

ALBO



Aktualności Lokalne Biuletyn Olsztyński

Wesołych Świąt



Drodzy Mieszkańcy! Szanowni Goście!

W tym zbliżającym się wyjątkowym czasie Świąt Bożego Narodzenia wszystkim Mieszkańcom oraz odwiedzającym naszą gminę Gościom składamy życzenia radosnych przeżyć i prawdziwie rodzinnej atmosfery przy świątecznym stole. Życzymy by tradycyjna wigilia i wspólne świętowanie narodzin Jezusa Chrystusa napęłniły nas Wiarą, Nadzieją i Miłością. Niech atmosfera Świąt wzmocni wewnętrznie każdego z nas, nasze więzy rodzinne i całą wspólnotę mieszkańców. Tworzymy jedną wielką rodzinę, razem przeżywamy radości i troski. Wspierając się i działając wspólnie możemy przezwyciężyć niedostatki.

Przeto, niech Nowy Rok przyniesie skuteczne rozwiązania wszelkich problemów i jak najwięcej dobrych dni, o których chce się pamiętać jak najdłużej. Niech będzie rokiem spełnionych marzeń i planów oraz przyniesie wiele satysfakcji z własnych dokonań. Życzymy wszystkim zdrowia, szczęścia, życzliwości oraz siły do realizacji i tworzenia tego co lepsze i piękniejsze!

Przewodniczący Rady Miejskiej w Olsztynku
/-/ Andrzej Wojda

Burmistrz Olsztynka
/-/ Artur Wrochna

Redakcja
gazety ALBO

MATERIAŁY BUDOWLANE

od fundamentó po dach...

IKOBUD

tel. 600 085 888
604 310 933

Olsztynek, ul. Jana Pawła II 2, BIURO: KOLEJOWA 15H
(przy przejeździe kolejowym, kierunek Szczytno)

Godziny otwarcia: Pn-Pt: 7⁰⁰-16⁰⁰, Sobota: 7⁰⁰-13⁰⁰

**KOMPUTEROWY MIESZALNIK
FARB I TYNKÓW...**

**BETON
TOWAROWY**

STANISZEWSKY



**OKNA
DRZWI
BRAMY
GARAZOWE
SPRZEDAŻ
NA RATY**
okna, drzwi
materiały budowlane
usługa
MINIMUM FORMALNOŚCI!

Zapraszamy do współpracy prywatnych inwestorów, jak i również wykonawców.

LECH-BUD

**kompleksowa budowa domów od A do Z
drobna architektura - ośrodzenia
polbruk**

TAPASY Z KAMIENIA POLNEGO

Olsztynek, ul. Kolejowa 7/16 tel. 514 263 793, 51 519 32 07

Szanowni mieszkańcy Gminy Olsztynek

Dziękujemy wszystkim którzy wzięli udział w wyborach samorządowych i poparli kandydatów

KWW Nasz Powiat i KWW Nasza Gmina Olsztynek.

Dziękuję wszystkim którzy oddali na mnie głosy. Za każdy jestem wdzięczny.

Zyczliwość i mandat zaufania jakim zostałem przez Państwa obdarzony, upewniła mnie,
że powinienem podążać obraną dotychczas drogą i realizować określone cele.

kandydat na burmistrza Jerzy Tytz



*Błogosławieństwo Bożej Dzieciny wraz z cichym pięknem Bożego Narodzenia ogrzewa dom
i opromienia serca. Niechaj święta wypełnią się tym wspaniałym nastrojem.*

*Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, spokojnych i radosnych Świąt Bożego Narodzenia, oraz
szczęścia, zdrowia, pomyślności i dużo nadziei w Nowym Roku życzą:*

KWW Nasz Powiat,
KWW Nasza Gmina Olsztynek,
kandydat na burmistrza Jerzy Tytz



Drodzy Mieszkańcy!

Emocje wyborcze powoli opadają. W państwie demokratycznym wybory są nieodzownym sposobem wyrażenia woli mieszkańców, dającym tytuł do sprawowania władzy wybranym przedstawicielom. Dziękuję za okazane wsparcie i oddane na mnie głosy.

Duża frekwencja wyborcza świadczy o dojrzałości naszej wspólnoty. Deklaruję, że będę brał pod uwagę głosy wszystkich wyborców. Liczę na to, że cała społeczność będzie dla mnie oparciem. Będę starał się rzetelnie realizować program wyborczy i spełniać oczekiwania naszych mieszkańców.

Uwierzmy w Gminę Olsztynek - Gminę z przyszłością! Tworzymy jedną samorządową rodzinę, działajmy razem!

Artur Wrochna
Burmistrz Olsztyńska

1 grudnia odbyła się pierwsza inauguracyjna sesja Rady Miejskiej w Olsztynku VII kadencji. W sesji udział wzięli radni wybrani w wyborach samorządowych w dniu 16 listopada oraz burmistrz Artur Wrochna, zastępca burmistrza Krzysztof Wieczorek, skarbnik Lucyna Łukaszewicz i sekretarz Monika Wadowska, a także przewodniczący rad osiedlowych, sołtysi, dyrektorzy jednostek organizacyjnych i mieszkańcy Olsztyńska.

Nowo wybrana rada miejska Olsztyńska

Wszyscy radni złożyli ślubowanie według następującej rotacji: „Wierny Konstytucji i prawu Rzeczypospolitej Polskiej, ślubuję uroczystie obowiązki radnego sprawować godnie, rzetelnie i uczciwie, mając na względzie dobro mojej gminy i jej mieszkańców”.

Radni w głosowaniu tajnym wybrali na przewodniczącego rady Andrzeja Wojdę, a na wiceprzewodniczących Irenę Pisarewicz i Andrzeja Salwinę.

Skład Rady Miejskiej w Olsztynku VII kadencji (2014-18) w kolejności alfabetycznej: Beata Andrysiak, Andrzej Argalski, Wiesława

Filipkowska, Kazimierz Gąsiorowski, Jerzy Głowacz, Krzysztof Kowalski, Roman Lewandowski, Ryszard Orłowski, Stefan Pieńkowski, Irena Pisarewicz – wiceprzewodnicząca, Janina Rykowska, Andrzej Salwin – wiceprzewodniczący, Robert Waraksa, Andrzej Wojda – przewodniczący i Alicja Woźnicka.

Nowo wybranym radnym życzymy, ażeby godnie reprezentowali społeczność, dbali o zrównoważony rozwój gminy i rozwiązywali najważniejsze problemy życia codziennego mieszkańców.



Na zdjęciu od lewej: Andrzej Salwin, Andrzej Wojda i Irena Pisarewicz.

Nowe władze powiatu olsztyńskiego

Podczas pierwszej sesji V kadencji Rady Powiatu w Olsztynie, 1 grudnia, wybrano nowe władze. Starostą olsztyńskim została Małgorzata Chyziak z Biskupca, wicestarostą Jan Żemajtyś, a przewodniczącą Rady Powiatu w Olsztynie Alicja Wąsik. Z naszej gminy radnymi powiatowymi zostali wybrani: Janusz Dembiński, Mirosław Stegienko i Mirosław Szostek. Dwóch z nich zasiadło również we władzach powiatu. Wiceprzewodniczącym rady został Mirosław Szostek, a w skład zarządu powiatu ponownie wszedł Janusz Dembiński.



Na zdjęciu od lewej: Mirosław Szostek, Alicja Wąsik i Marian Piwcewicz (fot.: www.powiat-olsztynski.pl)

Życzenia z okazji Światowego Dnia Wolontariusza

W naszej gminie na nieodpłatną działalność poświęca swój czas wielu wolontariuszy wspierających organizacje pozarządowe, kluby sportowe, parafie, instytucje kultury, placówki oświatowe, pomocy społecznej i służby zdrowia, akcje charytatywne i społeczne, a także osoby starsze, schorowane, niepełnosprawne i ich rodziny. Liczba wolontariuszy wciąż rośnie, a wśród nich są dzieci, młodzież i dorośli; uczniowie, studenci, emeryci i ludzie wielu profesji.

Wszystkim tym ludziom dobrej woli, którzy poświęcają swój czas i energię bezinteresownie, składam serdeczne podziękowanie.

Sprawiać, że otaczający nas świat jest bardziej przyjazny i kolorowy, przywracając wiarę, że liczą się wartości, uczucia oraz ludzka życzliwość i dobroć.

Wszystkim wolontariuszom życzę satysfakcji z działania, pogody ducha i pozytywnej energii. Dużo zdrowia i radości.

Burmistrz Olsztyńska
/-/ Artur Wrochna

Podziękowanie

Organizatorzy Młodzieżowego Festiwalu Filmowego dziękują za wsparcie imprezy: Państwu Bogumile i Waldemarowi Mikitiuk - za ufundowanie nagród rzeczowych, Państwu Irenie i Stanisławowi Słodownik oraz Nadleśnictwu Olsztynek za wsparcie finansowe. Między innymi to dzięki Wam można było nagrodzić filmowe dokonania młodych ludzi. Festiwal się rozwija i mamy nadzieję na dalszą współpracę.

Katarzyna Waluk (dyrektor
Miejskiego Domu Kultury w Olsztynku)
Magdalena Rudnicka (DKF Zamek)



8 grudnia w sali widowiskowej Gimnazjum im. Noblistów Polskich w Olsztynku odbyła się II sesja Rady Miejskiej w Olsztynku zwołana przez Komisarza Wyborczego w Olsztynie.

Zaprzysiężenie Burmistrza Olsztynka

W sesji udział wzięli radni, wybrani w wyborach 30 listopada burmistrz Artur Wrochna oraz Paweł Papke – poseł na Sejm RP, prof. dr hab. Ryszard Górecki – senator RP, dr Kazimierz Kujawa – Honorowy Obywatel Olsztynka, Małgorzata Chyziak – starosta olsztyński, Mirosław Szostek – wiceprzewodniczący rady powiatu olsztyńskiego, Jan Żemajtys – wicestarosta olsztyński, Jan Dembiński – członek Zarządu Powiatu Olsztyńskiego, Bogumił Kuźniowski – prezes Towarzystwa Przyjaciół Olsztynka, Zasłużony dla Olsztynka, byli burmistrzowie Jerzy Tytż i Zbigniew Wasieczko, zastępca burmistrza Krzysztof Wieczorek, skarbnik miasta Lucyna Łukaszewicz i sekretarz miasta Monika Wadowska, a także przedstawiciele kościołów różnych wyznań, przewodniczący rad osiedlowych, sołtysi, dyrektorzy jednostek organizacyjnych i olsztyńskich zakładów pracy, nadleśnictw, przedstawiciele młodzieżowej rady miejskiej, przedstawiciele mediów i mieszkańcy Olsztynka.

Otwarcia sesji dokonał przewodniczący rady Andrzej Wojda. Następnie przewodnicząca miejskiej komisji wyborczej Mirosława Iwona Roczan-Hodyra wręczyła Arturowi Wrochnie zaświadczenie o wyborze na burmistrza Olsztynka. Burmistrz złożył ślubowanie: „Obejmując urząd burmistrza Olsztynka uroczystie ślubuję, że dochowam wierności prawu, a powierzony mi urząd

sprawować będę tylko dla dobra publicznego i pomyślności mieszkańców miasta i gminy Olsztynka. Tak mi dopomóż Bóg”. Burmistrz przedstawił w skrócie dokonania poprzedniej kadencji oraz nakreślił zamierzenia i zadania do realizacji na kolejne lata. Zachęcił wszystkich radnych do współpracy oraz zadeklarował, że będzie służył wszystkim mieszkańcom.

Radni i zaproszeni goście pogratulowali Arturowi Wrochnie ponownego wyboru na burmistrza Olsztynka. Przy tej okazji rektor UW-M prof. dr hab. Ryszard Górecki odniósł się do jednego z zamierzeń burmistrza i obiecał, że wesprze olsztyński samorząd w utworzeniu uniwersytetu trzeciego wieku.

Radni wybrali skład i przewodniczącego komisji rewizyjnej, którym został Krzysztof Kowalski.

Ponadto ustalili, że w obecnej kadencji – podobnie jak w poprzedniej – będą działały dwie komisje stałe: spraw społecznych oraz gospodarki i budżetu. Przewodniczącą komisji spraw społecznych wybrano Alicję Woźnicką, a przewodniczącym komisji gospodarki i budżetu został Roman Lewandowski. Odczytano zadania jakimi będą zajmowały się ww. komisje oraz listę radnych, którzy zadeklarowali udział w pracach tych komisji.

Radni podjęli również uchwałę w sprawie udzielenia pomocy finansowej Powiatowi Olsztyń-

skiemu na zakup fortepianu dla Powiatowej Szkoły Muzycznej I Stopnia w Dywitach – Filii w Olsztynku. Dokonali również zmian w budżecie gminy.



Życzenia z okazji Światowego Dnia Osób Niepełnosprawnych

Z okazji Światowego Dnia Osób Niepełnosprawnych, przypadającego 3 grudnia, składam wszystkim osobom niepełnosprawnym oraz ich rodzinom życzenia wielu radości, życzliwości, wyrozumiałości oraz niespożytych sił do pokonywania trudności dnia codziennego i odwagi w realizacji marzeń.

Wiem, że większość trudności Państwo pokonacie sami, a tylko w niewielkim stopniu możemy przyjąć Wam z pomocą. Mam nadzieję, że czynione starania będą służyły Państwu jak najlepiej. Niech otaczający świat będzie bardziej przyjazny i bliski.

Szczególne słowa uznania kieruję do Stowarzyszenia na Rzecz Osób Niepełnosprawnych i Ich Rodzin w Olsztynku, które dostrzegło skalę problemów i jako pierwsze wyciągnęło pomocną dłoń.

Obecnie wsparcia udzielają również Stowarzyszenie Na Rzecz Osób Starszych i Niepełnosprawnych „Razem” w Olsztynku, a przede wszystkim Warsztaty Terapii Zajęciowej w Olsztynku.

Dziękuję również wszystkim placówkom oświatowym oraz wolontariuszom, których działania są również bardzo potrzebne i skuteczne.

