

REKLAMA



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

MAK DOM
GRUPA DEWELOPERSKA

Osiedle
MAGNOLIA II

tel. (89) 721 10 10 www.makdom.pl

nr 8 (394) 2025 ISSN 1734-7076

16.04 – 01.05.2025
WWW.ZYCIEOLSZTYNA.PL

życie

NAKŁAD 20 000

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

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
ul. Ratuszowa 4 tel. 723 44 26 47

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

LOOMBARD.pl



**SKUP / SPRZEDAŻ
WYCENA**

**ZŁAP NOCNY
tramwaj**

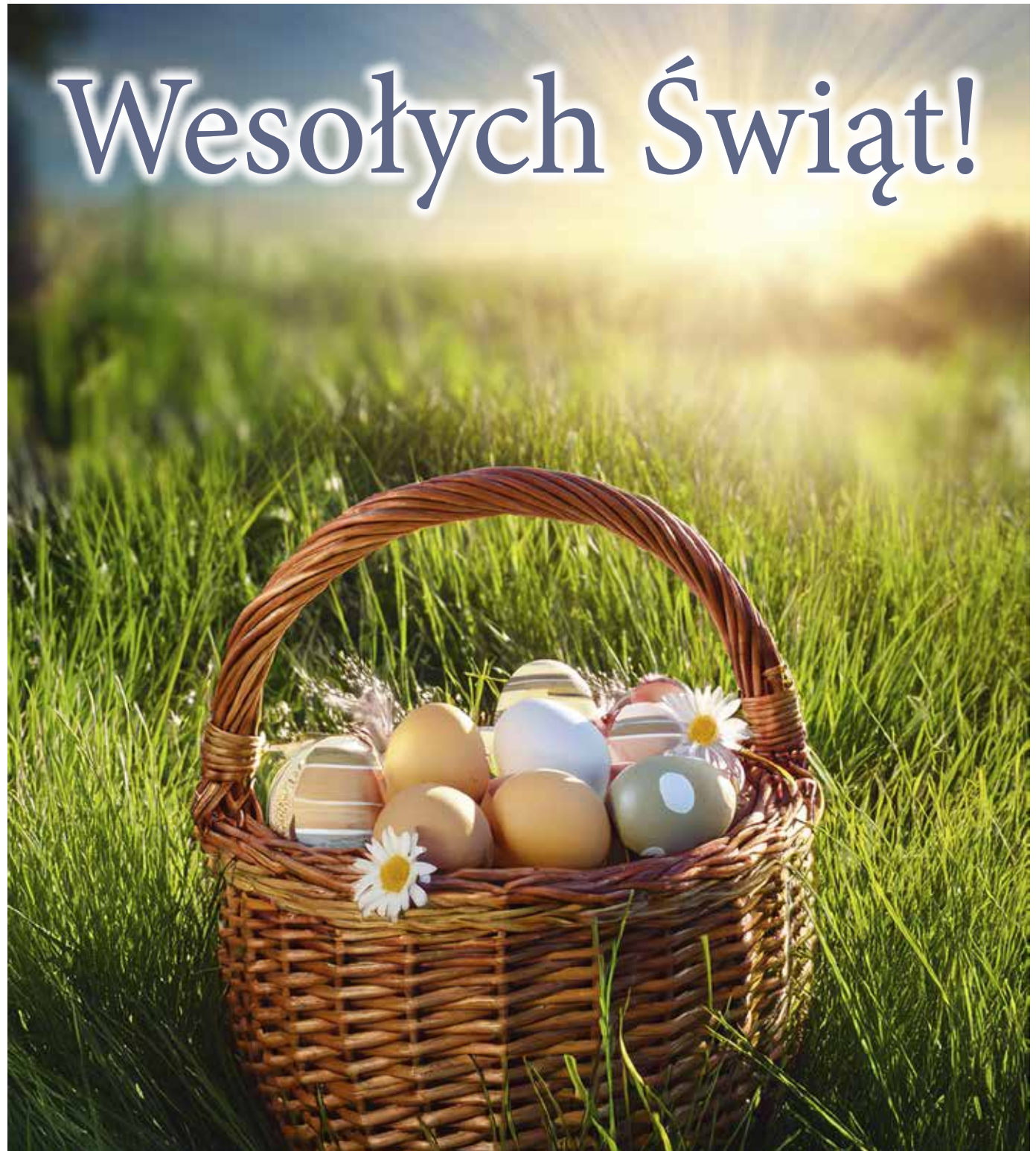


ostatni kurs
z przystanku

START
OD MAJA!

**WYSOKA
BRAMA**

linia 1 2:00
linia 5 2:05




Doroczne święto ludzi sportu

Czytaj str. 3

REKLAMA



ZAREKLAMUJ SIĘ

w Nowym Życiu Olsztyna

Zadzwoń – zapytaj tel. 505 129 273

Światowy Dzień Książki i Praw Autorskich 2025

Tradycyjnie druga połowa kwietnia to dla Miejskiej Biblioteki Publicznej w Olsztynie czas wyjątkowy – 23 kwietnia obchodzimy Światowy Dzień Książki i Praw Autorskich. W programie świętowania promocja tomiku „Żona poety” autorstwa Miry Lingi-Cieleckiej, spotkanie z Ałbeną Grabowską oraz warsztaty dla najmłodszych z Anią Mikitą.

W środę 23 kwietnia obchodzimy Światowy Dzień Książki i Praw Autorskich. To święto autorów, ilustratorów i wydawców książek oraz czytelników i czytelnictwa, organizowane od 1995 r. przez UNESCO. Mamy nadzieję, że uda Wam się znaleźć czas, aby celebrować z nami miłość do literatury. Przygotowaliśmy program wypełniony literackimi atrakcjami. Mamy nadzieję, że znajdziecie chwilę na odwiedzenie naszych bibliotek.

Naszym gościem będzie m.in. Ałbena Grabowska – jedna z najchętniej czytanych pisarek polskiej literatury. Neurolog i epileptolog z naukowym dorobkiem, pisarka. Popularność wśród czytelników zawdzięcza przede wszystkim bestsellerowej sadze „Stulecie Winnych” (Wydawnictwo Zwiarcia). Potencjał tej epickiej opowieści dostrzegli filmowcy i dzięki temu powstał serial w gwiazdorskiej obsadzie. Każdy z sezonów serialu (emitowanych wiosną 2019, 2020 i 2021 roku) gromadził przed ekranami ponad 3-milionową widownię.

– Moje książki są pełne silnych kobiet, wyrazistych postaci kobiec-



cych, ale absolutnie nie pomijam w powieściach mężczyzn. Choć często są jedynie tłem opowieści o kobietach. Do tego się przyznaję. Pano- wie odzywają się do mnie najczęściej w kwestii „Stulecia Winnych”. Zadają pytania, gratulują, dzielą się własnymi wspomnieniami – mówi autorka.

Spotkanie organizowane przez Planetę 11, odbędzie się 25 kwietnia

o godz. 17.00 w sali konferencyjnej Hali Urania przy al. Piłsudskiego 44.

To doskonała okazja, by posłuchać o kulisach powstawania jej książek, zadać pytania i zdobyć autograf!

Będzie też oferta rodzinna. Z najmłodszymi w Bibliotece PIE-CZEWO spotka się znana olsztyńska pisarka, autorka książek dla

dzieci – Anna Mikita. Zapraszamy na warsztaty w sobotę 26 kwietnia o godz. 11.00.

Dla miłośników poezji mamy również niespodziankę. W Domu Mendelsohna przy ul. Zyndrama z Maszkowic 2 w środę 23 kwietnia odbędzie się promocja tomiku „Żona poety” autorstwa Miry Lingi-Cieleckiej.

W programie znajdziecie również m.in.: występ muzyczny, warsztaty dla dzieci i dorosłych oraz zabawy z książkami.

Poniżej prezentujemy harmonogram wydarzeń. Zapraszamy do wspólnego świętowania!

23 kwietnia:

– Dom Mendelsohna (ul. Zyndrama z Maszkowic 2), godz. 17.00 – promocja tomiku „Żona poety” autorstwa Miry Lingi-Cieleckiej;

– Abecadło (al. Piłsudskiego 16):

* godz. 10.00 – Mieszkamy w książce! – warsztaty dla przedszkolaków (zapisy);

* godz. 11.30 – Bajkoteka Malucha: W książkach jest wszystko... – zabawy z książkami dla najmłodszych dzieci w wieku 2-3 lata z opiekunami;

– filia nr 9 (ul. Żołnierska 47), w godz. 10:00 – 18:00: zabawa pod hasłem Pozwól, aby dzisiaj to książka wybrała Ciebie;

– filia nr 18 (ul. Żytnia 71), godz. 13.30 – Droga książki od autora do czytelnika – zajęcia plastyczne dla dzieci w wieku szkolnym.

24 kwietnia

– filia nr 13 (ul. Sikirzyckiego 9), godz. 16.30 – Koncert Piosenek Wiosennych w wykonaniu dzieci z Pałacu Młodzieży w Olsztynie z Pracowni Śpiewu pod kierunkiem Aleksandry Janickiej.

25 kwietnia

– Planeta 11 (al. Piłsudskiego 44) o godz. 17.00 w sali konferencyjnej Hali Urania – spotkanie autorskie z Ałbeną Grabowską. Prowadzenie: Katarzyna Janków-Mazurkiewicz.

26 kwietnia

– filia nr 13 (ul. Sikirzyckiego 9), godz. 11.00 – Legendy Madagaskaru – spotkanie autorskie z Anną Mikitą, połączone z warsztatami plastycznymi.

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, Ilona Lik
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, Druk: Polska Press Sp. z o.o.

Nakład 20 000

www.zycieolsztyna.pl

REKLAMA

POBIERZ APLIKACJĘ

TANIEJ Z APLIKACJĄ

1. Ściągnij aplikację i zaloguj się.

2. Wybierz swój sklep i zacznij korzystać

3. Wszystkie promocje czekają na Ciebie!

OLSZTYN | SZCZYTNO | MRĄGOWO | KĘTRZYN | ILAWA

www.facebook.com/spolemolsztyn www.instagram.com/spolem_olsztyn/

Doroczne święto ludzi sportu

Wyróżnienia, nagrody i stypendia najlepszym sportowcom, trenerom i działaczom sportowym zostały wręczone podczas Gali Sportu 2025, którą zorganizował samorząd województwa warmińsko-mazurskiego.

To była znacząca chwila dla ludzi sportu, samorządowców, mieszkańców Olsztyna i regionu.

– Gala jest okazją, byśmy podziękowali sportowcom za emocjonujące chwile – mówił podczas spotkania marszałek województwa Marcin Kuchciński. – Za to, że możemy im kibicować, podziwiać, że są dla nas inspiracją i zachęają do aktywności, że są wizytówką naszego regionu w Polsce, w Europie, a nawet na całym świecie. Jako samorząd województwa stawialiśmy, stawiamy i mogę obiecać – będziemy stawiać na sport. Nasze działania kierujemy głównie w stronę młodzieży, ale nie zapominamy o nieco starszych, bardziej doświadczonych sportowcach, czego wyrazem są stypendia czy Odznaki Honorowe.

Na podstawie uchwały sejmiku województwa warmińsko-mazurskiego zarząd województwa przyznał zawodnikom 68 stypendiów sportowych i 33 nagrody pieniężne.

Marszałek Marcin Kuchciński wręczył również Honorowe Odznaki „Zasłużony dla Województwa War-



Tegoroczni laureaci Gali Sportu

mińsko-Mazurskiego”. Otrzymał je: – Andrzej Gronowicz – nauczyciel w-f, trener, kanadyjkarz, wielokrotny mistrz Polski, trzykrotny medalista mistrzostw świata, srebrny medalista olimpijski z Montrealu (1976), uczestnik igrzysk w 1972 roku, reprezentant OKS OZOS Stomil Olsztyn,

– Jerzy Kowalski – od 2019 roku pełni funkcję prezesa Warmińsko-Mazurskiego Związku Strzelectwa Sportowego. Dzięki jego inicjatywom strzelectwo sportowe (olim-

pijskie) rozwija się tak prężnie na terenie naszego województwa, co skutkuje powstawaniem nowych klubów strzeleckich oraz wzmożonym zainteresowaniem sportem wśród dzieci i młodzieży.

