

REKLAMA



od **7999** zł/m  
Komórka lokatorska w cenie!

MAK DOM  
GRUPA DEWELOPERSKA

Osiedle  
**MAGNOLIA II**

tel. (89) 721 10 10    www.makdom.pl

ISSN 1734-7076  
NAKŁAD 20 000

NOWE

# życie

WWW.ZYCIEOLSZTYNA.PL

nr 24 (410) 2025 / 17.12 – 07.01.2026

Olsztyna

REKLAMA

**KORKUĆ**  
CZĘŚCI  
UŻYWANE  
KASACJA  
POJAZDÓW

DYWITY, ul. Olsztyńska 14 D  
WWW.AUTOCZESCI-KORKUC.PL  
KUPIMY KAŻDE AUTO  
TEL. /89/ 511 91 00

REKLAMA

**LOOMBARD.pl**



**SKUP / SPRZEDAŻ  
WYCENA**

**audiofon**  
pomagamy słyszeć lepiej

ZAPRASZAMY NA  
**BEZPŁATNE  
BADANIE SŁUCHU**

GABINETY BADAŃ SŁUCHU AUDIOFON w OLSZTYNIE:  
ul. Burskiego 4    tel. 89 543 00 05  
ul. Dąbrowszczaków 17    tel. 89 535 76 31

Przyjdź na bezpłatne badanie i odbierz prezent!  
Bezpłatna infolinia: 800 806 900 • www.audiofon.com.pl



# wesołych Świąt!

Czeka nas dużo dobrego w kolejnych latach

więcej str. 7

Czytaj str. 3

REKLAMA



# ZAREKLAMUJ SIĘ

w Nowym Życiu Olsztyna

**Zadzwoń – zapytaj tel. 505 129 273**

## Przewóz choinki autem

Nadchodzi czas, by przywieźć świąteczne drzewko do domu. To wcale nie jest takie proste zadanie, a źle wykonane może skończyć się nie tylko mandatem, ale też spowodowaniem poważnego zagrożenia bezpieczeństwa w ruchu drogowym. W bagażniku? Na dachu? A może jeszcze jakoś inaczej? Co o tym mówią przepisy? Na co zwrócić szczególną uwagę, aby bezpiecznie dotrzeć do domu? Zachęcamy do zapoznania się z odpowiedziami na te pytania.

Choinki są tak różne, jak różne są miejsca, w których mają stać. Mogą być wysokie lub niskie, mogą potrzebować stojaka albo tkwić w doniczce, jedne są wąskie, inne rozłożyste. Niektóre zmieszczą się w bagażniku osobówki, a inne niestety już nie. I co wtedy?

Do transportu drzewka dobrze jest wykorzystać samochód, który jest do tego przystosowany. Najlepiej sprawdzają się do tego takie z oddzielną skrzynią ładunkową, pojazdy o nadwoziu typu furgon, gdzie najczęściej kabina kierowcy oddzielona jest od przestrzeni transportowej. Alternatywą do tego może być transport choinki przy pomocy przyczepy podpinanej do auta, bądź skorzystanie z usług firmy transportowej.

### Co mówią o tym przepisy?

Przepisy ruchu drogowego wymagają od nas, aby przewożony ładunek był zabezpieczony przed przemieszczaniem się, nie utrudniał kierowania pojazdem, nie ograniczał widoczności drogi, nie zasłaniał świateł, urządzeń sygnalizacyjnych oraz tablic rejestracyjnych. Dlatego na przykład powinniśmy unikać transportu choinki na miejscu przedniego pasażera, bo mogłoby to wpływać na możliwość obserwacji drogi. Do transportu naj-

lepiej wykorzystać przestrzeń bagażnika, bądź rozłożyć tylne siedzenia. Powinniśmy unikać sytuacji, w której podczas transportu mamy otwarty bagażnik – do kabiny będą dostawać się spaliny, które mogą wpływać na motorykę kierującego.

Kolejną możliwością, o ile nasz pojazd posiada belki bagażnika dachowego, jest transport choinki na pojeździe. W tym przypadku również obowiązują nas te same wymogi co w przypadku transportu drzewka wewnątrz auta. Zaleca się korzystanie z siatki nałożonej na drzewko, aby uniknąć wypadania fragmentów drzewka na drogę. Choinkę powinniśmy zamocować pniem do przodu, zgodnie z kierunkiem jazdy – dzięki temu drzewko będzie mniej podatne na działanie wiatru.

Zgodnie z przepisami ładunek transportowany na dachu może sięgać maksymalnie do 0,5 m od przedniej płaszczyzny pojazdu i 1,5 m od siedziska kierowcy, sięgać maksymalnie do 4m wysokości, a także 2,55 m szerokości oraz do 2 m od tylnej płaszczyzny.

### Ile „kosztuje” nieprawidłowy transport choinki?

Jeżeli drzewko wystaje na odległość większą niż 50 cm od tylnej płaszczyzny pojazdu, należy choinkę oznaczyć chorągiewką barwy czerwonej. Jeżeli nieprawidłowo zabezpieczymy choinkę na dachu pojazdu, może być na nas nałożony mandat w kwocie nawet do 500 zł. W przypadku, gdy choinka będzie zasłaniać światła pojazdu – mandat wyniesie 200 zł, a gdy zasłoni tablice rejestracyjne – 100 zł. Za nieprawidłowe przewożenie ładunku, przepisy nie przewidują punktów karnych.

KMP Olsztyn

## Przetestują nowe zasady pracy

**Od Nowego Roku zaczną funkcjonować pilotażowy program skróconego czasu pracy. Będzie on realizowany m.in. na terenie gminy Dywity.**

Wkrótce kilkudziesięciu pracodawców będzie miało niepowtarzalną szansę przetestować różne formy skrócenia czasu pracy, które obejmą łącznie ponad 5 tysięcy pracowników. To pomysł Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej. – Ośmiogodzinny dzień pracy obowiązuje już od 107 lat. Czas pójść naprzód! Coraz więcej pracowników to starsze osoby. Coraz więcej kobiet chce łączyć życie zawodowe z życiem rodzinnym. Krótszy czas pracy będzie dla nich dużym wsparciem. Nie ma jednego słusznego modelu skracania czasu pracy. Rozwiązania muszą być szyte na miarę i dostosowane do konkretnych branż. Wszelkie zmiany będą rozłożone w czasie i stopniowe. Pilotażowy projekt będzie mieć charakter oddolny: to sami przedsiębiorcy i pracownicy wypracują i przetestują rozwiązania dopasowane do ich firm. To przedsiębiorcy i pracownicy wydeptywać ścieżki, my je później utwardzamy – mówiła niedawno minister pracy Agnieszka Dziemianowicz-Bąk.

Celem programu jest przetestowanie rozwiązań związanych ze skróceniem wymiaru czasu pracy – bez obniżania wynagrodzeń. Maksymalna wartość wsparcia na jeden projekt pilotażowy to 1 milion złotych. Koszt projektu w przeliczeniu na jednego pracownika objętego pilotażem nie może przekroczyć 20 tysięcy złotych.

W zorganizowanym przez Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej naborze do pilotażu pro-

gramu skróconego czasu pracy z zachowaniem wynagrodzenia mogli wziąć udział pracodawcy ze wszystkich sektorów gospodarki. Ostatecznie wnioski złożyły 1994 przedsiębiorstwa i instytucje. „Spośród wszystkich aplikujących komisja wyłoniła 90 pracodawców, którzy będą mieli szansę testować w swoich miejscach pracy różne formy skrócenia czasu pracy. Kolejnym krokiem będzie podpisanie umów z wyłonionymi pracodawcami. Projekty obejmą łącznie ponad 5 tysięcy pracowników. Średnia kwota dofinansowania wyniosła ponad pół miliona złotych” – informuje resort pracy.

Do dofinansowania wybrano 90 projektów na łączną kwotę około 50 milionów złotych. W tym niewielkim gronie znalazło się 3 przedstawicieli Warmii i Mazur. To m.in. komunalna spółka z terenu gminy Dywity.

– Spółka Akwedukty realizuje pilotażowy projekt „Skrócony czas pracy – to się dzieje! W Akwedukty Sp. z o.o.”, którego celem jest przetestowanie nowych modeli organizacji czasu pracy, poprawiających dobrostan pracowników i efektywność świadczenia usług dla mieszkańców – informuje Jacek Niedzwiecki, rzecznik Urzędu Gminy Dywity. – Projekt pozwoli ocenić wpływ skróconego czasu pracy na jakość usług, dostępność pracowników, zdrowie i satysfakcję zatrudnionych oraz organizację pracy w przedsiębiorstwie wodociągowo-kanalizacyjnym. Re-

alizacja projektu nie powoduje obniżenia wynagrodzeń ani zmniejszenia zatrudnienia – usługi komunalne będą świadczone w pełnym zakresie.

Niedzwiecki dodaje, że jednym z kluczowych elementów wdrażania projektu jest promowanie i rozwój elektronicznych usług dla mieszkańców (tzw. e-BOK), co ma pozwolić przyspieszyć obsługę spraw i zmniejszyć liczbę wizyt oraz telefonów.

Wartość projektu to 279 tysięcy złotych. Kwota ta w całości pochodzi z budżetu Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej. W życie zostanie wdrożony 1 stycznia 2026 roku i potrwa do 30 kwietnia 2026 roku. Testowane będą wtedy 3 warianty skrócenia czasu pracy: krótsze dni pracy (7 godzin), dodatkowe dni wolne lub 4-dniowy tydzień pracy.

W przypadku Warmii i Mazur krótszy czas pracy testowany będzie także w Fundacji Rozwoju Regionu Łukta w ramach projektu „Nowy wymiar zatrudnienia w Fundacji Rozwoju Regionu Łukta” oraz w gminie Nidzica jako projekt „Jakość, a nie jakoś – pilotaż skróconego czasu pracy w CUW Nidzica”.

Polacy pracują przeciętnie nieco ponad 40 godzin tygodniowo (40,2 godziny w 2023 roku), w tym mężczyźni – 41,5 godziny, a kobiety – 38,9. To więcej niż w większości krajów UE, ale różnice wynikają głównie ze struktury zatrudnienia.

Krzysztof Szymański

**Życie**  
Olsztyna

WYDAWCA: Agencja Reklamowo-Wydawnicza  
„INNA PERSPEKTYWA” Ilona Lik

**redaktor naczelny:** Leszek Lik, redakcja@zycieolsztyna.pl;  
**zespół redakcyjny:** Andrzej Zb. Brzozowski, Krzysztof Szymański, Jacek Panas  
**rysunki:** Zbigniew Piszczako;  
**Biuro promocji i reklamy:** tel. 505 129 273;  
**(r)** – materiał reklamowy lub powierzony, **ar** – archiwum redakcji.  
**Redakcja zastrzega sobie prawo adiacji powierzonych tekstów.**  
**DTP:** Aleksandra Kędzierzawska  
[www.zycieolsztyna.pl](http://www.zycieolsztyna.pl)

REKLAMA



**Intermarket**

Supermarket z własną wędzarnią poleca  
najlepsze wędliny oraz świeże mięsa z naszego rozbioru

Olsztyn ul. Dorantta 20, os. Tęczowy Las.  
Zapraszamy w godzinach 7-21 (nd. 9-18)

**Świeżo i tanio!**

# Czeka nas dużo dobrego w kolejnych latach

**– To, co dziś dzieje się w regionie i w samym Olsztynie, to nie są pojedyncze projekty, ale dobrze rozpędzony proces – mówi Marcin Kuchciński, marszałek województwa warmińsko-mazurskiego.**

**Panie marszałku, czy mijający rok pod względem rozwoju naszego regionu uznaje Pan za udany?**

Zdecydowanie tak. Praktycznie co tydzień podpisujemy kolejne umowy na inwestycje realizowane z Funduszy Europejskich dla Warmii i Mazur na lata 2021-2027, takie jak modernizacje szpitali, szkół czy instytucji kultury, ale też duże inwestycje infrastrukturalne. Ruszyły przygotowania do budowy ulicy Nowobałtyckiej, a na dobre trwa przebudowa drogi wojewódzkiej nr 527 – kluczowego wyjazdu al. Warszawską w kierunku Warszawy. Ważne inwestycje realizujemy także w obszarze kultury i edukacji. Olsztyńskie Planetarium, znane w całej Polsce, przechodzi gruntowną modernizację, z której skorzystają również sąsiadujące instytucje takie jak: Miejska Biblioteka Publiczna „Planeta 11” oraz Biuro Wystaw Artystycznych. To są projekty, które nie tylko zmieniają przestrzeń, ale też budują długofalową atrakcyjność regionu i Olsztyna – dla mieszkańców, turystów i inwestorów.

