

# Panorama Osielska

P i s z e m y d l a W a s o d 1 9 9 2 r o k u



## KAROL PAWLIK – BRAZOWYM MEDALISTĄ

czytaj str. 24

ul. Fregaty 25 OSIELSKO

JEZIORAŃSKA  
PARK HANDLOWY



EuroFlora



Cortez

SHIRO  
STYLE & DESIGN

**skp**

ZAPRASZAMY:

pon.-pt.: 7<sup>00</sup>-20<sup>00</sup>

sob.: 8<sup>00</sup>-14<sup>00</sup>

**OKRĘGOWA STACJA  
KONTROLI POJAZDÓW**



OSIELSKO  
ul. Kolonijna 3  
(Szosa Gdańska przy gminie)

tel./fax 52 324 00 23  
www.skposielsko.pl  
e-mail: robertskp@wp.pl



## sielskie pokrzywki



- **Bankomat w Polo Markecie pewnego znanego banku ma niecenzuralny napis wykonany markerem. Nie jestem fanem tego typu akcentów, choć ze smutkiem muszę przyznać, że ów bankomat wyzwala negatywne emocje także we mnie.**

Około 50 – 70 % czasu jest nieczynny. Raz porwał mi kartę bankomatową. Innym razem nie wydał całej kwoty. Dwa razy zastałem przy nim ekipę naprawczą. Zawsze pytałem z dziennikarskiej ciekawości - „Dlaczego on tak często się psuje”?

Odpowiedź pierwsza: „Proszę pana, my go tak naprawiamy byśmy mieli pracę”.

Odpowiedź druga: „Ten bank jest bardzo oszczędny. (Fachowców było trzech – przypisek MM). To bardzo stara generacja bankomatów. Już dawno powinien być wymieniony na nowy. Niech pan poczeka z 20 -30 minut aż go naprawimy”.

Mimo, iż śpieszyłem się do domu, do chorej żony, odczekałem ten czas. Niestety bankomat nie wydał ani kwot wpisywanych jako „Inna kwota”, ani 100, 500 zł itp. Zły pojechałem do najbliższego bankomatu aż do Fordonu. I tak straciłem ponad godzinę czasu.

Innym razem, gdy pobierałem tysiąc siedemset złotych, dwieście wyszło jakoś po skosie i nie dało się tego nijak wyciągnąć.

Ostatnio, nie bez stresu podchodzę do owego bankomatu, a pani rozmawia tuż przy nim przez telefon:

- Przepraszam, czy pani będzie pobierać pieniądze, bo ja chciałbym.
- Niech pan tego nie robi, właśnie pożarł mi kartę, zgłaszam ten fakt.

Zadzwoeniłem do Biura Obsługi Klienta. Dowiedziałem się, że w takich szczególnych przypadkach można otrzymać od banku na rok bezpłatną możliwość korzystania z bankomatów Euronetu. Pani konsultant z BOK powiedziała w czwartek, że bankomat zostanie naprawiony. W piątek pytała mnie jak działa bankomat, że wszystkie moje uwagi zostały przekazane. Poszedłem to sprawdzić i nadal był popsuty! A najbliższy bankomat tego banku jest w Śródmieściu lub w Fordonie.

Reasumując: Bank, w tak prężnej miejscowości jak Osielsko, takim bankomatem robi sobie czarny pijar. Światło w tunelu: gdy numer był oddawany do druku bankomat nie działał. W przypadku kłopotów z dotarciem do sprawnego bankomatu, należy zwrócić się do Biura Obsługi Klienta i można otrzymać roczny dostęp do wszystkich bankomatów na terenie kraju, co poniżej podpisanemu udało się .

- Jeśli jedziesz samochodem i masz „na ogonie” BMW 3 o numerach rejestracyjnych CB 1248 to miej się na baczności. W „cywilnym”, ciemnoniebieskim aucie jest radar i nowe ceny mandatów...

*Marek Manuszewski*

Panorama Osielska



Pismo redagowane w **Gminnym Ośrodku Kultury w Osielsku**

Adres redakcji: Gminny Ośrodek Kultury w Osielsku, 86-031 Osielsko, ul. Szosa Gdańska 57, **tel. 52 38 13 567, fax 52 320 32 41**

Redaguje zespół: Marek Manuszewski, Piotr Wizimirski, Maria Domańska.

Skład i druk: **MODRAK POLIGRAFIA, Bydgoszcz, +48 786 842 271**

Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść artykułów, które są podpisane nazwiskiem autora.

Ponadto redakcja zastrzega sobie prawo do niedrukowania wszystkich nadesłanych materiałów.

**Materiały do następnego numeru „Panoramy” prosimy dostarczać do 20.05.2022 r.**

Gazetę Panorama Osielska można pobrać na stronach: <http://www.gok-osielsko.eu/>  
(w zakładce do pobrania), oraz <http://www.powiat.bydgoski.pl/>.

Strony które warto odwiedzać: <http://www.gok-osielsko.eu/>

Ponadto GOK Osielsko jest na facebook: [facebook.com/GOK.OSIELSKO](https://www.facebook.com/GOK.OSIELSKO)

## KĄCIK MEDYCZNY

**Przewlekły stres w okresie kryzysu wojny, a dolegliwości bólowe organizmu.**

Do poruszenia tego tematu skłoniły mnie powody zgłoszeń na wizyty moich pacjentów. Niezależnie od wieku pacjentów (od 30 do 80 roku życia) problem uogólnionych dolegliwości bólowych kręgosłupa, stawów kończyn górnych i dolnych stał się bardzo dominujący.

Na pytanie - „Co najbardziej dokucza?”, słyszę: w zasadzie ból wszystkich kości i mięśni. I nie są to stany po urazie, ostrej lub przewlekłej infekcji, czy po przebytych covidzie. Stres związany z nagłą i niezrozumiałą wojną za naszą wschodnią granicą, obawy i lęk przed losem sąsiadów i naszego kraju jest zapalnikiem wywołującym powyższe dolegliwości w organizmie. Trzeba zrozumieć, że nie istnieje jakaś jedna recepta na pozbycie się negatywnych emocji związanych z wojną. Te emocje muszą się wyzwolić, trzeba je po swojemu przeżyć.

Zarówno umysł jak i ciało muszą nauczyć się żyć w nowej sytuacji. Bardzo ważne są rozmowy z najbliższymi czy znajomymi – musimy tę sytuację i nasze emocje na głos przedyskutować. Każdy dzień będzie pomagał nam w adaptacji do tej strasznej sytuacji, co wcale nie oznacza, że dajemy pozwolenie na jej dalsze trwanie.

**Organizm człowieka jest tak stworzony, że szuka możliwości przetrwania niezależnie od skali trudności nowej sytuacji.**

Każdy z nas inaczej się adaptuje do zmiany sytuacji. Obecnie żyjemy wojną. Głównym źródłem informacji są media, w których słyszymy tragiczne wieści, widzimy straszne obrazy.

Oczywiście informacja co do aktualnej sytuacji za wschodnią granicą jest ważna, ale nie należy tego śledzić całe dnie i noce. Takie bierne śledzenie trudnych losów ludzkich działa na większość z nas destruktywnie zarówno w sferze psychicznej, jak i fizycznej. Oprócz ciągłych bólów głowy dołączają się bóle wielu organów. Wpadamy w krąg dolegliwości podtrzymywanych ciągłymi przerażającymi informacjami. W obliczu tej nieuzasadnionej wojny nasze codzienne sprawy wydają się małosłowne, nieważne, beznadziejne. Odczuwamy chęć pomocy. Jednak aby móc pomagać musimy sami mieć siłę, czy środki finansowe. Dlatego trzeba przerwać ten magiczny krąg zamartwiania się i odstępowania od dotychczasowego życia.

