

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

nr 2 (412) 2026 / 21.01 – 4.02.2026

WWW.ZYCIEOLSZTYNA.PL

Olsztyna

REKLAMA

KORKUĆ
CZĘŚCI
UŻYWANE
KASACJA
POJAZDÓW

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

zimą nie musi być zimno

Czytaj str. 12



REKLAMA

LOOMBARD.pl



**SKUP / SPRZEDAŻ
WYCENA**

**ZAREKLAMUJ
SIĘ** w Nowym
Życiu
Olsztyna



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

Pamięci ofiar obu totalitaryzmów

Czytaj str. 3

Waldemar Wiktor Bzura – Galeria Marszałkowska – styczeń-luty 2026

Zapraszamy od 12.01.2026 – godz. 14:30

Wystawa autorstwa Waldemara Bzury zatytułowana „Zanikające Klimaty Mazur na fotografii czarno-białej” to cykl dokumentujący życie wiejskie. Pejzaż, architektura, ludzie, zwierzęta, pory roku, żywy: ziemia, powietrze, woda.

Słowo Klimat kojarzy się zarówno z pogodą opisaną przez zespół zjawisk atmosferycznych, jak i z nastrojem – charakteryzującym miejsce, wydarzenia, sytuację.

Oba znaczenia leżą bardzo blisko siebie. Zjawiska świetlne, zapachy, dźwięki, odczucia ciepła słonecznego czy tego płynącego z dobra, radości, uczciwości, prostoty i czystości ludzkich intencji, można poznać tymi samymi zmysłami, a najlepiej precedując rzeczywistość przez własną w niej obecność. Obraz – ten najoczywistszy komunikat – umożliwia wyobrażone podróże w czasie i do miejsc. Fotografia natomiast, oprócz swej dokumentalnej właściwości, jest także prostym świadectwem obecności fotografa unaocznionym w miejscu i czasie. Waldemar Bzura miał okazję doświadczać życia mazurskiej krainy przełomu wieków. W sposób serdeczny i obiektywny, bez rozumianych jako artystyczne, uduchowienia, zapisał urok drewnianej architektury, surowe piękno szutro-

wej drogi, czas ożłoczonej pracą ludzi i zaprzężonych koni, szlachetność naturalnych materiałów: drewna, ziemi, śniegu, wody, bogactwo łąki, bez troskę małych wiejskich pieszków, kotów i – jakby spokrewnionych z nimi – gospodarskich bocianów...

Autor omija nowoczesne wtręty w autentycznym środowisku. Fotografuje z pominięciem współczesnej brzydoty. Nie znajdziemy tu bowiem telefonów komórkowych, rolników w bluzach adidas, banerów wyborczych przypiętych do ogrodzenia, dowodów ludzkiego okrucieństwa i głupoty.

Fotografie Waldemara Bzury komponowane są w sposób spokojny. Portretowane przedmioty, domy, ludzie, zwierzęta ujmują w skali zgodnej z formatem, raczej jednolitej wielkości. Kompozycje mają charakter centralny i rytmiczny.

Sklaniają odbiorcę do nostalgicznego myślenia o przedstawionym świecie, a nie o samym używanym medium – fotografii. Ona służy tu jako środek przeciwbólowy, do zapamiętywania tego co piękne i dobre, a zapomniania tego co nędzne i sprzeczne z wrodzonym majestatem i bajkowością Mazur.

Ceik.eu

Marszałek Województwa Warmińsko-Mazurskiego
Marcin Kuchciński
zaprasza na wystawę

WALDEMARA WIKTORA BZURY
„ZANIKAJĄCE KLIMATY MAZUR”
STYCZEŃ - LUTY 2026

Galeria Marszałkowska ul. E. Plater 1, Olsztyn

Sfinansowano ze Środków Województwa Warmińsko-Mazurskiego

REKLAMA

Intermarché
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!

Dziękujemy za promyk słońca
1,5% Podatku dla podopiecznych Fundacji Słoneczko **KRS 0000186434**

Małgorzata Bielecka
CEL SZCZEGÓŁOWY: 788/B

MOŻESZ RÓWNIEŻ WPLACIĆ DOWOLNĄ KWOTĘ NA KONTO FUNDACJI:
89 8944 0003 0000 2088 2000 0010 (SBL ZAKRZEWO)
TYTUŁ PRZELWU: **Małgorzata Bielecka, 78/B**

fundacja słoneczko

Pomagajmy

Historia choroby Małgosi zaczęła się gdy miała 3,5 roku, w czerwcu 2012 roku i trwa do dzisiaj. Obecnie będzie obchodzić 17-te urodziny. Choroba Gosi wyglądała bardzo niewinnie, zaczęło się od widocznej asymetrii powieki. Asymetria powieki spowodowana była częściowym niewidzeniem oka lewego. Długa hospitalizacja doprowadziła do postawienia diagnozy – obustronne przewlekłe zapalenie błony naczyniowej obu oczu, choroba bardzo podstępna, prowadząca do całkowitej utraty wzroku. To jednostka chorobowa, która najczęściej występuje wspólnie z innymi chorobami. Tak też stało się u Małgosi. We wrześniu 2019 roku bez powodu opuchła jej prawa kostka – początek kolejnej jednostki

chorobowej – młodzieńczego idiopatycznego zapalenia stawów.

Od początku choroby Małgorzata jest pod stałą opieką lekarzy okulistów z Centrum Zdrowia Dziecka w Warszawie, Szpitala Dziecięcego w Olsztynie. Od 2019 roku pod opieką lekarzy z Narodowego Instytutu Geriatrii Reumatologii i Rehabilitacji w Warszawie oraz Wojewódzkiego Szpitala Rehabilitacyjnego dla Dzieci w Ameryce.

Obecnie Małgosia jest osobą funkcjonującą bez obu soczewek, zostały usunięte z powodu zaćmy spowodowanej zapaleniem błony naczyniowej obu oczu i długotrwałym stosowaniem leków sterydowych przeciwzapalnych, które wyciszały stany zapalne, ale jednocześnie doprowadziły do zaćmy.

Stany zapalne stawów – najpierw kostki prawej, zapalenie śródstopia, następnie stawu kolanowego prawego, przyczyniły się do włączenia Gosi w program leczenia biologicznego.

Małgosia od 2012 roku stale przyjmuje leki oraz krople domięśniowo do obu oczu, co tydzień przyjmuje iniekcję w postaci leku przeciwzapalnego na stawy oraz co dwa tygodnie ma iniekcję w postaci leku biologicznego.

Jeśli po przeczytaniu krótko opisaną historię choroby naszej córki ktoś z Państwa będzie chciał oddać swój 1,5% podatku z PIT-u, aby wspomóc nas w pokrywaniu kosztów jej leczenia, będziemy bardzo wdzięczni.

Z góry dziękujemy,

Beata i Radosław Bieleccy

Kartka dla seniora – podsumowanie

Ponad 940 kartek dla seniora! A nawet: ponad 941!

Mówiąc już poważniej, „Kartka dla Seniora” to jedna z tych akcji, które z miejsca rozmaślają nam oczy. Raz jeszcze pokazaliście, jak wielkie serca biją Wam w piersiach i jak dużo czułości skrywają Wasze wnętrza.

Kolejny rok z rządu MOK Olsztyn zaprosił Was do składania życzeń mieszkańcom olsztyńskich domów pomocy społecznej. Osobom często samotnym, schorowanym, po prostu potrzebującym.

Wasza serdeczna, pełna zrozumienia reakcja nie potrzebuje żadnych dodatkowych ozdóbek i okrągłych słów. Broni się sama, bo jest na wskroś wzruszająca.

Dzięki Waszym życzeniom, dzięki przekazanym przez Was niezliczonym podarkom – książkom, słodyczom czy narzędziom do majsterkowania – święta wielu, wielu osób w naszym mieście staną się znacznie cieplejsze i niepozbawione bliskości.

W ich imieniu – najpiękniej dziękujemy za wszystkie Wasze piękne gesty człowieczeństwa. Drodzy Kartkowicze: kolejny raz udowodniliśmy wspólnie, że najsilniejsi i najpiękniejsi jesteśmy wówczas, gdy stajemy się wspólnotą.

MOK Olsztyn

Życie
Olsztyna

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

redaktor naczelny: Leszek Lik, redakcja@zycieolsztyna.pl;
zespół redakcyjny: Andrzej Zb. Brzozowski, 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 adiustacji powierzonych tekstów.
DTP: Aleksandra Kędzierzawska
www.zycieolsztyna.pl

Pamięci ofiar obu totalitaryzmów

18 stycznia po raz szósty był obchodzony w naszym regionie Dzień Pamięci Ofiar Obu Totalitaryzmów na Warmii i Mazurach. Jak co roku, główne uroczystości odbyły się w Działdowie.

Zgodnie z apelem Sejmiku Województwa Warmińsko-Mazurskiego, przyjętym 26 maja 2020 roku, corocznie 18 stycznia czczona jest w naszym regionie pamięć ofiar tragedii spowodowanych przez oba totalitaryzmy, nazizm i komunizm, które miały miejsce na terenie województwa, w szczególności w latach 1939-1956.

Głównym miejscem niedzielnych uroczystości był plac obozowy dawnego KL Soldau – niemieckiego obozu zagłady, który w styczniu 1945 roku został przekształcony w sowiecki obóz nakazowo-rozdzielczy NKWD, skąd kierowano transporty więźniów w głąb Związku Radzieckiego.

Jest to miejsce tragicznych wydarzeń dla dziesiątek tysięcy mieszkańców, pochodzących w szczególności z terenów obecnych województw warmińsko-mazurskiego i mazowieckiego, a także miejsce zagłady osób różnych narodowości i wyznań.