Życzę wszystkiego najlepszego, a przede wszystkim pogody ducha oraz żeby z naszego otoczenia jak najszybciej zniknęły nie tylko bariery architektoniczne, ale również mentalne.

Burmistrz Olsztynka
/-/ Artur Wrochna



UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI FUNDUSZ
ROZWOJU REGIONALNEGO



PROGRAM REGIONALNY
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

Warmia i Mazury regionem zjednoczonej Europy

**„Zapewnienie wysokiej jakości usług dla obywateli
poprzez unowocześnienie systemu i infrastruktury informatycznej
w Wojewódzkim Szpital Rehabilitacyjnym dla Dzieci w Ameryce”**

**Wartość projektu: 445 852,10 zł
Wartość dofinansowania: 378 974,27 zł**

*Projekt dofinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego
w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Warmia i Mazury na lata 2007-2013*

Wojewódzki Szpital Rehabilitacyjny dla Dzieci w Ameryce zakończył realizację projektu „Zapewnienie wysokiej jakości usług dla obywateli poprzez unowocześnienie systemu i infrastruktury informatycznej w Wojewódzkim Szpital Rehabilitacyjnym dla Dzieci w Ameryce” który w znacznym stopniu usprawnił proces obsługi pacjentów oraz umożliwił szersze udostępnianie informacji o szpitalu, jego profilu i usługach w sieci rozległej.

Rezultaty projektu:

- stworzenie kompleksowej infrastruktury informatycznej w szpitalu
- poprawa efektywności pracy personelu medycznego poprzez zakup nowoczesnego mobilnego sprzętu komputerowego
- poprawa bezpieczeństwa archiwizowanych danych poprzez stworzenie archiwum zdjęć cyfrowych
- usprawnienie systemu znakowania i monitorowania
- zwiększenie bezpieczeństwa „danych wrażliwych” pacjentów oraz ujednolicenie procedur identyfikacji pacjentów
- wzmocnienie funkcjonalności i dostępności do strony internetowej www.ameryka.com.pl poprzez jej unowocześnienie i dostosowanie do standardów europejskich



Psycholog

mgr Kamil Jarmoszuk

Oferuję profesjonalną pomoc osobom zmagającym się z problemami natury emocjonalnej, zaburzeniami psychicznymi (schizofrenia, zaburzenia osobowości, nerwice, depresja i inne), zaburzeniami odżywiania, uzależnieniem, problemami wychowawczymi i innymi trudnymi sytuacjami życiowymi. Przyjmuję w Olsztynie i Olsztynku.

sesje indywidualne - 100 zł

sesje grupowe - 120 zł

tel. 883 047 309 www.olsztynpsycholog.pl

Życzę
wszystkim
swoim klientom
ciepłych i rodzinnych
Świąt Bożego
Narodzenia
oraz spełnienia nadziei
w Nowym Roku

Fryzjer damsko-męski
"Jowita"
ul. Świerczewskiego 13/1
11-015 Olsztyn
Telefon: 784 205 197

ZAPRASZAMY



**ZAPRASZAMY
DO SKLEPU**
Z ZABAWKAMI I PAMIĄTKAMI
**PRZY ULICY CHOPINA
W OLSZTYNKU**
ŻYCZYMY WESOŁYCH ŚWIĄT
I SZCZĘŚLIWEGO NOWEGO ROKU
MAMY DUŻY WYBÓR SREBRA !



BAR *na Skarpie*
Organizujemy imprezy okolicznościowe

- chrzty
- urodziny
- komunie
- wigilie
- Sylwester 2014
- inne na życzenie klienta
- wynajem lokalu

**ZIMOWE GRILLOWANIE
I ZABAWY PRZY OGNISKU**
Specjalna oferta zimowa dla szkół
i zakładów pracy!

ul. Wisniowa 1a
11-015 Olsztyn
tel. 602 452 232

PRZEWozy PASAŻERSKIE

Wynajem busów (9 i 23-osobowych)

Oferujemy:

- przewozy turystyczne,
- przewozy dzieci i młodzieży szkolnej,
- przewozy na/z lotniska

Obsługujemy:

- konferencje,
- wesela,
- wyjazdy integracyjne,
- pielgrzymki



F.H.U. ITER- BUS

Andrzej Argalski

andrzejargalski@wp.pl

tel. 601 92 13 15

O kobietach nie tylko 8 marca

Emilia Sukertowa-Biedrawina urodziła się w Łodzi w 1887 r. jako najstarsza z trojga dzieci przemysłowca Hugona Zacherta i Wiktorii Gundelach. Po śmierci ojca przeniosła się z matką do Warszawy. Pod wpływem inteligencji ewangelickiej zainteresowała się Mazurami, a poznawszy je bliżej zdecydowała, że sprawie mazurskiej poświęci całe swoje życie. Żyła i działała w Warszawie, Działdowie i w Olsztynie, w którym zmarła 27 XII 1970 r. i spoczęła w Alei Zasłużonych olsztyńskiego cmentarza komunalnego.



MAZURKA NIE Z MAZUR

Działalność - Część 2



Żyjąc w rodzinie zamożnej miała możliwość uzyskania dobrego wykształcenia. Znała cztery języki obce. Mimo dobrych wyników w nauce nie mogła podjąć studiów w Warszawie, gdyż w tym czasie pod zaborem rosyjskim uczelnie wyższe nie były dostępne dla kobiet. Uczestniczyła jednak m.in. w zajęciach Wolnej Wszechnicy oraz prywatnej szkoły sztuk pięknych „Conti”. W młodości zetknęła się z Władysławem Reymontem, Marią Konopnicką i Stefanem Żeromskim.

Pisała wiersze i dramaty sceniczne. Interesowała się historią. Spisywała podania i legendy z Doliny Prądnika, w których to okolicach spędzała wakacje. I tak narodziło się jej pierwsze opracowanie o zamku w Ojcowie. Brała udział w zebraniach Towarzystwa Równouprawnienia Kobiet oraz w Polskim Towarzystwie Krajoznawczym. Potem włączyła się, jak wiadomo, do działalności w Towarzystwie Opieki nad Więźniami Wojny. To ją wcześniej zbliżyło do spraw mazurskich. Wiosną 1919 r. poznała Bogumiłą Linę, udającą się do Paryża aby upomnieć się o przyłączenie Mazur do Polski bez plebiscytu. Działając w Zrzeszeniu Plebiscytowym, którego była skarbnikiem, pisała też tak: „Jeśli w kasie Zrzeszenia były pustki, to sięgałam do własnej lub męzowskiej kieszeni. Musiałam przecież ratować honor Polaków”.

W przyłączonej do Polski bez plebiscytu w styczniu 1920 roku Działdowszczyźnie mieszkało kilka tysięcy Mazurów. Zrzeszenie Ewangelików Polaków skierowało tam Emilię Sukertową-Biedrawinę do prowadzenia pracy repolonizacyjnej. Wspomagała ks. Edwarda Ludwika w organizowaniu seminarium nauczycielskiego otwartego w 1922 roku. Dzięki jej uślisnym staraniom powstały w Działdowie: Dom Ludowy (1922) i Muzeum Mazurskie (1927), do którego wiele eksponatów zgromadzili członkowie kółka krajoznawczego, założonego przy seminarium nauczycielskim z pomocą jej drugiego męża – Józefa Biedrawy. Utworzyła Towarzystwo Przyjaciół Mazur w 1929 r. Organizowała również kursy rolniczo – gospodarskie dla dziewcząt, które dały początek powstałej w 1930 roku Państwowej Szkole Rolniczej w Malinowie. Organizowała wystawy, np. „Wystawę Kopernika w Olsztynie”, czy spotkania o charakterze kulturalnym, wygłaszając szereg odczytów

o tematyce mazurskiej, także w miastach polskiego pogranicza, m. in. W Grajewie, Suwałkach, Kolnie.

Realizacji inicjatyw narodowych małżeństwa Biedrawów towarzyszyły również pewne ograniczenia. Przedstawiciele miejscowych władz po 1920 roku nie zawsze rozumieli złożoność uwarunkowań narodowych miejscowej ludności mazurskiej i wytworzonych nawyków życia przez wiele lat pod administracją niemiecką. Pomocni im byli jednak urzędnicy przybyli ze Śląska Cieszyńskiego. Niestety, następowały także zahamowania pracy narodowej spowodowane ogólnymi zarządzeniami. Najpierw w 1933 roku zlikwidowano „Gazetę Mazurską”, której to w l. 1923- 1933 była najpierw sekretarzem, później redaktorem naczelnym. Potem zaś, jak napisała Emilia Sukertowa- Biedrawina w książce „Dawno a niedawno” – „Z Ministerstwa Spraw Zagranicznych otrzymałam zawiadomienie, że pan minister Beck zabronił kategorycznie ogłaszania artykułów, które mogły się Niemcom nie podobać. Podobne pismo otrzymałam od wojewody pomorskiego Kirtiklisa. Niektóre gazety otrzymały polecenie nie zamieszczania moich artykułów”. Wreszcie odebrano jej redakcję „Kalendarza dla Mazurów na rok 1939”, który redagowała nieprzerwanie w latach 1924 – 1938. Rocznik 1939 przygotowywał do druku Karol Małek.

Przed 1939 rokiem Emilia Sukertowa-Biedrawina była jedyną autorką, która w tak szerokim stopniu upowszechniała w kraju polskie tradycje na Mazurach. W czasie wojny Emilia i Józef Biedrawowie ukrywali się pod nazwiskiem Bernatowicz. Józef Biedrawa nie dożył wyzwolenia i został pochowany jako Józef Bernatowicz na krośnieńskim cmentarzu.

Po 1945 roku wcale nie zmniejszyła zakresu pracy popularyzatorskiej, chociaż w tym czasie przygotowywała wiele opracowań naukowych drukowanych przede wszystkim w kwartalniku „Komunikaty Mazursko-Warmińskie” w l. 1957- 1965. Artykuły upowszechniające polską przeszłość regionu zamieszczała w 26 pismach. Pisała o tradycji kultury polskiej na Mazurach i Warmii,

o szkolnictwie i piśmiennictwie polskim. Opowiadania zebrane w tomie „Mazurskie dole i niedole” były jedną z pierwszych książek o Mazurach wydanych po wojnie. Napisała cenne rozprawy naukowe poświęcone Gustawowi Gizewiuszowi. Prócz pracy pisarskiej wiele czasu i energii poświęciła gromadzeniu księgozbioru Instytutu Mazurskiego. Pośród wielu cennych dzieł, jakie udało się Emilii Sukertowej-Biedrawiny zgromadzić, należy wymienić m. in. „Dokładny słownik polsko-niemiecki” Krzysztofa Celestyna Mrongowiusza. Była założycielką Biblioteki Ośrodka Badań Naukowych w Olsztynie. W 1948 roku miała zebranych już ok. 5 tys. woluminów o tematyce związanej z regionem.

Zapewne ta działalność bibliofilska przyczyniła się do zaszczytnego nadania jej imienia Wojewódzkiej Bibliotece Publicznej w Olsztynie. Działając, spotykała się z wieloma znaczącymi ludźmi. Jeszcze w 1924 roku nawiązali z nią kontakt – senator Bolesław Limanowski, prof. Jędrzej Giertych, czy wybitny znawca problematyki mazurskiej prof. Władysław Chojnacki. Melchior Wańkowicz w przedmowie do swej książki pt. „Na tropach Smętka” złożył specjalne podziękowanie, pisząc: „P. Emilii Sukertowej, popularyzatorce wiedzy o Mazurach i założycielce Muzeum Mazurskiego w Działdowie. Melchior Wańkowicz”. Natomiast Jan Chłosta, autor wspomnieniowej książki o p. Emilii pt. „Niechaj Pani blaskiem świeci”, napisał: „Mało kto jednak dotąd dorównał Jej pasją i zaangażowaniem w ukazywaniu polskiej przeszłości Mazur. Ona zawsze traktowała tę pracę jako służbę Ojczyźnie. Chciała być pożyteczną i pomocną”.

PS.

Dziwne rzeczy ostatnio się dzieją. W październiku 2014 roku w Działdowie posadzono drzewko pamięci i umieszczono tablicę pamiątkową byłym esesmanom i strażnikom działdowskiego obozu koncentracyjnego. A wszystko to ponoć w ramach pojednania polsko – niemieckiego, jak to uzasadnił burmistrz Działdowa. Nasuwa się więc pytanie: „Czy na pewno o takie pojednanie nam wszystkim chodzi?”

Stanisława Ziątek



POCZTÓWKA Z SHEFFIELD

Przesyłam najlepsze życzenia świąteczne redakcji „ALBO”
i wszystkim z nią współpracującym.
Ja właśnie zjednuję nowych czytelników naszej gazety.

WESOŁYCH ŚWIĄT!
MERRY CHRISTMAS!

Pozdrawiam.
Stanisława Ziątek z rodziną

Jubileusz 40-lecia szkoły jest okazją do wspomnień. Trudno bowiem być obojętnym wobec miejsca, w którym zostawiło się część życia. W 1979 roku poszłam do pierwszej klasy. Zbiórca Szkoła Gminna im. Budowniczych Polski Ludowej w Olsztynku miała wtedy pięć lat, ja - sześć, a więc jesteśmy prawie rówieśnikami. Od sześciu lat jestem tu nauczycielką polskiego, ale jako uczennica dobrze pamiętam, jak jedni nauczyciele zaczynali u nas pracę, inni odchodzili i jak zmieniali się kolejni dyrektorowie. Miałam mnóstwo czasu na obserwację, w końcu nauka w szkole podstawowej trwała wtedy osiem lat.

40 lat minęło ...

