacji województwa biegły Nikola Jeleniewicz i Aleksandra Wojeńska (obie z AZS UWM Olsztyn). Ola była pierwsza

w kolejności (100 metrów do pokonania), Kaja biegła na 300 m. Warmińsko-mazurska drużyna pokonała metę jako pierwsza! W sztafecie męskiej, oprócz Adama, który biegł jako drugi i miał do pokonania 200 metrów, byli także: Marcin Bienkowski (AZS UWM Olsztyn), Adrian Malinowski (Atos Woźnice) i Dawid Kostyra (Jelonki Dobre Miasto). **zico**

SLOW JOGGING TO ŚWIETNY HAMULEC

PRZEWODNIK PO BIEGANIU Slow jogging to coraz bardziej popularna na świecie forma biegania. To najspokojniejsza dawka treningu w tlenowych reakcjach energetycznych. Powoli, w zrozumieniu zasad wysiłku fizycznego, wchodzi na światowe ścieżki.

Społeczny przekaz budzenia tego trendu zaczął się od Japonii. Zaczynasz przygodę w amatorskim sporcie? Jak tak, to musisz poznać i zrozumieć zasadę: chcesz biegać szybko, biegaj wolno. Truchtające starsze pokolenia zaczęły zarażać spokojnym biegiem młodych. Ten bezpieczny, prowadzący do wysycenia tlenem komórek mięśniowych wysiłek w aktywności prowokuje tworzenie nadbudowy możliwości w bezstresowej formie. Biegam dla sprawności, a nie dla postępu. Postęp jest następstwem spokojnej pracy. Taka kolejność przyświeca tej idei.

NIKO NIKO (JAP. Z UŚMIECHEM) WE WŁASNYM TEMPIE, BEZ ZADYSZKI. NAWET WOLNIEJ OD MARSZU, ALE W TRUCHCIE, PRZEZ ŚRÓDSTOPIE. TAK ZALECA LEGENDARNA W JAPONII POSTAĆ HIROAKI TANAKA. W KOŃCOWYM ETAPIE POZWOLI TO PRZETRUCHTAĆ MARATON W 6 GODZIN.

Rozpędzony świat, to spreczny przekaz dotykający biegaczy pędzących z nim. Terminarz dzienny napięty do granic możliwości nie zachęca do spokoju. Slow jogging zmienia relacje dotykające nas w społecznym pędzie. Wokół natłok informacji. Szybciej, wolniej. Mniej, czy więcej. Jeść, czy nie jeść. Świat odbija również mnie od swoich ścian. Mam czasami problem — jestem z tyłu w nim. Gdyby nie zasada wpojona z wiekiem i doświadczenie



Fot. nikahey.com

— jak nie wiesz jak się zachować, zachowaj umiar — pewnie popłynąłbym z coraz szybszym prądem i rozbił się na najbliższym zakręcie potrzeb.

Bieganiu amatorskiemu powinna przyświecać idea wolontariatu — świadoma praca na rzecz innych. Praca dająca przyjemność nie może być ponad siły i psychiczną akceptację. Najważniejsze w naszym postępie docierania układu energetycznego jest jego niezatarcie. Bardzo powolne usprawnianie w gospodarowaniu energią powinno być przestrzegane w aktywności.

Bieganie to czasami nie tylko sam trening. To również czas na towarzyskie rozmowy o wszystkim i o niczym. To reset w układzie emocjonalnym i wyrównanie rachunków dnia w pozbywaniu się nadmiaru stresu oksydacyjnego. Slow

jogging to doskonały hamulec. Wypełnia potrzeby redukujące wszystkie negatywne odczucia. Buduje fundamenty amatorskiego wyniku. Podobnie jak układanka cegieł.

POWOLI JEDNA NA DRUGIEJ WIAŻĄC JE ZAPRAWĄ SPOKOJNEGO WYSIŁKU WZNIESIEMY SOLIDNY MUR, KTÓRY BĘDZIE BAZĄ PRACY O WIĘKSZYM NATĘŻENIU.