Zimą 1939 roku w byłych koszarach Niemcy utworzyli obóz KL Soldau, który stał się utajonym



Marszałek Marcin Kuchciński podziękował wszystkim, którzy dbają, by przeszłość nie została zapomniana

ośrodkiem zagłady. W Soldau ginęli Polacy, Żydzi, przedstawiciele różnych profesji: nauczyciele, urzędnicy, dyplomaci, duchowni, działacze społeczni. W Soldau prowadzono także eksterminację osób uznanych przez nazistów za niegodnych życia.

Prawdziwej liczby ofiar tego miejsca nie udało się ustalić, choć jak szacują historycy mogło ich być nawet 30 tysięcy. Z dostępnych informacji wynika, że kilkanaście tysięcy ludzi zostało zamordowanych, w tym 88 polskich duchownych z diecezji

chełmińskiej, płockiej i łomżyńskiej. Masowych egzekucji więźniów Soldau dokonywano także pod Komornikami, Burszem, Dwukołami czy Białutami. To właśnie w lasach pod Białutami w 2022 roku odnaleziono jamę grobową z 17 tonami ludzkich prochów. Według badaczy IPN mogły to być ofiary Soldau.

W 1945 roku, kiedy do Działdowa wkroczyła Armia Czerwona, KL Soldau przez 10 miesięcy pełnił funkcję Nakazowo-Rozdzielczego Obozu NKWD, skąd więzionych tam ludzi wywożono do łagrów w głąb ZSRR. Wielu już stamtąd nie powróciło.

– Totalitaryzm nie zaczyna się od przemocy – mówił podczas uroczystości marszałek województwa Marcin Kuchciński. – Bierze swój początek wcześniej. Od społecznego przyzwolenia na narzucanie innym jedynej słusznej wizji świata. Od podziałów ludzi na lepszych i gorszych. Wojna, która toczy się za naszą wschodnią granicą, jest dowodem, że pogarda dla prawa międzynarodowego i instrumentalne traktowanie człowieka, przekonanie, że silniejszy ma prawo decydować o losie słabszego, nie należą do przeszłości. Ukraina pokazuje też, a raczej przypomina, jak krucha bywa granica między pokojem a wojną i jak prędko poczucie stabilności może ustąpić miejsca brutalnej rzeczywistości. Z niepokojem patrzymy również na zapowiedzi, które w stosunku do Europy płyną też zza oceanu.

Marszałek złożył także serdeczne podziękowania wszystkim osobom, instytucjom i środowiskom, które z oddaniem dbają, by przeszłość nie została zapomniana. Ta praca stanowi bezcenny wkład w budowanie tożsamości Warmii i Mazur i pielęgnowanie trudnej historii naszego regionu.

Organizatorami uroczystości byli: Urząd Marszałkowski Województwa Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie, Starostwo Powiatowe w Działdowie oraz Urząd Miasta Działdowa.

Ferie zimowe w bibliotece – zapraszamy do naszych filii!

Trwają ferie zimowe, a Miejska Biblioteka Publiczna zaprasza dzieci oraz młodzież do wspólnego spędzenia tego czasu. Jak co roku, bibliotekarze przygotowali bogaty i różnorodny program zajęć, łączący zabawę z edukacją. W ofercie znalazły się m.in. warsztaty literackie, plastyczne, techniczne, muzyczne, spotkania z grami planszowymi, seanse filmowe oraz kreatywne animacje dla różnych grup wiekowych.

Program został przygotowany z myślą zarówno o dzieciach młodszych, jak i starszych,

a także o całych rodzinach. Zachęcamy do zapoznania się z ofertą i wyboru zajęć dopasowanych do zainteresowań. Uwaga! Na niektóre warsztaty obowiązują zapisy – liczba miejsc jest ograniczona.

Serdecznie zapraszamy do wspólnego, twórczego i pełnego dobrej zabawy spędzenia ferii zimowych w bibliotece!

Szczegóły: <https://mbp.olsztyn.pl/ferie-zimowe-w-bibliotece-zapraszamy-do-naszch-filii/>



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



3+ SZAŁAPUTKI
1-4 lutego

LUTY W OTL



PREMIERA!
1+ O ŻÓŁWIU,
KTÓRY CHCIAŁ
SPAĆ

30 stycznia - 7 lutego



Sylwestrowy wieczór to czas tradycyjnych bali i zabaw, które są wstępem do karnawału. Nie wszystkich na to jednak stać lub też nie wszyscy mają na takie imprezy ochotę. Właśnie z myślą o takich osobach największe stacje telewizyjne organizują każdego roku sylwestrowe i karnawałowe koncerty. Chwalą się potem wynikami oglądalności.

Wystrzałowy sylwester

Do udziału w takich widowiskach zapraszane są największe gwiazdy polskiej estrady oraz goście z zagranicy. Czasami pojawiają się prawdziwe estradowe perełki, jak chociażby występ Stinga na koncercie organizowanym przez TVP2. Nie każdego stać na Stinga, więc trzeba się zadowolić wykonawcami, którzy przyciągną i rozbawią publikę za mniejsze pieniądze. Takie koncerty powinny być pozbawione polityki, bo przecież nie o to tutaj chodzi. Trzeba jednak uważać kogo się na scenę zaprasza. Podczas sylwestrowego wieczoru z TV Republika w Chełmie wystąpił zespół Fun Factory. Nie byłoby w tym nic dziwnego, gdyby nie fakt, że Fun Factory to goście z Niemiec (co już w przypadku TV Republika wydaje się co najmniej dziwne). Na dodatek zamiast tradycyjnego „jak się bawicie” czy „zróbcie hałas”, niemieccy artyści na dzień dobry zawołali (po polsku): „Polska! Ręce do góry!”. Żaden satyryk, kabareciarz czy standuper nic bardziej „zaskakującego” by nie wymyślił.

Kogo nie stać na bale i maskarady, organizuje karnawałowe prywatki. Trzeba się z tym trochę śpieszyć, ponieważ karnawał rozpoczyna się w dniu święta Trzech Króli (6 stycznia) i zazwyczaj kończy się we wtorek przed Środą

Popielcową (17 lutego). Zwyczaj karnawałowe to przede wszystkim huczne zabawy, tradycyjne kuligi oraz pochody przebierańców (głównie na wsi i w małych miasteczkach). Wszystko połączone z obfitym jedzeniem, gdzie kulminacją był i jest Tłusty Czwartek z nieodłącznymi pączkami i faworkami, czyli ostatki, które kończyły się symbolicznym zakończeniem zabaw.

Od pewnego dłuższego już czasu karnawał kojarzy się nie tylko z beztroską zabawą. To czas odpalania fajerwerków i petard, który nie jest zarezerwowany wyłącznie na sylwestrowy wieczór. Producenci chcą pozbyć się towaru, więc jest to okres cenowej promocji na te wystrzałowe artykuły. Co prawda, w Polsce istnieje zakaz puszczania fajerwerków w miejscach publicznych, z wyjątkiem 31 grudnia i 1 stycznia. Jest to dozwolone, ale z ograniczeniami i karą za zakłócanie porządku. Na terenach prywatnych pozwolenie obowiązuje jednak cały rok, chociaż od 22:00 do 6:00 obowiązuje zakaz zakłócania ciszy. Niektóre miasta mają w tym względzie osobne, własne przepisy. Nie o samo „strzelanie” tu jednak chodzi. Jest ono niebezpieczne i stresujące nie tylko dla zwierząt, dla których huk i błyski stwarzają zagrożenie.

To także realne niebezpieczeństwo dla ludzkiego zdrowia (poparzenia, utrata wzroku, słuchu, różnego rodzaju urazy). Narażone są na to szczególnie dzieci, poprzez nieprawidłowe użytkowanie fajerwerków, zbyt bliskie odpalanie rac, często niekontrolowany lot oraz pozostałości żarzące się po wystrale. Bywają one przyczyną pożarów i nieprzewidywalnych ludzkich tragedii. Czy takie „przyjemności” są tego warte?

Andrzej Zb. Brzozowski



Na całym świecie świętowało się i świętuje początek nowego roku. Prawie wszędzie towarzyszą temu fajerwerki i petardy. To taka tradycja. Nagle komuś taki sposób wchodzenia w nowe nieznane zaczął przeszkadzać. Argumenty są proste.

Coś za coś

Zwierzęta boją się huku. Gdy myśliwi strzelają lub gdy z okazji różnych państwowych uroczystości wojsko oddaje salwy honorowe, zwierzęta też się boją, ale nikomu to nie przeszkadza. Mój pies też się boi, więc zabieram go do swojego pokoju, gdzie chowa się za specjalnie odstawioną od ściany szafką i wychodzi, gdy się do nich przyzwyczai albo gdy strzelanina wygasa. Ja sam wychodzę przed dom i oglądam kolorowe niebo. To samo dzieje się, gdy latem nadciąga burza. Może trzeba zabronić burzom

grzmotów? Najciekawsze, że przeważnie przeciwnikami sylwestrowych fajerwerków są ludzie, którzy nie posiadają bojaźliwych czworonogów. Niestety, żyjemy wśród takiego nietolerancyjnego społeczeństwa i musimy się do tego przyzwyczaić.