Świat jest podtrzymywany oddechem dzieci spieszących do szkoły
/Talmud/

Lata minęły, a wciąż pod sklepikiem na każdej przerwie kłębią się tłumy uczniów spragnionych najnowszych atrakcji spożywczych. Obecnie na topie są plastikowe słomki wypełnione słodkim proszkiem, mini pizze i bułki z parówką na ciepło. W czasach kiedy sklepik mieścił się naprzeciwko boksów szatni i był prowadzony przez samorząd uczniowski, największym hitem były oranżadki w proszku, najczęściej zlizywane z dłoni, żółte lub czerwone napoje ze słomką w małych foliowych woreczkach, ryż preparowany i guma do żucia Donald, w której były komiksy. O pizzy nikt wtedy jeszcze nie słyszał.

Życie na przerwach toczyło się albo „na spacer-niaku”, czyli na głównej części korytarza, gdzie musieliśmy chodzić w kółko, albo w kątach na podłodze - miejscach, w których odbywał się zazwyczaj handel wymienny czym popadnie: komiksami z gum Donald, karteczkami z naklejkami, opakowaniami od czekolad, znaczkami pocztowymi... Teraz chłopcy urozmaicają sobie czas między lekcjami grą w karty z piłkarzami, a dziewczynki albo rozmawiają, albo wypłatają bransoletki z kolorowych gumek.

Dawniej rozmowy na korytarzu najczęściej dotyczyły filmów oglądanych w telewizji po dzienniku. W połowie lat 80-tych, gdy w telewizji były tylko dwa kanały, wieczorny film był największą rozrywką, więc wszyscy oglądali to samo. Każdemu znane były takie tytuły jak: „Akademia Policyjna”, „Gliniarz z Beverly Hills”, „Kojak” czy „Niewolnica Isaura”. Szczerze mówiąc, zdarzało nam się wymyślać na długiej przerwie do sklepu RTV, żeby choć fragment Isaury wcześniej obejrzeć, gdyż była puszczana przed południem jako film dla drugiej zmiany. Na długiej przerwie biegaliśmy też na lody włoskie do pana Kozaka w pobliżu dzisiejszej restauracji Ratuszowej. Dzisiaj uczniowie najczęściej kupują chipsy i żelki, rozmawiają o grach komputerowych, czy wysyłają SMS-y. Trzydzieści lat temu tych ostatnich nie było nawet w literaturze science-fiction.

W piwnicy, gdzie obecnie jest warsztat konserwatora i składzik rzeczy różnych, mieściła się harcówka - miejsce częstych spotkań zuszków i harcerzy. Pamiętam, jak poznawaliśmy płąsy, zdobywaliśmy sprawności, jako dziewięciolatki wyjechaliliśmy na obóz harcerski w środku lasu, uczyliśmy się nadawania alfabetem Morse’a za pomocą chorągiewek. Wprawdzie drużyn harcerskich w wielu szkołach nie ma już od lat, lecz na obozy organizowane przez Hufiec Warmiński wciąż dzieci wyjeżdżają, nawet te niebędące harcerzami. Oprócz tego, co roku uczniowie biorą udział w biegach na orientację organizowanych przez nadleśnictwo, zaś letnie i zimowe obozy organizują im uczniowskie kluby sportowe: koszykarski „Top-Spin” i promujące dziewczęcą piłkę nożną „Perły”.

Współczesne szkolne uroczystości to już często mini spektakle teatralne ze scenografią i kostiumami. Kiedyś tradycyjne apele zaczynały się pieśnią

szkoły „Gospodarze” i wprowadzeniem sztandaru szkoły, po których następowały recytacje. W ósmej klasie byłam nawet w poczcie sztandarowym. Nie było to łatwe, bo zazwyczaj przez cały apel musieliśmy stać na widoku i kombinowaliśmy, jak się schować za sztandarem. Wyjeżdżaliśmy również na cmentarz wojenny w Sudwie na obchody upamiętniające wybuch II wojny światowej i strasznie tam marzliśmy. Ta tradycja zresztą przetrwała w szkole do dziś (włącznie z marzniciem). Na Sudwę jeździliśmy też sprzątać groby żołnierzy. Najbardziej pamiętam stamtąd czerwone pluskwy, których było wszędzie pełno.

W ogóle wtedy szkoła co rusz była zaangażowana w jakieś prace społeczne: sprzątanie miasta (włącznie z parkiem przy stadionie i cmentarzem przy ulicy Pionierów), pielienie klombów przed ratuszem i przy sklepie rybnym, udział w wykopkach w Ameryce i Platynach, sadzenie lasu. Nie wiem jak ostatecznie były oceniane efekty naszej pracy, ale chętnie piliśmy kawę zbożową, jedliśmy grochówkę z bułą i bawiliśmy się świetnie. Klombów i państwowych gospodarstw już dziś nie ma, ale sadzenie lasu udało nam się całkiem niedawno zorganizować. Obecnie nauczyciele wraz z uczniami przeprowadzają zbiórkę elektrośmieci i charytatywne akcje pomocy dzieciom na Litwie, Ukrainie czy w Afryce. W czasach, gdy jedynym urządzeniem elektronicznym był w domach telewizor kolorowy „Rubin”, który się utylizował przez samozapłon, a materialnie byliśmy 100 lat za Murzynami, nie było zwyczaju organizowania takich akcji.

Generalnie, co by tu nie mówić, z perspektywy czasu lata szkoły podstawowej, choć spędzone w ciężkim kryzysie lat 80-tych, to była dla nas beztroska i zabawa. Okiem dziecka wychwytuje się to, co najprzyjemniejsze: koleżeńskie spotkania, wycieczki do Malborka, Torunia, Krakowa, Zakopanego, kina trójwymiarowego w Warszawie, dysko-

teki szkolne, wróżby andrzejkowe, bal ósmych klas w domu kultury... Oczywiście było to wszystko, co w szkole musi być: dyscyplina na lekcji, prace domowe i wymagania nauczycieli, oceny, sprawdziany. Jednak w pamięci pozostają konkursy recytatorskie, występy chóru, zawody sportowe, mecze piłki ręcznej, kółko rękodzielnicze, na którym robiłyśmy swetry... Niezapomniane pozostaną lekcje techniki, gdzie wycinaliśmy drewniane podstawki czy metalowe świeczniki i te, podczas których dziergaliśmy na szydełku, haftowaliśmy krzyżykami i smażyliśmy naleśniki w pomieszczeniu dzisiejszej świetlicy. Na plastyce robiliśmy różne gobeliny: tkane na ramie, przypalane, wykonane igłą. W ramach lekcji historii mieliśmy wyjścia do kina „Grunwald” na filmy historyczne. Jedynym językiem obcym nauczaniemu w szkole podstawowej był rosyjski. I choć sobie całkiem nieźle z nim radziłyśmy, a pani uczyła nas dziecięcych piosenek i wierszyków, to przedmiotem marzeń był niedostępny wtedy angielski. Dziś stosunek dzieci do języka angielskiego jest taki sam, jak do innych przedmiotów, czyli jednym się chce uczyć, innym - nie.

Sądzę, że w pamięci młodzieży część rozrywko-wo-towarzyska i tak zawsze weźmie górę nad edukacyjną, i nasi uczniowie też będą wspominać seanse w kinie „Helios” z górą popcornu, przedstawienia teatralne, konkursy, dyskoteki, bale szóstk-lasistów, wycieczki rowerowe i autokarowe, zajęcia sportowe, warsztaty unijne, wyjazdy na basen, kręgielnię, zabawy w parku linowym i wiele jeszcze innych atrakcji, które obecnie organizuje szkoła.

Czego nas na pewno nauczyła szkoła, to słuchania autorytetów, ale też odporności psychicznej na porażki, nudę i rutynę. Całe szczęście, większość dzieci ma naturalną zdolność przetrwania i odbiera rzeczywistość odpowiednio do swoich potrzeb. Nawet jeśli zgodnie ze słowami Edmunda Niziurskiego „szkoła to jest taki karmnik, gdzie każdy ptak musi dziobać, czy mu się to podoba, czy nie”, to i tak po latach jako dorośli uświadamiamy sobie, że było to miejsce najlepszej zabawy i nie obo-wiązek, lecz przywilej.

A poza tym ze szkołą jest tak, Drogi Czytelniku, że niby jej kiedyś nienawidziłeś za straszny ucisk, ale bez niej nie przeczytałbyś tego.

Pragnę szczerze pozdrowić wszystkich dotychczasowych Nauczycieli Szkoły Podstawowej w Olsztynku oraz Koleżanki i Kolegów z klasy 8 b (rocznik 1987).

Magdalena Moroz



**POŚREDNICTWO
UBEZPIECZENIOWE
HANNA
DZIANACHOWSKA**

**SEADA WSZYSTKIM ŻYCZENIA
BEZPIECZNYCH
ŚWIĄT BOŻEGO NARODZENIA
I SZCZĘŚLIWEGO NOWEGO ROKU,
ALE ZAWSZE WARTO
SIĘ UBEZPIECZYĆ!**

**UL. ŚWIERCZEWSKIEGO 18/2
11-015 OLSZTYNEK
TEL. 89 519 37 51**

Cukiernia Jagodzianka



*Zaprasza na pyszne świąteczne wypieki
i życzy wszystkim klientom wesołych Świąt
i szczęśliwego Nowego Roku*



**Salon Fryzjerski
Sylvia Karbowska**

**Życzy wszystkim Wesołych Świąt
oraz znakomitej
Kreacji Sylwestrowej**



**Olsztyn
ul. Świerczewskiego 34A
tel. 89 333 91 83**



**Kompleksowe
Usługi
Pogrzebowe**

SACRUM

**Załatwiamy wszystkie
formalności
związane
z pogrzebem**

**Olsztyn
ul. Świerczewskiego 24/h
tel. 89 677 71 00
www.sacrum.olsztyn.pl**



USŁUGI POGRZEBOWE

ARKA

**K.M. Zakrzewscy
rok założenia 1999**

ul. Mickiewicza 13, 11-015 Olsztyn

tel. 0 89 519 34 10,

kom. 0 604 051 513 (całodobowy)

całodobowy przewóz zmarłych

Nasze wieloletnie doświadczenie pomoże godnie pochować bliskich.

- odbiór zmarłego z miejsca zgonu, przygotowanie zmarłego do pogrzebu
- obsługa uroczystości pogrzebowej, transport miejscowy i zamiejscowy
- transport zmarłego z zagranicy i za granicę, oraz załatwienie wszystkich formalności związanych z ich sprowadzeniem
- posiadamy w sprzedaży trumny, krzyże, tabliczki, wieńce, odzież dla zmarłych
 - omówienie oferowanych usług w domu klienta
 - kredytowanie pogrzebu
- leżanka klimatyzowana (zimne łóżko) przechowywanie zmarłego w domu
 - kremacja (spopielenie)

Czas płynie nieubłaganie, zbliżamy się już do Świąt Bożego Narodzenia oraz do końca roku. Świąteczny klimat udzielił się również uczestnikom projektu dziennikarskiego. W poprzednim numerze relacjonowaliśmy wizytę dziennikarzy Gazety Olsztyńskiej w progach Gimnazjum im. Noblistów Polskich. Tym razem postanowiliśmy poddać się nastrojowi i popętnić artykuł choć odrobinę związany z klimatem Bożego Narodzenia. W końcu dziennikarz to osoba, która jest obserwatorem i komentatorem otaczającej go rzeczywistości, a witryny sklepowe, reklamy telewizyjne krzyczą, że już są Święta!

Na naszych zajęciach pojawiło się hasło MIKOŁAJ. Postanowiliśmy jednakże spojrzeć na tę postać w odmienny od tradycji sposób i odejść od stereotypowego wizerunku. Ten artykuł, choć dotyczy Mikołajów, nie opowiada o postaci świętego z Miry. Poznajcie Państwo Mikołajów – niekoniecznie świętych.

MIKOŁAJ – nie tylko ten święty

Święta - to słowo zawsze kojarzy się z choinką, śniegiem, opłatkiem i karpem. Zgodnie z popkulturą to także „Kevin sam w domu” i reklama Coca-Coli w telewizji. Dzieci na hasło: Boże Narodzenie od razu przywołują postać brodatego św. Mikołaja - uroczego staruszka w czerwonym stroju, który w wigilię, magiczną noc odwiedza nasze domy i przynosi prezenty. Ale czy wszyscy Mikołajowie byli tacy święci? Czy imiennicy naszego świętego z Miry mieli wpływ na losy świata?

Mikołaj Kopernik to najsłynniejszy polski astronom, autor dzieła „O obrotach sfer niebieskich”. Posiadał wiele zainteresowań, gdyż zajmował się również matematyką, prawem, ekonomią, strategią wojskową, astrologią, był także lekarzem oraz tłumaczem. Dzięki wnikliwym obserwacjom i obliczeniom opracował heliocentryczny model Układu Słonecznego. Odrzucił pogląd, że Ziemia znajduje się w środku wszechświata. Mówi się o nim „wstrzymał Słońce, ruszył Ziemię”. Początkowo jego teoria spotkała się z ogromną falą krytyki. Spowodowało to również problemy z drukiem dzieła napisanego przez duchownego. Jak głosi legenda, wydrukowana książka dotarła do Kopernika w ostatnim dniu jego życia. Współcześnie uważa się go za ojca astronomii. Cóż ten polski duchowny ma wspólnego z Mikołajem poza imieniem? W kręgu zainteresowań obywateli panów było niebo, jeden z nich badał układy i konstelacje gwiazd, natomiast dla drugiego gwiazdy stanowiły drogowskazy podczas podniebnej podróży w wigilię noc.

Kolejny słynny imiennik, również polskiego pochodzenia, to Mikołaj Rej – wielki poeta, prozaik i twórca renesansowy. Uznawany jest za ojca literatury polskiej, ponieważ konsekwentnie dążył do tego, aby utwory literackie były pisane po polsku, a nie po łacinie, jak to było powszechnie stosowane. On jako pierwszy swoje dzieła pisał wyłącznie w języku oj-

czystym. Był zamożnym człowiekiem, pochodził z szanowanej rodziny. Utrzymywał dobre kontakty z dworami króla Zygmunta I Starego i Zygmunta II Augusta. Jest autorem słynnych słów: A niechaj narodowie wždy postonni znają, iż Polacy nie gęsi, iż swój język mają. Jest to fragment wiersza „Do tego, co czytał”, w którym Rej grzmiał, że najwyższy czas, by Polacy zaczęli wreszcie pisać po polsku, gdyż w ten sposób będą mogli potwierdzić kulturową i polityczną niezależność Rzeczypospolitej. Jak widać, ten Mikołaj odegrał istotną rolę w kształtowaniu kultury polskiej, natomiast św. Mikołaj jest niezwykle ważnym elementem tradycji i kultur wielu narodów.

