

Panorama Osielska

Piszemy dla Was od 1992 roku



Wystawa Grupy Plastycznej GOK Osielsko Tamara Łempicka i nie tylko

czytaj str. 18

**BAGNIEWSKI
— AUTO SERWIS —**

POSTAWOWA
STACJA KONTROLI
POJAZDÓW
CBY/024/P

PRZEGLĄDY REJESTRACYJNE

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

skp ZAPRASZAMY:
pon.-pt.: 7⁰⁰-20⁰⁰
sob.: 8⁰⁰-14⁰⁰

**OKRĘGOWA STACJA
KONTROLI POJAZDÓW**

OSIELSKO tel./fax 52 324 00 23
ul. Kolonijna 3 www.skposielsko.pl
(Szosa Gdańska przy gminie) e-mail: robertskp@wp.pl



Klinika Zdrówko 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!



O sielskie pokrzyżki



Czy jest bezpiecznie?

Osielsko, ulica Leśna: wykonawca i projektant zadbali o bezpieczeństwo. Droga jest na wskroś nowoczesna. Progi zwalniające, oddzielny chodnik dla pieszych, a po drugiej stronie pas ruchu dla rowerów. Tablica świetlna wyświetlająca prędkość, gdy przesadziłeś. Na dodatek często można spotkać patrol drogowki mierzący prędkość, a tym samym hamujący zapędy co bardziej zapalczystych kierowców.

A jednak nie jest bezpiecznie.

Jadę rowerem, a po jezdni dla rowerzystów spaceruje chłopiec, w wieku między 7 a 10 lat, z wilczurem długowłosem bez kagańca. Około kilometra dalej rowerzysta śmiga rowerem, a obok wilczur bez kagańca biegnie. Tym razem poruszają się po chodniku dla pieszych. Na drugi dzień znów ten sam chłopiec idzie drogą rowerzystów z wilczurem... Kilka dni potem cała rodzinka spaceruje po drodze rowerzystów, od babci po dziecko.

Nasuwa się zatem refleksja:

Nawet najbardziej przemyślane rozwiązania drogowe nie zapewnią nam bezpieczeństwa i przepustowości drogi, jeśli mieszkańcy nie przejawiają odpowiedniej kultury i elementarnej troski o bezpieczeństwo drugiego człowieka.

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.

Redaguje zespół: Marek Manuszewski, Piotr Wizimirski.

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 20.09.2022 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)



K A Ć I K M E D Y C Z N Y

Wpływ ruchu na organy i schorzenia

Aktywność fizyczna i właściwa dieta to podstawowe czynniki odpowiedzialne za zachowanie zdrowia, dobry rozwój fizyczny i psychiczny. Coraz częściej docierają do nas z mediów bardzo niepokojące informacje o złym stanie zdrowia Polaków, wynikającym po części z braku ćwiczeń i aktywności. Generalnie ten problem nie dotyczy tylko naszego kraju, ale większości rozwiniętych społeczeństw. Nie powinno to jednak stać się dla nas pocieszeniem, ponieważ sytuacja u nas (szczególnie wśród dzieci, młodzieży i osób starszych) wcale nie ulega zmianie.

Wpływ ruchu na odporność i wydolność organizmu

Ruch mobilizuje układ odpornościowy, dlatego osoby uprawiające sport rzadziej chorują, łagodniej przechodzą choroby i szybciej wracają do zdrowia. U seniorów regularna aktywność fizyczna o umiarkowanej intensywności wpływa na poprawę procesów immunologicznych. Im większy jest wśród osób starszych poziom aktywności fizycznej, tym mniej jest infekcji układu oddechowego. Regularny, umiarkowany wysiłek fizyczny powoduje wzrost liczby jak i aktywności makrofagów, ważnych w obronie przed antygenami, przez co organizm znacznie lepiej radzi sobie ze zwalczaniem wirusów i bakterii.

Wpływ ruchu na układ kostno-mięśniowy

Systematyczne ćwiczenia powodują, że włókna mięśniowe stają się grubsze - zwiększa się masa mięśniowa, bardziej wytrzymałe - zwiększa się siła mięśni i odporność na zmęczenie. Dzięki aktywności fizycznej seniorzy zawdzięczają m.in. zwiększenie ruchomości stawów, pobudzenie czynności kaletki maziowych, a także zwiększenie elastyczności i sprężystości struktur okołostawowych jak torebka stawowa, więzadła. Ruch sprzyja wzrostowi gęstości kości - zwiększa się warstwa istoty zbitkiej, ilość substancji organicznych i soli mineralnych, zmienia układ beleczek kostnych, dzięki czemu kości są mocniejsze i mniej podatne na złamania w trakcie urazów. Co bardzo istotne dla rosnących organizmów czyli dzieci i młodzieży - ruch wspomaga nawyk prawidłowej postawy, a jak wiemy wady postawy są plagą naszego wieku. Dla seniorów ruch jest wręcz lekiem w leczeniu osteoporozy.

Wpływ ruchu na układ krwionośny

Dzięki aktywności fizycznej sprawniej działa również układ krwionośny. Zwiększa się ukrwienie narządów,

zaopatrzenie komórek w tlen i substancje odżywcze, usprawnia system odbioru zbędnych i szkodliwych produktów przemiany materii. Umiarkowany wysiłek poprawia parametry krwi, zwiększając liczbę białych krwinek, a tym samym obronę przed zakażeniami. Regularna aktywność fizyczna przyspiesza spalanie tłuszczu, pomaga walczyć ze zbędnymi kilogramami, utrzymać prawidłową masę ciała. Systematyczne ćwiczenia o umiarkowanej intensywności redukują ryzyko wystąpienia wielu chorób cywilizacyjnych takich jak: cukrzyca, nadciśnienie tętnicze, otyłość, zawał serca. Prócz tego istotny jest pozytywny wpływ aktywności fizycznej na gospodarkę cholesterolową poprzez zwiększenie frakcji tzw. dobrego cholesterolu HDL (high-density lipoprotein).

Wpływ ruchu na ośrodkowy układ nerwowy (OUN)

W przypadku OUN regularny i rozsądny ruch powoduje wzrost koordynacji ruchowej i koncentracji oraz zwiększenie szybkości uczenia się czynności ruchowych, poprawia funkcje mózgu i jakość snu. Ruch spowalnia starzenie się komórek nerwowych i powoduje poprawę tak zwanej pamięci ruchowej, co wpływa na coraz lepszą technikę ruchów. Ćwiczenia są elementem wspomagającym w leczeniu choroby Parkinsona, dystrofii mięśniowych, zaburzeń koordynacji ruchowej i równowagi, a nawet padaczki. Jednorazowy wysiłek nie oddziałuje na nasz organizm, ale umiarkowany systematyczny wysiłek reguluje pracę ośrodkowego układu nerwowego. Udowodniono, że 4 miesiące umiarkowanej aktywności fizycznej poprawia jakość snu o 65% wśród badanych leczonych na bezsenność - mogą oni spać dłużej i głębiej, co przekłada się na funkcjonowanie organizmu w ciągu dnia, lepszą wydajność w pracy i pogodny stosunek do ludzi.

Wpływ ruchu na układ oddechowy

Ruch zwiększa zapotrzebowanie organizmu na tlen i usprawnia funkcjonowanie układu oddechowego. Dzięki regularnej aktywności fizycznej wzrasta wentylacja i ukrwienie płuc, zwiększają się parametry spirometryczne (w tym najbardziej znany VC – pojemność życiowa), wzrasta siła mięśni oddechowych klatki piersiowej i przepony.