Jeżeli chodzi o wypadki, to ludzie sami są sobie winni, bo po prostu nie przestrzegają zasad bezpieczeństwa. Ale kto zabroni gamoniom tracić własne palce, albo potem płacić za wyrządzone szkody. Na głupotę nie ma rady. Za moich młodych lat strzelało się

z klucza. Do tej pory do tego sposobu świętowania sylwestra podchodzę ze strachem. Za każdym razem patrzę na mój uszkodzony palec. A jak odpalają race, to staram się być w bezpiecznej odległości. Człowiek uczy się na błędach. Bardziej od fajerwerków boję się różnego typu dzikich kuligów. Niestety, ta forma zimowych zabaw na śniegu z udziałem samochodów (zamiast koni) przeważnie kończy się nieszczęśliwymi wypadkami. Takich głupich imprez bym zabronił i ścigał z urzędu, nawet na prywatnych polach. Jest tyle stadnin. Czy nie można w nich organizować przejażdżek na sankach za konnymi zaprzęgami? Nastrojowo, wesoło i bezpiecznie.

Mamy nowy rok i miejmy nadzieję, że ludzka głupota została w starym. Mamy szkoły i w większości klas nauczyciele prowadzą lekcje wychowawcze (tak za moich czasów się one nazywały) i na nich możemy w formie pogadanki uświadamiać młodzież, że nieumiejętne obchodzenie się z fajerwerkami zawsze prowadzi do nieszczęśliwych zdarzeń, tak jak również sporo zimowych niebezpiecznych zabaw kończy się tragediami. Nie czekajmy na wypadek, aby się tego nauczyć.

Jacek Panas



Rys. Zbigniew Piszczako

REKLAMA

spotem
WARMIA MAZURY

Nowy Rok to nowe plany,
nowe cele i... codzienne przyjemności!

Dziękujemy za zaufanie i wspólne zakupy
w mijającym roku.

Życzymy Wam pomyślności,
spokoju oraz wielu powodów
do świętowania w 2026 roku.

Do zobaczenia
w sklepach sieci Spotem PSS w Olsztynie.

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.

OLSZTYN, ul. Tuwima 25

LEROYMERLIN

Rajdowy WOŚP w gminie Dywity z rekordem zbiórki!

Takich tłumów podczas rajdowego finału WOŚP na „Torze u dziadka” w Dąbrówce Wielkiej nikt się nie spodziewał! Na wydarzenie przybyli ludzie o wielkich sercach, bo ubiegłoroczny rekord został pobity. Z licytacji przejazdów, gadżetów i aukcji na Allegro udało się zebrać na rzecz dzieci ponad 85 tysięcy złotych. A to nie koniec, bo dojdzie jeszcze to, co w puszkach!

Szоста edycja wydarzenia, którą zorganizowali Jerzy i Radek Fortuna z mieszkańcami Dąbrówki Wielkiej, przy wsparciu partnerów i gminy Dywity, była rekordowa pod każdym względem.

– To, co działo się na „Torze u dziadka”, to było coś wielkiego, co przejdzie do historii – uważa Agnieszka Sakowska-Hrywniak, wójt gminy Dywity, która po wylicytowaniu przejazdu również siadła w fotelu pilota kierowcy rajdowego Pawła Ważnego. – Mimo mrozu Dąbrówkę Wielką odwiedziło mnóstwo osób z całego regionu. Organizatorzy dopięli wszystkie szczegóły, pięknie przygotowali dojazdy i duży parking,

a liczba atrakcji była niesamowita. Olbrzymią pracę na rzecz pozyskiwania środków na „Zdrowe brzuszki naszych dzieci”, które są motywem przewodnim 34. Finału WOŚP wykonali rajdowcy: Paweł Ważny, Leszek KUZI Kuzaj, Zbyszek Staniszewski, Andrzej Pauperowicz, Krzysztof Bubik, Gracjan Predko, Mariusz Sobótko, Cezary Koralewski, Włodzimierz Tymoszczuk, Bartosz Grygorowicz, Damian Jakubowicz czy Andrzej Kalitowicz. Aukcje pojedynczych przejazdów zaczynały się praktycznie od tysiąca złotych

i szybowwały w górę! Ale WOŚP w Dąbrówce to nie tylko rajdy, bo były też przejazdy wozem strażackim, pokaz ratownictwa drogowego, obsługa gąśnic PPOŻ, pokaz PITBIKE, przejazdy konne, ciasta, gorące posiłki i ognisko, pieczone dziki, kosze ze swojskimi wyrobami, licytacje i masa dobrej energii.



- ▲ Jerzy Fortuna, główny organizator, wraz ze współpracownikami
- ◀ Na rajdowy WOŚP na „Torze u dziadka” przybyły tłumy ludzi, a licytacje przejazdów z rajdowcami zaczynały się od tysiąca złotych i szybowwały w górę

– Jestem zmęczony, ale szczęśliwy – mówi Jerzy Fortuna, główny organizator. – Dziękuję wszystkim, którzy się zaangażowali, naszym mieszkańcom, partnerom, kierowcom, gminie i wolontariuszom. Bez Was nie byłoby takiego wydarzenia.



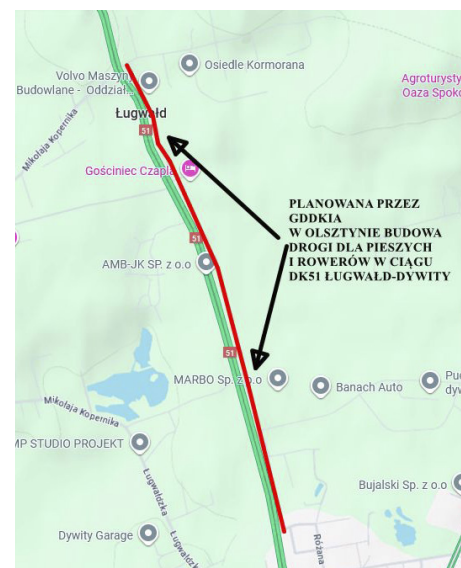
Drogowcy z GDDKiA wybudują ścieżkę Dywity-Ługwałd przy DK51

Wspólne działania, pisma, wizyty obecnych i poprzednich władz gminy Dywity u dyrektora GDDKiA w Olsztynie, a także wnioski mieszkańców i przedsiębiorców ze Strefy Przedsiębiorczości przynoszą pozytywne efekty! Drogowcy z GDDKiA w Olsztynie poinformowali, że planują budowę ścieżki pieszo-rowerowej przy DK51 z Dywit do Ługwałdu.

Marcin Pokojski, dyrektor olsztyńskiego oddziału GDDKiA poinformował Agnieszkę Sakowską-Hrywniak, wójt gminy Dywity, że drogowcy przystąpili do opracowania programu inwestycji i planują budowę drogi dla pieszych i rowerów w ciągu DK51 na odcinku Dywity-Ługwałd. Zakres planowanej inwestycji o długości około 1,7 km (od chodnika przy ul. Sosnowej w Dywitach do skrzyżowania DK51 z ul. Jastrzębą w sołectwie Ługwałd) przedstawiamy na załączonej mapie. Planowana ścieżka pieszo-rowerowa została wysłana do akceptacji przez Ministra Infrastruktury, który swoim podpisem zapewni jej rządowe finansowanie. Inwestycja ma zostać zrealizowana z programu „Plan budowy chodników 2026-2028”. Jednocześnie w piśmie skierowanym do wójta gminy Dywity dyrektor GDDKiA w Olsztynie wystąpił o zaplanowanie środków na budowę i utrzymanie oświetlenia na planowanej ścieżce.

– Deklaruję, że wspólnie z radnymi będziemy chcieli zabezpieczyć takie środki, bo ścieżka Dywity-Ługwałd

przy DK51 to inwestycja bardzo ważna dla bezpieczeństwa mieszkańców, ale i dla dalszego rozwoju Strefy Przedsiębiorczości – mówi wójt Agnieszka Sakowska-Hrywniak. – Cieszę się, że po wielu naszych staraniach, ale i licznych wnioskach mieszkańców i przedsiębiorców, drogowcy pozytywnie zareagowali na temat budowy bezpiecznego dojścia dla pieszych i rowerzystów wzdłuż drogi krajowej nr 51.



Zakres inwestycji przy niebezpiecznej DK51 między Dywitami i Ługwałdem

Dziki w ogniu, czyli ekstremalne bieganie w Spręcowie

W gminie Dywity twardzieli i twardzielek nie brakuje! Ekstremalne warunki śnieżne, na i tak trudnej trasie o długości 6 km, pokazały, kto zasługuje na miano dzika! I kogoś, kto poradzi sobie z wszelkimi trudnościami. Chylimy czoła przed ponad setką zawodników i zawodniczek oraz ponad 30 strażakami, którzy pokonali trasę biegu „Dziki w ogniu” i swoje ograniczenia.

Uczestników biegu crossoowego „Dziki w ogniu – Sztafeta Ogniomistrza” do boju zagrzewała liczna publiczność na czele z Agnieszką Sakowską-Hrywniak, wójt gminy Dywity, Andrzejem Abako, starostą olsztyńskim, radnymi gminnymi, rodzinami oraz przyjaciółmi. Po biegu można się było posilić, zregenerować i rozgrzać gorącą herbatą i kawą, pyszną grochówką, kiełbaskami, ciastem czy królewskim, pieczonym dzikiem z kaszą i kapustą.

– Wydarzenie w Spręcowie jest świetne i ma swój niepowtarzalny charakter i klimat, dlatego jestem już tu drugi raz z rzędu i za rok będę ponownie – mówi pan Krzysztof z Olsztyna.

