



# ECHO

Świdwina



## W numerze:

- Z historii ziemi świdwińskiej
- Świdwińskie dożynki
- Święto Wojska Polskiego
- Ukraiński festiwal
- Pożegnalny lot Su-22
- Bujakowska o szkole marzeń
- Pożegnanie płk. Wojtowicza
- Blechacz koncertuje w Świdwinie

GAZETA PROMOCYJNA WYDAWNICTWA ADAM MARSZAŁEK

2025, nr 326

ISSN 1428-2186

NAKŁAD 5000 EGZ.

## POŻEGNALNY LOT SAMOLOTÓW SU-22



fot. mł. chor. Daniel Chojak

W ramach pożegnania samolotów Su-22 po 41 latach służby w Siłach Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej dokonano przelotu grupy trzech samolotów nad garnizonami Powidz, Piła, Świdwin i Mirosławiec, które związane były z eksploatacją samolotu Su-22 w minionych latach. Historycznego przelotu dokonali: kpt. pil. **Robert Jankowski**, gen. bryg. pil. **Maciej Trelka**, płk pil. **Roman Stefaniak**, ppłk pil. **Daniel Stacharski**, ppłk pil. **Mariusz Czuchryta** i płk pil. **Jarosław Więcek**.

1 SLT

## DOŻYŃKI W ŚWIDWINIE I GMINNE W NIEMIERZYNIE



fot. UM Świdwin



fot. UG Świdwin



fot. UG Świdwin

# ŚWIĘTO NARODOWE WIETNAMU

Z okazji 80. rocznicy uzyskania niepodległości przez Socjalistyczną Republikę Wietnamu ambasador tego państwa w Polsce JE **Ha Hoang Hai** wraz z małżonką Panią **Ha Mai Xuan** wydali w Sali Ratuszowej Pałacu Kultury i Nauki uroczyste przyjęcie, w którym wzięło udział kilkuset przedstawicieli świata polityki, kultury, nauki i biznesu. Pan Ambasador w swym przemówieniu podkreślił wieloletnie związki oraz przyjaźń łączącej oba państwa i narody. W imieniu rządu polskiego podobne stanowisko zaprezentował wiceminister spraw zagranicznych prof. **Władysław Bartoszewski**. Wśród gości byli m.in.: ambasador dr **Tomasz Łukaszuk**, wicedyrektor Departamentu Azji i Pacyfiku MSZ **Sebastian Domżański**, ambasador Azerbejdżanu JE **Nargiz Gurbanova**, ambasador **Rafał Poborski**, redaktor **Piotr Gadzinowski**, prezes dr **Adam Marszałek**, senatorowie **Władysław Komarnicki** i **Grzegorz Napieralski** oraz attaché obrony Chińskiej Republiki Ludowej starszy pułkownik **Yinsheng Zhang**.

W.K.



fot. Władysław Komarnicki



## MIASTO WSPIERA POLICJĘ

W Urzędzie Miasta odbyło się spotkanie burmistrza **Piotra Felińskiego** z komendantem Policji **Łukaszem Chruściel**. Dzięki wsparciu miasta, w tym roku policjanci otrzymają kolejny samochód służbowy oraz narzutę, które będą wykorzystywane w codziennej służbie. To narzędzie umożliwi skuteczniejsze reagowanie na potencjalne zagrożenia i zwiększy poziom bezpieczeństwa w naszym regionie.

K.G.



## POWIATOWE ŚWIĘTO PŁONÓW – DOŻYNKI 2025 W ŚWIDWINIE



W Świdwinie odbyły się Powiatowe Dożynki 2025 – uroczystość będąca wyrazem wdzięczności za trud rolników oraz celebracją lokalnej tradycji i wspólnoty. Wydarzenie rozpoczęło się mszą świętą w intencji rolników, której przewodniczył ks. proboszcz **Ryszard Kizielewicz**. Po nabożeństwie barwny korowód przeszedł na Podzamcze, gdzie odbył się ceremoniał dożynkowy i symboliczne przekazanie chleba. Starostami Dożynek byli **Agata i Jacek Szparkowscy**, którzy z dumą reprezentowali społeczność rolniczą powiatu świdwińskiego. W wydarzeniu uczestniczyli przedstawiciele władz państwowych, samorządowych oraz duchowieństwa, m.in. **Stanisław Wziątek** – podsekretarz stanu w MON, **Renata Rak** – posłanka na Sejm RP oraz **Czesław Hoc** – poseł na Sejm RP. Podczas uroczystości zaprezentowano tradycyjne wieńce dożynkowe przygotowane przez gminy: Brzeźno, Połczyn-Zdrój, Rąbino, Sławoborze i Świdwin. Część artystyczna była pełna muzyki, tańca i talentu – wystąpili m.in. Dąbrowiaczy z Rusinowa, zespoły dziecięce, młodzieżowe i wokalne, a dzień zakończył się koncertem zespołu Big Sexi. Organizacja wydarzenia była możliwa dzięki zaangażowaniu Starostwa Powiatowego, Urzędu Miasta, Świdwińskiego Ośrodka Kultury „Zamek”, lokalnych instytucji, sponsorów i wolontariuszy. Szczególne podziękowania skierowano do Pomorskiego Banku Spółdzielczego w Świdwinie, Uzdrowiska Połczyn-Zdrój, Nadleśnictwa Świdwin oraz lokalnych przedsiębiorców. Dożynki 2025 w Świdwinie potwierdziły siłę lokalnej wspólnoty oraz znaczenie współpracy w budowaniu wspólnego dobra.

UM Świdwin



## UROCZYSTE OBCHODY ŚWIĘTA WOJSKA POLSKIEGO



14 sierpnia 2025 roku w 21. Bazie Lotnictwa Taktycznego odbyły się uroczystości upamiętniające Święto Wojska Polskiego oraz 105. rocznicę Bitwy Warszawskiej – jednego z najważniejszych zwycięstw w historii oręża polskiego.

