



BIULETYN LEKARSKI

Rok XXXVI, luty 2025, numer 186

e-active



**35-LECIE SAMORZĄDU
LEKARSKIEGO**

START

35-Lecie odrodzonego Samorządu Lekarskiego 8 Jadwiga Snarska	Figle z mikołajem 35 Małgorzata Szmyt
Od genomu po mikrobiom 10 Jadwiga Ślusarska-Kopala	Ekлекtyczny przegląd muzyczny Wiktora 37 Wiktor Hajdenrajch
Akcja „Zdrowie pod kontrolą” 12 Amelia Kędziora, Natalia Pęciak	Moje hobby – wędkarstwo... 39 Andrzej Roslan
Kronika Okręgowej Rady Lekarskiej 14 Zbigniew Gugnowski, Katarzyna Godlewska	Lekarze emeryci w Szczytnie 41 Krystyna Łaskarzewska-Resiak
Pożegnanie roku 2024 przez emerytów 17 Krystyna Łaskarzewska-Resiak	Wspomnienie o tych, którzy odeszli... 45 Redakcja
Biesiada Cechu Chirurgów '2025 19 Tomasz Bujnowski	Antoni Celmer 48 Anna Lella
Uzyskane tytuły naukowe członków WMIL 21 Redakcja	Antoni Celmer. Wspomnienie o szefie klubu lekarzy emerytów 50 Krystyna Łaskarzewska-Resiak
Zdrowie i seks znowu w szkole 23 Roman Łesiów	Tuż obok drogi 52 Jarosław Parfianowicz
Projekt FERS1 25 Maciej Konopka	Kalendarium wydarzeń WMIL '2025 55 Redakcja
Międzynarodowy Projekt Erasmus+ 26 Paweł Wiereńka	Leszczyna 57 Redakcja
Z wrogami sobie poradzę... 27 Anna Osowska	Informacje biura 58 Redakcja
Konkurs na najpiękniejszą kartkę bożonarodzeniową 29 Karolina Witkowska	



Anna Lella
Prezes WMIL

Z początkiem 2025 roku Polska objęła przewodnictwo w Radzie Unii Europejskiej po raz drugi – po trzynastu latach od pierwszej prezydencji i dwudziestu latach od wejścia do Unii Europejskiej.

Za nami 2024 rok, który upłynął pod znakiem jakże ważnego dla całego kraju, a szczególnie dla naszych zawodów jubileuszu, wspomnianego 20-lecia członkostwa w UE. Poza licznymi korzyściami, jakie z tego wynikają, jest to dla nas niezwykle ważne, gdy mamy możliwość korzystania ze swobody przyjazdu kadr z automatycznym uznawaniem naszych dyplomów. Nie oznacza to bynajmniej exodusu, dotychczas rocznie 10-15 lekarzy składało wnioski o zaświadczenia unijne, dla niektórych osób były to wyjazdy czasowe, na okres

podnoszenia kwalifikacji, zdobycia specjalizacji, wymiany, odbycia stażu, choć faktycznie jest grupa, która wyjechała „na stałe”. Prezentuję tu statystyki tego zagadnienia, może będą motywatorem dla organizatorów i zarządzających ochroną zdrowia do oferowania takich warunków pracy i rozwoju zawodowego naszym lekarzom, by nie skusili się nas opuszczać.

Warmińsko-Mazurska Izba Lekarska wydaje zaświadczenia lekarzom i lekarzom denty stom starającym się o pracę w krajach Unii Europejskiej stwierdzające kwalifikacje lekarzy i lekarzy denty stom uznane w państwach członkowskich Unii Europejskiej. W/w zaświadczenia okręgowa rada lekarska wydaje na wniosek lekarza lub lekarza denty stomy, będącego członkiem Izby.



Uroczystość wieńcząca obchody 35-lecia odrodzenia samorządu lekarskiego (Restauracja „Przystań”)



Koncert 7 grudnia 2024 r. w olsztyńskim Kościele Garnizonowym

Rodzaje i liczba ZAŚWIADCZEŃ UNIJNYCH wydanych w latach 2004–2024:

- zaświadczenie stwierdzające posiadanie formalnych kwalifikacji lekarza lub lekarza dentystry – 285 zaświadczeń (208 lekarzy i 77 lekarzy dentystry);
- zaświadczenie potwierdzające okres wykonywania zawodu lekarza dentystry – 26 zaświadczeń;
- zaświadczenie stwierdzające posiadanie przez lekarza lub lekarza dentystrę specjalizacji równorzędnej ze specjalizacją wymienioną w przepisach obowiązujących w Unii Europejskiej w odniesieniu do Rzeczypospolitej Polskiej – 167 zaświadczeń lekarzy (najczęściej anesteziolodzy, chirurdzy, interniści, lekarze rodzinni, radiolodzy);
- zaświadczenie dotyczące postawy etycznej lekarza lub lekarza dentystry – 381 zaświadczeń (298 lekarzy i 83 lekarzy dentystry). Zaświadczenia o postawie etycznej ważne są przez 3 miesiące.

Nasi lekarze najczęściej podejmowali pracę w Wielkiej Brytanii (przed brexitem), Irlandii, Belgii, Francji, Hiszpanii, Danii i Szwecji. Jednocześnie na naszym terenie pracuje blisko 300 lekarzy obcokrajowców. Aktualna ogólna liczba lekarzy i lekarzy dentystry WMIL to 4486 (lekarze 3540, w tym 254 cudzoziemców oraz lekarze dentyści – 946, w tym 35 cudzoziemców).



Koncert „Na dobry początek” 19 stycznia 2025 r.

W listopadzie 2024 obchodziliśmy 35-lecie odrodzenia samorządu lekarskiego, o którym pisałam już w poprzednim Biuletynie. Przypomnijmy bowiem, iż na mocy ustawy z 27 maja 1989 r. o izbach lekarskich, po blisko 40 latach lekarze i lekarze dentyści mogli reaktywować swój samorząd zawodowy, który utracili na mocy ustawy z 1950 r. o zniesieniu izb lekarskich i lekarsko-dentystycznych. Nasze regionalne obchody jubileuszowe zapoczątkowaliśmy XVI Zjazdem Naukowo-Szkoleniowym Lekarzy Warmii i Mazur, który miał miejsce w Domu Lekarza w dniach 29–30 listopada 2024 r. Członkowie naszej izby zaprezentowali efekty swoich prac podczas sesji naukowych Zjazdu. Z ogromną radością przyjmowaliśmy wiele serdecznych słów i gratulacji, które przyłyły do nas od wielu środowisk, instytucji i partnerów. Podczas uroczystej kolacji uczestnicy mieli też okazję odświeżyć wspomnienia o naszej izbie podczas prezentowanych filmów opracowanych przez współpracującą z nami od lat Telewizję Kopernik.

Końcówka 2024 roku upłynęła też w klimacie muzycznym: 7 grudnia 2024 r. w Kościele Garnizonowym w Olsztynie odbył się Koncert Chórów Lekarskich. Oprócz reprezentantów naszej izby w postaci Chóru Medici pro Musica, w wydarzeniu udział wzięły: Gdański Chór Lekarzy oraz Chór Remedium ze Szczecina. W repertuarze znalazły się: „Gloria”

Antonio Vivaldiego oraz utwory wykonane *a capella*.

Stary rok zakończył się „śpiewająco”, dlatego też z optymizmem wkraczamy w 2025, również otwierając go muzycznie. 19 stycznia 2025 r. w Filharmonii Warmińsko-Mazurskiej w Olsztynie odbył się wyczekiwany przez wszystkich Koncert „Na dobry początek”. Tym razem Janusz Ciepliński, dyrektor Filharmonii, zaskoczył nas odmienną ofertą muzyczną – zamiast tradycyjnej operetki czy muzyki klasycznej, w programie znalazł się: Myrczek & Schmidt Quintet ft. Krzysztof Herdzin – „Młynarski. Bynajmniej.” To nowy, niezwykle projekt z wyśmienitymi aranżacjami Krzysztofa Herdzina i Sabiny Meck do tekstów Wojciecha Młynarskiego, które zaprezentowane przez mistrzów budowania nastroju na scenie zagwarantowały naszym słuchaczom niezwykle doznania! Dzięki wyśmienitej obsadzie wrażenia z koncertu pozostały na długo, będąc – jak co roku – pretekstem do kularowych rozmów podczas spotkania w foyer.

Jesteśmy również tuż po naszym sztandarowym wydarzeniu edukacyjnym, czyli corocznej konferencji: Warsztaty Interdyscyplinarne „Współczesna Medycyna Warmii i Mazur”. Tym razem członkowie Warmińsko-Mazurskiej Izby Lekarskiej mieli okazję spędzić lutowy, choć walentynkowy to jednak pracowity, weekend w Hotelu „Mazury” Lake Hill Resort & SPA w Ostródzie. Oprócz solidnej dawki najświeższej wiedzy medycznej, wieczorem czekała na nich porcja relaksu i odprężenia, którą zapewnił recital kabaretowy Artura Andrusa

wraz z zespołem muzycznym. Drugiego dnia dla naszych gości przygotowaliśmy uroczystą kolację z oprawą muzyczną Adama Zacharskiego i saksofonisty Tomasza Mieczysławskiego. Na uczestników konferencji – jak zawsze – czekał bogaty program naukowy. Wybitni specjaliści z naszego regionu opowiedzieli naszym gościom m.in. o innowacyjnym zastosowaniu ZAP-a, operacjach w asyście robotowej w ginekologii onkologicznej, nowościach w diagnostyce i leczeniu chorób zakaźnych, współczesnych metodach postępowania w diabetologii, refluksie żołądkowo-przełykowym i współczesnych metodach jego diagnozowania czy też zapaleniu ucha środkowego. Była również mowa o roli głosu jako obrazie i spektrum emocji w relacji między pacjentem a lekarzem w kontekście diagnozy oraz przebiegu leczenia. Jak co roku, nie zabrakło wykładu z zakresu prawa – tym razem opowiedziano o czynnikach bezpieczeństwa prawnego lekarza i lekarza dentystry. Jak wiadać więc, przedstawiona tematyka była bardzo przekrojowa.

Warsztaty Interdyscyplinarne „Współczesna Medycyna Warmii i Mazur” niezmiennie cieszyły się ogromnym zainteresowaniem lekarzy i lekarzy dentystrów. Za każdym razem, oprócz niekwestionowanej wartości naukowej, uczestnicy mogą odwiedzić ciekawe miejsca na mapie naszego regionu. Przypomnijmy więc – wszystko zaczęło się w 2013 roku w stylowych wnętrzach Hotelu „St. Bruno” w odrestaurowanym Zamku Krzyżackim w Giżycku – wtedy to odbyła się pierwsza z cyklu konferencji, która poświęcona była nowościom w medycynie



Konferencja Warsztaty Interdyscyplinarne „Współczesna Medycyna Warmii i Mazur” – 14–17 lutego 2025 r., Ostróda



Konferencja Warsztaty Interdyscyplinarne „Współczesna Medycyna Warmii i Mazur” – 14–17 lutego 2025 r., Ostróda

Warmii i Mazur. Drugie spotkanie odbyło się w 2014 roku w ostródzkim hotelu „Willa Port”, miało ono już charakter warsztatów interdyscyplinarnych. I tak, konferencje odbywały się kolejno w następujących miejscach: Hotel „Krasicki” w Lidzbarku Warmińskim (2015 i 2022), Grand Hotel Tiffi w Iławie (2016), Hotel „Zamek” w Rynie (2017 i 2020), Hotel „Mikołajki” (2019), Hotel „Robert’s Port” w Starych Sadach (2024). Taka forma aktualizacji wiedzy, gdy jest czas na edukację połączoną z integracją i relaksem wciąż się sprawdza.

W tym miejscu pragnę również przypomnieć o benefitach, jakie Warmińsko-Mazurska Izba Lekarska oferuje swoim członkom. Nowością wprowadzoną w 2024 roku jest Bon Szkoliowy – przeznaczony na refundację/częściową refundację kosztów doskonalenia zawodowego oraz pokrycie kosztów związanych z przewodem doktorskim, postępowaniem habilitacyjnym lub o nadanie tytułu profesora – o ile nie jest nauczycielem akademickim. Serdecznie zachęcam do składania wniosków o przyznanie Bonu, który – wraz z regulaminem – dostępny jest do pobrania na naszej stronie internetowej.

W ramach poszerzania umiejętności proponujemy możliwość skorzystania z kursów Zaawansowanych Zabiegów Resuscytacyjnych u Dzieci i Dorosłych, prowadzonych przez Centrum Edukacji Ratownictwa Medycznego Szpital Bartoszyce. Odbędą się one w Domu Lekarza kilkakrotnie w ciągu 2025 roku.

Przypominam również o wsparciu prawnym w sprawach związanych z wykonywaniem zawodu lekarza i lekarza dentystry. Nasi radcowie prawni dyżurują w siedzibie WMIL co-

dziennie, ponadto poza godzinami dyżurów dostępni są mailowo i telefonicznie. Dodatkowo wszyscy członkowie WMIL mają dostęp do Centrum Asysty Prawnej w Inter Polska, realizowanego przez firmę Lex Secure. Zapewnia to lekarzom i lekarzom denty stom WMIL bezpłatną całodobową opiekę prawną.

Nasza izba stawia na sport! Każdy członek WMIL może skorzystać z zakupu pakietów sportowych Medicover Sport w niezwykle atrakcyjnych cenach z naszą dopłatą w 50%. Mamy nadzieję, że dzięki tej atrakcyjnej ofercie coraz więcej lekarzy i lekarzy denty stom z naszej Izby będzie dbać o aktywność fizyczną. Zdajemy sobie sprawę, iż na co dzień zajmując się pacjentami nie każdy z nas ma czas, by zadbać o swoje zdrowie. Ta inicjatywa ma na celu zachęcić wszystkich do zażywania ruchu i korzystania z bogatej oferty siłowni, basenów, kortów oraz innych obiektów sportowych.

W styczniu przyjęliśmy uchwałę w sprawie zaliczenia części opłaty z tytułu składki członkowskiej uiszczonej przez lekarzy i lekarzy denty stom zamierzających wykonywać lub wykonujących zawód w ramach działalności leczniczej na poczet opłaty za wpis do rejestru podmiotów wykonujących działalność leczniczą lub zmianę wpisu.

To tylko niektóre spośród korzyści, jakie oferuje Wam Warmińsko-Mazurska Izba Lekarska. Zachęcamy do regularnego sprawdzania skrzynki mailowej, obserwowania strony internetowej oraz konta na Facebooku, aby być na bieżąco z wszystkimi wydarzeniami i aktualnościami.



Warmińsko-Mazurska Izba Lekarska

Zachęcamy do odwiedzania strony WMIL oraz na FB

XVI ZJAZD NAUKOWO-SZKOLENIOWY LEKARZY WARMII I MAZUR

35-LECIE ODRODZONEGO
SAMORZĄDU LEKARSKIEGO

Warmińsko-Mazurska Izba Lekarska uczciła 35-lecie odrodzonego samorządu lekarskiego organizacją XVI Zjazdu Naukowo-Szkoleniowego Lekarzy Warmii i Mazur w dniach 29-30.11.2024. To spotkanie naukowe miało miejsce w sali konferencyjnej Domu Lekarza w Olsztynie. Zjazd został zorganizowany przy współpracy pracowników naukowo-dydaktycznych Collegium Medicum UWM.

Prezes Okręgowej Rady Lekarskiej Warmińsko-Mazurskiej Izby w Olsztynie dr Anna Lella otworzyła to przedsięwzięcie naukowe przedstawiając historię odrodzenia samorządu lekarskiego i jego dokonania na przestrzeni 35 lat.

Prezentacja doniesień naukowo-szkoleniowych była realizowana w sesjach o różnej tematyce: 1) Choroby skóry i kości. Choroby rzadkie, 2) Sesja chirurgiczna, 3) Sesja interdyscyplinarna, 4) Sesja plakatowa. Łącznie wygłoszonych zostało 26 referatów i zaprezentowano 7 prac w postaci plakatów.

Sesję „Choroby skóry i kości, choroby rzadkie” poprowadziła prof. Magdalena Krajewska Włodar-

czyk – prorektor Collegium Medicum UWM w Olsztynie. W tej części spotkania naukowego przedstawione zostały najnowsze możliwości diagnostyki i leczenia chorób rzadkich, a także choroby skóry w przebiegu innych schorzeń. Omówiony został także problem blefaroplastyki.

W kolejnej sesji chirurgicznej poprowadzonej przez prof. Jadwigę Snarską prezentowane były doniesienia z zakresu chirurgii naczyniowej przedstawione przez zespół dr Piotra Malinowskiego z Katedry Chirurgii na bazie Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego w Olsztynie. Tematyka tych prac dotyczyła trudnych i dyskusyjnych przypadków chorych ze schorzeniami naczyniowymi zarówno w diagnostyce, jak i postępowaniu terapeutycznym ze zwróceniem szczególnej uwagi na zastosowanie najnowszych technik operacyjnych małoinwazyjnych. Przedstawiony był także problem leczenia operacyjnego raka płuc w Warmińsko-Mazurskim Centrum Chorób Płuc w Olsztynie oraz zastosowanie tomografii ultradźwiękowej w diagnostyce zakrzepicy i miażdży-





cy w tętnicach. Zaprezentowany został również problem diagnostyczny i różnicowanie mnogich naczynek jamistych ośrodkowego układu nerwowego z ogniskami przerzutowymi. Uczestnicy mieli także okazję zapoznać się ze zmiennością fenotypową szczepów mikrobioty izolowanych z ran oparzeniowych.

W sesji interdyscyplinarnej zespół prof. Tomasza Waśniewskiego z Katedry Ginekologii i Położnictwa zaprezentował najnowsze badania i innowacyjne technologie badań biomarkerów diagnostycznych w ginekologii onkologicznej, aktywność antynowotworową hormonu anty-Mullerowskiego i aktualne rekomendacje dotyczące szczepień pacjentek ciężarnych. Przedstawione były też pilotażowe wyniki leczenia udaru niedokrwiennego mózgu za pomocą trombektomii mechanicznej, a także przypadek ARDS w przebiegu zakażenia *Streptococcus pyogenes*.

Niezwykle interesująca była sesja plakatowa, w której dr Tomasz Kardacz zaprezentował możliwości diagnostyki ultrasonograficznej w chorobach tarczycy oraz chorobach układu więzadło-

wego kończyny dolnej i nerwów kończyny górnej w podstawowej opiece zdrowotnej. W tej sesji zaprezentowano również trudne w diagnostyce przypadki schorzeń u dzieci.