Dziękujemy wszystkim za tak liczną obecność i zaangażowanie w organizację wydarzenia i przygotowanie trasy. Bieg indywidualny w kategorii open zwyciężył Marcin Kurp z Dobrego Miasta przed Januszem Czekalą z Olsztyna i Rafałem Biernackim z Bielicy. Wśród pań

najlepsza była Aleksandra Adamczyk z Wrzesiny przed Celiną Bartnicką z Nikielkowa i Valentyną Komarytą z Olsztyna. W sztafecie strażaków bezkonkurencyjni okazali się druhowie OSP Barczewko przed OSP Spręcowo i OSP Brąswałd. Organizatorami wydarzenia byli: gmina Dywity, OSP Brąswałd, OSP Kieźliny, OSP Tuławki, OSP Spręcowo i LZS Dywity. Współpracowali z organizatorami: Morsy Dywity, Spręcobabki, sołectwo Spręcowo, Bujalski Sp. z o.o., Drukarnia Spręcograf i Superczas.pl.



W strażackiej sztafecie najlepsi okazali się ochotnicy OSP Barczewko

§ Porady spod paragrafu §

Mirosław Rogalski

Dowód osobisty przy odbiorze emerytury

W wielu dziedzinach życia nastały nowe czasy. Płatności coraz częściej realizujemy kartą lub telefonem. Pracownicy nie odbierają należnych wypłat w okienku kasowej kasy, bo panie z księgowości wykują przelewy. Zdecydowana większość emerytów i rencistów posiada w banku konto, które co miesiąc zasilane jest przez ZUS. To bardzo ułatwiło seniorom odbieranie emerytury. Tylko nieliczni otrzymują „żywą gotówkę” z rąk listonosza. Uważają bowiem, że tak jest lepiej. Najczęściej emeryt zna osobie listonosza, a listonosz odbiorcę. Jednak ten sposób przekazywania świadczenia, zgodnie z prawem, objęty jest konkretnym obostrzeniem. Senior powinien być przygotowany do okazania dowodu osobistego. Tak na pewno dzieje się, gdy w rejonie pojawia się nowy listonosz. Tak może być nawet wówczas, kiedy „beneficjent ZUS-u” dobrze zna pracownika poczty, który co miesiąc przynosi pieniądze. Gdy senior, poproszony o okazanie dowodu, tego nie

zrobi, pocztowiec ma prawo nie wypłacić emerytury i odnieść pieniądze na pocztę.

Takie wymogi bezpieczeństwa w przekazywaniu gotówki wprowadziła Ustawa „o przeciwdziałaniu praniu pieniędzy oraz finansowaniu terroryzmu”. Dotyczy to wszystkich przekazów pieniężnych (zwrot podatku, wypłata renty, zapomogi lub emerytury) realizowanych za pośrednictwem Poczty Polskiej. Wedle przepisów, gdy listonosz ma wątpliwości odnośnie tożsamości adresata, nie tylko może, ale wręcz ma obowiązek go skontrolować. Zalecenia te nakazują spisanie danych osoby, której przekazywane są pieniądze. Zanim listonosz otworzy portfel z gotówką, powinien potwierdzić u odbiorcy: imię, nazwisko, PESEL oraz numer dowodu osobistego. W praktyce taka sytuacja zdarza się w wyjątkowych okolicznościach. Jednak z punktu widzenia listonosza takie działanie jest wskazane przy pojawiających się wątpliwościach, by nie doszło do pomyłki lub wręcz do oszustwa.

Prawa współwłaściciela

Współwłasność to sporo zalet, ale niekiedy także kłopoty. Dzieje się tak, gdy umiera współnik, który nie pozostawił testamentu. W takiej sytuacji obowiązuje prawo spadkowe, które precyzyjnie określa kolejność dziedziczenia. Wówczas owa współwłasność trafia do masy spadkowej, przypadając też spadkobiercom. Istnieje możliwość dalszego „użytkowania” (np. rzeczy lub posiadłości), jednak nie można jej sprzedać ani podarować bez zakończenia postępowania spadkowego, bez zgody pozostałych współwłaścicieli – potencjalnych spadkobierców. W takich przypadkach konieczne okazuje się zniesienie współwłasności. Tak dzieje się, gdy wspólne działanie okazuje się niemożliwe. Wówczas współwłaściciel

może spłacić spadkobierców lub wspólnie i w porozumieniu sprzedać współwłasność, a uzyskane pieniądze podzielić między wszystkich zainteresowanych. Gdy nie ma zgody, podział spadku i zniesienie współwłasności może zostać przeprowadzone na drodze sądowej lub (przy zgodzie) u notariusza. Przed dokonaniem tego, niezbędne jest „stwierdzenie nabycia spadku”. Istotne jest również to, że po śmierci współwłaściciela potencjalni spadkobiercy powinni zająć się uiszczeniem wszelkich opłat, ponieważ do chwili podziału spadku ponoszą oni solidarną odpowiedzialność za spadkowe długi. Jeżeli opłaty wnosi jeden zainteresowany, może on żądać od pozostałych udziałowców zwrotu poniesionych nakładów.

„Podatek od deszczu”

Nie tylko od deszczu, ale również od śniegu, który wiosną będzie topniał. Owa opłata obowiązuje od kilku lat, ale nadal nie wszyscy wiedzą kto musi ją płacić i jak ona jest naliczana. Obowiązkowi podatkowemu za odprowadzanie wód opadowych i roztopowych do kanalizacji podlegają właściciele nieruchomości o dużej, nieprzepuszczalnej powierzchni, z której woda nie wsiąka w ziemię. Chodzi o tereny, na których większa

część wyłożona jest kostką, asfaltem albo innym materiałem uniemożliwiającym wsiąkanie wody, a które to tereny mają dostęp do kanalizacji deszczowej. Według przepisów opłata dotyczy nieruchomości o powierzchni powyżej 600 m², na których ponad 50 proc. terenu uszczelniono w ten sposób. W praktyce podatek ten obejmuje przede wszystkim duże centra handlowe lub magazyny oraz właścicieli domów jednorodzinnych, z szero-

kim podjazdem i dużym tarasem. Wysokość tego podatku zależy od wielkości utwardzonej powierzchni i czy właściciel zainstalował na niej system zatrzymywania deszczówki. Ustalane stawki odnoszą się do każdego metra kwadratowego powierzchni, z której woda nie wsiąka w grunt. Przepisy przewidują zwolnienia i zniżki dla konkretnych nieruchomości. Obniżenie opłaty dotyczy między innymi

działek, na których deszcz może swobodnie wsiąkać w ziemię oraz terenów, na których właściciele zainwestowali w przydomowe zbiorniki na deszczówkę lub utworzenie nawierzchni przepuszczalnych. Zwolnienie nie jest automatyczne. To gmina lub konkretny urząd wodny analizuje sytuację i decyduje, czy dana nieruchomość spełnia odpowiednie warunki.

Gaśnica i trójkąt

W Polsce wymagane jest posiadanie w samochodzie trójkąta ostrzegawczego z homologacją oraz sprawnej gaśnicy. Musi się ona znajdować się w pojeździe w miejscu łatwo dostępnym, w zasięgu kierowcy. Przepisy nie określają dokładnie rodzaju gaśnicy, ale w praktyce najczęściej to gaśnice proszkowe. Musi ona być sprawna, nie nosić śladów uszkodzenia i posiadać datę legalizacji. Taka z nieważnym przeglądem traktowana jest tak samo, jak jej brak. Obowiązek posiadania gaśnicy dotyczy każdego samochodu, niezależnie od tego, czy jeździ na długich trasach, czy uruchamiany jest sporadycznie.

Trójkąt ostrzegawczy pozwala oznakować miejsce awarii bądź zdarzenia drogowego. Kierowca ma obowiązek ustawić go w odpowiedniej odległości za pojazdem. W obszarze zabudowanym postój należy sygnalizować umieszczeniem trójkąta bezpośrednio za pojazdem lub na nim. Na drodze poza obszarem zabudowanym, trójkąt należy umieścić w odległości 30-50 m za pojazdem, a na autostradzie – 100 m za pojazdem.

Od 1 stycznia Hiszpania, jako pierwszy kraj w UE rezygnuje z trójkątów ostrzegawczych. Zamiast tego wchodzi lampa V16 z globalizacją, która ma być bardziej bezpieczna dla kierowców.

Kolejne uwagi o segregacji śmieci

Wyrzucanie opakowań szklanych do zielonych pojemników to norma. Jednak nie zawsze jest to wskazane. Jeśli bowiem słoik posiada zawartość, nie nadaje się do zielonego kosza, lecz tylko do czarnego na odpady zmieszane. Każdy brudny słoik ze spleśniałą zawartością utrudnia pracę sortowni, bo takie resztki trudno usunąć i wymaga to niekiedy ręcznego czyszczenia. Pożywienie ze słoika może trafić do brązowego pojemnika na bioodpady. Jeśli jednak w przygotowywaniu żywności wykorzystywano chemiczne dodatki, wówczas zawartość słoja powinna wylądować w koszu na odpady zmieszane i to najlepiej w worku. Natomiast słoik pusty (nawet lekko zabrudzony), może trafić do pojemnika na szkło. Butelki i słoiki nie muszą być idealnie czyste, bo etykiety i resztki usunięte zostaną w procesie recyklingu. Należy jednak pamiętać o oddzieleniu wieczek i metalowych nakrętek. Dla nich odpowiednim jest kosz żółty. Do sortowni powinno trafić tylko szkło opakowaniowe (słoiki, butelki), natomiast lustra, szyby, szklanki lub ceramika powinny trafić do czarnego pojemnika na odpady zmieszane.

