

Trwa przebudowa drogi w Grodzisku Nowym



AKTUALNOŚCI

Słowo Wójta do mieszkańców	3	W Leżajsku powstało Centrum Zdrowia Psychicznego	20	Mamy finalistów Ogólnopolskiego Konkursu Budowy i Programowania Robotów	29
Inwestycje w skrócie	4-6	Kilka słów o Pierwszej Pomocy Psychologicznej	21	Niosąc pomoc, zadbaj o bezpieczeństwo	29
Z życia PGK	7	Jeśli pijesz energetyki - przeczytaj!	22	Intensywna i efektywna nauka nauczycieli w włoskiej szkole	30
Nauczyciele z nowymi awansami zawodowymi	8	Grillujemy zdrowo i smacznie	23	Przedwakacyjne spotkanie uczniów z policjantami	30
Mamy nowe Koło Gospodyń Wiejskich	8	Sprawdzasz hamulce w swoim aucie? Jeśli nie, zrób to!	24	Wysokie wyniki egzaminu ósmoklasisty w SP w Opaleniska	31
Ruszył nabór wniosków o świadczenie 300 +	9	Mamy lato - nie zostawiaj samego dziecka w aucie!	24	Wakacyjne Warsztaty w naszej gminie już za nami	31
Bon turystyczny - ważny do 30 września	9	Ze słońca korzystajmy z umiarem	25		
Wzór wniosku o zwrot podatku akcyzowego	10-11	Użądlenie pszczoły, ukąszenie szerszenia lub osy - co robić?	25	KULTURA	
Wójt wręczył medale prezydenckie za długoletnie pożycie małżeńskie	12-14	Wakacje z wędką	26	To już lato	32
Wójt na spotkaniu wyjazdowym w Chełmży	15	Zostań Honorowym Dawcą Krwi	26	Kolejny sezon artystyczny za nami	32
Komunikaty Policji	15			Dawne obyczaje na przeglądzie w Tycynie	33
Czy warto spisać testament?	16-17	WYCHOWANIE I EDUKACJA		Potańcówek grodziskich ciąg dalszy	33
Z życia Rady Gminy	18	Niezwykłe opowieści o Małych Ojczyznach	27	GRODZISKIE HISTORIE	
Kilka słów o dodatku węglowym	18	Wyprawa nad Bałtyk	28	Z kart historii - Wspomnienia Sybiraka	34-35
O panele fotowoltaiczne też należy dbać	19	Zakończenie projektu „Mamo, Tato, wolę wodę”	28		



Drodzy Mieszkańcy Gminy Grodzisko Dolne



Wakacyjny czas usprawiedliwia podejmowanie lżejszych tematów z życia gminy. Potańcówki grodziskie organizowane w Miasteczku cieszą się coraz większym zainteresowaniem. Całymi rodzinami odwiedzamy park, korzystając z nowej infrastruktury.

Przeznaczenie działki gminnej na cele rekreacyjne spotkało się z bardzo pozytywnym odbiorem, dlatego imprezy rodzinne organizowane w parku będą kontynuowane.

Warto przypomnieć, że obecnie trwają prace rewitalizacyjne w Parku Podworskim za Ośrodkiem Zdrowia w Grodzisku Dolnym. Nowe alejki, oświetlenie, plac zabaw mają sprawić, że będzie to miejsce często odwiedzane. Dodatkowa atrakcja w postaci kina plenerowego powinna spotkać się z dużym zainteresowaniem. Poszukujemy również innych pomysłów na działalność rekreacyjną i kulturalną w Parku Podworskim, które można zgłaszać do urzędu gminy.

Miłośników wypoczynku nad wodą zapraszam nad zalew „Czyste”. Do końca wakacji można korzystać z kąpieliska strzeżonego, umiejscowionego obok mola. Biała flaga świadczy o obecności ratowników, którzy przypominają, że alkoholu nie da się pogodzić z bezpiecznym korzystaniem z wody. Ze względu na nierówne i zamulone dno zbiornika proszę o zachowanie szczególnej ostrożności. Zakaz spożywania napojów alkoholowych obowiązuje również na terenach gminnych wokół zbiornika.

Wszystkich rolników, pszczelarzy i mieszkańców naszych miejscowości zapraszam na dożynki gminne, które tradycyjnie odbędą się 15 sierpnia. Na Mszach Św. w kościołach parafialnych zostaną poświęcone wieńce dożynkowe. Druga część uroczystości rozpocznie się o godz. 15:00 na stadionie w Grodzisku Górnym. Atrakcji nie zabraknie.

Okres wakacji może być również wykorzystany na przygotowanie się do sezonu grzewczego. Zapowiadane możliwe trudności w zakupie węgla oraz jego wysoka cena powinny sprawić, że dostrzeżemy własne możliwości związane z posiadaniem lasu. Wielu mieszkańców od dawna nie porządkowało tzw. „swoich borków”. Obecna sytuacja zmusza do takich prac i przygotowania większej ilości drewna na opał. Podobne porządki wykona samorząd w lesie gminnym, a drewno w ten sposób uzyskane przeznaczymy dla najbiedniejszych mieszkańców, którzy ze względu na chorobę czy wiek, nie są w stanie samodzielnie się o to zatroszczyć.