Następny imiennik to postać kontrowersyjna - car Mikołaj II Romanow, syn Aleksandra III Romanowa. Ci, którzy nie spali na lekcjach historii wiedzą, że był ostatnim carem i samodzielnym Wszechrusi, królem Polski i co ciekawe, Wielkim Księciem Finlandzkim. Został koronowany w 1894. Jego panowanie naznaczone było tragediami i porażkami. Dwa lata po koronacji miał się odbyć wielki festyn w Moskwie, podczas którego obiecano podarki. W nocy zebrano się aż pół miliona ludzi oczekujących na rozdanie prezentów. Rankiem, po otwarciu straganów, ludzie rzucili się na owe podarki, w wyniku czego 1389 osób zmarło, a 1301 zostało rannych. Tragedię tę nazywa się Paniką na Chodyncy. W 1904 car rozpoczął wojnę z Japonią, która była pasmem porażek i początkiem końca jego panowania. Wzrost niezadowolonych spowodował rewolucję 1905 roku. Kolejne porażki i okrutne rządy doprowadziły do rewolucji lutowej i październikowej, w wyniku których Mikołaj został aresztowany, abdykował, a 17 lipca 1918 roku, z rozkazu Rządu Tymczasowego, został rozstrzelany wraz z małżonką Aleksandrą Fiodorową i dziećmi. Cóż łączy tę kontrowersyjną postać z naszym sympatycznym Mikołajem? Może to

niektórych dziwić, ale car Mikołaj II również jest uznawany za świętego przez rosyjski Kościół Prawosławny. Kanonizacja tej postaci, żony oraz córek miała miejsce w 2000 roku.

Ostatnim wybranym przez nas przykładem jest współczesny aktor – Nicholas Cage, a właściwie Nicholas Kim Coppola. Jest bratankiem słynnego reżysera Francisa Forda Coppoli. Jego ojciec był Włochem, zaś matka Niemką. Początkowo jego kariera nie zapowiadała się błyskotliwie. Punktem zwrotnym stał się film „Rumble Fish”. Rola Smokey’a przyniosła mu sukces i ugruntowała pozycję w Hollywood. W jego karierze można wyróżnić dwa typy produkcji - pierwszy to ambitny repertuar i role w „Zostawić Las Vegas”, czy „Adaptacji”. Rola Bena w „Zostawić Las Vegas” została obsypana deszczem nagród, w tym Złotym Globem i Os-

carem. Drugi nurt, dzięki któremu pokochała go publiczność, to kino sensacyjne. Cage okazał się niezrównanym aktorem kina akcji, występując w dynamicznych hitach typu „Twierdza”, czy „Bez twarzy”. Jest jedną z najlepiej opłacanych hollywoodzkich gwiazd kina. Cóż tę postać łączy z naszym świętym? Jedno – troska o innych. Cage znany jest ze swojej działalności na rzecz osób potrzebujących, a przede wszystkim dzieci. Był Ambasadorem Dobrej Woli UNICEF –u na terenie Afryki. Zaangażował się tak bardzo w akcję przeciwko sprzedaży narkotyków osobom nieletnim i przeciwko młodocianej przestępczości, że otrzymał od sekretarza generalnego ONZ nagrodę Obywatela Świata.

Zaprezentowano powyżej kilka wybranych sylwetek postaci noszących imię Mikołaj. Jedni przysłużyli się nauce, inni kulturze, dokonali wielkich rzeczy dla kolejnych pokoleń, jak również mieli krew ludzi na rękach. Co łączy tak różnorodne postaci poza wspólnym imieniem? Możemy postrzegać jedne pozytywnie, inne zaś negatywnie, ale wszystkie to osoby nietuzinkowe.

Sandra Archacka,
Klaudia Kurzyńska,
Bartłomiej Moroz





Najserdeczniejsze życzenia
pięknych, niezapomnianych
Świąt Bożego Narodzenia
oraz wzajemną życzliwość i optymizm
w nadchodzącym Nowym Roku



Swoim Klientom życzy
Szkola Języka Angielskiego SMART
Hanna Cieśla i Anna Nowotka
ul. Świerczewskiego 34A, tel. 791 407 525



Wszystkim Klientom
Spokojnych i Radosnych Świąt Bożego Narodzenia
oraz Pomyślności w Nowym 2015 Roku



Usługi Dźwigowe i Podnośnikowe Robert Cieśla
tel. 791 363 525



**BOGATYCH
ŚWIĄT
BOŻEGO NARODZENIA**

ORAZ

**OSZCZĘDNOŚCI
W NOWYM ROKU**

ŻYCZY

**BIURO RACHUNKOWE
BOŻENA BORYSEWICZ**

Olsztyniek
ul. Szkolna 12/4



*Radosnych i spokojnych,
Świąt Bożego Narodzenia,
a także wytrwałości w realizacji planów,
oraz dalszej, owocnej współpracy
w nadchodzącym 2015 roku
życzy*



ROZBICCY
UBEZPIECZENIA

*Nadchodzące Święta Bożego Narodzenia
niosą ze sobą wiele radości oraz refleksji
dotyczących minionego okresu i planów
na nadchodzący nowy rok.*

*W tych wyjątkowych dniach
chcemy Państwu życzyć wiele zadowolenia
i sukcesów z podjętych wyzwań.*

zarząd i pracownicy



STALZŁOM

Okręgowa Stacja Kontroli Pojazdów
Olsztynek, ul. Grunwaldzka 14

KWIACIARNIA

MAK

Jolanta Wilkaniec



**Życzy wszystkim Klientom
wesółych**

**Świąt Bożego Narodzenia
oraz szczęśliwego
Nowego Roku**

**Olsztynek
ul. Świerczewskiego 14**

SKLEP DZIDZIUŚ

- odzież i akcesoria niemowlęce
- odzież dziecięca
- zabawki

godziny otwarcia

pn. - pt. 9⁰⁰. 17⁰⁰

sob. 9⁰⁰. 14⁰⁰

Targowisko miejskie
boks nr 4 i 5

Zapraszamy również
do sklepu z odzieżą
dla dorosłych w pawilonie
targowiska obok wiaty



OPTYK OKULISTA

tel. 662 705 545

ul. Kościuszki 6H
11-015 Olsztynek
(TARGOWISKO MIEJSKIE)

STUDIO OPTYCZNE

- realizacja recept okularowych
- szkła renomowanych firm (Zeiss, Hoya, Jelenia Góra, Szajna)
- modne oprawy
- galanteria: etui, chusteczki, łańcuszki, płyny do szkieł i soczewek kontaktowych

GABINET OKULISTYCZNY

- dobór korekcji okularowej (komputerowa diagnostyka wad wzroku)
- aplikacja soczewek kontaktowych (sferycznych i torycznych, 1-sza para gratis)
- diagnostyka zaćmy i jaskry
- dno oka
- badanie kandydatów na kierowców



Okulista w każdy wtorek -
umów się na badanie.
Oferujemy fachową i kompleksową
obsługę oraz przystępne ceny.



NIEWIEŚCIN

KRÓLEWSKIE WĘDLINY

...tylko mięso i przyprawę...

Zapraszamy

do naszego Sklepu Firmowego

w Olsztynku przy ul. Mrońgowskiej 6

PROMOCJA 2.12-15.12.2014

**SZYŃKA
KRUCHA
PREMIUM**

2999
zł/kg



Szyńska Krucha
to produkt wysokiej zawartości białka,
bez fosforanów i innych substancji pomocniczych, zawierające
wody w produkcie. Jedyną dodatkową zastosowaną w produkcji to sól jodowana
oraz przyprawa. Szyńska jest delikatna, smaczna i bardzo krucha.



**MIĘKKA
PODSZYSTA**

2599
zł/kg



**MIĘKKA
LUKSUSOWA**

1999
zł/kg



**OGÓDNIANKA
DUŻA**

1899
zł/kg



www.niewiescin.pl

WESOŁYCH ŚWIĄT I SZCZĘŚLIWEGO NOWEGO ROKU!

AR Auto Service

**STACJA KONTROLI
POJAZDÓW**
(PRZEGLĄDY REJESTRACYJNE)

JAROSŁAW RAKIEL

OKRESOWE I PIERWSZE
BADANIA TECHNICZNE:

- SAMOCHODY OSOBOWE
I DOSTAWCZE (do 3,5 t)
- MOTOCYKLE, MOTOROWERY
- CIĄGNIKI ROLNICZE
- PRZYCZEPY

Zapraszamy

w godzinach:

Pn-Pt: 8⁰⁰ - 18⁰⁰

Sobota: 8⁰⁰ - 15⁰⁰

Wszelkie drobne usterki
usuwamy bezpłatnie na miejscu!

Olsztyniek
ul. 22-go Lipca 5

tel. 89 511 93 70
kom. 504 298 359



**WYMIANA
OPON**

Olsztyniek, ul. 22-go Lipca 5

tel. 89 519 23 38

kom. 504 298 359

Zapraszamy w godzinach:

Pn-Pt: 8⁰⁰ - 17⁰⁰ · Sobota: 8⁰⁰ - 14⁰⁰

nie daj się zakoczyć zimie!

SPRZEDAŻ OPON
HURTOWE CENY

Wymiana już od
40 zł/kpl*

*felgi stalowe 13", 14"

Marzeń, o które
warto walczyć!
Radości, którymi
warto się dzielić!
Przyjaciół z którymi
warto być!
Nadziei, bez której
nie da się żyć!



DZIĘKUJEMY ZA ZAUFANIE I WSPÓŁPRACĘ W MIJAJĄCYM ROKU, A W NOWYM ROKU
ŻYCZYMY PAŃSTWU SZCZĘŚCIA, ZDROWIA, POMYŚLNOŚCI W PRACY
I W ŻYCIU OSOBISTYM
WESOŁYCH ŚWIĄT BOŻEGO NARODZENIA
ŻYCZY

P.H.U. KAZIMIERZ PRZESTRZELSKI



STUDIO PRASOWANIA KOSZUL

Perta

- PRANIE I PRASOWANIE KOSZUL
- PRALNIA WODNA
- PRASOWANIE RÓŻNE
- MAGIEL
- ODBIÓR I DOSTAWA



Brak Ci czasu?
Nie lubisz prasować?
Dzwoni! Odbiór i dowóz



www.prasowanie24.com, pertakoszula@wp.pl

Targowisko Miejskie
ul. Kościuszki
11-015 Olsztynek

Posiadamy w sprzedaży
bogaty asortyment

CHEMII GOSPODARCZEJ

z NIEMIEC



www.prasowanie24.com

ZAPRASZAMY DO WSPÓŁPRACY
RESTAURACJE, HOTELE, PESJONATY



OFERUJEMY W SPRZEDAŻY:
wszelkie materiały budowlane
artykuły zduńskie, kafle piecowe
chemia, kosmetyki
artr. gospodarstwa domowego

PROWADZIMY USŁUGI:
ogólnobudowlane „pod klucz”
zduńskie - kuchnie, piece, kominki
wykończeniowe



FIRMA LEAR ŻYCZY WSZYSTKIM SWOIM KLIENTOM
WESOŁYCH ŚWIĄT I ZAPRASZA NA ZAKUPY

*Z okazji nadchodzących Świąt Bożego Narodzenia
Zarząd firmy TYMBARK Oddział w Olsztynku pragnie
złożyć wszystkim mieszkańcom Gminy Olsztynek oraz
pracownikom naszego zakładu najserdeczniejsze życzenia.*

*Niech te Święta będą dla Państwa czasem
wyjątkowych i pięknych chwil spędzonych
bez pośpiechu w gronie najbliższych.*

*W Nowym 2015 Roku, życzymy zdrowia,
szczęścia oraz wszelkiej pomyślności, by każdy dzień
miał spełnienie marzeń.*



HURTOWNIA ELEKTRYCZNA ENERGETYKA PÓŁNOĆ

Z okazji nadchodzących Świąt Bożego Narodzenia życzy swoim klientom, aby przy świątecznym stole, nie zabrakło światła i ciepła rodzinnej atmosfery, a Nowy Rok 2015 niósł ze sobą szczęście i pomyślność



OŚWIETLENIE W SUPER CENIE!
oprawy i żarówki LED
10-krotnie mniejszy pobór mocy

naświetlacz LED 10W od 29,00/szt

żarówka LED 7W E27 -15,90/szt

taśma LED 5m od 29,00/szt

żarówka tradycyjna 60W-10zł za 10szt.

Oferta ważna od 02.01.15 do 16.01.15 lub do wyczerpania zapasów



Olsztynek, ul. Grunwaldzka 10, tel./fax 89 519 15 30, kom. 513 028 123

**WSZYSTKIM KLIENTOM BYŁYM I PRZYSZŁYM
ŻYCZYMY ZDROWYCH I WESOŁYCH
ŚWIĄT BOŻEGO NARODZENIA
ORAZ SZCZĘŚLIWEGO
NOWEGO ROKU 2015**

SALON MEBLOWY

„MARIA”

OLSZTYNEK

UL. JAGIEŁŁY 7

TEL. 89 519 11 74



FIRANY KARNISZE

ul. Mrongowiusza 6
11-015 Olsztynek
tel. 606 380 246



**Wszystkim klientom, partnerom
i współpracownikom**



życzy Andrzej Argalski

- pielęgnacja zieleni
- usługi koparko-ładowarką
- odśnieżanie

Wojciech Siennicki

Tel. 510 488 785



**Życzymy wszystkim klientom
Wesołych Świąt !**



**LG Smart TV
Full HD**

**Olsztynek
ul. Kościuszki 6L
89 511 87 39**

Świąteczny zestaw!