Nie każdy papier nadaje się do niebieskiego śmietnika. Choć niekiedy wygląda jak ten zwykły, papier używany do produkcji ulotek, broszur, opakowań reklamowych, występujący również w czasopiśmie lub w podręcznikach szkolnych, nie nadaje się do recyklingu. Z powodu dodania substancji chemicznych papier lakierowany powinien być wyrzucany do czarnego pojemnika na śmieci, czyli do odpadów zmieszanych. Niebieski pojemnik przeznaczony jest wyłącznie na papier bez domieszek innych substancji. Powinien tam trafiać wyłącznie papier, który nie jest zabrudzony, tłusty czy też pokryty folią lub plastikiem. Kartki sklejone taśmą lub klejem, a ponadto paragony, ręczniki papierowe, chusteczki oraz papierowe opakowania po żywności też nie powinny trafiać do niebieskiego śmietnika. Jeśli wrzucimy wspomniane materiały do niebieskiego kosza, musimy liczyć się z możliwością nałożenia kary. Za niesegregowanie odpadów możliwe jest zapłacenie dwukrotności, a nawet czterokrotności stawki za odbiór odpadów segregowanych. Najwyższy wymiar kary grozi za niewłaściwe gospodarowanie elektrośmieciami i umieszczanie ich w standardowych koszach na odpady.



Dowcipy na każdą okazję :

Podchodzi facet do bufetu, zamawia piwo płacąc banknotem o większej wartości i mówi:
– Reszta dla Pana.
– A dziękuję – odpowiada barman, po czym próbuje zabrać banknot.
Na co facet:
– Gdzie!? Dla Pana powiedziałem! Kto tu jest Panem?

Szef do podwładnych:
– Tyle razy wam zabraniałem palić w trakcie pracy!
– Że niby kto pracuje?

Przychodzi żona do męża rankiem i mówi:
– Mężu, dzisiaj jest nasza rocznica ślubu, może byś zabił świniaka?
– Przecież to nie jego wina.

– Panowie wzywali taksówkę?
– Tak.
– Zepsuł mi się samochód... pozwolicie panowie, że odprowadzę was do domu pieszo.

Siedzi chłopak z blondynką na czacie i pisze:
– Piszemy do siebie już od dwóch tygodni, może spotkamy się w realu?
– U mnie nie ma Reala, może spotkamy się w Biedronce?

Dwaj kumple dostali się na studia i wymieniają pierwsze doświadczenia:

– Jaki masz akademik?
– Człowieku, full wypas: pisuar, wanna, bidet, pralka, zmywarka... i to wszystko w jednej umywalce!
Starszy pan w eleganckim domu towarowym podchodzi do atrakcyjnej ekspedientki:
– Proszę pani, chciałabym kupić mojej przyjaciółce rękawiczki, ale nie pamiętam rozmiaru.
– To żaden problem. Proszę porównać – mówi ekspedientka i podaje klientowi dłoń. Ten trzyma ją długo po czym mówi:
– Chciałbym kupić jej jeszcze staniczek i majteczki.

Do ruszającego z przystanku autobusu podbiega mężczyzna, krzycząc:
– Ludzie, zatrzymajcie ten autobus, bo się spóźnię do pracy!
– Panie kierowco – wołają pasażerowie – niech pan stanie! Jeszcze ktoś chce wsiąść! Kierowca zatrzymuje autobus, mężczyzna zadowolony wsiada i mówi z ulgą:
– No, nie spóźniłem się do pracy... Bilety do kontroli proszę!

Nagle w sejmie rozlega się głos:
– Sto lat! Sto lat!
Jeden z mężczyzn mówi:
– Patrz, chyba ktoś tam ma urodziny.
– Albo ustalają wiek emerytalny...

Horoskop dla wybranych



BARAN 21.03-20.04
Jadąc samochodem uważaj na tych, co nadjeżdżają z prawej strony, ponieważ oni poważnie mają pierwszeństwo. Na tych, co jadą z lewej też. Ćwicz swoją spostrzegawczość i oszczędzaj portfel.

BYK 21.04-20.05
Bardzo korzystny układ gwiazd. Nie zwlekaj i wybierz się na wycieczkę w kosmos. Na Merkury kupują wszystko jak leci. Uważaj na alkohol, bo będziesz miał trudności z powrotem na Ziemię.

BLIŹNIĘTA 21.05-21.06
Urodziłeś się pod szczęśliwą gwiazdą. W tym tygodniu szansa na dużą wygraną w Monte Carlo. W czasie gry w ruletkę stawiaj na czarne lub czerwone. Uważaj na krupiera, może być złośliwy.

RAK 22.06-22.07
Dobry czas, aby otworzyć jakiś biznes. W ostateczności zainwestuj w wodny park rozrywki w Olsztynie. Będziesz miał 100% akcji i sam będziesz decydował o wszystkim. Poczujesz się jak ryba w wodzie.

LEW 23.07-23.08
Fakt, że jesteś bezrobotny, nie zwalnia Cię z obowiązku rozliczenia się z fiskusem. Będziesz musiał przerwać wypoczynek i przylecieć do kraju. Zrób to osobiście, zwłaszcza, że to jest Twój samolot.

PANNA 24.08-23.09
Jak najprędzej wyjedź na Alaskę. Masz duże szanse na odkrycie nowej, okazałej żyły złota. Poszukuj systematycznie i spokojnie. Bez naprężeń. Pośpiech nie ma sensu. Nie wypruwaj sobie żył.

WAGA 24.09-23.10
Zaproś kolegów z wojska i zróbcie sobie żołnierski wieczór wspomnień. Podzielcie się na dwie równe drużyny. Zamiast pasów, możecie użyć przedłużacza, smyczy lub sznura od żelazka.

SKORPION 24.10-22.11
Odpowiedni czas na lekką aktywność sportową. Nie rozpoczynaj jednak żadnej dalekiej podróży. Nie chodź też do wróżki. Zaoszczędzone pieniądze wpłać na wybrany fundusz emerytalny.

STRZELEC 23.11-21.12
Za mało czasu poświęcasz rodzinie. Zwłaszcza, że trwa to już od dłuższego czasu i nie zanosisz na to, aby uległo to szybkiej zmianie. W związku z tym poproś naczelnika o dłuższe widzenia.

KOZIOROŻEC 22.12-20.01
Być może puchar Davisa jest w zasięgu Twoich możliwości. Jeżeli nie masz, to kup sobie rakietę i parę piłek. Poproś kogoś niech Ci powie, co z tym robić. Powiedz, że chodzi o tenis ziemny.

WODNIK 21.01-19.02
Idealny czas na transakcje bankowe. Najlepiej gdybyś wpłacił pieniądze. Pamiętaj, że im wcześniej je wypłacisz, tym mniejszy zapłacisz podatek od zysków. W ten sposób masz wpływ na wielkość swoich dochodów.

RYBY 20.02-20.03
Pamiętaj o tym, że masz zawsze prawo wyboru. Dotyczy to w szczególności wyboru dodatków do dania głównego. Masz to zagwarantowane w prawie. W prawie każdym jadłospisie.

AZB

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

Mięso z dziczyzny jest pożywniejsze, bo zawiera więcej białka. Poza tym u zwierzyny żyjącej dziko mięso jest mniej otluszczone. Dlatego trzeba pamiętać, aby w trakcie obróbki mięso nie było zbyt suche. Dzikizna, którą można kupić bez problemu w każdym większym sklepie sprzedającym mięso, wymaga wcześniejszego przygotowania. Trudno jest znaleźć świeżą dziczyznę, przeważnie jest ona mrożona. Głębokie mrożenie dziczyzny sprawia, że nie trzeba poddawać jej kruszeniu. Takie mięso wystarczy powoli rozmrozić w chłodziarce, najlepiej przez okres 1-2 dni. Proponuję klasyczne danie z dziczyzny, które podamy z opiekanymi ziemniakami, grillowanymi warzywami i żurawiną.

Pieczona szynka z dzika

Składniki: 2 kg szynki z dzika, 1 kg ziemniaków, warzywa do grillowania (papryka, czerwona cebula, brokuły), olej do smażenia, sól i pieprz.
Marynata do mięsa: kilka ząbków czosnku, marchewka, pietruszka, cebula, ziarna jałowca, liście laurowe, ziele angielskie, szklanka czerwonego wytrawnego wina.

Szynkę co najmniej 48h wcześniej peklujemy i zostawiamy w warzywach, by mięso dojrzało i przenikło smakiem przypraw. Warzywa drobno kroimy, układamy nimi dokładnie całą szynkę i zalewamy winem. Co jakiś czas obracamy.
Mięso po wyjęciu z marynaty osuszamy w papierowym ręczniku, nacieramy solą oraz pieprzem i obsmażamy na patelni dokładnie z każdej strony. Przekładamy do brytfanny, polewamy sosem z marynaty (bez warzyw) i pieczemy do miękkości.

Ziemniaki obieramy, myjemy i gotujemy z dodatkiem soli na półtwardo. Opiekamy w głębokim tłuszczu. Do pieczonych ziemniaków dodajemy zioła (według uznania).
Warzywa (papryka czerwona i żółta, czerwona cebula, brokuły) grillujemy z dodatkiem oliwy z pestek winogron i przypraw. Możemy to zrobić także na zwykłej patelni.
Dziczyznę po upieczeniu porcjujemy i podajemy z żurawiną. Obok układamy grillowane warzywa.
Jest to danie dość oryginalne na naszych stołach, ładnie się prezentujące i niezwykle smaczne. Ci, którzy do tej pory nie gustowali w dziczyźnie, po spróbowaniu na pewno zmienią zdanie.
Życzę więc wszystkim smacznego i wyruszam na poszukiwanie kolejnych frykasów.