Obchody Święta Wojska Polskiego oraz 105. rocznicy Bitwy Warszawskiej poprzedzone zostały mszą świętą w intencji Ojczyzny oraz żołnierzy Wojska Polskiego. Następnie uczestnicy przemaszerowali na plac apelowy 21. Bazy Lotnictwa Taktycznego.

Uroczystości rozpoczęły się od wciągnięcia flagi państwowej na maszt i odśpiewaniu hymnu państwowego. Następnie odczytany został list Ministra Obrony Narodowej skierowany do uczestników uroczystej zbiórki, po którym nastąpiło uroczyste wręczenie wyróżnień i aktów mianowania na kolejne stopnie wojskowe. Po przemówieniu dowódcy Bazy odczytany został także Apel Pamięci podkreślający pamięć o bohaterach oraz rolę żołnierzy Wojska Polskiego w obronie niepodległości Rzeczypospolitej.

W obchodach uczestniczyli żołnierze oraz pracownicy RON 21. Bazy Lotnictwa Taktycznego.

21. BLT



## POŻEGNALNY LOT SAMOLOTÓW SU-22



fol. Wiesław Włoczorek

W dniu 10 września 2025 r., w ramach pożegnania samolotów Su-22 po 41 latach służby w Siłach Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej, dokonano przelotu grupy trzech samolotów nad garnizonami Powidz, Piła, Świdwin i Mirosławiec, które związane były z eksploatacją samolotu Su-22 w minionych latach. Jest to symboliczny sposób podziękowania wszystkim tym, którzy pilotowali, obsługiwali oraz zabezpieczali operacje lotnicze w jednostkach użytkujących samolot Su-22 oraz niezliczonej ilości fanów lotnictwa.

UM Świdwin



fol. Kamil Piotrowski

Uczniowie SP 3 im. Lotników Polskich obserwowali ostatni przelot samolotów SU-22. To ważny moment w historii polskiego lotnictwa, a dla naszej szkoły niezapomniane przeżycie.

SP3 Świdwin



fol. Piotr Dubowik

Historycznego przelotu dokonali: gen. bryg. pil. **Maciej Trelka**, płk pil. **Roman Stefaniak**, płk pil. **Jarosław Więcek**, ppłk pil. **Mariusz Czuchryta**, ppłk pil. **Daniel Stacharski** i kpt. pil. **Łukasz Gonciarz**.

1 SLT

## 86. ROCZNICA WYBUCHY II WOJNY ŚWIATOWEJ

W 86. rocznicę wybuchu II wojny światowej odbyły się uroczystości na Placu Konstytucji 3 Maja pod Pomnikiem Poległym i Pomordowanym Żołnierzom i Ofiarom Faszyzmu i Stalinizmu. Uroczyste przemówienie wygłosił burmistrz Świdwina **Piotr Feliński**. Kompanię honorową wystawiła 21. Baza Lotnictwa Taktycznego. Początki sztandarowe oraz delegacje władz samorządowych, Rady Miasta Świdwin, Rady Gminy Świdwin, placówek oświatowych, instytucji publicznych oraz stowarzyszeń złożyły hołd poległym i pomordowanym.

M.D.



## HISTORIA ŚWIDWINA ZATRZYMANA W KADRZE



fot. Wiesław Wiczepek

# ZASŁUŻONY TRENER I WYCHOWAWCA



Fot. Na kolonii gdzieś w górach, rok 1950 lub 1951. Od lewej: Lech Cyrek, Zbigniew Mikorski, Jerzy Czajkowski i Tadeusz Jaworski. Niżej siedzi NN. Lech Czyrek w styczniu 1958 roku po ukończeniu Szkoły Rybołówstwa Morskiego w Darłowie, z trzema innymi kolegami uciekł kutrem na Borholm i tam poprosił o azyl. Później pływał na statkach USA, dwa lata służył w Armii Amerykańskiej. Mieszka dziś w Santa Klara w Kalifornii. Niezastąpionemu Panu Antoniemu Cieślińskiemu dziękuję za sprostowanie i uzupełnienie.

W piątek 29 sierpnia na starej świdwińskiej nekropoli niewielkie grono rodziny, przyjaciół oraz znajomych, pożegnało znanego starszemu pokoleniu świdwinian, legendarnego pedagoga, wufestę i trenera piłki ręcznej Tadeusza Jaworskiego.

Drużyny, które prowadził zdobywały laury wojewódzkie i ogólnopolskie. Tadeusz był również jednym z pierwszych, którego uhonorowano tytułem Zasłużony dla miasta Świdwina. O tym, że był zasłużonym nauczycielem

i trenerem wspominał jedynie w homilii ks. Tomasz Wołoszynowski podczas pogrzebowej liturgii.

Nie jestem fanem sportu, nie znam się, nie kibicuję. Jedyna aktywność fizyczna, to czasami rower i często długie łązęgostwo po okolicznych lasach i polach. Jednak sukcesy trenerskie i sportowe, jakie osiągnęli już nieżyjący dwaj Tadeusze – Małecki i Jaworski napawają mnie świdwiniana dumą. Miałem to szczęście, że obu znałem i często rozmawialiśmy nie tylko o sporcie.

Tadeusza bliżej poznałem, gdy był już na emeryturze. Obaj pochodziliśmy z Zatorza. Z moim starszym, tragicznie zmarłym bratem Jurkiem byli kolegami szkolnymi (fot.). Często wypytywałem go o „stary Świdwin”. Opowiadał, że jego tato był – o ile pamiętam, pracownikiem służb komunalnych i zawsze bez względu na pogodę przed pracą biegał na Bukowiec i się kąpał o każdej porze roku. Był pierwszym świdwińskim morszem. Kilkakrotnie prosiłem go o rozmowę, wywiad, zawsze odmawiał, mówił „może później”...

Ostatnimi laty, gdy zamieszkał w dzielnicy nad Regą podczas

spotkań głównym tematem obok wędkarstwa były psy, które nam towarzyszyły – mały kundelek Psina Tadeusza i mój owczarek Shila. Kiedyś zobaczyłem go bez Psiny i zapytałem co się stało, nie odpowiedział, ale widziałem łzy w oczach. Więcej nie pytałem. Oba pieski są już w psim niebie.