Wpływ ruchu na układ trawienny

Aktywność fizyczna zwiększa sprawność mięśni gładkich, wpływając tym samym pozytywnie na funkcjonowanie jelit, żołądka, nerek i wątroby. Regularny, ale również sporadyczny ruch polepsza funkcje trawienne i perystaltykę jelit co pozwala uniknąć zaparć, zapobiega zaleganiu moczu w przewodach moczowych co ma duże znaczenie szczególnie wśród osób z kamicą nerkową.

Wpływ ruchu na psychikę

Aktywność fizyczna to uniwersalny lek na poprawę samopoczucia. Niezależnie od wieku i płci oraz wydolności

organizmu umiarkowany ruch poprawia samopoczucie. Wysiłek trwający co najmniej 30 minut powoduje wzrost produkcji endorfin – hormonów, które odpowiadają za dobre samopoczucie czasem nawet euforię. Patrzymy wówczas na świat znacznie pozytywniej. Korzystny wpływ sportu na psychikę wykorzystywany bywa przez lekarzy i psychologów – umiarkowana aktywność fizyczna często zalecana jest w profilaktyce i leczeniu niektórych postaci depresji. Podczas uprawiania aktywności fizycznej nie zastanawiamy się jak dany wysiłek wpływa na poszczególne układy organizmu, a jak widzimy może zdziałać dużo dobrego. Proszę zastanówcie się Państwo, czy warto to dobro wykorzystać, czy nadal lepiej bezruch tłumaczyć brakiem czasu?

Z życzeniami zdrowia, miłych wakacji i urlopu
dr n.med. Iwona Adamczak
specjalista rehabilitacji medycznej,
balneologii i medycyny fizykalnej
Klinika Zdrowko

Dni Tucholi - Klub Seniora Niemcz

Nie tak dawno i wcale nie za siedmioma górami, pewnej bardzo deszczowej soboty 16.07.2022, Klubowicze z grupy niemczańskich seniorów wybrali się do Tucholi.

Bajkowo rozpoczęła opowieść jednak pokrzyżowała pogoda i dała się we znaki, odbierając niestety większość zaplanowanych w programie atrakcji. Zorga-

Ośrodku Kultury. W tym samym czasie i miejscu odbywał się konkurs sygnalistów myśliwskich. Działo się dużo, a w związku z pogodowym pstryczkiem w nos było momentami dość chaotycznie, zaskakująco i wesoło. Mimo kapryśnej pogody gospodarze imprezy zadbali o ciepłą grochówkę, bigos z dziczyzny, gościnną atmosferę, dużą dozę serdeczności i ciepło dla wszystkich. Pomimo zmoczonych kapturów, parasoli i czasem nawet skarpetek, humor nie opuścił większości uczestników wycieczki. Nasi seniorzy, za co osobiście dziękuję, dokońca trzymali fason próbując wyciągnąć z zaistniałej sytuacji wszystko co pozytywne. Dewiza „Nie ważne co i gdzie, ważne z kim”, w tym przypadku bardzo się sprawdziła, bo mimo niesprzyjających warunków wycieczka odbyła się z uśmiechami na twarzach.



nizowane w plenerze dwa folklorystyczne występy grup Bławatki i Krebane przeniesiono pod dach Tucholskiego

Hania Konieczka

25 lat minęło Jubileusz Klubu Seniora w Maksymilianowie

W czerwcu, w świetlicy odbył się Jubileusz 25 – lecia działalności Klubu Seniora w Maksymilianowie. Zanim przedstawię co działo się na tym wyjątkowym spotkaniu, to opowiem trochę o historii.

W 1997 roku z inicjatywy Pana Bolesława Sumary (pierwszego przewodniczącego klubu) zawiązał się wspomniany klub. Przez 13 lat klub, którego opiekunem był Sławomir Laskowski spotykał się w salce katechetycznej parafii w Maksymilianowie. Poza comiesięcznymi spotkaniami uczestnicy brali też udział w wycieczkach. Klub się rozrastał i w roku 2011 miejscem spotkań stała się nowa świetlica. W tym momencie pojawia się moja osoba, która przejmuje obowiązki opiekuna. Przyznam szczerze, że bardzo obawiałem się czy podołam tej funkcji. Seniorzy jednak bardzo miło mnie wówczas przyjęli do swojego grona i tak tworzymy zgraną paczkę. Jak wspominałem wcześniej klub dużo podróżuje. Zwiedziliśmy dużo zakątków Polski, a jeszcze wiele nowych miejsc przed Nami.

Wrócę do Jubileuszu. Ustaliliśmy, że zrobimy go w naszej świetlicy. Uczestnicy sami o wszystko zadbałi. Były potrawy, zakąski, ciasta. W spotkaniu uczestniczyli zaproszeni goście: Zastępca Wójta Gminy Osielsko Krzysztof Lewandowski oraz dyrektor GOK w Osielsku Marek Manuszewski. Uroczystość rozpoczął przewodniczący Konrad Chmielewski, który opowiedział o działalności klubu. Życzenia seniorom złożyli również goście. Obejrzelśmy występy dzieci, zjedliśmy tort, a później to już zabawa taneczna.

Chciałbym serdecznie podziękować seniorom za wspólne 11 lat. Każde spotkanie jest dla mnie wielką przyjemnością, a wycieczki wspaniałą przygodą. Życzę Wam dużo zdrowia i sił do kolejnych podbojów.



Opiekun Klubu Daniel Kossakowski

Już po rejsie

Na początku wakacji Klub Żeglarski z Osielska zorganizował rejs morski na kultowym jachcie Solanus. Tym razem naszym celem były: Bałtyk i porty polskie, niemieckie i duńskie. Przepłynęliśmy 409 mil morskich w czasie 150 godzin, z czego większość pod pełnymi żaglami.

Można powiedzieć, że podczas tegorocznego rejsu Solanusem mieliśmy wszystko, łącznie z fajną załogą i dzielnym kapitanem Włodkiem Palmowskim (choć

już pierwszego dnia wyjął wędkę, to do końca rejsu nie doczekaliśmy tej kapitańskiej ryby). Pływanie to tylko element tego rejsu. Wyzwanie, gdy rzuca, że zejście



z koi zajmuje kilka naprawdę długich minut. Wypracowałam też metodę owijania się wokół masztu w drodze do toalety, w celu przeczekaania co gwałtowniejszych bujnięć. Poza tym w portach zwiedzanie. Polecam Lubekę. Wystarczy spacer, aby odkryć jej urok i zrozumieć słusznie



nadane jej miano „Królowej Hanzy”. I koniecznie spróbować marcepanu! Tort marcepanowy w tylu smakach, że trudno się zdecydować, może przyprawić łasuchów



o szybsze bicie serca, a i tych mniej łakomych doprowadzić do cukrowej euforii. Ciekawe było też Travemünde z masą sklepików, kawiarenek i plażą...

Na naszej trasie nie mogło zabraknąć Bornholmu, okupionego płynięciem nocą i nowymi siniakami. Udało nam się znaleźć miejsce w marinie w stolicy, która w sumie z nóg nie zwała. Za to ludzie tak. Uśmiechnięci i serdeczni. Może trzeba się urodzić na Bornholmie, żeby takim być? Był też czas na zwiedzanie wyspy: twierdza Hammershus na północy wyspy, a właściwie jej ruiny, ale bardzo malownicze. A potem Gudhjem. Tak jak nie zachwyliło mnie Rønne, tak Gudhjem mnie powaliło. Must have pobytu na Bornholmie!