Po każdej sesji była prowadzona ożywiona dyskusja i pytania do prelegentów, którą poprowadził prof. Segiusz Nawrocki.

Podsumowania XVI Zjazdu Naukowo-Szkoleniowego Lekarzy Warmii i Mazur dokonali prezes Okręgowej Warmińsko-Mazurskiej Izby Lekarskiej Anna Lella i prof. Sergiusz Nawrocki. Wydarzenie to pozwoliło przybliżyć koleżankom i kolegom lekarzom efekty pracy naukowej, jak i doświadczenia zawodowe prezentowane przez lekarzy różnych specjalności z Olsztyna i województwa warmińsko-mazurskiego. Zjazd naukowo-szkoleniowy był także dobrą okazją do wymiany opinii i stanowisk oraz nawiązania ewentualnej współpracy. Prezentowane były prace naukowe oryginalne, opisy przypadków i najnowsze osiągnięcia w diagnostyce i terapii.

dr hab. n. med. Jadwiga Snarska, prof. UWM

DIAGNOSTYKA LABORATORYJNA • OLSZTYN 2024

OD GENOMU PO MIKROBIOM

– SPRAWOZDANIE Z KONFERENCJI

Od genomu po mikrobiom: jak diagnostyka laboratoryjna zmienia spojrzenie na profilaktykę i leczenie – wgląd w konferencję „Diagnostyka Laboratoryjna Olsztyn 2024”.

Aktualne algorytmy przywracania i utrzymywania zdrowia w opiece medycznej zmieniają w zdecydowany sposób wykorzystanie diagnostyki laboratoryjnej.

W dniach 22–23 listopada 2024 w Olsztynie w hotelu „Omega” odbyła się V edycja konferencji „Diagnostyka Laboratoryjna – Olsztyn 2024”.

Była to pierwsza wspólna konferencja diagnostów laboratoryjnych z zakresu analityki klinicznej, genetyki, farmakologii, mikrobiologii oraz specjalistów klinicznych. W jednym miejscu

spotkali się eksperci lekarze, diagności i mikrobiolodzy medyczni naszego regionu.

Specjaliści z zakresu nauk medycznych, nauk o zdrowiu, farmakologii i mikrobiologii klinicznej zaprezentowali najnowsze doniesienia i doświadczenia w swoich dziedzinach. Sukcesy i trudności zawodowe przedstawili klinicyści Szpitala Uniwersyteckiego UWM i szerokie grono specjalistów Warmińsko-Mazurskiego Centrum Onkologii MSWiA w Olsztynie na czele z dr. hab. n. med. Januszem Kocikiem, prof. nadzw. CMKP, konsultantem wojewódzkim w dziedzinie onkologii klinicznej, dyrektorem MSWiA w Olsztynie. O rozległości prezentowanych doświadczeń klinicznych świadczy także obecność specjalistów w pediatrii z Wojewódzkiego Specjali-



stycznego Szpitala Dziecięcego w Olsztynie. Gościliśmy również doświadczonych specjalistów: neurolog dr hab. n. med. Martę Skowrońską z Instytutu Psychiatrii i Neurologii w Warszawie oraz dr hab. n. med. Elżbietę Stefaniuk z Mazowieckiego Państwowego Wojewódzkiego Inspektora Sanitarnego WSSE w Warszawie.

Patronat honorowy nad konferencją sprawował prof. Jerzy Przyborowski, rektor UWM oraz prof. Jadwiga Snarska – przedstawiciel Okręgowej Izby Lekarskiej w Olsztynie.

Organizatorami konferencji byli: mgr Violetta Brzozowska – przewodnicząca regionalnego Olsztyńskiego Oddziału Polskiego Towarzystwa Diagnostyki Laboratoryjnej i mgr Jadwiga Ślusarska-Kopala – konsultant wojewódzki w dziedzinie mikrobiologii lekarskiej.

W tym interdyscyplinarnym spotkaniu zapoznaliśmy się z najnowszymi osiągnięciami w diagnostyce medycznej. Wymieniliśmy doświadczenia z wybitnymi specjalistami w prezentowanych dziedzinach nauk medycznych.

Początek konferencji otworzył wykład inauguracyjny dr. Bogdana Radzickiego z Towarzystwa Naukowego Pruthenia: „Immanuel Kant – rewolucjonista z europejskiej prowincji”. Była to chwila refleksji łącząca filozofię z medycyną. Te dwie dziedziny nauki spotkały się w koncepcjach: poszanowania praw człowieka – pacjenta do podejmowania decyzji dotyczących swojego leczenia, nawet jeśli nie zgadzamy się z nimi. Kant, jako zwolennik etyki deontologicznej, w medycynie znajduje wyraz w zasadzie „nie szkodzić”. W ochronie zdrowia każdy powinien działać w najlepszym interesie pacjenta, nawet jeśli oznacza to rezygnację z niektórych czynności. Filozof uważał, że każdy człowiek ma godność, która powinna być bezwzględnie szanowana. W medycynie ta idea przejawia się w traktowaniu pacjenta z szacunkiem niezależnie od jego stanu zdrowia, pochodzenia czy innych czynników.

Po intelektualnej dawce filozofii przeszliśmy do istoty konferencji.

Panel diagnostyczny dotyczył nowoczesnej diagnostyki stanów zapalnych, chorób nowotworowych, zaawansowanych metod analitycznych i genetycznych.

Kolejny duży panel omawiał innowacyjne podejścia do diagnozowania chorób i wykorzystania do skutecznej terapii stanów zapalnych jałowych, zakaźnych i onkologicznych. Postępy w testach genetycznych umożliwiają lekarzom zidentyfikować mutacje genetyczne i kształtować bardziej ukierunkowane terapie. Szereg wątpliwości terapeutycznych wyrażonych przez prof. Janusza Kocika wciąż pozostaje jednak w obszarze nierozwiązanych zagadnień.

Zagłębienie się w tematykę stanów zapalnych i onkogenezy wymagało podsumowania i pozytywnego wsparcia merytorycznego na najbliższą przyszłość. Przegląd najnowszych badań dających

możliwość minimalizowania niepewności związanej z zachorowaniem wniósł wykład mgr Jadwigi Ślusarskiej-Kopali na zakończenie panelu mikrobiologicznego pt. „Zegar biologiczny a stany zapalne”. Konsultant w dziedzinie mikrobiologii lekarskiej przedstawił kompleksowy model bezpiecznego przywracania homeostazy organizmu poprzez modulowanie zegarów biologicznych i wzmocnienie odpowiedzi immunologicznej. Przedstawione w prezentacji najnowsze badania naukowe potwierdzają możliwość aktywnego uczestnictwa w utrzymaniu zdrowia poprzez synchronizację rytmów biologicznych, co przyczynia się do zapobiegania chorobom zapalnym i nowotworowym.

Potęgą współpracy: Eksperti konferencji z różnych dziedzin, w tym medycyny, genetyki i mikrobiologii, spotykając się po raz pierwszy w tak różnorodnym gronie potwierdzili konieczność interdyscyplinarnego podejścia do przedstawionych zagadnień. Niezbędna jest bezpośrednia wymiana doświadczeń klinicystów ze środowiskiem diagnostów laboratoryjnych. Konferencja „Diagnostyka Laboratoryjna – Olsztyn 2024” z pewnością zainspirowała do dalszego rozwoju i współpracy.

Jadwiga Ślusarska-Kopala
konsultant wojewódzki w dz. mikrobiologii lekarskiej





AKCJA „ZDROWIE POD KONTROLĄ”

Warmińsko-Mazurska Izba Lekarska w Olsztynie i Uniwersytet Warmińsko-Mazurski wspierają akcję „Zdrowie pod Kontrolą”

Prezes Warmińsko-Mazurskiej Izby Lekarskiej w Olsztynie, lek. stom. Anna Lella, oraz rektor Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie, dr hab. n. med. Jerzy A. Przyborowski, prof. UWM objęli patronatem akcję Stałego Programu ds. Zdrowia Publicznego „Zdrowie pod Kontrolą”. Program ten jest jednym z kilku projektów realizowanych przez studentów IFMSA-Poland Oddział Olsztyn.

„Zdrowie pod Kontrolą” to inicjatywa, której celem jest zwiększenie świadomości społecznej w zakresie zdrowia publicznego i profilaktyki zdrowotnej. Poprzez warsztaty, kampanie ulotkowe, plakaty oraz działania edukacyjne skierowane do osób w różnym wieku, projekt aktywnie promuje zdrowy styl życia i regularne badania profilaktyczne.

Kolejna edycja akcji za nami

16 listopada 2024 roku odbyła się kolejna edycja „Zdrowia pod Kontrolą”, organizowana przez studentów IFMSA-Poland Oddział Olsztyn. Inicjatywa miała na celu ułatwienie pacjentom dostępu do podstawowej diagnostyki medycznej oraz edukacji prozdrowotnej. Studenci Wydziału Lekarskiego i Szkoły Zdrowia Publicznego zorganizowali stanowiska w miejscu, gdzie ich pomoc mogła dotrzeć do szerokiej grupy odbiorców.

Wszystkie konsultacje i badania w ramach akcji były całkowicie bezpłatne, co umożliwiło udział niezależnie od sytuacji finansowej. W wydarzeniu uczestniczyło łącznie 1420 pacjentów, którzy mieli okazję skorzystać z takich usług jak: pomiar glikemii, pomiar ciśnienia tętniczego, analiza składu ciała, szkolenia z pierwszej pomocy czy wizyta w Szpitalu Pluszowego Misia.

Kolejna edycja już wiosną 2025

Organizatorzy zapraszają na następną edycję akcji „Zdrowie pod Kontrolą”, która odbędzie się wiosną 2025 roku. Szczegóły wydarzenia zostaną ogłoszone wkrótce. To kolejna okazja, by zadbać o zdrowie i zdobyć cenną wiedzę na temat profilaktyki.

Amelia Kędziora
Prezydent IFMSA – Poland,
oddział Olsztyn

Natalia Pęciak
Koordynatorka Lokalna
ds. Zdrowia Publicznego





KRONIKA OKRĘGOWEJ RADY LEKARSKIEJ



dr n. med. Zbigniew Gugnowski

Obrady Okręgowej Rady Lekarskiej WMIL w Olsztynie w dniu 18 grudnia 2024 r.

Obradom przewodniczyła Prezes Okręgowej Rady Lekarskiej Kol. Anna Lella, która na wstępie złożyła sprawozdanie z działań Naczelnej Rady Lekarskiej oraz Prezydium ORL. Zwróciła uwagę na:

8 grudnia br. zmarł Kol. Antoni Celmer, specjalista chorób wewnętrznych oraz organizacji ochrony zdrowia, bardzo aktywny działacz lekarskiego samorządu, wieloletni przewodniczący Komisji Emerytów, delegat na Okręgowy Zjazd Lekarzy VI, VII i VIII kadencji, członek Okręgowej Rady Lekarskiej VI i VIII kadencji. Wyjątkowo rozpoznawalna i zasłużona postać w naszym regionie, założyciel olsztyńskiej polikliniki i wieloletni dyrektor tego szpitala, to dzięki Jego staraniom powstało Olsztyńskie Centrum Onkologii. Zostawił po sobie pokaźny dorobek zawodowy i społeczny. Pogrzeb odbędzie się 21 grudnia o godz. 10.00 w Kościele p.w. św. Józefa przy ul. Jagiellońskiej 41 w Olsztynie.

Katedra Onkologii Wydziału Lekarskiego Collegium Medicum UWM poinformowała o ustaleniu nowego terminu kursu specjalizacyjnego przeznaczonego dla lekarzy realizujących moduł specjalistyczny z onkologii klinicznej pt. „Podstawy opieki paliatywnej w onkologii” – odbędzie się on w dniach 05–07.03.2025 r. Inicjatorką przeprowadzenia kursów z tego zakresu jest dr hab. n. med. Monika Rucińska, prof. UWM.

Przewodniczący Sejmiku Województwa Warmińsko-Mazurskiego przystał informację, iż na wniosek Wojewody Warmińsko-Mazurskiego – za wybitne zasługi w działalności na rzecz ochrony zdrowia oraz za aktywność społeczną – Kol. Tadeusz Politewicz został odznaczony Krzyżem Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski. Serdecznie gratulujemy naszemu Koledze.

W odpowiedzi na pismo Dyrektora XI Liceum Ogólnokształcącego w Olsztynie – Pana Janusza Rączkiewicza, w którym zwraca on uwagę na wypisywanie przez lekarzy zwolnień z zajęć wychowania fizycznego niezgodnych z obowiązującym prawem, WMIL wystoso-

wała odpowiedź wskazującą, że przepisy rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej w żaden sposób nie określają treści ani wymogów, jakie spełniać ma „opina lekarska” – w związku z tym WMIL nie ma podstaw, by narzucać swoim członkom jakiegokolwiek wzorce tych dokumentów.

Kol. Anna Lella przypomniała, że w lutym odbędzie się konferencja „Współczesna Medycyna Warmii i Mazur”. Na miejsce jej organizacji Prezydium wybrało Hotel Mazury Lake Hill Resort & SPA – w Ostródzie. Pierwszego wieczoru, po wykładach zaplanowano występ Artura Andrusa; drugiego odbędzie impreza prowadzona przez DJ Bangs (Adam Zacharski).

Kol. Anna: Lella podsumowała wydarzenia organizowane przez naszą Izbę w 2024 roku:

- 22 czerwca br. w Browarze Warmia odbył się koncert jubileuszowy z okazji 30-lecia zespołu The Doctors. Impreza cieszyła się bardzo dużym zainteresowaniem naszych członków;
- w listopadzie odbył się Zjazd Naukowo-Szkoleniowy Lekarzy Warmii i Mazur, który połączony był z obchodami 35-lecia odrodzenia samorządu lekarskiego. Prezentacje prac naukowych odbyły się w dniach 29–30 listopada br., natomiast uroczysta kolacja w Restauracji „Przystań” w Olsztynie dnia 29 listopada br.;
- w Domu Lekarza odbyły się warsztaty z kursu samoobrony, które prowadziła Pani Małgorzata Sobocińska ze szkoły Wing Tsun Kung Fu Olsztyn. Dwa pierwsze warsztaty zostały przeprowadzone bezpłatnie, a ostatni opłaciła Warmińsko-Mazurska Izba Lekarska;
- 8 grudnia w Domu Lekarza odbyła się zabawa choinkowa dla dzieci i wnucząt członków WMIL. Jak zwykle na najmłodszych i ich opiekunów czekało mnóstwo atrakcji!;
- 7 grudnia br. w Kościele Garnizonowym w Olsztynie odbył się Koncert Chórów Lekarskich, w którym uczestniczył Chór Medici pro Musica, koszt wydarzenia pokryła nasza izba.

Nasza izba robi bardzo dużo, by składka w możliwie największej części wracała do naszych członków. Nasza izba dofinansowuje różne wydarzenia szkoleniowe organizowane na

terenie naszego województwa. Wypłacamy bony zdrowotne, bony szkoleniowe. Znacząco zwiększyło się zainteresowanie naszych członków poradami prawnymi udzielanymi w ramach ubezpieczenia lex Secure. Z naszych danych wynika, że łączna liczba wykonanych w 2024 r. usług w tym zakresie to 858. Coraz więcej lekarzy i lekarzy dentyistów korzysta też z abonamentu sportowego w połowie finansowanego przez naszą izbę. W grudniu tego roku było to ponad 500 osób.

W dalszej części obrad po dyskusji na temat sytuacji w Naczelnej Izbie Lekarskiej i wniosków części okręgowych izb lekarskich o zwołanie przez Naczelną Radę Lekarską Nadzwyczajnego Krajowego Zjazdu Lekarzy oraz odwołania Kol. Łukasza Jankowskiego ze stanowiska Prezesa Naczelnej Rady Lekarskiej, przyjęto przez ORL stanowisko, w którym Okręgowa Rada Lekarska Warmińsko-Mazurskiej Izby Lekarskiej wyraża stanowczy sprzeciw wobec upubliczniania niezweryfikowanych i niepotwierdzonych zarzutów, mających zdyskredytować prezesa Naczelnej Rady Lekarskiej. Takie działania nie tylko godzą w osobę wybraną przez Krajowy Zjazd Lekarzy, ale przede wszystkim osłabiają samorząd lekarski jako instytucję, nadszarpując jego pozycję wobec władz państwowych oraz niszczą jedność środowiska lekarskiego.

Następnie głos zabral skarbnik ORL Kol. Leszek Cichowski. Przedstawił wykonanie budżetu przez 11 miesięcy 2024 roku. Poinformował, że ściągальność składek w 2024 była na dość dobrym poziomie i ogółem wynosi 102%. Analiza wykonania budżetu do listopada wskazuje na to, że budżet zostanie zrealizowany.

Kontynuując obrady Okręgowa Rada Lekarska przyjęła uchwały:

- w sprawie zwołania Okręgowego Zjazdu Lekarzy na dzień 22 marca 2025 r. i powołania Komitetu Organizacyjnego;
- w sprawie wydania zaświadczeń potwierdzających posiadanie prawa do udzielania świadczeń zdrowotnych w zakresie podstawowej opieki zdrowotnej 5 lekarzom;
- w sprawie potwierdzenia dopełnienia obowiązku doskonalenia zawodowego.

Na tym obrady zakończono.

Obrady Okręgowej Rady Lekarskiej WMIL w Olsztynie w dniu 22 stycznia 2025 r.

Obradom przewodniczyła Prezes Okręgowej Rady Lekarskiej Kol. Anna Lella, która na wstępie razem z sekretarzem Piotrem Kocbachem wręczyli nagrody z tytułu uzyskania stopnia naukowego doktora i doktora habilitowanego:

- dr. hab. n. med. Krzysztofowi Henrykowi Dowgierdowi („Kliniczne i biomechaniczne badania nad zastosowaniem wolnych płatów tkankowych, opartym na zespoleniach mikronaczyniowych w rekonstrukcji ubytków twarzy i jamy ustnej u dzieci i młodzieży, wspomaganie wykorzystaniem komputerowych technik planowania i indywidualnych implantów dla pacjenta”)
- dr n. med. Ewie Sienkiewicz („Ocena czynników rokowniczych u pacjentów poddawanych koronarografii z jednoczasową angiografią tętnic nerkowych w 10 - letniej obserwacji”)
- dr n. med. Agnieszce Markiewicz („Ekspresja mRNA kaspazy-14 w rakach skóry i rogowaceniu słonecznym”)
- dr n. med. Magdalenie Ewie Szychlińskiej („Profil metaboliczny, obecność wczesnych zmian naczyniowych i ryzyko sercowo-naczyniowe u pacjentów z nieczynnymi hormonalnie gruczolakami nadnerczy”)
- dr n. med. Aleksandrze Kocbach-Przudzik („Ocena nasilenia stłuszczenia wątroby u pacjentów z przewlekłym wirusowym zapaleniem wątroby typu C poddanych terapii lekami bezpośrednio hamującymi replikację HCV”)
- dr n. med. Marcie Alicji Kasproicz-Furmańczyk („Znaczenie rezydujących w tkankach komórek T pamięci w tłuszczycy plackowatej”)
- dr n. med. Annie Agnieszce Pawłowskiej („Zaburzenia mineralno-kostne przewlekłej choroby nerek (CKD-MBD) u pacjentów z pierwotnymi kłębuszkowymi zapaleniami nerek”).