Moja żona Irena wspomina, że był jej wychowawcą w siódmej klasie. Pamięta biwak, który zorganizował nad Donatowem, nocne wyprawy wokół jeziora, ryby smażone na ognisku. Największą rewelacją było, gdy przywiózł z miasta mielone mięso, które dziewczyny smażyły w prowizorycznej kuchni. Przy dzisiejszych obostrzeniach aż trudno uwierzyć.

Z czasem zrezygnował z samochodu, wyjazdów na wędkowanie. Spotykałem go, gdy szedł na zakupy, z każdym dniem coraz bardziej pochylony. Zawsze dopytywał o zdrowie swojej uczennicy Ireny. Słabł, później ta smutna wiadomość.

Tadeusz Jaworski był z miastem związany niemal od początku i w jego historii pozostanie na zawsze.

Zbigniew Czajkowski

## ROZMOWY O WSPÓŁPRACY

W siedzibie Wydawnictwa Adam Marszałek odbyło się spotkanie prezesa dr. Adama Marszałka z delegacją Akademii Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi. Uczelnię reprezentowali dr **Wiesław Przybyła**, prorektor ds. rozwoju i kształcenia zdalnego oraz **Damazy Stasiak**, prezes zarządu AHE. Na temat współpracy wydawniczej, koncentrującej się przede wszystkim na czasopiśmie naukowych, z gośćmi rozmawiała redaktor **Wiktoria Olejnik**. Spotkanie przebiegło w przyjaznej atmosferze i otworzyło perspektywy dalszych wspólnych działań w zakresie publikacji i promocji dorobku akademickiego.

K.G.



## KAPSUŁA CZASU NA WIEŻY KOREAŃSKIE ŚWIĘTO



Burmistrz Świdwina **Piotr Feliński** spotkał się z księdzem proboszczem **Ryszardem Kizielewiczem**, podczas którego rozmawiał o wyjątkowej inicjatywie – zamontowaniu kapsuły czasu na nowej wieży kościelnej. Burmistrz razem z księdzem Kizielewiczem chcą, aby jednym z elementów umieszczonych w kapsule była wspólna fotografia mieszkańców Świdwina – pamiątka dla przyszłych pokoleń, która przetrwa dziesiątki, a może nawet setki lat.

UM Świdwin

## ZŁOTY MEDAL MATEUSZA Z 21. BLT

W dniu 23 sierpnia 2025 r. w miejscowości Hel odbył się jubileuszowy X Puchar Bałtyku w Kulturystyce i Fitness organizowany przez Polski Związek Kulturystyki, Fitness i Trójboju siłowego. Ogromny sukces odniósł żołnierz z 21. Bazy Lotnictwa Taktycznego **Mateusz Marczewski**, który w kategorii Men Physique – męska sylwetka do 178 cm wzrostu zdobył I miejsce i otrzymał złoty medal. Gratulujemy świetnej formy.

21. BLT



Z okazji Święta Narodowego Koreańskiej Republiki Ludowo-Demokratycznej chargé d'affaires tego państwa w Polsce **Ri Czun Su** wydał uroczysty bankiet. Uczestniczyło w nim kilkudziesięciu przedstawicieli świata polityki, kultury i biznesu. Towarzystwo Azji i Pacyfiku reprezentował wiceprzewodniczący Zarządu Głównego TAIIP dr **Marceli Burdelski**.

K.K.

## NOWA KSIĄŻKA PROF. LASOCIKA



W trakcie pobytu w Wydawnictwie wybitny uczony prof. **Zbigniew Lasocik** z Wydziału Nauk Politycznych i Studiów Międzynarodowych Uniwersytetu Warszawskiego omówił z redaktorami: **Szymonem Gumieniem** i **Ryszardem Kuraszem** szczegóły dotyczące edycji jego najnowszej książki poświęconej niewolnictwu i prostytucji na przełomie XIX/XX wieku na świecie.

K.G.

# GRATULACJE DLA NAUCZYCIELEK MIANOWANYCH



Aleksandra Gulbas,  
SP1

Burmistrz Świdwina **Piotr Feliński** wręczył akty nadania stopnia awansu zawodowego nauczyciela mianowanego. To wyjątkowy moment w karierze zawodowej pedagogów, który jest zwieńczeniem ich ciężkiej pracy, zaangażowania i pasji do kształcenia młodych pokoleń.

Akty otrzymały: **Aleksandra Gulbas** i **Edyta Remba** z SP nr 1, **Dorota Meissner** z Przedszkola nr 1, **Joanna Dreslerska** i **Lucyna Pest-Koń** z SP nr 4, **Monika Sosnowska** i **Natalia Jarząb** z Przedszkola nr 2, **Katarzyna Wiżeń**, **Klaudia Kantyka** i **Iwona Raulin-Urbaniak** z SP2.



Iwona Raulin-Urbaniak,  
SP2

UM Świdwin

## FESTIWAL KULTURY UKRAIŃSKIEJ



Występ Akademycznego Zespołu Pieśni i Tańca „Czerkaski Narodnyj Chor” z Ukrainy w Zamku w Świdwinie był prawdziwym świętem muzyki. Ponad 40 wykonawców zachwyciło publiczność, która prawie po każdym utworze domagała się bisów, świadcząc w ten sposób o wysokim poziomie artystycznym i zaangażowaniu artystów. Nieczęsto zdarzają się 10-minutowe owacje na stojąco. To wydarzenie na pewno zostanie zapamiętane przez wszystkich uczestników jako wyjątkowe przeżycie kulturalne na zakończenie lata.

Wydarzenie zorganizowane było przez fundację Prosvita oraz Świdwiński Ośrodek Kultury przy wsparciu Ministerstwa Spraw Wewnętrznych oraz Urzędu Marszałkowskiego Województwa Zachodniopomorskiego pod patronatem burmistrza Świdwina **Piotra Felińskiego**.