Telewizor LG Smart TV Full HD i Multiroom HD
za 0 zł na start, a do tego **telewizja**
za połowę ceny przez całą umowę!



**Telewizor
za 0 zł
na start**

Dotyczy:
89 512 02 03, 797 194 94;

www.pizzeria-accanto.pl

NALEPSZA PIZZA W OKOLICY

ACCANTO
PIZZERIA RESTAURACJA PUB

Z okazji Bożego Narodzenia
oraz nadchodzącego Nowego Roku 2015
wszystkim naszym klientom życzymy
smacznych, rodzinnych i ciepłych Świąt!

Piękne polskie słowo wypełniło dnia 13.10.2014 salę sesyjną Starostwa Powiatowego w Olsztynie. Młodzi mieszkańcy powiatu wzięli udział w eliminacjach powiatowych do 39. Wojewódzkiego Konkursu Krasomówczego im. Marii Zientary-Malewskiej.

KONKURS KRASOMÓWCZY

Ta edycja konkursu była szczególnie ważna, bo odbywała się w roku obchodów 120. rocznicy urodzin Marii Zientary-Malewskiej, która mieszkała na terenie powiatu. Młodzież i dzieci występowały w trzech kategoriach: szkół podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych. Ich zadaniem była słowna prezentacja dotycząca tematyki regionalnej, np. zabytku, osoby, krajobrazu lub utworu literackiego i cytaty utworów literackich w tekście. Uczestnicy konkursu prezentowali własne teksty, czasem uzupełniane wierszem, czy piosenką, a także legendy warmińskie i fragmenty książek o regionie. I Liceum Ogólnokształcące im. Jacka Kaczmarskiego przy Zespole Szkół w Olsztynku reprezento-

wały: Paulina Gilarska (kl. II), Magdalena Weroniecka i Dagmara Klus (kl. III).

Najpiękniej słowo zabrzmiało w tekście Pauliny Gilarskiej, która zajęła I miejsce wśród uczniów szkół ponadgimnazjalnych i będzie reprezentować szkołę na szczeblu wojewódzkim konkursu w kaplicy Zamku Biskupów Warmińskich w Lidzbarku Warmińskim. III miejsce w tej samej kategorii zdobyła Magdalena Weroniecka.

Serdecznie gratulujemy wszystkim uczestnikom i życzymy dalszych sukcesów. Niech obcowanie z poezją przynosi Wam jak najwięcej radości.

Dorota Linkiewicz



Daleś mi, Panie, zbroję!

I Przegląd im. Przegląd Twórczości Patriotycznej im. Przemysława Gintrowskiego o Nagrodę Starosty Powiatu Olsztyńskiego w Dobrym Mieście

Piosenka patriotyczna to jeden z fundamentów naszej tożsamości narodowej, nasza pamięć o przeszłości. Coraz trudniej kultywować ją w rodzinach, w społecznościach lokalnych i regionalnych oraz w całej wspólnocie narodowej. Jednocześnie trudno pominąć jej wychowawcze znaczenie w procesie edukacyjnym. Nawiązując do najszlachetniejszej polskiej tradycji, w Zespole Szkół w Dobrym Mieście 7 listopada 2014 odbył się I Przegląd Twórczości Patriotycznej im. Przemysława Gintrowskiego pod hasłem *Daleś mi, Panie, zbroję!*. Cytat, pochodzący z utworu Jacka Kaczmarskiego miał stanowić inspirację dla artystów wykonujących utwory wokalne. Do konkursu przystąpiło 21 uczestników z powiatu olsztyńskiego. Przed rozpoczęciem zmagania uczestnicy mieli okazję wysłuchać utworów Jacka Kaczmarskiego i Jaromira Nohavicy w wykonaniu Krystyny Świąteckiej z zespołu „Czerwony Tulipan”, która zasiadała również w jury.

Wykonawcy zaprezentowali zarówno współczesne utwory, jak i te trochę starsze, czasami nieco już zapomniane, tradycyjne polskie pieśni i piosenki patriotyczne. I Li-

ceum Ogólnokształcące im. Jacka Kaczmarskiego przy Zespole Szkół reprezentowały: Paulina Gilarska (kl. II), Agnieszka Kowalewska i Monika Malinowska (kl. II) oraz uczennice kl. III Natalia Kucińska i Dagmara Klus.

Dziewczyny stanęły na wysokości zadania i do Olsztynka powróciły z II miejscem (Agnieszka Kowalewska i Monika Malinowska) oraz nagrodą publiczności (Paulina Gilarska).

Dzięki artystom wszyscy mieli okazję uczyć jedno z najważniejszych polskich świąt patriotycznych w nieco inny sposób, uczestnicząc w krótkiej wyśpiewanej przez młodzież lekcji historii i patriotyzmu.

Młodym artystom gratulujemy i życzymy dalszych sukcesów.

Wszystkich lubiących śpiewać i recytować zapraszamy już dziś do I Liceum Ogólnokształcącego im. Jacka Kaczmarskiego przy Zespole Szkół na VIII Festiwal Piosenki i Poezji im. Jacka Kaczmarskiego w Olsztynku (w tym roku po raz pierwszy ogólnopolski), który odbędzie się 20.III.2015 r.

Dorota Linkiewicz

*„Dlaczego jest Święto Bożego Narodzenia?
Dlatego, żeby podawać sobie ręce.
Dlatego, żeby się uśmiechać do siebie.
Dlatego, żeby sobie przebaczać”*

(Jan Twardowski)

Wigilijne zapachy w naszej kuchni

05.12.14 w Zespole Szkół w Olsztynku mieliśmy już przedsmak Świąt Bożego Narodzenia.

Młodzież Ib i IIb technikum hotelarsko-gastronomicznego przygotowywała potrawy wigilijne wspólnie z paniami z Koła Gospodyń Wiejskich z Gryzlin. Uczniowie piekli pierniki, ciasteczka według przepisów pań. Przygotowali kulebiaki, łazanki z makiem, pyszny czerwony barszcz z zakwasem, pierogi z kapustą i z grzybami, a także z grochem.

Panie opowiadały, w trakcie gotowania, o zwyczajach bożonarodzeniowych ludności warmińskiej, mazurskiej, kurpiowskiej i wileńskiej. Młodzież słuchała tych opowiadań z ogromnym zainteresowaniem.

Pani Bożena Serafin, szefowa koła, opowiedziała o działaniach pań, o podejmowanych przedsięwzięciach. Pani Celinka Koper przybliżyła młodzieży zwyczaje związane z dekorowaniem choinek i wigilijnym stołem w gronie najbliższych. Senior-

ka koła, pani Czesława Prusik, jest jego członkinią od 42 lat. Brawo pani Czesiu!

Spotkanie było wspaniałą lekcją wzajemnego szacunku, słuchania, a także dzielenia się wiedzą.

Kuchnia jest więc miejscem, gdzie nie liczy się różnica wieku. Byliśmy

zachwyceni determinacją pań, ogromną energią i stwierdzeniem, że robią dużo, a mogą jeszcze więcej, ponieważ „kochają życie”.

Dziękujemy za wspaniałą lekcję i życzymy dużo zdrowia. To nie koniec naszej współpracy.



Pojechaliśmy na weryfikację z miejsca, wszedłem na wagę i okazało się, że ważyłem 800 gram za dużo. Powiedziano mi, że mam godzinę na zabicie wagi, bo inaczej nie zmieszczę się w kategorii i nie wystartuję. Więc ubrałem się, trzy bluzy, dwie pary dresów i zacząłem biegać... - tak wspomina swój debiut na mistrzostwach świata w kulturystyce mieszkaniec Olsztynka, Adrian Cyronek.

Wywiad z ...

ADRIAN CYRONEK

Bartosz Wolszczak: Trzecie miejsce w Mistrzostwach Polski Juniorów w kulturystyce klasycznej, debiut na Mistrzostwach Świata w Meksyku i wysokie czwarte miejsce, do tego występ w Pucharze Polski. Twoje zdjęcie w branżowym prestiżowym magazynie KiF. To był pracowity rok.

Adrian Cyronek: No tak, 13 września odbyły się moje pierwsze eliminacje w Strzegomiu. Do tego jest tylko jedna runda porównawcza i od razu sędziowie cię oceniają. To było 6 tygodni przed mistrzostwami Polski, pojechałem tam z moim trenerem Bogdanem Nowakowskim dla przetarcia. Chciałem tam się pokazać. Po występie podszedł do mnie trener kadry Bogdan Szczotka i powiedział, że wygrałem eliminacje. Dodał również, że jest zaniepokojony, że nie wie co zrobić. Bo nie ma mnie w kadrze, a musi podjąć decyzję kto pojedzie na mistrzostwa świata do Meksyku. Jeden z zawodników miał już zaklepane miejsce, a ja miałem zająć jego. Czekałem na telefon, następnego dnia okazało się, że jestem w kadrze narodowej i lecę do Meksyku.

Duże zaskoczenie?

Bardzo duże! Jak sobie teraz przypominam - od razu telefon do taty, do Bogdana Nowakowskiego, do drugiego trenera do Torunia. Szok! Choć przez kilka dni musiałem się oswoić z tą myślą.

Jak zapamiętasz swój debiut na mistrzostwach świata?

Był chaos z organizacją. Problemy z logistyką, zakwaterowaniem. Pojawiliśmy się z Bogdanem Nowakowskim na weryfikacji z torbami, wymęczeniu, a w planie mieliśmy wypoczęcie przed zawodami. Wszedłem na wagę i okazało się, że ważyłem 800 gram za dużo. Powiedziano mi, że mam godzinę na zabicie wagi, bo inaczej nie zmieszczę się w kategorii i nie wystartuję. Więc ubrałem się, trzy bluzy, dwie pary dresów i zacząłem biegać naokoło całego kompleksu. No i na szczęście się udało, choć nie bez problemów. Po jakimś czasie biegania okazało się, że zostało jeszcze 300 gram. I znowu musiałem się ubrać i biegać. Bieganie jest męczące, to jest stres, do tego mięśnie są wymęczone, co nie jest dobre dla kulturysty przed wyjściem na scenę.

A co robisz poza treningami?

Studiuję zaocznie w Warszawie marketing i zarządzanie. Pracuję w rodzinnej firmie. Do tego spotykam się z dziewczyną i znajomymi.

Twoje studia to diametralnie coś innego niż kulturystyka.

Na pierwszy rzut oka może tak, ale marketing w tym sporcie jest bardzo ważny. Trzeba podkreślić, że na kulturystce ciężko zarobić. Z samych startów w zawodach nie da się utrzymać. Mało tego, nagrody nie pokryją samych kosztów przygotowań. Najważniejsza jest otoczką, jak dany zawodnik się pokaże, mówiąc kolokwialnie, jak się „sprzeda”. Zawodnicy najczęściej rekompensują sobie to będąc „twarzami” odżywek, są trenerami personalnymi. Jak masz osiągnięcia to wiadomo, że masz większy prestiż jako trener. Znam zawodników, którzy żyją naprawdę na wysokim poziomie, ale są to nieliczne przypadki.

Wspomniałeś o kosztach przygotowań, ile kosztuje Cię miesięcznie przygotowanie do zawodów?

Dokładnie nie liczyłem, bo bałem się, że się przerażę (śmiech). Wiadomo, że najkosztowniejsze jest samo przygotowanie do zawodów. Teraz, poza sezonem, nie są to wysokie sumy. Ale wiadomo, chcę mieć wszystko dopięte na ostatni guzik, suplementy, dieta, trening, konsultacje z trenerem. Miesięcznie sama dieta to około 1200 złotych, do tego suplementy, jakieś kilkaset złotych. Nie liczę też własnej pracy. Jak widać jest tego sporo.

Wspomniałeś o tym, że jeżeli wejdzie się do tej najwyższej ligi w kulturystyce, to można z tego spokojnie żyć. Studia to jakaś alternatywa?

Tak, studia przede wszystkim nauczyły mnie myślenia. Dobra szkoła, podstawy marketingu. To wszystko w życiu zaprocentuje. Poza tym, samorealizacja, studia wyższe. Wiadomo, świat nie kończy się na sporcie.

Sport siłowy to sport indywidualny, sam przeżywasz porażki, sukcesy, przeskakujesz kolejne barierę. Powiedz mi, dlaczego nie piłka nożna, czy inne sporty drużynowe, bardziej popularne, na których potencjalnie można więcej zarobić?

Taką drogą poszedłem, tak widocznie musiało być, choć jako młody chłopak grałem w piłkę nożną, w koszykówkę. Zostałem nawet powołany do kadry wojewódzkiej w koszykówce. Do siłowni namówił mnie tata, mówił – chudy jesteś, byś poćwiczyl. Zaczynałem w przydomowej siłowni.

Olsztynek słynie z kulturystów na wysokim poziomie, wiadomo - bracia Nowakowscy i ich sukcesy. Czy to w jakiś sposób Ci imponowało?

Tak, wcześniej słyszałem o sukcesach Józefa Nowakowskiego od taty. Gdy zapisałem się do siłowni przy ulicy Szkolnej, zacząłem tam trenować z Bogdanem Nowakowskim. To on głównie namówił mnie do tego. Mówił, że mam predyspozycje, przygotował mnie do startu w kategorii juniorów. Zaczęliśmy trenować razem od 2012 roku, jak Bogdan wrócił z mistrzostw Polski ze złotym medalem. Od 2012 roku trenowałem z przeświadczeniem, że będę startował. I przez ten czas zrobiłem największy progres. Aktualnie mam dwóch trenerów, właśnie Bogdana Nowakowskiego i Arkadiusza Szyderskiego - też byłego zawodnika, z którym się konsultujemy na temat diety, treningu.

No i chyba Twój trener, Bogdan Nowakowski, miał rację, bo gazeta KiF uznała Cię za jednego z najbardziej utalentowanych kulturystów w Polsce. Zgodzisz się z tym?

.....(śmiech) No, chyba mam do tego predyspozycje. Zobaczmy.