Nagrodzeni otrzymali list gratulacyjny oraz nagrodę pieniężną.

W dalszej części posiedzenia Prezes WMIL – Kol. Anna Lella przedstawiła sprawozdanie z działalności Prezydium, zwróciła uwagę na:

Centrum e-Zdrowia poinformowało, iż w wyniku spotkań z użytkownikami Rejestru Podmiotów Wykonujących Działalność Leczniczą (RPWDL) oraz w związku z licznymi zapytaniami dotyczącymi wdrożenia nowej wersji Rejestru, w porozumieniu z Ministerstwem Zdrowia zdecydowali się wyjść naprzeciw oczekiwaniom i przeanalizować zgłoszone propozycje. Z uwagi na powyższe, data wprowadzenia zmian (wdrożenia RPWDL 2.0) została przesunięta – nowa wersja systemu ma zostać uruchomiona na początku 2025 roku.

Wydział Zdrowia Urzędu Wojewódzkiego zwrócił się z prośbą o wskazanie członka WMIL jako kandydata do Zespołu Egzaminacyjnego na Lekarski Egzamin Końcowy, który odbędzie się dnia 22 lutego 2025 r. w Ostródzie. Jak co roku członkiem Komisji zgodziła się być Kol. Anna Andrzejkiewicz-Fortuna, za co serdecznie jej dziękujemy.

Wojewódzki Urząd Pracy w Olsztynie przypomniał o obowiązku zgłoszenia kontynuacji

działalności szkoleniowej w roku 2025 (zgodnie z art. 20 ust. 7 ustawy o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy, Dz.U. 2023 poz. 735 z późn. zm. oraz Rozporządzeniem Ministra Gospodarki i Pracy w sprawie rejestru instytucji szkoleniowych (Dz. U. 2014 poz. 781). Poinformowano, że instytucje szkoleniowe, które nie złożą wniosku o kontynuację działalności szkoleniowej w podanym terminie, zostaną wykreślone z Rejestru Instytucji Szkoleniowych.

Centrum Edukacji Ratownictwa Medycznego w Bartoszycach zaproponowało dalszą współpracę w zakresie przeprowadzenia kursu Zaawansowanych Zabiegów Resuscytacyjnych u osób dorosłych, certyfikowanego przez Polską i Europejską Radę Resuscytacji.

Komitet organizacyjny IV edycji konferencji Scallpelum, poinformował, że z przyczyn od niego niezależnych zmianie musi ulec termin Konferencji, tj. zamiast 9-11 maja, wydarzenie odbędzie się od 4 do 6 kwietnia 2025 r.

Nową inicjatywą, której pierwszy rok realizacji przypadł 2024, była wypłata Bonu Zdrowotnego. Dotychczas, w 2024 r. wypłacono go 82 lekazrom/lekarzom denty stom, podczas gdy uprawnionych osób powyżej 85 roku życia było 139. Niestety, mimo dużego wysiłku pracowników Biura nie udało się dotrzeć do wszystkich uprawnionych, były też pojedyncze osoby, które nie chciały przyjąć świadczenia. Kol. Anna Lella wskazała, że nie jest to jedyna forma pomocy seniorom, oferowana przez naszą izbę.

Kol. Anna Lella poinformowała, że Chór Medici pro Musica wykonał w styczniu dwa koncerty kolęd i pastorałek, 11 stycznia w Kościele Garnizonowym w Olsztynie, a 15 stycznia w Sanktuarium Maryjnym w Gietrzwałdzie.

19 stycznia 2025 roku odbył się cieszący się ogromnym zainteresowaniem Koncert Noworoczny „Na dobry początek”.

Stowarzyszenie na rzecz dzieci leczonych chirurgicznie „Uśmiech”, jak co roku zbiera środki na działalność poprzez organizację Balu Lekarza, który w tym roku odbywa się 21 lutego. Głównym organizatorem wydarzenia jest Kol. Michał Puliński.

Kol. Anna Lella przedstawiła kalendarz nadchodzących wydarzeń:

- 13-15 czerwca - festiwal Esculap Rock i Konwent Prezesów,
- 3-6.07.2025 w Wilkasach k. Giżycka – zlot Doctros Riders,
- 5-7 września – Regaty w Rynie,
- 10-13 września – Igrzyska Lekarskie w Cetniewie.

Kol. Anna Lella przypomniała też, że dofinansowanie konferencji odbywających się w 2024 na terenie naszego województwa sfinansowane zostało ze środków naszej izby.

Dużą popularność i uznanie wśród członków zyskało ubezpieczenie Lex Secure, w ramach którego udzielono w roku 2024 ponad 800 porad.

Następnie głos zabrał skarbnik ORL Kol. Leszek Cichowski. Przedstawił realizację budżetu w roku 2024 r. Ściągalność składek w skali całego roku wyniosła 101,8%. Izba osiągnęła większe przychody z działalności gospodarczej, niż zakładano. W związku z tym Kol. Leszek Cichowski omówił plan budżetu na 2025 rok. Żaden z członków ORL nie wniósł uwag do przedstawionej propozycji budżetu na 2025 r.

Kontynuując obrady Okręgowa Rada Lekarska przyjęła uchwały:

- w sprawie zmiany „Regulaminu przyznawania grantów na organizację szkoleń dla towarzystw naukowych mających siedzibę na terenie działania Warmińsko-Mazurskiej Izby Lekarskiej w Olsztynie”. Uchwała zakłada podniesienie kwoty grantów z 2.500 zł do 3.000 zł.
- w sprawie zmiany „Regulaminu Przyznawania dorocznych nagród za najlepsze publikacje naukowe dla młodych lekarzy i lekarzy denty stom im. prof. Edwarda Lenkiewicza”. Uchwała zakłada podniesienie kwoty nagrody z 1.000 zł do 2.000 zł.
- w sprawie wyznaczenia osób do przeprowadzenia sprawdzianów dla lekarzy i lekarzy denty stom odbywających staż podyplomowy na obszarze działania Warmińsko-Mazurskiej Izby Lekarskiej w Olsztynie.
- w sprawie zaliczenia części opłaty z tytułu składki członkowskiej uiszczonej przez lekarzy, lekarzy denty stom zamierzających wykonywać lub wykonujących zawód w ramach działalności leczniczej na poczet opłaty za wpis do rejestru podmiotów wykonujących działalność leczniczą lub zmianę wpisu.
- w sprawie przyjęcia instrukcji kancelaryjnej i Jednolitego Wykazu Rzeczowego Akt w Biurze Warmińsko-Mazurskiej Izby Lekarskiej w Olsztynie.

W tym miejscu Kol. Anna Lella rozpoczęła część poufną posiedzenia.

- uchwałę potwierdzającą, że lekarze i lekarze denty ści, wymienieni w załączniku do niniejszej uchwały, dopełnili obowiązku doskonalenia zawodowego, uzyskując co najmniej 200 punktów edukacyjnych lub w przypadku obowiązywania w okresie rozliczeniowym stanu zagrożenia epidemicznego lub stanu epidemii 100 punktów edukacyjnych, w poszczególnych okresach rozliczeniowych.

Na tym obrady zakończono.

dr n. med. Zbigniew Gugnowski, mgr Katarzyna Godlewska

POŻEGNANIE ROKU 2024 PRZEZ EMERYTÓW

Koncert Chórów Lekarskich „Gloria”

W dniu 7 grudnia 2024 r. lekarze emeryci wzięli udział w Koncercie Chórów Lekarskich, który miał miejsce w Kościele Garnizonowym w Olsztynie przy ul. Kromera 2A. Kościół był wypełniony szczerze – tak w nawie głównej jak i na balkonie. W koncercie wzięły udział trzy chóry, którymi dyrygował Marcin Wawruk. Były to: Gdański Chór Lekarzy, Chór Medici Pro Musica z Olsztyna oraz Chór Remedium ze Szczecina. Orkiestra Cappella Gedanensis. Wystąpiły solistki: Hanna Zajączkiewicz sopran, Ewelina Sielska-Badurek mezzosopran. Przygotownie chórów – Małgorzata Wawruk, Ryszard Handke, Michał Kozorys. Usłyszeliśmy utwory *a cappella* oraz utwór *Gloria* Antonio Vivaldiego. To było coś wspaniałego. Świetna akustyka kościoła powodowała fantastyczne brzmienie muzyki i chórów. Balsam dla duszy i ciała, pełna gama emocji. Jednym słowem wspaniałe przeżycie „z górnej półki”.



Gwiazdka lekarzy emerytów

W dniu 19 go grudnia (czwartek) 2024 roku aktywni lekarze emeryci spotkali się na kolacji wigilijno-opłatkowej w Sali Konferencyjnej im. Jana Rymiana w siedzibie Izby Warmińsko-Mazurskiej w Olsztynie. To było ostatnie nasze spotkanie w 2024 roku. Frekwencja dopisała. Atmosfera była bardzo uroczysta – pięknie udekorowana sala, choinka, lampki, świecidełka, dekoracje kwiatowe, stodycze i... odświętnie ubrani uczestnicy kolacji.

Wielka w tym zastuga pracowników sekretariatu. Pani prezes Anna Lella oraz dyrektor Biura Katarzyna Godlewska przekazały nam najlepsze życzenia świąteczne. Swoją obecnością zaszczycił nas redaktor naczelny „Biuletynu Lekarskiego” Jarek Parfianowicz. Spotkanie rozpoczęła ceremonia dzielenia się opłatkiem oraz osobiste składanie życzeń. Myślę, że powtarzały się życzenia zdrowia, zdrowia i jeszcze raz zdrowia, jako te najistotniejsze w naszym seniorskim wieku.



Kolacja wigilijna składała się z tradycyjnych polskich dań – był więc wysmienity barszczyk, paszteciki, pierożki, ryba pieczona i z warzywami, śledzik, sałatka, ciasta, no i tradycyjny kompot z suszu. Apetyt dopisywał po całym dniu wstrzemięźliwości.

Tłem uroczystości były tradycyjne polskie koledy i pastorałki.

Ponieważ wszyscy my-lekarze-emeryci byliśmy cały rok bardzo grzeczni, to również do nas zawiatał Święty Mikołaj, obdarowując podarkami.



Przekazaliśmy też kilka upominków lekarzom, którzy ze względu na stan zdrowia nie mogli osobiście uczestniczyć w kolacji. Przykre dla nas było też to, że właśnie w grudniu odeszło w zaświaty dwóch naszych kolegów – Władek Sawa oraz Antoni Celmer. Ich pamięć uczciliśmy minutą ciszy...

Następna Wigilia za rok. Do zobaczenia przynajmniej w tym samym gronie.

lek. Krystyna Łaskarzewska-Resiak



Grudniowy koncert w olsztyńskim Kościele Garnizonowym



Spotkanie wigilijno-opłatkowe lekarzy emerytów

BIESIADA CECHU CHIRURGÓW '2025

Dnia 20 stycznia 2025 roku miał miejsce na Przystani nad Jeziorem Krzywym kolejny doroczny bal Cechu Chirurgów Miasta Olsztyna. Uroczystości rozpoczęły się, jak zwykle, na cmentarzu przy ulicy Poprzecznej w Olsztynie, na którym delegacja odwiedziła i zapaliła znicze na grobach 33 już lekarzy zabiegowców, którzy odeszli na wieczny dyżur.

W balu udział wzięło 124 zabiegowców różnych specjalności, mistrzów i młodych adeptów tej sztuki. Bal odbył się w 79 rocznicę pierwszej operacji w powojennym Olsztynie. Organizowany był przez zespół oddziału otolaryngologii Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego w Olsztynie. To już drugi rok z rzędu organizacja balu spoczywała w rękach olsztyńskich otolaryngologów. Bal uświetnił doktor Zygmunt Trusewicz przypominając krótko początki olsztyńskiej chirurgii po wojnie.



Jak zwykle, mimo że do pasowania na chirurga zgłoszono pierwotnie tylko 6 osób, na balu z prośbą o przyjęcie do Cechu nowych uczniów zgłosiło się jeszcze wielu mistrzów z różnych oddziałów. Po mianowaniu młodych adeptów insygnia władzy w Cechu zostały przekazane w ręce zespołu anesteziologów również ze Szpitala Wojewódzkiego. W imieniu Nowego Mistrza, Dariusza Onichimowskiego, nieobecnego na balu, insygnia przejął od Tomasz Bujnowskiego doktor Romuald Fidrych.

Mimo zwykłego dnia roboczego, zabawa trwała do godziny 2.30 dnia następnego. Wszyscy rozstawali się z nadzieją na ponowne szczęśliwe spotkanie za rok.

dr n. med. Tomasz Bujnowski





UZYSKANE TYTUŁY NAUKOWE CZŁONKÓW WMIL

Podczas posiedzenia Okręgowej Rady Lekarskiej 18 grudnia 2024 r. zostały wręczone nagrody z tytułu uzyskania stopnia naukowego doktora nauk medycznych przez trzech członków WMIL, są to następująco:

- **dr n. med. Paulina Anna Działatek-Macioszczyk**, tytuł pracy doktorskiej: „Białka USP18 i Dkk3 w chorobach nerek i układu sercowo-naczyniowego”;
 - **dr n. med. Sonia Joanna Konsek-Komorowska**, tytuł pracy doktorskiej: „Powikłania kardiologiczne u chorych na nowotwór neuroendokryny jelita cienkiego. Badanie retrospektywne”;
 - **dr n. med. Barbara Pieklarz**, tytuł pracy doktorskiej: „Ocena parametrów naczyniówki z uwzględnieniem wskaźnika naczyniowego u pacjentów z twardziną układową”;
- Analogiczna uroczystość odbyła się podczas posiedzenia Okręgowej Rady Lekarskiej 22 stycznia 2025 r. – nagrody z tytułu uzyskania stopnia naukowego doktora nauk medycznych wręczono siedmiu członkom WMIL, są to następująco:

- **dr n. med. Krzysztof Henryk Dowgierd**, tytuł pracy doktorskiej: „Kliniczne i biomechaniczne badania nad zastosowaniem wolnych płatów tkankowych, opartych na zespoleniach mikronaczyniowych w rekonstrukcji ubytków twarzy i jamy ustnej u dzieci i młodzieży, wspomagane wykorzystaniem komputerowych technik planowania i indywidualnych implantów dla pacjenta”;
- **dr n. med. Ewa Sienkiewicz**, tytuł pracy doktorskiej: „Ocena czynników rokowniczych u pacjentów poddawanych koronarografii z jednoczasową angiografią tętnic nerkowych w 10-letniej obserwacji”;
- **dr n. med. Agnieszka Markiewicz**, tytuł pracy doktorskiej: „Ekspresja mRNA kaspazy-14 w rakach skóry i rógowaceniu słonecznym”;
- **dr n. med. Magdalena Ewa Szychlińska**, tytuł pracy doktorskiej: „Profil metaboliczny, obecność wczesnych zmian naczyniowych i ryzyko sercowo-naczyniowe u pacjentów z nieczynnymi hormonalnie gruczolakami nadnerczy”;

- **dr n. med. Aleksandra Kocbach-Przudzik**, tytuł pracy doktorskiej: „Ocena nasilenia stłuszczenia wątroby u pacjentów z przewlekłym wirusowym zapaleniem wątroby typu C poddanych terapii lekami bezpośrednio hamującymi replikację HCV”;
- **dr n. med. Marta Alicja Kasproicz-Furmańczyk**, tytuł pracy doktorskiej: „Znaczenie rezydujących w tkankach komórek T pamięci w tłuszczycy plackowatej”;
- **dr n. med. Anna Agnieszka Pawłowska**, tytuł pracy doktorskiej: „Zaburzenia mineralno-kostne przewlekłej choroby nerek (CKD-MBD) u pacjentów z pierwotnymi kłębuszkowymi zapaleniami nerek”.

Wszystkim Doktorom serdecznie gratulujemy i życzymy samych sukcesów w dalszej pracy zawodowej!

Redakcja



Od lewej: dr n. med. Barbara Pieklarz, dr n. med. Sonia Joanna Konsek-Komorowska i dr n. med. Paulina Anna Działatek-Macioszczyk



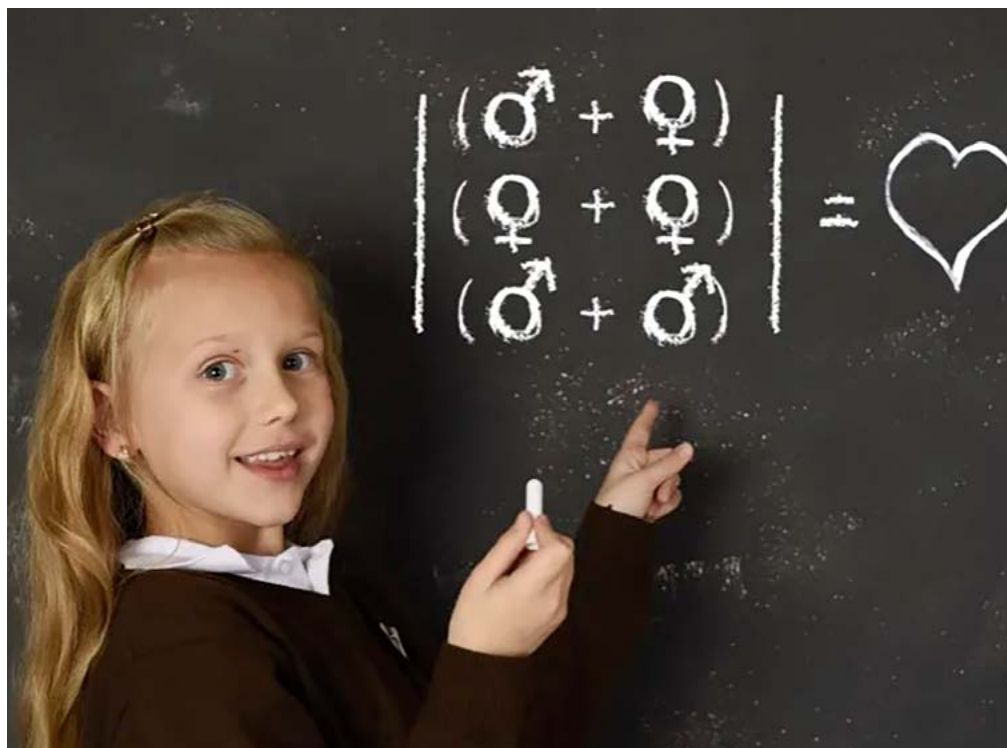
Od lewej: lek. stom. Anna Lella – prezes WMIL, dr n. med. Magdalena Ewa Szychlińska, dr n. med. Ewa Sienkiewicz, dr hab. n. med. Krzysztof Henryk Dowgierd, dr n. med. Aleksandra Kocbach-Przudzik, dr n. med. Agnieszka Markiewicz, dr n. med. Marta Alicja Kasprówicz-Furmańczyk, dr n. med. Piotr Kocbach (nieobecna: dr n. med. Anna Agnieszka Pawłowska)

FELIETON

ZDROWIE I SEKS ZNOWU W SZKOLE

Ze względu na skłonność do okresowych depresji unikam oglądania telewizyjnych wiadomości, które w głównej mierze składają się z informacji o tragediach dotyczących całą ludzkość lub poszczególnych osobników. Wystarcza mi krótki przegląd nagłówków w internetowych portalach.