ŚOK



## PROPOZYCJE TWÓRCÓW RADIOWYCH



O swych nowych książkach opowiadali prezes **Halinie Marszałek** goszczący w Wydawnictwie Adam Marszałek dr **Tomasz Lerski** oraz **Wojciech Kukuła**. Obaj autorzy byli w przeszłości związani z Teatrem Polskiego Radia. Z okazji jubileuszu tej instytucji dr Lerski przygotował publikację zatytułowaną *100 lat Teatru Polskiego Radia (1925–2025)*. Natomiast Wojciech Kukuła zaproponował wydanie swej kolejnej książki podróżniczej, tym razem poświęconej Igrzyskom Olimpijskim w Paryżu. W spotkaniu uczestniczyła również **Natalia Kozik**.

K.G.

## PIKNIK SĄSIEDZKI ZARZĄDU OSIEDLA NR 4



UM Świdwin

## ROZMOWY O KSIĄŻKACH

## KĄCIK LITERACKI



Prezes **Halina Marszałek** była gospodynią spotkania poświęconego aktualnej sytuacji na polskim rynku wydawniczym. Uczestniczący w nim profesorowie: **Maciej Szczurowski**, **Zbigniew Girzyński**, **Andrzej Lubiński** oraz serbski menadżer **Aleksandar Mitrović** podkreślali, że mimo trudności występujących na rynku książki Wydawnictwo Adam Marszałek utrzymuje swą wysoką pozycję, o czym świadczy fakt wydawania oprócz książek także prawie 30 czasopism naukowych i popularnonaukowych.

M.K.

SZKOŁA ODWAŻNYCH MARZEŃ  
MAGDALENY BUJAKOWSKIEJ

Nakładem Wydawnictwa Adam Marszałek wkrótce ukaże się książka *Szkoła Odważnych Marzeń* autorstwa **Magdaleny Bujakowskiej**, dyrektor Publicznej Szkoły Podstawowej nr 2 im. ppor. Emilii Gierczak. Autorka jest laureatką licznych nagród i wyróżnień w dziedzinie edukacji, a także inicjatorką wielu projektów poświęconych nowoczesnym metodom nauczania. Publikacja jest owocem ponad trzydziestoletniej pracy autorki w edukacji oraz doświadczeń związanych z prowadzeniem szkoły w trudnym okresie powrotu uczniów po nauce zdalnej.



Książka składa się z trzech części: literackiej opowieści alegorycznej, praktycznego przewodnika dla rodziców, nauczycieli i dyrektorów oraz opisu rzeczywistych zmian przeprowadzonych w szkole Pani Dyrektor – wraz z towarzyszącymi im wyzwaniem oraz sukcesami. *Szkoła Odważnych Marzeń* to inspirująca propozycja dla wszystkich, którzy szukają alternatywnych metod nauczania i pragną budować kulturę szkoły opartej na radości uczenia się, współpracy i twórczym podejściu do edukacji.

W.O.

Opowieści  
z krainy  
pudru i farb

## Rui Zhou

Pan Rui Zhou uwielbia operę pekińską, studiuje i pisze o poruszanych w niej historiach. Co jednak zwróciło moją uwagę, to fakt, że pomimo bycia pisarzem, nawet obrazuje jej fabułę. Jego obrazy są klasą samą w sobie – nie ośmielię się stwierdzić, jak są piękne czy realistyczne, ale doskonale oddają ducha, nastrój opery. Z tego powodu warto je pokazać światu, a po umieszczeniu w książkach z pewnością mogą podjąć się ważnego zadania wyjaśnienia opery pekińskiej.

Dodatkowo zamieszczone ilustracje są po prostu wspaniałe, a dzieła artystyczne pisarza dopełniają tekst i, mówiąc operowym żargonem, tworzą „pełne danie” – całość, którego elementy wzajemnie się uzupełniają.

Zhilu Zhang



Rui Zhou,  
*Opowieści z krainy pudru i farb*,  
Wydawnictwo Adam Marszałek,  
Toruń 2025, ss. 168

## Nie tylko z szuflady <sup>cz. 1</sup>

Mam w swoich zbiorach w szufladach i na pendrajwach wiele informacji, dokumentów i przedmiotów, które są pamiątką po byłych gospodarzach tych ziem, okresie wojny i powojnia oraz stanu wojennego, no i czasów współczesnych. Dwóch ostatnich byłem i jestem świadomym już uczestnikiem. Wspominam te fragmenty życia przeważnie z rozrzewnieniem. Byłem młody, polityką specjalnie się nie interesowałem, choć ona mną – w kilku przypadkach – tak. Świdwin to nie Gdańsk ani Warszawa, gdzie stan wojenny bywał brutalny, u nas jedynie groteskowy. Historia powojenna zapisana jest nie tylko w podręcznikach, ale i w listach, zdjęciach, wspomnieniach i dokumentach przechowywanych w domowych archiwach. Przedstawiane dokumenty, zdjęcia i różne artefakty pochodzą z wielu źródeł i są ważnym ogniwem w łańcuchu pamięci o czasach minionych. Postaram się niektóre, ciekawsze, te osobiste, rodzinne, związane z miastem i nie tylko, w krótkich opisach przedstawiać w cyklu „Nie tylko z Szuflady”. Dzisiaj część pierwsza.



Stan wojenny, obostrzenia, patrole milicji i wojska po 22.00. Zdarzało się wracać później, wówczas była loteria jak bezpiecznie wrócić do domu i uniknąć patrolu. Bywało różnie, zabawnie i mniej zabawnie. Byłem wówczas komendantem rejonowym Straży Pożarnej. Miałem obowiązek kierowania większymi akcjami gaśniczymi na terenie rejonu (dzisiejszego powiatu). Przepustki w zasadzie nie potrzebowałem, bo jeździłem oznakowanym radiowozem. Ale pomyślałem, przyda się by nie przemykać po 22 od bramy do bramy, by uniknąć patrolu po spóźnionym powrocie od przyjaciół. Poprosiłem ówczesnego zastępcę komendanta milicji chorążego O., aby taki dokument mi wystawił, uzasadniłem nocnymi kontrolami w jednostce i po-

zarami. On udawał, że w to wierzy, i tak stałem się szczęśliwym posiadaczem ważnego w tamtych czasach kwitu.