Aby mieć siłę musimy dbać o swoje potrzeby, a nie zanedbywać je. Jeśli oczywiście możemy pomagamy uchodźcom (co wielu z nas czyni), ale też pracujemy,

gotujemy, sprzątajmy, przygotowujemy się do świąt, wiosny, dbajmy o ogrody, spacerujemy. To jest obowiązkowe dla zdrowia. Jeśli już owłada nami strach, to niech on będzie motywujący do działania. Hormon stresu tj. kortyzol, wydzielany w okresie stresu, generalnie pomaga nam radzić sobie w sytuacjach stresowych, ale wydzielany w nadmiarze często blokuje jakiegokolwiek działanie.

Prowadzi on do myślenia czarno-białego, ciągłej katastrofizacji, co zwiększa bóle najpierw w miejscach przewlekłych schorzeń, a potem są już to bóle uogólnione. Jeśli widzimy u kogoś z bliskich czy znajomych niemoc działania, bieg od telewizora do radia i ciągłą analizę czarnych wieści, pomóżmy mu wyrwać się z marazmu bezczynności.

Ciągła nadmierna czujność, bycie w gotowości, pielęgnacja w sobie napięcia i poddenerwowania to droga do bezsenności, fizycznych dolegliwości bólowych, biegunki, nieregularnego bicia serca, nadciśnienia tętniczego, nadwagi, rozchwiania cukrzycy i układu odpornościowego, nadużywania środków przeciwbólowych czy alkoholu, nerwic i depresji.

**Jeśli czujemy, że ból ogarnia nasze ciało spróbujmy:**

- rano przed wstaniem z łóżka wykonujemy ćwiczenia izometryczne - jest to napięcie mięśni nóg, pośladków i łopatek – silniejszy nacisk na materac przez 4 sekundy i rozluźnienie 4 sekundy – powtarzamy 10 razy,
- siadamy na łóżku, opieramy stopy o podłogę i wykonujemy okrężne ruchy, okrężne w stawach barkowych prostych kończyn górnych do przodu i do tyłu po 10 razy,
- wstajemy i wykonujemy 5-10 przysiadów z możliwie najbardziej prostym tułowiem (jeśli pozwala na to stan fizyczny).

Dalej wykonujemy codzienne czynności życiowe. Jeśli nie pracujemy, koniecznie pamiętajmy o nawet krótkim spacerze przed obiadem i późnym popołudniem.

Przed snem wykonujemy te same ćwiczenia izometryczne nóg jak wyżej opisane. Wypijmy szklankę ciepłego mleka i starajmy się zasnąć.

Pamiętajmy, aby powyższe czynności wykonywać codziennie i systematycznie.

**Ważne jest, abyśmy wiedzieli, że przewlekły stres i ból kręgosłupa i obręczy barkowej idą w parze.**

Chronicznie podwyższone napięcie mięśniowe grzbietu, obręczy barkowej prowadzi do przeciążenia mięśni odpowiedzialnych za postawę ciała, staje się ona nieprawidłowa i zmienia się wzorzec chodu. To z kolei powoduje przeciążenia stawów i mięśni, czyli opisywanego uogólnionego bólu, który nie poddaje się lekowi przeciwbólowym. Nie lekceważmy zbyt długo tych ogólnych dolegliwości bólowych w okresie przewlekłego stresu organizmu. Szybkie zastosowanie zabiegów fizykoterapeutycznych i ćwiczeń pozwala na zmniejszenie lub likwidację bólu. A to wpłynie nie tylko na nasze zdrowie fizyczne, ale i psychiczne, a o nie w obecnym czasie trzeba bardzo dbać.

**Z życzeniami zdrowia i spokoju  
dr n. med. Iwona Adamczak  
specjalista rehabilitacji medycznej,  
balneologii i medycyny fizykalnej  
Klinika Zdrowko**

# Inauguracja



**Klinika  
Zdrowko**

**Klinika Zdrowko s.c.  
Iwona Adamczak, Rafał Adamczak**

Al. Mickiewicza 23, Niemcz  
tel. 52 375 25 07

**Poradnia Ginekologiczno-Położnicza**  
Pełen zakres leczenia niepłodności  
Realizator Programu Miasta Bydgoszczy  
leczenia niepłodności



**Poradnia Rehabilitacyjna:**

Diagnostyka i rehabilitacja wad postawy, dolegliwości bólowych, stanów pourazowych, niedowładów dzieci i dorosłych.

Masaże klasyczne i borowinowe.

Indywidualne ćwiczenia.

**poniedziałek–piątek 08:00–21:00, sobota 09:00–16:00.**

**Zapraszamy pacjentów - zachowujemy odpowiednie środki bezpieczeństwa w okresie epidemii!**



# U3W - GOK Osielsko



## Ferie z językiem angielskim już za nami!

Młodzież naszej gminy miała okazję po raz kolejny już wziąć udział w warsztatach językowych w górach. Ponad 40 osobowa grupa wraz z opiekunami wyjechała na 7 dniowy obóz językowy organizowany przez Stowarzyszenie BANAN – Bydgoska Akcja Nęcenia Aktywną Nauką. Była to już 19 edycja tych warsztatów.

Zajęcia prowadzone są przez obcokrajowców z wielu krajów świata wyłącznie w języku angielskim. Ich forma opiera się na zabawie, aktywnym uczestnictwie dziecka w zajęciach i powierzonych im zadaniach.

Nastawiamy się głównie na swobodne funkcjonowanie w języku angielskim, uczymy otwartości na inną kulturę, poznajemy zwyczaje i tradycje innych państw. Mimo, że plan warsztatów jest bardzo napięty, zajęcia prowadzone są niemal przez całą dzień.

To dzieci wykazują ogromne zaangażowanie i chęć udziału w proponowanych zajęciach, a udział dziecka w kolejnych edycjach jest dla nas tylko potwierdzeniem na to, iż nasz pomysł na naukę języka obcego to przyszłościowy „strzał w dziesiątkę”.

W nadchodzące wakacje planujemy kolejny wyjazd (9 dniowy), na który serdecznie zapraszamy.

**Organizatorzy  
Stowarzyszenie BANAN**

## Kilka słów o Jaruzynie...

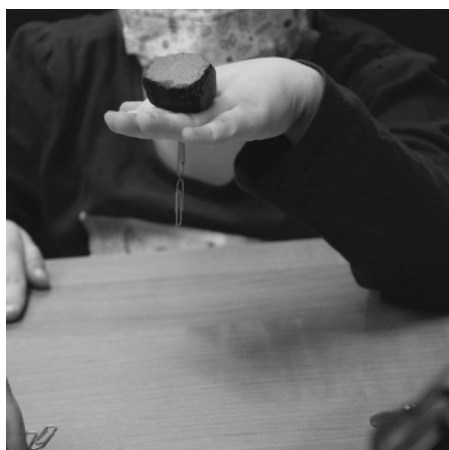
W świetlicy odbywały się zajęcia stałe tj. plastyczne, gry planszowe i stolikowe, zajęcia rekreacyjne na powietrzu itp. Nie zabrakło również warsztatów z różnych dziedzin: robotyki, chemicznych, konstrukcyjnych.