Wyróżnienia otrzymały też gminy, które w klasyfikacji Ogólnopolskiego Systemu Sportu Młodzieżowego w kategoriach: młodzieżowiec, junior, junior młodszy i młodzik w 2024 roku uzyskały największą liczbę punktów. We współzawodnictwie uczestniczyły 922

gminy. Pierwsze miejsce zajęło miasto Olsztyn (23 miejsce w Polsce).

Z kolei najwyższej sklasyfikowanym klubem z regionu w ogólnopolskim systemie sportu młodzieżowego w minionym roku był Klub Sportowy AZS Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie (29 miejsce w Polsce).

Na wyróżnienia zasłużyli też trenerzy, których zawodnicy osiągnęli wysokie wyniki oraz osoby wyróżniające się w pracy na rzecz rozwoju sportu.

Poznaliśmy także zwycięzców w trzech specjalnych kategoriach: – sportowe odkrycie roku: Anastazja Kuś – Klub Sportowy AZS UWM w Olsztynie. W roku 2024 osiągnęła znaczące wyniki sportowe. Uczestniczka Igrzysk Olimpijskich w Paryżu, na których uzyskała 10 miejsce w konkurencji sztafety 4x400 m. Została również złotą medalistką Mistrzostw Europy U18 w biegu na 400 m,

– trener roku sportu młodzieżowego: Bronisława Ludwichowska. Trenerka lekkiej atletyki w Klubie Sportowym AZS UWM w Olsztynie. Jej podopieczną jest Anastazja Kuś,

– sportowiec roku: Rafał Roczek – Integracyjny Klub Sportowy „ATAK”, uczestnik Igrzysk Paraolimpijskich w Paryżu, który uzyskał V miejsce w konkurencji rzut dyskiem.

Gałę uświetnił występ Orkiestry Jazzowej Filharmonii Warmińsko-Mazurskiej z wokalistką Anną Ozner.

Relacja i pełna lista wyróżnionych na stronie: warmia.mazury.pl w zakładce: sport i zdrowie.

Materiał powierzony

Szanowni Państwo,

Z okazji Świąt Wielkanocnych pragnę złożyć Państwu najserdeczniejsze życzenia pełne radości, nadziei i pokoju. Niech ten wyjątkowy czas odrodzenia i nowego początku napełni serca optymizmem, a rodzinne spotkania przy świątecznym stole przyniosą ciepło, bliskość i wzajemne zrozumienie.

Niech te święta będą także okazją do refleksji nad pięknem naszej kultury i tradycji, które od pokoleń budują naszą tożsamość i jednoczą nas jako wspólnotę.

Radosnych, pełnych nadziei Świąt Wielkanocnych!

MACIEJ WRÓBEL

WICEMINISTER KULTURY
I DZIEDZICTWA NARODOWEGO
POSEŁ NA SEJM RP



I Gala Finałowa Konkursu „Skrzydła Warmii i Mazur”

Aula Teatralna Centrum Nauk Humanistycznych Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie stała się miejscem wyjątkowego wydarzenia – I Gali Finałowej Konkursu „Skrzydła Warmii i Mazur”. Wydarzenie, zainicjowane przez wojewodę Radosława Króla oraz rektora UWM prof. Jerzego Przyborowskiego, miało na celu uhonorowanie studentów UWM, których innowacyjne projekty przyczyniają się do rozwoju społeczno-gospodarczego regionu.

– Kiedy młodość spotyka się z możliwościami, powstaje energia, która może naprawdę unieść region ku nowym horyzontom – podkreślał wojewoda Radosław Król. – „Skrzydła Warmii i Mazur” to nie tylko konkurs – to symbol tego, że tutaj, w sercu północno-wschodniej Polski, rodzą się idee, które mogą inspirować całą Europę.

Konkurs „Skrzydła Warmii i Mazur” promuje rozwój kompetencji w zakresie przedsiębiorczości, zarządzania oraz kształtowania społeczeństwa obywatelskiego wśród studentów. Jego celem jest wsparcie młodych talentów i kreowanie inicjatyw, które mogą realnie wpłynąć na przyszłość regionu.

Główną nagrodą w konkursie był wyjazd studyjny do Parlamentu Europejskiego w Brukseli dla zwycięskiego zespołu, zorganizowany przez europosła Adama Jarubasa. Uroczystą atmosferę wieczoru wzbogaciły występy artystyczne Studia Wokalnego UWM oraz zespołu Hława Gospel Singers, których obecność była możliwa dzięki wsparciu Warmińsko-Mazurskiej Specjalnej Strefy Ekonomicznej.

W wydarzeniu udział wzięli m.in. poseł na Sejm RP Paweł Papke, wojewoda Radosław Król, wicewojewodowie Mateusz Szauer i Zbigniew Szczypiński, rektor UWM prof. Jerzy Przyborowski oraz dyrektor generalny Warmiń-

sko-Mazurskiego Urzędu Wojewódzkiego w Olsztynie Monika Choroszevska-Pleńkowska.

Podczas gali wojewoda warmińsko-mazurski Radosław Król podkreślił wagę konkursu jako przestrzeni do wymiany idei, ale również konkretnego wsparcia dla młodych ludzi, którzy nie tylko marzą o lepszym świecie – ale realnie go budują.

– Warmia i Mazury potrzebują odwagi, wizji i świeżych pomysłów – a dzisiejsi finaliści pokazują, że nie brakuje nam żadnego z tych elementów. To niezwykle budujące widzieć młodych ludzi, którzy z pasją i odpowiedzialnością podchodzą do przyszłości naszego regionu – powiedział wojewoda.



Podczas uroczystości ogłoszono laureatów konkursu:

I miejsce – gra plenerowa „Lake Quest” (Jakub Borowski, Klaudia Kordulewska, Martyna Ciarcińska, Wiktoria Templin, Patrycja Templin)

II miejsce – aplikacja turystyczna „E-Warmia” (Kacper Karwowski, Mateusz Grabowski, Jakub Mazurek, Miłosz Siudak, Arkadiusz Ziółek)

III miejsce – aplikacja do wypożyczania sprzętu wodnego „Quber” (Martyna Mazurkiewicz, Weronika Jaźwińska, Michał Czerwiński, Mateusz Oleksiński)

Wyróżnienie – Ośrodek Rycerski w Grunwaldzie (Justyna Król, Adam Zielonka, Daria Borkowska, Paulina Lewandowska)



Szanowni Państwo, Drodzy Mieszkańcy Warmii i Mazur,

Wielkanoc niesie ze sobą przesłanie zwycięstwa życia nad śmiercią, dobra nad złem, nadziei nad zwątpieniem. Wraz z budzącą się do życia przyrodą pojawia się pragnienie spokoju, bliskości i dobra – wartości, które wnoszą światło w naszą codzienność.

Niech ten świąteczny czas, tak pięknie wpisujący się w rytm odradzającej się natury Warmii i Mazur, przyniesie Państwu wewnętrzne umocnienie oraz siłę do podejmowania codziennych wyzwań. Z serca życzę spokoju ducha, rodzinnej harmonii i nadziei, która rozjaśnia każdy dzień.

Zdrowych, pogodnych Świąt Wielkiej Nocy – pełnych ciepła, bliskości i dobra.



Wojewoda Warmińsko-Mazurski
Radosław Król

Delegacja z Dywit z wizytą u partnera w estońskim Kanepi

Cyfryzacja, innowacje i rozwiązania eko

Czteroosobowa delegacja gminy Dywity przez 4 dni przebywała z roboczą wizytą w partnerskiej gminie Kanepi w Estonii. To była pierwsza, ale niezwykle twórcza wizyta, która pokazała szereg rozwiązań z zakresu organizacji samorządu, edukacji czy gospodarki odpadami. Część z nich można spróbować wdrożyć w gminie Dywity.

Przedstawiciele gminy Dywity w osobach: Magdaleny Iwanek, zastępcy wójta gminy Dywity, Waldemara Szydlika, sekretarza gminy, radnego Krzysztofa Kulasa i Anny Zduńczyk, dyrektora Szkoły Podstawowej w Bukwałdzie podjął Mikk Jarv, burmistrz Kanepi. Inicjatorem współpracy z Estończykami był śp. Daniel Zadworny, poprzedni wójt gminy Dywity. Goście z Kanepi byli u nas już dwa razy, a nasi przedstawiciele pojechali tam po raz pierwszy. W programie 4-dniowej wizyty znalazło się wiele ciekawych punktów.



Delegację z gminy Dywity przyjął w urzędzie Mikk Jarv, burmistrz estońskiej gminy Kanepi (na zdjęciu w środku)

Nie ma segregatorów

Pierwszego dnia delegacja z Dywit została powitana przez burmistrza Mikka Jarv w siedzibie urzędu, który miała okazję zwiedzić i zapoznać się ze specyfiką samej gminy Kanepi, jak i pracy w urzędzie. – W pokojach urzędowych nie ma szaf z segregatorami i wszechobecnych papierów, jest tu pełna cyfryzacja usług publicznych – mówi Magdalena Iwanek. – Zresztą podobnie jest w gminnym zakładzie gospodarki odpadami. Na terenie gminy są 4 punkty selektywnej zbiórki odpadów, oczywiście obsługa systemu jest zdalna, więc każdy mieszkaniec może przywieźć odpady i wrzucić do odpó-

wiednich pojemników przez całą dobę. Wszędzie jest monitoring, jest czysto, brama otwiera się na telefon, gdy jest się mieszkańcem gminy, który opłaca śmieci. Duże wrażenie zrobiło też rodzinne gospodarstwo ogrodnicze z sadzonkami i roślinami, które jest drugą pod względem wielkości firmą tego typu i obsługuje wiele miast i gmin w Estonii. – Zdecydowanie możemy się od nich dużo nauczyć np. pod kątem cyfryzacji usług publicznych, ale i innych rozwiązań np. tych związanych z gospodarką odpadami – uważa radny Krzysztof Kulas.

Sauna, siłownia i ekologia

Jak podkreślają przedstawiciele Dywit, w Kanepi na każdym kroku widać stosowanie ekologicznych rozwiązań i bardzo duże cyfrowe zaawansowanie, a także dużą czystość i estetykę. – Byliśmy w nowym, lokalnym centrum kultury, które funkcjonuje podobnie, jak nasze świetlice wiejskie – mówi Magdalena Iwanek, zastępca wójta gminy Dywity. – Świetlica ma ustalone godziny otwarcia, ale można umówić się na telefon i pracownik otwiera ją i zamyka zdalnie. Widać, że stawia się tu na propozycje ludzi, młodzież może korzystać z centrum z opieku-

nem. Na miejscu jest sauna i siłownia do skorzystania za drobną opłatą, a także duża sala do zajęć, kuchnia i dobrze wyposażona biblioteka. Obiekt jest wyposażony w panele fotowoltaiczne i ziemną pompę ciepła. Delegacja znalazła też czas na spacer po Tartu, drugim największym mieście w Estonii, uznawanym za kulturalną i intelektualną stolicę kraju. – To piękne i zadbane miasto – przyznaje radny Krzysztof Kulas.