Postęp wsparty ochronną warstwą treningu ogólnorozwojowego dotknie wszystkich przyczynowo-skutkowych przekazyńców. Ruszając na pierwszy trening nie zawsze zwracamy uwagę na to, że mamy w sobie wieloletnie zaniedbania mięśniowe, nawyki ruchowe, techniczne niedoróbki i oddechowo-kążeńiowe niedostatki mają-

ce wpływ na naszą biegową przyszłość. Podczas biegu używając siebie doskonalimy przekazy na poziomie łączników w układzie nerwowym. Tworzymy przemiany w przekonaniu bądź niepewności swoich racji.

Czy czujemy się bezpiecznie, czy pamiętamy, że w bardzo drobnym podziale mamy w sobie setki różnych większych i mniejszych mięśni regulujących nasze kinematyczne wymagania? Połączonych wspólny układ przenoszący przez ścięgna przytwierdzone do struktur kostnych naprężenia tworzące ruch. Mamy w sobie również mięśnie mimiczne i wyścielające niezależne od naszej woli mięśnie gładkie z ich rolą w obsłudze narządów wewnętrznych. Wszystko ze wszystkim tworzy koordynację ruchową. Nic nie powinno być zaniedbane, jak wkraczamy w aktywność rozwijającą wymagania.

Ściągną w swoim zakresie 4-12 procent możliwości rozciągania zawiadują płynnością przekazu. Wyjście ponad maksymalny przedział to groźba zerwania lub awulsyjnego wyrwania ze struktury kostnej. Praca ścięgien wynika z aktywności mięśniowej, która powinna być symetryczna w przekazie opartym o trening funkcjonalny na początku decyzji o biegowym rozwoju. Ma to decydujące znaczenie dla techniki i bezpieczeństwa tkanek. Ogólna sprawność powinna być nawykiem, który wpływa na sprawność wewnętrzną i koordynację widzianą z zewnątrz.

Koordynacja ustawia nam również obsługę więzadeł. Słabo rozciągliwych kolagenowych łączników stawowych wytrzymujących 6-cio procentowe zwiększenie długości.

Zdrowe, sprawne więzadła zapewniają stabilność stawu. Poranione naczynnością prowadzą do jego niestabilności. Bóle kręgosłupa to efekt zaniedbań wynikających z zaniku sprężystości w tym obszarze i działania dysbalansu w układzie kostnym.

WSZYSTKO ZEBRANE RAZEM W NEGATYWNYM ODCZYNIE TWORZY ZWYRODNIENIA I STANY ZAPALNE OGRANICZAJĄCE NASZE BIEGOWE AMBICJE.

Powinniśmy w treningu wychodzić w sprawności ścięgnowo-więzadłowej poza obszar osi pionowej i poziomej ciała w sposób kontrolujący działanie wektorów sił przekazu mięśniowego. Trzeba wpływać bezpośrednio na jak najszerszy zakres ich bezpiecznego działania. Przyzwyczajenie do tej funkcji wcześniej uchroni nas przed niespodziankami w nagłym naprężeniu. Automatyczna reakcja ochronna — to do niej dążymy.

Koordynacja i technika wynikająca z treningu funkcjonalnego wymusi na nas efekt tworzenia czucia biomechanicznego wnętrza, wtedy jak my przymusimy się do systematycznego oddziaływania na te struktury. Slow jogging rozpędzi nas naturalnie. To spłot naczyń połączonych.

Slow jogging w symbiozie z usprawniającą pracą w obsłudze jego rytmu da nam nie tylko komfort biegania, ale stworzy także poczucie zachowania sprawności w życiu i przemyślenia o postępie bez bólu.