**2025 rok to nie tylko „twarde” inwestycje, ale także projekty bliskie mieszkańcom. O których z nich warto wspomnieć?**

Przede wszystkim o tych, które realnie wspierają dzieci i młodzież. Dobrym przykładem jest pilotażowy program „Teatr za złotówkę”. Dzięki wsparciu samorządu uczniowie mogli obejrzeć spektakle w Teatrze Jaracza za symboliczną opłatą. Zależało nam na tym, by kultura była naturalną częścią edukacji, a nie przywilejem dostępnym tylko dla nielicznych. Istotnym obszarem naszych działań są także projekty unijne realizowane w szkołach, bo zależy nam, by były to placówki nowoczesne i jednocześnie bezpieczne. Przeznaczaliśmy ostatnio 20 mln zł na konkurs z zakresu edukacji i podnoszenia kompetencji w szkołach, odpowiadający na dzisiejsze potrzeby uczniów i nauczycieli. Swoje projekty zrealizują placówki edukacyjne m.in. w Olsztynie, Stawigudzie, Gietrzwałdzie, Purdzie czy Barczewie.

**A co z seniorami?**

Mając ich na uwadze po latach przerwy zorganizowaliśmy zawody sportowe „Warmia Mazury Senior Games”. W kilku dyscyplinach wystartowało ponad 500 osób, a ja z przyjemnością obserwowałem nie tylko rywalizację, ale również ich integrację. Równolegle rozwijamy też naszą Warmińsko-Mazurską Kartę Seniora, która cieszy się dużym zainteresowaniem. Dzięki niej osoby powyżej 60. roku życia mają większy dostęp do usług kulturalnych, edukacyjnych, socjalnych, turystycznych czy zdrowotnych.

**Skoro w naszej rozmowie często przewijają się fundusze europejskie, zatrzymajmy się na chwilę przy tematyce unijnej. Zakończyło się właśnie roczne przewodniczenie województwa w Domu Polski Wschodniej w Brukseli.**

Nasza koordynacja w Domu Polski Wschodniej przypadła w okresie prezydencji Polski w Radzie Unii Europejskiej, co pozwoliło nam skuteczniej zabiegać o środki unijne, wspólne projekty i rozwiązania



Marcin Kuchciński, marszałek województwa

dopasowane do specyfiki tej części kraju. To był dla nas ważny i owocny czas. Współpracowaliśmy z innymi regionami Polski Wschodniej, by nasz wspólny głos skuteczniej przebijał się chociażby w Komisji Europejskiej.

**Jak ta aktywność wygląda w kontekście sytuacji za wschodnią granicą?**

Skutki agresji Rosji na Ukrainę są w naszym regionie bardzo odczuwalne – gospodarczo, społecznie i psychologicznie. Warmia i Mazury, podobnie jak inne regiony wschodniej flanki Unii Europejskiej, ponoszą koszty sąsiedztwa z obszarem niestabilnym geopolitycznie.

Dlatego w Brukseli konsekwentnie mówiliśmy o potrzebie dodatkowego wsparcia dla regionów granicznych. Te postulaty zostały zauważone i dziś mają realne przełożenie m.in. na inwestycje związane z bez-

pieczeństwem i odpornością regionów. Dla mnie, jako gospodarza regionu, ważne jest to, że nasz głos jest słyszalny, że mamy coraz więcej do powiedzenia na forum unijnym i będziemy z tej możliwości korzystać jak najczęściej.

**Czy samorząd województwa ma realny wpływ na poprawę naszego bezpieczeństwa?**

To przede wszystkim zadanie rządu, ale jako samorząd dokładamy swoją cegiełkę w jego kontekście. Systematycznie wspieramy służby – policję, straż pożarną, OSP, WOPR czy ratownictwo medyczne – doposażając je w sprzęt i infrastrukturę. Inwestujemy także w ochronę zdrowia oraz cyberbezpieczeństwo naszych instytucji. Równie ważna jest współpraca z organizacjami pozarządowymi, bo silne, świadome i zaangażowane społeczeństwo jest dziś jednym z filarów bezpieczeństwa. Robimy wszystko co w naszej mocy, by mieszkanki i mieszkańcy Warmii i Mazur czuli się bezpiecznie.

**Boże Narodzenie to wyjątkowy moment w roku, gdy świat na chwilę zwalnia.**

**Te święta nie potrzebują wielkich przygotowań, prezentów czy słów**

**– wystarczy obecność bliskich i wspólnie spędzony czas,**

**którego na co dzień zwykle brakuje.**

**Zdrowia, spokoju oraz spełnienia marzeń w Nowym 2026 Roku!**

**życzą**

**Bogdan Bartnicki**

Przewodniczący  
Sejmiku Województwa Warmińsko-Mazurskiego

**Sylwia Jaskulska**

Wicemarszałkini  
Województwa Warmińsko-Mazurskiego

**Maria Bąkowska**

Członkini  
Zarządu Województwa Warmińsko-Mazurskiego

**Marcin Kuchciński**

Marszałek  
Województwa Warmińsko-Mazurskiego

**Katarzyna Sobiech**

Wicemarszałkini  
Województwa Warmińsko-Mazurskiego

**Robert Turlej**

Członek  
Zarządu Województwa Warmińsko-Mazurskiego



# Zapraszamy na 3-dniowy Dywicki Jarmark Świąteczny

**Dzięki połączeniu sił podmiotów publicznych i prywatnych po raz pierwszy w historii Dywicki Jarmark Świąteczny potrwa aż 3 dni! Zarezerwujcie termin od 19 do 21 grudnia. W programie: duża liczba dekoracji i światełek, będzie święty Mikołaj, wybijanie monet, żywność lokalna, rękodzieło, warsztaty, kolędowanie, a do tego rozświetlona zostanie ponad 4 tysiącami lampek największa naturalna choinka w okolicy, o wysokości ponad 20 metrów!**

Świerk rosnący przy Stodole w centrum Dywity ma na pewno ponad 20 metrów i po próbnym odpaleniu lampek, zapewniamy, że „robi duże wrażenie”. Takiego naturalnego i okazałego drzewka świątecznego nie ma w żadnej z ościennych gmin.

– Już teraz zapraszam dzieci do odpalenia naszej dywickiej choinki! – zachęca Agnieszka Sakowska-Hrywniak, wójt gminy Dywity. – Zrobimy to wspólnie w piątek 19 grudnia o godz. 17 podczas pierwszego dnia Dywickiego Jarmarku Świątecznego.

## Pierwszy dzień i wielka choinka

Dywicki Jarmark Świąteczny po raz pierwszy będzie trwał 3 dni, bo stało się tak po tym, jak siły połączyły podmioty publiczne i prywatne. Jego organizatorami są: gmina Dywity, Forest Park Dywity – Park Leśny, GOK Dywity, sołectwo Dywity, Koło Gospodyń Wiejskich w Dywitach i Odjazdowe Imprezy. Dzięki temu będzie klimatycznie, świątecznie i magicznie! Wszystko rozpocznie się w piątek 19 grudnia. W godz. od 14 do 18 zaplanowano atrakcje pod Stodołą na parkingu, gdzie czekać na Was będzie Wioska Świąteczna: Domek Mikołaja, kolejka dla dzieci, mennica z medalami, animacje, majsterkowo i tworzenie ozdób, a dokładnie o godz. 17 – wspólne rozświetlenie 20-metrowej dywickiej choinki! Z kolei w Stodole „Mój Rynek” w tych samych

godzinach: produkty żywnościowe – nabiał, ciasta, słodkości, kiszonki, pieczywo, miody i wyroby pszczele, wędliny, jajka, warzywa, mleko i jego przetwory. Do tego w Stodole dostępne będzie ciekawe rękodzieło: zabawki i skarpety wykonane z grubej włóczki, czapki, torebki, breloczki, opaski, robione szydełkiem

chusty, szale, biżuteria i dekoracje do domu, wypalane w drewnie magnesy i breloki, ceramika, Aquarelki – biżuteria artystyczna, przedmioty zdobione metodą decoupage, obrazy na płótnie, stroiki i ozdoby, figury aniołów, gwiazdy czy biżuteria z kamieni naturalnych. Wszystkich zachęcamy, aby tego dnia

przynosili do Stodoły żywność, chemię i kosmetyki w ramach akcji „Paczka dla Seniora”.

Po pierwszym dniu Jarmarku szybko przenosimy się do GOK Dywity, gdzie o godz. 18 rozpocznie się koncert kolęd połączony ze wspólnym śpiewaniem.

## Smakołyki i rękodzieło

Z kolei sobota 20 grudnia i drugi dzień Dywickiego Jarmarku Świątecznego upłyne pod hasłem „Smakołyki i Rękodzieło”. W Stodole od godz. 8 do 12.30 zaplanowany jest jarmark produktów żywnościowych, na którym wystawi się ponad 20 producentów lokalnych i rolników. Będzie to znakomita okazja, żeby zaopatrzyć się na święta. Na parkingu przy Stodole ponownie będzie Wioska Świąteczna! Z kolei w godz. od 10 do 17 w GOK Dywity odbędzie się kiermasz rękodzieła i warsztaty: gliniane ozdoby choinkowe, EKO ozdoby, EKO pakowanie prezentów oraz świąteczne przypinki. W kiermaszu rękodzieła swój udział zapowiedziało również ponad 20 wystawców z: ceramiką, pięknymi tkanymi chustami, biżuterią, dekoracjami świątecznymi i stroikami, książkami, makramami, obrazami, zabawkami, świecami z naturalnymi dodatkami i świecami sojowymi, pierniczkami oraz dekoracjami z wosku. Dodatkowo będzie można wesprzeć małego Stasia Pieńkowskiego zbierającego na operację chorej nóżki.



**DYWICKI JARMARK ŚWIĄTECZNY**  
19-21 GRUDNIA

**19.12.2025**  
Parking przy Stodole  
godz. 14:00 – 18:00  
**WIOSKA ŚWIĄTECZNA**  
• Domek Mikołaja  
• Animacje dla dzieci  
• Mennica z medalami  
• Święty Mikołaj  
• Kolejka dla dzieci  
• Majsterkowo i wykonywanie ozdób  
• Godz. 17:00 – wspólne rozświetlenie 20-metrowej dywickiej choinki

**20.12.2025**  
Stodola „Mój Rynek”  
godz. 08:00 – 12:30  
**JARMARK PRODUKTÓW ŻYWNOSCIOWYCH**  
Parking przy Stodole  
godz. 08:00 – 13:00  
**WIOSKA ŚWIĄTECZNA**  
• Kolejka dla dzieci  
• Animacje dla dzieci  
• Majsterkowo i wykonywanie ozdób

**21.12.2025**  
Forest Park  
Start: 10:00  
**JARMARK**  
• Kiermasz rękodzieła  
• Animacje  
• Występy artystyczne  
• Strefa gastro

**Stodola „Mój Rynek”**  
godz. 14:00 – 18:00  
• Produkty żywnościowe  
• Rękodzieło  
• **Paczka dla Seniora!**  
Wesprzyj seniorów i przynieś: żywność, chemię, kosmetyki i środki czystości

**GOK Dywity**  
godz. 10:00 – 17:00  
**KIERMASZ RĘKODZIEŁA I WARSZTATY:**  
• Gliniane ozdoby choinkowe  
• Przypinki świąteczne  
• EKO ozdoby świąteczne  
• EKO pakowanie prezentów

**GOK Dywity | godz. 18:00**  
**KONCERT I WSPÓLNE ŚPIEWANIE KOLĘD**  
• GOKiestra  
• Jazz GOK  
• Studio Piosenki GOK Dywity  
• Uczniowie SP Dywity  
• Zespół Wokalny Cantemus  
• Słodki poczęstunek od Sołectwa i KCW Dywity



**Finał Jarmarku – niedziela 21 grudnia**  
**Miejsce:** Forest Park przy ul. Grzybowej w Dywitach  
**Start:** 10:00  
**Czeka na Was:**  
• Kiermasz rękodzieła  
• Animacje i występy artystyczne  
• Strefa gastro



# Urząd z nagrodami

Mijający rok był dla Starostwa Powiatowego w Olsztynie czasem wyjątkowych sukcesów. Instytucja, która od lat buduje swoją markę poprzez troskę o mieszkańców, pielęgnowanie dziedzictwa Warmii oraz otwartość na nowoczesne rozwiązania, została dostrzeżona i doceniona w Polsce.

Otrzymane nagrody pokazują różnorodność działań – od promocji kultury i turystyki, przez kulinarne projekty inspirowane lokalnymi tradycjami, aż po innowacyjne podejście do administracji publicznej. Każde wyróżnienie jest nie tylko potwierdzeniem wysokiej jakości pracy, lecz także symbolem dumy i inspiracji dla całej społeczności powiatu.