Cydrownia, edukacja i drogownictwo

Ciekawość wzbudziła wizyta w lokalnej manufakturze cydru,

gdzie wytwarzany jest ten trunek według tradycyjnych receptur. Kolejnego dnia przedstawiciele Dywit odwiedzali: przedszkole, szkołę i gimnazjum. – Poznaliśmy dyrekcję, rozmawialiśmy o systemie edukacji i usłyszeliśmy o ciekawych rozwiązaniach w zakresie organizacji placówek oświatowych, które omówimy po powrocie do Dywit – mówi Magdalena Iwanek. – Przy obiektach szkolnych obejrzeliliśmy place zabaw, skatepark i infrastrukturę rekreacyjną. Do skutku doszła też wizyta w domu pomocy społecznej, a także w ciekawym Estońskim Muzeum Drogowym, gdzie nasza delegacja miała okazję przenieść się do minionych lat, ale przede wszystkim wysłuchać interesującej historii budowy dróg w Estonii, od czasów średniowiecznych do obecnych oraz zobaczyć oryginalne samochody z minionych epok i maszyny do utrzymania dróg. To jedyne tego typu muzeum w Estonii, które zostało rozbudowane ze środków unijnych. Roczna liczba odwiedzających to około 30 tysięcy osób. Delegacja z gminy Dywity gościła też na uniwersytecie oraz w katedrze w mieście Tartu. – Część rozwiązań estońskich można spróbować wdrożyć w naszej gminie – podsumowuje Magdalena Iwanek.

Pojemniki na tekstylia w każdym sołectwie gminy Dywity

W związku z obowiązkiem segregacji odpadów tekstylnych władze gminy Dywity wykonały krok w stronę mieszkańców starszych i mniej mobilnych. We współpracy z lokalną firmą ustawili pojemniki na odpady tekstylne w każdym sołectwie. Chodzi o to, żeby mieszkańcy mieli bliżej!

Dnia 9 kwietnia od południa firma ZUTiK z Wadągą rozpoczęła rozstawianie na terenie wszystkich sołectw pojemników na odpady tekstylne, które od 1 stycznia 2025 trzeba segregować odrębnie i do tej pory mieszkańcy z całej gminy Dywity musieli je dostarczać do Punktu Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych w Wadągę.

– Dzięki wsparciu i współpracy z firmą ZUTiK jako jedna z pierwszych gmin w regionie wychodzimy naprzeciwko potrzebom mieszkań-

ców, żeby mogli oddawać odpady tekstylne bliżej, czyli na terenie swoich sołectw – mówi Agnieszka Sakowska-Hrywniak, wójt gminy Dywity. – To krok w stronę osób, które nie są zmotoryzowane, które mają problemy z poruszaniem się i są mniej mobilne. Pojemniki, a jest ich łącznie 26, będą opróżniane raz na miesiąc. Apeluję o to, żeby wrzucać tam tylko wskazane na pojemnikach odpady tekstylne!

W zależności od wielkości sołectwa stanęło w nich od 1 do 3 pojemni-

ków na tekstylia. – To dobry pomysł, szczególnie dla osób starszych, które nierzadko mają problem z wyjazdem poza miejsce zamieszkania – uważa pan Adam, mieszkaniec Ługwałdu.

Miejsca, w których są rozstawione pojemniki można znaleźć na stronie: www.gminadywity.pl.

► Wychodzimy naprzeciw potrzebom mieszkańców, żeby mogli oddawać odpady tekstylne bliżej, czyli na terenie swoich sołectw – mówi Agnieszka Sakowska-Hrywniak, wójt gminy Dywity

Co zaliczamy do odpadów tekstylnych?

Ubrania: codzienne, robocze, sportowe, bielizna, skarpetki

Tekstylia domowe: pościel, ręczniki, obrusy, firany, zasłony

Akcesoria: czapki, szaliki, rękawiczki, torby materiałowe

Buty: każdego rodzaju



Z okazji Świąt Wielkiej Nocy, które niosą ze sobą
przesłanie odrodzenia i wspólnoty,
pragniemy złożyć Państwu najserdeczniejsze życzenia.

Niech ten czas będzie pełen rodzinnego ciepła i radości,
a chwile spędzone przy świątecznym stole – okazją do
wyciszenia i rozmów z bliskimi.

Z ufnością patrzymy w przyszłość!
Niech symbol paschalnego baranka przypomina nam
o sile pokoju i jedności, a cud Zmartwychwstania
daje nam nadzieję i motywację
do pokonywania codziennych wyzwań.

Wszystkim mieszkańcom Olsztyna,
naszym klientom, partnerom i przyjaciołom
życzymy spokojnych i zdrowych Świąt Wielkanocnych!

Zarząd oraz pracownicy
MPEC Sp. z o.o. w Olsztynie

MPEC
Olsztyn

Warmia pełna smacznych tradycji

Wielki Tydzień to czas porządków w domu i przygotowań do świąt Wielkanocy, także w kuchni. Wiele ze zwyczajów popularnych kiedyś na Warmii uległo zapomnieniu. Część z nich warto przypomnieć, w końcu święta to tradycja, także na stole.

Przeszłość kulinarna naszej Warmii jest bogata, różnorodna, wielokulturowa. Są w niej ślady starodawnych Prusów, rycerzy Zakonu Szpitala Najświętszej Panny Marii Domu Niemieckiego w Jerozolimie, Polaków z Mazowsza i Niemców z różnych krajów Rzeszy, Menonitów – osadników niderlandzkich, Litwinów, Rusinów i wreszcie Ukraińców. Tę „mieszankę” widać było także na warmińskich stołach – w tradycyjnej kuchni regionu.

Przyjęcie chrześcijaństwa wprowadziło nowe zwyczaje, takie jak posty i specjalne potrawy przygotowywane na święta religijne. Poza tym geografia regionu, z wieloma jeziorami i obfitymi lasami, sprzyjała popularności dań na bazie ryb i dziczyzny. To wszystko miało znaczący wpływ na smak potraw i technikę ich przygotowywania.

Regionalna kuchnia warmińska to przede wszystkim kuchnia ludowa, oparta na łatwo dostępnych produktach z własnego chowu, hodowli, upraw czy zbiorów. Jak wspomina dr Jan Chłosta w „Dorocznych zwyczajach i obrzędach na Warmii”, w Wielką Sobotę, gdy obowiązywał ścisły post, „dzieciom podawano najczęściej pajdę suchego chleba. Nie rozpalano tego dnia ognia w paleniskach. Unikano tłuszczu w potra-



wach. Starsi spożywali kluski ze śliwkami. Przed stu laty na wieczerzę podawano czarną kawę oraz chleb polewany olejem”. Ze wszystkich produktów spożywanych przed i w czasie świąt wielkanocnych prym wiodły jajka. Oczywiście malowano je, choć nie znano nazwy „pisanki”, a barwniki były naturalne. „Kolor zielony uzyskiwano po gotowaniu jajek z dodatkiem trawy, żółty z łupinami z cebuli, brązowy zaś z fusami kawy zbożowej”.

Na kuchnię lokalną wpływ miała też kuchnia elit, w której wyraźnie widać upodobanie do eksperymentowania z nowymi smakami. Swoje miejsce w warmińskiej tradycji smaków ma także między innymi pasztet ze śledzia. Wspomina o nim już XV-wieczna „Królowiecka Księga Kucharska”. Największym powodzeniem cieszył się jednak pod koniec XVIII wieku, kiedy to jedli go dworzanie i goście

biskupa warmińskiego Ignacego Krasickiego w Lidzbarku Warmińskim. Sekretarz księcia poetów pisał: „Pasz-

tet mieliśmy dziś z śledzi świeżych holenderskich y wszystkim bardzo do gustu przypadł. Tośmy go tak do-

brze ziedli, że na półmysku nic a nic się nie zostało”.

Skąd śledź na Warmii? Prosto z portów w Braniewie i Fromborku, ówczesnych okien na świat biskupiego dominium. Przypływały z Holandii, ale przede wszystkim pozyskiwano je z Zatoki Świeżej, jak dawniej nazywano Zalew Wiślany.

Ostatnio smak pasztetu ze śledzia przypomniał Powiat Olsztyński. – Warmia to region różnorodności. Od kilku lat staramy się pokazywać je, między innymi wydając kolejne książki z serii „Biblioteczki Świętej Warmii”. Naszym najnowszym wydawnictwem jest publikacja pt. „Kuchnie Świętej Warmii. Biesiadnik kulinarny”, w której można znaleźć historie, które kryją się za potrawami pojawiającymi się na warmińskich stołach, jak i dawne przepisy, które mogą posłużyć jako kulinarna inspiracja do świątecznego gotowania. Zatem udanych świąt i smacznego – życzy Andrzej Abako, starosta olsztyński.

Warmiński pasztet ze śledzia

(receptura tradycyjna)

Składniki: 50 dkg śledzi (mleko do ich wymoczenia); 40-50 dkg ugotowanych lub upieczonych ziemniaków; 20-30 dkg cebuli; olej do smażenia; 1 całe jajko i 1 żółtko; przyprawy (takie jak do tradycyjnego pasztetu): sól, pieprz, ziele angielskie, gałka muskatołowa, majeranek oraz sos grzybowy.

Przygotowanie: Ziemniaki ugotować lub upiec. Śledzie namoczyć w mleku na kilka godzin. Cebulę pokroić i zeszklić lekko na patelni obficie podlanej olejem. Wyjęte z mleka śledzie osuszyć i wraz z ostudzonymi ziemniakami i cebulą przepuścić przez maszynkę. Do powstałej masy dodać jajko, żółtko, olej od smażenia cebuli i przyprawy. Wymieszać i przełożyć do podłużnej, odpowiedniej wielkości formy. Przez pierwsze 15 min. piec w temperaturze 200°C, tak by pasztet dostał rumianej skórki, następnie zmniejszyć temperaturę do 180°C i piec przez kolejne 30 min.

Pasztet ze śledzi najlepiej smakuje po schłodzeniu. Podawać go można w towarzystwie żurawinowej konfitury oraz/lub sosu tatarskiego.



*Pogodnych Świąt Wielkanocnych
wypełnionych uśmiechem i dobrą energią.
Niech przyniosą dużo radości,
spokoju oraz okazji do wspólnych chwil
przy świątecznym stole.*