*Pozdrawiam
Jacek Chmura
Wójt Gminy Grodzisko Dolne*

INWESTYCJE W SKRÓCIE

WAKACJE TO RÓWNIEŻ CZAS INWESTYCJI DROGOWYCH



Lato w pełni. Dla wielu osób to czas wypoczynku, który spędzamy nad wodą, w górach, odwiedzamy rodziny i próbujemy złapać oddech od codziennych obowiązków. Nie wszyscy jednak w tym czasie wypoczywają i korzystają z uroków lata. Dla rolników rozpoczyna się intensywny czas zbioru plonów, na pola wyjechały już kombajny, za chwilę rozpoczną się wykopki i zbiory warzyw. To również ważny czas na realizację inwestycji drogowych. Wiele samorządów w tym czasie prowadzi roboty drogowe, tak aby zdążyć z ich zakończeniem przed sezonem zimowym. Na terenie naszej gminy obecnie trwają zaawansowane prace przy przebudowie drogi powiatowej w Grodzisku Nowym na odcinku relacji Grodzisko Dolne - Chałupki Dębniańskie od torów kolejowych w Chałupkach Dębniańskich do okolic skrzyżowania dróg na wysokości kompleksu sportowego w Grodzisku Nowym. Prace odbywają się na całym odcinku drogi. Mieszkańcy Grodziska Nowego borykają się obecnie z utrudnieniami związanymi z przejazdem tym odcinkiem drogi. Wyłączony jest bowiem na całej długości z ruchu kołowego i pieszego jeden pas jezdni, a ruch odbywa się wahadłowo. Steruje nim sygnalizacja świetlna. Prace budowlane postępują i już niedługo będziemy mogli cieszyć się nową nawierzchnią drogi w tym miejscu.

Obecnie remontowany odcinek drogi powiatowej nr 1271R był jednym z najbardziej zniszczonych i wymagał pilnej przebudowy. Z uwagi na prace w tym rejonie gminy prosimy wszystkich mieszkańców o nie wybieranie przejazdu samochodem na tym odcinku do pracy lub w innych sprawach, jeżeli nie jest to konieczne. Na tym odcinku istnieją również dwie drogi dojazdowe, jedna od strony Chodaczowa, a druga od strony Łazów w Grodzisku Nowym, gdzie kierowcy nie wiedzą w jakim kierunku wykonywany jest przejazd przebudowywanym odcinkiem drogi, ponieważ w tych miej-

scach brak jest sygnalizacji świetlnej. Wjeżdżając na przebudowywany odcinek drogi znajdują się w słusznym przekonaniu, że nie nadjedzie z przeciwka auto. Często jednak zdarza się, że kierowcy spotykają się autami i wtedy jedno z nich musi wykonywać w tych okolicznościach niebezpieczny manewr cofania. Czasami zdarza się, że kierowcy mają do siebie pretensje o zajechanie drogi lub wymuszenie przejazdu. Jesteśmy przekonani, że wielu przypadkach takie uwagi są niesłuszne i wynikają ze specyfiki organizacji ruchu w tym miejscu. Ze względu na ukształtowanie dróg dojazdowych, niemożliwym jest ustalenie innej niż obecna organizacja ruchu. Nie pozostaje nam nic innego jak zwrócić się do wszystkich kierowców o wyrozumiałość podczas przejazdu tym odcinkiem drogi jeszcze przez jakiś czas. Za chwilę utrudnienia się skończą i będziemy mogli wszyscy cieszyć się nową drogą.

Przebudowa samej drogi to pierwszy etap inwestycji drogowych w tym miejscu. Po zakończeniu prac na tej drodze wykonawca przystąpi do budowy nowego chodnika od skrzyżowania dróg w Grodzisku Nowym w kierunku Chodaczowa. Chodnik będzie miał długość 1,8 km. Wzdłuż tej drogi zostanie wykonana nowa kanalizacja burzowa pod chodnikiem oraz udrożnione i wyprofilowane na nowo rowy przydrożne, umożliwiające swobodny odpływ wody opadowej. Na długości chodnika zostanie również położona nowa warstwa asfaltu na całej szerokości jezdni.

Ostatnim etapem prac drogowych w tym rejonie gminy będzie przebudowa drogi powiatowej na odcinku od kompleksu sportowego w Grodzisku Nowym do skrzyżowania w Grodzisku Dolnym (okolice sklepu Hitpol). Inwestycja ta realizowana będzie w przyszłym roku.

Biorąc pod uwagę wszystkie trzy etapy tej inwestycji drogowej wyniesie ona prawie 11 mln zł.

Ponad 90 proc. sumy tej kwoty pochodzi ze środków Rządowego Funduszu Polski Ład - Program Inwestycji Strategicznych.





KOLEJNE ŚRODKI Z PROGRAMU POLSKI ŁĄD DLA NASZEJ GMINY

15 lipca w Muzeum Ziemi Leżajskiej Wójt Gminy Grodzisko Dolne p. Jacek Chmura otrzymał z rąk p. Jerzego Paula Posła na Sejm RP promesę opiewającą na kwotę 2 500 000 zł na realizację zadań inwestycyjnych pn. „Budowa instalacji fotowoltaicznych zasilających obiekty gminne oraz modernizacja infrastruktury edukacyjnej na terenie Gminy Grodzisko Dolne”. Przewidywana wartość całej inwestycji to kwota 2 550 000 zł, z czego wkład własny gminy wyniesie 55 000 zł.

Inwestycje polegać będą na:

- 1) budowie instalacji fotowoltaicznych, które będą zaopatrywać w energię elektryczną obiekty infrastruktury gminnej m.in: Oczyszczalnię ścieków w Chodaczuwie, Tłocznię w Grodzisku Dolnym, Stację uzdatniania wody w Grodzisku Górnym, Stację uzdatniania wody w Zmysłówce i Urząd Gminy. Instalacje będą miały łączną moc około 180 kW.
- 2) modernizacji budynków trzech szkół na terenie gminy. W budynku Zespołu Szkół im. Jana Pawła II w Grodzisku Dolnym przebudowane zostanie wejście do sali gimnastycznej wraz z schodami, wymieniona zostanie

nawierzchnia sali gimnastycznej oraz przebudowany stropodach nad pomieszczeniem szatni. Prace w Zespole Szkół w Grodzisku Górnym oraz w Szkole Podstawowej w Chodaczuwie będą polegać na osuszeniu i modernizacji piwnic. Dodatkowo w SP w Chodaczuwie zostanie wykonane odwodnienie terenu. Prace na tych obiektach mają na celu zwiększenie funkcjonalności pomieszczeń i umożliwienie ich bezpiecznego użytkowania.