I może się wydawać, że Solanus to stary jacht (zwodowany w 1992 roku w Bydgoszcy i dlatego „port macierzysty Bydgoszcz” mocno dziwi), przy tych nowoczesnych może wygląda mało atrakcyjnie, ale znowu dał radę. Ciężki, bo z metalu (4 mm), ale falam się nie poddał. Bujał nami czasami niemiłosiernie, ale jednak do przodu (czasami tylko 0,6 węzła i przydałaby się lepsza śruba). Bez jakiś nowoczesnych udogodnień i designerskiego wystroju, ale jednak większość czasu na morzu. Niech więc te nowo-

czesne stoją sobie w marinach, a nami niech buja dalej na Solanusie.

Zapraszamy na pokład w przyszłym roku.

kapitan jachtu Włodek Palmowski z załogą

Zadanie zrealizowano w ramach umowy nr 07/22 zawartej z gminą Osielsko.



Lato w Świetlicy Niemcz

Wraz z rozpoczęciem wakacji dzieci odpoczywając od zajęć szkolnych miały czas na rozmaite rozrywki, a świetlica w tym czasie oferowała im dużo atrakcji.



Oprócz codziennych zajęć świetlicowych odbywały się warsztaty a także półkolonie letnie, które po raz kolejny okazały się świetną formą zagospodarowania wolnego czasu. Różnorodny i bogaty program nie tylko nie pozwolił na nudę, ale też kształcił i bawił. Tygodniowe spotkania minęły intensywnie i zbyt szybko.

Dla dorosłych zostały zorganizowane warsztaty florystyczne o tematyce żniwnej. Każda z uczestniczek wykonała piękne bukietki na święto Matki Boskiej Zielnej oraz snopki dekoracyjne ze zboża, kwiatów oraz ziół.



Twórczej pracy sprzyjała miła atmosfera, a w świetlicy unosił się zapach ziół.

W słoneczny, upalny dzień seniorzy wraz z słuchaczami Uniwersytetu III Wieku wzięli udział w XII marszu kapelusowym i ze śpiewem na ustach przeszli ulicami Bydgoszczy na Wyspę Młyńską, gdzie nie zabrakło występów artystycznych i udanej zabawy.



Dzięki wysiłkom pani sołtys mieszkańcy Niemcza mieli możliwość uczestniczyć w wycieczce do Gdańska, która stała się nagrodą w konkursie na najlepsze upamiętnienie Święta Niepodległości. Uczestnicy zwiedzili jedyne takie w Polsce, a może nawet w Europie - muzeum II wojny światowej, którego znaczna część znajduje się pod ziemią. Ponad dwa tysiące eksponatów i około 240 stanowisk interaktywnych pozwoliły zobaczyć II wojnę z różnych perspektyw. Archiwalne dokumenty, filmy i wspomnienia dały możliwość poznania życia zwykłych ludzi i piękła przez które przeszli. Po emocjonującym zwiedzaniu nie zabrakło wolnego czasu na spacer i degustację lokalnych smakotków.

Sylwia Zawadzka



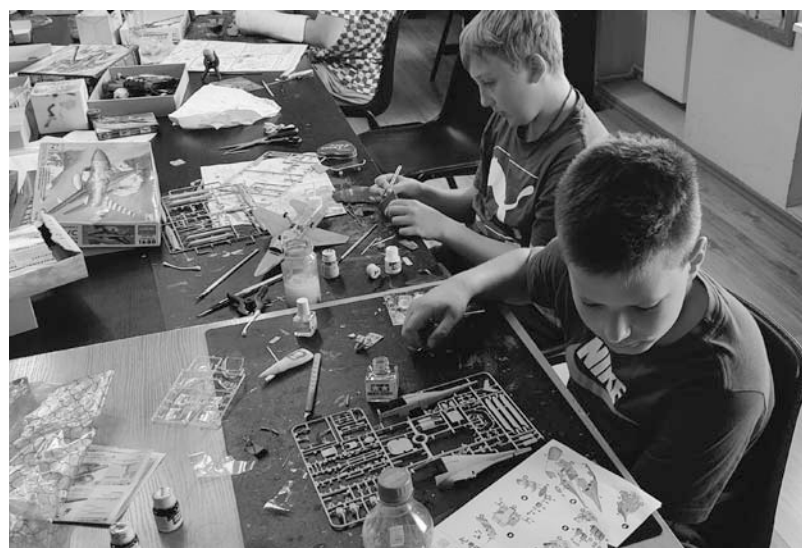
Letni wyjazd do kina - GOK Osielsko



Opiekun grupy Piotr Wizimirski



Letnie warsztaty modelarskie GOK Osielsko



Opiekun grupy K. Kuniec



Bank Spółdzielczy
w Bydgoszczy

KREDYT MIESZKANIOWY

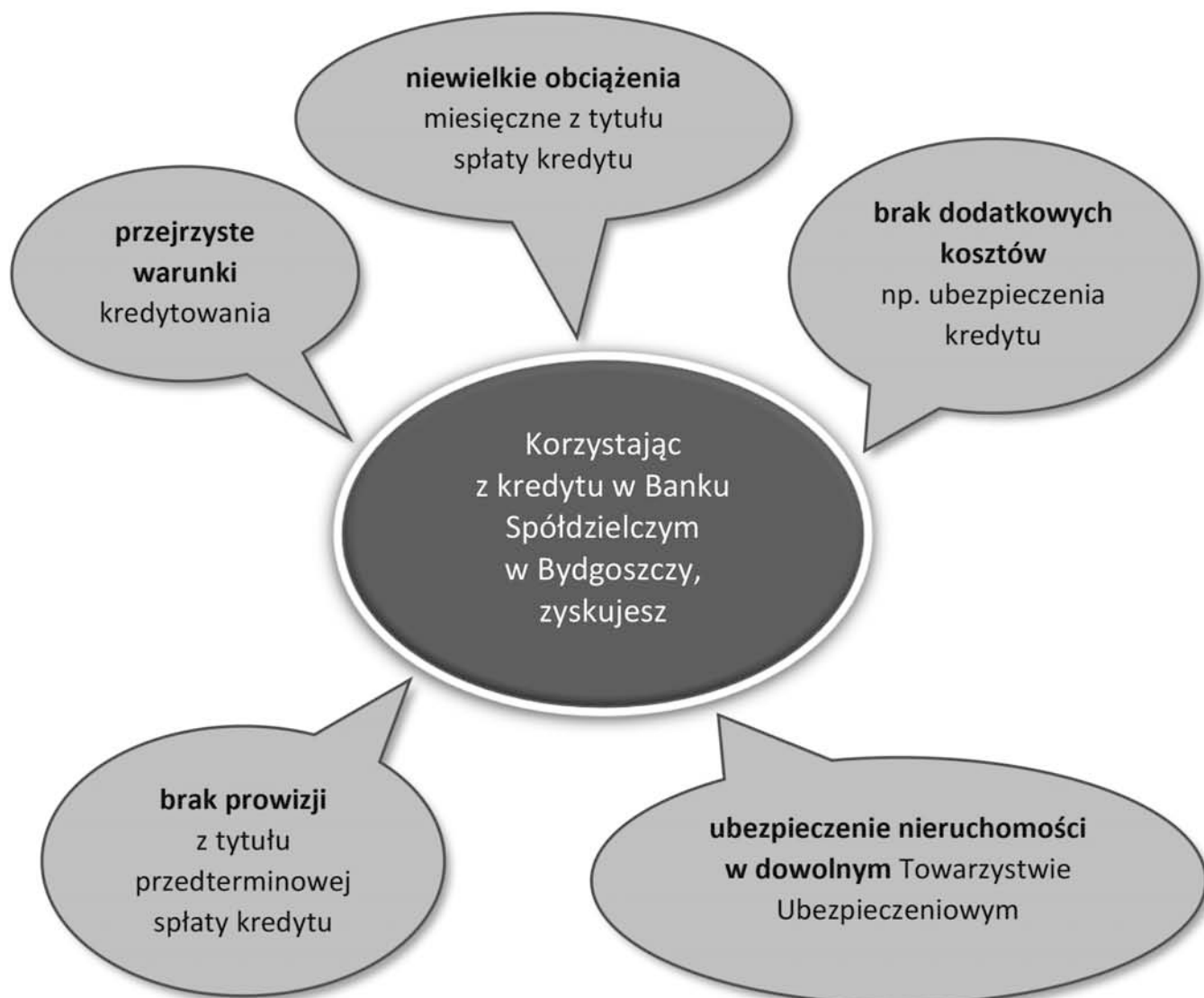
Szczegółowe informacje, wnioski:

Oddział Osielsko, ul. Szosa Gdańska 53 czynne 9⁰⁰-14⁰⁰

e-mail: 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**

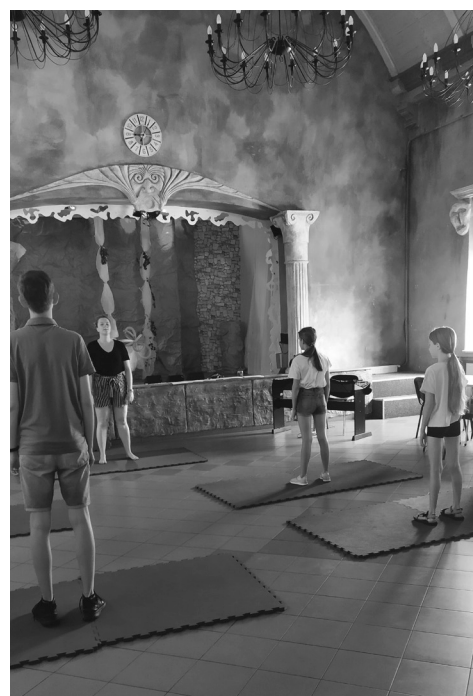


Letnie warsztaty ceramiczne w GOK Osielsko



Prowadząca zajęcia pani Gliwa

Letnie warsztaty wokalne - GOK Osielsko



Prowadząca zajęcia Weronika Kober

Nauczycielka ze Szkoły Podstawowej w Maksymilianowie, Sandra Wawrzyniak, nagrodzona w Belwederze!

Dnia 23 i 24 czerwca 2022 r. pani Wawrzyniak wzięła udział w IV Forum Wolontariatu, czyli ogólnopolskim spotkaniu z udziałem wolontariuszy, organizacji pozarządowych oraz instytucji publicznych zaangażowanych w działania wolontariackie.

Podczas forum odbyły się spotkania, warsztaty, debaty, których celem było przede wszystkim umożliwienie uczestnikom zdobycia wiedzy, profesjonalizacja ich działań oraz doskonalenie form kooperacji z wolontariuszami. Poza częścią teoretyczną miały miejsce również wizyty studyjne w wybranych placówkach współpracujących z wolontariuszami. Była to okazja do wymiany doświadczeń, praktyk, podzielenia się wiedzą i pomysłami w zakresie organizacji wolontariatu.

Podczas drugiego dnia IV Forum Wolontariatu, 24 czerwca, odbyła się uroczysta Gala wręczenia Nagród Wolontariatu Korpusu Solidarności oraz debata pt. „Wyzwania stojące przed polskim wolontariatem – czego nauczyło nas doświadczenie pandemii covid-19 i kryzysu uchodźczego?”. Współorganizatorami wydarzenia była Kancelaria Prezydenta RP i Narodowy Instytut Wolności. Gośćmi Honorowymi Forum byli prof. Piotr Gliński – Wiceprezes Rady Ministrów, Minister Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu, Przewodniczący Komitetu ds. Pożytku Publicznego; Anita Czerwińska – Sekretarz Stanu w Ministerstwie Rodziny i Polityki Społecznej, Pełnomocnik Rządu ds. Ekonomii Społecznej; Piotr Mazurek – Sekretarz Stanu, Pełnomocnik Rządu ds. Polityki Młodzieżowej, Wiceprzewodniczący Komitetu ds. Pożytku Publicznego.

Mam zaszczyt poinformować, że Sandra Wawrzyniak, nauczycielka języka niemieckiego w Szkole Podstawowej w Maksymilianowie, otrzymała wyróżnienie dla koordynatora wolontariatu za rok 2021. Sandra na co dzień reprezentuje wolontariat sportowy i pomaga w organizacji wydarzeń lekkoatletycznych w województwie kujawsko-pomorskim np. Memoriał Ireny Szewińskiej, Memoriał Wiesława Czapiewskiego oraz Copernicus Cup. W latach ubiegłych współpracowała przy organizacji takich wydarzeń jak: Mistrzostwa Świata do lat 20 (Bydgoszcz 2016), Mistrzostwa Europy do lat 23 (Bydgoszcz 2017), Drużynowe



Mistrzostwa Europy (Bydgoszcz 2019), Halowe Mistrzostwa Europy (Toruń 2021) oraz Lekkoatletyczne Mistrzostwa Świata Osób Niepełnosprawnych (Bydgoszcz 2021).

Swoją przygodę z wolontariatem sportowym nauczycielka zaczęła w 2013r. od Mistrzostw Świata w Biegach Przelajowych, które odbywały się w Myśliczynie. Od tamtej pory p. Sandra współpracuje z Kujawsko-Pomorskim Związkiem Lekkiej Atletyki jako wolontariuszka i koordynator wolontariatu.

Pani Wawrzyniak to nie tylko wspaniały wolontariusz, ale również świetny nauczyciel, doskonały fachowiec i fantastyczny wychowawca. Swoim zaangażowaniem

w życie szkoły, pomocną dłońią i dobrym słowem zyskała sobie wielu sympatyków zarówno wśród uczniów, rodziców, jak i nauczycieli. Tym bardziej cieszy tak wyjątkowe, w pełni zasłużone wyróżnienie. Cieszymy się, że jej zaangażowanie, serdeczność, szlachetność i przede wszystkim ogrom pracy zostało zauważone i docenione.

Ta nagroda to ogromne wyróżnienie nie tylko dla pani Sandry, ale również dla całej szkoły, a nawet dla całej społeczności lokalnej. To ogromny zaszczyt mieć takiego nauczyciela w swoim gronie. Serdecznie gratulujemy!

Anna Piotrowska-Buca



Powitanie lata w Niemczu

Mieszkańcy Niemcza powitali lato na wesoło: hucznie piosenką, tańcem na biesiadzie, ludowo. Bogaty program, który zawdzięczamy wspaniałym artystom Steffi Mal i Pawłowi Wenderskiemu sprawił, że amfiteatr w Niemczu tętnił życiem.



W ucho wpadały wspaniale wykonane znane i lubiane melodie, a wzrok przykuwały piękne kolorowe stroje artystów jak i zgromadzonej publiczności. Lato zostało powitane muzycznie i na bogato. Pani Sołtys częstowała zupą, a panie z koła „Niemczanie” słodkimi wypiekami. Każdy mógł znaleźć coś dla siebie.

Nie zabrakło również atrakcji dla dzieci oraz występów tanecznych kobiet. Po koncercie, który ze względu na liczne bisy trwał dłużej niż planowano, artyści wyszli do publiczności, aby wykonać pamiątkowe fotografie.

Dziękuję serdecznie wszystkim osobom, które pomogły w przygotowaniach i artystom, którzy swoją obecnością uświetnili powitanie lata.