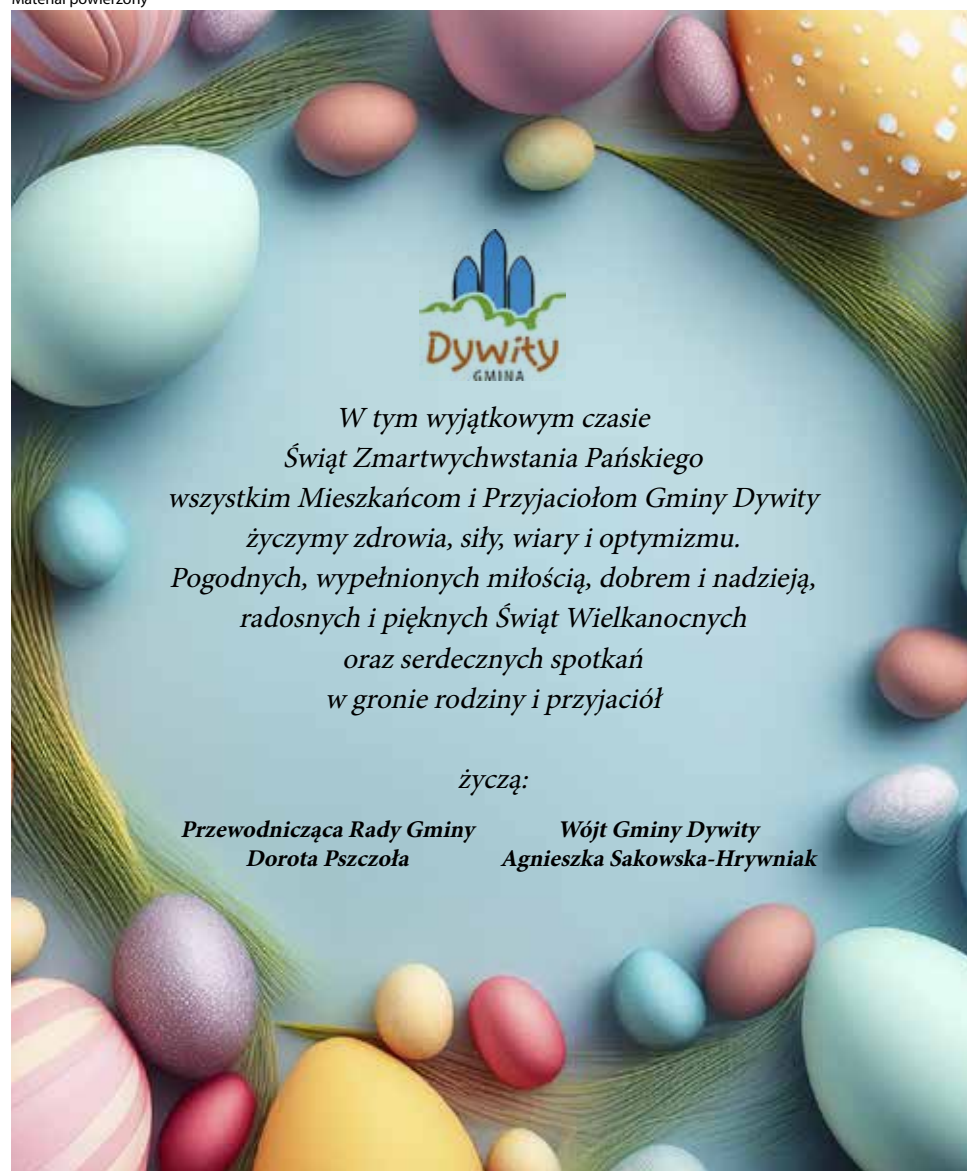
Andrzej Abako
Starosta Olsztyński

Grzegorz Drozdowski
Przewodniczący
Rady Powiatu w Olsztynie

Artur Wrochna
Wicestarosta Olsztyński



Materiał powierzony



Materiał powierzony

Legenda polskiego metalu zagra w Olsztynie

Zapraszamy na wyjątkowy wieczór z muzyką rockową i metalową – już w piątek 16 maja 2025 roku o godzinie 19:00 na scenie Amfiteatru im. Czesława Niemena wystąpi kultowy zespół Hunter. Koncert będzie częścią jubileuszowej trasy z okazji 40-lecia istnienia zespołu.

Zespół Hunter to prawdziwa legenda polskiej sceny muzycznej. Powstały w 1985 roku w Szczycie skład od dekad łączy brzmienia rocka i metalu z elementami muzyki klasycznej, tworząc niepowtarzalny klimat i oryginalne harmonie. W swoich tekstach od samego początku kieruje ostrze dźwięku i słowa w stronę problemów współczesnego świata – wojny, przemocy, nietolerancji, manipulacji czy skrajnych ideologii. Ich koncerty to nie tylko muzyka, ale pełnoprawne widowiska – z dopracowaną scenografią, niespotykanymi instrumentami i przemyślanym przekazem.

Zanim na scenie pojawi się Hunter, publiczność rozgrzeją dwa zespoły: LARK oraz M2Schron. Obie formacje reprezentują nowe pokolenie polskiej sceny

rockowej i z pewnością zapewnią solidną dawkę energetycznych brzmień.

Bilety na koncert dostępne są w przedsprzedaży w trzech pulach cenowych: pierwsza pula w cenie 90 zł, druga – 100 zł, natomiast w dniu wydarzenia bilety będą kosztować 120 zł. Wej-

ściówki można nabyć zarówno online na stronie mok.olsztyn.pl, jak i stacjonarnie w Galerii Dobro (Stare Miasto 24/25), Muzeum Nowoczesności (ul. Knoszy 3b) oraz w Galerii wARTe Świeczki (ul. Dąbrowszczaków 3).

źródło: Olsztyn.eu



NOWY ETAP Osiedla Premium

**Mieszkania
z widokiem na las.**

530 193 192
www.pieczewopremium.pl

Osiedle Premium w Olsztynie enklawą ciszy i spokoju



Kompleks niskiej, jasnej zabudowy utrzymany jest w nowoczesnej stylistyce, którą dopełnia okalający budynki las. W chwili obecnej trwa sprzedaż IV etapu inwestycji Osiedla Premium. Mieszkania do-

stępne w atrakcyjnych cenach – od 9090 zł/m² brutto. W przyszłym roku zostaną oddane do użytku dwa 3-piętrowe budynki z podziemną halą garażową. W sprzedaży dostępne są także ostatnie mieszkania z poprzedniego, III etapu budowy z szybszym terminem odbioru (w tym roku) w promocyjnej cenie od 8400 zł/m² brutto.



olsztyn.eu

JESTEŚMY NA:



facebook.com/olsztyn.eu



youtube.com/wwwolsztyn.eu



instagram.com/miastoolsztyn

Zmiany na olsztyńskich ulicach

Skorzystaj z nocnego tramwaju w Olsztynie

Od początku maja w sobotnie noce po mieście będzie można jeździć tramwajem. Ruszają nocne kursy na dwóch popularnych liniach – nr 1 i 5. To odpowiedź na potrzeby osób, które weekendowe wieczory spędzają w centrum, a potem chcą bezpiecznie i wygodnie wrócić do domu transportem zbiorowym.

Pomysł zrodził się po rozmowach z właścicielami lokali na Starym Mieście i dokładnym sprawdzeniu, czy takie połączenia są możliwe do wprowadzenia. Udało się – i już wkrótce tramwaje będą kursować w godzinach nocnych.

Prezydent Olsztyna Robert Szewczyk: Ta zmiana poprawi komfort życia nocnych podróżników i pomoże też lokalnym przedsiębiorcom. Nocne tramwaje to nie tylko wygoda, ale i krok w stronę nowoczesnej, przyjaznej dla wszystkich komunikacji miejskiej. Bo Olsztyn chce być miastem, w którym dobrze i bezpiecznie żyje się również po zmroku.

Dodatkowe kursy: Tramwaj linii nr 1 z przystanku Wysoka Brama odjedzie o 0:05, 1:05 i 2:05. Linia nr 5 startuje z tego same-

go miejsca o pełnych godzinach: 0:00, 1:00 i 2:00. Nowy rozkład będzie obowiązywał w noc z soboty na niedzielę, a pierwsze kursy planowane są na sobotę 3 maja.

Jednocześnie utrzymujemy bez zmian odjazdy tramwajów linii 1 i 5 spod Wysokiej Bramy w sobotnie wieczory z częstotliwością 30 min. w godzinach od około 21:00 do około 23:30-23:40.

Zachęcamy również do korzystania z nocnych linii autobusowych – odjazdy z przystanku Wysoka Brama:

linia N01 (kierunek: Kortowo, Nagórki, Pieczewo, Jaroty): 23:43, 1:13, 3:13

linia N02 (kierunek: Likusy, Gutkowo, Słoneczny Stok, Dajtki): 23:18, 1:08, 2:38



Z całego serca życzymy Państwu, by nadchodzące Święta Wielkanocne były czasem prawdziwego oddechu od codzienności. Chwilą zatrzymania się przy tym, co najważniejsze – bliskości, życzliwości i wspólnym byciu razem.

Niech w naszych domach zagości radość i spokój, a każdy dzień przynosi nową energię i dobre myśli – dla siebie, dla bliskich, dla Olsztyna.

Wesołych, rodzinnych Świąt – z wiosną w sercu i uśmiechem w oczach!

Robert Szewczyk
Prezydent Olsztyna



Ewelina Łukaszewska
Przewodnicząca Rady Miasta

Zakończono remont ul. Barcza, ruszyły prace na ul. Zientary-Malewskiej

Olsztyn kontynuuje intensywny program modernizacji miejskich ulic. Właśnie zakończył się remont nawierzchni na ul. Barcza, a już 7 kwietnia 2025 roku ruszyły kolejne prace – tym razem na fragmencie ul. Zientary-Malewskiej. To część szeroko zakrojonego planu poprawy stanu dróg w mieście.

Podczas przebudowy ul. Barcza usunięto starą nawierzchnię, wyregulowano włązy studni oraz wpusty kanalizacji deszczowej, a następnie położono nową warstwę asfaltu. Dzięki temu komfort i bezpieczeństwo użytkowników drogi uległy znaczącej poprawie na długie lata. Po zakończeniu prac na ul. Barcza ekipy remontowe przeniosą się na ul. Zientary-Malewskiej. Od 7 kwietnia 2025 roku zamknięty dla ruchu pojazdów (w tym również dla parkowania) został fragment od skrzyżowania z ul. Limanowskiego do skrzyżowania z ul. Moniuszki. Wlot z ul. Limanowskiego będzie czasowo nieprzejezdny.

W planach remontowych są: usunięcie starej nawierzchni, regulacja zaworów wodociągowych oraz wpustów kanalizacji deszczowej. W ramach prac uzupełnione zostaną także większe ubytki, by przygotować powierzchnię pod nową warstwę asfaltu.

Od poniedziałku 7 kwietnia rozpoczęły się również prace na odcinku ul. Hozjusza od dyskontu Biedronka do skrzyżowania z ul. Fiołkową. W czasie prowadzonych robót mogą wystąpić utrudnienia w ruchu, a w godzinach popołudniowych wprowadzany będzie ruch wahadłowy. Prosimy mieszkańców o zachowanie szczególnej ostrożności i stosowanie się do poleceń osób kierujących ruchem. Zakoń-

czenie robót na obydwu odcinkach planowane jest przed Wielkanocą.

Mieszkańcy proszeni są o zachowanie ostrożności i zwracanie uwagi na oznakowanie informujące o czasowej zmianie organizacji ruchu. Kluczowe jest również unikanie parkowania pojazdów wzdłuż remontowanego odcinka, co pozwoli na sprawne i szybkie przeprowadzenie prac.

Ul. Barcza i ul. Zientary-Malewskiej to tylko część szerokiego planu modernizacji ulic w Olsztynie. W 2025 roku prace obejmą również odcinki następujących ulic:

ul. Augustowska (od skrzyżowania z ul. Żołnierską do skrzyżowania z ul. Opolską),

ul. Janowicza (od skrzyżowania z ul. Wilczyńskiego do skrzyżowania z ul. Flisa),

ul. Kajki (od skrzyżowania z ul. Dąbrowszczaków do skrzyżowania z ul. Kopernika),

ul. Kopernika (od skrzyżowania z al. Piłsudskiego do skrzyżowania z ul. Kajki),

ul. Sybiraków (od skrzyżowania z ul. Rataja do skrzyżowania z ul. Jagiellońską).

Realizacja tych inwestycji znacząco poprawi stan dróg w mieście, zwiększając bezpieczeństwo i komfort mieszkańców oraz kierowców. Olsztyn konsekwentnie realizuje strategię modernizacji infrastruktury drogowej, co w dłuższej perspektywie przyczyni się do podniesienia jakości życia w mieście.



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



Ludzie są różni. Jedni lubią jajka, a inni mówią, że są niezdrowe i dlatego ich unikają. Zastanowiłem się, co może być niedobrego w substancji, która daje życie. Przecież jajko to cały zamknięty w małej skorupce mechanizm, który tworzy nowe życie, nowe małe stworzonko, jakim jest kurczak. Więc co złego może być w jajku? Czyli jedno już wiemy. Teraz zastanówmy się nad hodowlą kur. Są ludzie którzy dążą do ustawowego zakazu klatkowego hodowania ptaków. Tylko wolny wybieg. I co się stało?



Kurze jajka to najbardziej kontrowersyjny produkt w naszym jadłospisie. Od wielu lat ścierają się poglądy na ten temat. Niektórzy twierdzą, że jajka są źródłem dużej ilości cholesterolu, inni natomiast, że stanowią cenne źródło białka, a także witamin i ważnych składników odżywczych. Teorie te starają się potwierdzać badania naukowe. Nie wdając się w szczegóły, ogólnie uważa się, że najlepiej spożywać jajka gotowane lub smażone na niewielkiej ilości olejów roślinnych, z dodatkiem warzyw i pełnoziarnistego pieczywa. Każdy konsument ma jednak prawo wyboru i to on decyduje co i kiedy je oraz jak się odżywia.

