

TKO

Twój Kurier Olsztyński

Elektroniczne wydanie dziennika

ISSN 2543-9065 | Nr 319/2025 | 15 listopada 2025

Bezpłatne wydanie PDF

www.tko.pl



TEMAT DNIA

Najbardziej męska decyzja tej jesieni? Pójść na darmowe badania jąder

Profilaktyka dla mężczyzn w Olsztynie. Sprawdź, co możesz zbadać za darmo już dziś.

Najbardziej męska decyzja tej jesieni? Pójść na darmowe badania jąder



W Olsztynie szykuje się wydarzenie, które ma przypomnieć mężczyznom, jak ważne jest regularne dbanie o zdrowie. W listopadzie, miesiącu świadomości chorób nowotworowych u panów, Przychodnia Specjalistyczna organizuje akcję, podczas której każdy będzie mógł zatrzymać się na chwilę i sprawdzić, czy organizm nie wysyła sygnałów ostrzegawczych.

Niebieska Sobota jako profilaktyczna akcja skierowana do mężczyzn

Niebieska Sobota odbędzie się 15 listopada w godzinach 9.00–14.00 w Przychodni Specjalistycznej w Olsztynie. To wydarzenie zostało przygotowane z myślą o mężczyznach, którzy często odkładają badania na później, tłumacząc, że „nic nie boli” albo „nie ma czasu”. Akcja ma przerwać ten schemat i zachęcić panów do skorzystania z bezpłatnych badań wykonywanych bez skierowania i bez kolejek.

Podczas wydarzenia dostępne będą m.in. USG jąder i prostaty dla panów powyżej 35. roku życia, badania dermatologiczne w kierunku nowotworów skóry, konsultacje laryngologiczne oraz badania laboratoryjne obejmujące markery nowotworowe. Lekarze będą na miejscu, gotowi odpowiedzieć na pytania, rozwiać wątpliwości i wskazać dalszą ścieżkę

diagnostyczną, jeśli zajdzie taka potrzeba.

Jakie badania będą dostępne w ramach Niebieskiej Soboty

Organizatorzy przygotowali zestaw badań skoncentrowanych na najczęściej występujących u mężczyzn problemach zdrowotnych. Szczególny nacisk położono na choroby nowotworowe, które wciąż zbyt często są diagnozowane zbyt późno. Dlatego podczas Niebieskiej Soboty będzie można skorzystać z:

USG jąder i prostaty dla mężczyzn 35+,
badań dermatologicznych pod kątem raka skóry,
laryngologicznej oceny jamy ustnej pod kątem zmian nowotworowych,
badań laboratoryjnych obejmujących wybrane markery nowotworowe.

To zestaw badań, które w normalnych warunkach wymagają skierowania lub długiego oczekiwania w kolejkach. Tym razem będzie można wykonać je od ręki i w atmosferze sprzyjającej spokojnej rozmowie ze specjalistami.

Dlaczego udział w akcji może mieć wpływ na życie i zdrowie

Organizatorzy przypominają, że jedno badanie może zdecydować o wczesnym wykryciu choroby, a tym samym — o rokowaniach. W przypadku wielu

nowotworów szansa na pełne wyleczenie jest najwyższa, gdy zmiany zostaną zauważone odpowiednio wcześniej. Niebieska Sobota ma ułatwić mężczyznom wykonanie pierwszego kroku, którego tak często brakuje w codziennym zabieganiu.

To wydarzenie to nie tylko profilaktyka, ale również gest troski o siebie i swoich bliskich. Organizatorzy zachęcają, by panowie znaleźli tego dnia chwilę dla zdrowia — bo regularna kontrola pozwala zachować spokój na lata.

źródło: UM Olsztyn

Przyjaciele zwierząt nagrodzeni. Gala „Cztery Łapy” po raz czwarty w Olsztynie



fot. Urząd Marszałkowski

Samorząd województwa warmińsko-mazurskiego po raz czwarty przyznał Nagrody Przyjaciela Zwierząt „Cztery Łapy”. Podczas uroczystej gali w Olsztynie uhonorowano osoby i organizacje, które każdego dnia ratują bezdomne i pokrzywdzone zwierzęta, prowadzą edukację i realnie wpływają na poprawę ich życia.

Nagrody „Cztery Łapy”

ponownie rozdane w Olsztynie

Tegoroczna gala była kolejną odsłoną regionalnego uhonorowania osób i podmiotów, które działają na rzecz zwierząt na Warmii i Mazurach. Nagrody trafiają zarówno do wolontariuszy, jak i stowarzyszeń, których codzienna praca i zaangażowanie realnie wspierają psy, koty oraz inne zwierzęta w potrzebie. Podczas wydarzenia marszałek Marcin Kuchciński podkreślał znaczenie takich inicjatyw i wskazywał, że konkurs „Podaj łapę” od 2023 roku dodatkowo wzmacnia gminy w działaniach dotyczących opieki nad zwierzętami.