## Przyjaciele Warmii – uhonorowanie pasji i zaangażowania

W Reszlu, podczas konferencji Stowarzyszenia Dom Warmiński, sześć osób otrzymało tytuł „Przyjaciela Warmii” oraz statuetki Copernicusa. Wśród wyróżnionych znaleźli się starosta olsztyński Andrzej Abako oraz rzecznik prasowy Wojciech Szalkiewicz.

Ich działalność – od promocji lokalnych inicjatyw, przez budowanie wspólnoty, po troskę o historyczną tożsamość regionu – została uhonorowana w sposób szczególny. Jak podkreślił starosta Abako, wyróżnienie to dedykowane jest wszystkim mieszkańcom Warmii, którzy każdego dnia tworzą jej siłę i wyjątkowość.

## Róża Regionów – kulinarne dziedzictwo w nowoczesnej odsłonie

Kolejnym sukcesem było zdobycie nagrody w prestiżowym konkursie Róża Regionów – Najlepsze Projekty Turystyczne Promujące Polskie Produkty Turystyczne. Jury zachwyciło się projektem „Śledziowy Dwusłój Warmiński”. Pasztet ze śledzia



i forszmak z boczkiem – duet smaków odtworzony z dawnych receptur – stał się kulinarnym am-

basadorem regionu. Inspiracją były średnio-wieczne i XIX-wieczne przepisy, odtworzone przez uczniów olsztyńskiego Technikum Hotelarsko-Gastronomicznego. Dzięki współpracy z lokalnym gospodarstwem rybackim pasztet trafił do sprzedaży, promując regionalne smaki w nowoczesnej odsłonie.

## Przyjazny Urząd – administracja bez barier

Doceniona została również administracja powiatu. Podczas gali X edycji ogólnopolskiego konkursu „Przyjazny Urząd”, organizowanego przez Europejskie Centrum Badań nad Jakością, Starostwo Powiatowe w Olsztynie zdobyło dwa laury: Znak Jakości

„Przyjazny Urząd” oraz Wyróżnienie Nadzwyczajne „Innowacyjny Urząd”. Kapituła konkursu podkreśliła otwartość urzędu na potrzeby mieszkańców, cyfrową transformację oraz tworzenie samorządu bez barier. Jak zaznaczył starosta Abako, nagrody są dowodem na zaangażowanie całego zespołu w budowanie administracji przyjaznej obywatelom.

Nagrody Starostwa Powiatowego w Olsztynie są nie tylko dowodem uznania, lecz także obietnicą, że urząd będzie zawsze blisko ludzi, wspierając ich inicjatywy i codzienne życie.



*Niech nadchodzące Święta Bożego Narodzenia  
staną się czasem pełnym refleksji i ciepła domowego ogniska.  
Niech przyniosą chwilę wytchnienia od codziennego zgiełku  
i pozwolą docenić drobne radości.  
Wesołych Świąt i wszystkiego dobrego w 2026 roku  
życzą*

Artur Wrochna  
Wicestarosta  
Olsztyński

Grzegorz Drozdowski  
Przewodniczący  
Rady Powiatu w Olsztynie

Andrzej Abako  
Starosta  
Olsztyński



Wigilijne opowieści A.D. 2025

# Historia Bożego Narodzenia

**Przez prawie 300 lat u pierwszych chrześcijan narodziny Chrystusa były tylko potwierdzeniem, że Jezus był Mesjaszem. Dopiero po latach wspomnienie Bożego Narodzenia stało się świętem.**

Dokładne określenie pierwszej daty tego liturgicznego święta, podobnie jak i powód wyznaczenia go na dzień 25 grudnia, jest kwestią nie do końca ustaloną i nadal dyskutowaną. Wszystko wskazuje, że święto wprowadzono w Rzymie na przełomie III i IV wieku. Początkowo różne daty uznawane były za dzień narodzin Chrystusa: 6 stycznia, 19 kwietnia, 20 maja, 17 listopada. Ostatecznie rocznica ta została przyjęta przez Kościół w roku 353 i ustalona na dzień 25 grudnia. Uczyńono tak w nawiązaniu do obchodzonego w starożytności dnia narodzin Mitry, niepokonanego boskiego Słońca. Jedną z interpretacji uznaje, że chrześcijanie obrali tę datę jako symboliczną przede wszystkim dlatego, że był to dzień bliski zimowemu przesileniu Słońca.

Dniem poprzedzającym Święta Bożego Narodzenia jest Wigilia. Punktem kulminacyjnym jest uroczysta kolacja, do której tradycja nakazuje zasiadać po pojawieniu się na niebie pierwszej gwiazdki.

To na pamiątkę gwiazdy prowadzącej Trzech Króli do stajenki w Betlejem. W kościołach pojawiają się żłóbki przypominające okoliczności i miejsce narodzin Dzieciątka, a wierni śpiewają kolędy. Po latach bożonarodzeniowa tradycja nabrała kolorytu, obrosła w różnorodne zwyczaje, różniące się w różnych częściach świata, w poszczególnych krajach, a nawet regionach. To czas spotkań w rodzinnym gronie, radości, prezentów, zabawy, ale i zadumy nad współczesnym światem i przemijającym czasem. W wielu kulturach pamięta się o tych, którzy od nas odeszli i wspomina się ich przy świątecznych rozmowach.

## Kiedy jeglika stała się choinką

Dawno, dawno temu Słowianie zieloną gałąź przystrajali jabłkami, orzechami oraz dzwonekami, których dźwięk miał odstraszać złe moce. W Polsce pierwowzorem bożonarodzeniowej choinki stały się jodłowe

lub świerkowe gałązki, symbolizujące życie i zapowiadające dobre plony. Nazywano je różnie – podłazniczki, jutki, jaliczki i jołki. Nieco później przyjęły się określenia – wiecha, rajski ogród, boże drzewko. U nas, na Warmii i Mazurach były to jegliki. Były to małe drzewka, którym przycinano wierzchołki, zostawiając tylko kilka bocznych gałęzi. Wieszano w domu u powały, dekorowano jabł-

## Smaki dzieciństwa

Pamiętam czekoladę twardą jak orzech o smaku, który po latach, pod koniec XX wieku, powrócił do naszej szarej rzeczywistości w wyrobach czekoladopodobnych. Pamiętam karpia, spożywanego raz w roku. Pamiętam zapach choinki, na którą w wigilijne przedpołudnie wieszaliśmy własnoręcznie zrobione gwiazdeczki oraz kolorowy łań-

W pewnym momencie zaczął krzyć: pali się, pali się! Gdy wszyscy wpadli do pokoju okazało się, że zajęła się ogniem firanka w oknie. Zarzewie pożaru ugaszono wigilijnym czerwonym barszczem.

## Czego nie wolno było

Na Warmii i Mazurach świąteczne obyczaje nieco się różniły. Jednak podstawowe nakazy obowiązywały wszędzie, w całej Polsce. Przed Bożym Narodzeniem nie wolno było się kłócić, a wypadało okazywać sobie życzliwość. Pewne sprawy trzeba było uregulować i w Wigilię Bożego Narodzenia należało oddać wszystkie wypożyczone rzeczy. Nie odnosiło się to jedynie do pieniędzy. W czasie ostatnich przygotowań do świąt, gdy w domu już pachniało drzewko, obowiązywał zakaz szycia, tkania, motania i przędzenia. Czynności te sprzyjały bowiem zagnieżdżaniu się demonów.

Starzy ludzie nadal podpowiadają! Podczas wieczery koniecznie wypada spróbować wszystkich 12 potraw, by w przyszłym roku niczego nie zabrakło. Włożone do portfela łuski karpia przynoszą szczęście i pomnażają pieniądze. O północy (to pewnik!) było z sobą rozmawiać. Rozmów tych gospodarzowi nie wolno podsłuchiwać. Nawet przypadkiem!

## Znaczenie ryb w naszym dawnym i obecnym menu

Najstarsi Warmiacy pamiętają, że zimą często jadano potrawy z ryb, wśród których prym wiodły sandacze. Przechowywano je w zamrażniętych przydomowych budowach lub w fosach okalających budowlę. Znawcy starych dziejów twierdzą, że z zapasów takiego pożywienia skorzystali obrońcy olsztyńskiego zamku, gdy w styczniu 1521 roku Krzyżacy próbowali zdobyć Olsztyn. Wówczas obronę dowodził Mikołaj Kopernik. Jako administrator i dowódca po od-

parciu pierwszego ataku, odmówił poddania się i nadal organizował obronę, licząc również zapasy jadalne. Dzięki smakowitym rybm z zamkowej fosy, obrońcy trzymali się dzielnie. Ostatecznie Krzyżacy odstąpili od prób zdobycia miasta, co przyczyniło się do zakończenia polsko-krzyżackiego konfliktu. Tak zatem w średniowieczu sandaczami pokonano wrogów.

Ryby były ważnym elementem diety w okresie międzywojennym. Ich hodowla w Polsce przeżyła dynamiczny rozwój dzięki korzystnym regulacjom prawnym. Takie ryby jak szczupaki, liny i... sandacze były powszechnie spożywane, zwłaszcza wędzone lub w konserwach. Natomiast w czasach PRL-u pojawiło się hasło „Karp na każdym wigilijnym stole”. Władze promowały karpia, jako rybę łatwą w hodowli, a tym samym taną i dostępną dla wszystkich. Pracownikom były one wręczane jako świąteczna premia. Popularność karpia najczęściej kojarzyła się z obrazkiem żywej ryby trzymanej w wannie. Dla wielu stało się to charakterystycznym wspomnieniem z dawnych lat.

W ten oto sposób karp zaczął królować na wigilijnym stole. Powoli jednak zaczęły następować zmiany. Od kilku już lat podczas Bożego Narodzenia przygotowywane też są inne dostępne u nas ryby – liny, pstrągi, leszcze i nadal sandacze. Coraz częściej na stołach pojawiają się dorsze, których mięso łagodne jest w smaku i zawiera mniej uciążliwych do wybierania ości. Podobnymi walorami wyróżniają się lososie oraz różne potrawy ze śledzi. Ostatnio przebojem świątecznym staje się zębach czarny. Jest on alternatywą dla karpia i innych ryb ze względu na delikatne, białe mięso z niewielką ilością ości. To atut przy przygotowywaniu potraw dla dzieci. W dodatku ryba ta bogata jest w białko i cenne tłuszcze omega-3. Często wspominamy dawne czasy, kiedy to przed laty, z różnych powodów ograniczaliśmy się do prostych, najbardziej powszechnych dań rybnych. Podczas najbliższych świąt możemy zatem zaszaleć i poznać nowe smaki.

M. Rogalski



Fot. freepik.com

kami, orzechami, wycinankami z kolorowego papieru oraz malowanymi wyduszkami jaj. Po czasie na jeglikach pojawiły się cukierki, świeczki i barwne łańcuchy.

## Od kogo prezenty

Utarło się u nas, że w wigilijny wieczór pod choinką znajdujemy prezenty. W wielu innych krajach obdarowywanie odbywa się dopiero w Boże Narodzenie. U nas wszystko miało swój porządek.

Święty Mikołaj pojawiał się nocą 6 grudnia i wrzucał do butów drobiazgi, najczęściej cukierki. W Adwencie nie wypadało ich smakować, bo w Wigilię nimi dekorowano choinkę. Od dzieciństwa wiedziałem, że prezenty pod choinkę podrzuca Gwiazdor. Później próbowano wmieszać to Dziadka Mroza. Teraz panowanie objął Święty Mikołaj – ten z Rovaniemi lub amerykański Santa Claus, a także maratończycy w czerwonych czapkach lub jeźdźcy na motorach.

cuch z papieru. Pamiętam jabłka na choince i kolorowe cukierki, których do Nowego Roku nie wolno było kosztować. Pamiętam iglicę, nazywaną czubkiem oraz kruche bombki – zawsze te same, bo kto by co roku kupował nowe. Na koniec ktoś z dorosłych w bezpiecznych miejscach przyczepiał na choince świeczki, prawdziwe woskowe z knotem, w specjalnych żabkach, a obok nich zimne ognie. Wszystko odpowiednio rozmieszczono, by nie spowodować pożaru.

W tamtych czasach wieści o wszelakich nieszczęściach docierały z opóźnieniem lub nie docierały wcale. Dopiero dzięki Ewie Zdrojkowskiej z Radia Olsztyn po latach dowiedziałem się co w wigilijny wieczór wydarzyło się w Leśniczówce Pranie. Pani Kira – córka Konstantego Ildefonsa Gałczyńskiego – opowiedziała, że pewnego roku jej synek, gdy dorodził krztał się w kuchni, bacznie obserwował choinkę, na której płonęły świeczki.