Ale jaja

Taka ilość drobiu chodzącego po wybiegu spowodowała natychmiast wystąpienie ptasiej grypy, groźnej choroby, na którą jedyne lekarstwo to ubój z konieczności i utylizacja. Czy ci, którym przeszkadzała klatkowa hodowla, są zadowoleni? Niechcący przyczynili się do rozprzestrzenienia się groźnej choroby, a po drugie spowodowali, że nagle na rynku zaczyna brakować jajek, bo niosek jest coraz mniej. Mogę założyć, że ci niby dbający o dobrostan zwierząt, z zootechniką nic nie mieli wspólnego i prawdopodobnie dokładnie nie wiedzą, co takiej kurze jest potrzebne do szczęścia.

Może im chodzi o to, aby każdy mieszkaniec wsi chował 3-4 kurki, które będą biegały wszędzie i jadły wszystko, nawet to, co spadnie na ziemię ze śmietników, z nosa ludzi chorych czy przewiezione na oponach. Nam, ludziom, to nie szkodzi, ale niestety kury chorują, a potem? Wychodzi na to, że ci, którzy niby pilnują dobrostanu zwierząt, wyrządzają szkodę ludziom – konsumentom, jak również samym zwierzętom. W klatce kura czuje się jak człowiek w wieżowcu w małym mieszkaniu. Jak się one przyzwyczajają, to czują się w klatce jak ludzie w wieżowcu klatkowcu. Ostatnio na srebrnym ekranie widziałem pana profesora, który robił doświadczenie z jajkami pochodzącymi z różnych hodowli i okazuje się, że poza starością jajka, którą można zauważyć, nie można stwierdzić z jakiego rodzaju chowu kur pochodzą jajka, czyli wszystkie są takie same. Wychodzi na to, że każde jajko jest smaczne i zdrowe.

Jestem ciekawy czy mój adwersarz Andrzej, który już robi zakupy na święta, zauważy z jakiej hodowli pochodzić będą jajka, które zakupi w sklepie? Niestety ludzka głupota doprowadziła do chaosu, a przy okazji wywo-

liła niebezpieczną chorobę, który dalej przez głupie ludzkie decyzje czy ustawy spowoduje, że kury hodowane będą po kryjomu, a jajka będą takie drogie, że będziemy je mogli jeść tylko z okazji jakichś uroczystości, na przykład Wielkanocy. Na świecie jest nadmiar ludzi, więc musimy mieć mnóstwo żywności, a jajka są wszechobecne i na razie jest ich dużo, ale lada chwila populacja kur może drastycznie spaść i jajek może być mniej.

Jacek Panas

Bez jaj

Co zaś dotyczy ptasiej grypy, to nie do końca, Jacku, masz rację. Nie jestem ekspertem w tej sprawie, ale doczytałem, że wirusem ptasiej grypy mogą zarazić się wszystkie gatunki ptaków. A przecież nie wszystkie są hodowlane. Najgroźniejszy szczep to znany również u nas H5N1, odkryty w Hongkongu w 1997 roku. Epidemia wywołana tym wirusem wybuchła 6 lat później. Wypadki śmiertelne odnotowano także wśród ludzi. Do zakażenia może dojść wyłącznie w wyniku kontaktu z zakażonym drobiem (lub

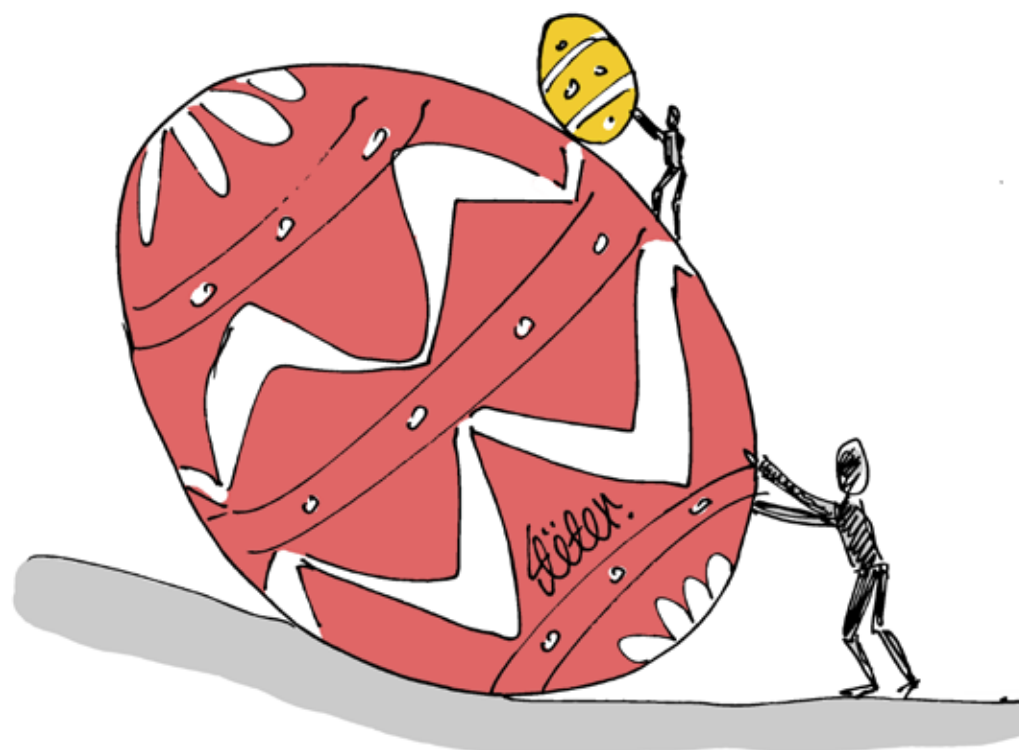
szczepionki, dlatego bardzo ważne jest zapobieganie i wprowadzanie daleko idących środków ostrożności, poprzez ograniczanie kontaktów drobiu z dzikim ptactwem. Jednym z takich zabezpieczeń jest specjalna siatka odgradzająca hodowlę.

Powróćmy jednak do jajek. Przed nami Święta Wielkanocne i na pewno nie zabraknie na naszych stołach jajek w różnej postaci. Ich obfitość zawdzięczamy kurom nioskom. Jak zapewne, Jacku, wiesz, rozróżniamy cztery metody chowu kur niosek. Jaja chowu klatkowego, ściółkowego, wolno wybiegowego i ekologicznego. Na każdym jajku kupionym w sklepie znajduje się specjalny kod, określający sposób chowu kur. Kupić można także, m.in. na różnego rodzaju bazarach, jajka nieoznakowane, pochodzące z małych gospodarstw rolnych. Powinny one jednak posiadać wiarygodną informację o ich pochodzeniu i terminie przydatności do spożycia. Wartości odżywcze i smakowe jajek zależą głównie od odpowiedniego żywienia, wieku i ogólnej kondycji niosek. Mają na to wpływ między innymi, czy to się komuś podoba, czy też nie, metody chowu.

Nie wiem, Jacku, czy o tym wiesz, ale najzdrowsze jajka znoszą kury zielononóżki. Są one hodowane wyłącznie w gospodarstwach ekologicznych. Mają one większe żółtka, mniej cholesterolu i rzadziej uczulają alergików. Niektórzy naukowcy twierdzą jednak, że wszystkie jajka różnią się przede wszystkim wielkością. Mają jednak

taki sam smak i taki sam wpływ na nasze zdrowie. Często przy wyborze jajek kierujemy się głównie ceną. Trudno jest jednak wyobrazić sobie życie bez jaj. Kulinarne życie.

Andrzej Zb. Brzozowski



Rys. Zbigniew Piszczako

MACIEJ WRÓBEL
WICEMINISTER KULTURY
I DZIEDZICTWA NARODOWEGO
POSŁA NA SEJM RP

**Biuro Poselskie Posła na Sejm RP
Macieja Wróbla**

Giżycko, ul. Pocztowa 3
Olsztyn, ul. Marii Curie-Skłodowskiej 12 a
Kętrzyn, ul. Dworcowa 6
Gołdap, pl. Zwycięstwa 6c

biuro@maciejwrobel.mazury.pl
telefon: 660-417-640

ptasimi odchodami), w tym również po spożyciu jajek pochodzących od chorych ptaków. Dlatego lepiej kupować jajka ze sprawdzonych źródeł, wyparzyć je we wrzątku i nie jeść na surowo. Jak na razie, przeciwko ptasiej grypie nie wynaleziono skutecznej

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. 10-18)

Świeżo i tanio!

Wielkanocna wędrówka

Wędrowanie to idealny sposób na wyciszenie. Szczególnie w okresie Wielkiej Nocy.

Najnowszą wędrówkę rozpoczynamy w Sząbruku. To miejscowość znajdująca się w gminie Gietrzwałd, więc wybór lokalizacji nie jest przypadkowy.

– Wieś została lokowana przez kapitułę warmińską w lipcu 1363 r. na 68 włókach. Zasadzcą został Konrad. Drugi akt lokacyjny wystawiono w 1383 r. W czasie wojen polsko-krzyżackich Sząbruk został spalony. Parafia istniała już w I połowie XIV w. Obecny kościół powstał pod koniec XV w. W 1783 r. wieś liczyła 42 domy. Pierwsza szkoła we wsi powstała w XVIII w. W drugiej połowie XIX w. funkcjonowało tu Bractwo św. Anny. Na początku XIX w. Sząbruk został zniszczony przez wojska napoleońskie. Po 1945 r. Sząbruk był wsią sołecką ze szkołą podstawową – informuje Encyklopedia Warmii i Mazur.

Architekt z Królewca

Przyjrzyjmy się bliżej parafialnemu kościołowi. Budowla reprezentuje typowy przykład gotyckiego, kościoła salowego z terenu państwa zakonnego charakterystyczny dla obszarów wiejskich. Po przebudowie z lat 1911-1913 należy do grupy trzech kościołów gotyckich (obok Jonkowa i Wrzesiny), które zostały rozbudowane na początku XX w. według projektów architekta z Królewca Fritza Heitmanna. Obecny kościół został zbudowany ok. 1450-1500 roku. Kościół rozbudowano w 1608 i 1687 roku. W 1771 r. dobudowano wieżę. Na XVIII wiek przypada również budowa kruchty. Forma rozwiązania szczytu wschodniego nawiązuje do pobliskiego kościoła w Nowym Kawkowie.

Wieś Sząbruk była lokowana dwukrotnie: w latach 1363 i 1383. Jeszcze przed lokacją wsi wzmiankowany był proboszcz (1355). Nie wiadomo, czy w owym czasie wzniesiono kościół, gdyż wieś borykała się z trudnościami finansowymi. Być może przed wzniesieniem kościoła murowanego.

Z Sząbruka przemieszczamy się do pobliskiego Uniszewa. Akt lokacyjny został nadany wsi w 1347 roku przez biskupa i kapitułę warmińską, w ramach kolonizacji terenów w komornictwie olsztyńskim. W latach 70. XIX wieku w Unie-

szewie powstała biblioteka polska, zorganizowana przez działające w Poznaniu Towarzystwo Oświaty Ludowej. Była to jedna z dwóch placówek, jakie powstały na Warmii. – Podczas plebiscytu z roku 1920 mieszkańcy Uniszewa opowiedzieli się za przynależnością do Niemiec, odrzucając chęć włączenia regionu w granice Polski. W 1927 roku w znajdującej się w granicach Prus Wschodnich miejscowości założono polskie przedszkole. 4 kwietnia 1929 roku otwarto we wsi polską szkołę, która funkcjonowała do 1939 roku – informuje Encyklopedia Warmii i Mazur.

Wyjątek na mapie przedwojennej Warmii

Z publikacji Piotra Bojarskiego i Artura Sobiele „Szkoły polskie na Warmii 1929-1939” dowiadujemy się, że placówki takie wpisywały się

niemieckiej. – Były jednak wyjątki: szkoły w Pluskach i Szafaldzie (Uniszewo) mieściły się w specjalnie wzniesionych – według projektu obowiązującego we wszystkich szkołach w Niemczech – budynkach – czytamy w „Szkoły polskie na Warmii 1929-1939”.