Dzieci starsze wykonywały też wianki ozdobne na drzwi. Była to pracochłonna, aczkolwiek satysfakcjonująca praca z klejem na gorąco i materiałami ozdobnymi. Każdy uczestnik zabrał swoje dzieło do domu, by ozdobić nim wnętrze. Na warsztatach decoupage dzieci tym razem projektowały breloczki do kluczy.

Cała grupa uczestników zajęć świetlicowych wybrała się też do kina na bajkę: „W 80 dni dookoła świata”. Wyjazd był okazją do integracji różnych grup wiekowych oraz miłą przygodą dla wszystkich.

AT





Bank Spółdzielczy  
w Bydgoszczy

## KREDYT MIESZKANIOWY

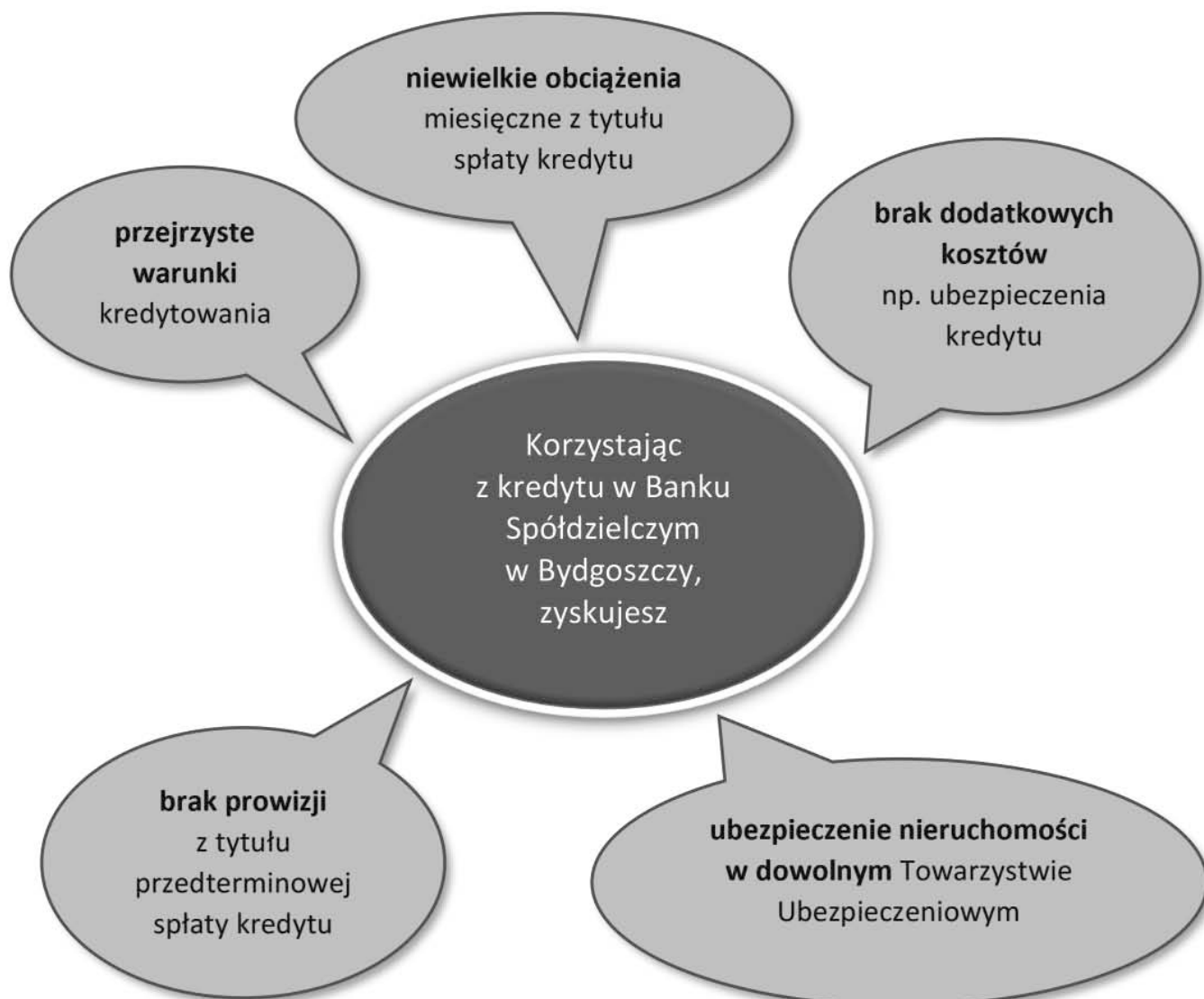
Szczegółowe informacje, wnioski:

Oddział Osielsko, ul. Szosa Gdańska 53 czynne 9<sup>00</sup>-14<sup>00</sup>

e-mail: [osielsko@bsbydgoszcz.pl](mailto:osielsko@bsbydgoszcz.pl) tel.: 52 324 08 10

### Podstawowe warunki:

- **splata nawet do 25 lat**
  - **do wyboru raty równe (annuitetowe) lub malejące**
  - **karencja w spłacie w okresie budowy**
  - **możliwość przedterminowej spłaty**



# Koncert z okazji Dnia Kobiet w GOK Osielsko





## Świetlica Niwy Wilcze

Miesiące zimowe w Świetlicy Niwy Wilcze minęły na celebrowaniu wspaniałych międzynarodowych dni: Dnia Zakochanych, Dnia Kobiet, Dnia Pozytywnego Myślenia dzięki któremu dzieci i młodzież już pamiętają, że ...absurdy i bolączki codziennego dnia najlepiej zwalczają uśmiechem na twarzy i warto patrzeć na świat szukając w nim pozytywów.



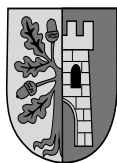
Dzień Pizzy okazał się dniem, w którym uczestnicy w końcu poznali historię potrawy kuchni włoskiej, mimo że smak pizzy każdy zna, to jednak zjedzona w świetlicy była najsmaczniejsza. Dzień Kota był wspaniałą okazją do wykorzystania tematu na zajęciach plastycznych, a także uwrażliwienia dzieci na trudny niekiedy koci los i niesienie pomocy wolno żyjącym i bezdomnym zwierzętom.

Co tydzień dzieci i młodzież mają okazję stworzyć coś samemu - na warsztatach kroju i szycia „Misia Emilia”, „Puzderka” na dzień kobiet. Sukcesywnie korzystamy z origami. Uczymy się składać z papieru i nie tylko.

Czas zimowy mijał także na miłych spotkaniach. Były nimi m.in. bal karnawałowy dla dzieci i Dzień Kobiet dla Klubu Seniora.