Jedną z niewielu pozytywnych informacji, która ostatnio zwróciła moją uwagę, jest propozycja pojawienia się nowego przedmiotu nauczania w szkołach. Według zapowiedzi minister Barbary Nowackiej „wychowanie do życia w rodzinie” zostanie zastąpione



dr n. med. Roman Łesiów

przez „edukację zdrowotną”. Przedmiot ten będzie nauczany w wymiarze 1 godziny w tygodniu od czwartej do ósmej klasy szkoły podstawowej oraz 2 godzin w szkołach ponadpodstawowych.

W czasach dawnych, słusznie minionych, kiedy chodziłem do szkoły, podobny przedmiot „wychowanie w rodzinie” przemianowaliśmy na „seks w rodzinie socjalistycznej”. Były tam jakieś elementy wychowania seksualnego, co traktowaliśmy jako darmowy kabaret.

Natychmiast po pojawieniu się propozycji nowego przedmiotu rozgorzała gorąca dyskusja. Największa obawa dotyczy oczywiście wychowania seksualnego. Mam wrażenie, że dla niektórych ludzi najlepiej byłoby ten temat po prostu pominąć. W naszym zakłamanym społeczeństwie seks jest nadal tematem tabu, omijanym zarówno w dyskusjach rodzinnych jak i w sferze szkolnej czy medialnej. Młodzież skazana jest więc na edukację internetową, gdzie nie ma już żadnych barier ani hamulców.

Podobna sytuacja dotyczy zdrowego sposobu życia, a szczególnie odżywiania. Nie ma chyba większego bałaganu i tak wielu sprzecznych ze sobą opinii, jak w sprawie optymalnej dla zdrowia diety. Wytworzyły się tu pewne sekty udowadniające swoje racje z wydatną pomocą, najczęściej sponsorowanych, badań naukowych. Zbyt wiele tu wpływów bogatych lobby farmaceutycznych oraz producentów żywności i suplementów. Nawet ludzie obeznani z medycyną mogą się pogubić w tych zaleceniach.

Powstaje więc pytanie: kto i z jakiej szkoły będzie uczył dzieci zdrowego podejścia do spożywanego pokarmu? Czy jest możliwy jakiś konsensus wypracowany na podstawie niezależnych opinii i badań naukowych? Niestety w dietetyce opartej głównie na badaniach epidemiologicznych można udowodnić niemal każdą koncepcję zdro-



wego żywienia. Niezmiernie istotne jest opracowanie takich zaleceń, które nie budzą zbyt wielu kontrowersji i będą obowiązujące w nauczaniu tego przedmiotu. Jest to konieczne, aby uniemożliwić propagowanie przez nauczycieli własnych, niepotwierdzonych przez naukę przekonań.

Myślę, że najlepiej przygotowani do nauczania tego przedmiotu są absolwenci biologii, którzy powinni znać podstawy biochemii i rozrodu. Mogą się bowiem pojawić niewygodne i trudne pytania ze strony uczniów. Młodzież współczesna, szeroko korzystająca z Internetu, jest świetnie wyedukowana w wielu dziedzinach.

Czekamy więc z niecierpliwością na nowy przedmiot. Jako wielokrotny dziadek jestem szczególnie zainteresowany sposobem jego nauczania. Będę podpytywał moich wnuków, jak ta nauka wygląda i śledził postępy ich wiedzy w dziedzinie edukacji zdrowotnej. Może



następne pokolenia będą miały większą wiedzę o funkcjonowaniu własnego organizmu, co poprawi fatalny stan zdrowotny naszego społeczeństwa.

PS. Już po napisaniu felietonu dotarła do mnie informacja, że przedmiot nauka o zdrowiu nie będzie obowiązkowy. Po raz kolejny zwyciężyła głupota naszych postów i kierowanie się doraźnymi korzyściami politycznymi. Niestety, żyjemy w czasach, w których przywódca najpotężniejszego państwa na świecie ogłasza, że uznaje tylko dwie płcie – męską i żeńską. Nie wiem, jak będą zakwalifikowani ludzie z obojnactwem rzekomym i prawdziwym. Czy zmieszczą się jeszcze w kategorii Homo Sapiens. Zdumiewa jednak aplauz na stojąco po wypowiedzeniu tych słów. Jeżeli tak ma wyglądać słynna amerykańska demokracja, to czas zacząć się bać.

PROJEKT FERS1

– jak zwiększyć popularność deficytowych specjalizacji

W dniu 4 grudnia w Centrum Medycznym Kształcenia Podyplomowego w Warszawie odbyła się konferencja związana z inauguracją projektu unijnego „Wspieranie kształcenia podyplomowego lekarzy w dziedzinach istotnych z punktu widzenia potrzeb epidemiologiczno-demograficznych Polski (FERS1)”, który jest realizowany przez CMKP.

Projekt FERS1 jest jednym ze sposobów zachęcania lekarzy do wyboru deficytowych dziedzin medycyny i będzie trwał do listopada 2029 r.

Celem projektu FERS1 jest wspieranie kształcenia podyplomowego lekarzy w 12 specjalizacjach priorytetowych, w których brakuje nam najwięcej lekarzy specjalistów z punktu widzenia epidemiologiczno-demograficznych potrzeb społeczeństwa Polski. W ramach projektu realizowane będą także kursy, które mają zwiększyć liczbę lekarzy udzielających świadczeń w ramach podstawowej opieki zdrowotnej.

Projekt dotyczy następujących 12 dziedzin priorytetowych:

- psychiatria
- psychiatria dzieci i młodzieży
- onkologia kliniczna
- chirurgia onkologiczna
- radioterapia onkologiczna
- patomorfologia
- hematologia
- choroby wewnętrzne

- chirurgia ogólna
- pediatria
- geriatria
- medycyna rodzinna

W ramach FERS1 zaplanowane są różne formy wsparcia:

- zorganizowanie 2500 kursów specjalizacyjnych z 12 dziedzin objętych projektem dla 8 000 lekarzy;
- dofinansowanie kosztów udziału w zamiejscowych stacjonarnych kursach specjalizacyjnych w ramach projektu FERS1;
- dofinansowanie kosztów udziału w zamiejscowych stacjonarnych kursach;
- organizacja kursów z dziedziny medycyny rodzinnej dla 2 000 lekarzy POZ;
- finansowanie dodatkowych form doskonalenia zawodowego – kursy doskonalące i granty szkoleniowe.

W trakcie konferencji odbyła się debata z udziałem gości na temat wspierania specjalizacji deficytowych w Polsce. Wnioski i opinie przeczytają Państwo na stronach CMKP.

Osoby zainteresowane projektem odsyłamy do stron CMKP. Tam też znajdą Państwo szczegóły programu <https://www.cmkp.edu.pl/projekty-ue/fers1>

mgr Maciej Konopka

Źródło: <https://www.cmkp.edu.pl>



MIĘDZYNARODOWY PROJEKT ERASMUS+



Projekt „MedEd PolyTrauma VR: Increasing quality of emergency medicine education through polytrauma virtual reality training” został pozytywnie rozpatrzony w ramach Akcji 2 Partnerstwa na rzecz współpracy, Partnerstwa współpracy (KA220-HED) w ramach sektora Szkolnictwo wyższe w programie Erasmus+.

Udział w tym międzynarodowym projekcie biorą Vilnius University (Litwa), Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie, Gluk Media (Litwa) oraz University of Franche-Comte (Francja).

Motywacją do naszego projektu jest rozpoznanie poważnych wyzwań w obecnej edukacji medycyny ratunkowej i pilna potrzeba innowacyjnych rozwiązań. Tradycyjne metody nauczania często nie zapewniają studentom medycyny realistycznych scenariuszy szkoleniowych, szczególnie w zakresie leczenia pacjentów z urazami wielonarządowymi. Możliwości szkolenia praktycznego są ograniczone, szczególnie dla studentów w mniejszych lub odległych szpitalach, a rosnąca rola technologii w opiece zdrowotnej wymaga od pracowników służby zdrowia rozwoju umiejętności cyfrowych i kompetencji. Realizując nasz projekt, chcemy zrewolucjonizować edukację medycyny ratunkowej, wykorzystując technologię rzeczywistości wirtualnej (VR), aby zapewnić studentom wciągające i interaktywne doświadczenia edukacyjne. Nasze

skupienie się na scenariuszach urazów wielonarządowych wypełnia istotną lukę w istniejących metodologiach szkoleniowych, umożliwiając studentom ćwiczenie podejmowania decyzji i doskonalenie umiejętności krytycznych w bezpiecznym i kontrolowanym środowisku.

Jednym z kluczowych aspektów naszej innowacji jest kompleksowy rozwój realistycznych scenariuszy z urazami wielonarządowymi, które stanowią podstawę edukacyjnego narzędzia VR. W przeciwieństwie do istniejących rozwiązań szkoleniowych VR, którym często brakuje interaktywnej funkcjonalności dla nauczycieli i które ograniczają się do pasywnych doświadczeń oglądania dla studentów, nasz projekt ma na celu zrewolucjonizowanie szkoleń VR poprzez włączenie funkcji dostosowanych do potrzeb edukatorów i zintegrowanie modułów VR z codziennym procesem edukacyjnym. Ponadto nasze podejście, oparte na współpracy z instytucjami partnerskimi i interesariuszami, zapewnia, że opracowane moduły szkoleniowe VR spełnią najwyższe standardy edukacji medycznej.

mgr Paweł Wiereńko
Wydział Lekarski

Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie

FELIETON

Z WROGAMI SOBIE PORADZĘ...

„Kardynała Richelieu sekret wam dziś zdradzę”... kolejny raz zastuchałam się, zaciągam w piosenkach Czerwonego Tulipana. Tym razem w Lubawie, podczas koncertu jubileuszowego, bowiem wciąż i na szczęście, swój sceniczny złoty wiek świętuje Stefan Brzozowski. Wciąż zachwycam się sztuką Ewy Cichockiej, zaś Krystynę Świątecką obserwuję z pewną dozą nieśmiałości, bo zdecydowanie nie mieści się w naszym wymiarze. Okazja była równie niebywała, przychodzi „Rodzina” z ławy obchodziła swoje dwudziestopięćciolecie. Było pięknie i nadobnie, przy tym miło, bo bez zadęcia, rodzinnie. Dość przekornie więc wybrzmiały rady kardynała Richelieu pośród tak zaprzyjaźnionego grona. Tak, tak. Oczywiście znam okoliczności powstania utworu. Lider Czerwonego Tulipana barwnie o tym opowiada, ale trzeba przyznać, że albo podmiot liryczny miał wyjątkowego pecha do ludzi, bądź też cechowała go niefrasobliwość granicząca z naiwnością.

Ale żarty na bok, nie o wprawki polonistyczne chodzi, lecz refleksje, jakie wywołał jubileusz gospodarzy, spotkanie z Czerwonym Tulipaniem oraz grono ludzi, których darzę wyjątkową atencją. Rozmowy podczas bankietu były też zajmujące. „Przyjaciół”, „wróg” to szczególne słowa – zjawiska, jakie towarzyszą nam od zarania dziejów, a my z racji wykonywanego zawodu często bezwiednie jesteśmy włączani naprzemiennie do tych grup i to przez te same osoby w krótkim czasie, zależnie od tego, jaką przyjmujemy postawę w odpowiedzi na pokładane w nas oczekiwania.

Potrzeba, znana jako matka wynalazku, w obliczu choroby wskazuje zainteresowanym najkrótszą drogę do realizacji celu. Często pomijany jest lekarz POZ, od razu szuka się znajomości. Artefakt z PRL? Raczej odruch. Lęk, obawa, stan zagrożenia zdrowia, a niekiedy życia tłumaczą wszystko. Rzeczywistość jest jednak bezlitosna.

Na nasze przeładowanie obowiązkami nakładają się prośby niczym wołanie z innej galaktyki. Nagle dzwonią do nas dalecy znajomi albo znajomi znajomych, powołują się na jakiś kontakt, albo przywołują zamierzcłe czasy. A wszystko po to, aby potwierdzić

uprawnienie do prośby o pomoc i to taką poza procedurami i obyczajem. Czy nas to dziwi? Czas było przywyknąć.

Zazwyczaj pomagamy, o ile, rzecz jasna, jest to w naszych kompetencjach. Czy nam to doskwiera? Na początku życia zawodowego – nie. Cieszymy się z możliwości wykorzystania naszej wiedzy, spełniamy się jako młodzi adepci sztuki lekarskiej. Z upływem czasu zaczyna nam brakować przestrzeni, tak to nazywają w psychologii, więc stawiamy granicę, wskazujemy właściwą drogę poruszania się w systemie. Tłumaczymy np., że karta dilo naprawdę przyspiesza proces diagnostyki i leczenia onkologicznego, więc nie ma co lekceważyć procedur. Wówczas, jak za dotknięciem magicznej różdżki, przestaje się liczyć wspólna historia i z przyjaciela stajemy się wrogiem. Stuszenie? Proszącego nie usatysfakcjonuje nawet najlepiej uzasadniona odmowa.

Pozostajemy z poczuciem winy czy irytacją? Brak nam empatii i poczucia misji? Nie ma prostej odpowiedzi. Każda sytuacja jest inna. Sami przecież nosimy w sobie rozczarowanie, gdy oczekiwaliśmy od kogoś pomocy bądź nasz znajomy sam zadeklarował pomoc, a na koniec dnia z problemem pozostaliśmy sami. Czujemy zawód, bez względu na powód odmowy. Tak samo reagują pacjenci, znajomi. Wraz z nabywaniem doświadczenia łatwiej nam wyznaczyć granice, mówić „nie”, mniej przeżywać swoją konsekwentną asertywność. I to jest nieodzowne, zanim całkiem się sfrustrujemy, staniemy ofiarą zawodu-misji.

Parafrazując wspomnianą piosenkę, tak wiele razy rozmienialiśmy się na drobne, pożyczając pieniądze niewłaściwym osobom, widząc przyjaciół w tych, co nimi nie byli, że pora zweryfikować podejście do otaczających nas ludzi. Przyjaciół? Czy nie nadużywamy tego terminu? Czy chcemy być okreśłani tym mianem przez każdego, kto ma takie życzenie? Bo do przyjaciela zawsze można zwrócić się o pomoc? Przyjaciół to ponoć jest taki ktoś, kto trwa przy nas, mimo całej wiedzy na nasz temat. Nie powinniśmy zatem traktować tego określenia jako synonimu terminów „kolega”, „znajomy”. Znamy swoje obowiązki zawo-



lek. Anna Osowska

dowe. Ktoś mdleje w kościele, na koncercie, na ulicy – odruchowo ruszamy z pomocą. To sytuacje losowe. Nie oszczędzimy ani czasu, ani sił. Nie da się jednak pełnić dyżuru całą dobę, przez cały rok. Praca jest pracą, więc należy zostawiać ją w miejscu jej wykonywania. A często od nas oczekuje się porad lekarskich w sytuacjach prywatnych, ingerując w naszą przestrzeń w przerwie spektaklu, podczas urodzin u znajomych, w pociągu. Można od tego zwariować, jak sąsiadka – wariatka z piosenki Czerwonego Tulipana. Ileż można i jak długo? Nieszczęścia i opowieści o nich atakują nas z każdej strony.

Od lat radzę moim ciężko chorym pacjentom, by nie opowiadali o swojej chorobie obcym. To jest jak wpuszczanie do domu kogoś niepożądanego. Zalecam też, by podczas spotkań ze znajomym inicjowali rozmowę pytaniem: co u ciebie dobrego? Nam też dobrze zrobi ograniczanie złych informacji. Tak myślę, że jest to ratunkiem przed tym, by całkiem nie pogрузić się w otchłani ludzkich nieszczęść.

Jak zatem zarządzać zasobami własnymi, pozostać człowiekiem z misją, ale uchronić się

przed wypaleniem zawodowym? Uczyliśmy się podczas dziesiątek szkoleń komunikacji z pacjentem, a zapomnieliśmy o komunikacji z sobą. Nadmierna empatia i pracoholizm stają się naszymi wrogami. Co by na to zarządził kardynał Richelieu? Raczej przerosłyby go te rozważania, sam bowiem nikomu nie ufał. Biedny człowiek!

Spójrzmy lepiej na wspomnianych jubilatów: lider Czerwonego Tulipana, Stefan Brzozowski, a także współnicy Ośrodka Zdrowia „Rodzina” potrafili w swoich zespołach zbudować silne więzi. Od lat emanują radością bycia razem i dzielą się swą dobrą aurą. Rodzina, miłość, przyjaźń – te wartości wybrzmiały ze sceny, a wcześniej zostały przywołane przez Romka Żuralskiego i zaproszonych gości. Gratuluję. Podziwiam. Życzę dalszych sukcesów. Przyjaźń to bezcenny dar. Podobnie jak radość. Cieszę się, że mogłam ją dzielić z gronem fantastycznych ludzi, a przy okazji, zbudowana tym świętem przyjaźni, kolejny raz posłuchać przekornego tekstu Wojciecha Sobola do muzyki Stefana Brzozowskiego: *Kardynała Richelieu sekret wam dziś zdradzę, od przyjaciół Boże strzeż – z wrogami sobie poradzę.*



KONKURS NA NAJPIĘKNIEJSZĄ KARTKĘ BOŻONARODZENIOWĄ



Tradycją w Warmińsko-Mazurskiej Izbie Lekarskiej stał się Konkurs na Najpiękniejszą Kartkę Bożonarodzeniową. To nieodłączny element Zabawy Choinkowej dla Dzieci i Wnucząt Członków WMIL, na który najmłodszy oczekują z niecierpliwością przez cały rok.