Sylwia Zawadzka





Muzyczne Powitanie Lata w Maksymilianowie

Wzorem ubiegłego roku w Maksymilianowie powitaliśmy lato muzycznie. Na scenie plenerowej świetlicy w Maksymilianowie odbył się koncert największych wakacyjnych utworów. Dziękujemy wszystkim przybyłym i zapraszamy za rok.

DK



Festyn rodzinny w Maksymilianowie



Koncert w Jaruzynie

W upalny, letni dzień mieszkańcy Jaruzyna i okolic zebrał się na koncercie z okazji Powitania Lata.

DK



Na scenie wystąpiła Stefii Mal oraz Paweł Wenderski. W biesiadnych klimatach, przy wspólnym śpiewie i tańcu uczestnicy spędzili ponad dwie godziny.

Rodzinna atmosfera była okazją do spotkań, tych planowanych oraz niespodziewanych... Moc wrażeń muzycznych zostanie w pamięci na długo, a znane wszystkim melodie jeszcze długo „grały” w głowach uczestników.

Dziękuję pani Katarzynie Sierant, dyrektor GOSiR w Osielsku za możliwość skorzystania ze sceny oraz dobre słowo.

AT



Na początku programu odbył się przemarsz ulicami Bożenkowa zaproszonych osób wraz z Bożenami. Później przystąpiono do części oficjalnej, gdzie powitano płeć piękną przez władze Gminy Osielsko i licznych gości. Następnie konferansjer Daniel Kossakowski zaprosił wszystkich do dobrej zabawy oraz wysłuchania i obejrzenia programu artystycznego.

Dla Bożenek wokale przedstawiły dzieci ze Studia Piosenki w Osielsku, prowadzonego przez Weronikę Kober. Ponadto zatańczyły dzieci z Fabryki Tańca Joanny Grabowskiej. Pierwsza para taneczna przedstawiła taniec towarzyszy-



Wystawa Grupy Plastycznej GOK Osielsko

Tamara Łempicka i nie tylko





Zjazd Bożen

Po dwuletniej przerwie, w minioną sobotę, do Bożenkowa zawitały wspaniałe kobiety o imieniu „Bożena”, aby tradycyjnie odbyć swój zjazd. Tematem przewodnim spotkania był pechowy 13-sty, a co za nim idzie różne wyrocznie. Dlatego też panie wystąpiły w strojach kotów, aby podkreślić, iż pech się ich nie ima.

ski prezentując szyk oraz elegancję w tańcach latynoskich. Natomiast grupa cheerleaderek przygotowała dwa układy. W ostatniej części programu swe wdzięki i iluzję przedstawił Mateusz, który wspólnie z publiką wprowadzał wszystkich w świat magii i dobry humor. Ostatnim punktem zjazdu było wspólne zdjęcie oraz tort. I tak Bożenki pożegnały się z Bożenkowem zapewniając o przyszłorocznym przyjeździe.

H. Kątna



Opiekun grupy: Paweł Cywiński

Motocyklowe Święto Gminy Osielsko

20 VIII 2022

godz. 15.00 do 24.00

Stadion Żołędowo

imienia Jana Konopczyńskiego



PARTNER GŁÓWNY



W programie m.in.:

- pokazy motocyklowe i bokserskie
- niezapomniane przeboje Dżemu
- zabawa taneczna
- konkursy i atrakcje dla dzieci

Motocykl dla niskiej osoby?

Suzuki Intruder 125, Bydgoszcz - Rondo Grunwaldzkie, delikatnie kładę go w zakręt na tym jakże ruchliwym rondzie. Jadę z pasażerką. Na piasku rozsypanym, na asfalcie, tylne koło łapie lewostronny uślizg. Instynktownie odbijam nogą. To wyrównuje tor jazdy motocykla. Praktycznie przed tak zwanym w gwarze motocyklowym „dzwonem” uratowało mnie to, że osiągnęłam całą nogą do ziemi na cruiserze.

Inna sytuacja: Suzuki GSX – F 650. Wysokość siedzenia 770 mm. Sięgam na nim do ziemi jedną trzecią stopy. Obniżenie motocykla odkładałem na nieco później, ale do czasu... Skręcam z Centralnej w Leśną, w Osielsku. Hamuję lekko przed pasami, które są nieco z górki. Oparcie czubkiem nogi nie wystarcza, bo spad jeszcze zmniejsza powierzchnie stopy. 250 kg przewraca się. Tłukę plastiki, zaliczam duży siniak na przygniecionej motocyklem nodze. Laweta plus naprawa, razem 350 złotych. Po upadku natychmiast obniżam motocykl na odpowiednich ustawieniach i sięgam całą stopą do ziemi. Zatem wysokość ustawienia ma istotny wpływ na bezpieczeństwo jazdy. I można dobrać odpowiedni motocykl do niskiego wzrostu motocyklisty czego jestem sam przykładem mając tylko 171 cm wzrostu. Z pewnością osoba o podobnym do mnie wzroście nie pojeździ na motocyklach crossowych, ale na innych to i owszem.

Możliwości rozwiązań jest kilka: zmiana siedzenia (będzie mniej wygodnie), obniżenie zawieszenia (zmieniają się parametry jazdy motocyklem), wybór motocykla fabrycznie gotowego dla osób poniżej 170 cm wzrostu (to jest moim zdaniem najlepsza opcja).

Bezpieczeństwo, a wysokość kanapy.

Podstawy bezpieczeństwa na motocyklu to: odzież motocyklowa, dobry kask i koncentracja. Nie do przecenienia jest wysokość kanapy, tak by w każdej sytuacji oprzeć całą stopę na podłożu. Takie rozwiązanie zapewnia stabilność podczas postoju, pewność powolnych manewrów na przykład w korkach, poczucie pełnej kontroli nad maszyną.

Gdy dotykamy stopą tylko częściowo, to możemy zaliczyć wywrotkę. Każda dziura w asfalcie, nierówność, koleina, czy nawet lekko z górki może być dla nas niebezpieczne. Wymarzony motocykl nie dla nas? Motocykle, którym już na linii produkcyjnej obniżono zawieszenie to m.in. BMW R1 1200 GS i Triumph Tiger 800 XRx Low. W ofercie wielu producentów możemy znaleźć podobne zestawy osobno. Można zatem kupić motocykl używany, a następnie obniżyć go na nasze potrzeby.

Motocykl sportowy dla niskiej osoby?

Dlaczego znak zapytania w podtytule? Dlatego, że we wszystkich moich propozycjach sportowych kanapa umieszczona jest na wysokości 785 mm, co od razu eliminuje najmniejszych kierowców. Wybór w maszynach sportowych jest mocno ograniczony. Konstrukcja motocykli tego typu kładzie nacisk na wysoko umieszczony środek ciężkości. Pozwala on na dynamiczne pokonywanie zakrętów, precyzyjne prowadzenie i szybką zmianę kierunków pochylenia. Proponuję trzy motocykle spor-

towe: Kawasaki Ninja 300/400, Yamahę R3, Hondę CBR 500 R. CBR-ka to jeden z najciekawszych motocykli klasy A2. Super wygląd, przystępna cena, moc 48 KM dostarcza sporą dawkę emocji. Z całej trójki prowadzi się najlepiej.

Motocykle Adventure

Turystyczne enduro zapewniają komfort jazdy niezależnie, czy jedziesz asfaltem czy wybrałeś lekki teren. Oto polecane motocykle tej klasy: Triumph Tiger 800 XRx Low, BMW R 1200/1250 GS, - BMW F 650 GS i F 750 GS.