V.P





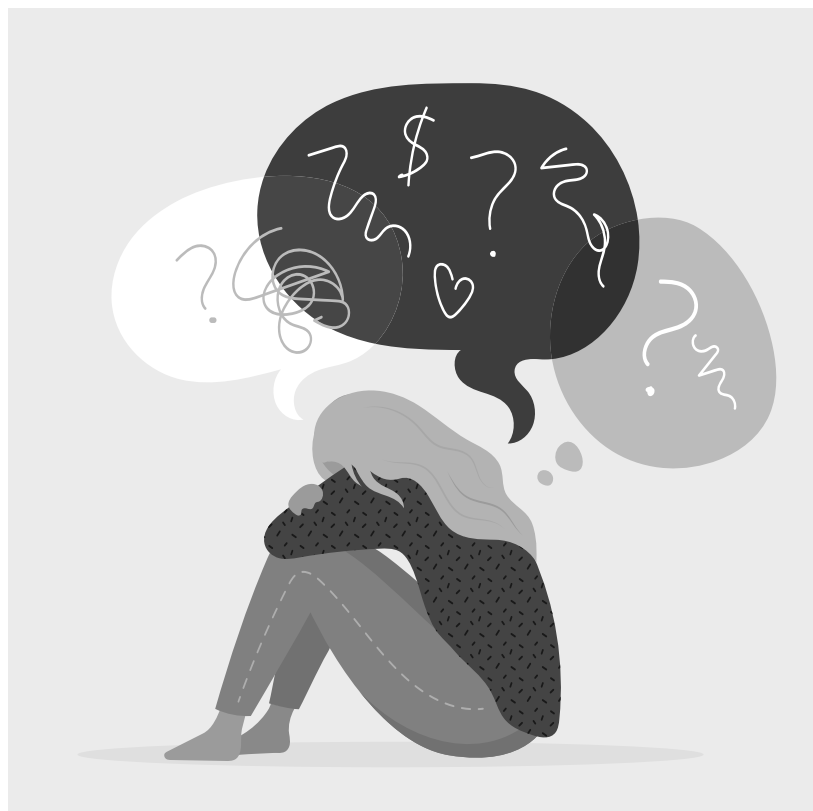
**GMINNY OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ W OSIELSKU**

**RODZINNY PUNKT KONSULTACYJNY, pokój 101**

**ul. Centralna 6a, 86-031 Osielsko**

**tel. 52 375 71 10 lub 501 347 033**

**e-mail: mzychlinska@gops.osielsko.pl**



Uzależnienie od alkoholu  
czy innych substancji  
psychoaktywnych  
jest **CHOROBA NIEZAWINIĄ!**

Nie szukaj sam odpowiedzi na pytania  
„Dlaczego?” lub „Dlaczego Ja?”  
**Przyjdź lub zadzwoń!**

W sprawie pomocy, która udzielana jest dla **mieszkańców gminy bezpłatnie** w Rodzinnym Punkcie Konsultacyjnym można się zgłaszać do:

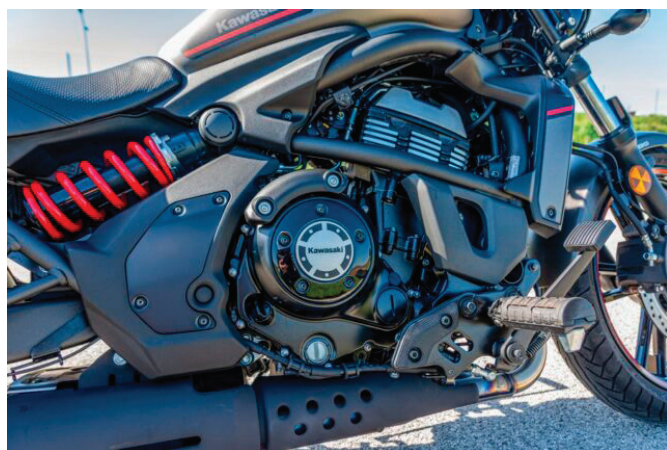
- **TERAPEUTY UZALEŻNIEŃ**  
konsultacje udzielane są po rejestracji telefonicznej tel. 501 347 033
- **PSYCHOLOGA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY**  
konsultacje udzielane są po rejestracji telefonicznej tel. 501 347 033
- **PSYCHOLOGA DLA DOROSŁYCH**  
konsultacje udzielane są po rejestracji telefonicznej tel. 501 347 033
- **RADCY PRAWNEGO,**  
który przyjmuje w każdy I, II, III i IV wtorek miesiąca w godz. od 17.00 do 19.00
- **GRUPA WSPARCIA DLA OSÓB ŻYJĄCYCH Z BLISKIM NADUŻYWAJĄCYM ALKOHOŁU LUB INNEJ SUBSTANCJI PSYCHOAKTYWNEJ ALBO DOŚWIADCZAJĄCEJ PRZEMOCY W RODZINIE**  
w każdy poniedziałek miesiąca od godz. 17.30 do 20.00
- **GRUPA AA**  
w każdy czwartek miesiąca od godz. 18.00

Jeżeli niepokoi Cię picie  
czy nadużywanie alkoholu  
przez bliską Ci osobę,  
chcesz się dowiedzieć czy możesz jej pomóc  
zapraszamy na spotkanie  
Gminnej Komisji Rozwiązywania  
Problemów Alkoholowych w Osielsku,  
ul. Centralna 6a, pokój 101  
w każdy I i III poniedziałek miesiąca  
w godz. od 15.30 do 17.00

## Cruiser według zielonych Kawasaki Vulcan

Czyż nie piękny jest ten cruiser z fabrycznymi, właściwymi dla Kawasaki zielonymi akcentami? I cena 39.100 zł też jak za taką maszynę niewygórowana. A serducho z ER 6 daje niezły odjazd!!!

Bujałem się Vulcanem 650 około 10 km. Jak tylko wszedł na rynek w 2014 roku wzbudził moją sympatię. Niewielki, czytaj także niewysoki – to było dla mnie ważne ze względu na moje 170 cm. Wszak nogi dotykające całą stopą drogi to poczucie bezpieczeństwa w uślizgach, czy sytuacjach tuż przed upadkiem na wyboistych drogach.



Silnik zachęca do kręcenia. Spod świateł można zaskończyć niejednego amatora plastiku. Jeśli odwiniesz szpulę na maxa ... to namalujesz węża na asfalcie, albo pójdziesz na koło. Doświadczeni motocykliści – ziomkowie z salonu Kawasaki mówili, że trzeba dojrzeć do takiego motocykla. Yamaha Drag Star 650 ma w swojej V-ce 40 KM, tymczasem Vulcan 650 R – 2 61 KM i ponad 60 Nm.

Siadasz i jest lekko kozacko. Szeroki, niski fotel, szerokie wosło. Jedziesz w krótką trasę – ok. Jedziesz w góry - kanapa za twarda, podnóżki zwłaszcza przy szybszych przelotach niewygodne. Trzeba napierać nogami do przodu, by nie odlecieć. Jazdę z kobietą na plecach warto ograniczyć tylko do godziny. Inaczej wracamy po partnerkę samochodem. Vulcan to kiepski wybór dla osób powyżej 180 cm.

JAZDA: Szerokie wosło daje ogromną kontrolę. Nie jest jednak takie jak zderzak w amerykańskiej ciężarówce. Nie na każdym świetle przecisniesz się przez korek. Zakręty jak na cruiserową geometrię bierze fenomenal-



nie. Podnóżki informują o maksymalnym złożeniu trąć. A mowa tu o wartościach prawie 40 stopni. Masa 230 kg przy tak położonym środku ciężkości to pikuś.

ZADANIE: Kolega jedzie sportem lub turystą i trzeba pośmigać trochę autostradą. Wtedy masz okazję poczuć się spadochronem. 120 km/h to granica komfortu. 140 km/h to walka ze strugami powietrza. 187 km/h to V – max.