Za wszelką pomoc i wsparcie w pozyskaniu środków finansowych Wójt Gminy dziękuje p. Jerzemu Paulowi Posłowi na Sejm RP.



WYBRANY ZOSTAŁ DOSTAWCA KOMPUTERÓW DLA DZIECI Z RODZIN BYŁYCH PRACOWNIKÓW PPGR

W lipcu ogłosiliśmy postępowanie przetargowe na dostawę 19 laptopów dla dzieci z rodzin byłych pracowników PPGR. Środki finansowe na zakup urządzeń zagwarantowane zostały z pieniędzy unijnych w ramach Projektu „Granty PPGR”, mającego na celu wyrównywanie braków i nierówności w rozwoju cyfrowym mieszkańców terenów popegeerowskich.

Dofinansowanie w ramach programu zostało przyznane na zakup sprzętu komputerowego umożliwiającego pracę i naukę zdalną dla uczniów szkół podstawowych i średnich.

Obecnie jesteśmy po wyborze dostawcy sprzętu, jest nim firma AT COMPUTERS S.C. - Jakub Mroczkowski, Bartłomiej Mroczkowski z Pobiedziska.

Na zakup laptopów dofinansowanie wynosi 2 500 zł

brutto na jednego laptopa. Dostawa sprzętu planowana jest na sierpień, natomiast dzieci powinny otrzymać laptopy przed rozpoczęciem nowego roku szkolnego.

Kwalifikacja do programu rodzin byłych pracowników PPGR rozpoczęła się jeszcze w ubiegłym roku. Rodzice i opiekunowie prawni dzieci składali oświadczenia o tym, że ich rodziny pracowały w PGR - ach do urzędu gminy. Były one weryfikowane m.in. w oparciu o dane zawarte w zasobach Krajowego Ośrodka Wsparcia Rolnictwa - Oddział Terenowy w Rzeszowie. Spośród wszystkich złożonych oświadczeń do dofinansowania zakwalifikowano 19 wniosków.

Sprzęt zostanie przekazany na podstawie umowy. Z uwagi na konieczność utrzymania trwałości projektu, gmina będzie kontrolować jego posiadanie i wykorzystanie zgodnie z celami programu.



Rzeczpospolita
Polska



CENTRUM
PROJEKTÓW
POLSKA
CYFROWA

Unia Europejska
Europejski Fundusz
Rozwoju Regionalnego



Sfinansowano w ramach reakcji Unii na pandemię COVID-19



BĘDIEMY REMONTOWAĆ STOŁÓWKI SZKOLNE

Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła II w Grodzisku Dolnym oraz Szkoła Podstawowa im. prof. Franciszka Leji w Grodzisku Górnym otrzymały po 80 tys. zł w ramach realizacji wieloletniego rządowego programu „Posiłek w szkole i w domu” na lata 2019 - 2023 na organizację stołówek szkolnych. Warunkiem programu jest udzielenie każdej szkole przez gminę 20 procentowego wkładu własnego w remont stołówek. Jak łatwo policzyć, w tym roku każda z tych szkół wykona niezbędne prace i remonty związane z organizacją, adaptacją i wyposażeniem swoich stołówek na kwotę 100 tys. zł.

W szkole w Grodzisku Dolnym poprawie ulegnie standard wyposażenia kuchni, zwiększy się bezpieczeństwo pracy w tym miejscu oraz zostanie wymieniony sprzęt i urządzenia kuchenne niezbędne do właściwego, zdrowego i estetycznego przygotowywania posiłków. Stołówka wyposażona zostanie w nowe stoły i krzesła, dostosowane do wieku korzystających z posiłków uczniów. Zakupiona zostanie m.in. nowa zmywarka do naczyń, urządzenie zmiękczające wodę, basen do mycia garnków, zamrażarka skrzyniowa, gastronomiczna szafa chłodnicza, zestaw patelni, garnków i nowe trzony gazowe, czteropalnikowe. Kuchnia

otrzyma nowy klimatyzator oraz sterylizator i naświetlacz do jajek.

Szkoła Podstawowa w Grodzisku Górnym koncentruje się głównie na zakupie wyposażenia oraz remoncie samej kuchni. W ramach środków finansowych zamierza kupić piec konwekcyjno - parowy do przygotowania zdrowej żywności o niższej zawartości tłuszczu, taborety gazowe, nową zmywarko - wyprząrkę. Wymieniona zostanie kuchnia gazowa na nową. Poza tym zamierza kupić szereg stołów i szaf kuchennych ułatwiających pracownikom przygotowywanie posiłków. W zakresie prac remontowych przewiduje się wymianę płytek, malowanie ścian oraz wymianę starych i zużytych urządzeń w kuchni.



PROGRAM „POSILEK W SZKOLE
I W DOMU”
NA LATA 2019-2023

REMONT TARASU GMINNEJ BIBLIOTEKI PUBLICZNEJ

Firma Elektron - Michał Goński z Padwii Narodwej, która zajmuje się zagospodarowaniem Parku Podworskiego obok urzędu gminy, przeniosła się z pracami na budynek Gminnej Biblioteki Publicznej. W tym miejscu odbywa się obecnie remont tarasu. Usunięte zostały wszystkie płytki i podbudowa. Teras zostanie wykonany na nowo, w innej technologii. Na całości zostanie położona kostka brukowa. Wcześniej, w tym miejscu zostanie również wykonana hydroizolacja budynku. Teras przez lata był poddawany niekorzystnym warunkom atmosferycznym i każdego roku, szczególnie po okresie zimowym odpadały płytki. Jak pokazuje życie, układanie płytek na tarasach, szczególnie odkrytych powoduje, iż mają one tendencję do odparzania. Nie inaczej było i w tym miejscu. Zmiana technologii na taras z kostki brukowej skutecznie pozwoli pozbyć się tego problemu i będzie on służył kolejnych kilka lat bez remontów i poprawek.

Przypominamy tylko, że prace wokół biblioteki to

część dużego przedsięwzięcia, obejmującego roboty budowlane i dostawę sprzętu biurowego, muzycznego i multimedialnego w trzech lokalizacjach: Park Podworski, Gminny Ośrodek Kultury oraz Gminna Biblioteka Publiczna.