# olsztyn.eu

JESTEŚMY NA:



facebook.com/olsztyn.eu



youtube.com/wwwolsztyn.eu



instagram.com/miastoolsztyn

## Gdzie w Olsztynie znaleźć darmową pomoc i poradę w trudnych sprawach?

Nie każdy musi być prawnikiem, psychologiem, doradcą czy specjalistą od spraw urzędowych. W Olsztynie są miejsca, gdzie można taką pomoc dostać – bezpłatnie, życzliwie i bez zbędnych formalności.

### Gdzie i jak skorzystać?

Darmowa pomoc prawna w Olsztynie to sprawdzone rozwiązanie dla wszystkich, którzy z różnych powodów nie mogą pozwolić sobie na wizytę w płatnej kancelarii. Wystarczy złożyć krótkie oświadczenie, że pokrycie kosztów porady byłoby trudnością. Osoby prowadzące jedno-

osobową działalność gospodarczą dodają tylko informację, że nie zatrudniały pracowników w ostatnim roku – to wystarczy, by otrzymać wsparcie w ramach tzw. pomocy de minimis.

Rejestracja jest prosta, wystarczy zadzwonić pod numer 507 410 198 w dni robocze między 8:00 a 15:00 i umówić się na dogodny termin.

Punktów jest kilka, więc łatwo znaleźć taki, który będzie najbliżej domu albo pracy.

Po wizycie można podzielić się swoją opinią anonimowo, wrzucając ankietę do urny w punkcie albo przez internet. To pomaga ulepszać jakość świadczonych usług i dostosowywać je do realnych potrzeb mieszkańców.

### Pomoc nie tylko prawna

Olsztyńska sieć wsparcia to jednak nie tylko porady prawne. W naszym mieście działają także punkty, gdzie można otrzymać wsparcie psychologiczne, pedagogiczne czy rodzinne. Osoby zmagające się z uzależnieniami, w tym alkoholowymi, mogą liczyć na pomoc w MOPS-ie oraz w Miejskim Zespole Profilaktyki i Terapii

Uzależnień. Z kolei, jeśli sprawa dotyczy praw pracownika, warto skontaktować się z Urzędem Wojewódzkim albo Okręgowym Inspektoratem Pracy. Sprawy konsumenckie? W ratuszu czeka Miejski Rzecznik Konsumentów, który pomoże, gdy zakupy nie poszły po naszej myśli, a sprzedawca udaje, że nie ma sprawy.

### Również dla obywateli Ukrainy

Darmowa pomoc prawna jest dostępna także dla osób z Ukrainy, które przyjechały do Polski, niezależnie od statusu formalnego. Nie trzeba mieć żadnych decyzji o ochronie międzynarodowej. Wystarczy się umówić i przyjść po poradę.

### Pomoc blisko, pomoc dostępna

To wszystko tworzy system, który, choć może nie widać go na pierwszy rzut oka, działa cicho i skutecznie. Jest dla każdego, kto znajdzie się w trudniejszej sytuacji i potrzebuje wsparcia. Nie ma w nim ocen, nie ma barier, jest za to serdeczność, profesjonalizm i konkretna pomoc. Wystarczy jeden telefon.

### Telefon do rejestracji:

507 410 198

### Godziny rejestracji:

poniedziałek-piątek, 8:00-15:00

Jeśli potrzebujesz pomocy, nie wahaj się. W Olsztynie znajdzie się dla Ciebie miejsce, w którym ktoś wysłucha i pomoże.



### URZĄD MIASTA OLSZTYNA

Wydział Promocji i Informacji

Jana Pawła II 1, 10-101 Olsztyn

☎ 89 50 60 727, 89 50 60 728

✉ rzecznikprasowy@olsztyn.eu

# olsztyn.eu

**SYLWESTER 2025**  
**DISCO FEVER** lata 70' i 80'



NAJWIĘKSZY PARKIET TANECZNY W MIEŚCIE  
 DJ Z ORKIESTRAMI Z CAŁEGO ŚWIATA  
 WYKWINTNE MENU  
 POKAZ PARY TANECZNEJ

**ERANOVA**  
 MIEJSCE KREATYWNEJ AKTYWNOŚCI

**31.12** GODZ. 19:00-03:00  
**885 81 81 85** CENA OD **399** zł

## Dziela się pasją

Eranova to dynamicznie rozwijająca się instytucja w Olsztynie, która kolejne pokolenia inspirowa i motywuje do aktywności ruchowej. Każdy znajdzie tutaj coś dla siebie, ponieważ oferta skierowana jest do wszystkich: dorosłych, którzy chcą rozwijać swoje taneczne pasje, dzieci, które stawiają pierwsze kroki na parkiecie, a także do seniorów, którzy chcą w przyjaznej atmosferze aktywnie spędzać czas. Różnorodne zajęcia fitness pomagają zadbać o formę, zdrowie i dobre samopoczucie. Ale to wszechstronne miejsce oferuje znacznie więcej niż tylko taniec i fitness. Oprócz zajęć ruchowych, można skorzystać tutaj także z usług gastronomicznych, zorganizować różnorodne

wydarzenia takie jak dancingi, wesela, konferencje, chrzciny, komunie oraz jubileusze, podczas których Eranova oferuje sale na wyłączność, szeroki wybór smacznych dań oraz profesjonalne nagłośnienie i oświetlenie. Dzięki kompleksowemu podejściu, stawia na jakość i zadowolenie gości, oferując unikalne doświadczenia i profesjonalną obsługę. To idealne miejsce na celebrowanie ważnych momentów w życiu, w atmosferze radości i wspólnego świętowania.

Pasja, jaką właściciele Karolina Felska i Krzysztof Wasilewski włożyli w rozwój tej placówki, sprawiła, że jest ona ważnym punktem na mapie Olsztyna, a jej historia wciąż trwa, pełna nowych wyzwań i osiągnięć.



Rezerwacje:  
 tel.: +48 89 538 70 30  
 tel.: +48 510 145 707

**7+ Dziadek do orzechów**  
 3-13 stycznia



**STYCZEŃ W OTL**

**3+ Dziewiąta planeta**  
 4-16 stycznia



### Drodzy Czytelnicy!

Niech Boże Narodzenie obudzi nadzieję na to, co nowe, jasne i dobre. Niech Wasze domy napętnią się świątecznym rozgardiaszem, a serca — zachwytem nad codziennością, jak u Małego Księcia, który wiedział, że „najważniejsze jest niewidoczne dla oczu”.

Życzymy Wam, by ta jedna chwila zatrzymana w czasie niczym wers u Szyborskiej była impulsem do czerpania radości z teraźniejszości.

Warto pamiętać, jak pisała Tove Jansson, że są chwile, kiedy otwierają się nowe, niewiarygodne możliwości, nastaje nowy dzień, w którym wszystko może się zdarzyć.

Niech więc każdy ma odwagę napisać własną, wyjątkową opowieść — tę wigilijną i tę codzienną, tworzoną z zachwytów, dobrych słów i spotkań przepełnionych zrozumieniem dla drugiego człowieka.

Zaczytanych Świąt  
 życzy  
 Dyrekcja oraz pracownicy  
 Miejskiej Biblioteki Publicznej w Olsztynie



# Odpady kuchenne będą tańsze

zGOK

Interreg  
Baltic Sea Region



Co-funded by  
the European Union

CIRCULAR ECONOMY  
CINURGI

**Aż 42% Polaków przyznaje, że wyrzuca żywność. Problemem jest też marnotrawienie potencjału energetycznego odpadów kuchennych wyrzucanych do pojemników na odpady zmieszane. Żeby zachęcić mieszkańców do prawidłowego segregowania bioodpadów, w nowym roku spadnie cena za przyjęcie odpadów kuchennych przez ZGOK.**

## Dlaczego wyrzucamy żywność?

Z badań Federacji Polskich Banków Żywności wynika, że 65,2% Polek i Polaków robi to ze względu na zepsucie artykułów spożywczych. Natomiast 26,5% przyznaje, że przygotowuje zbyt dużo jedzenia. Dane Instytutu Ochrony Środowiska i Państwowego Instytutu Badawczego wskazują, że na proces marnowania żywności przez konsumentów główny wpływ ma planowanie zakupów, ich realizacja oraz przygotowanie i konsumpcja posiłków. Najczęściej wyrzucamy pieczywo (34%), wędliny (18,3%), owoce (18,1%), warzywa (15,6%) i mleko (14%). Aż 6 na 10 Polaków rzadko sprawdza przed zakupami stan swoich zapasów. Tymczasem sporządzenie listy zakupów może ograniczyć wyrzucenie jedzenia o 20% na osobę.

Kolejny aspekt sprawy dotyczy marnowania wyrzuconej żywności, czyli bioodpadów. Niestety, odpady kuchenne bardzo często wyrzucamy do pojemnika na odpady zmieszane, zamiast wyrzucić je do pojemnika brązowego. W masie odpadów zmieszanych, które trafiają do ZGOK-u, odpady organiczne stanowią aż 40-50%. A po świętach ta ilość wzrasta nawet do 60%! Takie niewłaściwe działanie rodzi kilka negatywnych skutków, m.in. marnotrawienie dużego potencjału energetycznego bioodpadów oraz zaniżenie tzw. wskaźnika recyklingu. Segregowanie odpadów organicznych, a zwłaszcza kuchennych, jest bowiem bardzo ważne ze względu na to, iż każda gmina powinna uzyskać ww. wskaźnik recyklingu. W bieżącym roku wynosi on 55%, co oznacza, że taki odsetek odpadów – spośród wszystkich odpadów wytworzonych przez mieszkańców gminy – musi trafić do recyklingu. Jeżeli gmina nie uzyska ww. wskaźnika, grozi jej kara finansowa. Segregowanie odpadów kuchennych może znacząco zwiększyć poziom recyklingu, ponieważ odpady te są ciężkie i stanowią aż 30 proc. masy wszystkich odpadów wytwarzanych przez mieszkańców.

## Nie 400 zł, a 300 zł za tonę

Udziałowcy ZGOK-u (samorządy 37 gmin), doceniając rolę i potencjał odpadów kuchennych, obniżyli w cenniku na 2026 r. koszt przyjęcia tych odpadów z 400 zł do 300 zł za tonę. Należy jednak pamiętać, że aby zapewnić jak najlepszą jakość odpadów kuchennych, trzeba je wyrzucać do pojemnika brązowego bezwzględnie bez worków i opakowań. Cena za odpady kuchenne w workach wzrasta do 880 zł za tonę. ZGOK przypomina, że worki to także odpady, których pozbycie się generuje dodatkowe koszty.

Do brązowego pojemnika mieszkańcy mogą aktualnie wyrzucać odpady kuchenne (czyli pozostałości po przygotowaniu posiłków) pochodzenia roślinnego. Jedynym odpadem pochodzenia zwierzęcego, który należy wyrzucać do pojemnika „bio”, są skorupki jaj. Technologia zaimplementowana w biogazowni będzie pozwalała przetwarzać także np. mięso i kości.

Dlatego gmina Olsztyn wprowadzi 1 stycznia 2026 r. osobną zbiórkę odpadów kuchennych oraz odpadów zielonych. Nowością dla mieszkańców będzie sposób gromadzenia odpadów kuchennych. Od nowego roku przy posesjach w zabudowie jednorodzinnej zostaną ustawione dodatkowe pojemniki w kolorze brązowym, przeznaczone do gromadzenia resztek żywności pochodzenia roślinnego (m.in. obierki, ogryzki, fusy po kawie i herbacie), zwierzęcego (m.in. mięso, kości, chrząstki, skórki, skorupki jajek) oraz resztki potraw i żywności przetworzonej (m.in. nabiał, pieczywo, wędliny).

Zmiany będą dotyczyły również mieszkańców zabudowy wielorodzinnej/wielolokalowej. Znajdujące się obecnie przy blokach pojemniki na bioodpady, po zmianie oznaczeń na „BIO KUCHENNE”, zostaną przeznaczone do zbiórki właśnie odpadów kuchennych. Pojemniki na odpady zielone pochodzące z pielęgnacji terenów zielonych będą niezmiennie podstawiane na wniosek zarządców wspólnot lub spółdzielni mieszkaniowych.

## W marcu rozruch biogazowni

Już w przyszłym roku będziemy mieli w Olsztynie biogazownię komunalną ZGOK, która będzie przetwarzać rocznie 30 tys. ton odpadów kuchennych. W marcu 2026 r. nastąpi rozruch technologiczny tej instalacji, należącej do 37 gmin z Warmii i Mazur, w tym do gminy Olsztyn. Wspomniana biogazownia powstaje właśnie po to, by zamienić nasze odpady kuchenne w energię. – Dzięki tej inwestycji możemy także pomóc gminom osiągnąć wymagane wskaźniki recyklingu – dodaje Mariusz Rychcik, Prezes Zakładu Gospodarki Odpadami Komunalnymi Sp. z o.o. w Olsztynie (ZGOK).