SPALANIE: Zacytuję właściciela: „3,8 l trasa z pasażerem po drogach krajowych bez szaleństw. Maksimum 11 l/100 km – winkle w Alpach. Przeważnie 4,3 -5,5 l na stówkę, czyli 220 do 280 km do powitania rezerwy na zegarze.”

AUDIO and VIDEO: Nietuzinkowy wygląd, mimo braku silnika V-ki, stał się moim zdaniem sprawcą sukcesu marketingowego tej maszyny. Placek - zwany tylną kanapą można łatwo zdemontować. Wtedy Kawa wygląda całkiem fajnie. Walory dźwiękowe silnika z fabrycznym tłumikiem nie istnieją. Sprawę ratuje akcesoryjny Arrow (700 euro). Nadto jest on o 4 kg lżejszy od fabrycznego. Do Kawasaki Vulcana 650 istnieje wiele firmowych dodatków, którymi możemy go sobie indywidualnie spersonalizować wyrażając swoje ego.

**Marek Manuszewski**

### Zdjęcia pobrane:

[https://www.scigacz.pl/zdjecia/gallery/wiadomosci/2021/09/02/Stylowa\\_waga\\_srednia\\_\\_Kawasaki\\_Vulcan\\_S\\_Opis\\_zdjecia\\_dane\\_techiczne/Kawasaki\\_Vulcan\\_S\\_2022\\_na\\_ulicy.jpg.html#foto](https://www.scigacz.pl/zdjecia/gallery/wiadomosci/2021/09/02/Stylowa_waga_srednia__Kawasaki_Vulcan_S_Opis_zdjecia_dane_techiczne/Kawasaki_Vulcan_S_2022_na_ulicy.jpg.html#foto)

<https://image.ceneostatic.pl/data/products/84291388/i-kawasaki-vulcan-650-abs-gwarancja-do-2022-raty-3.jpg>

<https://motovoyager.net/wp-content/uploads/2021/05/Kawasaki-Vulcan-S-motocykl-miejski-turystyczny-cruiser-20-640x427.jpg>



# Central Europe Open - podsumowanie

W Bydgoszczy w Hali Sportowej Artego Arena odbył się międzynarodowy turniej Karate WKF, w których udział wzięło ponad 900 zawodników z 88 Klubów reprezentujących 15 państw, w tym 13 zawodników z Klubu YAMABUSHI.



Zawodnicy Klubu YAMABUSHI zdobyli łącznie 5 medali

## Nasi medaliści to:

Kacper Obara - złoty medal w kategorii kumite chłopców 10-11 lat  
 Hubert Grzybek - srebro w kategorii kumite chłopców 12-13 lat  
 Marysia Kerner - brąz w kategorii kumite kobiet (-50 kg);  
 Jan Fierek - brąz w kumite juniorów młodszych (-63 kg);  
 Fabian Sojka - brąz w kumite juniorów młodszych (-70 kg).

## Tuż za podium uplasowali się:

Iga Daszkiewicz - 5 miejsce - kumite młodziczek (-50 kg);  
 Aniela Dzedzej - 5 miejsce - kumite junierek (-59 kg);  
 Kacper Rosiński - 5 miejsce - kumite mężczyzn (-84 kg);  
 Dominik Wachowski - 5 miejsce - kumite mężczyzn U21 (-84 kg);  
 Marysia Kerner - 5 miejsce - kumite kobiet U21 (-50 kg).

Gratulacje!

Trener Andrzej

## Działalność Klubu „YAMABUSHI” wspierana jest przez:

- Pan Jacek Rutkowski - Prezes Zarządu MAT BUD Materiały Budowlane
- Pan Krzysztof Reniewski - Prezes Zarządu Firmy BudRen,
- Pan Mirosław Kowalak - Prezes PremiumLeasing24.pl - Leasing
- Pani Magdalena Flisiak Łukasz Siekierka Ritter Eksperti Finansowa  
w kredytach hipotecznych,
- Firma MONDI Świecie Mondy,

## oraz samorządy:

- Gmina Osielsko - Wójt Wojciech Sypniewski  
<https://www.facebook.com/OsielskoGmina>,
- Miasto i Gmina Nakło nad Notecią - Burmistrz Sławomir Napiejała  
<https://www.facebook.com/gminanaklo>,
- Miasto i Gmina Świecie - Burmistrz Krzysztof Kułakowski  
<https://www.facebook.com/gminaswiecie>,
- Ośrodek Kultury Sportu i Rekreacji w Świeciu.

Serdecznie dziękujemy







medali - 1 złoty, 1 srebrny i 3 brązowe.

t białe/żółte pasy (-35 kg);  
-50 kg);

);

przez sponsorów:

lowlane,

Pożyczka Leasingowa, Kredyt,  
wi - firma specjalizująca się

rała

ny: trener Andrzej





## „Przepis na Bydgoszcz”

W ostatnim czasie koło aktywnych pań 50+ „Kobietą być” wybrało się na dość ciekawą wycieczkę do bydgoskich spichrzy. Tytuł wystawy, którą podziwiano to „Przepis na Bydgoszcz”.



**Kobietą Być**

Celem tej ekspozycji jest między innymi próba odpowiedzi na pytania: jakie desery jedli Bydgoszczanie sto lat temu, co głównie dominowało w codziennym jadłospisie, jakie tradycje oparte na lokalnym dziedzictwie dominowały w naszym regionie? Dowiedzieć się można było o tradycyjnych przepisach bydgoskich gospodyń.

„Kulinarne tradycje miasta i regionu” to ekspozycja, która przedstawia szeroki wybór zabytków związanych z kulinarną historią Bydgoszczy: naczynia, meble, fotografie, pocztówki pokazujące popularne bydgoskie restauracje i kawiarnie m.in. Grey, Cafe Bristol, Palast-Cafe, Hotel pod Orłem, Kawiarnia Wiedeńska, czy Cristal. Interesujące są jadłospisy przechowywane w zbiorach muzealnych. Wiek XIX i XX to rozwój przemysłu spożywczego oraz gastronomii. Wzrasta popularność restauracji i jadłodajni dostępnych na każdą kieszeń.

Na tej wystawie można zobaczyć jak przed laty wyglądała kuchnia, jej wystrój, naczynia... To wszystko



pozwoлиło nam przenieść się we wspomnienia z dzieciństwa.

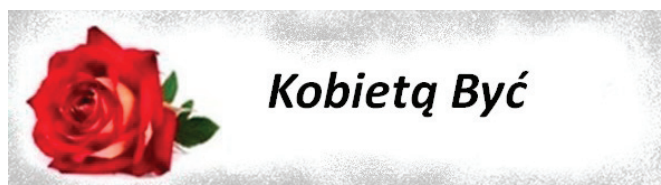
Lokalna gwara – to tak jakby słyszeć ją jeszcze wczoraj np. sznoka, zyls, leberka, gzik, klapatula, bombomsy itp.

Następnie w lutym spotkaliśmy się przy kawie i pączku w GOK-u w Osielsku, gdzie omawialiśmy program naszej działalności na rok 2022r. Plany mamy ciekawe. Oby nam tylko zdrowie dopisało. Spotkania z ciekawymi prelegentami, sport, rekreacja oraz turystyka dominują w naszych planach. Ósmego marca spotykamy się na Wyspie Młyńskiej w Galerii Stuki Współczesnej, gdzie będziemy zwiedzać wystawę zatytułowaną „Od princeski do new look”. Wszak moda minioną oraz aktualną bardzo nas interesuje.