Triumph Tiger 800 XRx Low posiada kanapę umieszczoną na wysokości 780 mm. Regulacja pozwala obniżyć siedzenie do 760 mm. Można nim pojeździć po asfalcie, ale także po werstepach. Cieszy podgrzewanie kierownicy, siodła, tempomat. 95 KM robi dobrą robotę. Silnik żwawo reaguje na gaz, a na VI biegu można jeździć od 60 km/h w górę.

Turystyki dla niskich, Turystyka wyraża wolność.

Motocykl turystyczny powstał do pokonywania dużych dystansów. Motocykle tego typu to waga ciężka. Pomimo dużych gabarytów i masy pozwalają one na oparcie stóp osobom nieprzekraczającym wzrostem 170 cm.

Turystyki to: Honda Goldwing, BMW R 1200 RT, 1250 RT. Goldwing to krążownik, który w 4 s. osiąga 100 km. Kanapa spoczywa tu na wysokości 740 mm. A moc... pozwala wyciągnąć vana z błota.

Marek Manuszewski



<https://ocdn.eu/pulscms-transforms/1/i3Fk9kqTURBXy84MTlkMGFhZG-U0YjJkMzk3Nzk5ZGZmNWRjOTRiZmEwOS5qcGvNkpUDACrNA-zNAjSTbcODFM0BvIKhMAWhMQA>

Motocykl klasy Adventure - Triumph Tiger 800 XRx R Low

Turystyk - Honda Gold Wing 1800

https://motogen.pl/wp-content/uploads/2012/09/ZqeVnO9papeU3dSSZIMhonda_goldwing_1-1-750x400.jpg

Motocykl klasy scrambler - Ducati Scrambler Icon

<https://motobanda.pl/uploads/motors/502/1434006832.jpg>

Ciąg dalszy w Panorama 5/2022

Półkolonie letnie Maksymilianowo - Bożenkowo

Po raz kolejny świetlice w Bożenkowie i Maksymilianowie wspólnie zorganizowały półkolonie dla dzieci z gminy.

Rozpoczęliśmy od integracji na terenie gminnej bazy wypoczynkowej w Bożenkowie. Poza zajęciami były również gry i zabawy.

Kolejny dzień to wyjazd do Bydgoszczy. Najpierw zwiedziliśmy Młyny Rothera, później była wizyta w kinie na filmie „Niezgaszalni”. W środę udaliśmy się do Jura Parku w Solcu Kujawskim. Na początku trochę zwiedzania później zabawa w parku rozrywki. Następnego dnia udaliśmy się do gospodarstwa „Kraina Dolnej



cji. Tam z przewodnikiem zwiedziliśmy Muzeum Kolejki Wąskotorowej i ruiny zamku. Następnie pojechaliliśmy do Biskupina, gdzie zwiedziliśmy Muzeum Archeologiczne. Na tym zakończyliśmy nasze tegoroczne półkolonie.

DK



Wisły”. Tam dzieci mogły nakarmić alpaki, lamy, kozy. Była zajęcia plastyczne, profilaktyczne i zabawy.

Ostatniego dnia najpierw udaliśmy się do Żnina, skąd kolejką wąskotorową pojechaliliśmy do Wene-



**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

Letnie warsztaty z robotyki w GOK Osielsko



Zorganizowanie Dnia Języka Angielskiego

W naszej Szkole w Żółdowie okazał się przysłowiowym „strzałem w 10”.



Nasza szkoła gościła w tym dniu znane postacie ze świata filmu, literatury czy historii krajów anglojęzycznych. Mogliśmy spotkać się z Michaeliem Jacksonem, Johnem Lenonem, podać rękę Charliemu Chaplinowi, zrobić sobie zdjęcie ze Statuą Wolności, czy z Facetami

w czerni. Przenieśliśmy się w czasie widząc spacerujące po korytarzu księżniczki wraz z książętami. Spotkaliliśmy też mieszkańców Hogwartu. Mogliśmy poczuć się niemal jak gwiazda Hollywood pozując do zdjęć na ścianie.

Dziękujemy wszystkim za zaangażowanie i pomoc, a uśmiech na Waszych twarzach był dla nas najlepszą nagrodą.

Panie od języka angielskiego



Wakacyjne info z Bożenkowa

Okres wakacji to dla niektórych wypoczynek, „plażing, leżing” i jednym słowem lenistwo, a dla niektórych jednak to praca i zorganizowanie czasu wolnego dla swoich pociech.



Z myślą o swoich podopiecznych, bożenkowska placówka zorganizowała jak każdego roku warsztaty dla dzieci. W programie znalazły się zajęcia z makramy (grupa tworzyła pracochłonne łapacze snów), zajęcia plastyczne, ruchowe, robotyka, a nawet zajęcia bębniarskie. Te ostatnie poprowadziła Hania Konieczka - instruktor z Świetlicy Żołędowo.

Ponadto najbardziej wyczekiwane i ulubione przez dzieci podchody nocne z udziałem rodziców, a po nich nocowanie poza domem. Po raz pierwszy w nocowa-