Z każdą kolejną edycją konkursu widzimy postępy w kreatywności dotyczącej technik wykonania tych małych, świątecznych dzieł sztuki: oprócz tradycyjnych prac plastycznych przygotowanych za pomocą kredek, pojawiają się także wyklejanki z użyciem rozmaitych materiałów, jak chociażby pióra, cekiny, muszelki, łańcuchy choinkowe, bibuła, filc, guziki, wata, wstążki czy nawet świąteczne pierniczki... Kreatywność dzieci nie zna granic! Zgłoszone do konkursu kartki przyjmują przeróżne formy i formaty: od tych małych wielkości wizytówki, przez tradycyjne – rozkładane kartki, aż po takie wielkości plakatu!

Niekwestionowaną nowością tegorocznej edycji pod względem wykonania jest zwycięski projekt Krzysia (w kategorii do lat 7), gdzie puszyste bałwanki zatopione są w przezroczystym żelu – zrobił on murowane wrażenie na wszystkich członkach jury, którzy przyznali mu maksymalną ilość punktów. Ex æquo w tej kategorii zwyciężyła również praca autorstwa Zuzi, zawierająca m.in. pióra, pompony i łańcuszek.

Przy pracach starszych dzieci (w kategorii powyżej 7 lat) nasze jury miało już „twardszy orzech do zgryzienia”, bowiem – z racji wieku – poziom był o wiele wyższy, każda kartka

okazała się równie piękna. Ostatecznie wybór padł na pracę Hani, przedstawiającą żłóbek otoczony leśnymi zwierzętami, z elementami wyklejanki.

Wszystkim Młodym Artystom serdecznie gratulujemy, a Drogich Czytelników zapraszamy do obejrzenia galerii Najpiękniejszych Kartek Bożonarodzeniowych!

mgr Karolina Witkowska



Obejrzyj wszystkie kartki zgłoszone na konkurs w wydaniu „Biuletyn Lekarski e-active”

Zwycięzcy konkursu w kategorii
do lat 7 – ex æquo:



Krzyś Giłowicz



Zuzia Żechowicz

Zwycięzcy konkursu w kategorii
powyżej lat 7



Hania Giłowicz



Blanka Michałowska, 5 lat



Bolatava Sofia, 5 lat



Deręgowska Anna, 5 lat



Deręgowska Ewa, 3 lata



Deręgowski Wojciech, 8 lat



Drzazga Lucja 6 lat



Filipska Wiktoria, 7 lat



Gacko Emilia, 2,5 roku



Gacko Kornelia, 4,5 roku



Jankowska Marianna, 9 lat



Kizło Aleksandra, 8 lat 1.



Kizło Kalina, 4 lata



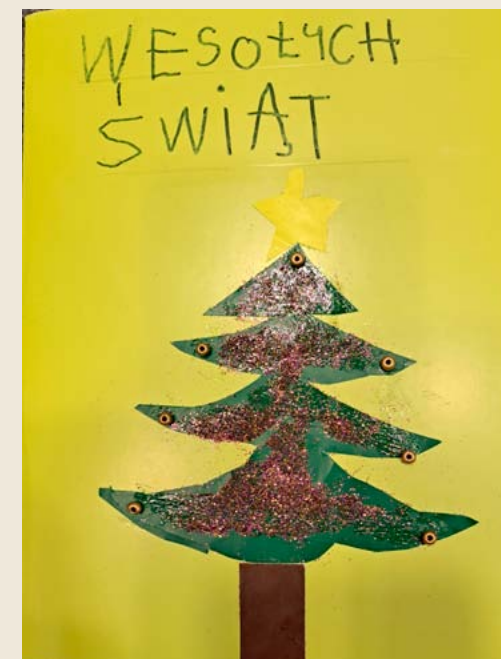
Kizło Natalia, 11 lat



Kizło Piotr, 6 lat



Muraszko Leonard, 8 lat



Muraszko Róża, 6 lat



Czepełkowski Krzysz, 7 lat



Fil Ewa, 8 lat



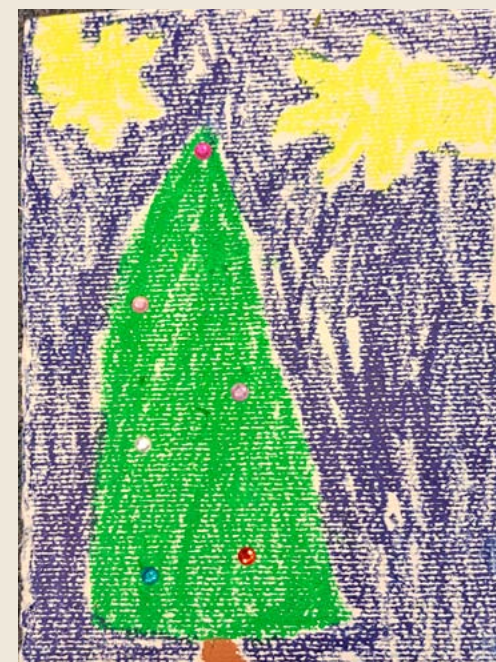
Jankowska Anna, 6 lat



Pankowska Pola, 6 lat



Soroczyńska Lena, 15m-cy



Zabłocka Antonina, 5 lat



Karpuczyk Elina, 5 lat



Karpuczyk Milana, 8 lat



Konopko Marek, 2 lata



Konopko Róża, 3 lata

FIGLE Z MIKOŁAJEM

Zabawa choinkowa w WMIL

W siedzibie Warmińsko-Mazurskiej Izby Lekarskiej w Olsztynie 8 grudnia odbyła się impreza choinkowa dla rodzin członków naszej Izby Lekarskiej.

Ze względu na ogromne zainteresowanie zabawą, dzieci zawładnęły niemal całym budynkiem. Ponad 300 (!) dzieci mogło korzystać z bardzo licznych atrakcji: w Sali im. Jana Rymiana odbywały się tańce i zabawy z animatorami, a wyżej na uczestników imprezy cze-

kały dwie fotobudki oraz warsztaty zdobienia bombek. Prawdziwym hitem była nowość – świąteczne wyścigi hobby horse'ów, czyli skoki przez przeszkody na pluszowych koniach na patyku. Dla najmłodszych, w cichej, kameralnej sali, przygotowaliśmy konia na biegunach,





zabawę w wędkowane rybek, interaktywną matę i filcowe choinki do strojenia.

Doroczną tradycją stał się konkurs na najpiękniejszą kartkę świąteczną – w trakcie zabawy choinkowej nagrodziliśmy zwycięzców.

Na koniec, dzieci odwiedził Święty Mikołaj z workiem pełnym prezentów.

Dobrym zwyczajem naszych izbowych zabaw choinkowych są zdrowe przekąski i napoje – na stołach znalazły się owoce i woda.

Bardzo cieszy rosnąca z roku na rok liczba osób biorących udział w imprezie, co sprzyja integracji środowiska lekarskiego.

Pozostały piękne wspomnienia i zdjęcia z fotobudek.

Tymczasem planujemy kolejne spotkanie: do zobaczenia w lecie na Lekarskim Pikniku Samorządowym!

lek. Małgorzata Szmyt



FELIETON

EKLEKTYCZNY PRZEGLĄD MUZYCZNY WIKTORA



Wiktor Hajdenrajch

Największym kompozytorom nader często przypisywane jest zachłyśnięcie się muzyką już w najwcześniejszym stadium ich rozwoju. Z tatą, mamą, nianią, ciocią trafiali do opery czy na koncert symfoniczny i zachwyceni, wyrwani z objęć rzeczywistego świata, słuchali „Zygryda” R. Wagnera, którąś z symfonii Szostakowicza, na przykład „leningradzką”, „Wariacje op. 27” A. Weberna czy tegoż samego mistrza – operę „Lulu”. Oczywiście, niekoniecznie te nazwy muszą Drogiemu Czytającemu cokolwiek mówić, ale tu autor prosi o przyjęcie a priori tego, co dalej napisze: są to utwory trudne, wymagające dużej już kultury, osłuchania muzyki i pracy intelektualnej, nie dające się słuchać ot tak, jakby z marszu, jakby od niechcienia. Do wariacji op. 27 (pamiętacie coczwartkowy magazyn kulturalny „Pegaz”? Jedna z nich była dzinglem audycji...) autor długo dojrzewał, nawet w pewnym momencie podejrzewając, że Webern puścił jakieś szaro-bure kocisko na klawiaturę fortepianu i starannie zapisał efekty deptania kocich łapek.

Kim jest Wiktor?

Zwierzęciem na wymiarciu. Na pytanie „Być czy mieć?” odpowiada wykrętnie: Bywa, że mam miedź. Zdobywanie wiedzy traktował jako największą przyjemność w życiu i największą przygodę. Jego trzema nogami, na których oparł swój chory, niemalże schizofreniczny świat są matematyka, literatura i muzyka. Matematykę uprawiał wszędzie. Do dziś to robi. Napisał i wydał sześć powieści, sześciu nie wydał, ale może jeszcze wyda. Kocha śpiewać, szczególnie w chórze Medici pro Musica pod łapką Małgosi Wawruk.

Gdy zobaczycie go przemykającego pod ścianą kamieniczek na Starym Mieście i śpiewającego stary utwór zespołu Partita „Marzyciele”, nie próbujcie zatrzymać. Jest w swoim świecie i pewnie znów przemyśliwa, jak zbawić świat, utopista jeden!

Ale ostrożnie! Wśród miliardów autonomicznych jednostek są tacy, którzy percypują muzykę nieskończenie łatwo. Są np. ludzie, którzy słyszą w sposób absolutny, co ma swojej i dobre, ale i złe strony. Są tacy, którzy słysząc utwór widzą jego tonację przez kolor. Inni znów z największą łatwością wciągają w głowę najgrubsze partytury. Są dyrygenci, którzy na przestrzenie kilkudziesięciu taktów przyspieszają o kilka (4,5) uderzeń na metronomie Maeltza... Z wielu milionów adeptów wyłania się zawsze niewielka grupka, która popycha ten rodzaj ludzkiej działalności mocno do przodu, często łamiąc bariery, wcześniej nieosiągalne, ale, na miły Bóg, nie w wieku 4 lat!

Bo czymże jest ta muzyka? Za Wikipedią: „jest sztuką organizacji struktur dźwiękowych w czasie”. I ta zdawkowa definicja jest absolutnie wystarczająca, bo jest w niej wszystko: i struktury dźwiękowe odpowiednio poukładane, jest ujęty czas, który jest elementem konstytutywnym (ja nie bardzo umiem wyobrazić sobie muzyki bez porządku w czasie), jest organizacja, i jest ten nieuchwytny pierwiastek, który konstytuuje sztukę, czyli element, z którym im częściej obcujemy, tym łatwiej pokazuje nam swoje najlepsze oblicze.

Zdefiniowanie muzyki jako organizacji dźwięków w czasie również dlatego bardzo mi odpowiada, że drugim z moich ukochanych dzieci jest matematyka, która jak żadna inna dziedzina wiedzy, tworzy struktury, porządkuje je, przygląda się im i (często z samego tego procesu, jako żywo przypominającego proces komponowania) powstają jej nowe gałęzie, pozwalające przyglądać się zjawisku ze strony, o której najczęściej nie miałem pojęcia, że istnieje. Ale jednocześnie, jak małego chłopca, który z wypiekami na twarzy rozbiera zabytkowy zegarek, niepomny, że za takie coś może być ostre manto, kręcą mnie biologia, ewolucja, fizyka współczesna, literatura, historia. I przez całe swoje życie musiałem, na zasadzie imperatywu, dotknąć tego, tamtego, aż naskładał się wielki, eklektyczny dom małego Wiktorka. I o nim właśnie będę

chciał Państwu opowiedzieć: o absolutnie subiektywnym, eklektycznym, od Sasa do Lasa, moim spojrzeniu na muzykę. Nie będzie mądrej, naukowej wiedzy, raczej będzie niewiedza, nabyta tylko w takiej ilości, jaka była mi potrzebna do zrozumienia zjawisk. Chciałbym zaprosić Państwo, byście ruszyli ścieżką, którą kiedyś, jako nieletnie pacholę, nieświadomie zainicjowałem i wydeptałem, a na której spoczywa mnóstwo ciekawych kamieni. Przyglądnijmy się im razem! Z ciekawością, ale bez zbytniego wgłębiania się. Nie spodziewajcie się więc poradnika muzycznego ani systematycz-

nego wykładu. Jest tyle świetnych opracowań, są do odtworzenia choćby kongenialne „Lekcje muzyki” niezjącego Piotra Orawskiego. Czasem namówię Was na link na youtube, z wykonaniem, które mi się podoba. Ale o jedno apeluję: słuchajcie! Po to jest muzyka, żeby jej słuchać. A im więcej różnych wykonań dzieł, piosenek, utworów nieco mniej znanych przepuszczą Państwo przez meandry Waszych mózgow, tym łatwiej świat dookoła rozłoży przed Wami, jak pyszny paw, swoje różnokolorowe, eklektyczne, a czasem pstrokate pióra. Eklektyzm to siła!



MOJE HOBBY – WĘDKARSTWO...

WĘDKARSTWO PODŁODOWE

Okres zimowy to czas wędkowania polegający na połowie ryb spod lodu, praktykowany na zamarzniętych akwenach. Zasady połowu ryb w Polsce regulowane przez Polski Związek Wędkarski, są zawarte w odpowiednim regulaminie. Metoda ta powstała w krajach północnych z największą popularnością w Rosji, Litwie, Kanadzie i krajach skandynawskich. Często była to jedyna forma pozyskania pożywienia aby przetrwać zimę. Technika ta ewoluowała, a dzięki nowoczesnemu sprzętowi stała się bardziej dostępna i komfortowa dla jej miłośników.

Cechą szczególną jest krótkie, do 30 cm, wędzisko zwane potocznie „batałajką”. Wędka zakończona jest wskaźnikiem brań umieszczonym na jej czubku. Wskaźnik nazywany jest potocznie „kiwokiem”. Wykonany jest on ze szczeciny dzika, paseczka z kliszy rentegowskiej lub cienkiego paska plastiku. Z kiwokiem połączona jest żyłka o średnicy 0,05–0,1 mm, nawinięta na małym kołowrotku. Na końcu żyłki przymocowana jest przynęta zwana mormyszką.

Mormyszka swoją nazwę wzięła od niewielkiego wodnego bezkręgowca – kietża (z rosyjskiego kietż – mormysz), którego z założenia ma imitować. Jej wielkość nie może przekraczać 15 mm. Wykonana jest zwykle z ołowiu, cyny, wolframu, aczkolwiek są wykonane również ze złota lub srebra. W mormyszkę wlutowany jest haczyk niewielkich rozmiarów.

Cała sztuka wędkowania polega na nadaniu odpowiednich ruchów naszej mormyszce. Należy wprawić ją w drgania o dużej amplitudzie od 200 do 300 ruchów na minutę. Do tego służy właśnie kiwok. Po opuszczeniu mormyszki na dno zaczynamy wykonywać



drgania jednocześnie powoli podnosząc ją do góry. Kiwok w tym momencie powinien być lekko zgięty pod ciężarem mormyszki. Branie ryby objawia się jego drganiem, wyprostowaniem lub silnym jego ugięciem. Skuteczność mormyszki znacznie podnosi założona na jej haczyk niezawodna ochotka. Przy jej braku możemy zastąpić ją kolorowym koralikiem lub kawałkiem czerwonej nitki. Do wywiercenia otworu w lodzie służy specjalne wiertło, którego średnica nie może przekraczać 20 cm. Po wywierceniu otworu należy ponownie wkręcić go w lód na kilka cm w celu zabezpieczenia przed skaleczeniem (ostrza wiertła są bardzo ostre). Odległość pomiędzy wywierconymi otworami musi wynosić ponad 1 metr. Wg aktualnych przepisów bezpieczne wędkowanie zapewnia przynajmniej 15-centymetrowa grubość lodu.

Aby bezpiecznie uprawiać ten rodzaj wędkarstwa niezbędne jest odpowiednie wyposażenie. Najważniejsze jest odpowiednie ubranie. Zalecane są odpowiednie kombinezony, które nie tylko chronią przed mrozem i wiatrem, ale w przypadku wpadnięcia do wody utrzymują wędkarza na powierzchni do jednej godziny. Dodatkowym wyposaże-

niem musi być kilkumetrowa lina zakończona kolcami, dzięki czemu możemy samodzielnie wydostać się na powierzchnię lodu. Zalecany jest również czerpak do usuwania grudek lodu z otworu.

Inne metody wędkarstwa podlodowego to połów za pomocą błystki podlodowej i połowy na szałwik. Przy połowach na błystkę podlodową używamy wędek nieco dłuższych – do 60 cm. Za przynętę służą nam błystki podlodowe imitujące małe rybki. Metoda ta zwana potocznie „na szarpaka” służy do połowu ryb drapieżnych.

Metoda na szałwik jest „odchudzoną” wersją zestawu letniego. Można w niej stosować szerszy asortyment przynęt – larwy ochotki, białe i kolorowe robaki, sztuczne pasty czy serek topiony.

Mogę zdradzić mój skuteczny sposób na łowienie płotek przy użyciu tego ostatniego. Do tego celu używamy strzykawki 10–20 ml którą wypełniamy szczelnie owym serkiem. Po naciśnięciu tłoka wyciskamy niewielką ilość, którą w palcach formujemy

w małe kuleczki o średnicy 3-5 mm i nakładamy na haczyk. Przy wędkowaniu tą metodą istotne jest takie wyważenie szałwika, żeby wystawał nad powierzchnią wody tylko 1–2 mm.

Zawody podlodowe przeprowadzane są tylko metodą mormyszkową. Poza konkurencją od wielu lat są zawodnicy z Litwy, Kazachstanu i wcześniej z Rosji. Nasza reprezentacja lokuje się również w czołówce światowej. Najbliższe mistrzostwa świata odbędą się w lutym w USA.

Od kilku lat nie jestem już czynnym zawodnikiem tej konkurencji z powodu ograniczeń wynikających z mojego pesela. Mam w dorobku trzykrotnie zdobyte mistrzostwo okręgu i srebrny medal zdobyty na mistrzostwach kraju.