Listy w czasie stanu wojennego (1981–1983) przychodziły często z pieczętką „Nie cenzurowano” lub „ocenzurowano”. Taka była moda. Robiono to wybiórczo. Nie cenzurowano tych z zagranicy, przynajmniej oficjalnie. Cenzura listów zagranicznych trwała i wcześniej. Na fotce jako ilustracja list od znajomej z zachodnich Niemiec.



Karta pocztowa, która dotarła do adresata po 33 latach. Wysłana z Jordanii 10 marca 1965 roku, dotarła do nieżyjącego już adresata 8 września 1998 roku. Wysłał ją mój brat Michał, który wówczas studiował na Francuskiej Biblijnej i Archeologicznej Szkole w Jerozolimie do naszego szwagra, też Zbigniewa. Dwa jordańskie znaczki ktoś zerwał. Widać po śladach dziurkacza, że pocztówka przeleżała wpięta gdzieś w segregatorze jakiegoś ważnego urzędu. Co było tego powodem? Mamy swoją teorię, ale czy prawdziwą. Dodam tylko, że szwagier był celnikiem.

Zbigniew Czajkowski



## ROZMOWY O NIERUCHOMOŚCIACH



O sytuacji na toruńskim rynku nieruchomości w kultowej toruńskiej restauracji „Chleb i Wino” rozmawiali właściciele dynamicznie rozwijającej się w tym sektorze firmy Kluczowe nieruchomości: **Katarzyna Jarzembowska** i **Jakub Mścichecki** oraz goszczące w Toruniu: **Małgorzata Konieczko** z Opola i **Irena Mścichecka** z Kielc. Gospodarzem spotkania był dr **Adam Marszałek**.

K.G.

## FABIAN UCZCIŁ MIRONA



**Fabian Smętek** ukończył Memoriał Mirona – wymagający marsz upamiętniający st. chor. sztab. Mirosława Łuckiego „Mirona”, żołnierza Jednostki Wojskowej Komandosów, który zginął 24 sierpnia 2013 roku w Afganistanie. Fabian podjął wyzwanie i pokonał 240,813 km w ciągu 72 godzin, przechodząc przez trzy etapy: Chodzież – Dziwnów. Uczestnicy byli wyposażeni w odzież odblaskową, latarki i sprzęt biwakowy.

P.F.

## KONCERT RAFAŁA BLECHACZA

Dużym wydarzeniem artystycznym był koncert w Świdwinie **Rafała Blechacza** – jednego z najwybitniejszych pianistów swojego pokolenia, zdobywcę prestiżowych nagród, w tym I nagrody na Międzynarodowym Konkursie Pianistycznym im. Fryderyka Chopina w 2005 roku. Jego niezwykła technika i emocjonalna interpretacja utworów klasycznych przyciągają uwagę melomanów na całym świecie.



Koncert Rafała Blechacza, zorganizowany był przez Narodowy Instytut Muzyki i Tańca w ramach programu „Z klasyką przez Polskę”.

Sala była wypełniona po brzegi, a Maestro zachwycił publiczność swoją wrażliwością i nieprawdopodobną techniką. Owacje na stojąco, jakie zgotowali świdwinianie najlepiej oddają jego wyjątkowe wykonanie.

ŚOK Zamek



# ODSZEDŁ PŁK DYPL. PIL. JANUSZ WOJTOWICZ



W dniu 27 lipca 2025 roku zmarł płk dypl. pil. **Janusz Wojtowicz**, zasłużony oficer Lotnictwa Polskiego, były dowódca 8. plmsz z Mirosławca, były dowódca 4. PDLM z Malborka, były dyżurny operacyjny – zastępca szefa sztabu WLOP, były szef Oddziału Lotniczego w Zarządzie Operacyjno-Strategicznym SG WP i były zastępca szefa Zarządu Operacyjno-Strategicznego Sztabu Generalnego WP.

Ten znakomity pilot i dowódca urodził się 5 grudnia 1942 r. w Chełmie w województwie lubelskim. Po ukończeniu Liceum Ogólnokształcącego w Warszawie wstąpił do Oficerskiej Szkoły Lotniczej im. Żwirki i Wigury w Radomiu. Po promocji, 22 marca 1964 r., na pierwszy stopień oficerski został skierowany do bojowego 4. plm „Kraków” (od 1967 r. 2. plm „Kraków”) w Goleniowie. W wyniku

intensywnego szkolenia lotniczego, 24 października 1990 r. objął stanowisko dyżurnego operacyjnego-wojskowego, a w 1967 r. – I klasę. Dzięki doskonałym результатам szkoleniowym, w 1966 r. został włączony w skład zespołu wykonującego lądowania na nowo budowanych drogowych odcinkach lotniskowych. Po odbyciu przeszkolenia w Centrum Doskonalenia Lotniczego w Modlinie został wyznaczony na stanowisko dowódcy klucza lotniczego. W 1971 r. w wyniku zmian strukturalno-organizacyjnych został przeniesiony do 40. plmsz w Świdwinie, na stanowisko dowódcy klucza lotniczego, następnie objął obowiązki nawigatora eskadry lotniczej. W latach 1973–1977 studiował w Akademii Lotniczej w Monino. Po jej ukończeniu objął obowiązki dowódcy eskadry lotniczej w 40. plmsz w Świdwinie, a w styczniu 1978 r. został zastępcą dowódcy pułku w Mirosławcu. W 1979 r. objął obowiązki dowódcy 8. plmsz w Mirosławcu, a w lutym 1982 r. został wyznaczony na stanowisko zastępcy dowódcy 3. BDLShR ds. liniowych w Świdwinie. W czerwcu 1982 r. rozpoczął studia w Akademii Sztabu Generalnego Sił Zbrojnych ZSRR im. Woroszyłowa. Ukończył je w 1984 r. i został wyznaczony na stanowisko zastępcy dowódcy 2. BDLMB ds. liniowych w Pile. W kwietniu 1986 r. objął obowiązki dowódcy 4. PDLM w Malborku. Po powikłanym złamaniu nogi i okresie rehabilitacji – w 1987 r. został przeniesiony do sztabu DWL w Poznaniu.