A gdzie jest Twoje maksimum? Gdzie chciałbyś być za, załóżmy, 10 lat?

Nie myślę aż tak długoterminowo. Na razie skupiam się na swojej kategorii. Wiem jaką chcę mieć wagę docelową – 91 kg. Taką wagę startową chcę osiągnąć za półtora roku. I na razie na tym się skupiam.

Kulturystyka nie jest sportem olimpijskim. Nie lepiej wejść w podnoszenie ciężarów, gdzie zdobywa się medale najważniejszych imprez na świecie?



Wiadomo, podnoszenie ciężarów jest sportem olimpijskim. Żeby jednak osiągnąć w tym sporcie wysokie wyniki, trzeba mieć do tego predyspozycje. Trzeba być niskim, krępy, mieć krótkie kończyny. Wydaje mi się, że to nie jest sport dla mnie. Ale wiem, że trwają rozmowy, żeby sporty sylwetkowe zostały uznane za sport olimpijski. Zobaczmy co z tego wyjdzie.

Zawody w kulturystyce na pierwszy rzut oka wydają dosyć zabawnie. Wychodzi „wyrzeźbiony” gość w slipkach, wymachuje rękoma, o co w tym wszystkim chodzi?

Na pewno z boku tak to wygląda. W zawodach są zazwyczaj trzy rundy. Jest runda eliminacyjna oraz dwie finałowe, w tym układ dowolny. Chodzi o to, żeby jak najlepiej zaprezentować swoje ciało na scenie. Oceniana jest sylwetka, aktualna forma, jak jesteś dorzeźbiony, jak mięśnie są widoczne, kształt mięśni, to jak zawodnik się ogólnie prezentuje. Najważniejsza jest jednak sylwetka, taka typowa „sylwetka X” - szerokie uda, wąska talia, szerokie barki. To jest sylwetka idealna.

Mierzyłeś swój biceps?

Tak, 47 cm (śmiech).

Nie boisz się zaszufladkowania - taki typowy „koks” - mięśniak, łysy, pusto w głowie?

Nie, nie boję się. W ogóle o tym nie myślę. Wydaje mi się, że każdy kulturysta odchodzi od stereotypu koka. Jak się spojrzy na kulturystę, to widać ile pracy włożył w swój wygląd. Tylko nieliczni mają tyle samozaparcia.

Ten stereotyp jest krzywdzący?

Jest krzywdzący, choć jest dużo takich „karków”. Sam znam takich i widzę ich na siłowniach. I oni pasują do tego stereotypu. (śmiech)

Właśnie - tacy ludzie często są kojarzeni ze wspomagaczami, sterydami. Co sądzisz na temat dopingu?

W Polsce to jest temat tabu. Doping jest tak naprawdę wszechobecny w sporcie na ekstremalnym poziomie, takim uprawianym zawodowo, tylko się o nim nie mówi. Wszystkie wyniki i rekordy same by się nie poprawiały. Nie każdy wie, że w NBA czy NHL jest lista dostępnych sterydów - tam doping jest legalny. Oni grają po 3-4 mecze w tygodniu. Żaden organizm, stawy, mięśnie bez wspomagaczy nie wytrzymałyby takiego tempa. W kulturystyce zawodowej doping także jest legalny, są to ogromne sylwetki, takiego rozmiaru nie dałoby się utrzymać w sposób naturalny. W kulturystyce amatorskiej doping jest surowo zabroniony, są kontrole antydopingowe.



W Olsztynku są warunki do trenowania kulturystyki.

Oczywiście, potrzebny jest sprzęt i, wiadomo - chęci. Może być sprzęt, ale jak nie ma chęci to nic z tego nie będzie...

A jak wyglądają Twoje przygotowania do zawodów, dieta?

Dieta jest bardzo restrykcyjna. Mam wyliczony każdy posiłek i muszę jeść o danej godzinie. W czasie przygotowań mam dwa treningi - pierwszy na czczo trening kardio -jeżdżę z pół godziny na rowerze. Po południu, po czwartym posiłku, jest drugi trening siłowy. Sześć posiłków, dwa treningi i sen, który jest najważniejszy, bo wtedy regeneruje się organizm. Kluczowy jest ostatni tydzień, bo

można przygotowywać się intensywnie przez kilka miesięcy, a jak zavalisz ostatnie dni, to cała praca idzie na marne. Kilka dni przed wyjściem na scenę trzeba odwodnić organizm, żeby mięśnie się uwidoczniły, żeby nie było wody podskórnej. Solę potrwy zawsze do trzech dni przed zawodami, to jest już dla mnie taki schemat jaki powtarzałem do każdego zawodów.

Sól nie jest przyjacielem kulturysty?

Sól jest potrzebna, tylko przed startem trzeba ją ograniczyć, zależy to od organizmu. Ja odstawiam sól, piję dużo wody. Dobę przed zawodami odstawiam też wodę.

Nie ma ryzyka dla zdrowia?

Nie jest to na pewno zdrowe, ale taki stan utrzymuje się na kilkanaście godzin, więc nie ma dużego ryzyka.

A jak przygotowujesz się do wyjścia na scenę, to jest jakiś rytuał, należy mieć wydepilowane ciało, do tego wysmarowane jakimś podkładem?

No tak, ciało musi być wydepilowane. Kulturysta ma swoje startowe slipy i smaruje się podkładem i bronzerm. Niektórzy smarują się podkładem kilka dni przed zawodami, ale to już indywidualne preferencje zawodnika. Ja używam przed samymi zawodami bronzera, a przed wejściem na scenę oliwy. Wszystko po to, żeby mięśnie były wydłużone.

Wspomniałeś, że w tym sporcie udaje się osiągnąć sukces nielicznym. Dlaczego tak jest?

Głównie chyba przez to, że nie jest to popularny sport. Nie ma też sponsorów, nie ma nas za dużo w mediach. Być może właśnie przez ten krzywdzący stereotyp, o którym mówiłem. Może coś jest źle zarządzane, zła organizacja. Do tego, tak jak mówisz, może przez to, że wielu ludzi nie rozumie tego sportu. Ale następują zmiany, wyszły nowe kategorie w sportach sylwetkowych - „fitness bikini” dla kobiet, kategoria „męska sylwetka” zmienia

nazwę na „kulturystykę plażową”. Czyli, krótko mówiąc, mężczyźni w spodenkach, kobiety w bikini. Tu sylwetka nie jest typowo kulturystyczna, nie jest docięta, jest bardziej naturalna i może się to bardziej podobać ludziom.

Ty na pewno nie wstydzisz się zdjęć koszulkę na plaży?

.... No, nie (śmiech). W te wakacje się nie wstydzilem, a co będzie w następne, zobaczymy...

Mężczyźni zazdroszczą, kobiety się oglądają?

(śmiech) Mężczyźni coś tam czasem burkną pod nosem, a co do kobiet, to porozmawiamy, jak wyłączysz dyktafon. (śmiech)

Plany na najbliższy okres?

Teraz, po zawodach, mam okres roztrenowania i będzie on trwał miesiąc - dwa. Chcę zregenerować organizm. Treningi będą lżejsze, rzadsze. Potem chcę się skonsultować z trenerem, opracujemy plan na najbliższe miesiące. Myślę, że to będzie głównie masowanie, czyli powiększenie swoich rozmiarów i masy ciała. Chcę też poprawić najsłabsze partie mięśni i mankamenty. W planach są mistrzostwa Polski wiosną 2016 roku. Niedługo rozpocznę kurs na trenera personalnego z pieczęcią Polskiego Związku Kulturystyki oraz międzynarodowej federacji kulturystyki IFBB.

Patrząc na Twoje zdjęcie i ciężko mi uwierzyć, że masz jakieś mankamenty..

No, na pewno tak, szerokość nóg, masywniejsze plecy, no i cała reszta - klatka, barki. Mam parę kilo mięśni do „zarzucenia”, więc trzeba powiększyć swój rozmiar.

No, to już kończąc - czego Ci życzyć?

Życz mi zdrowia, a z resztą sobie poradzę.

Rozmawiał
Bartosz Wolszczak



Z okazji zbliżających się Świąt Bożego Narodzenia pragniemy złożyć Państwu serdeczne życzenia, aby były to dni pełne głębokich i wyjątkowych przeżyć, pokoju, miłości, radości i wzajemnej życzliwości. Niech te dobre uczucia, jak również zdrowie, szczęście i wszelka pomyślność towarzyszą Państwu przez cały nadchodzący 2015 rok.

**Dyrekcja i Pracownicy
Wojewódzkiego Szpitala Rehabilitacyjnego
dla Dzieci w Ameryce**

„Obrazek dla każdego. Fabryczne obrazy z przełomu XIX i XX wieku”

To kolejna odsłona wystawy obrazów fabrycznych, która przygotowana została przez Muzeum Wsi Opolskiej w Opolu w 2009 roku. Autorką scenariuszy wystaw w Opolu i Olsztynie jest Elżbieta Oficjal-ska, a nowy wizerunek wystawie w Salonie Wystawowym nadała Krystyna Wojtaszek – Markunas. Do obejrzenia ekspozycji „Obra-zek dla każdego. Fabryczne obrazy z przełomu XIX i XX” zapraszamy od 4 grudnia 2014 roku do 15 kwietnia 2015 roku.

Był czas, gdy ściany izb i pokoiów ozdobiły obrazy wytwarzane w fabrykach obrazów. Drukowane w hurtowych ilościach, stanowiły namiastkę sztuki wysokiej, do tej pory dostępnej tylko bardziej zamożnym. Od połowy XIX wieku niemal każdego stać było na oleodruki kupione na jarmarku, w czasie pielgrzymki, w miejskiej księgarni. Były także prezentami od krewnych lub pracodawców (np. na zakończenie służby). Obrazy fabryczne naśladowały obra-

zy olejne. Tę rolę najlepiej spełniały oleodruki, które adresowano do niewyrobionych artystycznie odbiorców ze wsi i miasteczek.

Rozpowszechnienie obrazów umożliwił rozwijający się w II. połowie XIX wieku przemysł reprodukcyjny, który stwarzał warunki do masowego drukowania dzieł każdego rodzaju, rozmiaru i wielkości. Reprodukcyjne pojawiły się najpierw w domach mieszczańskich, skąd szybko trafiły do białych izb wiejskich, cha-



łup i pokoiów robotniczych mieszkań. Stosunkowo szybko stały się wyrazem upodobań artystycznych chłopów i robotników.

Obrazy drukowane wieszano również w budynkach publicznych – gospodach, restauracjach, szkołach, urzędach, szpitalach, lazaretach, więzieniach, ochronkach i przytułkach. Każde z tych miejsc wymagało odmiennego motywu. W urzędach wieszano portrety władców i prezydentów, w szkołach i ochronkach – obrazki dydaktyczne i pogładowe, w gospodach lubiano obrazy myśliwskie, w więzieniach natomiast ceniono motywy skłaniające do refleksji.

Wystawa „Obrazek dla każdego. Fabryczne obrazy z przełomu XIX i XX wieku” przybliży niezwykle bogaty świat obrazów drukowanych, które jeszcze niedawno zdobiły niemal każdy dom. Podczas dyskusji nad tego typu obrazami zazwyczaj uwagę poświęca się oleodrukowi re-

ligijnym. To prawda, że dominowały w wiejskich domach. Nie zmienia to faktu, że wśród obrazów fabrycznych wiele reprezentuje niezwykle bogatą i rozległą tematykę świecką. Ta zaś jest tak bardzo naznaczona stygmatem kiczu, że często – również na wystawach muzealnych – jest pomijana.

Dziś obrazy fabryczne znajdują coraz więcej wielbicieli doceniających wartość bogato ornamentowanych i zdobionych błyszczącą miką druków XIX-wiecznych, także – jakże słodkich w swej naiwności – obrazów płasających nimf i pań śniących o zamążpójściu. Warto więc przypomnieć sobie zapomniany świat obrazów fabrycznych, tym bardziej, że charakterystyczną cechą znakomitej ich większości jest pozytywny i optymistyczny przekaz.

Elżbieta Oficjal-ska

SPRZĘT RTV, SAT, AGD, KOMPUTERY



NAPRAWA
- komputery, laptopy
- telewizory



**tel/fax 519 29 50,
519 13 87, Olsztynek,
ul. Krótka 2**

PUNKT OPŁAT

każdy rachunek jedyne: 1,50 zł



5 XII Mikołajki w kinie „Grunwald”.

Niemal trzysta dzieci ze Szkoły Podstawowej w Olsztynku obejrzało świąteczną bajkę w towarzystwie Mikołaja, który częstował słodkościami.

6 XII Mikołajkowe Niespodzianki

(seans filmowy w kinie Grunwald) zgromadziły niemal pełne kino. W tym dniu można było też spotkać Mikołaja na motocyklu.