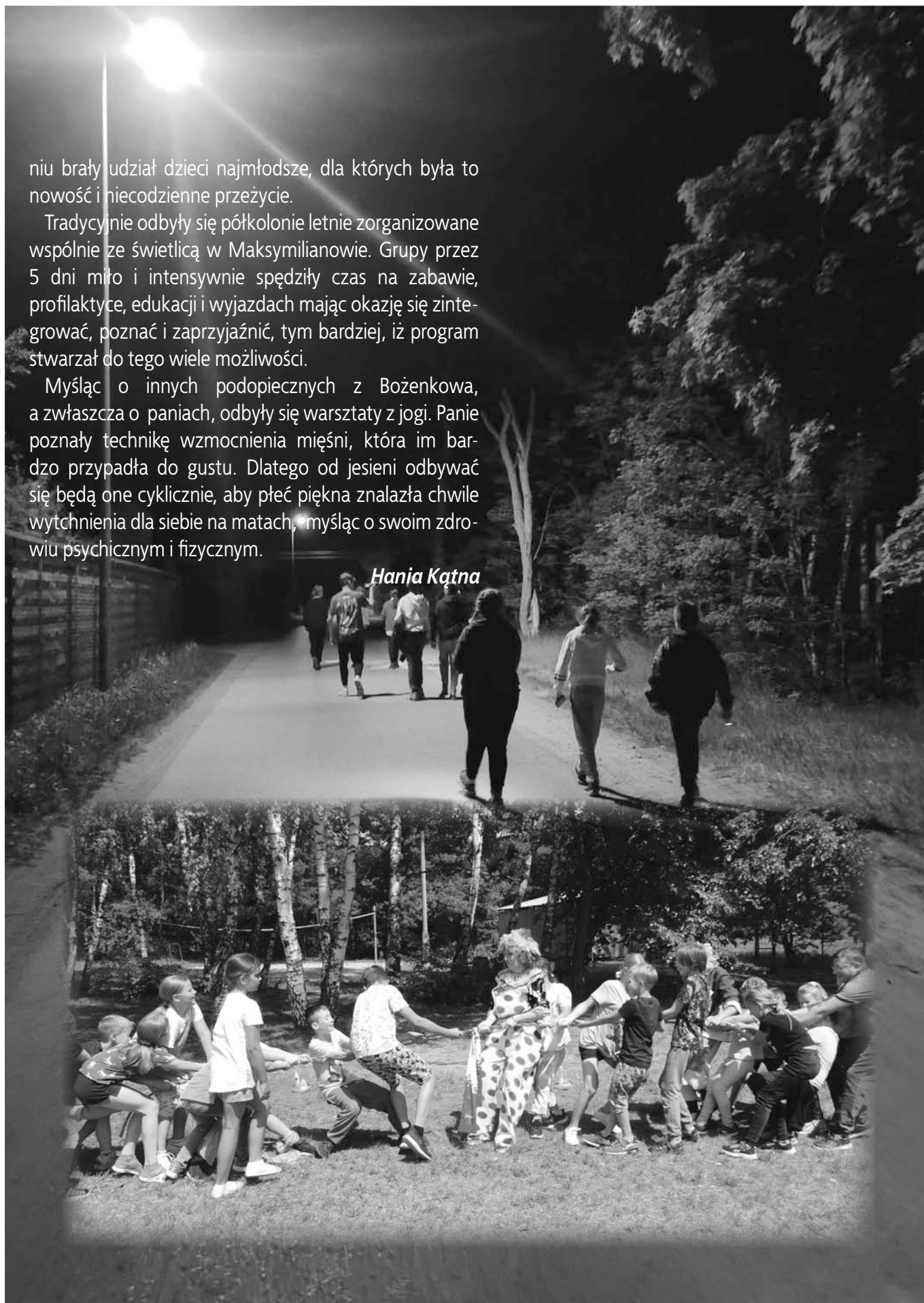


niu brały udział dzieci najmłodsze, dla których była to nowość i niecodzienne przeżycie.

Tradycyjnie odbyły się półkolonie letnie zorganizowane wspólnie ze świetlicą w Maksymilianowie. Grupy przez 5 dni miło i intensywnie spędziły czas na zabawie, profilaktyce, edukacji i wyjazdach mając okazję się zintegrować, poznać i zaprzyjaźnić, tym bardziej, iż program stwarzał do tego wiele możliwości.

Myśląc o innych podopiecznych z Bożenkowa, a zwłaszcza o paniach, odbyły się warsztaty z jogi. Panie poznały technikę wzmocnienia mięśni, która im bardzo przypadła do gustu. Dlatego od jesieni odbywać się będą one cyklicznie, aby płeć piękna znalazła chwile wytchnienia dla siebie na matkach, myśląc o swoim zdrowiu psychicznym i fizycznym.

Hania Kątna



Podsumowanie wakacji w Świetlicy Żołędowo

Wraz z nadejściem lata można było doświadczyć sporej dawki atrakcji. Oprócz zorganizowanych dla najmłodszych półkolonii odbyły się też warsztaty plastyczne, kilka zajęć z gry na bębnach afrykańskich, czy puszczania wielkich baniek mydlanych.

Na placu przed świetlicą wykonane przez dzieci bańki, fruwały takie pękate i piękne, nadając miejscu magicznego klimatu. Nie zwalniało również K.S. Olimp Boks Osielsko



nizowane przez Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej. Przez dwa tygodnie dzieci pod opieką opiekunek uczestniczyły w zorganizowanych atrakcjach. Na początku lipca, z okazji rozpoczęcia lata miała miejsce impreza, którą świetlica współorganizowała wraz z sołectwem Żołędowo. Jak się okazało mieszkańcy wsi i okolic lubią wspólnie spędzać czas, bawić się, tańczyć, śpiewać i oczywiście dobrze podjeść.

A było co! Pyszności przygotowane przez KGW Żołędowo rozeszły się w błyskawicznym tempie. Kulinarne



i działało całkiem prężnie. Klubowicze nie odpuścili treningów i przy nieco zmienionym grafiku kontynuowali swoje zajęcia do połowy sierpnia. Ponadto na terenie świetlicy odbywały się wakacyjne place zabaw zorga-



bonusy w postaci lodów, popcornu czy waty cukrowej wywoływały na twarzach dzieci wyraz zadowolenia, a dmuchany plac zabaw pozwolił milusińskim stracić trochę niekończącej się energii. Całość spinała fantastyczna

oprawa muzyczna w wykonaniu Agaty Pufal i Włodzimierza Heysera. Utalentowani i świetnie zgrani muzycy wykonali wiele znanych i lubianych coverów. Przekrój był szeroki: od „Mój jest ten kawałek podłogi” przez piosenkę śpiewaną wcześniej przez Marylę Rodowicz „Remedium”, aż po Maanam i kultowe „Cykady na cykadach”. W powietrzu oprócz ogłuszającego zapachu lata i unoszącej się muzyki dało się odczuć zwykłą, nieskrępowaną ludzką radość, wolność w wyrażaniu emocji i jakąś wyjątkową aurę wesołej, tanecznej wspólnoty.

W sierpniu zaplanowano warsztaty w plenerze z malowaniem kamieni i tań-



cami do bałkańskich rytmów. Mieszkańcy Żołędowa i okolic mieli możliwość pomalować akrylami swój kamień, zatańczyć w kręgu i wziąć udział w konkursach z drobnymi nagrodami, które zasponsorowała Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Gmina Osielsko.

Ponadto świetlica stała otworem dla wszystkich, którzy chcieli po prostu spędzić w niej czas, pograć w tenisa stołowego, na komputerach czy skorzystać z siłowni zewnętrznej. Odbywały się spotkania Klubu Seniora Żołędowo, Koła Gospodyń Wiejskich.



To było. Przed nami są jednak jeszcze wydarzenia stawiające na lokalną integrację i na które już teraz serdecznie wszystkich zapraszamy. W pierwszą sobotę września odbędzie się znana impreza pod nazwą Biesiada Sołecka. Jak zwykle przewidziano dużo dobrej zabawy, uśmiechu, muzyki, tańców i swobodnego bycia w towarzystwie rodziny, sąsiadów czy przyjaciół.

Do zobaczenia zatem we wrześniu oraz do przeczytania najpewniej przy nieco już innej aurze pogodowej.

Hania Konieczka



Wakacje w Jaruzynie



**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



Przez okres wakacji świetlica tętniła życiem. Oprócz zajęć stałych odbywały się warsztaty o różnej tematyce: robotyka, chemiczne, konstrukcyjne, długopisy 3D.

W lipcu odbyły się półkolonie dla dzieci z Gminy Osielsko. Udział wzięło 15 osób. Program był dość napięty. Dzieci odwiedziły m.in. park linowy, Zawiszę, Edukacyjną Zagrodę w Kozielcu, wystawę w Polednie. Odbył się rejs statkiem oraz obejrzano film pt. „Buzz Astral”. Uczestnicy klubu seniora spotkali się, by omówić wspólne plany wyjazdów.

AT



Z działalności Klubu Seniora Osielsko

W ostatnim czasie klub seniora działający w Osielsku bardzo prężnie uczestniczy w różnych formach aktywności.

Nie brakuje również okazji do świętowania. Do grona osiemdziesięciolatek dołączyła Pani Krystyna Pawłowska. Jubilatce składano życzenia i słowa uznania. Nie zabrakło też kwiatów, toastów i wielkiego urodzinowego tortu. Następnie rozpoczęła się zabawa przy muzyce, w której seniorzy zawsze chętnie uczestniczą.

Korzystając z pięknej, letniej pogody i uroków lata, seniorzy wybrali się na wycieczkę do Inowrocławia. Wycieczkowicze degustowali lokalne smakołyki i podzi-

wiali malownicze tereny urokliwego miasta. W wolnym czasie każdy miał możliwość skorzystania z relaksujących kąpeli w basenach termalnych. Spacerowano też przy łąkach i parku solankowym, który zachwyca bogactwem roślinności i pięknymi dywanami kwiatowymi.

Wycieczka sprzyjała wzajemnej integracji, więc czas teraz wyruszyć nad morze.

S.Z.