Zakończenie wszystkich prac planowane jest na koniec października tego roku. O wartości projektu i źródłach finansowania pisaliśmy w poprzednim numerze gazety.



Rzeczpospolita
Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz
Rozwoju Regionalnego



Z życia Przedsiębiorstwa Gospodarki Komunalnej w Grodzisku Dolnym

Dobre wieści z Podkarpackiego Urzędu Marszałkowskiego.

W poprzednim numerze Gazety Grodzkiej informowaliśmy o złożeniu przez Przedsiębiorstwo Gospodarki Komunalnej w Urzędzie Marszałkowskim Województwa Podkarpackiego wniosku o przyznanie pomocy na inwestycje wodno - kanalizacyjne w ramach naboru wniosków z Programu Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014 - 2020. Nabór przeprowadzony był w dniach od 7 kwietnia do 31 maja 2022 roku i z terenu całego województwa podkarpackiego złożonych zostało 98 wniosków.

12 lipca została przez Zarząd Województwa Podkarpackiego zatwierdzona lista informująca o kolejności przysługiwania pomocy, o której decydowała ilość uzyskanych przez każdy wniosek punktów, zgodnie z określonymi kryteriami oceny.

Złożony przez Przedsiębiorstwo Gospodarki Komunalnej wniosek, w ramach którego spółka zamierza w najbliższych dwóch latach kontynuować rozbudowę sieci kanalizacyjnej w miejscowości Zmysłówka - Wesola i w części sołectwa Opaleniska uzyskał 17 punktów, co dało wyso-

ką 19 pozycję na liście kolejności przysługiwania pomocy. (wnioski uzyskiwały oceny od 7 do 22,5 pkt.)

Informacja o wysokiej pozycji jest tym ważniejsza, bo uwzględniając całkowity limit środków w dyspozycji Urzędu Marszałkowskiego na niniejszy nabór, dalszą weryfikacją wniosków, decydującą ostatecznie o przyznaniu pomocy, objęte zostały wnioski od pozycji 1 do pozycji 39. Wszystko więc na to wskazuje, iż spółka kolejny raz powinna pozyskać wsparcie finansowe na inwestycje wodno - kanalizacyjne realizowane na terenie Gminy Grodzisko Dolne. Tym razem spółka ubiega się o kwotę dofinansowania w wysokości 3 milionów złotych. O dalszych losach złożonego wniosku będziemy na bieżąco informować.



Raport z rozbudowy oczyszczalni ścieków w Chodaczowie i łącznika

Przypominamy, iż w połowie maja bieżącego roku rozpoczęły się prace budowlane związane z rozbudową oczyszczalni ścieków w Chodaczowie wraz z budową łącznika sieci kanalizacyjnej do przesyłu ścieków komunalnych pomiędzy oczyszczalnią w Grodzisku Dolnym, a oczyszczalnią w Chodaczowie. Od tego czasu na oczyszczalni ścieków w Chodaczowie została wykonana płyta fundamentowa pod nową dobudowywaną część oczyszczalni ścieków. W sierpniu wykonawca zaplanował wykonanie instalacji fotowoltaicznej, która wspomagać będzie zasilanie energią elektryczną obiektów oczyszczalni. W najbliższym czasie na budowę dostarczone powinny być zbiorniki tzw. SBR-y i retencyjne, w których następować będzie proces oczyszczania ścieków.

Druga firma, która zajmuje się budową łącznika wykonała już 1 km sieci kanalizacji sanitarnej tłocznej z terenu oczyszczalni w Grodzisku Dolnym w kierunku Laszczyn. Między innymi wykonano podwiert pod Leszczynką, by na placu przy starej oczyszczalni móc rozpocząć budowę tłoczni ścieków. Wykonanie łącznika jest konieczne, by rozbudowywana oczyszczalnia w Chodaczowie mogła docelowo przejąć ścieki komunalne z całej gminy.

M. Ordyczyński



Nauczyciele z nowymi awansami zawodowymi

Komisja egzaminacyjna, powołana przez Wójta Gminy Grodzisko Dolne na stopień zawodowy nauczyciela mianowanego, przeprowadziła w dniu 20 lipca egzamin, do którego przystąpili dwaj nauczyciele zatrudnieni w Zespole Szkół im. prof. Franciszka Leji w Grodzisku Górnym. Byli nimi ks. Tomasz Garbowski, nauczyciel religii i wikariusz parafii pw. św. Barbary w Grodzisku Dolnym oraz p. Dominik Czorny, nauczyciel informatyki.

W składzie komisji egzaminacyjnej zasiadali:

- Adam Chmura – Sekretarz Gminy Grodzisko Dolne - przewodniczący
- Roman Matuszek - Dyrektor Zespołu Szkół im. prof. Franciszka Leji w Grodzisku Górnym - członek
- Ksiądz Tomasz Węgrzyński, ekspert w zakresie religii - członek
- Elżbieta Filarowska, ekspert w zakresie informatyki - członek

Podczas egzaminu, komisja zapoznała się z dorobkiem naukowym i dydaktycznym nauczycieli i zadawała pytania z zakresu znajomości prawa oświatowego. Kandydaci musieli również wykonać zaplanowane dla nich zadania. W wyniku przeprowadzonego egzaminu kandydaci na stopień nauczyciela mianowanego wykazali się wiedzą i znajomością przepisów. Obu kandydatom gratulujemy uzyskania stopnia nauczyciela mianowanego i życzymy dalszych sukcesów.