Paweł Hofman, trener lekkiej atletyki

WIELKIE BIEGANIE NAD JEZIORAKIEM

LEKKOATLETYKA \\ Po raz pierwszy w historii w Iławie odbyły się mistrzostwa Polski w półmaratonie, zarówno profesjonalistów (tzw. elita), jak i amatorów. Krajowy czempionat sprytnie wkomponowano w dwunastą już edycję Iławskiego Półmaratonu.

Nigdy wcześniej miasto nad Jeziorakiem nie dostąpiło takiego zaszczytu. Po zabiegach organizatorów Iławskiego Półmaratonu najważniejsze osoby w Polskim Związku Lekkiej Atletyki podjęły decyzję, że mistrzostwa Polski 2022 w biegu na dystansie 21 kilometrów i 97 metrów odbędą się właśnie w Iławie i okolicach.

Co prawda, pojawiły się nawet opinie, że Iława organizuje imprezę za małą, „kameralną”, a prawo goszczenia mistrzostw Polski powinien dostać inny, na pewno większy ośrodek, ale czy Iława powinna teraz przeproszać za to, że to akurat nad Jeziorakiem rozdano medale MP?

Na pewno nie, tym bardziej, że opinie — już po zawodach — są pozytywne i nawet jeśli w przyszłości w kalendarzu imprez mistrzowskich zabraknie Iławskiego Półmaratonu, to i tak pozostaną wspomnienia i adnotacja w księgach, że to właśnie w tym mieście i okolicach (trasa prowadziła pięknymi terenami miasta i gminy Iława) w 2022 roku odbył się krajowy czempionat.

Start IP miał tradycyjnie miejsce z mostu znajdującego się nad Jeziorakiem. Następnie biegacze ruszyli na północ, gdzie nie musieli na szczęście walczyć z deszczem (a taka opcja była), ale za to z wiatrem, szczególnie na otwartym terenie w okolicach Tynwałdu i Jażdżówek. Co ciekawe, w drodze powrotnej, nad brzegiem najdłuższego w Polsce jeziora, już tak nie wiało.

Ochotę na pozwiedzenie tych okolic miała Aleksandra Lisowska, mistrzyni Europy w półmarato-



Start Iławskiego Półmaratonu zawsze ma miejsce z mostu nad jeziorem Jeziorak

nie z ostatnich zawodów w Monachium, jednak ostatecznie zawodniczki AZS-u UWM Olsztyn zabrakło na linii startu. — Niestety, rozchorowałam się na kilka dni przed biegiem w Iławie i byłam na tyle osłabiona, że nie było szans na start w mistrzostwach Polski — powiedziała nam mistrzyni Europy dzień po zawodach.

Nie było Lisowskiej, były za to inne zawodniczki z krajowej czołówki. Złoty medal zdobyła Aleksandra Brzezińska (czas: 1:13:56), która w trakcie swojej kariery już kilkakrotnie stała na podium krajowych mistrzostw w biegach długich (także przełajowych). Wyraźnie szczęśliwa Ola tuż po biegu dziękowała kibicom za wsparcie na trasie, a organizatorom — za fajne zawody. Pani Brzezińskiej także spodobała się Iława i jej okolice.

Tereny te dobrze zna świeżo upieczona wicemistrzyni Polski w półmaratonie, Monika Jackiewicz (1:15:34). Nie może być inaczej — zawodniczka, która zdobyła brązowy me-



Pochodząca z gminy Lubawa Monika Jackiewicz, wicemistrzyni Polski elity w półmaratonie. Medal biegaczce założyła na szyję jej babcia Henryka Jackiewicz, która przyjechała do Iławy specjalnie na mistrzostwa Polski w Kazaniu

dal ostatnich mistrzostw Europy w drużynowej klasyfikacji maratonu, pochodzi z Kazania, a więc miejscowości położonej w gminie Lubawa (powiat iławski). Po trudnym, wymagającym sezonie wydawało się, że zabraknie jej w Iławie, jednak ostatecznie postanowiła, że nie może sobie odpuścić bieganina usiebie.