W sierpniu 1991 r. został wyznaczony na stanowisko szefa Oddziału Wojsk Lotniczych i Obrony Powietrznej w Zarządzie Operacyjno-Strategicznym SG WP. W lipcu 1996 r. objął funkcję zastępcy szefa tego Zarządu. Osiągnąwszy ustawową granicę wieku, 5 grudnia 2000 r. został zwolniony z zawodowej służby wojskowej. Był pilotem wojskowym pierwszej klasy legitymującym się nalotem ogólnym 2287 godzin na różnych typach samolotów. Podczas służby w lotnictwie wykonując w trudnych warunkach atmosferycznych lot według systemu, przeżył niebezpieczne zdarzenie. Po starcie na wysokości 1840 metrów w zakręcie nad DRL zgąsł silnik samolotu, szkolony pilot odmówił katapultowania. Dzięki opornowaniu i dużym umiejętnością bezpiecznie wylądował na lotnisku startu w Mirosławcu. Interesował się: myślistwem, wędkarstwem i turystyką. Mieszkał w Warszawie. Pozostawił córkę Arletę i syna Mariusza. Był odznaczony m.in.: Krzyżem Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski (1985 r.), Złotym Krzyżem Zasługi (1978 r.), Złotym, Srebrnym i Brązowym Medalem „Za Zasługi dla Obronności Kraju”, Złotym, Srebrnym i Brązowym Medalem „Siły Zbrojne w Służbie Ojczyzny” oraz odznaczeniami resortowymi.

płk dr inż. Henryk Czyżyk

## CZYTAJĄ „ECHO ŚWIDWINA”



prof. Ibrahim Guliyev,  
Bakijski Uniwersytet Słowiański,  
Azerbejdżan



Róża Malecka,  
kurator sądowy,  
Toruń



Bogdan Jaroszewicz,  
wicemarszałek  
woj. zachodniopomorskiego



prof. zw. dr hab. Bogusław Buszewski,  
prezes Kujawsko-Pomorskiego Centrum  
Naukowo-Technologicznego, Toruń

## BÓL DOLNYCH PLECÓW U OSÓB PRACUJĄCYCH SIEDZĄCO – SPOJRZENIE FIZJOTERAPEUTY

### Jak skutecznie radzić sobie z bólem pleców przy pracy siedzącej?

Skuteczna terapia bólu pleców nie polega wyłącznie na doraźnym łagodzeniu objawów. Kluczem jest kompleksowe podejście, które obejmuje zarówno ciało, jak i umysł.

Jak wygląda skuteczna terapia? Przede wszystkim obejmuje:

**Edukację** – nauka ergonomii pracy, zmiany pozycji co 30–60 minut, wprowadzenie aktywnych przerw;

**Terapię manualną** – techniki rozluźniające, masaż tkanek głębokich, praca z układem powięziowym;

**Ćwiczenia ruchowe** – wzmacnianie mięśni głębokich, stabilizacja miednicy, rozciąganie przykurczonych grup mięśniowych;

**Trening oddechowy i relaksacyjny** – świadomy oddech przeponowy, elementy terapii somatycznej (np. joga, metoda Feldenkraisa, mindfulness);

**Wsparcie psychofizyczne** – w razie potrzeby współpraca z psychologiem lub terapeutą.

Najważniejsze jednak to zapobiegać i stosować działania profilaktyczne, takie jak codzienna dawka ruchu (30–60 minut dziennie), ergonomiczne ustawienie stanowiska pracy (monitor na wysokości oczu, dobrze dobrane krzesło, oparcie z podparciem lędźwi), techniki redukcji stresu (oddech, medytacja, kontakt z naturą), regularne przerwy w pracy (krótkie spacerki, rozciąganie, zmiana pozycji).

Jako dobry początek zmian proponuje, trzy proste i skuteczne ćwiczenia, które można wykonać w pracy – bez specjalnego sprzętu i bez konieczności przebiegania się. Ich celem jest rozciągnięcie, dotlenienie i odciążenie dolnych pleców, zwłaszcza po dłuższym czasie siedzenia.

### Skłon siedząc na krześle – „luźne plecy”

**Cel:** delikatne rozciągnięcie mięśni prostowników grzbietu, poprawa krążenia w dolnym odcinku kręgosłupa.

#### Jak wykonać:

1. Usiądź na brzegu krzesła z rozstawionymi stopami.
2. Powoli pochyl tułów w dół, pozwól, by ramiona swobodnie opadły między nogami.
3. Rozluźnij kark i barki – głowa może swobodnie zwisać.
4. Wykonuj 5–6 spokojnych, głębokich oddechów.
5. Podnoś się powoli, kręć po kręgu.

Powtórz 2–3 razy co 1–2 godziny pracy.

### Zgięcie boczne tułowia na stojąco – „przeciąganie na boki”

**Cel:** rozciągnięcie mięśni bocznych tułowia, odciążenie odcinka lędźwiowego.

#### Jak wykonać:

1. Wstań, stań prosto, stopy na szerokość bioder.
2. Unieś jedną rękę do góry i wyciągnij ją nad głowę na bok, wykonując łuk w przeciwną stronę.
3. Poczuj rozciąganie po boku tułowia i dolnej części pleców.
4. Wytrzymaj 15–20 sekund, oddychając spokojnie.
5. Zmień stronę.

Powtórz po 2 razy na każdą stronę.

### Miednica w ruchu – „koci grzbiet na krześle”

**Cel:** mobilizacja odcinka lędźwiowego i miednicy, aktywacja krążenia w obrębie kręgosłupa.

#### Jak wykonać:

1. Usiądź prosto na krześle, stopy płasko na podłodze.
2. Wypchnij dolną część pleców do tyłu (zaokrąglaj plecy) – jak przy „kocim grzbiecie”.
3. Następnie wypchnij miednicę do przodu (pogłęb lędźwiowe wygięcie).
4. Ruch powinien być płynny – wykonuj 8–10 powolnych powtórzeń.