10 XII Obchody 40-lecia szkoły

podstawowej w Olsztynku. Zajęliśmy się obsługą techniczną części artystycznej. Wystąpiły również zespoły z domu kultury - Chór Kameralny Arte del Canto i Studio Wokalne p. Marii (więcej na str.8)

13 XIII Grupa filmowa z MDK-u

brała udział w realizacji teledysku olsztyńskiej grupy „Ampha Romeo”

14 XII Tradycyjny Jarmark Wigilijny

już od kilkunastu lat kusi nas atrakcjami. Prawdziwie wiosenna w tym roku pogoda sprawiła, że dopisali wystawcy i mieliśmy w rekordową ilość stoisk (50). Na kiermaszu można było kupić wykonane ręcznie świąteczne podarunki i ozdoby, zapachami kusiły wędliny i pieczywo. Wśród pachnących lasem choinek, piękną nutą „brzmiały” świąteczne pierniki i grzaniec. Na „stoisku elfów” można było zrobić sobie pamiątkowe zdjęcie ze Św. Mikołajem, napisać do niego list, czy zrobić olsztyński „łańcuszek szczęścia”. Uroczyste Jarmark Wigilijny rozpoczęliśmy na scenie plenerowej, gdzie przez kilka godzin prezentowały się: Przedszkole i Szkoła Podstawowa w Olsztynku, Gimnazjum im. Noblistów Polskich, Zespół Szkół im. K.C.Mrongowiusza i „Studio wokalne p. Marii” oraz Zespół Szkolno-Przedszkolny w Waplewie. W tradycję jarmarku wpisała się żywa szopka, w tym roku w rolę postaci biblijnych wcieliła się młodzież z grupy teatralnej „Lata w teatrze”. Rola Dzieciątka Jezus „zagrała” miesięczna Michalinka Gilarska. Rozstrzygnęliśmy również tradycyjny konkurs na najpiękniejszy stroik i szopkę. W tym roku zaskoczenia nie było, tradycyjnie najbardziej okazałe i najpiękniejsze stroik i szopkę wykonał olsztyński zespół szkół. Zwycięzcom gratulujemy! W salonie wystawowym od rana trwały warsztaty ozdób świątecznych, a także popisy artystyczne przedszkolaków, młodzieży z powiatowej

szkoły muzycznej oraz spektakl teatralny dla dzieci. W późniejszych godzinach do wspólnego kolędowania zaprosiły zespoły z naszego domu kultury: chór kameralny Arte del Canto pod kier. Marii Gronkiewicz, „Szarlotka”, „Kras-Bond Band” oraz świątecznie brzmiąca kapela „Śparogi”. Nie miałym zaskoczeniem dla widowni i śpiewającej w kapeli Pauliny Pastuszek były...oświadczyły podczas występu! Pierścionek zaręczynowy ze łzami wzruszenia oczywiście przyjęty. Narzeczoną życzymy szczęścia! W imieniu organizatorów dziękujemy wszystkim za współpracę i pomoc, życząc wszystkiego dobrego z okazji Świąt.

15 XII Seans filmowy w kinie Grunwald dla maluchów ze szkół filialnych w Mierkach i Królikowie

18 XII Zespół „Szarlotka” i „Studio wokalne P.Marii” wzięły udział w XV Przeglądzie Kolęd i Pastoralek w Morągu

24 XII Nasz „Mikołaj do wynajęcia” tradycyjnie umili gwiazdkę najmłodszym mieszkańcom naszej gminy. Noc wigilijna będzie dla niego jak co roku niezwykle pracowita.

WKRÓTCE:

31 XII Bal sylwestrowy w domu kultury. Ostatnie wolne miejsca!

31 XII Powitanie Nowego Roku w rynku miasta - zapraszamy na sylwestrowy koncert, dyskotekę, konkurs i fajerwerki

9-11 I Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy w Olsztynku (koncerty, spektakle, zbiórka uliczna)



Wesołych Świąt, dużo spokoju,
wypoczynku i radości,
cieplej rodzinnej atmosfery
oraz owocnego roku 2015

życzy



Szkoła Języków Obcych w Olsztynku
tel. 508 612 847, 798 382 223



Co słyszeć w Olimpii?

Dylematem władz samorządu i zarządu „Olimpii” jest, czy grać w III lidze grupą dobrych „zaciężnych” zawodników spoza Olsztynka, czy kadrą olsztynecką, ale w niższej lidze? Do III-ligowej kadry kwalifikują się tylko nieliczni miejscowi piłkarze: Sylwester Pechta, Paweł Duch, Paweł Szantar, Kamil Pawlak i ostatnio Piotr Achramowicz.

MKS „Olimpia” finansowany jest głównie z budżetu samorządu, który nie jest w stanie zabezpieczyć wszystkich potrzeb funkcjonowania klubu. Wspólny wysiłek licznych sponsorów też nie w pełni wystarcza na domknięcie III-ligowego budżetu. Objawieniem byłby sponsor strategiczny, ale taki mimo usilnych starań nie pojawił się w Olsztynku. Sytuację tę można porównać do budżetu domowego, gdy pozwalamy sobie na jakiś luksus, ale po pewnym czasie dostajemy zadyszki finansowej i trzeba zdecydować, czy brnąć dalej i liczyć na dodatkowe dochody, czy zrezygnować z luksusu?

Po 19 rozegranych kolejkach rozgrywek o mistrzostwo III ligi „Olimpia” zajmuje w tabeli 10 miejsce z dorobkiem 22 pkt. (stosunek bramek 21 : 36). Nasza drużyna odniosła 6 zwycięstw, 4 razy zremisowała i poniosła 9 porażek. W wyjazdowych meczach uzyskała aż 14 pkt., ale nie wykorzystała atutu własnego stadionu, zdobywając tu tylko 8 pkt. Wynik jest jednak satysfakcjonujący i rokuje utrzymanie się w III lidze. Bramki dla naszych barw zdobyli: Mateusz Rózwicz – 6, Paweł Alancewicz – 4, Karol Narajczyk i Łukasz Michałowski – 3, Damian Skrodzki i Piotr Żorański – 2, oraz Marcin Wronka – 1. W klasyfikacji strzelców też nie widać zawodnika z Olsztynka.

Całkowicie odmienny obraz przedstawia kobieca piłka nożna w Olsztynku... Jeszcze dekadę temu nikt nie pomyślałby, że to może mieć miejsce. A jednak! Dziś to już fakt niepodważalny, którego dowodem są dziewczyny III-ligowego zespołu MKS „Olimpia” Olsztynek –

wyłącznie mieszkanki naszej gminy. Tegoroczny sezon dziewczęta rozegrały w składzie: Adrianna Kaczmarczyk, Dagmara Kaczmarczyk, Dominika Jaworska, Julita Jaworska, Katarzyna Pieniak, Laura Zakrzewska, Angelika Szalkowska, Marcelina Imińska, Marta Masalska, Julia Mieteń, Aleksandra Dubicka, Joanna Witkowska oraz Karolina Nowacka. Trenerem drużyny jest Zdzisław Dziegielewski.

Dziewczęta zainaugurowały sezon meczem z GKS „Mamry” Giżycko, a spotkanie zakończyło się zwycięstwem i zdobyciem 11 bramek. Po świetnym początku, dalsza część nie była już tak udana. Rundę jesienną dziewczęta zakończyły na 3 miejscu zdobywając 15 punktów. Na swym koncie dziewczęta zapisały 4 zwycięstwa (z „Mamrami” Giżycko 11:2; 3:2, z „Sokołem” Ostróda 3:0, z MOSiR-em Kętrzyn 2:0), 3 remisy („Sokołem” Ostróda 1:1, z MOSiR-em Kętrzyn 1:1, z „Atomówkami” Korsze 1:1) i niestety 3 przegrane (z KKP „Stomil” Olsztyn 1:4; 0:4, z „Atomówkami” Korsze 2:6). Jest to już drugi sezon rozgrywany przez dziewczęta w III Lidze Kobiet Warmińsko – Mazurskiej. Ponieważ liczba uczestniczących drużyn jest niewielka, system szkocki (mecz/rewanż w jednej rundzie) okazał się doskonałym rozwiązaniem dla piłkarek. Systematyczność gry oraz treningów pozwoliła dziewczętom nabrać obycia z piłką, grą i przeciwnikiem. Każdy mecz to dla drużyny nowe, cenne doświadczenie. Widać już, że dzięki dużym ambicjom, sile duchowej oraz chęci wygrywania piłka kobieca staje się coraz popularniejsza w naszym mieście. Dowo-

dem tego są pojawiające się na treningach nowe zawodniczki, a przede wszystkim coraz liczniejsze grono wiernych kibiców śledzących poczynania naszych piłkarek. Mimo, że runda jesienna już się zakończyła, dziewczyny nie ustają w treningach. Cel postawiony na początku sezonu motywuje do nieustannego doskonalenia umiejętności piłkarskich, aby wiosną cieszyć się z gry i możliwego awansu do wyższej ligi. Na uwagę zasługuje również fakt, że żeńskiej „Olimpii” udało się pozyskać sponsorów. Na dzień dzisiejszy sponsorem strategicznym drużyny jest firma INWEST BUD Nieszawa

Artur Stępień. Ponadto, drużynę wspierają: Magda Niewiadomska, Irena Kozioł, Jarosław Rakiel, Marta Sosnowska, Andrzej Argalski, oraz Jerzy Tyt. Wszystkim sponsorom zawodniczki wraz z trenerem dziękują za wiarę w drużynę, okazaną pomoc i wsparcie!

Karolina Nowacka
i Jerzy Tyt

Zapraszamy wszystkie dziewczęta z zamiłowaniem do piłki nożnej, które mają ukończone 13 lat, na treningi w każdą środę o godz. 17:00 i piątek o godz. 16:00 w hali Gimnazjum im. Noblistów Polskich! Kochasz piłkę? Przyjdź i sprawdź się!

*Zdrowych, rodzinnych i radosnych
Świąt Bożego Narodzenia
oraz wszelkiej pomyślności
w Nowym 2015 Roku
kibicom, sponsorom, trenerom, zawodnikom,
zawodniczkom i sympatykom klubu życzy*

Zarząd MKS „Olimpia”



Tabela po IV kolejce

Ligi Halowej Piłki Nożnej (Futsal) Olsztynek 14.XI.2014 - 20.II.2015

l.p.	Nazwa drużyny	Ilość spotkań	Punkty	Strzelone i stracone	Różnica
1.	„Markus” - Stawiguda	4	12	27-12	+15
2.	Polpharma Olsztyn	4	10	20-8	+12
3.	MPEC Olsztyn	4	6	19-22	-3
4.	Iter Bus Argalski & Transport Komuda	4	5	15-19	-4
5.	Czarni Olsztynek	4	5	11-13	-2
6.	„Apotex” Futbol Cafe	4	4	29-20	+9
7.	Stacja Paliw - Kazimierz Gąsiorowski	4	2	9-16	-7
8.	Młode Pokolenie	4	0	12-32	-20

IV kolejka 2014-12-05

Młode Pokolenie - „Apotex” Futbol Cafe	3:18(1:4)
K. Gąsiorowski Stacja Paliw - Czarni Olsztynek	2:2(1:2)
Polpharma Olsztyn - MPEC Olsztyn	8:2(3:1)
4. Iter Bus Argalski & Transport Komuda - „Markus” Stawiguda	3:9(0:5)

V kolejka 2014-12-12

Czarni Olsztynek - Polpharma Olsztyn	18:30
MPEC Olsztyn - Iter Bus Argalski & Transport Komuda	19:20
Apotex” Futbol Cafe - K. Gąsiorowski Stacja Paliw	20:10
4. Markus” Stawiguda - Młode Pokolenie	21:00



DOBRE RADY PANI EWY ŚWIĄTECZNE TRADYCJE

W tradycji chrześcijańskiej zdecydowanie najbardziej uroczystymi, a jednocześnie rodzinnymi ze wszystkich świąt, są Święta Bożego Narodzenia. Święta te, jak żadne inne, mają wiele obrzędów kultywowanych tylko i wyłącznie w trakcie ich trwania. Tradycja pasterki w wigilijną noc ma swój początek w Jerozolimie, kiedy to patriarcha udawał się do Betlejem, żeby w Grocie Narodzenia w nocy odprawić mszę świętą.

W ten jedyny w roku wieczór, po całonocnym poście, wraz z pierwszą gwiazdką odświętnie ubrani domownicy zasiadają do wigilijnego stołu. Wieczera wigilijna to według tradycji dwanaście postnych dań, symbolizujących według jednych dwunastu apostołów, lub według innych dwanaście miesięcy. Tradycja nakazywała, żeby przy stole zasiadała parzysta ilość osób, uwzględniając w tym dodatkowe nakrycie dla wędrowca. Pusty talerz stawiany jest także dla bliskiej osoby, której z różnych powodów nie ma z rodziną w ten uroczysty wieczór. Najważniejszym momentem wigilijnej wieczery jest dzielenie się opłatkiem, symbolem pojednania i przebaczenia, przyjaźni i miłości. Nie sposób pominąć wiary w to, że w wigilię mają miejsce zjawiska magiczne: mowa zwierząt ludzkim głosem, zakwitanie kwiatu paproci, otwieranie się pieczar ze skarbami, zamiana wody w studniach w miód lub wino, a jedynym warunkiem by doświadczyć tych zjawisk jest czyste sumienie. Piękną tradycją świąteczną jest śpiewanie kołęd po wieczery wigilijnej, a dodać należy, że jesteśmy tu rekordzistami wśród całej wspólnoty katolickiej, jako że w swoich zbiorach mamy ich około 500. Świątecznym zwyczajem jest odwiedzanie bliskich i przyjaciół, a odwiedziny te w okresie Bożego Narodzenia nazywamy kołędowaniem. Chyba nikt z nas nie wyobraża sobie Bożego Narodzenia bez tradycyjnej choinki - iglastego drzewka, symbolu życia, odradzania się i trwania. Wiele jest wersji rodowodu świątecznego drzewka, nie sposób ich wszystkich wymienić. Mnie najbardziej podoba się ta sięgająca aż czasów pogańskich, kiedy na terenie Niemiec św. Bonifacy nawracając pogan ścinał ich kultowe drzewo - potężny dąb, który upadając zniszczył rosnące wokół drzewa. Oparła się jedynie mała jodłka, a fakt ten, zdaniem świętego, niezbitcie świadczył o jej wielkiej sile. Jest wieczn zielona, jak wieczny jest Bóg dający nam życie. Ubieranie choinki w łaskocie, świecidelka, lampki, rzadziej już teraz świeczki, zawsze było radością dzieci, a widok pięknie przystrojonego drzewka potęguje świąteczną atmosferę i w każdym domu. Choinka, oprócz niewątpliwego waloru dekoracyjnego, ma jeszcze walor terapeutyczny, szczególnie jeśli jest to żywe drzewko, wyzwała ono pozytywne uczucia i potęguje komfort zdrowia psychicznego. Ponadto, pobiera z powietrza dwutlenek węgla, a oddaje tlen. Tradycją, bez której Święta Bożego Narodzenia straciłyby część swojego uroku jest radosne oczekiwanie na najmilszego świątecznego gościa - Świętego Mikołaja. Jak podają wiarygodne źródła, św. Mikołaj urodził się w Patary, na terenie dzisiejszej Turcji, i był duchownym, a jego powołaniem stało się pragnienie, żeby ludzie byli szczęśliwi. Dlatego też w miarę swoich możliwości pomagał w wyjątkowo dyskretny sposób, zostawiając dary pod drzwiami domów wszystkim biednym, nie oczekując wyrazów wdzięczności. Wizerunek św. Mikołaja przedstawia go z laską pastorałem, w wysokiej czapce - mitrze i z nieodłącznym atrybutem - workiem pełnym prezentów. Postać tego świętego wszystkim nam od zawsze kojarzy się ze spełnianiem marzeń i otrzymywaniem prezentów,

nic dziwnego zatem, że szczególnie dzieci darzą go szczególną sympatią i w każde Święta Bożego Narodzenia czekają z niecierpliwością na jego wizytę w swoich domach.