Srebrny medal jest nagrodą samą w sobie, jednak chyba jeszcze większa frajda spotkała Monikę tuż

po pokonaniu linii mety. Specjalnie na tę okazję z Kazania do Iławy przyjechała bowiem jej babcia, Henryka Jackiewicz, która miała swoją misję — zawiesić medal na szyi wnuczki. Zresztą, rodziny Jackiewicz było w Iławie więcej, zrobiliśmy im przy okazji fotografię rodzinną z Moniką pośrodku.

A więcej Brzezińska pierwsza, Jackiewicz druga, a trzecie miejsce wywalczyła Olga Ochala-Kalendarowa (1:17:06),

która do iławskiego biegu zgłosiła się kilka dni przed nim. Wśród panów natomiast zwyciężył Arkadiusz Gardzielewski, który mistrzostwo Polski zdobył z czasem 1:03:57 ustanawiając tym samym nowy rekord trasy Iławskiego Półmaratonu! Drugi na mecie Mateusz Kaczor (1:04:59) przyznał, że Gardzielewski pokonał go przede wszystkim doświadczeniem.

— Iławę wspominam bardzo dobrze i tak było już dużo wcześniej, bo siedem lat temu zdobyłem tu mistrzostwo Polski w biegach przełajowych — mówi nam mistrz kraju. — Od początku tegorocznego półmaratonu czułem się bardzo dobrze, wiedziałem, że będę walczył o medal. Trasa była urokliwa, ale i urozmaicona, a gospodarze imprezy zadbali o to, abyśmy wszyscy tutaj czuli się jak w domu — dodaje Arkadiusz Gardzielewski.

Teraz przechodzimy do wydarzenia, którym długo żyło sportowe społeczeństwo Iławy i nie tylko. Dwa złote medale w kategorii amatorskiej (taka również była w MP nad Jeziorakiem) zdobyło małżeństwo, Agnieszka i Adrian Przybyłowie z Iławy. Mało tego — wynik uzyskany przez Adriana dałby mu 5. miejsce w klasyfikacji końcowej zawodowców! Co ciekawe, tuż za Agnieszką Przybyłą w klasyfikacji kobiet-amatorów była inna iławianka, Aleksandra Feuerstake.

— Tworzymy zespół, tworzymy rodzinę, ale na wspólne trenowanie raczej nie ma szans — mówi Adrian.

— Mamy małe dziecko, a więc ktoś zawsze się nim opiekuje. Pod to też układamy nasze plany tre-

ningowe. Na przykład ja dzisiaj zrobiłem trening o szóstej rano, a za chwilę Agnieszka idzie pobiegać — powiedział nam Przybyła tuż po godzinie 18.

— Będę starał się dawać z siebie wszystko i zachęcał wszystkich do biegania. Nieważne, czy szybkiego czy wolnego — dodaje mistrz Polski amatorów.

Na naszym portalu iława.wm.pl prezentujemy nagrania video z Iławskiego Półmaratonu 2022 — po raz pierwszy przeprowadziliśmy relację live z tych zawodów.

Mateusz Partyga

WYNIKI MISTRZOSTW POLSKI W PÓLMARATONIE

ELITA

Kobiety:

1. Aleksandra Brzezińska (klub/miasto: KKMKL Toruń); czas: 1:13:56
2. Monika Jackiewicz (KKMKL Szczecin); 1:15:34
3. Olga Ochala-Kalendarowa (Prefbet-Sonarol); 1:17:06

Mężczyźni:

1. Arkadiusz Gardzielewski (Śląsk Wrocław); 1:03:57
2. Mateusz Kaczor (Optima Radom); 1:04:59
3. Adam Głogowski (Ekonomik-Maratończyk Łęborg); 1:06:29

AMATORZY

Kobiety:

1. Agnieszka Przybyła (Run Goku Team); 1:26:34
2. Aleksandra Feuerstake (Iława); 1:27:33
3. Anastazja Gładysz (Team Kopec); 1:28:39

Mężczyźni:

1. Adrian Przybyła (Run Goku Team); 1:08:08
2. Szymon Sawicki (Kuropatwa Team); 1:14:56
3. Marcin Góralski (niezrzeszony); 1:18:19

IŁAWIANKI NAJLEPSZE W KRAJU!