Budowa biogazowni jest już zrealizowana w 80 proc. Koszt inwestycji wynosi 67 mln zł. Instalacja, wykorzystująca technologię fermentacji mokrej, ma przetwarzać bioodpady, produkując z nich energię w kogeneracji. Dzięki temu, należący do ZGOK-u Zakład Unieszkodliwiania Odpadów Komunalnych w Olsztynie, stanie się niezależny energetycznie.



## BIO KUCHENNE

Odpady kuchenne ulegające biodegradacji

### WRZUCAMY BEZ WORKÓW !!!

- odpady kuchenne, spożywcze - stałe
- odpady warzywne i owocowe (w tym: obierki, ogryzki itp.)
- resztki żywności roślinnej
- resztki żywności pochodzenia zwierzęcego (w tym: mięso, kości, chrząstki, skórki, skorupki jajek itp.)
- fusy po kawie i herbacie
- resztki potraw i żywności przetworzonej (w tym nabiał, pieczywo, wędliny itp.)

### NIE WRZUCAMY

- worków foliowych, słoików i innych opakowań
- trawy, gałęzi, odpadów z pielęgnacji ogrodu
- popiołu, w tym popiołu z popielniczek
- doniczek z ziemią i ziemi z doniczek
- ziemi i kamieni
- odchodów zwierząt
- płyt wiórowych, trocin
- innych odpadów komunalnych (w tym niebezpiecznych)

OLSZTYN



czysty.olsztyn.eu

Niech magiczna moc wigilijnego wieczoru  
przyniesie spokój i radość.  
Niech każda chwila świąt Bożego Narodzenia  
żyje własnym pięknem, a Nowy Rok  
obdaruje pomyślnością i szczęściem.  
Najpiękniejszych świąt Bożego Narodzenia  
życzą: Zarząd i Pracownicy  
Zakładu Gospodarki  
Odpadami Komunalnymi  
Sp. z o.o. w Olsztynie





Jest jedna rzecz w życiu człowieka, której nie można zatrzymać. To czas. Biegnie on zawsze do przodu, nieuchronnie powodując starzenie się organizmu. Przychodzi taki okres, że stając rano przed lustrem stwierdzamy, że już jesteśmy – niestety – starzy. Może wciąż wydaje się nam, że umysłowo dorównujemy młodym ludziom, ale niestety często jest to złudne, dlatego bywa bardzo często wykorzystywane przez osoby, od których w niektórych chwilach możemy być zależni.



Bardzo często podnoszone w mediach są sprawy związane z różnego rodzaju oszustwami. Głównie internetowymi, bo te są nagminne i wbrew pozorom łatwe do przeprowadzenia. Metody są ciągle udoskonalane i edukacja społeczeństwa niewiele pod tym względem zmienia. Masz rację, Jacku, że głównie narażone na to są osoby starsze, z zasady bardziej ufne i łatwowierne. Nie każdy emeryt ma jednak dostęp do komputera, więc zakres oszustw się zawęża.

## Smutne życie staruszka

Oczywiście nie dotyczy to wszystkich, ale niestety im jesteśmy starsi, tym nasze myślenie bywa słabsze – a może po prostu inne. Wydaje się nam, że otaczający nas ludzie traktują nas jak równych sobie. Owszem, tak również bardzo często się zdarza, jednak coraz częściej dochodzi do sytuacji, w których osoby starsze nie są szanowane, a wręcz przeciwnie – bywają wyśmiewane. Nikt nie chce im pomóc, a najgorsze są sytuacje, gdy są po prostu wykorzystywane, a czasami wręcz perfidnie oszukiwane. Ostatnio coraz częściej popularne staje się wyłudzenie pieniędzy od osób starszych metodą „na wnuczka”, czyli ktoś dzwoni i informuje, że wnuk miał wypadek lub znalazł się w innej trudnej sytuacji i potrzebna jest określona kwota pieniędzy. Na szczęście takimi sprawami zajmuje się policja. Nie wiem jak nazwać to, co przydarzyło się mojemu znajomemu. Dziewięćdziesiąt pięć lat to wspaniały wiek, zwłaszcza jeśli człowiek wciąż potrafi samodzielnie zadbać o wszystko wokół siebie. Gorzej, gdy w domu wydarzy się awaria – a taka w mieszkaniu mojego znajomego, należącym do spółdzielni, rzeczywiście się zdarzyła. Mój kolega zadzwonił do administracji i zgłosił, że zepsuła się spłuczka. Uprzejmy pracownik poinformował, że mają obecnie dużo pracy, ale „złota rączka”, ich znajomy, przyjdzie i dokona naprawy. Tak też się stało – szybko i sprawnie. Niestety później zaczęło się prawdziwe piekło. Za wymianę hydraulik zażądał 1500 złotych. Gdy to usłyszałem, włos mi się zjeżył na głowie! Jak to możliwe, że w XXI wieku można w taki sposób ograbić spokojnego, starszego człowieka? Tyle płaci się za montaż nowego kompaktu, wraz z nowymi rurami i dodatkowymi pracami. Moim zdaniem jest to wyłudzenie, oszustwo i wykorzystanie – a do tego postępowanie skrajnie nieetyczne. Mój znajo-

my to człowiek spokojny, nieco zagubiony. Nie wie, jak dochodzić swoich racji. Przyjął z pokorą fakt, że został „zrobiony w osła” – nową metodą „na fachowca”, jak sam to określił. Czy w tej sytuacji policja może coś zrobić? Nic. Wszystko odbyło się bowiem w majestacie prawa. Pozostaje jednak jedno pytanie: czy to w ogóle przystoi?

Starszych ludzi trzeba szanować, i jeśli zachodzi potrzeba, pomagać im, a nie w perfidny sposób okradać. Jestem zbulwersowany i mam nadzieję, że mój adwersarz Andrzej zgodzi się ze mną, że z tymi, którzy powinni być pod naszą opieką, nikt nie powinien tak postępować. Ja tylko mogę dodać, że temu zdzierycy pewnie kiedyś zapcha się rura kanalizacyjna i inny nieuczciwy kolega-fachowiec wycisnie z niego ostatni grosz.

Jacek Panas

## Wykorzystanie sytuacji

Wydawać by się mogło, że fałszywy klient, fałszywy sprzedawca, fałszywy sklep, fałszywe strony banków, w dużej mierze są poza zasięgiem osób starszych, dlatego pojawiają się coraz bardziej wyrafinowane metody wyłudzenia pieniędzy, często przez bezpośredni kontakt. Celowo napisałem wyłudzenia, a nie oszustwa, gdy zachowane są pozory legalności. Przypomniałem sobie zdarzenie z moim udziałem, które miało miejsce kilka lat temu. Będąc przejazdem w Warszawie w gronie kilku znajomych, przydarzyła się nam awaria samochodu. Na tyle poważna, że nie mogliśmy kontynuować dalszej jazdy. Była to akurat niedziela, więc wszystkie punkty naprawy samochodów były zamknięte. Udało się nam dodzwonić do fachowca (mechanika), którego numer telefoniczny znaleźliśmy w gazecie. Przyjechał po kilkudziesięciu minutach w towarzystwie kolegi, bo sam nie był w stanie

prowadzić samochodu, ze względu na spożycie. Jak tylko wysiadł, poinformował nas, że bez względu na stopień awarii, samo podniesienie klapy w naszym samochodzie generuje koszt w wysokości tysiąca złotych. Cóż mieliśmy robić, wyraziliśmy zgodę. Kłapa poszła w górę, mechanik przeczyścił jakieś styki i samochód bez problemu odpalił. Nawet tego nie komentowaliśmy. W sumie cieszyliśmy się, że mogliśmy pojechać dalej. Nie zastanawialiśmy się, kto był bardziej zadowolony – my czy mechanik.

Fachowcy są w cenie. Za wiedzę się płaci. Jak w tym dowcipie, kiedy do zakładu naprawy samochodów podjeżdża klient z jakimś problemem. Fachowiec dokręcił śrubkę przy silniku i wycenił usługę na 500 złotych. Pięćset złotych za kilka minut pracy – zdziwił się klient. Tak drogi panie – samo dokręcenie śruby to 10 złotych. 490 złotych za to, że wiedziałem którą...

Wracając do sprawy, którą, Jacku, opisujesz. Chociaż wydaje się ona niewiarygodna, jest to zwykłe naciąganie klienta. Już samo skierowanie przez pracowników spółdzielni do prywatnego fachowca jest co najmniej dziwne. Poza tym, cenę usługi ustala się zawsze wcześniej. Trudno jednak wymagać, aby osoby starsze miały orientację w cenach materiałów i usług. Widocznie pan „złota rączka” nie miał żadnych skrupułów w tym względzie. Być może jest to kolejna metoda na wyłudzenie pieniędzy, poprzez podsyłanie kolegów „fachowców”, którzy mogą się później odwdziżyć. Taka usługa nie jest przecież nigdzie odnotowana, nie jest także objęta żadną gwarancją. Krótko mówiąc – dobrze płatna fucha. Na miejscu twojego kolegi poinformowałbym spółdzielnię o metodach stosowanych przez pracowników. W zaistniałej sytuacji niewiele to zmieni, ale będzie sygnałem i przestrogą na przyszłość.

Andrzej Zb. Brzozowski



Rys. Zbigniew Piszczako

REKLAMA

**spolem**  
WARMIA MAZURY

## Pobierz aplikację i oszczędzaj na zakupach!

- ✓ Promocje
- ✓ Gazetki
- ✓ Twoje paragony

Szczegóły w regulaminie na: [www.spolem.olsztyn.pl](http://www.spolem.olsztyn.pl)

Zbieraj punkty i odbieraj bony na zakupy!

REKLAMA

## Projekt łazienki, kuchni i garderoby za 1 grosz

Przy zakupach do projektu za min. 2000 zł. Regulamin dostępny w sklepach i na [leroymerlin.pl](http://leroymerlin.pl).

**OLSZTYN, ul. Tuwima 25**

**LEROYMERLIN**

# Zdrowi zimą!

**Nadchodzi najtrudniejszy czas dla zdrowia – mroźna zima. O czym trzeba pamiętać, gdy za oknem ciemno i mroźnie? Oto siedem prozdrowotnych rad, które warto wykorzystać podczas najbliższych kilku miesięcy.**

1. Zmieniamy kosmetyki do mycia twarzy. Aby nie usunąć ze skóry naturalnej lipidowej warstwy ochronnej, rezygnujemy z preparatów działających odtłuszczająco. Wybieramy gęstsze preparaty, tj. delikatne mleczka i emulsje kosmetyczne.

2. Przygotowujemy sobie bomby witaminowe. Mrożone od lata truskawki, czereśnie czy maliny miksujemy z mlekiem albo jogurtem naturalnym i słodzimy miodem. Uzyskujemy nie tylko przepyszny deser na ponure zimowe wieczory, ale i zdrowy koktajl, pełen witamin (zwłaszcza A i E) oraz wapnia. Ochota na coś słodkiego? Lepiej zmiksować banana z mlekiem niż zjeść paczkę ciasteczek.

3. Do butów wkładamy wkładki termiczne. Znakomite na lodowate nogi, bo wskutek kontaktu wkładki ze stopą powstaje przyjemne ciepło. Jeśli w czasie mrozów dużo chodzimy, to unikajmy butów ściskających

palce. Utrudniają krążenie krwi, co przy niskiej temperaturze sprzyja szkodliwemu ochłodzeniu stóp.

4. Wiążemy luźniej szalik. Nie opatulamy się nim ciasno, bo skóra szyi zanieczyści się rozgrzeje i spoci. Jak na chwilę zdejmujemy szalik, przeziębienie murowane.

5. Hartujemy się pod prysznicem. Ciało powinno być rozgrzane, więc najlepiej hartować się rano po wyjściu z ciepłego łóżka. Zlewamy ciało strumieniem zimnej wody od stóp w górę ciała. Stosujemy naprzemienny prysznic: raz zimną, raz ciepłą wodą, przy czym ostatni powinien być prysznic chłodny. Niełatwo się przełamać, ale warto, bo ten zabieg pobudza pracę serca, poprawia krążenie i ukrwienie tkanek.

6. Wychodzimy na świeże powietrze. Ponieważ zimą aż co dziecięty z nas ma objawy depresji sezonowej, ważne jest, by jej zapobiegać. Zimową chandrę powoduje

niedobór światła. Trzeba przekonać się do aktywności na powietrzu i przebywać wśród ludzi. Już zwykły spacer może wyraźnie poprawić samopoczucie. Dieta osoby ze skłonnościami do depresji powinna obfitować w tryptofan, związek pobudzający organizm do produkcji tzw. hormonu szczęścia (serotoniny). Znajdziemy go choćby w ciemnym chlebie, mleku, łosiosiu, żółtym serze czy bananach.