*Radosnych, ciepłych i rodzinnych
Świąt Bożego Narodzenia
oraz szczęścia w nadchodzącym Nowym Roku*

życzy Ewa
Łagowska- Okołowicz

Piernikowe śledzie

- 1/2 kg śledzi
- 4 cebule
- rodzynki
- 2 łyżki koncentratu pomidorowego
- 1 łyżka przyprawy do piernika
- olej do smażenia
- 2-3 pomarańcze

Z pomarańczy wycisnąć sok i wrzucić do niego rodzynki. Cebulę posiekać i usmażyć na oleju a następnie dodać do niej rodzynki razem z sokiem pomarańczowym. Cebula powinna w soku pływać. Dodać koncentrat i przyprawę do piernika, całość przesmażyć i sosem przekładać wymoczone i pokrojone śledzie.

Kluchy z makiem i bakaliami

- 300g maku
- 2 łyżki miodu
- 2 łyżki cukru pudru
- cukier waniliowy
- olejek migdałowy
- 500- 600g bakalii (rodzynki, orzechy, migdały, owoce kandyzowane i suszone np. morele)
- makaron domowy lub szerokie wstążki

Mak sparzyć i dwukrotnie zemleć. Przełożyć do garnka, dodać miód, cukier, cukier waniliowy, olejek i nieco mleka, żeby masa nie była zbyt sucha. Postawić na gazie większy garnek z wodą, a w nim garnek z masą makową i podgrzewać. Do gorącej masy dodać pokrojone bakalie i ugotowany makaron. Podawać ciepłe.

Świąteczna pieczeń

- 1kg szynki wieprzowej w siatce do pieczenia
- Marynata:**
- 4 liście laurowe
- 2 łyżeczki papryki
- 1 łyżka czarnego pieprzu
- po 1 łyżce zmielonej kolendry, suszonego rozmarynu, estragonu, tymianku, cząbrku
- 1/2 łyżeczki chili
- 6 rozgniecionych ziaren jałowca
- 6 posiekanych ząbków czosnku

- 1 łyżeczka morskiej soli
- 6 łyżek oleju

Wszystkie składniki marynaty mieszamy i odstawiamy na 15 minut. Nacieramy mięso marynatą i w ceramicznym naczyniu marynujemy 20 godzin. Pieczemy około 1 godziny i 40 minut w temp. 180-200 stopni i w trakcie pieczenia obracamy mięso, żeby się równomiernie upiekło.

Piernik królewski

- 6 jaj
- 2 szklanki cukru
- 1 szklanka oleju
- 4 szklanki mąki
- 2 łyżeczki sody
- 2 łyżki kakao
- 1 opakowanie przyprawy do piernika

Białka ubić, dodać cukier i żółtka. Ciągłe miksując dodawać stopniowo olej, wodę i miód. Następnie dosypać mąkę, kakao i sodę. Po połączeniu składników ciasto wylać do formy i piec około 1 godziny w temp. 180-200 stopni. Po upieczeniu można przełożyć maroladą lub dowolną masą.

NA WESOŁO

Niskie mniemanie

*Mężczyzn kobiety uważają
Za istoty które gustu nie mają.
Co niejedna pogląd ten uściśli,
Że facet w ogóle- to nie myśli
A facet w granicach swej skromności,
To nie jest piesek i nie leci na kości.
Nie jest sikorką należy dodać,
Żeby słoninkę z lubością dziobać.*

Porównanie

*Miłość do gry w karty niektórzy porównują,
W której to grze partnerzy się oszukują.
Mężczyźni by wygrać zawsze się starają,
Kobiety by nie przegrać ambitnie grają.*

Zobowiązanie

*Gdzie dwóch się bije trzeci korzysta.
To obserwator bójki - czyli statysta.
Przysłowie to jednak nie precyzuje,
Jakie korzyści ten trzeci otrzymuje.
W kampanii wyborczej kandydatów elity,
Fani co ich wspierają liczą na profity.
Przed takim dylematem nie wszyscy stoją,
Bo załatwić czegoś nie umieją, albo się boją.*

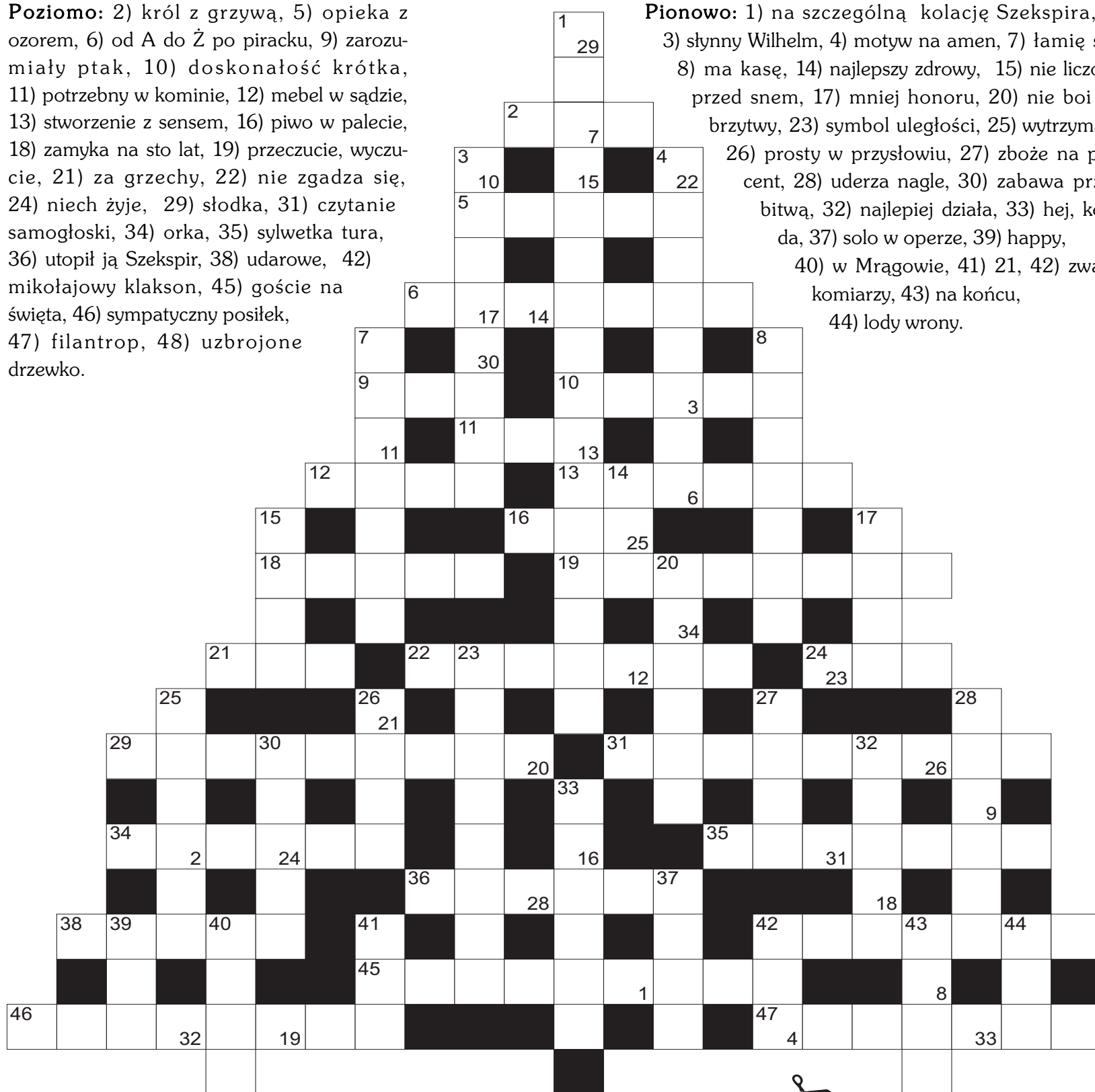


autor
Czesław
Kazimierz
Bandzwołek

KRZYŻÓWKA ŚWIĄTECZNA NR 209

Poziomo: 2) król z grzywą, 5) opieka z ozorem, 6) od A do Ż po piracku, 9) zarozumiały ptak, 10) doskonałość krótka, 11) potrzebny w kominie, 12) mebel w sądzie, 13) stworzenie z sensem, 16) piwo w palecie, 18) zamyka na sto lat, 19) przecucie, wycucie, 21) za grzechy, 22) nie zgadza się, 24) niech żyje, 29) słodka, 31) czytanie samogłoski, 34) orka, 35) sylwetka tura, 36) utopił ją Szekspir, 38) udarowe, 42) mikołajowy klakson, 45) goście na święta, 46) sympatyczny posiłek, 47) filantrop, 48) uzbrojone drzewko.

Pionowo: 1) na szczególną kolację Szekspira, 3) słynny Wilhelm, 4) motyw na amen, 7) łamię się, 8) ma kasę, 14) najlepszy zdrowy, 15) nie liczona przed snem, 17) mniej honoru, 20) nie boi się brzytwy, 23) symbol uległości, 25) wytrzymały, 26) prosty w przysłowiu, 27) zboże na procent, 28) uderza nagle, 30) zabawa przed bitwą, 32) najlepiej działa, 33) hej, kołęda, 37) solo w operze, 39) happy, 40) w Mragowie, 41) 21, 42) zwada komiarzy, 43) na końcu, 44) lody wrony.



Krzyżówka sponsorowana przez restaurację:

48 27 5



Rozwiązania prosimy nadsyłać na kartkach pocztowych do 15 stycznia pod adresem redakcji. Spośród prawidłowych rozwiązań **wylosujemy nagrodę - obiad dla 2 osób w Restauracji Ratuszowa**.

Prawidłowym rozwiązaniem ostatniej krzyżówki było hasło: "**Cudze chwalicie, swego nie znacie**". Nagrodę wylosowała Iwona Jaworska z Ameryki.

Biuletyn redaguje zespół w składzie: Wydawca - MDK, redaktor wydania - Katarzyna Waluk, **redaktorzy:** Wiesław Gąsiorowski, Tomasz Kurs, Bogumił Kuźniewski, Andrzej Waluk (skład komputerowy), Henryka Żebrowska, Marta Żebrowska, Zygmunt Puszczewicz, Kazimierz Czesław Bandzwołek, Ewa Okołowicz-Lagowska, Robert Waraksa, Magdalena Rudnicka, Stanisława Ziątek. Adres redakcji: 11-015 Olsztynek, ul. Chopina 29, MDK, tel. 89 519-22-01, woj. warmińsko-mazurskie. Zgłoszenia reklam w siedzibie redakcji. Redakcja zastrzega sobie prawo skracania i adiustacji tekstów i listów oraz nie odpowiada za treść reklam, ogłoszeń i artykułów sponsorowanych. Miesięcznik zrzeszony jest w Polskim Stowarzyszeniu Prasy Lokalnej z siedzibą w Krakowie. **e-mail:** alboolshtyne@wp.pl. Materiałów nie zamawianych redakcja nie zwraca.

*Spokojnych i radosnych świąt spędzonych w gronie najbliższych osób,
a także zdrowia, szczęścia i wielkiej radości, w imieniu swoim i całego zespołu,
życzy Agata Wilczek Studio Kosmetyczne „Uroda”.*

URODA

studio kosmetyczne

Agata Wilczek

NOWOŚĆ W WARMIŃSKO-MAZURSKIM !!!

KARBOKSYTERAPIA – PRZEŁOM W MEDYCYNIE ESTETYCZNEJ!

- USUWANIE ZMARSZCZEK
- MINIMALIZACJA WORKÓW I CIENI POD OCZAMI
- REDUKCJA PODWÓJNEGO PODBRÓDKA
- ZWIĘKSZENIE GRUBOŚCI SKÓRY
- LECZENIE ROZSTĘPÓW I BLIZN
- REDUKCJA CELLULITU
- PRZYWRÓCENIE JĘDRNOŚCI I ELASTYCZNOŚCI SKÓRY

Olsztynek, ul. Szkolna 16/36, tel. 667 28 15 47



AUTO – NAPRAWA

Tadeusz Szkoda AMERYKA 3 B, 11-015 Olsztynek, tel. 89 519 33 26, 502 049 918

NOWOŚĆ W REGIONIE !!! Czyszczenie układu dolotowego i EGR w silnikach Diesla

- bez demontażu – z pomocą urządzenia **I-FLUX 100**

Auto **ODZYSKUJE MOC**

i **ZMNIEJSZA SIĘ ZUŻYCIE PALIWA**

Sprawdź filmy na www.autoxen.pl

— polecamy —

**Kompleksową obsługę
klimatyzacji samochodowych**

- serwis klimatyzacji,
- sprawdzanie szczelności,
- odgrzybianie instalacji.



Mechanika pojazdowa - Diagnostyka - Elektryka - Blacharstwo

SKLEP TOP-MARKET



**PRACOWNIKOM I KLIENTOM
ŻYCZY POGODNYCH I RODZINNYCH
ŚWIĄT BOŻEGO NARODZENIA
ORAZ POMYSŁNEGO I SZCZĘŚLIWEGO
NOWEGO ROKU!**



**ul. Warszawska 2
Olsztynek**