Wasz degustator;
Andrzej Zb. Brzozowski

Frykasy Andrzeja



REKLAMA



tel. 89 523 51 15, 801 002 115,
mail: biuro@ultra-ubezpieczenia.pl
wszystkie biura:
www.ultra-ubezpieczenia.pl/kontakt

ŁATWO DOSTĘPNE I TANIE UBEZPIECZENIA NA ŻYCIE W BIURACH ULTRA UBEZPIECZENIA

Wspomnienia z przeszłości

– Drogi kolego! – Tak zaczynał się mail od Mireczka. – Nie mogę do Ciebie przyjechać, bo nie chcę ryzykować uderzenia w drzewo albo wpadnięcia do rowu. Sam dobrze wiesz, jaka sytuacja panuje na bocznych drogach. Na szczęście wszystko mam w domu i na zakupy nie muszę jechać, jak również nie muszę odwiedzać lekarzy itp. Siedzę w domu!

– Bym skłamał, codziennie chodzę na spacer wokół Kozłowa. Już nawet wydeptałem ścieżkę. Sąsiedzi się dziwią i pytają: co ja robię? Ze stoickim spokojem odpowiadam im, że jestem etatowym strażnikiem wiejskim, a moim zadaniem jest pilnowanie, czy mieszkańcom nic nie zagraża, szczególnie od wilków, które widziane były w okolicznych lasach. Wyobraź sobie, że wieczorami nikt nie szwenda się po wsi. Nawet smakosze siedzą w domu, a do sklepu chodzą tylko grupą. Mam z tego uciechę. Powód moich spacerów jest prosty – robię to dla zdrowia. Ruch w naszym wieku jest potrzebny, a już wszystko odśnieżyłem i aby nie siedzieć tylko przed telewizorem – spaceruję. Wracając na ziemię. Piszę do Ciebie, żebyś wyjaśnił mi, skąd się wzięła nazwa miasta Barczewo i dlaczego często używa się także określenia „Wenecja Północy”. Tak się ta miejscina szybko rozrasta, a przy drodze do Olsztyna powstaje dużo firm. Myślę, że niedługo Barczewo zostanie dzielnicą Olsztyna. Komunikację z miastem ma lepszą niż niektóre dzielnice przemysłowe stolicy Warmii i Mazur. – Ależ on ciekawski – pomyślałem. Odpisałem mu krótko – dobrze, poczekaj, zbiorę tylko informacje.

Wiedziałem, że w Barczewie urodził się Feliks Nowowiejski. Znany kompozytor, organista i autor wielu muzycznych utworów, w tym hymnu Olsztyna „O Warmio Moja Miła”. W domu, w którym przyszedł na świat jest teraz muzeum oraz miejsce spotkań z jego wspaniałą muzyką. Dorosłe życie Nowowiejski spędził w Olsztynie, a mieszkał w centrum, przy obecnej ulicy Pieniężnego. Na kamienicy jest umieszczona tablica upamiętniająca wielkiego warmińskiego kompozytora. Miejscowość początkowo powstała na skraju krainy geograficznej, a może dokładniej na południowych rubieżach ziem pruskiego plemienia Galin-

dów, około roku 1325, na górkach nad jeziorem Wadąg. Nazywano ją Wartenburg, czyli Strażnicza Góra. Zniszczyły ją wojska litewskie pod wodzą Kiejstuta 25 lat później. Kapituła Warmińska postanowiła ją odbudować. Wytoczono więc nowe miejsce 8 km dalej, czyli tam, gdzie obecnie znajduje się miasto. Zasadźcą i pierwszym sołtysiem został Henryk z Łajs. Prawa miejskie nadane zostały w 1364 roku i utrzymano starą nazwę, czyli Wartenburg. Koło dawnej lokalizacji, nad jeziorem Wadąg, powstała wieś o obecnej nazwie Barczewko (Gross Wartenburg). Miasteczko powstało na rzucie prostokąta z zamkiem i gotyckim kościołem. Posiadało dwie bramy wjazdowe, nazywane Olsztyńską i Jeziorańską, oraz furtę zamkową. W warowni mieszkał i sprawował urząd burgrabia, którym był między innymi Bartosz Kromer, brat bi-

tnia św. Anny i Szczepana, wybudowana w 1386 roku. Obecnie w Barczewie istnieją jeszcze inne budowle sakralne, takie jak kościół

jako sala koncertowa o nazwie Europejskie Centrum Kultury. Poza tym jest jeszcze kaplica cmentarna oraz wyremontowana synagoga. Jeszcze

ta. Tej tajemnicy nigdy nie ujawnił – zabrał ją ze sobą do grobu.

Szybki rozwój Barczewa rozpoczął się pod koniec XIX wieku. Miasto otrzymało połączenie kolejowe i zaczęły powstawać zakłady produkcyjne. Na początku XX wieku na rzece Pisie uruchomiono elektrownię. W mieście funkcjonowała gazownia. Działał tartak. Uruchomiono młyn wodny, jak również wybudowano magazyn zbożowy. Mało kto wie, że pod koniec XX wieku w Barczewie uruchomiono browar. Niestety, obecnie pozostał po nim tylko sztyl na frontowej ścianie. Przez długi czas, nawet po II wojnie światowej, funkcjonowała tutaj fabryka świec i zniczy. Wracając do okresu międzywojennego, na terenie miasta były rzeźnie oraz zakład produkujący konserwy. Poza tym działało sporo małych zakładów rzemieślniczych, w tym zakład specjalizujący się w artystycznych wyrobach z drewna w zakładzie karnym. Współcześnie,

zakłady produkcyjne powstają na obrzeżach miasta, w tym olbrzymia piekarnia. Dzięki dobrej komunikacji z Olsztynem, Barczewo powoli staje się atrakcyjną sypialnią z niezłym zapleczem handlowym.

– Pytałeś dlaczego Barczewo ma taką nazwę. Zaraz po II wojnie Wartenburg nazwano Nowowiejsk. Trudno było go odmieniać i do tego brzmiał po rosyjsku, więc w 1946 roku zmieniono nazwę na Barczewo, aby upamiętnić warmińskiego działacza ludowego – księdza Walentego Barczewskiego. Teraz odpowiem na Twoje drugie pytanie: dlaczego Barczewo nazywają „Wenecją Północy”? Miasto leży nad rzeką Pisą Warmińską oraz na rzeczce Kiermas. Nad tymi ciekami wodnymi znajduje się aż 14 mostów. Gdy spojrzysz z jednego z nich w kierunku dawnego młyna, wydaje się, jakbyśmy byli w Wenecji – tylko na wodzie brakuje gondoli.

Jacek Panas



skupa Marcina Kromera. Na rynku centralnie wybudowany został ratusz. Niestety, zamek nie przetrwał. Pierwszy kościół to dzisiejsza świą-

św. Andrzeja Apostoła, kościół więzienny św. Dyzmy czy neogotycki kościół ewangelicko-augsburski, który obecnie wykorzystywany jest

przed II wojną światową w Barczewie istniała gmina żydowska, która powstała w 1862 roku. Los barczewskich żydów był tragiczny. W 1939 roku faszysty wywieźli wszystkich do getta w Olsztynie, a stamtąd w nieznanym kierunku. Prawdopodobnie wszyscy zostali zamordowani. Niechlubną historyczną pamiątką Barczewa jest zakład karny, który został utworzony w 1810 roku na terenie klasztoru i ogrodów zakonu Franciszkanów. Jest to obiekt cieszący się ponurą sławą, bowiem prawdopodobnie przebywają tam skazańcy z długoletnimi wyrokami. Aż do śmierci przebywał tam ostatni nadprezydent Prus, Erich Koch. W 1958 roku został skazany na śmierć za zbrodnie na narodzie polskim, ale ze względu na zły stan zdrowia wyrok był odkładany. Jak głosi plotka, Rosjanie podobno chcieli się dowiedzieć, gdzie ukryta została bursztynowa komna-



Warmia na wyciągnięcie ręki

W trakcie najnowszej wędrówki przybliżymy Warmię już w Olsztynie, by później przejść do sąsiednich miejscowości.

Początek naszej najnowszej trasy szlakiem Warmii rozpoczynamy w Dajtkach. Obowiązkowym punktem odwiedzin jest neogotycki kościół Matki Bożej Różańcowej. Pod koniec XIX wieku w jego miejscu wzniesiono kaplicę właśnie ku czci Matki Bożej Różańcowej, która miała być miejscem postoju i modlitwy pątników zmierzających do maryjnego sanktuarium w Gietrzwałdzie. Przez wiele lat wielokrotnie ją przebudowywano, aż osiągnęła dzisiejszy kształt niewielkiego neogotyckiego kościoła.

Obraz przeniesiony z katedry

– Głównymi składnikami jest pierwotny korpus i dwukondygnacyjna wieża. Kościół jest budowlą orientowaną, salową, a wspomniane przebudowy obejmują dodanie symetrycznie umieszczonych kaplic bocznych w 1904 roku i dostawienie prezbiterium w roku 1950 – czytamy w Encyklopedii Warmii i Mazur.

Co ciekawe, w ołtarzu głównym znajduje się XVIII-wieczny obraz przedstawiający klęczącą świętą Rozalię przed Maryją z Dzieciątkiem,

przeniesiony z kościoła św. Jakuba w Olsztynie. Obok prezbiterium umieszczono XVIII-wieczny obraz Maryi Tronującej, a w bocznych kaplicach płaskorzeźbę Serca Chrystusowego i obraz świętego Ignacego Loyoli. Jako samodzielna parafia na Dajtkach została powołana w 1978 roku.