Mamy nowe Koło Gospodyń Wiejskich

W dniu 23 czerwca miało miejsce Zebranie Założycieli Koła Gospodyń Wiejskich w Podlesiu. W zebraniu uczestniczyło 11 osób. Miejscowość Podlesie nie posiadała własnego koła. Do tej decyzji, o powołaniu koła mieszkańcy być może musieli się przekonać. Dużą rolę w tym przekonywaniu odegrała bardzo pracowita i zawsze zaangażowana w sprawy lokalnej społeczności p. sołtys Marzena Czech. Na zebraniu powołano do życia koło, uchwalono statut oraz wybrano zarząd na pierwszą 3 - letnią kadencję. Nie mogło być inaczej: prezesem została p. Marzena Czech, a pozostałymi członkami zarządu p. Justyna Maj i p. Monika Sadło. W gronie założycieli znalazło się też dwóch panów, co bardzo cieszy i niewątpliwie będzie ogromnym wsparciem dla pań, szczególnie podczas organizowania przez nie różnego rodzaju spotkań, festynów i udziału w uroczystościach.

Przeglądając się strukturze wieku założycieli, należy powiedzieć, że koło tworzą osoby młode, z powodzeniem mogące konkurować w niejednych konkursach miss. Jak zaznaczają panie, do koła garną się również nastolatki, które chętnie będą brać udział w jego działalności i jak same mówią nie mogą się doczekać zarejestrowania koła w agencji. Ten entuzjazm pokazuje, że takie organizacje są bardzo ważne dla budowania tożsamości lokalnej wspólnoty, pielęgnowania tradycji i kultywowania zwyczajów. To bardzo ważny element życiowego do-

świadczenia również dla młodych osób, które wkraczają w okres dorosłego życia. Nie pozostaje nam nic innego jak zachęcić, szczególnie te osoby, aby zasiłały również w innych miejscowościach Koła Gospodyń Wiejskich, które działają już od kilku lub kilkunastu lat.

Paniom z nowo utworzonego koła, życzymy owocnej współpracy i samych sukcesów. Mamy nadzieję, że zaprezentujecie się oficjalnie już na najbliższych dożynkach gminnych, które są wspaniałą okazją prezentacji, ponieważ łączą w sobie to, co jest esencją tej ziemi: kulturę, obyczaj, tradycję i poczucie przynależności do wielkiej grodziskiej rodziny. Do zobaczenia!





Ruszył nabór wniosków o świadczenie 300 + z programu Dobry Start

Od 1 lipca do 30 listopada rodzice i opiekunowie prawni mogą składać wnioski o świadczenie 300 + z programu Dobry Start. Przysługuje ono raz w roku na każde uczące się w szkole dziecko w wieku od 7 do 20 roku życia, a w przypadku osób z niepełnosprawnościami – do 24 roku życia.

Wniosek o świadczenie Dobry Start można złożyć wyłącznie drogą elektroniczną za pośrednictwem:

- portalu Platformy Usług Elektronicznych (PUE) ZUS,
- portalu Emp@tia,
- bankowości elektronicznej.

Osoba ubiegająca się o świadczenie w ramach programu Dobry Start na rok szkolny 2022/2023, która złoży wniosek do końca sierpnia 2022 r. otrzyma pieniądze

najpóźniej 30 września 2022 r. W przypadku osób, które złożą wnioski później, otrzymają pieniądze w ciągu 2 miesięcy od dnia złożenia wniosku.

ZUS



Bon turystyczny - ważny do 30 września

Zakład Ubezpieczeń Społecznych informuje, że to ostanie wakacje z bonem turystycznym. Jego ważność upływa **30 września br** i po tym czasie nie będzie można nim opłacić wypoczynku ani pobytu w hotelu.

Bon przyznawany jest na dziecko urodzone do końca 2021 r., na które przysługuje świadczenie wychowawcze lub dodatek wychowawczy „Rodzina 500 plus”. Na dziecko przysługuje jeden bon w wysokości 500 zł. Dzieci z orzeczoną niepełnosprawnością dostaną dwa bony w wysokości 500 zł, jednak, aby otrzymać drugi, należy złożyć odpowiednie oświadczenie na Platformie Usług Elektronicznych ZUS.

Bon turystyczny jest dostępny tylko na Platformie Usług Elektronicznych. Wystarczy wejść na swój profil, w zakładkę „ogólny”, po lewej stronie ekranu jest zakładka „bon turystyczny”. Po kliknięciu w nią należy uzupełnić niezbędne dane kontaktowe, czyli adres e-mail i numer telefonu kontaktowego.

Aktywować bon można w dowolnym momencie, nawet na dzień przed planowanym wyjazdem.

Bon przyznawany jest w formie dokumentu elektronicznego, ma 16 - cyfrowy numer. Nie podlega wymianie na gotówkę ani inne środki płatnicze. Można nim płacić kilkakrotnie, aż do wyczerpania kwoty.

INFORMACJA

Wójt Gminy Grodzisko Dolne

Wójt Gminy Grodzisko Dolne informuje o terminie składania wniosków dotyczących **zwrotu podatku akcyzowego zawartego w cenie oleju napędowego** wykorzystanego do produkcji rolnej w ramach limitu zwrotu określonego na 2022 r.

W terminie od **1 sierpnia do 31 sierpnia 2022 r. należy złożyć wniosek wraz z fakturami VAT** (stanowiącymi dowód zakupu oleju napędowego), wystawionymi w okresie od 1 lutego 2022 r. do 31 lipca 2022 r.

Wniosek należy złożyć w następujący sposób:

1. Wypełniając go osobiście w Urzędzie Gminy Grodzisko Dolne. W tym celu należy zabrać ze sobą następujące dokumenty: dowód osobisty, zaświadczenie o numerze NIP, numer rachunku bankowego oraz faktury potwierdzające zakup oleju napędowego.
2. Przesyłając wypełniony wniosek wraz z załącznikami w postaci faktur zakupu oleju napędowego do Urzędu Gminy za pośrednictwem poczty na adres: **Urząd Gminy Grodzisko Dolne, 37-306 Grodzisko Dolne 125a**
3. Przesyłając wypełniony wniosek wraz z załącznikami w postaci faktur zakupu oleju napędowego do Urzędu Gminy za pośrednictwem elektronicznej skrzynki podawczej e – PUAP Urzędu Gminy (91k9c3bgdm/skrytka)

Formularz wniosku dostępny jest na stronie internetowej **www.samorząd.gov.pl/web/gmina-grodzisko-dolne** w zakładce „Załatw sprawę” – Formularze i wnioski.