Idealne ćwiczenie do wykonania co godzinę jako „mikroprzerwa”.

Ćwiczenia warto wykonywać regularnie – nie tylko wtedy, gdy już boli. Nawet 2 minuty ruchu co godzinę potrafią znacznie zmniejszyć napięcie i poprawić komfort pracy. Podsumowując, ból dolnych pleców u osób pracujących siedząco to złożony problem, na który wpływa nie tylko fizyczna postawa ciała, ale również stan emocjonalny i psychiczny. Fizjoterapia, która uwzględnia zarówno aspekty biomechaniczne, jak i psychosomatyczne, daje największą szansę na trwałą poprawę. Świadome podejście do ruchu, stresu i codziennych nawyków to najlepsza inwestycja w zdrowy kręgosłup.



## Z historii miasta i ziemi świdwińskiej

### Antoni Cieśliński Z powojennych lat Świdwina



Drugie pokolenie polskiego Świdwina.  
Z autorem wspomnień  
Antonim Cieślińskim.

Pana Antoniego Cieślińskiego spotkałem, siedzącego na kamiennych schodach przed rodzinnym domem na 3 Marca, po południu w Boże Ciało. Chwilę trwało zanim się rozpozналиśmy, choć kontakty utrzymujemy od lat, ale przez Internet. Był i jest dla mnie skarbnicą wiedzy o wydarzeniach z powojennych lat naszego miasta i od niego pochodzą świdwinalia, które zamieszczam w wielu tekstach o Świdwinie.

Od lat mieszka w Gryficach, pedagog i regionalista. Autor książek o mieście i ważnych postaciach w jego historii. Przybył z rodzicami z Krotoszyna nieopodal Lwowa wraz z liczną grupą mieszkańców tej miejscowości, którzy po różnych perturbacjach osiedli w Świdwinie i okolicach.



Nestor rodu Franciszek Cieśliński.

Rodzice Franciszek i Maria z dziewięciorgiem potomstwa znaleźli swoją nową przystań przy ówczesnej Dworcowej, dzisiaj 3 Marca nr 33. Ojciec rocznik 1901, żołnierz ówczesnego rotmistrza Romana Abrahama, bronił po raz pierwszy Lwowa w 1920 roku. Później, jako żołnierz 40. Pułku Piechoty, w 1939 roku przeżył gorycz porażki i oddania miasta Sowiecom we wrześniu 1939 roku. Rozpoczął prace w służbach komunalnych, na różnych stanowiskach. Początkowo miał pod opieką konie i elegancką poniemiecką służbową bryczkę. Jeździł z ówczesnym burmistrzem Frydolinem Słowikiem do okolicznych wiosek na spotkania, zebrania, dożynki. Zmarł w 1999 roku w wieku 98 lat. Wzruszające wspomnienie o Dziadku wygłosił wnuk Arkadiusz. Więcej o lisach Dziadka i tekst wygłoszonego wspomnienia wnuka Arkadiusza można przeczytać w *Jeszcze raz o moim Świdwinie*.

Pan Antoni pamięta, jak wracając ze szkoły widział sprzątające ulice młode Niemki z lagru na Katowickiej. Ich nadzorca Pimanow w sposób wulgarny je popędział. Niektórym przechodniom to się nie podobało i protestowali przeciwko takiemu traktowaniu kobiet. Z podsłuchiwanym rozmów w domu dowiedział się o epidemii, która wybuchła w lagrze. Niemcy umierali masowo. Zwłoki wywożono furmankami na cmentarz i chowano w zbiorowych grobach. Opowiadał o czołgu, który stał przy drodze na Bukowiec. Później wraz z innymi czołgami i pojazdami opancerzonymi został przetransportowany za stację towarową dworca kolejowego. Na pobliskich łąkach młody Antek paś



Jeden z pojazdów opancerzonych na drodze do Bukowca.  
Niszczyciel czołgów  
Jagdpanzer 38(t) „Hetzer”.  
Wycieczka rowerowa z legendarnym  
nauczycielem **Józefem Dymowskim**.

krowę. Wspomina: „Na takich czołgach to dopiero była przednia zabawa. Wchodziliśmy do ich wnętrza, kręciliśmy lufami. Jeden z kolegów, nie pamiętam który tak majstrował wewnątrz, że w końcu zamknął właz, którego nie mógł otworzyć. Pomoc nadeszła ze strony osób starszych”.

Mam jeszcze w zanadrzu kilka ciekawostek z pierwszych powojennych lat, które otrzymałem od Pana Antoniego.

Zbigniew Czajkowski

## KAMIENNE SCHODY

W pierwszych powojennych latach po 1945 roku, schody prowadziły do biura Fabryki Octu i Musztardy, także młyna przy tej firmie. W godzinach popołudniowych i wieczornych, w okresie letnim, szczególnie wakacyjnym, okupowane były przez grupę 11–14-letnich chłopców z pobliskich domostw. Siadaliśmy tutaj po wykonaniu różnych obowiązków domowych. Jedni po skończonym w tym dniu pasaniu krowy bądź jakichś tam innych czynnościach zleconych przez rodziców, drudzy z radości wyjścia na ulicę z nudnego siedzenia w kamienicy. Inni po prostu ze