7. Poznajemy smak rozmaitych herbat. Warto odstąpić od rutyny i w sklepie z herbatami zdobyć jakieś nietypowe odmiany herbaty zielonej, czerwonej albo białej. Uważa się, że mają korzystny wpływ na zdrowie, zawierają sporo witamin i mikroelementów, a także pomagają kontrolować wagę ciała. Trudno o niezbite naukowe dowody, ale przyjemnie samemu zweryfikować tę potoczną wiedzę, smakując wieczorem japońskiej herbaty o aromacie czekolady z pomarańczą.



Zamiast siedzieć w domu, lepiej ubrać się ciepło i skorzystać z uroków zimy



Fot. freepik.com

## Nam katar niestraszny

**Katar leczony trwa tydzień, nieleczony siedem dni – gorzko puentują udręczone nim osoby, zasmarkawszy kolejną paczkę chusteczek. Na szczęście istnieją proste domowe sposoby na to, by wreszcie móc od kataru odetchnąć.**

Najczęściej polecaną metodą na uporczywy katar są ziołowe inhalacje. Do garnuszka z wrzątkiem wrzucamy garstkę ziół (np. działającą przeciwzapalnie mieszanek rumianku, szalwii i mięty). Pochylając twarz nad garnuszkiem, trzymamy nad głową ręcznik, by jak najwięcej wonnej pary trafiło do płuc, zamiast rozpląnąć się w powietrzu. Jeśli będziemy poddawać się tej rozgrzewającej ziołowej inhalacji dwa razy dziennie, to katar zacznie stopniowo ustępować.

Łagodniejsza od inhalacji jest aromatyczna kąpiel, dobra, gdy czujemy, że katar dopiero powoli zaczyna nas łapać. Do wanny gorącej wody dodajemy około piętnastu kropli olejku sosnowego albo eukaliptusowego. Mają działanie przeciwbakteryjne i przeciwzapalne, rozrzedzają wydzielinę z nosa. Olejkami można delikatnie pokropić poduszkę do snu, to będziemy inhalować nos również przez sen.

W walce z katarą mogą nam pomóc jeszcze tabletki oraz krople. Dość szybko odtykają nos, ponieważ obkurczają naczynia krwionośne i zmniejszają gęstość wydzieliny. Ważne jednak, że krople należy odstawić już po kilku dniach, by nie spowodowały tzw. polekowego nieżyty nosa. Takie zagrożenie nie wystąpi w przypad-

ku tabletek na katar z pseudoefedryną. Mimo to podobne specyfiki musimy stosować ściśle według zaleceń farmaceuty albo producenta leku. Pamiętajmy też o błonie śluzowej nosa, która podczas kataru ulega wysuszeniu, piecze i staje się podatna na atak drobnoustrojów. Zadbajmy o jej nawilżenie, zwiększając wilgotność powietrza. Po prostu wietrzmy pokoje, a na kaloryferach powieśmy pojemniczki z osoloną wodą.

W pozbyciu się kataru często pomaga witamina C. Może sama nie pokona wirusów, ale przynajmniej uszczelnia naczynia krwionośne. Dzięki temu obrzęk staje się mniejszy, a z nosa przestaje cieknąć jak z zepsutego kranu. Włączmy do swojego menu produkty bogate w witaminę C, jak dżem porzeczkowy czy herbatka z owocem dzikiej róży.

Jeśli uporczywy katar trwa około dwóch tygodni, wydzielina jest gęsta i zielonożółta, a w trakcie pochylania głowy czujemy dotkliwy ból w okolicach czoła lub policzków, to warto pójść do lekarza. Taki katar może być przyczyną jakiegoś schorzenia albo objawem nadciągającej choroby. Zareagujmy w porę, by przez kolejne miesiące móc beztrąsko cieszyć się zdrowiem oraz piękną, białą zimą.

# § Porady spod paragrafu §

Mirosław Rogalski

## Pierwsza taka Wigilia – obowiązujące zakazy oraz wyjątki

W tym roku po raz pierwszy Wigilia Bożego Narodzenia (24 grudnia – środa), będzie dniem wolnym od pracy. Skorzystają z tego między innymi pracownicy biurowi, osoby zatrudnione w urzędach, w oświacie i przede wszystkim w handlu. Za zorganizowanie w tym dniu pracy grozi grzywna 30 tys., a w branży handlowej kara może sięgać nawet 100 tys. zł. Zakaz pracy w handlu obejmuje zarówno pracowników etatowych, jak też osoby zatrudnione na podstawie umów cywilnoprawnych. Oznacza to, że trudno będzie zrobić zakupy w ostatniej chwili. Swoistą „rekompensatą” było ustanowienie w grudniu trzech handlowych niedziel.

Przewidziano liczne wyjątki. Najbardziej znany to prowadzenie handlu przez właściciela osobiście, a także korzystając z nieodpłatnej pomocy najbliższych – małżonka, dzieci, rodziców lub teściów. Warunkiem jest, by osoby te nie były zatrudnione w tym sklepie na etat lub umowę cywilnoprawną. Wśród wielu wyjątków znalazły stacje paliw, kwaciarnie, apteki oraz piekarnie i cukiernie. Otwarte będą też punkty na dworcach i lotniskach. W hotelach, miejscach wypoczynku, a przede wszystkim w ośrodkach narciarskich bez przerwy obsługiwani będą goście. Osobom pracującym 24 grudnia przysługiwać będzie możliwość odebrania wolnego dnia w innym terminie.

## Obiecanki cacanki, czy realna możliwość?

Całe moje dorosłe życie związane jest z opłatami za słuchanie radia i oglądanie telewizji. Czasy się zmieniały, technika przekazu radiowo-telewizyjnego nowoczesniała, a abonament RTV trzymał się mocno. Od kilku lat zapowiadana jest likwidacja tego „przestarzałego” haraczku i zastąpienie go inną daniną. Wszystko dlatego, że abonament RTV nie zapewnia stabilnego finansowania mediów publicznych.

Na początku grudnia ogłoszono projekt nowej ustawy medialnej, zakładającej likwidację abonamentu RTV. Proponuje się rezygnację z obowiązku ponoszenia tych opłat, a w zamian zakłada się dotację z budżetu państwa. Nastąpi to pod warunkiem, że pomysł zostanie wpisany do ustawy budżetowej. Czy szybko to zostanie wcielone w życie? Nie tak bardzo, bo resort kultury chce, aby opłata (o ile decyzja zostanie podjęta) zniknęła naj-

Nieco innym prawem rządzą się jarmarki bożonarodzeniowe, które rozpoczęły się już w listopadzie i trwać będą niekiedy do pierwszych dni stycznia. Tak jest np. we Wrocławiu, w Krakowie i po raz pierwszy na Placu Defilad w Warszawie. Wśród licznych atrakcji są stoiska z rękodziełem i lokalnymi produktami, gastronomia, lodowiska i karuzele. Tam handel w Wigilię również będzie ograniczony. Gastronomia, punkty z pamiątkami mogą działać, jednak większość zamknie się wczesnym popołudniem. Natomiast, już w święta Bożego Narodzenia po południu i wieczorem można spodziewać się otwartych stoisk, zwłaszcza tych oferujących grzane wino i jedzenie.

Zgodnie z prawem praca w Wigilię będzie dozwolona – jak zwykle – w ruchu ciągłym, w pracy zmianowej oraz służbach ratowniczych. Dla strażaków, policjantów, ratowników medycznych oraz personelu w placówkach służby zdrowia będzie to normalny dzień pracy. Dyżury obejmą lekarze, pielęgniarki oraz diagnosty laboratoryjni. Swoje obowiązki wypełniać będą także pracownicy domów pomocy społecznej. Podobnie sytuacja wygląda w energetyce i wodociągach. Transport publiczny również nie zatrzyma się tego dnia. Kierowcy autobusów, operatorzy metra, kolejarzy oraz pracownicy lotnisk zapewnią możliwość przemieszczania się i przewozu towarów.

wcześniej za rok, dopiero wraz z początkiem 2027 roku. Jednocześnie proponuje się, aby zaległe zobowiązania abonamentowe پرداختowały się jeszcze później, bo dopiero po upływie 2 lat, tj. do końca 2028 roku. Przewiduje się również w tej sprawie częściową abolicję, ale szczegóły nie są jeszcze znane.

Wiadomo natomiast, że w 2026 roku opłata abonamentowa nadal będzie obowiązywać. Posiadacze odbiorników radiowych zapłacą znowu więcej, bo 102,60 zł rocznie, natomiast opłata za odbiorniki radiowe i telewizyjne wzrasta do 329,40 zł rocznie. Podobnie jak dotychczas, z opłat abonamentu RTV w 2026 roku zwolnione będą osoby po 75. roku życia (po rejestracji na pocztę), inwalidzi wojenni i wojskowi, osoby zaliczone do I grupy inwalidzkiej, a także emeryci po 60. roku życia, których emerytura nie przekracza 50% przeciętnego wynagrodzenia.

Zwolnione będą też osoby bezrobotne, pobierające rentę socjalną, zasiłek przedemerytalny, świadczenie pielęgnacyjne lub zasiłek

opiekuńczy, ale to wszystko wymaga złożenia oświadczenia i odpowiednich dokumentów w urzędach Poczty Polskiej.

## Jeśli nie chcesz mojej zguby, drona kup mi, luby

To doskonały w obecnych czasach prezent pod choinkę. Pod warunkiem, że nie będzie zbyt wielki oraz nabyty i eksploatowany zgodnie z obowiązującymi przepisami. Liczba bezzałogowych statków powietrznych (BSP) nad naszymi głowami rośnie. Rośnie też możliwość powodowanych przez nie szkód i niekiedy trudno ocenić ich wysokość.

Od połowy listopada w Polsce obowiązuje ubezpieczenie OC dronów o masie powyżej 250 g. Wszystko po to, by w ten sposób pokrywać ewentualne szkody. Ustawa „Prawo lotnicze” zobowiązuje operatorów bezzałogowych statków (o masie od 250 g

do 20 kg) do zawarcia umowy ubezpieczenia od odpowiedzialności cywilnej za szkody powstałe w związku z wykonywanymi lotami i operacjami. Przepisy stanowią, że polisę OC należy wykupić najpóźniej dzień przed planowanym lotem. Ubezpieczenie ma służyć pokryciu szkód, które mogą powstać przy upadku drona. Opłata jest obowiązkowa niezależnie od tego, czy użytkownik korzysta z „latającej maszyny” komercyjnie czy dla zabawy. Ma to chronić osoby trzecie i ich mienie przed skutkami potencjalnych szkód. Operatorom, którzy będą wykonywać loty bez wykupionego OC, grozi nawet 4 tysiące złotych kary.

## Drewno opałowe i choinki prosto z lasu

Zima już w listopadzie dała znać o sobie i zasygnalizowała, jakie kłopoty może sprawić. Między innymi dlatego w ostatnich tygodniach wzrósł popyt na drewno opałowe. Wraz z nim w górę idą ceny w nadleśnictwach. Rok do roku to wzrost rzędu nawet 20 procent. Winne temu jest nie tylko zwiększone zapotrzebowanie. Ciągłe rosną koszty transportu, robocizny i samego surowca. Ceny opału pozyskanego w lasach różnią się w zależności od rodzaju drewna i regionu, a wahają się obecnie od 150 do 500 zł za metr sześcienny. Droższe jest drewno z drzew liściastych, nieco taniej można kupić opał z sosny i świerka. Najtań-

sze jest drewno pozyskane przez nabywcę samodzielnie. Najdrożej – niech nikogo to nie dziwi – kosztuje drewno kradzione. Ten proceder nadal kusi. Straż leśna wypisuje srogie mandaty za wjazd do lasu oraz karze za nielegalne wywożenie opału.

Przed świętami można też nieźle zapłacić za wycinane bez zezwolenia choinki. To nie przelewki. Za kradzież drzewka grozi mandat do 500 zł. Za wycinkę na większą skalę, kara może wynieść 5 tysięcy. Przypominamy, że każdy sprzedawca żywych choinek musi posiadać odpowiednie dokumenty, potwierdzające legalność ich pochodzenia oraz zezwolenie na sprzedaż.

## Czujniki gazu, czadu i dymu

Od 23 grudnia 2024 roku w Polsce obowiązują przepisy nakładające obowiązek montażu czujników dymu i tlenku węgla w nowych budynkach mieszkalnych. W najbliższych latach (do stycznia 2030 roku) takie instalacje, spełniające odpowiednie normy, obowiązkowo powinny pojawić się również we wszystkich mieszkaniach, domach oraz lokalach usługowych, w których są wykorzystywane urządzenia używające gazu lub innych paliw. Takie zabezpieczenia powinny też posiadać budynki użyteczności publicznej, w tym przede wszystkim posiadające miejsca noclegowe. Tego typu czujniki stają się ważnym elementem ochrony

naszego zdrowia i życia. Ich zadaniem jest wykrycie obecności zagrożenia w powietrzu, co pozwala na szybkie przewietrzenie oraz ewakuację z zagrożonych pomieszczeń.