Wycieczka do Poznania - U3W GOK Osielsko



TURNIEJ O PUCHAR BURMISTRZA MIASTA I GMINY PELPLIN MEMORIAŁ KAZIMIERZA POLCA

Ponad 200 zawodników i zawodniczek brało udział w Pelplinie, w tym ekipy zagraniczne z Ukrainy, Łotwy, Litwy, Szwecji i Niemiec.

Nasi zawodnicy wywalczyli dwa brązowe medale:

- Ksenia Stemska,
- Olaf Stemski.

Jakub Jankowiak, wygrana walka oraz dwie przegrane z zawodnikami z Litwy i Ukrainy, a Marek Engelgardt dwie walki przegrane.

Maciej Zakowicz



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

- wrzosy,
- kwiaty balkonowe i rabatowe,
- byliny, zioła, sadzonki warzyw,
- 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

Zdrowy styl na półkoloniach w Świetlicy Niwy - Wilcze

Półkolonie letnie dla dzieci i młodzieży to nie tylko spotkania, rozmowy, gry, wspólne zabawy i wyjazdy, ale też edukacja trwałego kształtowania prozdrowotnych nawyków wśród dzieci i młodzieży. Promocja zasad aktywnego stylu życia, to zdobywanie konkretnych umiejętności, jak też kształtowanie postaw i zwiększanie zainteresowania problematyką prozdrowotną.

Każdy dzień zaczynaliśmy od wspólnych zabaw integracyjnych, by nawiązać bliższe relacje oraz od ćwiczeń ruchowych kształtujących sylwetkę: ćwiczenia na mięśnie brzucha, bioder, grzbietu, klatki piersiowej i ćwiczeń oddechowych.

Wycieczki? Jak najbardziej. One stanowią ważny element poznawczy. Byliśmy w parku linowym, który okazał się strzałem w tzw. „10”. Odwiedziliśmy stadion Zawiszy



Bydgoszcz i sekcję gimnastyki sportowej. Wszyscy mieli okazję do pogłębiania edukacji sportowej. Zwiedzaliśmy Barkę Lemara, gdzie dzieci poznały trochę historii rodzin szyperskich. Pływaliśmy tramwajem wodnym, dzięki



któremu zwiedziliśmy Bydgoszcz od strony Brdy. Braliśmy udział w warsztatach w Pierogarni, gdzie spożywaliśmy samodzielnie zrobione pierogi. Odwiedziliśmy Eduka-



cyjną Zagrodę w Kozielcu, w której z ochotą karmiliśmy zwierzęta, zbieraliśmy jajka, robiliśmy pranie za pomocą tarek, poznawaliśmy zioła. Muzeum w Polednie okazało się bardzo ciekawą edukacją przyrodniczą, gdzie mieliśmy okazję zobaczyć niesamowite okazy zwierząt z całego świata.



W podziękowaniu za sportową postawę uczestnicy półkolonii otrzymali medale.

Ze sportowym pozdrowieniem
Violka Pryłowska

Mistrzostwa Polski Seniorów

Karol Pawlik potwierdza świetną dyspozycję – zdobywa brązowy medal na rozgrywanych Mistrzostwach Polski Seniorów w Lekkoatletyce w Suwałkach.



Podczas rozgrywanych Mistrzostw Polski Seniorów w Lekkoatletyce w Suwałkach, Karol Pawlik potwierdził swoją dobrą formę. Pokonując kolejne wysokości, ostatecznie uplasował się z wynikiem 5,40 na 3 miejscu.

Brązowy medal Mistrzostw Polski Seniorów dla Karola to już kolejny krążek w jego karierze sportowej, a zdobyty po raz drugi w tym roku brąz pokazuje dobrą formę zawodnika. Zarówno Halowe Mistrzostwa Polski, jak i Mistrzostwa Polski na otwartym stadionie zaliczane są do najważniejszych krajowych imprez lekkoatletycznych, dlatego zdobycie medalu na obu tego typu imprezach w danym roku są bardzo ważne dla zawodnika i trenera.

Karol zdobywając dwa razy brązowy medal, utwierdza swoją pozycję na liście najlepszych tyczkarzy w kraju.

Życzymy Karolowi dalszych sukcesów.



GORZYCKI

MYŚLIŃCINEK/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

www.gorzycki.info

Zapasy – obóz

W dniach 30.06-08.07.2022r. w Zakopanem odbył się obóz kadry wojewódzkiej zapaśników i zapaśniczek z województwa kujawsko-pomorskiego.



Udział w obozie brały kluby z całego naszego województwa: Suples Lniano, Invictus Sicienko, Wisła Świecie, KS Koronowo, KS Gwiazda Bydgoszcz i KS Victoria Osielsko. Łącznie udział wzięło 32 zawodników i zawodniczek. Opiekę nad uczestnikami obozu sprawowali: Maciej Zakowicz, Mirosław Piotrowski, Rajmund Górski, Mieczysław Szeliga, Norbert Świerblewski, Jarosław Janiszewski. W tym samym czasie wspólnie z nami trenowali zawodnicy i zawodniczki z województw: zachodniopomorskiego i świętokrzyskiego.

Głównym „PARTNEREM” wydarzenia – „Piesze wędrówki po tatrzańskich lasach” były **LASY PAŃSTWOWE**.

DZIĘKUJEMY GŁÓWNEMU „PARTNEROWI” **LASOM PAŃSTWOWYM** za wsparcie naszego projektu.

DZIĘKUJEMY **GMINIE OSIELSKO** za wsparcie obozu.

*Pozdrawiam
Maciej Zakowicz*



Karate 1 Youth League - Chorwacja/Porec 2022 - wyniki i info

Karate 1 Youth League - Porec/Chorwacja 2022 r. Cykl Młodzieżowej Ligi Światowej Karate, w której udział bierze około 2000 zawodników z 55 państw.

Jan Fierek zajmuje 9 miejsce w kumite kadetów (-63 kg) - 93 zawodników z 33 państw, pierwsza walka eliminacyjna przegrana 0:5 - z reprezentantem BiH. Walki repasażowe: wygrana 10:4 z reprezentantem Niemiec, wygrana 9:0 z reprezentantem Ukrainy, przegrana z reprezentantem Chorwacji 2:6.

Agata Grzybek - kumite kadetek (-54 kg) - 82 zawodniczek z 25 państw. Pierwsza walka wygrana 7:2

z reprezentantką Szwajcarii. Druga walka wygrana 1:0 z reprezentantką Niemiec, a trzecia kontrowersyjna przegrana 0:1 ze Słowaczką.

Fabian Sojka - kumite kadetów (-70 kg) - 66 zawodników z 21 państw. Pierwsza wygrana 1:0 z reprezentantem Niemiec. Druga przegrana przez błąd taktyczny przy remisie 2:2 z reprezentantem Włoch.

Hubert Grzybek - debiut w Lidze Światowej - kumite młodzików (-50 kg) - 51 zawodników z 23 państw, pierwsza walka wygrana 2:0 z Hiszpanem, druga przegrana 0:3 z Belgiem.

Aniela Dzedzej - kumite junierek (-59 kg,) - 73 zawodniczek z 28 państw, pierwsza walka wygrana 8-7 z BiH, druga przegrana 1:4 z Hiszpanką.

Patryk Tarkowski - kumite kadetów (-63 kg) - 93 zawodników z 33 państw, walka przegrana 0:1 z BiH

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** - Mirosław Kowalak - **Ritter Eksperti Finansowi** - Magdalena Flisiak, **Łukasz Siekierka** - firma specjalizująca się w kredytach hipotecznych, **Mondi Świecie**, **HYDRAFBUD Sp. z o.o.** - Rafał Mróz.

Oraz samorządy:

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

Dziękuję

Trener Andrzej





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 ALKOHOLU 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