ŻEGLARSTWO\\\\ Za nami znakomite starty zawodniczek z Ławy. Iga Wielczyk zdobyła (wraz z Pauliną Rutkowską) mistrzostwo Polski w klasie 420, natomiast w rywalizacji w olimpijskiej klasie ILCA 6 najlepsza w kraju była Wiktoria Gołębiowska!

Złota Iga!

Reprezentanci woj. warmińsko-mazurskiego dobrze spisali się w mistrzostwach Polski klas nieolimpijskich. Najlepiej w Górkach Zachodnich pływała Iga Wielczyk (SSW MOS Iława), która wraz z Pauliną Rutkowską zdobyła złoto w klasie 420.

— Po czterech dniach rywalizacji, jedenastu wyścigach w klasach ILCA 6, 420 i Europa oraz piętnastu w klasach 29er i Hobie Cat 16 wyłoniliśmy najlepszych żeglarzy w klasach nieolimpijskich. Regaty odbyły się w gdańskich Górkach Zachodnich, a udział w nich wzięło ponad 300 zawodników i zawodniczek — informuje Jakub Jakubowski z Polskiego Związku Żeglarskiego. — Przez cztery dni rywalizacji zawodnicy zmierzili się z całym spektrum żeglarskich warunków. Wiatr o zróżnicowanej sile i kierunku, zmienny, różny stopień zafalowania, mocne prądy — akwen w Górkach Zachodnich okazał się bardzo wymagający — zauważa Jakubowski.

— Były to warunki godne mistrzostw Polski, z czego bardzo się cieszę, bo rzeczywiście wygrali zawodnicy najbardziej wszechstronni, potrafiący odnaleźć się zarówno w wiatrach silnych,



Paulina Rutkowska (Yacht Klub Polski Gdynia, z lewej) i Iga Wielczyk (SSW MOS Iława, wychylona z prawej strony) w klasie 420 po raz kolejny udowodniły żeńską siłę, zdobywając mistrzostwo Polski!

jak i słabych. Wysoki poziom sportowy, wysoka frekwencja i sporo emocji — mówił po regatach Tomasz Chamera, prezes Polskiego Związku Żeglarskiego.

Paulina Rutkowska (Yacht Klub Polski Gdynia) i Iga Wielczyk (SSW MOS Iława) w klasie 420 po raz kolejny udowodniły żeńską siłę, bo trzeba wiedzieć, że w tej klasie załogi żeńskie rywalizują z męskimi.

Żeglarki w dzień finałowy wchodziły w roli liderek. Trzema ostatnimi wyścigami przypieczętowały swoje zwycięstwo, wyprzedzając Patryka Kosmalskiego (Chojnicki Klub Żeglarski) i Tomasza Lewandowskiego (OKŻ Olsztyn, w trakcie przenosin do AZS AWFis Gdańsk). Chojnicko-olsztyńskiej załozie na osłodę przypadł złoty medal w klasyfikacji mężczyzn.

Złota Wika!

Za nami są już także mistrzostwa Polski w klasach olimpijskich. W Górkach Zachodnich (Gdańsk), czyli dokładnie w tym samym miejscu co w przypadku MP klas nieolimpijskich, rywalizowało ponad 150 zawodniczek i zawodników. Medale rozdano w klasach ILCA 6, ILCA 7 i 470. W pierwszej z nich wygrała ławianka, Wiktoria Gołębiowska! W windsurfingowej klasie iQFoil nie udało się rozegrać żadnego wyścigu z uwagi na zbyt słaby wiatr.