– Po II wojnie światowej tereny Dajtek zostały zasiedlone przez licznych repatriantów z różnych regionów kraju i bardzo szybko stało się jasne, że parafia jest za mała, aby sprostać potrzebom rozrastającego się osiedla. Władze Polski Ludowej konsekwentnie odmawiały zgody na budowę nowego kościoła, którą ostatecznie uzyskano po zmianach ustrojowych w 1989 roku. Nową świątynię wzniesiono w latach 1991-2001 i poświęcono ku czci Chrystusa Zmartwychwstałego – informują autorzy EWiM.

Ta znajduje się przy ul. Żniwnej. Będąc na Dajtkach warto zwrócić uwagę na zabytkowy cmentarz przy ul. Sielskiej.

Na cmentarzu w olsztyńskich Dajtkach zachowało się kilka krzyży z 1913/1914 roku. Większość zachowanych grobów po-

chodzi z okresu międzywojennego. Ostatnie pochówki pochodzą z połowy lat 60. XX wieku. Tuż za wejściem stoi odnowiony obelisk poświęcony żołnierzom z parafii Dajtki, którzy polegli w czasie I wojny światowej.

Kara grzywny za zabójstwo

Z Dajtek udajemy się drogą do Gronit. W I połowie XIV wieku w komornictwie olsztyńskim rozpoczęła się akcja kolonizacyjna. Najstarszą miejscowością na tym obszarze był Bartązek, zlokalizowany w 1335 roku. Natomiast w 1348 roku zlokalizowano Gronity, jako wieś założoną na prawie chełmińskim. Z zapisów w źródłach kościelnych wynika, że w roku 1353 kapituła wystawiła przywilej „prusakowi” (Prusowi!) nazwiskiem Noyden na 6 włók, „które otrzymał na własność prawem pruskim „circa lacum Crummensee” i na 2 włóki in Damerovia, za inne włóki, co miał nad jeziorem Curtos (Kort See) in Garranczen”. Był zwolniony z opłaty przez 7 lat, ale do służby wojennej był zobowiązany zarówno on, jak i jego następcy – i to konnej. Tenże Noyden miał prawo łowienia

ryb „małymi narzędziami” i polowania „In ex trema nostra solitudine more aliorum pruthenorum”. Jeżeli ktoś miałby zabić wspomnianego Noydena lub jego następców powinien być ukarany 30 grzywnami” – czytamy na portalu gronity.pl.

Ciekawa jest też historia jeziora w Gronitach. Z cytowanych zapisów w księgach kościelnych wynika, że istniało tu Crummensee. Obecnie wszystkie tereny pojezierne zostały zmeliorowane, ale do dziś przetrwała w pamięci mieszkańców nazwa „Kramze”, którą nazywają tereny torfowisk po północnej stronie torów, blisko granicy z Kudypami. – Być może to tam znajdowała się pierwotnie właściwa wieś Gronity – dowiadujemy się z gronity.pl.

W przedwojennych Gronitach mieszały się dwa żywioły narodowościowe. Niemniej dbano o polskie akcenty. W ramach powstałego w 1921 roku Polsko-Katolickiego Towarzystwa Szkolnego na Warmii, którego celem było zachowanie i pielęgnowanie języka polskiego, do Seminarium Nauczycielskiego w Lubawie skierowany został mieszkaniec Gronit – Józef Penczerzyński. Opiekunem z ramienia

Towarzystwa nad ludnością polską w Gronitach został Wiktor Salmann. W Gronitach także szukał schronienia przed prześladowaniami niemieckimi znany działacz polski – Franciszek Barcz, który ma w Olsztynie swoją ulicę.

Inną postacią przedwojennych Gronit był Jan Brzeszczyński – nauczyciel szkoły w Gronitach. Pomimo iż był Niemcem, w okresie plebiscytu działał aktywnie na rzecz sprawy polskiej, za co był szykanowany przez władze i proniemieckie bojówki.

Wyjątkowe nadleśnictwo

Z Gronit niedaleko jest do Kudypy, w których znajduje się siedziba Nadleśnictwa Kudypy. Przed rozbiorem (do 1772 r.) jako leśnictwo było podległe Kapitulie Warmińskiej, po rozbiorach początkowo jako leśnictwo, a na początku XIX wieku już jako nadleśnictwo pod nazwą „Koenigliche Oberforsterei Kudippen”. Po II wojnie światowej Nadleśnictwo Kudypy zostało powiększone o powierzchnię lasów prywatnych drobnych i średnich właścicieli.

Krzysztof Szymański

Jak dotrzymać noworocznych postanowień?

Rozpływając się w świątecznych smakołykach, uciszaliśmy sumienie wymówkami, że od Nowego Roku zmienimy styl życia. Rzucimy słodczyce, zaczniemy się ruszać i jeść zdrowe zamienniki kalorycznych przysmaków. Nie bądźmy jak słodka Bridget Jones, której dietetyczne postanowienia zniknęły wraz z pierwszą paczką ciastek. Dajmy radę wcielić w życie nasze noworoczne plany. Jest na to kilka sprawdzonych sposobów.

Jutro jest pierwszy dzień reszty mojego życia – przywołuje popularną sentencję olsztyński rehabilitant Ryszard Wieremiej, który na co dzień pracuje z osobami cierpiącymi na otyłość. – Bo tak naprawdę każdy symboliczny dzień jak urodziny, imieniny czy właśnie Nowy Rok to genialny moment, by zacząć wszystko zmieniać – potwierdza specjalista. Zdradził kilka wskazówek, jak pierwszego dnia po Sylwestrze zacząć chudszy rozdział w naszym życiu.

Żadnych gwałtownych ruchów

Wpierw powinniśmy porzucić chęć wprowadzenia rewolucyjnych zmian. Noworoczne postanowienia żywieniowe mają zaczynać się od łagodnych modyfikacji, nie od reżimu. Na początku lepiej postawić przed sobą mniej wymagające cele, by im sprostać. To da nam poczucie większej radości z tego, co zrobiliśmy i zmobilizuje do dalszego wysiłku. Jeśli natomiast narzucimy sobie mnóstwo różnych nakazów i zakazów mających odmienić nasze życie, to owszem, wytrzymamy: tydzień. Za dwa tygodnie sprawdzimy, jakie są efekty tych męczarni. Jeśli nie będzie wyników adekwatnych do oczekiwań, to się wycofamy i całe odchudzanie pójdzie na marne.

Dobrze więc na początek wyznaczyć sobie takie cele, które wydają się mało rygorystyczne, ale są skuteczne. Zamiast jeść dwa duże posiłki dziennie, zjadamy pięć mniejszych.

Zawsze jemy śniadanie, drugie śniadanie i coś przed wyjściem z pracy, by po powrocie do domu nie pochłoniąć ogromnego obiadu, a mniejszą przekąskę. Ostatni posiłek spożywamy najpóźniej trzy godziny przed snem. Rezygnujemy z cukrów prostych: unikamy cukru kuchennego, łakoci, słodzonych napojów. Nie zapominamy też o codziennym ruchu. Najlepszy wysiłek to taki, który jest długi, ale nie forsuje. Przy którym możemy jeszcze rozmawiać, nie tracąc tchu: długi spacer, pływanie czy spokojna jazda na nartach.

Rehabilitant z olsztyńskiego szpitala miejskiego podkreśla, że powyższe wskazówki są świetne na dobry początek. Gdy jednak zrzucimy pierwsze kilogramy, to będziemy potrzebowali więcej ruchu i mniej kalorii, by efekt był coraz lepszy. – Zawsze powtarzam, że od samego niejedzenia i spacerowania brzuch nie spadnie – pozbawia złudzeń Ryszard Wieremiej. – Brzuch jeszcze potrzebuje ćwiczeń oraz błonnika. A jak ktoś ćwiczy brzuch, musi zacząć ćwiczyć mięśnie grzbietu, bo w przeciwnym razie wyjdą bóle kręgosłupa – dodaje. Takich niuansów jest sporo, toteż często słyszy się apele do osób planujących odchudzanie, by zrzucali wagę pod okiem lekarza.

Dlaczego tego pragnę?

Pozostaje pytanie, jak się motywować, by nie stracić zapału do odchudzania. Otóż trzeba zadać sobie pytanie: dlaczego właściwie chcę

się odchudzać? – Motywacja u ludzi często opiera się na myśleniu: „chcę pokazać innym, że to osiągnę” albo „chcę schudnąć, bo wtedy on zwróci na mnie uwagę” – przytacza przykłady fizjoterapeuta z Olsztyna. I dodaje: – Z jednej strony to genialny impuls do działania, ale z drugiej – pewne zagrożenie. Bo wystarczy, że jest minimalny brak akceptacji ze strony tego czegoś, czego oczekiwaliśmy i cała piramida się burzy, odechciwa nam się tego odchudzania. Dlatego istotne, by decyzja wpływała z nas, nie z otoczenia. Ma być poparta tym, że chcę być zdrowszy, sprawniejszy. Dla siebie samego, a nie żeby się komuś przypodobać lub wzbudzić podziw koleżanek – tłumaczy nasz rozmówca.

Dobrze jest przemyśleć swoje nastawienie do odchudzania. Zamiast stawiać pytanie: jak szybko schudnąć, zastanówmy się lepiej: jak żyć zdrowo? Nie róbmy list, co zamierzamy w sobie zmienić, ale co będzie nam do tego potrzebne. Ciemny chleb, chudy nabiał, warzywa i woda. Dobrze, żeby czekały na nas w kuchni już pierwszego stycznia. Inaczej skończy się na tym, że ponieważ nie mamy w zasięgu ręki zdrowych produktów, to akurat dokończymy napoczęte masło orzechowe, słodzone konfitury i poświąteczną golonkę. W ten sposób nie zrealizujemy noworocznych postanowień o szczupłej sylwetce. A przecież lubimy dostawać to, czego pragniemy.