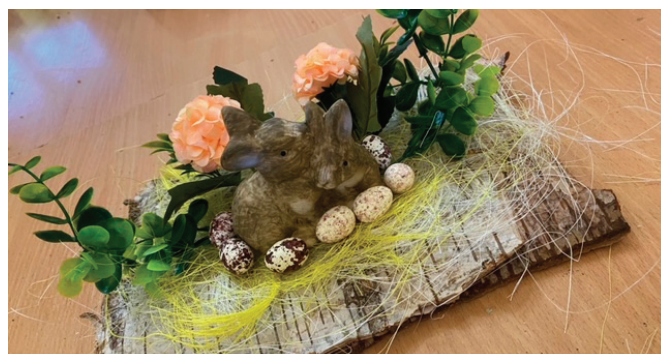
*Jolanta L. Wróblewska*

## Warsztaty rękodzieła – GOK Osielsko

Podczas spotkania naszej grupy, w miłej atmosferze wykonywaliśmy świąteczne stroiki pod okiem profesjonalistki. Pomysłowość „artystyczna” nas rozpieszczała. Każda ozdoba była piękna, gdyż włożyliśmy w nią swoje serca. Zapewne każdy zrobiony przez nas stroik znajdzie szczególne miejsce w naszych domach.



**Kobietą Być**



*Jolanta Wróblewska*

# Zajęcia plastyczne GOK Osielsko

Zapraszamy dzieci we wtorki od godziny 17.00.



## Z działalności Świetlicy Niemcz

Wraz z nadejściem wyczekiwanej wiosny dzieci uczęszczające na zajęcia do świetlicy wzbogacają swoją wiedzę o przyrodzie. Wielką radość sprawiało im sianie roślin szybko wschodzących i dekorowanie kącika przyrody.

Stałym i lubianym punktem w działalności świetlicy są zajęcia plastyczne. Pomysłów twórczych nie brakuje, szczególnie wiosną. Wykonane prace są omawiane i eksponowane. Na stałe zagościły również zajęcia muzyczne, czyli nauka gry na gitarze i zajęcia wokalne. Udzielana jest również pomoc przy odrabianiu zadań domowych i nauce.



Można nareszcie korzystać z małych sal, gdzie mamy niezwykle bogatą ofertę gier i zabaw świetlicowych. Z okazji Dnia Kobiet i Mężczyzn odbyła się wyjątkowa impreza. Klub seniora aktywnie działający w naszej świetlicy hucznie obchodził to święto. Przy kawie i słodkim poczęstunku grupa podziwiała występy artystyczne i piękne tematyczne utwory w wykonaniu Steffi Mal.

Po dwóch latach przerwy udało się także wznowić działalność Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Osoby, które



chcą poszerzać wiedzę z różnorodnych dziedzin mogą w miłej atmosferze spędzać czas. Poprzez swoją działalność Uniwersytet wysłał do społeczeństwa ważny sygnał: aktywność w życiu nie kończy się wraz z odej-

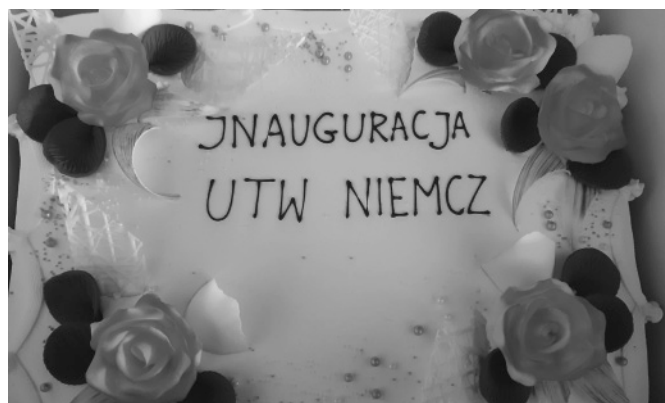
ściem na emeryturę. Jeżeli ktoś chce do nas dołączyć to serdecznie zapraszamy.

Cały czas trwa nabór na zajęcia z Doułą dla młodych mam z maluszkami. Będą to spotkania wokół kobiecości



i macierzyństwa. Zapraszam do zapoznania się z naszą ofertą i korzystania z przygotowanych atrakcji również dzieci, młodzież i kobiety z Ukrainy.

S.Z.



**WIODĄCY  
PRODUCENT  
STOLARKI z PCV  
NA RYNKU OD 20 LAT**

**redan®**

**TANIO**

Lepszych okien nie ma

- Okna PCV
- Okna drewniane
- Okna dachowe „ROTO”
- Nawiewniki
- Rolety
- Roletki materiałowe
- Parapety

P. W. „MAZUR”, Osielsko, ul. Centralna 2  
Tel./fax (52) 381-30-22, tel. kom. 605 66-87-45  
krzysztofmazur59@o2.pl



## Wiosenne wieści z Bożenkowa

Płynące informacje ze wschodniej granicy nie napawają optymizmem, a wręcz przeciwnie, wywołują strach i przerażenie. Człowiek się zastanawia co będzie dalej i jak może pomóc tym biednym ludziom dotkniętym wojną. I każdy pomaga na swój sposób, bo nikt nie chciałby być na ich miejscu. Pomimo tej niepewności czas toczy się dalej. Za oknem słońce, które daje energię, chęć do działania i nadzieję na lepsze jutro. Tak więc bożenkowska placówka działa prężnie na różnych obszarach.



Panie tworzą swe dzieła w różnorodnych dziedzinach zaczynając od prostych rzeczy mixmediowych czy wielkanocnych dekoracji (zająców, kur i pisanek), a skończywszy na trudniejszych formach plastycznych. Mowa o powertex. Warsztatowiczki po raz pierwszy (i mam nadzieję nie ostatni) spróbowały tej metody utwardzania, w czasie tworzenia krok po kroku słońca. Pracochłonne zajęcie przyniosło niewymierne korzyści dla uczestniczek. Wystarczyło kilka prostych produktów, a wizerunek słońca powstał jak żywy.

Ponadto płeć piękna zagościła do placówki podczas koncertu, który był prezentem dla nich w ramach Dnia Kobiet. Panie wysłuchały m.in. tak wspaniałe przeboje jak: „Gdzie Ci mężczyźni” czy „Być kobietą”. A że był to czas przeznaczony dla nich, nie zabrakło tudzież prozy mówiącej o ich codziennych zmaganiach, żartów i słodkich babeczek, jak przystało dla wspaniałych „Babek”.

Z nastaniem wiosny i seniorzy z werwą zawitali do placówki, aby świętować Dzień Kobiet i Dzień Mężczyzny. Przy okazji omówiono poczynania i plany klubu.

Natomiast dzieci codziennie cieszą się z nadejścia wiosny i słońca. Przekierowują to na zabawy podwórkowe czy prace plastyczne, które tworzone są tematycznie. Dlatego podtrzymując tradycje z uśmiechem na twarzach powitały Wiosnę w pierwszym dniu jej panowania. Było ognisko, zabawy i kiełbaski. Tak więc Kochana Wiosno, trwaj długo i przynieś lepsze jutro...