Na kolejnej stronie zamieszczamy WZÓR wypełnionego przykładowo wniosku akcyzowego.



WNIOSEK

o zwrot podatku akcyzowego zawartego w cenie oleju napędowego wykorzystywanego do produkcji rolnej

na rok **2 0 2 2** luty ☐ * sierpień **X** **Potwierdzenie przyjęcia wniosku przez urząd gminy lub miasta
(pieczęć)

Data przyjęcia i podpis

Podstawa prawna: ustawa z dnia 10 marca 2006 r. o zwrocie podatku akcyzowego zawartego w cenie oleju napędowego wykorzystywanego do produkcji rolnej (Dz. U. z 2015 r. poz. 1340 oraz z 2018 r. poz. 2244 i 2247), zwana dalej „ustawą”.

Termin składania wniosku: od dnia 1 lutego do ostatniego dnia lutego; od dnia 1 sierpnia do dnia 31 sierpnia.

Miejsce składania wniosku: wójt, burmistrz (prezydent miasta) właściwy ze względu na miejsce położenia gruntów będących w posiadaniu lub współposiadaniu producenta rolnego.

I. MIEJSCE SKŁADANIA WNIOSKU

01. Wójt, burmistrz (prezydent miasta), do którego jest składany wniosek

Wójt Gminy Grodzisko Dolne

II. DANE IDENTYFIKACYJNE WNIOSKODAWCY

02. Nazwisko/Nazwa pełna

Nowak

05. NIP***

0 0 0 0 1 0 2 3 2 2

06. PESEL****

6 9 0 0 0 0 3 9 7 8 9

07. Numer dowodu osobistego****

X X X 0 0 1 0 2

07a. Wydany przez

Wójt Gminy Grodzisko Dolne03. Pierwsze imię/
Nazwa skrócona**Jan**

04. Drugie imię

Józef

08. Inny dokument potwierdzający tożsamość (rodzaj, numer dokumentu)****

08a. Wydany przez

09. Numer w Krajowym Rejestrze Sądowym (w przypadku gdy producent rolny podlega wpisowi do tego rejestru)

III. MIEJSCE ZAMIESZKANIA I ADRES / SIEDZIBA I ADRES PRODUCENTA ROLNEGO

10. Państwo POLSKA	11. Województwo PODKARPACKIE	12. Powiat LEŻAJSKI
13. Gmina GRODZISKO DOLNE	14. Ulica -	15. Nr domu 009
17. Miejscowość ZMYŚŁÓWKA	18. Kod pocztowy 37 -306	16. Nr lokalu -
19. Poczta		

IV. OŚWIADCZENIE O POWIERZCHNI UŻYTKÓW ROLNYCH ORAZ ŚREDNIEJ ROCZNEJ LICZBIE BYDŁA

Oświadczam, że jestem posiadaczem użytków rolnych o powierzchni **15** ha a, współposiadaczem użytków rolnych o powierzchni ha a określonej w ewidencji gruntów i budynków wg stanu na dzień 1 lutego **2 0 2 1** roku, wykorzystywanych do produkcji rolnej, położonych na obszarze gminy **GRODZISKO DOLNE**

Oświadczam, że średnia roczna liczba dużych jednostek przeliczeniowych bydła, którego byłem/byłam posiadaczem w roku poprzedzającym rok, w którym został złożony wniosek o zwrot podatku wynosi **0**

V. INFORMACJA O ZAŁĄCZNIKACH

20. Liczba załączników *****

0 2

* Zaznaczyć w przypadku wniosku o zwrot podatku za okres od dnia 1 sierpnia do dnia 31 stycznia.

** Zaznaczyć w przypadku wniosku o zwrot podatku za okres od dnia 1 lutego do dnia 31 lipca.

*** Podają te podmioty, które są obowiązane posiadać NIP na podstawie przepisów ustawy z dnia 13 października 1995 r. o zasadach ewidencji i identyfikacji podatników i płatników (Dz. U. z 2017 r. poz. 869, z późn. zm.).

**** Podać numer PESEL albo numer dowodu osobistego albo rodzaj i numer innego dokumentu potwierdzającego tożsamość.

***** Podać liczbę faktur VAT albo ich kopii, oświadczeń oraz dokumentów, o których mowa w art. 6 ust. 3 ustawy.



21. Załączniki

Nazwa załączników

Liczba załączników

FV 2/2022**FV 5/2022**

VI. Proszę o wypłacenie zwrotu podatku w gotówce

Proszę o przekazanie zwrotu podatku na rachunek bankowy

VII. NUMER RACHUNKU BANKOWEGO (w przypadku przelewu zwrotu podatku na rachunek bankowy)

22. Nazwisko i imię/nazwa oraz adres posiadacza rachunku

NOWAK JAN**ZMYŚŁÓWKA 009**

23. Nazwa pełna banku

BS o / GRODZISKO DOLNE

24. Pełny numer rachunku bankowego

10 2033 0001 0000 1135 4833 9927

VIII. ZGODA WSPÓŁPOSIADACZY NA WYPŁATĘ ZWROTU PODATKU*****

- | | | |
|----|-------------------|-----------------|
| 1) | _____ | _____ |
| | (imię i nazwisko) | (data i podpis) |
| 2) | _____ | _____ |
| | (imię i nazwisko) | (data i podpis) |
| 3) | _____ | _____ |
| | (imię i nazwisko) | (data i podpis) |
| 4) | _____ | _____ |
| | (imię i nazwisko) | (data i podpis) |
| 5) | _____ | _____ |
| | (imię i nazwisko) | (data i podpis) |
| 6) | _____ | _____ |
| | (imię i nazwisko) | (data i podpis) |

IX. OŚWIADCZENIA

Oświadczam, że znane mi są:

- 1) skutki składania fałszywych oświadczeń wynikające z art. 297 § 1 Kodeksu karnego;
- 2) zasady przyznawania zwrotu podatku akcyzowego zawartego w cenie oleju napędowego wykorzystywanego do produkcji rolnej.