Przy sprzyjających warunkach pogodowych i bezpiecznym lodzie zachęcam serdecznie do tej metody wędkowania.

lek. Andrzej Roślan



LEKARZE EMERYCY W SZCZYTNIE

Na ostatniej w 2024 roku wycieczce (17 listopada), tym razem do Szczytna, biorąc pod uwagę krótki dzień, zimno oraz siąpiący deszcz, dobrze że dopisała nam pogoda ducha. Cel wycieczki może budzić pytanie – a co jest ciekawego w Szczytnie? Przecież to nieduże miasteczko w województwie warmińsko-mazurskim liczące około 22 tys. mieszkańców. A jednak jest co zwiedzać.

- **Zamek krzyżacki.** Jego początki sięgają 1350 r., kiedy to na polecenie komtura elbląskiego Ortolfaza z Trewiru założono drewniano-ziemną strażnicę obronną. Nosiła nazwę

Ortolfburg. W 1370 r. Litwini pod wodzą księcia Kiejstuta spalili drewnianą strażnicę. W latach 1370–1380 wybudowano murowany zamek, który pełnił funkcje obronne, był siedzibą starosty oraz rezydencji myśliwskiej. Urządzano tu łowy będące ulubioną rozrywką władców.

Od połowy XVII w. zamek zaczął podupadać, został opuszczony i systematycznie rozbiierano kolejne jego części – wieżę, mury obronne. Na początku XX w. znalazły w nim siedzibę Haimamuseum, a później Muzeum Mazurskie. W latach 60. XX w. rozebrano



Lek. Krystyna
Łaskarzewska-Resiak





przykrywający Muzeum dach, a mury w latach 1990–1992 zabezpieczono w postaci trwałej ruiny. W 1991 r. zamek wpisano do rejestru zabytków. W takim stanie pozostał do początku XXI w.

Od lat 70. XX w. resztki ruin były w coraz gorszym stanie. Podjęto więc w 2018 r. decyzję o rewitalizacji zamku, która przywrócić miała wygląd zamku z XIV w. Zakończono ją w 2021 r. i w takiej postaci zamek można oglądać obecnie.

Dzisiaj w jego pomieszczeniach odbywają się różnego rodzaju wydarzenia kulturalne: koncerty, warsztaty, wernisaże, czynna jest Sala Wystawiennicza znalezisk wykopanych podczas prac. Podczas imprez rycerze na życzenie zwiedzających wybijają monetę (1 szeląg szczycieński), zakują w dyby, posadzą na krześle do średniowiecznych tortur. Pomieszczenia do zwiedzania: wieża więzienna, pomieszczenie gospodarcze, kuchnia, refektarz, piwnica północna duża, piwnica wschodnia mała, gdanisko (wieża sanitarno-ustępowa), baszta.

Zamek budowano w kształcie kwadratu o wymiarach 38,5 × 38,0 m, wewnątrz znajdowała się studnia. Grubość murów obronnych 1,6–2,8 m. Położony jest między je-

ziorami Domowym Dużym i Domowym Małym, wokół usytuowano tereny spacerowe i rekreacyjne.

Warto pamiętać, że Henryk Sienkiewicz umieścił fragment swojej powieści „Krzyżacy” na zamku w Szczycie – gdzie przetrzymywana była Danusia Jurandówna.

2. Manufaktura Dzika Czekolada – prowadzona przez Arkadiusza Diczka, właściciela. Zwiedzającym prezentowane są ziarna kakaowca, proces mielenia, łączenie składników (miazga kakaowa, masło kakaowe, cukier, mleko w proszku), wylanie na płytkę, dodanie bakalii, chłodzenie, poddawanie różnym, ściśle określonym procedurom, sprawdzanie i gotowanie. Osobiście mogliśmy w tym uczestniczyć, a w nagrodę dostaliśmy własnoręcznie wykonane serduszka czekoladowe.

- **Szlakiem Mazurskich Pofajdoków.**

Spacerując ulicami Szczycina napotykamy liczne figurki tych sympatycznych postaci, będących uosobieniem humoru i mądrości ludowej. To one poprowadzą nas przez historię i zabytki miasta – oczywiście z piosenką na ustach.

*Miała baba pofajdoka, roz, dwa, trzy
 Wsadiuta go na prosioka, roz, dwa, trzy
 Prosiok loto jek szolóny, bo mo łogon zakrancóny
 Roz, dwa, trzy...*

Pofajdok to ludowa potoczna nazwa używana na Warmii i Mazurach, oznaczająca młodeńca o nieodpowiedzialnym kpiarskim i niedojrzałym podejściu do życia. Postać była uosobieniem ludowego humoru i prostej mądrości. Chodził własnymi drogami, mimo to był skory do pomocy i życzliwy ludziom.

Figurki Pofajdoków: 1. Rycerz (nad jeziorem Domowym Małym pędzący na świni); 2. Drwal (z siekierą w ręku, blisko Ratusza); 3. Amor (nad jeziorem Domowym Dużym, z tukiem w ręku); 4. Uciekinier (w pasiastej koszuli, gramolący się ze studzienki, pomiędzy więzieniem a sądem wybudowanym w 1867 r.); 5. Narciarz (przy deptaku, to największy Pofajdok w mieście: 1,5 m wysokości i 2 m szerokości; stawiało go aż czterech mężczyzn); 6. Jurand – postać z przestoniętym jednym okiem ustawiona w pobliżu ruin zamku i wieży ciśnięć. To sienkiewiczowski Jurand ze Spychowa, przybył tu, aby uwolnić Danuškę; 7. Urwisy (przy placu Juranda); 8. Rabuś (postać z workiem i opaską na twarzy, przy dawnej ul. Targowej); 9. Znachor (przy aptece, ul. Odrodzenia. Tu wystają tylko nogi, a reszta?); 10. Strażak (Pofajdok w hełmie z węzłem strażackim, wzdłuż ul. Odrodzenia); 11. Biznesmen (przy budynku Urzędu Skarbowego, Pofajdok z pustymi kieszeniami); 12. Obieżyświat (w pobliżu Miejskiego Domu Kultury – głaz wskazuje 21 południk. Pofajdok z kompasem w dłoni, zaczyna wędrówkę wzdłuż południka); 13. Ornitolog (znajduje się w centrum ekologicznym miasta, tzw. Mała Biel – ścieżki, ławeczki, trasy rowerowe. Na słupie siedzi Pofajdok z lornetką i wypatruje ptaków); 14. Policjant – Pofajdok warujący u bram Wyższej Szkoły Policji w Szczycinie, założonej w 1886 r., salutuje jak przystało na policjanta (w koszarach mieściła się przed wojną największa w Niemczech tresura sokołów).

• Osoby związane ze Szczycinem

Krzysztof Klenczon – jedna z najważniejszych postaci polskiego big-bitu. Autor takich hitów, jak *Kwiaty we włosach*, *Biały krzyż*, *Wróćmy nad jeziora*. Urodził się w Pułtusku 14 stycznia 1942 r., jednak to Szczycino stało się jego domem, tu zawsze wracał, i w piosenkach, i osobiście. W Szczycinie mieszkał z rodziną przy ul. 3 Maja 8. Tu ukończył szkołę podstawową i średnią, a potem wyruszył w wielki świat.

Po ukończeniu studiów wyjechał do Trójmiasta i został członkiem zespołu Niebie-

sko-Czarni. W 1963 r. wystąpili w „Olympii” w Paryżu, jednak pomimo sukcesów zespołu, w 1964 r. postanowił odejść, bo chciał tworzyć własną muzykę. Dołączył jako gitarzysta i wokalista do nowego, gdańskiego zespołu Pięciolinie, który w 1965 r. został przekształcony w Czerwone Gitary. Skąd nazwa? Fama głosi, że stroiciel gitary P. Tusk pomalował mu ją na czerwono. Z Sewerynem Krajewskim tworzyli duet kompozytorski w latach 1965–1970. W tym okresie powstały największe hity, które na stałe weszły do kanonu polskiej muzyki rozrywkowej (m.in. *Historia jednej znajomości* – laur dla żony).

Po rozstaniu z „Czerwonymi Gitarami” założył zespół „Trzy Korony”. Nagrywał nowe piosenki (*Nie przejdziemy do historii*, *Powiedz stary gdzieś Ty był*, balladę dedykowaną córce *Natalie – piękniejszy świat*). Chętnie żeglował po jeziorach mazurskich, co odzwierciedlają piosenki *10 w skali Beauforta* i *Port*. W 1973 r. wyjechał wraz z rodziną do Stanów Zjednoczonych, gdzie komponował, nagrywał i występował (głównie w małych klubach). W 1977 r. jako „Christopher” wydał album *The Show Never Ends*. W latach 1978–1979 koncertował w Polsce. Rozważał powrót do grania w Polsce. Niestety, los zdecydował inaczej – w 1981 r. wracając z koncertu charytatywnego, który zagrał w Chicago, uległ wypadkowi samochodowemu, zmarł w wyniku odniesionych ran. Urnę z jego prochami złożono na cmentarzu komunalnym w Szczycinie.

Grób legendy polskiego rocka odwiedzają setki fanów, zostawiają znicze, kwiaty i laurki. Każdego roku podczas Dni i Nocy Szczycina odbywa się koncert poświęcony jego pamięci. Na ścianie domu, gdzie mieszkał, znajduje się tablica pamiątkowa i nota na temat artysty. Poświęcone jego pamięci i warte obejrzenia są: dom rodzinny, pomnik przy Miejskim Domu Kultury, Park Krzysztofa Klenczona, sala pamięci na Wieży Ratuszowej, Fontanna Krzysztofa Klenczona, grób artysty, ulica Krzysztofa Klenczona.

Richard Anders – chyba wszyscy kojarzą to nazwisko ze Starymi Jabłonkami, gdzie znajduje się Hotel Anders, znany z organizacji wycieczek, wczasów, konferencji naukowych, imprez sportowych, wypoczynku i zjazdów. Warto jednak wiedzieć, że nazwa hotelu pochodzi od nazwiska Richarda Andersa, który przed II wojną światową był właścicielem budynku w Starych Jabłonkach, stanowiącym jego letnią rezydencję. Anders był przedsiębiorcą w branży handlu i obróbki drewna, właścicielem kilku tartaków w południowych Prusach Wschodnich, w tym także zakładów w Królewcu. Wspomagał towarzystwa charytatywne w Szczycinie i w okolicy, przyczyniając się do rozkwitu

miasta. W 1906 r. stworzył park, który ofiarował mieszkańcom Szczytna. Posadzono tam wiele drzew i krzewów, utworzono staw i niewielki amfiteatr, gdzie odbywały się niedzielne koncerty.

Po I wojnie światowej Szczytno było zniszczone. Należało odbudować miasto, ruszyła więc produkcja drzwi, okien, schodów, balustrad. Drewno pozyskiwano z okolicznych lasów. W 1930 r. synowie Andersa zbudowali nową halę produkcyjną. Richard zmarł 19 stycznia 1934 r. w wieku 78 lat. Zakłady, w których do 1945 r. pracowało 1800 osób, przejęli synowie Heinz i Georg.

W czasie II wojny światowej w zakładach pracowali jeńcy wojenni III Rzeszy. Po wojnie bracia przenieśli działalność do Niemiec, a potem do różnych części świata (nawet byłego ZSSR). W 1994 r. powstała ich pierwsza fabryka przerobu drewna w Polsce. W 2005 r. rodzina Andersów chciała w Szczytnie przywrócić do świetności park oraz pomnik fundatora, ale władze nie zgodziły się.

Anders był człowiekiem życzliwym i dbającym o swoich pracowników. Pamięć o nim zachowała się, bo park mimo zaniedbania istnieje do dziś i służy mieszkańcom miasta. Zachowała się dawna rezydencja nad jeziorem Szelałg Mały w Starych Jabłonkach, w której podwoje zaprasza dziś Hotel Anders.

W czasie zwiedzania Domu Kultury mieliśmy okazję trafić na imprezę organizowaną przez mieszkańców – Pierwsze Targi Seniora w Szczytnie, które wspierała większość organizacji rządowych i pozarządowych miasta. Stworzono wyjątkową przestrzeń pełną wiedzy, inspiracji i twórczości. W uroczystości wzięli udział burmistrz Szczytna Stefan Ochman. Były występy lokalnych grup seniorów, pokaz prac artystów i rękodzielników, stoiska tematyczne, bezpłatne porady, badania, konsultacje ekspertów i usługi firm. Pokazano różne prace – książki, obrazy, wycinanki, serwetki, grafikę, ceramikę, ozdoby świąteczne, maskotki, stroje i ozdoby, biżuterię. Kulminacją wieczoru stał się występ zwyciężczyni The Voice Senior 5. – Reginy Rostaniec Bavcevic. Impreza wspaniała, warta kontynuacji.

Po tym dniu pełnym emocji i wrażeń wóciliśmy w komplecie do Olsztyna z postanowieniem dalszego ciągu zwiedzania pozostałych atrakcji miasta, ale... już w przyszłym, 2025 roku.

OKDEGOWA SZCZYTNIA LEKARSKA

II OGÓLNOPOLSKI TURNIEJ TAŃCA TOWARZYSKIEGO DLA LEKARZY I LEKARZY DENTYSTÓW

26.04.2025

KLASY TANECZNE
HOBBY
PRO-AM

SĘDZIA HONOROWY:
STEFANO TERRAZZINO

MAŁA SICILIA
DI STEFANO TERRAZZINO

HOTEL KAHLBERG
★★★★S
basen i spa

TANIEC@MALASICILIA.COM

KRYNICA MORSKA

WSPOMNIENIE O TYCH, KTÓRZY ODESZLI...



Lek. Władysław Sawa

ur. 20.08.1938 r., zm. 03.12.2024 r.

Dr Władysław Sawa urodził się 20.08.1938 roku w miejscowości Uhrynów pow. Sokal (obecnie Ukraina). W wieku 9 lat w ramach akcji „Wisła” razem z rodzicami i rodzeństwem został przesiedlony do miejscowości Kiersztanowo koło Mrągorowa.

Dzieciństwo w okresie wojny, lata szkolne związane z okresem przesiedlenia w znaczny sposób wywarły wpływ na przyszłe wybory życiowe. Szkołę podstawową oraz średnią ukończył w Mrągorowie. Szczególnie okres szkoły podstawowej dla tak młodego człowieka musiał być bardzo trudny. Jak wspominał: *Po akcji „Wisła” chodziłem do szkoły w sąsiednich miejscowościach, bo w naszej wiosce nie było szkoły. Prawdę mówiąc, każdą klasę kończyłem w innej miejscowości. Trzecią klasę ukończyłem w Gizewie. Czwartą – w Kiersztanowie, bo tam była czteroklasowa szkoła. Piątą klasę ukończyłem w sąsiedniej wsi Lembruk, szóstą w Pilcu koło Świętej Lipki. Do siódmej klasy poszedłem w Mrągorowie, gdyż ojciec powiedział tak: „W tych wiejskich szkołach to ty, dziecko, dużo się nie nauczysz, idź do prawdziwej szkoły”.* Od szkoły średniej szczególnie interesował się chemią i biologią, co w znacznej mierze zdecydowało o wyborze przyszłych studiów na akademii medycznej. Zainteresowania jego jednak były znacznie szersze, czytał dużo książek i zastanawiał się także nad studiami prawniczymi. W swoich wspomnieniach tak mówił o tym wyborze: „Ale gdy tak sobie porozmawialiśmy w rodzinie, wówczas pomyśleliśmy, że prawnik może być... To dobra praca, ale nie zawsze jest na miejscu, a lekarz wszędzie potrzebny. Oprócz tego, tak pomyślałem, że jednak lepiej być lekarzem, rodzice mnie poparli i dlatego znalazłem się na medycynie”. Z racji zamieszkania wybrał studia na Akademii Medycznej w Białymstoku.

Po studiach rozpoczął pracę w Olsztynie. Kończąc staż wybrał pracę na Oddziale

Laryngologii Szpitala Wojewódzkiego kierowanym przez twórcę olsztyńskiej laryngologii doc. Bolesława Laszkę. Pod jego kierunkiem uzyskał specjalizację z laryngologii i przeszedł całą drogę kariery zawodowej od młodszy asystenta do zastępcy ordynatora. Szefą miał bardzo wymagającego, dzięki czemu opanował rzetelnie umiejętności specjalisty laryngologa.

Po przedwczesnej śmierci doc. B. Laszki w 1979 roku został ordynatorem oddziału Otolaryngologii w Szpitalu Wojewódzkim w Olsztynie. Kierował tym oddziałem do roku 2000. Od początku swojej drogi zawodowej praca jego była związana z dużą liczbą „ostrych dyżurów” w skromnej osobowej obsadzie dyżurowej. Podczas takiego dyżuru udzielano świadczeń nagłej pomocy laryngologicznej kilkudziesięciu pacjentom na dobę. Po mistrzowsku opanował umiejętności usuwania ciał obcych z przełyku, w której to dziedzinie był ekspertem. Za jego ordynatury rozszerzono zabiegi laryngologiczne o mikrochirurgię krtani, a od 1998 roku zaczęto rutynowo leczyć chirurgicznie raka krtani.

Był z natury człowiekiem skromnym, nie afiszował się ze swoją wiedzą i umiejętnościami. Przez długie lata był także konsultantem wojewódzkim ds. laryngologii oraz współuczestniczył w utworzeniu Oddziału Warmińsko-Mazurskiego Polskiego Towarzystwa Otolaryngologów, Chirurgów Głowy i Szyi. W Szpitalu Wojewódzkim przez wiele lat był zastępcą dyrektora ds. medycznych. Miał bardzo dobre relacje ze wszystkimi pracownikami szpitala niezależnie od zajęć, które wykonywali.

Po przejściu na emeryturę pracował jeszcze wiele lat w przychodni laryngologicznej. Był także aktywnym uczestnikiem zebrań szkoleniowo-naukowych naszego towarzystwa. Społecznie aktywnie udzielał się w środowisku mniejszości ukraińskiej mieszkającej na terenie Warmii i Mazur. Zmarł 3 grudnia 2024 i został pochowany na cmentarzu w Dywitach. W podziękowaniu za lata współpracy zawsze pozostanie w naszej pamięci.

dr n. med. Bogdan Kibiłda



Lek. Halina Arciuch-Mgeładze

ur. 07.11.1940 r., zm. 28.06.2024 r.

Z wielkim smutkiem środowisko neonatologów i pediatrów naszego regionu przyjęło wiadomość o śmierci Pani Doktor Haliny Arciuch-Mgeładze.

Pani Doktor całe swoje życie zawodowe związana była z Mrągowem.

Urodziła się 7 listopada 1940 roku w Łomży. Ukończyła szkołę podstawową oraz liceum w Łomży, a następnie podjęła studia na kierunku lekarskim Akademii Medycznej w Białymstoku.