**Hania Kątna**



## W Świetlicy Żołędowo dzieje się...

Po zniesieniu obostrzeń coraz więcej ruchu i życia buchającego wiosennie w trakcie zajęć stałych czy jednorazowych propozycji warsztatowych. Okazuje się, że każdy może tu znaleźć przestrzeń dla siebie i rozwijać się w ważnych dla siebie obszarach.



Taki jest też cel działania świetlicy i w tym kierunku działania będą realizowane. Zajęcia trwale wkomponowane w grafik odbywają się dwutorowo - dla dzieci i dorosłych. Dla dzieci: nauka śpiewu, robotyka, plastyka, zajęcia fotograficzne, boks. Dorosłym zaś proponujemy jogę, gimnastykę artystyczną, warsztaty plastyczne,

warsztaty gry na bębnach, boks i zajęcia z psychologiem. W maju - dokładnie 06.05 o 18:00 na zakończenie cyklu zajęć współorganizowanego z GOPS Osielsko, zapraszamy Państwa na koncert bluesowego bydgoskiego zespołu „Butelki zwrotne”. Gwarantujemy dobrą zabawę i przede wszystkim kawał świetnego, męskiego gra-





nia. Muzycy w swoich aranżacjach nawiązują m.in. do brzmień zespołu Dżem, tworząc podczas koncertów ciepły, kołyszący i pobudzający zarazem klimat. O muzyce można pisać i rozmawiać dużo, nie ma to po prawdzie większego sensu. Trzeba posłuchać swoim uchem i ocenić przez pryzmat indywidualnego i charakterystycz-

nego dla siebie sposobu czucia oraz wrażliwości. Zatem drodzy Sąsiedzi bliżsi i dalsi – widzimy się w maju na koncercie. Tymczasem standardowo na koniec zapraszamy do przestrzeni internetowej na Facebook GOK Osielsko. Tam są wrzucane wszystkie bieżące informacje.

*Z pozdrowieniami H. Konieczka*

# Ogrodnictwo HIRSCH



## KWIACIARNIA

- kompozycje florystyczne,
- kwiaty cięte i doniczkowe,
- bukiety ślubne,
- wiązanki okolicznościowe,
- wieńce i wiązanki pogrzebowe,
- wyroby ceramiczne,
- znicze, świece,
- szkło ozdobne,
- karty okolicznościowe,
- upominki, dodatki i inne...

## OGRODNICTWO

- **bratki, stokrotki,**
- **byliny, zioła, sadzonki warzyw,**
- bratki, stokrotki, niezapominajki,
- środki ochrony roślin, nasiona,
- nawozy i odżywki,
- ziemia: kwiatowa oraz do iglaków,
- ziemia ogrodowa pod trawniki,
- skrzynie i kosze wiklinowe,
- kora sosnowa.

### GODZINY OTWARCIA

pon. – pt. 8.00–17.00, sob. 8.00–16.00, niedz. w sezonie wiosennym 10.00–14.00  
**Tel. kom. 667 639 882, Tel./fax 52 381 36 26, NIEMCZ, ul. Bydgoska 100**

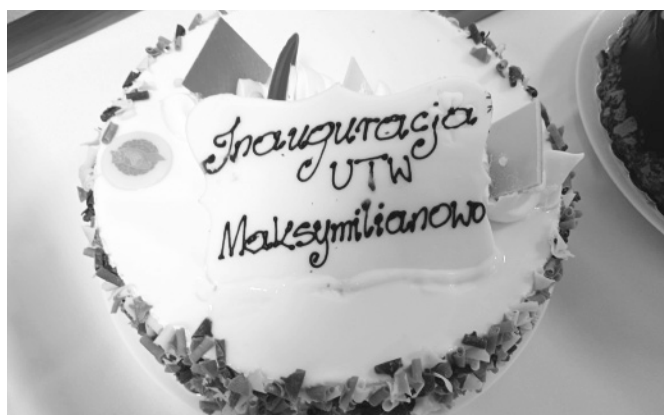
PRZYJMujemy ZAMÓWIENIA TELEFONICZNIE

## Wiosenne wieści ze Świątlicy w Maksymilianowie

W ostatnim czasie w świątlicy odbyły się dwa koncerty – Walentynkowy oraz „Muzyczne Powitanie Wiosny”. Na pierwszym, zgromadzona publiczność usłyszała największe przeboje o miłości. Występ urozmaicili tancerze z Fabryki Tańca Joanny Grabowskiej. Podczas drugiego zabrzmiały z kolei utwory francuskich i włoskich artystów z XX w.



Po długiej przerwie wznowiliśmy działalność Uniwersytetu Trzeciego Wieku WSG w Bydgoszczy. W tym roku dołączyło do Nas wielu nowych słuchaczy i obecnie filia w Maksymilianowie liczy 37 uczestników, a mamy nadzieję, że będzie ich jeszcze więcej.



 **AZET**  
HATS & CAPS

*Czapki na Twoje głowę...*

**Stabilna firma z 25 letnim stażem**

**zatrudni na stałe:**

- Szwaczki, praca 1-zmianowa (6.30-14.30), brak akordu, szycie w tzw. taśmie.

**Kontakt:**

tel. 52 381 39 32, kom. 786 815 628

email: [biuro@pwazet.com.pl](mailto:biuro@pwazet.com.pl)



Oto kilka słów o Naszych zajęciach stałych. We wtorki odbywają się zajęcia taneczno – rytmiczne dla najmłodszych. Pod okiem instruktorki dzieci uczą się rytmiki, poczucia ruchu, a przy tym świetnie się bawią.



Natomiast później odbywa się zumba dla Pań. W środy najmłodszy z Maksymilianowa mają okazję spotkać się na zajęciach plastycznych. Spotkania ze sztuką mają na celu rozwijanie sprawności manualnych poprzez poznawanie wielu technik plastycznych. Mali artyści kształtują twórczą osobowość i kreatywność. Podczas ostatnich zajęć dzieci tworzyły m.in. róże z krepiny.

W środy odbywają się również zajęcia komputerowe z programowania gier dla dzieci. Uczestnicy poznają wizualny język programowania, zgłębiają zasady grafiki komputerowej, tworząc własne gry komputerowe.



Dla miłośników klocków mamy warsztaty robotyki, na których dzieci najpierw budują różne przedmioty, a później wprawiają je w ruch.

**Daniel Kossakowski**



# GORZYCKI

MYŚLĘCINEK/OSIELSKO, ul. Szosa Gdańska 23

## OKRĘGOWA STACJA KONTROLI POJAZDÓW

**52 381 36 30 606 140 758**

- przeglądy rejestracyjne (sam. osobowe, ciężarowe, ciągniki, motocykle, autobusy, naczepy, przyczepy)
- przeglądy powypadkowe oraz dodatkowe - GAZ, TAXI, L, HAK
- przeglądy przed pierwszą rejestracją - z impotru
- zmiany konstrukcyjne
- wykonanie tabliczek znamionowych oraz nabijanie numerów VIN

## UBEZPIECZENIA KOMUNIKACYJNE I MAJĄTKOWE

**52 381 31 01 608 531 140**

### AUTO - SERWIS

**52 381 31 01 608 531 130**

- silniki, układy napędowe
- naprawa zawieszenia
- układy hamulcowe
- blacharstwo, lakierstwo

### ZAPRASZAMY

e-mail: [biuro@gorzycki.info](mailto:biuro@gorzycki.info)

[www.gorzycki.info](http://www.gorzycki.info)

## Spotkanie osielskich seniorów

Na wiosennym spotkaniu seniorzy gościli panią Sylwią Piskulską - Grzesik oraz panią Darię Bąk z Salonu Optycznego Optometria z Bydgoszczy.