25. Data i podpis wnioskodawcy

01**08****2022**data wypełnienia wniosku
(dzień - miesiąc - rok)_____
czytelny podpis wnioskodawcy

X. ADNOTACJE URZĘDU GMINY/MIASTA

26. Uwagi

Nr telefonu wnioskodawcy xxx xxx xxx

***** Wypełnić w przypadku, gdy grunty gospodarstwa rolnego stanowią przedmiot współposiadania (nie dotyczy współmałżonków).

2/2

Wójt wręczył medale prezydenckie za długoletnie pożycie małżeńskie

„Nie wystarczy pokochać, trzeba jeszcze umieć wziąć tę miłość w ręce i przenieść ją przez całe życie”

Ildefons Gałczyński

7 lipca w Domu Weselnym „Crystal Ballroom” w Grodzisku Dolnym, odbyła się wspaniała uroczystość dla małżonków, którzy przeżyli ze sobą w związku małżeńskim ponad pół wieku. Jubileusz bardzo piękny i niezwykle, zgromadził na uroczystości 15 par z terenu naszej gminy. Najważniejszym elementem uroczystości było wręczenie Medali Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej za Długoletnie Pożycie Małżeńskie. Medale Jubilatów wręczał Wójt Gminy p. Jacek Chmura w asyście Z - cy Przewodniczącego Rady Gminy p. Józefa Nicponia oraz Kierownika Urzędu Stanu Cywilnego p. Danuty Zygmunt i jego zastępcy p. Anny Bednarz. Jedna para ze względów zdrowotnych nie mogła uczestniczyć w uroczystości i medal zostanie jej dostarczony osobiście w późniejszym terminie.

Złote Gody obchodzili Państwo:

- Maria i Tadeusz Joniec, 51 lat małżeństwa. Doczekali się 3 dzieci, 4 wnuków oraz 2 prawnuków.
- Maria i Edward Maj, 51 lat małżeństwa. Doczekali się 1 dziecka.
- Maria i Henryk Kubat, 51 lat małżeństwa. Doczekali się 7 dzieci oraz 4 wnuków.
- Krystyna i Józef Sander, 51 lat małżeństwa. Doczekali się 6 dzieci oraz 3 wnuków.
- Krystyna i Antoni Kosior, 51 lat małżeństwa. Doczekali się 6 dzieci i 11 wnuków.
- Krystyna i Ryszard Rubin, 51 lat małżeństwa. Doczekali się 6 dzieci i 13 wnuków.
- Czesława i Jan Kornafel, 52 lata małżeństwa. Doczekali się 4 dzieci i 5 wnuków.
- Czesława i Kazimierz Zych, 51 lat małżeństwa. Doczekali się 3 dzieci, 7 wnuków oraz 4 prawnuków.
- Anna i Józef Buszta, 51 lat małżeństwa. Doczekali się 4 dzieci, 11 wnuków i 6 prawnuków.
- Maria i Jan Chmura, 52 lata małżeństwa. Doczekali się 4 dzieci i 8 wnuków.
- Stanisława i Tadeusz Różyccy, 52 lata małżeństwa. Doczekali się 4 dzieci i 11 wnuków.
- Zofia i Jan Salwach, 51 lat małżeństwa. Doczekali się 1 dziecka i 2 wnuków.
- Maria i Władysław Świątoniowscy, 50 - lecie małżeństwa. Doczekali się 3 dzieci i 7 wnuków.
- Danuta i Stanisław Papak, 50 lecie małżeństwa. Doczekali się 5 dzieci i 16 wnuków.
- Maria i Józef Ficek, 51 lat małżeństwa. Doczekali się 5 dzieci i 12 wnuków.

- Cecylia i Stanisław Kulpa, 50 lecie małżeństwa. Doczekali się 2 dzieci, 4 wnuków i 1 prawnuka.

Był toast, tort, życzenia, gratulacje i wspólne odśpiewanie „Sto lat”. Spotkanie upłynęło w serdecznej atmosferze przy utworach zaprezentowanych przez nasze regionalne zespoły „Leszczynka” oraz „Wiola”.

Wszystkim Jubilatów składamy najserdeczniejsze życzenia zdrowia, pomyślności oraz szczęścia na kolejne wspólne lata małżeńskiego życia.