Konferencja o prawach zwierząt poprzedziła galę

Zanim wręczono statuetki, odbyła się II Warmińsko-Mazurska Konferencja na Rzecz Praw Zwierząt. Eksperci z całej Polski omawiali m.in. edukację społeczną w gminach, skuteczną politykę przeciwdziałania bezdomności zwierząt oraz współpracę społeczników z samorządami. W debacie udział wzięły osoby od lat związane z ochroną praw zwierząt, w tym przedstawiciele organizacji, aktywiści oraz osoby ze świata nauki i mediów.

Laureaci w kategorii osób fizycznych

W tegorocznej edycji nagrodzono pięć osób szczególnie zaangażowanych w ratowanie zwierząt oraz działania edukacyjne:

- Amelia Rudek z Kwitajna – wolontariuszka Schroniska „Psi Raj” w Pasłęku, organizatorka warsztatów, akcji adopcyjnych i inicjatyw charytatywnych,
- Kornelia Kostrzewa z Wielbarku – technik weterynarii, radna i opiekunka zwierząt wymagających pomocy,
- Marek Pilipienko z Olsztyna – twórca internetowy promujący adopcje i organizujący zbiórki dla bezdomnych zwierząt,
- Teresa Janulewicz z Ornety – opiekunka

wolnożyjących kotów i bezdomnych psów, finansująca zabiegi sterylizacji oraz wspierająca adopcje,

- Wioletta Szypulska z Patryka – technik weterynarii aktywnie walcząca z bezdomnością zwierząt poprzez kastracje, opiekę i interwencje.

Organizacje wyróżnione za działalność prozwierzęcą

W kategorii podmiotów zbiorowych nagrodzono pięć organizacji, które od lat pracują na rzecz zwierząt w regionie:

- Zwierzyniec Św. Franciszka z Olsztyna – stowarzyszenie finansujące leczenie, rehabilitację i poprawę warunków zwierząt,
- Stowarzyszenie „Kundel Bury” ze Świętajna – organizator akcji charytatywnych i programów wspierających opiekę nad zwierzętami,
- Stowarzyszenie Ambasada Braci Mniejszych z Ełku – organizacja edukująca mieszkańców i prowadząca działania ograniczające bezdomność,
- Stowarzyszenie Psia Przystań z Lidzbarka – realizujące interwencje, zabiegi, programy adopcyjne i edukację najmłodszych,
- OTOZ Animals w Elblągu – prowadzące schronisko oraz znane z licznych akcji edukacyjnych i społecznych promujących adopcje oraz humanitarne traktowanie zwierząt.

Wyróżnienia dla tych, którzy ratują zwierzęta każdego dnia

Nagroda „Cztery Łapy” to symbol uznania dla osób i organizacji, które swoje życie wiążą z pomocą zwierzętom. Tegoroczni laureaci pokazują, że prozwierzęce działania mogą mieć wiele form: od wolontariatu, przez działania edukacyjne, aż po prowadzenie schronisk czy programów interwencyjnych. Dzięki ich pracy Warmia i Mazury pozostają regionem, w którym troska o czworonogi ma realne znaczenie i wsparcie samorządu.

źródło: Urząd Marszałkowski, fot. Urząd Marszałkowski

Policjanci z Olsztynka ratują łabędzia owiniętego sznurkiem



Nie każdy policyjny wyjazd dotyczy interwencji kryminalnych czy drogowych. Czasem to sytuacje, w których liczy się szybka reakcja, empatia i gotowość niesienia pomocy - nawet wtedy, gdy poszkodowanym okazuje się dzikie zwierzę. Tak właśnie było podczas porannego zgłoszenia w gminie Olsztynku.

Policjanci ratują łabędzia

W środę, 12 listopada 2025 roku, około godziny 10:00 policjanci z Komisariatu Policji w Olsztynku otrzymali nietypową informację. Zgłoszenie dotyczyło łabędzia, który chodził po drodze serwisowej w miejscowości Ameryka i miał problemy z poruszaniem się. Funkcjonariusze natychmiast udali się na miejsce, by sprawdzić, czy ptak nie potrzebuje pomocy.

Na miejscu zauważyli młodego łabędzia, który był częściowo owinięty sznurkiem. Zwierzę nie miało widocznych obrażeń, ale było wyraźnie osłabione. Policjanci ostrożnie uwolnili ptaka ze sznurka i zadbali o jego bezpieczeństwo do momentu przekazania go specjalistom.

Przekazanie łabędzia do ośrodka rehabilitacji

Po rozcięciu sznurka i ocenie stanu zwierzęcia policjanci zdecydowali o przewiezieniu go do Ośrodka Rehabilitacji Zwierząt w Napromku. Tam łabędź trafił do przygotowanej zagrody, w której dochodzi do siebie pod okiem specjalistów.