3 Marca (Dworcowa) przed wojną.  
Po wojnie niewiele się zmieniło.

zwyczaju spotkania się z kolegami. Schody przyciągały do przycupnięcia na chwilę i odwlekały powrót do domu oraz kładzenia się do snu. Prowadzone tutaj były przede wszystkim rozmowy. Nie brakło też oczywiście rozmów postronnych, dogadywań się, konceptów. Niektóre z nich prowadziły do sprzeczek, czasem i kuksańców. Te kończące się kuksnięciem kogoś dotyczyły czasem naszego słownictwa, którym posługiwaliśmy się. Kiedy mówiłem, że na ulicy zaczyna być ciemno i przydałaby się lichartarka (tak mówiono w okolicach Lwowa na dzisiejszą latarkę) albo mówiłem, że zapalają się już na ulicy gazowe lichtarnie i zaraz pójdę do domu ścielić łóżko i będę ligać (kłaść się spać) to wtedy Leszek Cyrek rodem ze Zgierza, czy też Witek z Pułtuska parskali ze śmiechu ze względu moją lwowską, zabużańską mo-

wę. Odgryzałem się im jak mogłem. Jak pamiętam, wytykałem w ich mowie słowo pyry zamiast ziemniaki albo kartofle, brachol (brat), bryle (okulary) szklanica (szklanka), kalafa (twarz), kipa (niedopałek), łepeta (głowa), lypa (lipa) i wiele jeszcze innych. Takiej dyskusji językoznawczej nie było nawet w szkole na lekcjach języka polskiego. Natomiast nie przypominam sobie byśmy na schodach dyskutowali o polityce. Jednak z biegiem lat coś musiało zaiskrzyć w naszych umysłach i krytycznie przyjmowaliśmy wydarzenia w kraju i toczące się w nim życie. Przykładem może być fakt, że jeden z biesiadników schodów (Leszek Czyrek) po ukończeniu szkoły rybołówstwa morskiego w Darłowie nie pogodził się z życiem w kraju i z załogą kutra uciekł na wyspę Bornholm (styczeń 1958 r.). Rokrocznie teraz przyjeżdża do kraju aż z Kalifornii i kiedy jest w Świdwinie nie omiata ulicy 3 Marca i miejsc ze swoich lat, może i dumnych, ale mile wspomnianych. A jest co wspominać. Nie tylko siedzieliśmy na schodach. One prowokowały nas do różnych igrzów. Dziś nie do uwierzenia. Po oder-

waniu się ze schodów na jezdni 3 Marca graliśmy w piłkę nożną. Dwa kamienie wystarczały na ustawienie bramki i po kiwaniu przeciwnika strzelaliśmy gole. Piłką była „szmacianka” albo prawdziwa piłka, ale wielkości gry do tenisa ziemnego. Nie było obawy przed ruchem kołowym w letniej porze wieczornej. Jednak niekiedy mecze piłki nożnej kończyły się naszym raptownym rozprysnięciem się na wszystkie strony ulicy. Było to wówczas, kiedy dyżurujący funkcjonariusz MO, pan Michalak wychodził z siedziby posterunku (nr 29 – dzisiaj Pomorski Bank Kredytowy) na wieczorny obchód miasta. Ulica 3 Marca była także terenem do gry w palanta. Nie do uwierzenia? A jednak tak było.

Antoni Ciesielski



Syn Antoniego – Arkadiusz  
na „historycznych” schodach.

## ROZMOWY O WSPÓLNYCH PROJEKTACH

W Wydawnictwie Adam Marszałek gościł dr **Martinas Malužinas** z Politechniki Koszalińskiej. Spotkanie było okazją do zaprezentowania książki dr. Malužinasa pt. *Gabrielius Landsbergis – kreator litewskiej polityki zagranicznej i bezpieczeństwa w latach 2020–2024. Perspektywa realizmu czy idealizmu?*, która ukazała się niedawno nakładem naszej oficyny. Rozmowa przeprowadzona z prezesem dr. **Adamem Marszałkiem** oraz red. **Michałem Dahlem** dotyczyła także kolejnych wspólnych przedsięwzięć, zarówno projektów wydawniczych, jak i związanych z organizacją III Międzynarodowego Kongresu Afrykanistycznego.



M.D.

## STRAŻAK ZE ŚWIDWINA MISTRZEM EUROPY ROZMOWY O PRĄDZIE



W dniach 21–24 sierpnia w Szolnok na Węgrzech odbyły się Mistrzostwa Europy FireFit. **Sylwester Kemprowski**, reprezentujący Komendę Powiatową Państwowej Straży Pożarnej w Świdwinie, zdobył aż dwa złote medale: tytuł Mistrza Europy w kategorii M50 oraz złoty medal w sztafecie over 40. Był to kolejny start naszego reprezentanta, zakończony miejscem na podium. Strażak obecnie przygotowuje się do kolejnych zawodów – Firefighter Combat Challenge w Licheniu.

st. sekc. Tomasz Kowalczyk, fot. st. ogn. Sylwester Kemprowski



Goszczący w Toruniu **Łukasz Wilk** i **Krzysztof Strehl** z firmy Reco Technologies w rozmowie z kierownictwem Marszałek Publishing Group zaprezentowali możliwości zoptymalizowania zużycia prądu przez firmy skupione w MPG. K.G.

## SUKCES 21. BLT W „WOLF RACE”



W dniu 12 lipca 2025 r. po raz pierwszy w Złocieńcu został rozegrany bieg terenowo-przeszkodowy „Wolf Race”. Oczywiście na starcie nie mogło zabraknąć reprezentacji 21. BLT, której zawodnicy dzielnie walczyli na 10-kilometrowej trasie z mnóstwem różnego rodzaju przeszkód: terenowych, siłowych i zwinnościowych. Świdwińscy zawodnicy zajęli czołowe lokaty w klasyfikacji OPEN zajmując II miejsca wśród mężczyzn i kobiet, ponadto w klasyfikacji służb mundurowych wśród kobiet I miejsce, natomiast wśród mężczyzn II miejsce. Cała drużyna 21. BLT zasługuje na uznanie i szacunek za zajęcie szczytnego 2 miejsca w klasyfikacji służb mundurowych, ulegając jedynie drużynie z 2. Brygady Zmechanizowanej.

21. BLT

## FRANCUZI KIBICUJĄ TORUNIOWI



Powiększa się międzynarodowe grono kibiców drużyny toruńskich żużlowców. Na meczu z Gezet Stal Gorzów oprócz **Ryszarda Jarzyny**, prezesa KS Press Grupy Deweloperskiej Toruń **Ilony Termińskiej** oraz dyrektor Klubu **Joanny Sikorskiej** obecni byli i wspierali żużlowców KS Press Grupy Deweloperskiej Toruń: **Jean Claude Butard** oraz **Ives Morin** w towarzystwie popularnego toruńskiego barda **Jacka Beszczyńskiego**.

D.K.