Słabe warunki wiatrowe towarzyszyły zawodnikom od samego początku do końca regat. W klasie ILCA 6 i ILCA 7 komisji sędziowskiej udało się przeprowadzić zaledwie 4 wyścigi, w klasie 470 odbyło się pięć wyścigów. Szczęścia do wiatru nie mieli windsurferzy. — Klasa iQFoil potrzebuje co najmniej 8 węzłów stabilnego wiatru, by deski wyposażone w hydroskrzydło mogły oderwać się znad wody. Takich warunków nie było ani przez moment

— relacjonuje Jakub Jakubowski. Polski Związek Żeglarski szuka teraz nowego terminu na rozegranie mistrzostw Polski w tej klasie.

W rywalizacji łodzi ILCA 6 klasą dla siebie była Wiktoria Gołębiowska (UKŻ Wiking Toruń, wychowanka SSW MOS Iława), która wygrała trzy z czterech wyścigów i po raz drugi w swojej seniorskiej karierze zdobyła mistrzostwo Polski. Poprzednio triumfowała na tym samym akwenie w 2019 roku.

— Cieszę się z tego sukcesu, bo ciężko na niego zapracowałam. To sukces całego teamu, który ze mną pracuje. Byłam bardzo skoncentrowana, bo warunki na trasie były trudne, trzeba było szukać tego wiatru i perfekcyjnie wykorzystywać każdą zmianę. Stawka była bardzo silna, ale ja skupiałam się na sobie, nie na rywalkach.

Miałam robotę do zrobienia i ją wykonałam najlepiej jak potrafiłam — mówi Wiktoria Gołębiowska.

Srebrny medal wywalczyła Lilly May Niezabitowska (Jacht Klub Kotwica Tarnobrzeg), a brąz przypadł Magdalenie Kwaśnej, dla

której był to pierwszy start w klasie ILCA 6 od czasu Igrzysk Olimpijskich w Tokio. Przez ten czas Magda skupiała się na żeglowaniu na jachtach oceanicznych i na studiach na kierunku stomatologia.

W mistrzostwach Polski klasy ILCA 6 brały udział dwie żeglarki klubu SSW MOS Iława. Aktualna wicemistrzyni świata, Agata Barwińska (wkrótce będzie broniła tego tytułu), była 5. w klasyfikacji końcowej, a Natalia Chojnowska — 43.

W klasie ILCA 7 mistrzem Polski został Mateusz Hanneke (AZS AWFis Gdańsk), ceniony szkoleniowiec klasy ILCA i były trener kadry narodowej juniorów w klasie ILCA 6. — Mateusz, który na te mistrzostwa zamienił łódkę trenerską na łódkę zawodniczą, wygrał dwa z czterech wyścigów. Srebrny medal wywalczył Maxime Thommen z YKP Gdynia, a na najniższym stopniu podium stanął Mikołaj Silny z klubu Sejk Pogoń Szczecin — mówi Jakubowski. Piotr Malinowski (SSW MOS Iława) mistrzostwa Polski w klasie ILCA 7 zakończył na 7. pozycji.

Mateusz Partyga, źródło: PZZ

FOTOMIGAWKA

PIŁKA NOŻNA\\\\ Jeśli oglądaliście mecz La Liga pomiędzy FC Barceloną i Elche CF (rozegrany 17 września), to Waszym oczom mogły ukazać się flagi Polski z napisami „Iława” i „Orły do boju”. Tak, tak — ławianie (widoczni na zdjęciu) wybrali

się na to spotkanie rozgrywane na legendarnym stadionie Camp Nou, aby dopingować zespół Xavi'ego, a także (przede wszystkim) Roberta Lewandowskiego, który zdobył w tym pojedynku dwa gole. Andrzej, Piotr — dzięki za zdjęcia!

zico



Wiktoria Gołębiowska — mistrzyni Polski 2022 w żeglarskiej klasie ILCA 6!



Fot. archiwum klubów