Zwierzęta zaplątane w śmieci, żyłki czy sznurki to coraz częstszy problem, dlatego szybka reakcja świadków oraz funkcjonariuszy nierzadko decyduje o ich przetrwaniu. Policjanci z Olsztynka podkreślają, że każde zgłoszenie traktowane jest poważnie, a pomoc dzikim zwierzętom jest elementem ich codziennej służby.

Co powstaje na Dajtkach? Dzieci mijają plac budowy i przecierają oczy



fot. UM Olsztyn

Na jednym z olsztyńskich osiedli zaczyna nabierać kształtów projekt, który mieszkańcy wybrali w XI edycji Olsztyńskiego Budżetu Obywatelskiego. Nowy pumptrack ma stać się przestrzenią do treningu i zabawy dla osób w każdym wieku. Prace już trwają, a inwestycja budzi spore zainteresowanie lokalnej społeczności.

Nowy pumptrack jako zwycięski projekt OBO i przestrzeń dla miłośników rowerów

Tor powstaje na Dajtkach. Został wybrany przez mieszkańców w zeszłorocznym głosowaniu OBO. Pumptrack będzie dostępny dla osób jeżdżących na rowerach sportowych, górskich, BMX-ach, gravelach, MTB czy dirtowych. To miejsce ma łączyć rekreację z aktywnym spędzaniem czasu, szczególnie dla użytkowników, którzy lubią dynamikę jazdy i płynne pokonywanie przeszkód.

Powstająca trasa otrzyma nawierzchnię asfaltową, co zapewni trwałość, mniejszą podatność na uszkodzenia i bezpieczeństwo jazdy. Dzięki charakterystycznemu ukształtowaniu obiekt pozwoli nabierać prędkości bez konieczności pedałowania. Na torze znajdą się również elementy do nauki skakania i technicznych manewrów.

Parametry toru i rozwiązania, które mają przyciągnąć początkujących i zaawansowanych

Nowy pumptrack będzie miał 73 metry długości, 1,7 metra szerokości i trzy profilowane zakręty o promieniu czterech metrów. Asfaltowa część zajmie około 184 m², a cała strefa z placem wypoczynkowym przekroczy 340 m². Projekt przewiduje rozwiązania przyjazne również dla osób, które dopiero zaczynają swoją przygodę z rowerami – szczególnie dzięki możliwości ćwiczenia skręcania w obie strony bez zmiany kierunku jazdy.

Jak podkreśla koordynatorka OBO, Beata Kardynał-Stawicka, tor ma szansę szybko stać się jednym z ulubionych miejsc rowerzystów w tej części Olsztyna. To przestrzeń, która ma służyć zarówno zabawie, jak i regularnym treningom.

Jak będzie wyglądać infrastruktura wokół nowego toru

Obok toru powstanie strefa odpoczynku, dzięki czemu będzie to miejsce nie tylko dla osób aktywnych, ale też dla rodzin czy obserwatorów jazdy. Pumptrack ma w naturalny sposób połączyć funkcję rekreacyjną i sportową, tworząc lokalny punkt spotkań.

Inwestycja stopniowo nabiera tempa, a mieszkańcy czekają na jej ukończenie, licząc, że nowy tor stanie się jedną z najciekawszych atrakcji rowerowych w Olsztynie.

Gdzie w Olsztynie działają inne pumptracki dostępne dla mieszkańców

Olsztyn ma już kilka popularnych pumptracków, które od lat cieszą się dużym zainteresowaniem mieszkańców. Najbardziej znany znajduje się przy ul. Królowej Jadwigi 11 na Osiedlu Grunwaldzkim, gdzie zlokalizowany jest asfaltowy tor zarządzany przez OSiR. Kolejny obiekt powstał na Jarotach, przy Szkole Podstawowej nr 34 przy ul. Herdera – otwarto go w 2022 roku i szybko stał się ulubionym miejscem młodych rowerzystów. Trzeci pumptrack funkcjonuje również w rejonie CRS „Ukiel”, także przy ul. Królowej Jadwigi, oferując tor dla początkujących i bardziej doświadczonych miłośników jazdy na rowerze. Wszystkie te miejsca pokazują, że Olsztyn konsekwentnie rozwija rowerową infrastrukturę rekreacyjną, zapewniając mieszkańcom coraz więcej przestrzeni do bezpiecznej jazdy.

źródło: UM Olsztyn

Informacje o wydaniu



Twój Kurier Olsztyński

Numer wydania	319/2025
Data wydania	15 listopada 2025
ISSN	2543-9065
Adres internetowy	www.tko.pl

Wydawca:

WAMA Media Group sp. z o. o.

www.tko.pl

Archiwum:

www.tko.pl/wydania

Elektroniczne wydanie dziennika „Twój Kurier Olsztyński”, utworzone na podstawie materiałów opublikowanych w serwisie TKO w danym dniu.

Pełne wydanie dziennika

Wydanie zawiera pełne artykuły i zdjęcia wyróżniające opublikowane w serwisie TKO. Nie zawiera autorów, kodów QR, komentarzy, reklam, galerii ani elementów administracyjnych.