Podczas miłej i przyjaznej wymiany zdań odbyła się prelekcja, której tematem był: „Dobry wzrok u seniora, wszystko co powinieneś wiedzieć”. Seniorzy poznali dziesięć złotych zasad jak dbać o wzrok oraz jak sobie radzić w przypadku wad wzroku i chorób oczu. Seniorzy chętnie uczestniczyli w ciekawej dyskusji.

S.Z.



*Dobry wzrok u seniora,  
wszystko co powinieneś wiedzieć.*



OPTOMETRIA  
MATEJKA I GRZESIK  
OPTOEDUKACJA  
SYLWIA PISKULSKA-GRZESIK  
DARIA BĄK

## USŁUGI ASENIZACYJNE



**Tel. 605 567 280**

Posiadam koncesję na terenach  
gmin Osielsko i Dobrcz  
Posiadam dwa samochody  
o pojemności 8 m i 18 m  
Szybko, Tanio, Solidnie

**BAGNIEWSKI  
— AUTO SERWIS —**

POSTAWOWA  
STACJA KONTROLI  
POŁAZIMÓW  
CBV/024P

**PRZEGLĄDY REJESTRACYJNE**

**Osielsko  
ul. Wiatrakowa 4.  
Tel. 519-159-085 | 510-134-499**

# ENERGA GRAND PRIX TCZEWA W KARATE

## - podsumowanie

22 medale zawodników Klubu Karate YAMABUSHI, (w tym 5 złotych, 7 srebrnych, 10 brązowych) podczas dwudniowych zawodów Karate pn. GRAND PRIX TCZEWA. W zawodach udział wzięło około 450 zawodników z 36 Klubów z 8 państw. W klasyfikacji generalnej zawodów zajęliśmy 8 miejsce.



### Medaliści to:

**Złoto:** Hubert Grzybek - kumite indywidualne młodzików (-50 kg); Bartosz Kleniewski - kumite indywidualne mężczyzn (-67 kg); Jan Fierek, Fabian Sojka, Patryk Tarkowski - kumite drużynowe juniorów młodszych; Kacper Obara - kumite indywidualne chłopców żółte pasy 10-11 lat (-40 kg); Jakub Cender - kumite indywidualne chłopców żółte pasy 8-9 lat (+30 kg);

**Srebro:** Jan Fierek, Fabian Sojka, Patryk Tarkowski - kumite drużynowe juniorów; Agata Grzybek - kumite indywidualne junierek młodszych (-54 kg); Fabian Sojka - kumite indywidualne juniorów (-68 kg); Marysia Kerner - srebro w kumite indywidualnym U21 (-50 kg); Kacper Obara - kumite indywidualne chłopców 10-11 lat (-40 kg); Jakub Cender - kumite indywidualne chłopców białe pasy (+30 kg); Błażej Michałek - kumite indywidualne chłopców 10-11 lat żółte pasy (-40 kg);

**Brąz:** Aniela Dzedzej, Emilia Chaberska, Agata Grzybek, Julia Szot - brąz w kumite drużynowym junierek; Aniela Dzedzej, Iga Daszkiewicz, Agata Grzybek, Julia Szot - brąz w kumite drużynowym junierek młodszych; Emilia Chaberska - brąz kumite indywidualne junierek (-53 kg); Aniela Dzedzej - brąz w kumite indywidualnym junierek (-59 kg); Iga Daszkiewicz - brąz w kumite indywidualnym junierek młodszych (-47 kg); Julia Szot - brąz w kumite indywidualnym junierek młodszych (-47 kg); Aniela Dzedzej - brąz kumite indywidualne junierek młodszych (-54 kg); Jan Fierek - brąz kumite indywidualne juniorów młodszych (-63 kg); Fabian Sojka - brąz kumite indywidualne juniorów młodszych (-70 kg); Maria Kerner - brąz kumite indywidualne kobiet (-50 kg).

**Nasi sponsorzy – firmy godne zaufania i wspierające sport:** MAT BUD Materiały Budowlane - Jacek Rutkowski, Fundacja Jacka Rutkowskiego - Pomagajmy Razem, BudRen - Krzysztof Reniewski, PremiumLeasing24.pl - Leasing, Pożyczka Leasingowa, Kredyt, Ritter Eksperti Finansowi - Magdalena Flisiak, Łukasz Siekierka - firma specjalizująca się w kredytach hipotecznych, Mondy Świecie, HYDRAFBUD Sp. z o.o.

**oraz samorządy:** Gmina Osielsko - Wójt Wojciech Sypniewski, Miasto i Gmina Nakło nad Notecią - Burmistrz Sławomir Napierała, Miasto i Gmina Świecie - Burmistrz Krzysztof Kułakowski, Ośrodek Kultury Sportu i Rekreacji w Świeciu.

**Trener Andrzej**



## Karol Pawlik – brązowym medalistą Halowych Mistrzostw Polski w lekkoatletyce

Podczas rozgrywanych Halowych Mistrzostw Polski Seniorów w Toruniu, mieszkaniec naszej gminy Karol Pawlik zaliczając kolejne wysokości wywalczył 3. miejsce w konkurencji skok o tyczce z wynikiem 5,31m.

Jest to już kolejny tytuł w karierze Karola Pawlika. Ma on na swoim koncie kilka tytułów Młodzieżowego Mistrza Polski, Wicemistrza Polski Seniorów oraz był też brązowym medalistą Mistrzostw Polski Seniorów.

Wynik i miejsce wywalczone w tym roku w Toruniu tym bardziej cieszą zarówno zawodnika jak i trenera, gdyż Karol Pawlik od 2 lat borykał się z wieloma kontuzjami i jego dalsza kariera była mocno zagrożona. Karol poddał się specjalistycznej operacji, która była konieczna, aby mógł kontynuować trenowanie swojej dyscypliny. Pomoc medyczna, trenerska oraz upór i determinacja zawodnika doprowadziły Karola do uzyskiwania obecnie wyników na dobrym poziomie. Zawodnik trenuje pod okiem Wojciecha Dakiniewicza w klubie Zawisza Bydgoszcz, a jego rekord życiowy to pokonanie poprzeczki na wysokości 5,51m. Wynik uzyskany w Toruniu to najlepszy wynik w tym sezonie.

Trzymamy kciuki za zawodnika i jego dalszy rozwój sportowy.



Zapraszamy do EKO DROGERII w Osielsku

**KOSMETYKI  
NATURALNE**  
POLSKICH PRODUCENTÓW

KONSULTACJA  
KOSMETOLOGICZNA  
W SKLEPIE!

W Eko Drogerii Świat Natury w Osielsku dostaniesz wyjątkowe kosmetyki rzemieślnicze.

Dzielimy się wiedzą, testujemy, dobieramy, dopasowujemy najlepsze rozwiązania do wszystkich typów cery i problemów skórnych.

Świat Natury  
www.naturyswiat.pl

EKO DROGERIA "ŚWIAT NATURY"  
Pn-Pt 10:00 - 17:00  
Sb 10:00 - 14:00  
Narcyzowa 2A/1, 86-031 Osielsko  
tel. 721 087 527  
kontakt@naturyswiat.pl