Wydarzenie, które wstrząsnęło Warmią i życiem lokalnej społeczności

Ostatni odcinek naszej najnowszej wędrówki wiedzie z Uniszewa do Gietrzwałdu. To miejsce wyjątkowe. Miejscowość została założona przez Warmińską Kapitułę Katedralną. Przywilej lokacyjny dla Gietrzwałdu wystawiono 19 maja 1352 roku. Odbiorcą przywileju był zasadzca Dittrich, od którego imienia osada przyjęła swą nazwę. Gietrzwałd został zasiedlony przez ludność pruską.



na przestrzeni dziesięciolecia przed wybuchem II wojny światowej w krajobraz Warmii. Autorzy podkreślają, że każda z nich charakteryzowała się niewielką liczbą uczniów, nad którymi pieczę sprawował jeden nauczyciel. Na potrzeby edukacyjne najczęściej wynajmowano izby lekcyjne w prywatnych domach gospodarzy wiejskich, którzy godzili się na to pomimo szklan ze strony

Polacy, głównie z terenu Mazowsza, zaczęli napływać w połowie XVI wieku. Na przełomie XIV i XV wybudowano kościół. Świątynia spłonęła w 1410 roku. Nowy kościół konsekrował w 1500 roku ówczesny biskup warmiński Jan Wilde. W skład miejscowej parafii wchodziły wsie: Łajsy, Nagłady, Nowy Młyn, Woryty, Rentyny, Uniszewo oraz Pęglity.

W 1519 roku Mikołaj Kopernik lokował we wsi nowego mieszkańca, niejakiego Urbana Guntera. W XVI wieku Gietrzwałd nadal nie podniósł się ze zniszczeń z okresu wojen polsko-krzyżackich. Wieś była wyludniona i zubożała. Gietrzwałd słynie przede wszystkim z wydarzeń, które miały miejsce w drugiej połowie XIX wieku. 23 czerwca 1877 roku Justyna Szafran-

ska, trzynastolatka z Gietrzwałdu, a następnie towarzysząca jej w kolejnych dniach Barbara Samulowska doświadczyć miały objawień maryjnych. Co ważne, Matka Boska miała do nich przemówić w języku polskim. – Wydarzenie wstrząsnęło Warmią i życiem lokalnej społeczności. Z perspektywy coraz trudniejszego położenia ludności polskiej w państwie niemieckim objawienia potraktowano niczym znak, symbol obrony zarówno katolików, jak i polskiej społeczności. W krótkim czasie wybuchła fala pielgrzymkowa. Bez wątpienia wydarzenia te przyczyniły się do ożywienia dyskusji nad położeniem polskiej ludności, obroną praw i tradycji Warmiaków – czytamy w Encyklopedii Warmii i Mazur.

Rok po objawieniach w Gietrzwałdzie z inicjatywy Andrzeja Samulowskiego została otwarta polska księgarnia. W 1879 roku Wojciech Kętrzyński użył spolszczonej wersji nazwy wsi: Gietrzwałd. Pod koniec XIX wieku miejscowość liczyła około 1000 mieszkańców. Ruch pątniczy podbudował lokalną gospodarkę. W Gietrzwałdzie działały w tym okresie cztery karczmy, duża oberża, sklep kolonialny, dwie księgarnie, sklepy spożywcze i piekarnie.

Krzysztof Szymański

REKLAMA

Ultra
ubezpieczenia

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

Jak zwykle, tak gdzieś około 10 rano, odwiedził mnie mój kolega Mireczek, z którym przepracowałem w jednej firmie prawie trzydzieści lat. Ja miałem pokój na pierwszym piętrze, on na dole, bo tak była podzielona nasza rozgłośnia w Olsztynie. Dół to technika, tak ją nazywaliśmy, a góra to redakcja. Poza tym, że spotykaliśmy się w pracy, często razem jeździliśmy w teren. On jako realizator, ja od zadawania pytań, a także często razem z rodzinami chodziliśmy na różne imprezy.

Chyba to był rok 1976 kiedy wspólnie byliśmy na balu sportowca. Zabawa była przednia, ale powrót do domu strasznie długi. Raz, że każda ośnieżona górką była nasza. Zjeżdżaliśmy z niej jak dzieci. Na tylnej części ciała, na plecach czy na brzuchu. Nasze wierzchnie odzienie raczej nie wyglądało za ładnie. Dwa, że wracaliśmy, nie jak przystało statecznym młodym ludziom, chodnikami, a przedzieraliśmy się przez krzaki nad jeziorem Długim, a potem szliśmy wydeptanymi ścieżkami przez bagna po dawnym jeziorze Fajferek, które zostało osuszone w połowie XIX wieku. Mieliliśmy szczęście, że mróz zamroził ziemię, bo nie wiadomo jakby ta szaleńcza eskapada by się skończyła. Ale co tam, najważniejsze, że było pięknie. Zamiast po pół godziny, do mojego domu dotarliśmy po trzech. Tuż nad ranem. Mirek z dopiero co poślubioną małżonką miał jeszcze kawał drogi do siebie, więc przygotowałem śniadanie, aby przyjaciół wzmocnić. Chyba gościom smakowało i prawdopodobnie trochę ich rozleniwiło, bo gdy wychodzili była 12. Do tej pory gdy sobie jeździmy na rowerach czy pływamy jachtem często wspominamy ten bal i za każdym razem na światło dzienne wychodzą nowe szczegóły zabawy i powrotu.

Wyrzależem przez okno. Przy bramie stał samochód Mirka, na szczęście bez roweru na dachu, bo ze względu na zimno nie miałem ochoty na rowerową wycieczkę. Przywitał mnie radośnie i oczywiście zażądał kawy. Było mi to na rękę, bo o tej porze też piję kawę, ale z kardamonem, goździkami, pieprzem i miodem. Patrzę i oczom nie wierzę – Mirek przywiózł do spróbowania pyszne ciasto. – Wiesz Jacek! Pijemy kawę i jedziemy do miasta. Muszę zlokalizować jeden z budynków który mam na fotografii, którą wyszperałem w zbiorze różnych zdjęć, który kiedyś w ruinach Starego Miasta znalazł mój ojciec, a potem zapraszam

cię na jakąś przekąskę. – Kawka była jak zwykle bardzo smaczna, a ciasto wyborne. Zjedliśmy i za chwilę parkowaliśmy już w centrum miasta.

– Nim pójdziemy szukać twojego budynku z fotografii wpadniemy na chwilę na olsztyński zamek. Gdy

W tym roku w Olsztynie ma stanąć pomnik przedstawiający hołd pruski, a jego kontury uczestnicy mogli zobaczyć w zamkowej fosie. Marszałek województwa Marcin Kuchciński ogłosił rok 2025 rokiem Hołdu pruskiego.



przyszliśmy, konferencja poświęcona 500-leciu Hołdu Pruskiego właśnie się rozpoczęła. Wśród uczestników zauważyliśmy posłów, a wśród nich Janusza Cichonia. Był tam marszałek województwa Marcin Kuchciński, wicewojewoda Zbigniew Szczypiński i wiele innych znakomitych gości. Dyrektor Muzeum Warmii i Mazur Piotr Żuchowski przybliżył historie i znaczenie Hołdu Pruskiego dla Polski, a szczególnie dla Warmii. Traktat sporządzono 8 kwietnia 1525 roku na podstawie którego, wszystko co było złe w stosunkach między Polską a dawnym Zakonem Krzyżackim, który zamienił się w świeckie państwo, zwane nowy Księstwem Pruskim, miało iść w niepamięć oraz co również ważne, że Polska miała wspierać nowo powstałe państwo jak swoje dzielnice. 10 kwietnia na rynku w Krakowie nowy władca Prus Książęcych Albert Hohenzollern złożył hołd lenny królowi polskiemu królowi Zygmuntovi Staremu. W ten sposób oddał się pod opiekę Polski jako lenne państwo.



Po konferencji poszliśmy zobaczyć zarys przyszłego pomnika, a potem udaliśmy się na poszukiwanie budynku z fotografii. Gdy tylko na nią spojrzalem poznałem, że pokazany był na niej budynek hotelu, który stał w centrum Olsztyna na rogu obecnych ulic Dąbrowszczaków i Piłsudskiego, wtedy Kaiserstrasse i Klebarkowej. Teraz po nim nie ma ani śladu. Wyzwoliciele w 1945 roku spalili go. Częściowo tylko ocalały

mury reprezentacyjnej sali teatralno-kinowej. Po wojnie została ona odbudowana i uruchomiono w niej kino Odrodzenie. – Pamiętam je – powiedział Mireczek. – Z ulicy wchodziło się do holu z kasami. Potem była duża poczekalnia, początkowo z kawiarnią, a pod koniec istnienia kina był tam już tylko kiosk ze słodyczami. Z poczekalni wchodziło się do sali kinowej, w której, między innymi, oglądałem hit lat 60. „Przeminęło z Wiatrem”. Przed budynkiem kina był przystanek tramwajowy, a po drugiej stronie ulicy stawiano budynki siedziby Spółdzielni Spożywców Społem. Na parterze był bar szybkiej obsługi Wars i kawiarnia Sawa, tuż obok powstał nowoczesny jak na lata 60. dom handlowy Dukat. Wracając do hotelu. Deutsches Haus oddano do użytku 30 października 1880 roku.

bankietowa była największą w ówczesnym Olsztynie. Poza przyjęciami i okolicznościowymi bankietami, do chwili wybudowania teatru 1925 roku, odbywały się w niej przedstawienia teatralne. W 1910 hotel rozbudowano likwidując ogródek i dobudowując nowe skrzydło zachodzące na ulicę Cesarską, czyli obecną Dąbrowszczaków. Na zdjęciu widać było pod oszklonym daszkiem letnią kawiarenkę. Ekskluzywne pokoje znajdowały się na pierwszym i drugim piętrze. W sumie było ich 80. Od ulicy Klebarskiej na parterze usytuowane były sklepy i wejście do sali teatralno-balowej, a od 1929 do sali kina Capitol, w którym na widowni mogło zasiąść 750 widzów. Obok, na pierwszym piętrze od strony obecnej Piłsudskiego (na zdjęciu widać balkon), funkcjonowała ekskluzywna kawiarnia.

Taki stan kompleksu hotelowego utrzymał się do 1945 roku, kiedy czerwonarmiści ten największy i najpiękniejszy hotel w mieście podpalili. Po wojnie, całe skrzydło od ulicy Dąbrowszczaków oraz część od ulicy Piłsudskiego rozebrano, a w odbudowanym kinie Capitol zaczęło funkcjonować Odrodzenie. Na początku lat 70. ubiegłego wieku kino zostało rozebrane, a na parceli po byłym hotelu Deutsches Haus wybudowano, jak w tamtych czasach się mówiło, nowoczesny apartamentowiec, z pracowniami dla olsztyńskich artystów na ostatnim piętrze. Od razu mieszkańcy ochrzcili go nazwą Akwarium, bo mieszkali tam grube ryby. W głębi fotografii widoczne są drzewa okalające Kościół Świętego Krzyża rozebranego w 1806 roku i cmentarz, na którym wybudowano w 1915 nowy ratusz. Porównałem stare zdjęcie z rzeczywistością i powiedziałem do Mireczka. – Przyznasz, że dawny hotel był ładniejszy od obecnego Akwarium?

Jacek Panas

Jak w Wielkanoc drzewiej na Warmii bywało

Przed nami radosne Świąta Wielkanocne, które kończą 40-dniowy Wielki Post. Ten okres na dawnej Warmii był czasem zadumy i spokoju. We wtorek o północy, przed Środą Popielcową biciem dzwonów oznajmiano koniec zabawy, milkła muzyka i śpiewy. Ściśle przestrzegano reguły postu. Gospodynie szorowały popiołem garnki, by nie pozostały w nich resztki tłuszczu i mięsa. Posilano się kapustą z grochem, zupą mleczną lub olejem z siemienia i razowym chlebem. Rarytasem były śledzie z ziemniakami w mundurkach. W tym czasie mężczyźni zaprzestawali palenia tytoniu, zażywania tabaki, ograniczając też picie alkoholu.