Im szybciej takie zabezpieczenia zostaną zamontowane, tym lepiej. Tak oto obecnie bardzo popularne staje się hasło: Zabezpiecz swój dom, swą rodzinę i swoje otoczenie już dzisiaj!

Sprawa jest niezwykle poważna. Dlatego po pewnym czasie pojawią się sankcje za brak czujników. Właścicielom, którzy się do tych wymogów nie dostosują, grożą mandaty lub grzywny, a w skrajnych przypadkach nawet kara aresztu.

REKLAMA



tel. 89 523 51 15, 801 002 115,  
mail: [biuro@ultra-ubezpieczenia.pl](mailto:biuro@ultra-ubezpieczenia.pl)  
wszystkie biura:  
[www.ultra-ubezpieczenia.pl/kontakt](http://www.ultra-ubezpieczenia.pl/kontakt)

## ŁATWO DOSTĘPNE I TANIE UBEZPIECZENIA NA ŻYCIE W BIURACH ULTRA UBEZPIECZENIA

# Wspomnienia z przeszłości

**Mój kolega Mireczek, żeby wyrwać się z domu i nie brać udziału w świątecznych przygotowaniach, zawsze znajdował jakąś poważną robotę w Olsztynie. Chyba wszyscy byli z tego zadowoleni. On sam, a także jego żona Tereska, która często powtarzała: – Jak to dobrze, kiedy chłop nie kręci się po kuchni i nie wkłada nosa do potraw.**

W tym roku Mirek jeździł do Olsztyna, żeby remontować mieszkanie córce, a przy okazji odwiedzał mnie. Siadaliśmy wtedy w mojej piwniczce i w spokoju gadaliśmy o tym, jak to kiedyś było – raz fajnie, raz niefajnie. Między innymi podczas jednej z takich typowo chłopskich dyskusji opowiedziałem mu, jak wyglądał okres świąteczny na Warmii, a konkretnie w 1944 roku. Dowiedziałem się o tym od autochtonów, którzy mieli to szczęście, że przed wkroczeniem w styczniu 1945 roku „wyzwoliciele”, czyli Rosjanie, zdołali uciec z Olsztyna.

Warmińska wieś – można powiedzieć – żyła z dala od wojny. Im dalej była położona od miasteczek, tym mniej ludzie wiedzieli o tym, co się dzieje. Jedno było pewne: wojna trwała. Wiedzieli, że toczy się daleko, ale też wierzyli, że dzięki niezwykłej armii niemieckiej Rosjanie nigdy nie wejdą do Prus. W gruncie rzeczy żyli w nieświadomości. Przecież nie było wtedy telewizji ani internetu, a radio karmiło ich goebbelsowską propagandą, która utwierdzała ich w przekonaniu, że po chwilowych niepowodzeniach armia niemiecka będzie strzegła granic ojczyzny. Dlatego na spokojnej wsi życie toczyło się normalnie. W grudniu przygotowania biegły pełną parą. Robiono domowymi sposobami zabaweczki na prezenty dla dzieci, a także przygotowywano lepsze jedzenie. Okres wojenny sprawiał, że mięsa było mniej, dlatego mieszkańcy dogadywali się między sobą i ubijano tylko tyle świń, aby w każdym domu znalazło się choć trochę mięsa. Tradycyjnie na świątecznym stole miały się pojawić potrawy mięsne – pieczone i wędzone, żeberka w kapuście, boczek z grochem oraz wiele innych smakołyków, które na warmińskich stołach gościły tylko z okazji świąt kościelnych. W tym okresie jakby zapomniano o wojnie. Praktycznie się o niej nie mówiło, chociaż w większości chłopskich rodzin część mężczyzn była w wojsku. Wierzone jednak,

że na święta wrócą do domów. Pieczono również dużo różnych ciast i ciasteczek – obowiązkowo musiał pojawić się piernik. Wigilii nie obchodzono. Tego dnia przystrajano domy i robiono porządki w budynkach inwentarskich. Pierwszy dzień świąt zaczynał się od porannej mszy odprowadzanej między piątą a szóstą rano. Dopiero w latach trzydziestych pojawiła się pasterka odprowadzana o północy. Pierwszy dzień był typowo rodzinny – siadano do stołu, składano sobie życzenia i rozdawano dzieciom prezenty. Tak też było w święta w 1944 roku. Po wsiach, od chaty do chaty, chodzili kolednicy z szemelem (ubrany na białą mężczyznę niosący na kiju głowę konia). Biorący udział w orszaku przebierańców kominarz smarował dziewczyny sadzą, a stara wiedźma zbierała do kosza upominki. Drugi dzień świąt przeznaczony był na odwiedzin. Składano wizyty rodzinie, znajomym i przyjaciółom. Każdy wiejski dom mieszkalny, a szczególnie izba gościnna, udekorowany był snopkami – dwoma ustawionymi przy drzwiach albo czterema w rogach pokoju. Przeważnie po mszy gospodarz kroił snopki święconą wodą, a następnie zanosił słomę zwierzętom inwentarskim. Wierzone, że ma ona dobry wpływ na ich zdrowie przez cały nadchodzący rok. Choinki zaczęły zastępować w domach snopki dopiero po 1909 roku – początkowo tylko u katolików o polskich korzeniach. Od pierwszego dnia świąt zaczynały się tak zwane „dwunastki”, czyli dni aż do Trzech Króli. Na podstawie tego, jaka była wtedy pogoda, wrócono, jaki będzie cały rok. Na przykład obfitość jadal na stole wróżyła, że w domu nigdy nie zabraknie jedzenia, a dziewczyny wysmarowane sadzą miały wkrótce znaleźć swoich kawalerów.

W Olsztynie w 1944 roku święta nie miały już tak uroczystego charakteru. Zaciemnione okna sprawiały wrażenie wymarłego miasta. Jedynie za dnia katolicy zachodzili do katedry, by obejrzeć skromną



szopkę, a wieczorami tylko w nielicznych, źle zasłoniętych oknach domów można było dostrzec choinkę – przeważnie z jedną świeczką. Mimo świątecznego nastroju wyczuwalna była niepewność i strach. Wielu mieszkańców, mimo zakazu władz, wyjeżdżało pociągami z miasta, tłumacząc to wizytami u rodziny w Niemczech. Ogólnie jednak można przyjąć, że miasto funkcjonowało w miarę normalnie. Po dniach świątecznych ponownie otwarto urzędy i szkoły. Funkcjonowała także komunikacja miejska. W tym momencie Mirek mi przerwał: – Ja pamiętam Olsztyn dopiero pięć lat po wojnie. Mrozy były wtedy siarczyste. Co ciekawe, można było kupić węgiel, więc w naszym małym mieszkanku było ciepło. W sklepach prawie nic nie było – żeby zdobyć mięso, trzeba było wybrać się na wieś. Ojciec, jako główny zaopatrzeniowiec,

chodził z sankami do Jarot. Zawsze coś przywoził. Pamiętam też, że za naszym domem, w ziemi, zakopana była beczka i właśnie w niej wszyscy mieszkańcy kamienicy wędzili szynki. Przed samą Wigilią ojciec jeszcze raz wybierał się do lasu – wtedy, gdy ja i moje dwie siostry już spaliśmy. Rano w pokoju stała już choinka, udekorowana papierowymi łańcuchami, słomą, cukierkami i jabłkami, a pod nią leżały paczki, które można było otworzyć dopiero po wieczery wigilijnej. – Jak pamiętam – kontynuował Mirek – u nas w domu na Wigilię na stole musiało być dwanaście potraw. Zawsze liczył je tata: barszcz, uszka, śledzie w oleju i w occie, ryby smażone i w galarecie – to, co udało się złowić na wędkę. Do tego pierogi ruskie i z kapustą, gołąbki z kaszą, łazanki (rodzaj makaronu), jakieś sałatki oraz ćwikła z chrzanem. Na koniec wieczery

były ciasta i – co najważniejsze – prezenty. Pierwszym prezentem, który pamiętam, była głowa konia na kiju z uchwytami na ręce.

– Kiedy opowiadałeś o bożonarodzeniowej choince – wtrąciłem – przypomniła mi się moja wyprawa do lasu po drzewko. Pojechaliśmy z moim kolegą Krzyskiem maluchem do leśniczówki. Uzyskaliśmy zgodę i wskazano nam miejsce, gdzie mogliśmy wyciąć chojaki. Ja uwinąłem się szybko, bo chciałem małe drzewko. Kolega chciał większe. W pewnym momencie zaczął padać śnieg i po chwili wszystkie choinki wyglądały tak samo. Wybrałem więc większe drzewko i odciął je jakiś metr nad ziemią. Zwiąaliśmy je sznurkiem, zapłaciliśmy w kasie i ruszyliśmy do domu. W Wigilię zaszedłem do kumpla i mało się nie udlawiłem ze śmiechu. W dużym pokoju, od ściany do ściany, stała ogromna choinka, a pomiędzy jej gałęziami siedział mój kolega. Jego żona nie odzywała się do niego ani słowem. To właśnie jest magia świąt.

Teraz ja zacząłem opowiadać o świątach w naszej rodzinie: – U mnie w domu, jeśli nie udało mi się po cichu uciec na dwór, musiałem kręcić masę tortową. Zajmowało to sporo czasu, ale torty były znakomite. Najbardziej zjadałem się tortem makowym. Choinkę zawsze ubierała mama i aż do pierwszego dnia świąt nie wolno było zdejmować z niej czekoladowych cukierków. Niestety, kiedy rano zasiadaliśmy do stołu, na choince wisiały już tylko papierki. Ojciec, gdy wszyscy poszli spać – a że pracował do późna – podjadał te smakołyki. Po świątach zawsze się rewanżował i kupował coś pysznego. Taka była nasza wesoła tradycja. Kiedy byłem starszy, stałem się szybszy – sam objadałem się czekoladowymi łańcuchami, a w papierki zawijałem ziemniaki. To dopiero była u nas zabawna tradycja. Śmiechu było co niemiara, bo przecież to święta – czas radości i niespodzianek.

**Jacek Panas**



## Dowcipy na każdą okazję :)

- Edek, czy ty dalej pracujesz?
- Pracowałem na pół etatu, ale tydzień temu mnie zwolnili.
- Dlaczego?
- Okazało się, że to była praca na cały etat.

Rozmowa dwóch kumpi:

- Nadal jesteś zaręczony z Kingą?
- Nie, zerwała nasze zaręczyny miesiąc temu. Powiedziała, że jestem za biedny.
- Ale dlaczego? Powiedziałeś jej chyba, że masz bardzo bogatego wujka?
- Powiedziałem. Teraz jest moją ciotką.

Kura z kogutem pojechali ze wsi do miasta. Napotykają budkę z kurczakami z różną.

Kura mówi do koguta:

- Patrz! My tam na wsi harujemy... a tu karuzela i solarium.

Byliśmy z żoną na spotkaniu maturzystów z mojej szkoły, wiele lat po maturze.

Zauważyłem pijaną kobietę, siedzącą samotnie przy sąsiednim stoliku.

Żona spytała:

- Kto to jest?
- To moja była sympatia – powiedziałem z sentymentem. – Słyszałem, że gdy prze-rwaliśmy nasz romans, ona zaczęła pić i od tej pory nigdy nie była trzeźwa.
- Kto by pomyślał – powiedziała żona – że człowiek może coś świętować tak długo?

W pociągu:

- Proszę bilety do kontroli.
- A ja nie pokażę.
- Jak to pan nie pokaże?
- Ten pociąg ma dwie godziny opóźnienia. Według rozkładu jazdy ja już jestem w domu i jem kolację.

Po imprezie rodzinnej zostało mnóstwo jedzenia i sporo wódki. Następnego dnia rano żona poszła do pracy. Wraca wieczorem, a tu niczego nie ma, tylko pijany mąż. Wściekła krzyczy:

- Gdzie wódka? Gdzie sałatki i całe żarcie?
- A ty co myślałaś, że jak wyszłaś, to życie się po tym zatrzymało?

Żona mówi do męża:

- Kochanie, jaka ja byłam głucha i ślepa, jak za ciebie wychodziłam.
- No widzisz, z jakich chorób cię wyleczyłem...

Facet był u kochanki, ale zrobiło się już późno i trzeba wracać do domu.

Mówi więc do niej:

- Daj trochę wódki, ochlapię się, to żona nie będzie czuła twoich perfum.
- Facet wraca do domu, a żona robi mu awanturę.
- Myślałeś, że jak się poperfumujesz to nie pocuję, że wódkę piłeś?