Arch.

Kilka prostych rad na styczeń

– Skosztuj różnych zdrowych herbat, zwłaszcza zielonych i czerwonych. Pobudzają przemianę materii i zawierają witaminy. Jeśli mają pomóc schudnąć, to zrezygnuj ze słodzenia.

– Jesz niedużo, a mimo to tyjesz? Załóż sobie notatnik, w którym będziesz zapisywać w ciągu dnia to, co jesz: każdy cukierek, kanapkę, owoc, przekąskę – wszystko natychmiast odnotowuj. Czasami jemy nie regularnie, z nudów, ze stresu lub dojadamy

posiłki po innych domownikach. To setki kalorii i prowadząc swój notatnik, łatwo sobie uświadomisz przez co właściwie tyjesz.

– W 100 gramach śniadaniowego musli ponad 50 gramów to same węglowodany. Dlatego tak reklamowane płatki bywają nazywane zdrowymi słodzcami: na każdą łyżkę zdrowia przypada druga łyżka cukrów.

– Prawidłowo oddychaj w trakcie ćwiczeń, to klucz do sukcesu. Leżąc na plecach, skrzyżuj ręce za głową, by

palcami dotykać łopatek. Głowa leży luźno na skrzyżowanych przedramionach. Zachowując tę pozycję, oderwij na kilka centymetrów barki od ziemi. Unosząc się, wydychaj powietrze aż do końca, kładąc się – rób wdech. To poprawnie wykonane brzuszki, które są bardzo skuteczne, modelują brzuch bez obciążania kręgosłupa czy nadwyrężania szyi.

Arch.



Dobry rok olsztyńskich kolarzy

Na szosie i na torze

Ubiegły rok był udany dla młodych olsztyńskich kolarzy. Zawodnicy Warmińsko-Mazurskiego Klubu Sportowego zdobyli aż 18 medali mistrzostw Polski i mistrzostw makroregionalnych.

Dzięki dobrym wynikom osiąganym w systemie sportu młodzieżowego kolarze W-MKS Olsztyn zdobyli 149,3 pkt., co dało klubowi dziewiąte miejsce wśród wszystkich klubów punktujących w kolarstwie. Dzięki temu olsztyński klub utrzymał trzecie miejsce w województwie warmińsko-mazurskim, wśród wszystkich klubów punktujących w tym systemie (1. AZS, 2. Nauticus, 3. W-MKS).

Najwięcej medali w rywalizacji juniorów zdobyli Igor Mitoraj oraz Mateusz Rutkowski. Igor wzbogacił swoją medalową kolekcję o złoto w górskich mistrzostwach Polski na szosie, złoto z Piotrem Martusewiczem w MP na torze w wyścigu Madison. Ponadto zdobył brąz z Mateuszem Rutkowskim w jeździe parami na czas na szosie. Z kolei Mateusz dorzucił do swojej

medalowej kolekcji złoto MP juniorów młodszych w wyścigu na 2 kilometry na torze oraz złoto MP juniorów w wyścigu eliminacyjnym na torze. Poza tym zdobył srebrny medal Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży w szosowej jeździe na czas oraz był dziesiąty w Olimpijskim Festiwalu Młodzieży Europy w Skopje w wyścigu szosowym – poinformował Zdzisław Trojga, trener koordynator sekcji kolarskiej W-MKS.

Pochodząca z Olsztyna Marta na Szczęsna reprezentuje obecnie barwy jednej z grup zawodowych z Wrocławia. W ubiegłym roku wywalczyła złoty medal MP w jeździe na czas w kategorii Orlik (do 23 lat), zaś w Elicie została sklasyfikowana na siódmym miejscu. Poza tym była szósta w wyścigu szosowym na dystansie 137 km (Orlik).

Mamy także utalentowanego zawodnika w kategorii wiekowej młodzika. Błażej Wróblewski wywalczył siedem medali, w tym cztery złote, w mistrzostwach makroregionów, zarówno na szosie jak i na torze – dodał Zdzisław Trojga.

Olsztyński klub pozyskał dobrego kolarza – pochodzącego z Polkowic Bartłomieja Jędryska, startującego w kategorii wiekowej juniora. Obecnie przebywa na zgrupowaniu we Włoszech razem z Igorem Mitorajem i Mateuszem Rutkowskim. Tam olsztyńscy kolarze trenują podnosząc wyszkolenie techniczne i będą uczestniczyć w rozgrywanych tam wyścigach. Warto dodać, że W-MKS pozyskał strategicznego sponsora, którym został olsztyński MPEC.

IRON



Koszykarska III liga

Akademicy na boisku

Trwają rozgrywki III ligi koszykówki mężczyzn. W połowie rozgrywek Junior Basket Olsztyn zajmuje w tabeli drugie miejsce, zaś AZS UWM Olsztyn piąte.

Rundę rewanżową olsztyńscy akademicy rozpoczęli od meczu u siebie z silną ekipą gdańskiej Politechniki. W Gdańsku przegrali kilkoma punktami i teraz chcieli się zrewanżować rywalom. – Jeżeli zagraliśmy poważnie w obronie i nie damy przeciwnikowi odejść punktowo, to możemy pokusić się o wywalczenie kompletu punktów – powiedział przed rozpoczęciem spotkania Tomasz Małek, trener olsztyńskiej drużyny. Niestety jego podopieczni mieli w trakcie meczu dwa momenty przestoju i nie zdołali odrobić straty. Przegrali 67:72 (14:17, 23:18, 9:19, 21:16).

Przez dwie kwarty mecz był wyrównany. Niestety kompletnie nie wyszła nam trzecia kwarta. Politechnika odskoczyła nam na dziesięć punktów. Chłopcy odrobili część strat, ale w końcówce meczu grali zbyt nerwowo i stąd ta porażka – mówił po zakończonym meczu trener olsztyńskiej ekipy. Natomiast kapitan akademików Mateusz Ciburowski stwierdził: – Do przerwy było nieźle. Niestety, gdy rywale odjechali nam na dziesięć punktów, zaczęliśmy grać zbyt nerwowo.

Chcieliśmy szybko odrobić straty, co przełożyło się na naszą słabszą skuteczność rzutową.

W rozgrywkach trzeciej ligi grupy pomorsko-warmińsko-mazurskiej uczestniczy 10 drużyn. Przed rozpoczęciem rozgrywek nie założyliśmy jakiegoś konkretnego celu do zrealizowania. Gramy prawie takim samym składem jak w poprzednim sezonie. Jak widać z osiągniętych wyników, potrafimy nawiązać walkę z każdym przeciwnikiem. Niestety, nie zawsze przynosi to efekt w postaci wygranej meczu – powiedział trener akademików. Natomiast kapitan olsztyńskiej drużyny dodał: – To jest mocniejsza liga niż w poprzednim sezonie. Mocne są drużyny z Pomorza. Inne kluby też walczą i nikogo nie można lekceważyć. Szkoda, że przynajmniej w dwóch, trzech meczach nie udało się zdobyć kompletu punktów. Tak byśmy byli bliżej czołówki. No i w zasięgu byłyby baraże o wejście do II ligi. Niestety po tej porażce bardzo się oddaliły, ale do końca rozgrywek będziemy walczyli o kolejne zwycięstwa.

IRON

REKLAMA

BAIC 3

AUTORYZOWANY SALON I SERWIS W OLSZTYNIE

OD

74 900

PLN BRUTTO

ORAZ

UBEZPIECZENIE
AC/OC
ZA 1 PLN

DASZUTA
ul. Sikorskiego 33,
10-188 Olsztyn
tel. 89 544 91 91
e-mail: baic@daszuta.pl

Zimą nie musi być zimno

W mroźne, zimowe dni nie wszystkim uśmiecha się aktywność na świeżym powietrzu. Nie lubisz zimy? Nic nie szkodzi. Ośrodek Sportu i Rekreacji w Olsztynie przygotował szeroką ofertę aqua animacji.

Aqua senior, zajęcia dla studentów, Uniwersytet III wieku, aquaprenatal, aquacycling, aqua mix, aquahydro-robic. Prawda, że brzmi ciekawie?

Zimą istne oblężenie przeżywają lodowiska, które rokrocznie przygotowuje Ośrodek Sportu i Rekreacji w Olsztynie. Warto jednak pamiętać, że zimą nie musi być zimno, dlatego pamiętajcie o wodnych atrakcjach, które proponuje OSIR. A jest w czym wybierać:

- **Aquaprenatal** (zajęcia dla kobiet w ciąży po I trymestrze),
- **Aquacycling** (rowerki, obowiązkowe obuwie wodne),
- **Aqua mix** (makarony, hantle, piłki, pasy wypornościowe, obciążniki na nogi, rękawice, betomic),
- **Aquahydrorobic** (zajęcia na głębokiej wodzie z pasami wypornościowymi).

Ale to nie wszystko, bo już w lutym w Aquasferze ruszy projekt: „Propagowanie i promowanie aktywności rekreacyjno-sportowej osób 50+ w środowisku wodnym”, który Olsztynianie wybrali w ramach OBO.

Więcej szczegółów znajdziecie na stronie internetowej: osir.olsztyn.pl

Wykupiony bilet wstępu na basen upoważnia do skorzystania z jednej jednostki aqua animacji.

Uwaga: Kobiety w ciąży przed każdorazowym wejściem na aqua animację zobowiązane są pokazać w kasach zaświadczenie lekarskie z terminem ważności o braku przeciwwskazań do uczestniczenia w zajęciach w wodzie.