W tych niemal siedmiu tygodniach dwa razy pozwalano sobie odstąpić od postnych reguł. Było to w uroczystość Świętego Józefa oraz w czwartą niedzielę Wielkiego Postu, w „niedzielę radości” zapowiadającą zbliżające się święta. W tym okresie rozpoczynały się przygotowania do Niedzieli Palmowej i „Zielgonocki”. Zrywano gałązki wierzby lub brzozy, stawiano je do naczynia z wodą w ciepłym miejscu izby, przyspieszając ich rozwinięcie. Ponadto gospodynie wysiewały do płaskich naczyń pszenicę, jęczmień lub len. Z tych nasion wyrastała zielona łączka, ozdoba wielkanocnego stołu, na której stawiano baranka z chorągiewką z cukru, ciasta lub masła. Baranek symbolizuje zmartwychwstałego Chrystusa, a jednocześnie stanowi herb biskupiej Warmii.

W Niedzielę Palmową, którą w dawnych czasach na Warmii nazywano Kwietnią, przynoszono do kościoła gałązki wierzby i brzozy, nazywane „koćkami”, aby (symbol odradzającego się życia) poświęcił kapłan. Wierzono, że nabierały one niezwykłej mocy, bo chroniły ludzi przed chorobami gardła, było od niemocy oraz zbiory przed klęskami żywiołowymi i przed piorunami. Powracająca z kościoła osoba witkami uderzała domowników, by zapewnić im zdrowie i pomyślność. Przy tym mówiła: „Palma bije, nie ja biję, za tydzień wielki dzień, za sześć noc Wielkanoc!”. Gałązki z Niedzieli Palmowej umieszczano za świętymi obrazami.

Od dawna kulminacją całego roku liturgicznego są trzy dni Wielkiego Tygodnia, które rozpoczyna liturgia Wielkiego Czwartku, upamiętniająca Ostatnią Wieczerzę. Od tego momentu, aż do wieczornej liturgii Wielkiej Soboty, zamiast dzwonów, używane są drewniane kołatki. W Wielki Piątek w niektórych warmińskich domach panował zwyczaj, tzw. „Bożych ranek”, nawiązujący do biczowania Chrystusa. O poranku, najczęściej rodzice, budzili dzieci i smagali je wierzbowymi witkami

po nogach wołając: „Palma bije, nie zabije. Za trzy dni, za trzy noce doczekasz się Wielkanocy”.

W tych dniach trwały przygotowania do świąt. Tydzień wcześniej ubijano dorodnego świniaka lub młodego wolca, by po dniach postu na stołach nie zabrakło mięsa. W domu i obejściu trwały generalne porządki. Mężczyźni przygotowywali karmę dla inwentarza, by w świąteczne dni robić tylko to, co było konieczne. W Wielki Czwartek, który nazywano „zielonym”, w miastach odbywały się targi. Okoliczni rolnicy udawali się po nasiona, a gospodynie kupowały dzieciom drobne prezenty. W przedświąteczną sobotę nie chodzono do kościoła z koszyczkiem, bo zwyczaj święcenia potraw nie był na Warmii dawniej znany. Natomiast w Wielką Sobotę pod wieczór gotowano i farbowano jajka, w wywarach z buraków, z kory dębowej, łupin cebuli i innych barwników dostępnymi w obejściu.

Zwężeniem Wielkiego Tygodnia – tak jak teraz – była Rezurekcja, msza odprawiana w niedzielę wielkanocną o świcie, na pamiątkę zmartwychwstania Chrystusa. Zanim wzeszło słońce, całe rodziny gromadnie udawały się do kościoła. Bywało, że dziewczęta biegły nad rzekę lub jezioro, by umyć twarz, co miało zachować urodę. Inni po drodze zdejmowali obuwie i wchodzili do wody, by z wiosną to, co przeszło i stare zmyć. Tymczasem w kościele rozlegał się śpiew: „Wstał Pan Chrystus, z martwych ninie. Alleluja! Alleluja!”, dźwięczały dzwoneczki, uroczyste były dzwony podczas procesji rezurekcyjnej. Wierni niekiedy nie mieścili się w murach świątyni.

Po porannym nabożeństwie wszyscy pośpiesznie wracali do domów, by całymi rodzinami zasiąść do uroczystego śniadania. Na stołach niczego nie brakowało, od wędlin i sałatek, po malowane jajka. Później świąteczny obiad składał się z rosółu na kurzym mięsie, a zasadniczym daniem były pieczenie z kartoflami, kotlety mielone i rolady. Dzieci zjadały się budyniami i galaretkami.

Starszym, po pewnym czasie podawano kawę i kuchy, wśród których dominował kremowy tort. Pierwszy dzień świąt spędzano w domach, w gronie najbliższych.

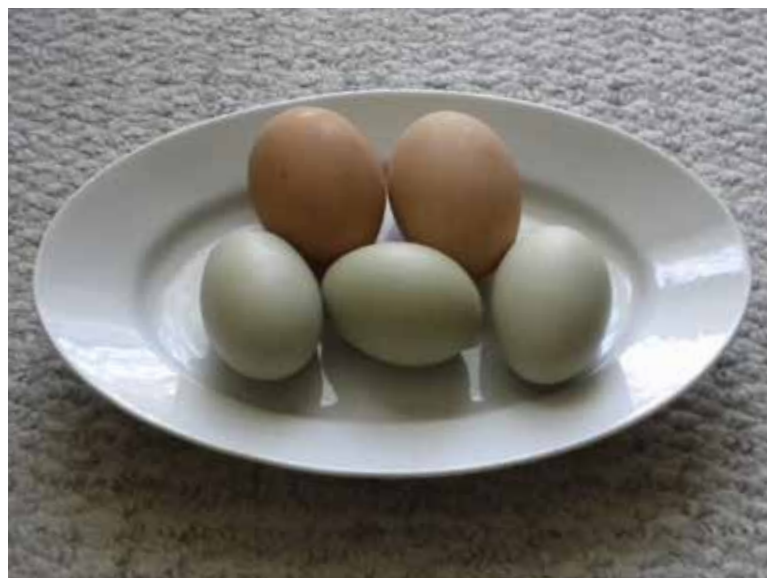
Wielkanocny Poniedziałek był pełen śmiechów i zabaw. Nie było oblewania się wodą, ale każda pannenka musiała zostać wysmaganą po łydkach iglastym kadykiem, czyli jałowcem, co było dość bolesne, ale poprawiało krążenie. Żadna dziewczyna nie mogła zostać pominięta, bo smaganie zapowiadało rychłe znalezienie męża. Chłopcy i kawalerowie z przygotowanymi gałązkami chodzili od domu, do domu. Smagających obdarowywano jajkami, ciastem i cukierkami, a niekiedy pieniędzmi, za które młodzież w kolejną niedzielę urządziła zabawę.

Po obowiązkowym śniadaniu dzieciaki biegły do lasu lub sadu, by w krzakach szukać gniazdek zajęczka wypełnionych słodyczami. Koło południa cała rodzina wybierała się do kościoła. W tym dniu, niemal każdego roku, ksiądz udzielał ślubów i chrzcili dzieci. Po sumie bryczką jeździło się w gościnę do innej wsi, do innej parafii. W oba święta wielkanocne ludzie patrzyli w słońce o wschodzie i zachodzie, żeby zobaczyć baranka.

Po radosnych świątecznych dniach życie wracało do normy. Wiosna bowiem nabierała rozpędu, coraz dłuższe cieplejsze dni, intensywna zieleń, rozwijające się kwiaty przypominały i zachęcały do pracy na roli. Maria Zientara-Malewska w jednym z wierszy odnotowała: „Miło żyć w wiosennej porze, kiedy rolnik ziemię orze; A skowronek nad zagonem, śpiewa Bogu wdzięcznym tonem”.

W opracowaniu wykorzystałem publikacje: „Warmio moja miła” Marii Zientary-Malewskiej, „Doroczne zwyczaje i obrzędy na Warmii” Jana Chłosty, „Moją Warmia” Edwarda Cyfusa oraz wspomnienia Herberta Pieczkowskiego.

M Rogalski





Dowcipy na każdą okazję :) :) :)

Powracającego późnym wieczorem do domu męża wita żona z wałkiem:
– Ty łajdaku, masz na twarzy szminkę!
– To nie szminka, to krew. Potrącił mnie samochód.
– No... masz szczęście.

Polak ukradł piwo ze sklepu w Niemczech i stanął przed polskim sądem.
– Czy oskarżony przyznaje, że ukradł dwa sześciopaki piwa ze sklepu?
– Tam, zaraz ukradł. Było napisane „Bier”, no to wziąłem!

Żona do męża:
– Wiesz? Dzisiaj mi się poszczęściło! Idę obok zsypu na śmieci, patrzę, a tam para pantofelków stoi. A jakie piękne! Przymierzam – mój rozmiar! Mąż:
– Taaa... Poszczęściło Ci się.
Po paru dniach żona znowu mówi:
– Słuchaj, idę do domu, a u nas na podjeździe, na żywopłocie, futro z no-rek wisi. Przymierzam – mój rozmiar! Mąż kręci głową z podziwem:
– Szczęściara z Ciebie. A ja – popatrz – nie wiem czemu, ale szczęścia nie mam. Wyobraź sobie, wkładałam wczoraj rękę pod poduszkę, wyciągam bokserki, przymierzam – i... nie mój rozmiar!

Jasiu spóźnia się do szkoły. Nauczycielka pyta się go:
– Czemu się spóźniłeś?
– Bo jednej pani wypadły pieniądze!
– A Ty pomogłeś jej pozbierać?
– Nie, stałem na słowie.

Wypadek samochodowy w górach. Policja na miejscu zdarzenia szuka świadków. Nie mają nikogo, prócz bacy, który siedział cały dzień na pagórku. Policja udaje się do bacy w celu ustalenia przyczyn zdarzenia.
– Baco, widziałeś ten tragiczny wypadek? Opowiedz nam jak to dokładnie było.
– Yno dobse policyjo, było to tak, hmm... widzicie tamto drzewo przy drodze?
– Tak, widzimy.
– Oni go nie widzieli...

– Panie doktorze jak mam się pozbyć zbędnych kilogramów?
– Najlepiej zostawić je na talerzu...

Przychodzi Jasiu do szkoły i pani się go pyta:
– Jakie znasz żywioły Jasiu?
– Woda, ziemia, ogień i wódka.
– Dlaczego wódka?
– To gdy tato przychodzi do domu to mama mówi „a ten znowu w swoim żywiole”.

Mamy z żoną sposób na szczęśliwe pożycie małżeńskie. Dwa razy w tygodniu idziemy do przytulnej restauracji, trochę wina, dobre jedzenie, później wspaniały sex... Żona chodzi we wtorki, a ja w piątki.

Wybrał: AZB

Horoskop dla wybranych

BARAN 21.03-20.04

Uważaj! Powierzchnowe traktowanie zawodowych spraw grozi niefortunnymi decyzjami. Może pomóc wizyta u wróżki. Targuj się o jej honorarium, bo to może być jedyny zysk jaki wyniesiesz.

BYK 21.04-20.05

Cała sztuka polega na tym, by zmiany obrócić na własną korzyść. Musisz być jak kameleon. Umiejętność dostosowania się do sytuacji bywa zbawienna. Miej oczy otwarte. Nawet we śnie.

BLIŹNIĘTA 21.05-21.06

Radzę wykorzystać szansę, bo masz dobrą passę. Pieniądze, które teraz zarobisz, bardzo się przydadzą w przyszłości. Rozmień je na mniejsze nominały, będziesz miał wrażenie, że jest ich więcej.