Wybrał: AZB

## Horoskop dla wybranych



### BARAN 21.03-20.04

Unikaj sklepów z odzieżą na wagę. Kup kwiaty i daj osobie, którą lubisz. Jeżeli kogoś lubisz już bardzo długo, kup kwiaty sztuczne. Będą dłużej stały. Uważaj na podróbki. Kupuj tylko naturalne sztuczne kwiaty.

### BYK 21.04-20.05

Jeżeli wybierasz się na wcześniejszą emeryturę, weź pod uwagę fakt, jak się powodzi emerytom w naszym kraju. Bądź patriotą! Zrezygnuj z emerytury! ZUS i bez Ciebie ma poważne problemy!

### BLIŹNIĘTA 21.05-21.06

Jesteś wspaniałym kierowcą. Zamiast dobijać auto i wzbudzać popłoch niekonwencjonalną jazdą po ulicach, spróbuj szczęścia w wyścigach Formuły I. Przygotuj się na duże pieniądze. Za remont samochodu.

### RAK 22.06-22.07

Kup nową książkę i ją przeczytaj. Najlepiej kucharską lub telefoniczną. Zaznacz flamastrami ciekawsze fragmenty. Jeśli masz ochotę, naucz się ich na pamięć i staraj wykorzystywać w codziennym życiu.

### LEW 23.07-23.08

Jedyną rzeczą, jaką Ci się uda dostać na kredyt, będzie mandat za przekroczenie szybkości. Zresztą na Twoją wyraźną prośbę. Mogłeś zapłacić gotówką. Punkty karne zamienisz na nowe prawo jazdy.

### PANNA 24.08-23.09

Jeżeli młody człowiek nie ustępuje Ci miejsca w autobusie, niekoniecznie musi to być oznaka chamstwa i braku kultury. Kultura generalnie jest jaka jest, tylko przeważnie miejsc jest ciągle za mało.

### WAGA 24.09-23.10

Nie rozmrażaj lodówki. Przy Twoim szczęściu pewnie się przeziębisz. Gorąca kąpiel spowoduje, że następne dni mogą być pechowe. Z tego kłopotu wybawi Cię tylko awaria instalacji wodociągowej.

### SKORPION 24.10-22.11

Jeżeli masz trudności ze znalezieniem pracy, jest na to tylko jedna rada. Jeżeli już ją znajdziesz, to postaraj się w przyszłości, nigdy jej nie zgubić. Nie szukaj jej pod latarnią, choć podobno tam najlepiej jest znaleźć.

### STRZELEC 23.11-21.12

Zamiast zajmować się głupstwami, urządz w piwnicy lub w garażu laboratorium. Masz szansę odkryć skuteczną szczepionkę na kaca. Staniesz się dobroczyńcą ludzkości, a może dostaniesz nagrodę Nobla?

### KOZIOROŻEC 22.12-20.01

„Gdy Ci kot przebiegnie drogę, nie mów, że to pech. Kot Ci szczęście przynieść może, jeśli tylko chcesz”. Czyli jak zwykle wszystko zależy od Ciebie. Na wszelki wypadek uważaj na koty. Dosłownie i w przenośni.

### WODNIK 21.01-19.02

W najbliższym czasie zagraj na giełdzie w Nowym Jorku. Pozbądź się akcji General Motors. Kup pakiety kontrolne Coca-Coli. Na weekend wybierz się do opery. Najlepiej w Paryżu. Będzie dobrze.

### RYBY 20.02-20.03

Zaproś swojego szefa na imieniny lub pod byle pretekstem. Zmusz go, aby wypił z Tobą bruderszaft. Już jako kolegę, poproś go o podwyżkę. Gdyby Ci odmówił, powtarzaj brudzia, aż do skutku.

AZB

Redakcja zastrzega sobie prawo do unieważnienia horoskopu, bez podania przyczyn!

## Frykasy Andrzeja



Na wigilijnym stole, tradycyjnie, jak co roku, królować będą ryby w różnej postaci, ze smażonym karpem na czele. Jest to jedyny dzień, w którym spożywamy najwięcej ryb, a szkoda, ponieważ ich wartość odżywcza nie ustępuje wartości mięsa. Zawiera lekkostrawne białko w najlepszym gatunku oraz duże ilości fosforu, wapnia, a także magnezu. W związku z tym dzisiaj proponuję bardzo prosty i szybki (nie wymaga długotrwałego moczenia) sposób na smażoną (dowolną) rybę, który podkreśla jej walory smakowe.

## Rewelacyjna ryba smażona

**Składniki:** 1 kg płatów rybnych ze skórą (np. karp, tołpyga), 2 jajka, 1 łyżka pieprzu ziołowego, sól i pieprz do smaku, kilka „ćwiartek” cytryny, olej do smażenia.

Rybę dokładnie „myjemy” (nie trzeba jej moczyć) i kroimy na mniejsze kawałki według uznania. Do miseczki wbijamy 2 (całe) jajka, lekko je roztrzepujemy, dodajemy pieprz ziołowy, sól, pieprz naturalny i całość mieszamy. Do tak przygotowanej masy jajecznej wkładamy kawałki ryby i odstawiamy, na co najmniej pół godziny. Rybę (po wyjęciu z „zaprawy” jajecznej, bez maki) smażymy na rozgrzanym tłuszczu na złoty kolor. Podajemy (głównie z pieczywem) lekko polaną sokiem z cytryny.

Potrawa prosta, szybka i bardzo smaczna – w sam raz na wigilijny stół. Ryby nie musimy moczyć w wodzie, ponieważ pieprz ziołowy niweluje jej „bagienny” smak, uwypuklając naturalny. Brak maki dodatkowo „osłabia” kaloryczność potrawy, przez co jest ona zdrowsza. Filety (bez skóry i oczywiście ości) też można stosować, ale wymagają większej ostrożności, bo się mogą łamać.

Życzę wszystkim czytelnikom smacznych, spokojnych oraz wesołych świąt i wyruszam na poszukiwanie kolejnych frykasów.

Wasz Degustator  
Andrzej Zb. Brzozowski

Mikołajkowy turniej piłkarski

# Dzieci na parkiecie

**W olsztyńskiej hali sportowej przy ul. Mariańskiej odbył się piłkarski turniej mikołajkowy. Uczestniczyły w nim dzieci ze szkół podstawowych w wieku 9-10 lat.**

Zawody zostały zorganizowane przez Stowarzyszenie Sportu Szkolnego „Juvenia” i miasto Olsztyn. Uczestniczyły w nich osiem drużyn ze szkół podstawowych nr 1, 3, 5, 7, 9, 12, 15 i 18. – Zadaniem naszego stowarzyszenia jest wspieranie wszelkich inicjatyw związanych ze sportem szkolnym. Organizowaliśmy między innymi zawody w lekkiej atletyce czy szachach. Teraz przyszedł czas na piłkę nożną. Zainteresowanie turniejem było bardzo duże. Ze względu na pojemność obiektu udział w nim wzięło osiem zespołów – powiedział Wojciech Wysocki, przewodniczący stowarzyszenia i organizator turnieju.

Jedną ze szkół, które wzięły udział w turnieju mikołajkowym była SP9. – Otrzymaaliśmy zaproszenie do udziału w tych zawodach i postanowiliśmy z niego skorzystać. W naszej szkole organizujemy międzyklasowe rozgrywki piłkarskie dla uczniów.



Chłopcy, jak usłyszeli o tym turnieju, bardzo się ucieszyli. Mieli ogromną ochotę zmierzyć się z rówieśnikami z innych szkół. Mamy ustabilizowany skład w tej grupie wiekowej. Chłopcy są mocno zaangażowani w to, co robią. Cieszy nas to, że nie trzeba

ich namawiać do uprawiania sportu – poinformowała Paula Kalczuk, nauczyciel z SP9.

Wszystkie mecze turniejowe były zacięte, a mali piłkarze mocno zaangażowali się w rywalizację na boisku. W swoim pierwszym meczu gru-

powym „Dziewiątką” zremisowała z „Osiemnastką” 2:2. – Fajnie, że udało się z nimi zremisować, bo to dobra drużyna. Mają w składzie chłopców, którzy trenują w klubach. W naszej drużynie mamy trzech klubowiczów. Ja trenuję w Warmii. Mamy zgraną

drużynę. Graliśmy już w kilku turniejach. W ostatnim byliśmy drugimi. Może i teraz będzie podium – powiedział Mikołaj Olszewski, uczeń SP9. A jego kolega z drużyny Szymon Rejniak dodał: – Ja też trenuję w Warmii. Gram na skrzydle. Mamy w szkole fajną paczkę chłopaków, którzy lubią pograć w nogę. W takim turnieju gramy na pełen gaz. Chcemy pokazać, że potrafimy grać w nogę i wygrywać. Powalczymy o finał.

Tak się złożyło, że zespoły z SP9 i SP18 spotkały się po raz drugi. Tym razem w wielkim finale. Zwycięsko z tej rywalizacji wyszła „Osiemnastka” pokonując „Dziewiątkę” 3:2.

## Wyniki:

- o 7 miejsce – SP7 – SP1 2:1
- o 5 miejsce – SP3 – SP12 2:1
- o 3 miejsce – SP5 – SP15 2:0
- o 1 miejsce – SP18 – SP9 3:2

IRON

Hokej podwodny

# „Szczupaki” z Olsztyna

**Wszyscy znają sport zwany hokejem na lodzie. Jednak nie wszyscy wiedzą, że istnieje też hokej podwodny. I to w Olsztynie!**

W 2014 roku w Olsztynie powstał klub hokeja podwodnego. Jest to jedyny taki klub w województwie warmińsko-mazurskim. – Mieszkam w Olsztynie i szukałam czegoś równie fajnego i innego dla siebie. Znajomi z Gdańska grali w hokeja podwodnego. Razem z kolegą Rafałem Sikorskim postanowiliśmy założyć taki klub w naszym mieście. Pierwsze osoby, które rozpoczęły treningi wywodziły się ze środowiska nurków. Początkowo trenowaliśmy rekreacyjnie i po to, żeby utrzymać przez zimę dobrą formę – wspomina Alicja Maziarek, prezes klubu, zawodniczka i reprezentantka Polski.

Obecnie olsztyński klub „Szczupaki” uczestniczy w zawodach towarzyskich. Natomiast Polski Związek Hokeja Podwodnego, który powstał cztery lata temu, zaczął organizować raz w roku mistrzostwa Polski w tej



dyscyplinie sportu. Jednocześnie raz w miesiącu organizowane są zgrupowania kadry narodowej w Wałcu.



– Od niemal dwóch lat systematycznie klub się rozwija. Obecnie trenuje u nas ponad dwadzieścia osób, w tym kilka kobiet. Mamy już jedną kadrowiczkę, a dwóch naszych juniorów jest w kręgu zainteresowania trenera kadry – dodał Rafał Sikorski, wiceprezes klubu.

A jak wygląda gra w hokeja podwodnego? Boisko ma wymiary 25 metrów na piętnaście metrów. Bramka to metalowa rynienka umieszczona na dnie basenu.

Zawodnicy są uposażeni w czepki, płetwy, maski z rurką oraz plastikowe kije o długości noża kuchennego. Ich zadaniem jest przeprowadzenie po dnie basenu krążka o wadze 1,3 kg i wstrzelenie go do rynienki. Mecz trwa 15 minut. – Drużyna składa się z sześciu zawodników znajdujących się w wodzie

oraz czterech na zewnątrz. Gracze zmieniają się w trakcie gry. Gramy na bezdechu. Jak brakuje powietrza to wypływa się, żeby go zaczerpnąć. Nie ma bramkarza. Wszyscy zawodnicy mają wyznaczone swoje pozycje. Prowadzącego krążek nie wolno faulować, czyli uderzać, bo łapie się karę. Krążek należy zabrać rywalowi tylko kijem. W wodzie są trzej sędziowie, a jeden na zewnątrz – wyjaśnia Alicja Maziarek.

W styczniu przyszłego roku „Szczupaki” Olsztyn wezmą udział w turnieju rozgrywanym w Gdańsku. A jeśli ktoś zechce zobaczyć rywalizację w hokeju podwodnym na własne oczy to zapraszamy do olsztyńskiej „Aquasfery” w dniu 6 listopada 2026 roku. Wówczas odbędzie się w naszym mieście międzynarodowy turniej hokeja podwodnego.

IRON

BAIC  
3

UBEZPIECZENIE  
AC/OC  
ZA 1 PLN



OD  
74 900  
PLN BRUTTO

**AUTORYZOWANY  
SALON I SERWIS  
W OLSZTYNIE**

**DASZUTA**  
ul. Sikorskiego 33,  
10-188 Olsztyn  
tel. 89 544 91 91  
e-mail: [baic@daszuta.pl](mailto:baic@daszuta.pl)