Na studiach poznała swego przyszłego męża, również studenta medycyny. Po ukończeniu studiów Halina i Witold zrealizowali swoje marzenie o przeprowadzce na Mazury. Osiedli w Mrągowie, a doktor Halina podjęła pracę w tutejszym szpitalu: najpierw na oddziale dziecięcym jako asystentka, a następnie jako ordynator na oddziale noworodkowym. Neonatologia, którą się zajmowała całym sercem i oddaniem, była Jej wielką pasją.

Jako jedna z nielicznych, poza ośrodkiem wojewódzkim w Olsztynie, leczyła konflikty serologiczne za pomocą transfuzji wymiennych. Wskaźnik zgonów w oddziale, który prowadziła, zawsze wyróżniał się niskimi wartościami.

W czasie swojej wieloletniej pracy przyjęła na świat kilka pokoleń noworodków. Do matek zawsze podchodziła z ogromną empatią oraz właściwym Jej rozsądkiem i poczuciem humoru.

W pierwszych latach pracy ukończyła specjalizację z pediatrii, a następnie z neonatologii. Poza prowadzeniem oddziału, pracowała także w Poradni Dziecięcej i Wychowawczo-Zawodowej, dyżurowała w oddziale dziecięcym szpitala.

Przez wiele lat prowadziła obchody lekarskie, także w dni wolne – soboty, niedziele czy też dni świąteczne. Doskonale zapamiętali to z dzieciństwa Jej synowie – Maciej i Piotr,

wspominając weekendowe wyjazdy nad jezioro, które bardzo często poprzedzone były długim oczekiwaniem w samochodzie pod szpitalem, aż Mama skończy obchód.

Po przejściu na emeryturę Doktor Halina nie zrezygnowała z pracy w szpitalu, a nawet wtedy, gdy poważnie zachorowała, wkrótce po kolejnym cyklu terapii i powrocie ze szpitala do domu, następnego dnia stawiała się w pracy.

Była energiczna, zorganizowana i ceniła porządek.

Mimo ogromnego zaangażowania, które wносиła w pracę zawodową, Jej priorytetem zawsze była rodzina: mąż Witold oraz synowie: Maciej i Piotr, a z czasem także wnuki. Bardzo lubiła dobrą literaturę, śledziła bieżącą prasę, lubiła także krzyżówki. Jej słabością była dobra kawka i papieros.

Od wiosny do jesieni każdą wolną chwilę spędzała w ogrodzie, a jej kwiaty wzbudzały podziw przechodniów.

W czasie wielu lat zmagania się z chorobą nowotworową nigdy nie żaliła się na swój los, nie narzekała i nie lubiła, kiedy robili to inni.

W mrągowskim szpitalu pracowała nieprzerwanie przez 53 lata, ponad pół wieku służyła swoim pacjentom poradą, specjalistyczną wiedzą i opieką aż do roku 2019. W uznaniu ogromnych zasług dla zdrowia populacji dziecięcej swojego miasta w 2021 roku uhonorowana została najważniejszym mrągowskim odznaczeniem – Statuetką Mrongowiusza.

Współpracownicy, środowisko medyczne, ale także rodzina znali Ją z tego, że zawsze była szczerą, konkretną i zasadniczą, zwykle mówiła głośno to co myśli, ale Jej wypowiedzi niepozbawione były humoru – lubiła żartować i robiła to zwykle z pokerową twarzą.

Halina Mgeładze-Arciuch odeszła w swoim domu 28 czerwca 2024 r.

Przeżyła 84 lata.

Odszedł wspaniały lekarz, oddany pediatra, neonatolog.

Cześć Jej pamięci!

lek. E. Szwatkiewicz

PRO MEMORIA

- **Ryszard Kozdruń** – ur. 14.03.1953, zm. 12.11.2024, absolwent Wydziału Lekarskiego Akademii Medycznej w Białymstoku (dyplom uzyskany w 1984 roku), lekarz specjalista w dziedzinie anesteziologii i intensywnej terapii (I stopień). Ostatnie miejsca pracy: Szpital Powiatowy w Kętrzynie, Szpital Mrągowski im. Michała Kajki oraz Falck Medycyna SPZOZ Region Warmińsko-Mazurski w Węgorzewie.
- **Władysław Sawa** – ur. 20.08.1938, zm. 3.12.2024, absolwent Wydziału Lekarskiego Akademii Medycznej w Białymstoku (dyplom uzyskany w 1965 roku), lekarz specjalista w dziedzinie laryngologii (I i II stopień). Ostatnie miejsce pracy: NZOZ "HAS" Olsztyn.
- **Antoni Celmer** – ur. 16.01.1935, zm. 8.12.2024, absolwent Wydziału Lekarskiego Akademii Medycznej w Białymstoku (dyplom uzyskany w 1984 roku), lekarz specjalista w dziedzinie chorób wewnętrznych (I stopień) oraz organizacji ochrony zdrowia (II stopień). Ostatnie miejsce pracy: Szpital Kliniczny MSWiA z Warmińsko-Mazurskim Centrum Onkologii w Olsztynie.
- **Elżbieta Barczewska** – ur. 1.04.1949, zm. grudzień 2024, absolwentka Wydziału Lekarskiego Akademii Medycznej w Białymstoku (dyplom uzyskany w 1972 roku), lekarz specjalista w dziedzinie chorób wewnętrznych (I stopień) oraz medycyny pracy (II stopień). Ostatnie miejsce pracy: NZOZ „Medyk” Elżbieta Barczewska w Szczytnie.
- **Grażyna Kijak-Adamska** – ur. 4.12.1949, zm. 16.12.2024, absolwentka Wydziału Stomatologicznego Akademii Medycznej w Gdańsku (dyplom uzyskany w 1972 roku), lekarz dentysta. Ostatnie miejsce pracy: Wojewódzka Stomatologiczna Przychodnia Specjalistyczna w Olsztynie.
- **Elżbieta Kalinowska** – ur. 19.01.1957, zm. 3.01.2025, absolwentka Wydziału Lekarskiego Akademii Medycznej w Białymstoku (dyplom uzyskany w 1982 roku), lekarz specjalista w dziedzinie chorób wewnętrznych (I stopień) oraz medycyny pracy (II stopień). Ostatnie miejsce pracy: lekarz medycyny pracy w Wojewódzkim Zespole Lecznictwa Psychiatrycznego w Olsztynie.
- **Barbara Smelkowska-Brenstein** – ur. 12.08.1931, zm. 17.01.2025, absolwentka Wydziału Lekarskiego Akademii Medycznej w Krakowie (dyplom uzyskany w 1959 roku), lekarz specjalista w dziedzinie higieny szkolnej (I stopień), medycyny społecznej (I stopień) oraz pediatrii (I i II stopień).
- **Henryka Prażmo-Fiałkowska** – ur. 12.09.1949, zm. 5.02.2025, absolwentka Wydziału Lekarskiego Akademii Medycznej w Białymstoku (dyplom uzyskany w 1973 roku), lekarz specjalista w dziedzinie chorób wewnętrznych (I stopień) oraz chorób płuc (II stopień). Ostatnie miejsce pracy: Warmińsko-Mazurskie Centrum Chorób Płuc w Olsztynie.

ZJAZD KOLEŻEŃSKI rocznika AM w Białymstoku:

Wydział Lekarski 1969–1975
i Stomatologia 1969–1974



Z okazji 50-lecia Absolutorium
Wydziału Lekarskiego AMB rocznika 1969–1975
i Stomatologii 1969–1974,

zapraszamy
na jubileuszowy zjazd koleżeński
w dniach 27–29 czerwca 2025 r.
w Białymstoku.

28 czerwca 2025 r. planujemy
uroczystość odnowienia dyplomów.

Zgłoszenia proszę przestać na adres
e-mail: prof.jpopko@gmail.com

Kontakt: tel. 697 529 790.

Koleżanki proszę o podanie nazwisk,
które będą figurowały na dyplomach.

Noclegi i kolacja koleżeńska w hotelu Gołębiowski
w Białymstoku.

Formularze hotelowe zostaną wysłane
drogą mailową lub tradycyjną.

Starosta Janusz Popko, z pozdrowieniami

ANTONI CELMER

* 16.01.1935, + 8.12.2024

21 grudnia 2024 pożegnaliśmy doktora Celmera. Dla wielu z nas niezwykle człowieka, znakomitego organizatora, społecznika, wyjątkowo ciepłą osobę, wybitną postać olsztyńskiej medycyny. Jego aktywność na wielu płaszczyznach zawsze wzbudzała podziw współpracowników. Żegnany był przez kompanię honorową ze sztandarem policji, jako były pułkownik, co było dla niektórych zaskoczeniem.

Jego ścieżka życia jest szczególnie bogata.

Urodził się w 1935 roku w Kikole koło Lipna, na Ziemi Dobrzyńskiej. Po ukończeniu liceum ogólnokształcącego w Lipnie podjął studia medyczne na Wydziale Lekarskim Akademii Medycznej w Białymstoku, które ukończył w 1961 r.

Od 1962 roku nieprzerwanie zatrudniony w Szpitalu Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji – obecnie szpital kliniczny. Przez 10 lat pracował jako internista. Przechodząc wszystkie szczeble od asystenta do dyrektora zrobił specjalizację z interny, a następnie specjalizację II stopnia z organizacji i zarządzania służbą zdrowia.



W latach 1971–1979 był zastępcą dyrektora do spraw leczenia, a od 1980 r. pełnił funkcję dyrektora naczelnego. Dzięki jego ogromnemu zaangażowaniu w 2009 powstało Olsztyńskie Centrum Onkologii. Dyrektorem Polikliniki był do 2000 roku. Wykazał się wielkim zaangażowaniem załatwiając i rozwiązując trudności w czasie rozbudowy szpitala. W szpitalnych podziemiach mieści się centrum onkologii. Dzięki działającym bombom kobaltowym onkologiczni pacjenci nie musieli jeździć na naświetlania do odległych ośrodków w innych miastach Polski. To zasługa dr. Celmera, który jest pomysłodawcą centrum onkologii. „To był mój pomysł. Nikt mi tego nie odbierze” – mówił doktor z nieskrywaną w głosie dumą.

Niezwykłym doświadczeniem życiowym doktora była przygoda z dyplomacją. Kurier dyplomatyczny zawsze jedzie z osobą towarzyszącą. Takie są zasady. Taką rolę powierzono doktorowi na trasie Syria – Irak – Iran – Pakistan w 1979 r. W czasie podróży na górskiej drodze przed Kabulem dyplomatyczna wołga została staranowana przez duże auto. Śmiertelnie ranny został kurier. Pomimo odniesionych ran doktor zaczął ratować pozostałych pasażerów dyplomatycznej wołgi. Ministerstwo Spraw Zagranicznych w ramach wdzięczności wysyłało doktora z pocztą dyplomatyczną w różne zakątki świata.

W Warmińsko-Mazurskiej Izbie Lekarskiej w ostatnim okresie wszyscy zapamiętali go jako niezwykle rzutkiego wieloletniego przewodniczącego Komisji Emerytów działającej przy naszej Izbie Lekarskiej. Przewodniczącym Komisji był od 2001 roku, choć sam żartobliwie nazywał komisję „Klubem Radosnego Emeryta”. Sam będąc już w zacnym wieku, z niezwykłą energią i zaangażowaniem aktywizował koleżanki i kolegów emerytów i rencistów, kreując dla nich liczne spotkania, wydarzenia towarzyskie i kulturalne, zapewniając integrację, w tym liczne atrakcyjne wyjazdy turystyczne, wycieczki krajowe i zagraniczne.



Był też Delegatem na Okręgowy Zjazd Lekarzy w trzech kadencjach (VI, VII i VIII), a przez dwie czteroletnie kadencje (VI i VIII) również członkiem Okręgowej Rady Lekarskiej.

Dr Celmer udzielał się również charytatywnie: w latach 1991–1992 był drugim prezydentem Rotary Club. Wspierał seniorów, a także dzieci z Domu Dziecka. Za swoją działalność został uhonorowany Orderem Uśmiechu.

W 1974 roku ciężko chorym pacjentem doktora Celmera był dyrektor Domu Dziecka w Szymanowie, który zaprosił i namówił go do odwiedzenia Domu Dziecka. Doktor Celmer nawiązał kontakt z wychowawcami i dziećmi. Został niestrudzonym propagatorem pomocy dzieciom z Domów Dziecka. Najwięcej czasu poświęcił podopiecznym Domu Dziecka w Szymanowie. Co roku wychowankom organizował Gwiazdkę i Dzień Dziecka. Zaczął dzieci leczyć i wspomagał je finansowo. Sprawił, że personel Szpitala MSW otoczył opieką medyczną Dom Dziecka w Szymanowie, organizował dla nich badania pediatryczne i stomatologiczne.



Pełnił też wiele innych funkcji: m.in. był Rzecznikiem Praw Pacjenta Warmińsko-Mazurskiego Centrum Onkologii, prezesem Fundacji „Onkologia Warmii i Mazur”, działał też w zarządzie klubu sportowego „Gwardia” Olsztyn.

Za swoją bezinteresowną pomoc, szacunek okazywany spotkanym na swej drodze potrzebującym, otrzymał liczne podziękowania, dyplomy, wyróżnienia.

Samorząd lekarski nadał doktorowi odznaczenie Zasłużony Lekarz Warmii i Mazur. Użył tytuł Ikony Olsztyńskiej Medycyny.

Najważniejszym dla niego wyróżnieniem był, wspomniany już, przyznany przez dzieci 22 czerwca 1995 roku Order Uśmiechu.

Z głębokim żalem rozstajemy się z naszym kolegą lekarzem – rozpoczyna swój wieczny dyżur. Składamy wyrazy współczucia najbliższej rodzinie

Anna Lella
Prezes WMIL

ANTONI CELMER

WSPOMNIENIE O SZEFIE KLUBU LEKARZY EMERYTÓW

Z żalem przyjęliśmy wiadomość o śmierci, która 8 grudnia 2024 r. nam go zabrała. A tak niewiele brakowało do okrągłej rocznicy 90 lat, urodził się bowiem 16 stycznia 1935 r. we wsi Kikół w okolicach Torunia.

Antoni Celmmer dyplom lekarza uzyskał w 1961 r. w białostockiej Akademii Medycznej. Od 1962 r. całe swoje zawodowe życie związał ze szpitalem MSWiA w Olsztynie. Pracował jako lekarz internista, a następnie specjalista organizacji ochrony zdrowia. Był zastępcą dyrektora do spraw lecznictwa (1971–1979), a od 1980 do 2000 r. dyrektorem naczelnym Polikliniki. W 2009 r. zorganizował Olsztyńskie Centrum Onkologii. Pełnił funkcję Rzecznika Praw Pacjenta Warmińsko-Mazurskiego Centrum Onkologii i prezesa Fundacji „Onkologia Warmii i Mazur”.

Ciekawym epizodem jego pracy zawodowej była praca w Szpitalu Więziennym w Barczewie, gdzie zetknął się z odbywającym karę zbrodniarzem wojennym Erichem Kochem i brał udział w przesłuchaniach na temat Bursztynowej Komnaty.

Doktor Celmmer aktywnie działał w Rotary Club. Opiekował się Domem Dziecka w Szymanowie. Był też członkiem Zarządu Klubu Sportowego „Gwardia” Olsztyn.

Bliżej poznałam Antoniego, kiedy pełnił funkcję przewodniczącego Komisji Emerytów działającej przy Warmińsko-Mazurskiej Izbie Lekarskiej, do której, jako emerytka, zostałam przyjęta w 2004 r., a od 2006 r. stałam się jego zastępczynią.

Jako wieloletni przewodniczący Klubu Emeryta (od 2001) był delegatem na Okręgowy Zjazd Lekarzy VI, VII, VIII kadencji, a także członkiem Okręgowej Rady Lekarskiej VI i VIII kadencji. A dla mnie – po prostu serdecznym kolegą i świetnym organizatorem naszych działań

Często zastanawiałam się, jak jeden człowiek może ogarnąć tyle funkcji, i to wywiązując się z nich znakomicie. Ktokolwiek go znał wiedział, że to człowiek-orkiestra, tytan pracy, zawsze pełen empatii i wsparcia, przyjazny ludziom.

Dzięki swojej charyzmie potrafił zjednywać sobie ludzi nie tylko ze środowiska medycz-

nego, ale także mieszkańców Olsztyna – niewielu było takich, którzy nie znali go choćby z widzenia. Idąc ulicą kłaniał się każdemu niezależnie od pozycji społecznej. To dzięki niemu otwierały się wszystkie drzwi spraw trudnych i można było załatwić wszystko, co wydawało się niemożliwe.

Jako prezes Klubu Emeryta, dzięki swoim różnym znajomościom, był w stanie zorganizować nam każde spotkanie z ciekawymi osobami ze świata nauki, kultury oraz przedstawicielami prawa i jednostek administracyjnych. Na przestrzeni lat liczne były wyjścia do teatru, kina, filharmonii, występy lokalnych artystów, a także spotkania biesiadne nad jeziorem. Były też wyjazdy do Warszawy, Gdyni, Białegostoku, Krakowa na znane spektakle. Zwiedziliśmy Centrum Nauki Kopernik w Warszawie. Wspólnie z nim organizowaliśmy wycieczki zarówno te bliskie regionalne, jak i dalsze wyjazdy, do krajów nie tylko europejskich. We współpracy z biurem Podróży „Warmia” w Olsztynie emeryci WMIL zwiedzili: Czechy, Słowację, Niemcy (kilka razy), Litwę, Łotwę, Estonię, Węgry, Belgię, Holandię, Luxemburg, Białoruś, Ukrainę, Chorwację, Norwegię, Izrael, Gruzję, Krym, Sycylię, a nawet Chiny. Odbył się też rejs po Morzu Śródziemnym.

Całe to działanie miało na celu integrację środowiska lekarzy-emerytów, aby nie czuli się wykluczeni poza nawias. Myślę, że to się udało. Wszyscy chętnie przychodzili na towarzyskie, comiesięczne emeryckie spotkania.

Współpracując z Antonim przez lata, nigdy nie zauważyłam, aby popadał w ostre konflikty z innymi osobami. Był człowiekiem z klasą – nikomu nie ubliżał, nie robił awantur, starał się wszystko załatwić ugodowo, wesprzeć pomocą.

Cieszył się opinią człowieka rozsądnego, był autorytetem dla wszystkich, do niego należało ostatnie słowo, które zawsze uzasadniał merytorycznie.