RAK 22.06-22.07

Liczy się pomysłowość i fantazja. Nie chodzi tu jednak o wygląd, fryzurę czy makijaż. Aprobata szefa znajdzie wyraz w podwyżce, albo premii. Przy braku akceptacji nie chciałbym być w Twojej skórze.

LEW 23.07-23.08

Niedługo poczujesz mocny wiatr w żagle i zauważysz, że wokół Ciebie zaczyna działać się coraz lepiej. Bądź optymistą. Twoje szanse są większe niż myślisz, ale nie bierz kredytu by zagrać w Lotto.

PANNA 24.08-23.09

Czekają Cię dni pełne napięcia, nie możesz sobie pozwolić na luz, bo nic się samo nie zrobi. Jeśli coś zaniedbasz, szef może okazać się naprawdę niesympatyczny. Może zmień szefa?

WAGA 24.09-23.10

Jeśli nowy pomysł chodzi Ci po głowie, do pracuj szczegóły. Od nich zależy powodzenie całego przedsięwzięcia. Pamiętaj jednak, że jeśli się kogoś poradzisz, będziesz później musiał się podzielić zyskami.

SKORPION 24.10-22.11

Jeśli w uczuciach idzie Ci kiepsko, warto przeanalizować błędy i zastanowić się nad celem życia. Postaw na przyszłość a nie na gadu-gadu. Przed podjęciem decyzji zawsze pomyśl wcześniej ze trzy razy.

STRZELEC 23.11-21.12

Nie ominą Cię wydatki. Sytuacja jest o tyle przykra, że ostatnio masz bardzo napięty budżet. Teraz chyba rozumiesz ministra finansów. Nie wiadomo tylko czy on rozumie Ciebie i Twoje potrzeby.

KOZIOROŻEC 22.12-20.01

Nie zabraknie okazji do sympatycznych spotkań. Może poznasz kogoś interesującego, co nie znaczy wcale, że od razu musisz się zakochać. Na wszelki wypadek nie kasuj nowych numerów telefonów.

WODNIK 21.01-19.02

W pracy propozycja awansu nie powinna być dla Ciebie zaskoczeniem. Pracowałeś na to bardzo długo. Nie przejmuj się docinkami kolegów, zwłaszcza, że będziesz miał szansę się odegrać.

RYBY 20.02-20.03

Zmieniasz pracę? Nie daj się kupić tanio. Los jest dla Ciebie łaskawy. Masz szansę podbudować swoją zawodową pozycję, ale nie wszyscy mogą i muszą o tym wiedzieć.

AZB

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

Frykasy Andrzeja



Dzisiaj proponuję ulubioną potrawę króla Władysława Jagiełły i królowej Jadwigi... czyli flaczki. Flaki zawsze wzbudzały i wzbudzają kontrowersje. Jedni zachwycają się ich smakiem i aromatem, inni nie wyobrażają sobie, aby mogli je chociaż spróbować. Niemniej tradycja jedzenia flaków jest bardzo długa i oprócz nas jedzą je Czesi, Słowacy, Austriacy, Niemcy, Francuzi a nawet Włosi. Nazwa tej potrawy wywodzi się od jednego z głównych składników, oczyszczonych i pokrojonych w cienkie poprzeczne paski flaków wołowych, gotowanych razem ze świeżymi warzywami. Można je przyrządzać na wiele sposobów, te będą po krakowsku, czyli bardzo gęste.

Flaczki po krakowsku

Składniki: ½ kg ugotowanych flaków wołowych, 2 cebule, 150 g masła, 2 łyżki mąki pszennej, 1,5 litra rosółu, seler, pietruszka, marchew, sól, pieprz, majeranek, imbir.

Cebulę przesmażyć na maśle z mąką. Przesmażoną cebulę zalać rosółem. Zagotować rzadki biały sos i wsypać pokrojone flaki. Jeżeli nie mamy gotowych, ugotowanych i pokrojonych flaków, możemy zrobić to sami. Należy jednak pamiętać, aby dokładnie je wymyć i ugotować do miękkości, najlepiej kilka razy zmieniając wodę. Seler, marchew i pietruszkę pokroić w cienkie paski i ugotować. Ugotowane warzywa dodać do flaków, posolić, posypać pieprzem, dodać majeranek i imbir. Do flaków po krakowsku w oryginale podaje się kiszkę z kaszy, a na przykład do flaków po warszawsku – pulpety, my nasze flaki możemy podać z grzanką.

Flaki po krakowsku nie przypominają raczej zupy, ponieważ są zdecydowanie gęstsze i zawierają dużo warzyw. Z tego względu są bardzo

syte. To je odróżnia od flaków, które można spotkać w większości na polskich stołach. Niemniej potrawa jest bardzo prosta, a także szybka w przygotowaniu. Życzę smacznego i wyruszam na poszukiwania kolejnych frykasów.

Wasz degustator:
Andrzej Zb. Brzozowski

Ciekawostki kulinarne:

– Flaki powinno się jeść nie tylko ze względu na walory smakowe. Zawierają niewiele kalorii (ok. 70 w 100 gramach). Poza tym są źródłem wapnia, żelaza, witamin z grupy B, a także ważnego dla zdrowego wyglądu skóry kolagenu.

– W staropolskich domach jadano flaki z imbirem lub knedlami z kaszki. Przyprawiano je na biało – zasmażką z mąki lub na żółto – szafranem.

Sparta Krav Maga w akcji

Bezpieczeństwo i rekreacja

Walki dzielą się na sztuki walki, sporty walki oraz systemy walki. Jednym z systemów walki jest Krav Maga, którą w Olsztynie reprezentuje klub Sparta Krav Maga.

Ten system walki powstał po zakończeniu II wojny światowej w Izraelu. Charakteryzuje się tym, że całościowo obejmuje bezpieczeństwo jednostki. – Krav Maga uczy jak rozpoznawać i unikać zagrożeń. Uczy jak obserwować otoczenie i unikać ewentualnych zagrożeń. Uczy jak oceniać sytuację zagrożenia na ulicy, w budynkach, w komunikacji miejskiej itp. Uczy obrony przed potencjalnym atakiem w wyżej wymienionych miejscach. To skuteczny system samoobrony – powiedział Sebastian Smulski, szef wyszkolenia Sparta Krav Maga Olsztyn.

Klub Sparta Krav Maga Powstał w 2010 roku z inicjatywy Sebastiana Smulskiego. Prowadzone są zajęcia dla dzieci, młodzieży i dorosłych. – To hobby dla osób, które chcą się poczuć bezpiecznie, a także to rekreacja ruchowa przydatna zwłaszcza dzieciom – dodał Sebastian Smulski.

Klub stara się dotrzeć do najmłodszych. Dlatego nawiązał współpracę z dziewięcioma szkołami podstawowymi z Olsztyna. Są to placówki usytuowane na Nagórkach, w Centrum i na Zatorzu. W zajęciach, które odbywają się raz lub dwa razy w tygodniu uczestniczą dzieci głównie z klas I-III. Nabór do sekcji odbywa się we wrześniu, a praca szkoleniowa trwa tak samo jak rok szkolny.

– Jak rodzice mnie zapisali do klubu wiedziałam, że będzie fajnie. I było warto. Są fajni koledzy i koleżanki, fajny trener. Mogę się



nauczyć obrony. I Jest super – powiedziała Lena Ławicka, pierwsza klasa SP9. Jej kolega Sebastian Brzezicki (czwarta klasa) dodał: – Mama zaproponowała, żebym uczęszczał do tego klubu. I tak od pierwszej klasy trenuję. Krav Maga mi się spodobała. Dobrze się czuję w klubie i na treningach. Wiem jak się bronić, gdy ktoś mnie zaatakuję.

Zajęcia z Krav Magi w SP9 prowadzi Kamil Pawelczyk. – Mam fajną grupę dzieciaków, które chcą uczestniczyć w tych zajęciach. Przyświeca nam cel – przez zabawę do sportu. Więc

łączymy te dwa elementy podczas zajęć. Dzięki tej rekreacji ruchowej dzieci stają się bardziej sprawne fizycznie, co pozytywnie wpływa na ich samopoczucie – powiedział instruktor.

Oprócz treningów dzieci mają zapewnione inne atrakcje. Jedną z nich są tzw. nocowanki. Jak zbierze się grupa osób, to nocuje w szkole. Dzieci śpią na materacach w śpiworach, tak jak na biwaku. Mają zapewnioną opiekę, wspólnie spędzają czas, grają w różne gry i mają zapewnione śniadanie. Uczestniczą także w całodziennych warsztatach tematycznych. Oprócz

treningów idą na basen czy do kina, grają w kręgle. Uczestniczą w półmowiskach, obozach, półkoloniach. – Od września chcemy wprowadzić dwa programy. Pierwszy to dwudniowy mini obóz dla dzieci, dla których będzie to pierwszy wyjazd bez rodziców i jest skierowany do uczniów klas od pierwszej do trzeciej. Drugi program to bezpieczny uczeń w szkole, który uczy dzieci jak reagować podczas ewentualnych zagrożeń, które mogą pojawić się w szkole – poinformował Sebastian Smulski.

IRON

Kalejdoskop sportowy

Piłkarze trzecioligowego Stomilu pokonali ostatni zespół rozgrywek (Sokół Aleksandrów Łódzki) 2:1. Bramki dla olsztyńskiej drużyny zdobyli Japończyk Unno i Kanesaka. Efekt zwycięstwa jest taki, że Stomil zmniejszył stratę punktową do strefy bezpiecznej. Ale dalej zagraża mu widmo spadku do IV ligi.

Piłkarze ręczni I ligi rozegrali kolejne spotkania. Warmia Olsztyn pokonała Sambor Tczew 30:26, zaś Szczypiorniak przegrał z SMS ZPRP Kwidzyn 26:30. Warmia wciąż liczy się w walce o awans do I ligi centralnej, zaś Szczypiorniaka czekają baraże o pozostanie w pierwszej lidze.

W piłkarskiej IV lidze kolejnej porażki doznały rezerwy Stomilu. Lepsza była Concordia Elbląg (2:1). Olsztynianie zajmują 15 miejsce (16 drużyn). Natomiast grający w klasie okręgowej zespół Naki Olsztyn wygrał z Błękitnymi Pasym 3:2 i awansował na szóste miejsce w tabeli (16 drużyn).

W pierwszej lidze tenisa stołowego kobiecy zespół English Perfect AZS UWM Olsztyn przegrał z Bogorią Grodzisk Mazowiecki 4:6 i spadł do II ligi.

Nasz znakomity kierowca rajdowy Zbigniew Staniszewski od wysokiego „A” rozpoczął rywalizację w rally crossowych mistrzostwach Europy strefy centralnej (FIA CEZ). Na torze w Słomczynie olsztynianin jadący samochodem Ford Fiesta RX odniósł zwycięstwo. Drugi był Czech Ales Fucik, a trzeci Słowak Bruno Beckert.

IRON

REKLAMA

VITARA

GOTOWA DO DZIAŁANIA

STRONG HYBRID SYSTEM 8-CALOWY EKRAN LCD ALL-GRIP 4X4 SELECT ZAMKNIĘTE SYSTEMY BEZPIECZEŃSTWA

JUŻ OD 98 900 ZŁ

AUTORYZOWANY SALON I SERWIS W OLSZTYNIE

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

5+

Czerwony kapturek

16.04, G. 9:00 i 10:30

22.04, g. 11:00

23-25.04, G. 9:00 i 10:30

26.04, G. 16:00

27.04, G. 11:00

REZERWACJE

tel.: +48 89 538 70 30

tel.: +48 510 145 707



KWIECIEŃ 2025

10-11.04, G. 9:00

12.04, G. 17:00

13.04, G. 11:00

15.04, G. 9:00

16.04, G. 12:00



3+
**Krawiec
niteczka**

26-27.04, G. 18:00

29.04, G. 10:00



12+
Pentezyla