Przez 45 lat opiekował się Domem Dziecka w Szymanowie, w którym mieszkały dzieci rodziców pomordowanych na Syberii w czasie II wojny światowej. Był to Dom Dziecka, ale taki prawdziwy, usytuowany w pięknym pałacyku z ogrodem. Dzieci zaopiekowane,

wspaniała obsługa, dobre warunki socjalne. Mieliśmy okazję bywać tam z Doktorem, który się nimi opiekował, dbał o stronę medyczną, sponsorował oraz zawoził prezenty. Dzieci mówiły do niego „wujek Tolek” – to o czymś świadczy. Pośród wielu odznaczeń, które uzyskał, najważniejszym dla niego był Order Uśmiechu Dziecka. Wiele z tych dzieci już jako dorośli ludzie, utrzymywało z nim kontakty długo po opuszczeniu ośrodka.

Dr Antoni Celmer pełnił funkcję prezesa Klubu Emeryta do końca roku 2020. W grudniu złożył rezygnację na ręce Anny Lelli, prezes Warmińsko-Mazurskiej Izby Lekarskiej. Na posiedzeniu Zarządu została wyznaczona do pełnienia tej funkcji. Decyzja była podyk-

towana stanem zdrowia doktora. W czerwcu 2021 r. uroczyście pożegnaliśmy doktora na naszym pierwszym emeryckim zebraniu po przerwie covidowej. Było nam smutno, ale wiedzieliśmy, że nadal będzie uczestniczył w naszym życiu, choć tylko już jako członek i doradca.

Ostatnie wspólne z nim zebranie odbyło się w czerwcu 2024 r. Po letniej przerwie mieliśmy już tylko kontakt telefoniczny, ale też do czasu – potem niestety nastąpiła cisza...

lek. Krystyna Łaskarzewska-Resiak



Dr Celmer w towarzystwie Bożeny Pątkowskiej i Krystyny Łaskarzewskiej



Na wycieczce emerytów Litwa–Łotwa–Estonia

TUŻ OBOK DROGI



lek. Jarosław Parfianowicz

KUCHNIA – SERCE DOMU

Kuchnia od wieków uznawana była za serce domu. Pełni jak dawniej nie tylko funkcję miejsca przygotowywania posiłków, ale również jest przestrzenią rodzinnych spotkań i rozmów. Aby sprostać tym potrzebom, użytkownicy i projektanci wnętrz szukają rozwiązań, które łączą w sobie ergonomię, funkcjonalność i estetykę o różnej stylizacji (od nowoczesności po retro), tworząc idealne warunki do wspólnego gotowania, uczenia się i zabawy.

Słyszając i czytając o kuchniach i urządzeniach, po które sięgały kobiety przed laty, nie sposób oprzeć się refleksji, jak proste jest nasze dzisiejsze przygotowywanie posiłków.

Niektórzy z nas pamiętają niepowtarzalny klimat ciepłych i smakowitych zapachów bijących od kaflowych kuchni. Młodszym pozostają prezentacje w skansenach. Do dawnych wzorców nawiązują swym wystrojem niektóre pensjonaty i restauracje.

Jarosław Parfianowicz



Kadzidłowo – Osada Kulturowa



Ciechanowiec – Skansen Mazowiecko-Podlaski



Zwierzyniec – leśniczówka



Jełmuń – leśniczówka



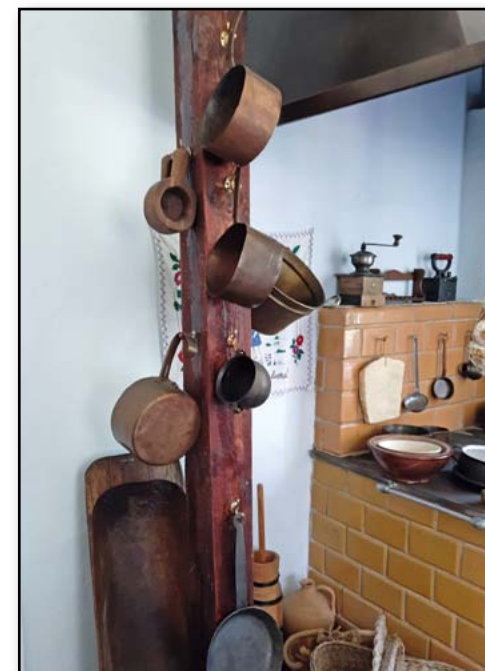
Kuchnia na okręcie podwodnym U-Boot



Stylowa kuchnia w restauracji „Zielony Piec” w Olsztynku



Kadziłowo – Osada Kulturowa



Gołoczyszna – Muzeum Pozytywizmu



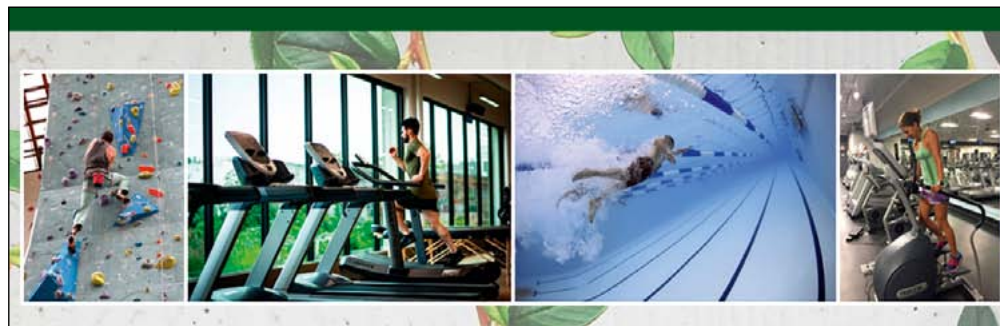
Piec w restauracji „Piękny Most” w Szqbruku



Gołoczyna – Muzeum Pozytywizmu



Plajny – Ogród Dobrych Myśli



Pakiety sportowe

Warmińsko-Mazurskiej Izby Lekarskiej w Olsztynie

DLA KOGO?

Dla Członków WMIL (50% dopłaty) + Rodzina/Os. bliskie (preferencyjne ceny)

ZA ILE?

27 zł/miesiąc - (2 wejścia/tydzień) - dla lekarza/lekarza dentysty

46 zł/miesiąc - OPEN (bez limitu) - dla lekarza/lekarza dentysty

119 zł/miesiąc - OPEN (raz dziennie) - dla rodziny/os. bliskiej

JAK SIĘ ZAPISAĆ?

medicoversport.pl/pakiety/wmilolsztyn (hasło do zapisów dostępne w Biurze WMIL i w wiadomości email)

Zapisy do 20. dnia każdego miesiąca na kolejny miesiąc

CO WIĘCEJ?

Co miesiąc można zmienić pakiet/ ewentualnie zrezygnować z pakietu

Pakiety ważne w całej Polsce

Aplikacja w telefonie do rejestracji wejścia



KALENDARIUM WYDARZEŃ WMIL '2025

W planach Warmińsko-Mazurskiej Izby Lekarskiej na rok 2025 znajduje się wiele interesujących propozycji – do udziału zachęcamy naszych członków.

- **20–21 marca 2025** – Kurs EPALS (Zaawansowanych Zabiegów Resuscytacyjnych u dzieci); miejsce: Dom Lekarza, prowadzenie: Centrum Edukacji Ratownictwa Medycznego Szpital Bartoszyce
- **22 marca 2025** – Okręgowy Zjazd Lekarzy; miejsce: Dom Lekarza
- **4–6 kwietnia 2025** – IV Ogólnopolska Konferencja „Scalpellum” – poszerzenie wiedzy i wymiana doświadczeń naukowych w dziedzinie chirurgii dziecięcej i pediatrii; miejsce: Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie; patronat honorowy WMIL
- **19–20 maja** – Kurs ALS (Zaawansowanych Zabiegów Resuscytacyjnych u Dorosłych); miejsce: Dom Lekarza, prowadzenie: Centrum Edukacji Ratownictwa Medycznego Szpital Bartoszyce
- **13–15 czerwca 2025** – VII Ogólnopolski Festiwal Lekarskich Zespołów Rockowo-Bluesowych „Esculap Rock”; miejsce: Olsztyn, Kuźnia Społeczna; organizator: Warmińsko-Mazurska Izba Lekarska w Olsztynie
- **3–6 lipca 2025** – XIX „Złot PSK” – coroczny rajd motocyklowy z cyklu „Poznaj swój kraj”; miejsce: Wilkasy k. Giżycka; organizatorzy: Kol. Maciej Żukowski i Kol.

Tomasz Widawski (WMIL) w imieniu Ogólnopolskiego Motocyklowego Klubu Lekarzy „Doctor Riders”

- **Lipiec** – Lekarski Piknik Samorządowy – szczegóły na stronie internetowej WMIL
- **Lipiec** – Turniej Frenszkowskiego – szczegóły na stronie internetowej WMIL
- **5–7 września 2025** – XXXIV Żeglarskie Mistrzostwa Polski Lekarzy; organizator: Warmińsko-Mazurska Izba Lekarska w Olsztynie, miejsce: Ryn
- **11–12 września 2025** – Kurs EPALS (Zaawansowanych Zabiegów Resuscytacyjnych u Dzieci); miejsce: Dom Lekarza; prowadzenie: Centrum Edukacji Ratownictwa Medycznego Szpital Bartoszyce
- **10–14 września 2025** – 22. Igrzyska Lekarskie; miejsce: Centralny Ośrodek Sportów w Cetniewie
- **3–4 listopada 2025** – Kurs ALS (Zaawansowanych Zabiegów Resuscytacyjnych u Dorosłych); miejsce: Dom Lekarza; prowadzenie: Centrum Edukacji Ratownictwa Medycznego Szpital Bartoszyce
- Szkolenia dedykowane dla lekarzy stomatologów „Stany nagłe w gabinecie stomatologicznym”; miejsce: Dom Lekarza; prowadzenie: Centrum Edukacji Ratownictwa Medycznego Szpital Bartoszyce – szczegóły na stronie internetowej WMIL

Warto być na bieżąco z wszystkimi wydarzeniami i aktualnościami!!!



materiał marketingowy

INTER Medyk

Ubezpieczenie życia i zdrowia dla medyków i ich rodzin

Ubezpieczenie, które zapewni Ci spokój i stabilność finansową podczas procesu leczenia. Dzięki niemu utrzymasz przychód na tym samym poziomie i zabezpieczysz tych, których kochasz, nawet jeśli choroba czy wypadek uniemożliwią Ci wykonywanie pracy.

- 1 Zabezpieczenie na wypadek śmierci**
Wypłacimy Twoim bliskim do **5 000 000 zł**.
- 2 Zdrowie i leczenie**
Wypłata nawet do **1 000 000 zł**, jeżeli zostanie u Ciebie zdiagnozowana jedna z 48 chorób (m.in. nowotwór, zawał serca, udar mózgu).
- 3 Wsparcie finansowe w razie niezdolności do pracy**
Wypłacimy do **2 100 zł/dzień** (do 63 000 zł za 30 dni niezdolności do pracy).
- 4 Elastyczna oferta**
Ty decydujesz, jaki zakres i składka ubezpieczeniowa odpowiada Twoim potrzebom.

Kwota wypłaty zależy od wysokości sumy ubezpieczenia, a w przypadku niezdolności do pracy – od wysokości świadczenia dziennego oraz wysokości uzyskiwanych przychodów.

TU INTER Polska S.A. • Oddział w Olsztynie 📍 ul. Żołnierska 16c, 10-561 Olsztyn ☎ +48 89 535 21 60 www.interpolska.pl

Ten materiał reklamowy nie jest ofertą w rozumieniu art. 66 kodeksu cywilnego. Szczegółowe informacje o warunkach ubezpieczenia, w tym o zakresie ochrony ubezpieczeniowej, ograniczeniach i wyłączeniach odpowiedzialności TU INTER-ŻYCIE Polska S.A. uprawniających do odmowy wypłaty odszkodowania i innych świadczeń lub ich obniżenia, znajdziesz w INTER Medyk Life Ogólnych Warunkach Indywidualnego Ubezpieczenia na Życie przyjętych Uchwałą nr 33/2024 Zarządu TU INTER-ŻYCIE Polska S.A. z dnia 03.09.2024 r. oraz w Ogólnych Warunkach Dodatkowych Ubezpieczeń Indywidualnych przyjętych Uchwałą nr 33/2024 Zarządu TU INTER-ŻYCIE Polska S.A. z dnia 03.09.2024 r., dostępnych w placówkach TU INTER-ŻYCIE Polska S.A., u naszych agentów oraz na stronie internetowej www.interpolska.pl

PRZYRODA W OBIEKTYWIE

LESZCZYNA



Coraz dłuższe i bardziej słoneczne dni pobudzają przyrodę do życia. W lesie zapachniało wiosną, a właściwie przedwiosniem. Jedną z pierwszych roślin, które budzą się do życia jest leszczyna. Krzew ten zakwita już przy pierwszych cieplejszych promieniach słońca, a kotki na gałązkach pojawiają się już w grudniu. Ze względu na swoje właściwości, leszczyna już w starożytności uważana była za krzew niecodziennych mocy. Wykorzystywano ją w lecznictwie oraz wszelkich obrzędach. W razie głodu męskie kwiatostany wykorzystywano również jako źródło pożywienia.

W ziołolecznictwie wykorzystywano pączki, liście, korę, a zwłaszcza kotki leszczyny. Znajdujące się w częściach krzewu flawonoidy, fitohormony, fitosterole, fitochinony, kwasy (chlorogenowy, benzoesowy, betuliny, alantoinowy, katechinowy, salicylowy) oraz trójterpeny powodują, że produkty z leszczyny mają działanie przeciwzapalne, antyseptyczne, odtruwające, przeciwwiędkowe, moczopędne i lekko ściągające.

Od wieków używano ich w zaburzeniach hormonalnych i przemiany materii, zatruciach, nieżytach przewodu pokarmowego, przewlekłych chorobach skórnych na tle autoagresji i zaburzeń metabolicznych, trudno gojących się ranach, zapaleniach układu moczowego, zapaleniach układu oddechowego i gruczołu mlekowego.

Preparaty z leszczyny przygotowuje się jako nalewki, octy, balsamy czy napary. Do produkcji tych specyfików najłatwiej używać męskich kwiatostanów leszczyny. Właśnie nadchodzi najlepszy czas na ich zbiór.

- redaktornaczelnny.olsztyn@hipokrates.org
- olsztyn@hipokrates.org

**Zachęcamy wszystkich do fotografowania!
Zapraszamy do publikowania swoich zdjęć
na łamach naszego „Biuletynu”!**

Źródło: www.lasy.gov.pl

BIURO WARMIŃSKO-MAZURSKIEJ IZBY LEKARSKIEJ

Adres:

Warmińsko-Mazurska Izba Lekarska

ul. Żołnierska 16c, 10-561 Olsztyn

Regon: 001416837

NIP: 739-11-91-739

Forma prawna: samorząd zawodowy lekarzy i lekarzy dentyistów

e-mail: olsztyn@hipokrates.org.pl

Adres poczty elektronicznej jest chroniony przed robotami spamującymi.
W przeglądarce musi być włączona obsługa JavaScript, żeby go zobaczyć.

Godziny otwarcia Biura Warmińsko-Mazurskiej Izby Lekarskiej:

poniedziałki, wtorki i czwartki w godz. od 8.00 do 16.00

środy w godz. od 8.00 do 17.00

piątki w godz. od 8.00 do 15.00

Sekretariat:

tel. 89 539 19 29 w. 1

fax. 89 539 19 29 w. 7

Rejestracja i wydawanie praw wykonywania zawodu:

tel. 89 539 19 29 w. 2, 690 388 141

Doskonalenie zawodowe lekarzy, Komisja Bioetyczna:

tel. 89 539 19 29 w. 1

Biuro Okręgowego Rzecznika Odpowiedzialności Zawodowej:

tel. 89 539 19 29 w. 4

Biuro Okręgowego Sądu Lekarskiego:

tel. 89 539 19 29 w. 5

Dział prawny:

tel. 89 539 19 29 w. 6

Kancelaria Radcy Prawnego r. pr. Katarzyna Godlewska

Poniedziałek godz. 12.00–16.00

Środa godz. 12.00–16.00

Piątek godz. 12.00–15.00

Kancelaria Radcy Prawnego r. pr. Tomasz Kozak

Wtorek godz. 14.00–16.00

Czwartek godz. 12.00–16.00

Ubezpieczenia:

690 104 481, 690 388 141

Księgowość Izby:

tel. 89 539 19 29 w. 3

RACHUNKI BANKOWE:

1. Składki członkowskie – wpłaty na indywidualne konta bankowe

2. Wpłaty pozostałe w tym rejestracja praktyk prywatnych:

BRE BANK SA: 61 1140 1111 0000 3048 4600 1001

3. Kasa Pożyczkowa:

BRE BANK SA: 12 1140 1111 0000 3048 4600 1010

BIULETYN LEKARSKI**ORGAN WARMIŃSKO-MAZURSKIEJ IZBY LEKARSKIEJ W OLSZTYNIE**

ZESPÓŁ REDAKCYJNY: Jarosław PARFIANOWICZ (redaktor naczelny),
Józef KORBUT, Zbigniew GUGNOWSKI, Anna OSOWSKA, Anna STĘPOWSKA,
Katarzyna ŻÓŁKIEWICZ-KABAĆ, Elżbieta SKÓRA,
Karolina LUBAK

ADRES REDAKCJI: DOM LEKARZA, 10-561 Olsztyn, Żołnierska 16c
tel./fax 89 523 60 61

e-mail: olsztyn@hipokrates.org

Edytor: Pracownia Wydawnicza „ElSet”, Olsztyn, ul. Lipowa 15

tel. 89 534 99 25, e-mail: wydawnictwo@elset.pl

Anna Kruszewska (redakcja), Andrzej Mierzyński (proj. graficzny, DTP)

Nakład: 3500 egz., ISSN 1233-4731

UWAGA: Redakcja zaprasza do nadsyłania materiałów i ilustracji
do „Biuletynu Lekarskiego”, zastrzegając sobie prawo do skrótów
i zmian w tekście.

REKLAMA w „Biuletynie Lekarskim”

Informacje, cennik i formularze zamówienia dostępne są pod adresem:

<http://www.wmil.olsztyn.pl/index.php/biuletyn-lekarski/152>**„Biuletyn Lekarski e-active”**

Zapraszamy do korzystania z elektronicznej formuły wydania

„Biuletynu Lekarskiego”. Pobrania e-wydania ze strony:

www.wmil.olsztyn.pl/index.php/biuletyn-lekarski**Reklama w „Biuletynie Lekarskim”**

Informacje, cennik i formularze zamówienia dostępne są pod
adresem:

www.wmil.olsztyn.pl/index.php/biuletyn-lekarski/152**DOSKONALENIA ZAWODOWE**

w „Domu Lekarza”:

INFORMACJAwww.wmil.olsztyn.pl/index.php/doskonalenie-zawodowe