Państwo Cecylia i Stanisław Kulpa



Państwo Maria i Józef Ficek



Państwo Czesława i Kazimierz Zych



Państwo Czesława i Jan Kornafel



Państwo Maria i Władysław Świątoniowscy



Państwo Krystyna i Ryszard Rubin



Państwo Maria i Jan Chmura



Państwo Krystyna i Józef Sander



Państwo Maria i Edward Maj



Państwo Krystyna i Antoni Kosior



Państwo Anna i Józef Buszta



Pani Maria Joniec



Państwo Danuta i Stanisław Papak



Państwo Maria i Henryk Kubat



Państwo Stanisława i Tadeusz Różyccy





Wójt na spotkaniu wyjazdowym w Chełmży

W dniu 4 czerwca Wójt Gminy p. Jacek Chmura na zaproszenie Wójta Gminy Chełmża p. Jacka Czarneckiego oraz naszego rodaka dh. Henryka Śmiałka, długoletniego Prezesa OSP Skąpe, obecnie członka honorowego tej jednostki wziął udział w spotkaniu inauguracyjnym przyszłoroczne obchody 150 – lecia Ochotniczej Straży Pożarnej w Skąpe. Uroczystość zaplanowana została na dzień 6 maja 2023 roku. W spotkaniu udział wzięło wielu gości m.in. p. Wiesław Fleszar ze Związku Strzeleckiego STRZELEC oraz p. Michał Fałat, Prezes Fundacji „Skarby Narodu”. Władze obu gmin ustaliły, że podejmą się odnalezienia osób i rodzin, które pochodzą z naszej gminy, a które wyemigrowały po wojnie i obecnie żyją lub zostali pochowani w okolicy Torunia m.in. w miejscowościach: Chełmża, Kończewice, Skąpe, Dębowa Łąka, Wąbrzeźno i Osieczek. Jubileusz ten stanowić będzie doskonałą okazję do zwrócenia uwagi na ten aspekt, który łączy oba te samorządy. Pozwoli upamiętnić osoby, które połączyły nasze gminy wspólną historią. Dla naszych rodaków zostanie zorganizowane „spotkanie po latach” na terenie Gminy Chełmża. Mając na uwadze powyższe prosimy mieszkańców, którzy mają wiedzę o takich osobach lub znają je osobiście o kontakt z Urzędem Gminy pod nr tel: (17) 242 82 65 wew. 211. Będziemy tworzyć taką listę osób. Tych, którzy żyją, władze obu gmin zaproszą na te uroczystości. W obchodach 150 – lecia OSP Skąpe weźmie udział również delegacja turków z naszej gminy wraz z Orkiestrą Dętą.

Redakcja



KOMUNIKATY POLICJI



Dzielnicowy Posterunku Policji w Grodzisku Dolnym asp. Stanisław Gałdyś informuje, że w okresie **od 1 lipca do 31 grudnia 2022 roku**, na terenie miejscowości **Zmysłówka i Opaleniska** realizuje zadanie w ramach planu działania priorytetowego. Planem tym zostało objęte zagrożenie polegające na nie zachowaniu zwykłych i nakazowych środków ostrożności przy trzymaniu psów, które chodzą luzem, bez nadzoru właściciela i stanowią zagrożenie dla ludzi. Głównym celem tego działania jest eliminacja istniejącego zagrożenia oraz zwiększenie świadomości właścicieli psów jakie konsekwencje społeczne i prawne rodzi niewłaściwie sprawowana opieka nad zwierzętami.

KIEROWCO ZWOLNIJ!

Wraz z rozpoczęciem wakacji obserwuje się zwiększony ruch pojazdami mechanicznymi na terenie gminy, szczególnie w weekendy. Kierowcom przypominamy o obowiązku zachowania należytej ostrożności w poruszaniu się pojazdami mechanicznymi w terenie zabudowanym, szczególnie w miejscach, w których gromadzą się ludzie oraz dostosowania prędkości do warunków panujących na drodze i obowiązujących przepisów. Policja będzie organizować w miejscach szczególnie niebezpiecznych kontrole pomiaru prędkości uczestników ruchu drogowego. Prosimy o rozważę, obecnie mandaty karne za przekraczanie prędkości są bardzo wysokie (nawet 5 tys. zł), a przekroczenie prędkości w obszarze zabudowanym o 50 km/h wiąże się dodatkowo z utratą prawa jazdy na okres trzech miesięcy.



Czy warto spisać testament?

Dla większości osób testament kojarzy się negatywnie, z aktem ostatniej woli, ze śmiercią lub chorobą, ze skomplikowaną i trudną sytuacją życiową, dlatego podejmowanie decyzji o spisaniu testamentu odkładamy na czas, kiedy będziemy uważać za odpowiedni naszym zdaniem. Kalkulujemy, lub nie dopuszczamy do siebie myśli o potrzebie sporządzenia testamentu.

O tym, że tak jest, świadczą liczby. W ostatnich latach w Urzędzie Gminy Grodzisko Dolne spadła znacznie liczba sporządzanych testamentów. W roku 2019 sporządzono 1 testament. Począwszy od roku 2020 do chwili obecnej nie został sporządzony żaden testament. To niepokojące zjawisko wśród mieszkańców naszej gminy. Jako osoba posiadająca rozeznanie w zakresie ogromnego znaczenia testamentu dla rodziny i spadkobierców, jest mi trudno zrozumieć, dlaczego mieszkańcy nie podejmują decyzji o jego sporządzeniu.

Testament nie wywołuje żadnych skutków prawnych za życia testatora (sporządzającego testament), a nabiera swojej mocy prawnej i znaczenia dopiero po jego śmierci. Nie należy obawiać się, że sporządzenie tego aktu przyniesie jakieś nieprzyjemne konsekwencje lub problemy.

Historia życia pokazuje, że śmierć może spotkać każdego z nas w każdym czasie. Szczególnie ostatnie lata dowiodły, że odchodziły od nas osoby w różnym wieku. Śmierć kończy pewien etap w życiu jednego człowieka, a rozpoczyna w życiu innych osób. Tak jest, kiedy rodzina zmarłego rozpoczyna po jego śmierci spory o majątek, który posiadał, lub w którym miał udział. Prowadzenie w takich okolicznościach postępowań o stwierdzenie nabycia spadku, a następnie o dział spadku przez członków rodziny, jest czasochłonne (kilkuletnie), pociągając za sobą wyłożenie często znacznych sum pieniędzy dla celów szacowania wartości mienia, kosztów sądowych i związanych z uczestnictwem w postępowaniach. W efekcie dochodzi niejednokrotnie do sporów rodzinnych, konfliktów i nieporozumień niezabliźnionych przez lata. Kto by wtedy pomyślał, że tego wszystkiego można byłoby uniknąć, gdyby spadkodawca sporządził testament.

Decyzja o tym, co zrobić z majątkiem, który się posiada, należy przede wszystkim do spadkodawcy, do właściciela. Zrzucanie odpowiedzialności na dzieci, członków rodziny w tym zakresie, że dojdą do porozumienia, stojąc nad grobem osoby zmarłej, jest pobożnym życzeniem właściciela majątku. Spory po śmierci dotyczą nawet takich spraw, jak organizacja pogrzebu, budowa pomnika, lub grobu dla zmarłego.

O tym, że uregulowanie praw majątkowych jest niezwykle ważne świadczą chociażby doświadczenia gminy związane z prowadzonymi postępowaniami scaleniowymi. Tylko z tego powodu, że wielu właścicieli gruntów nie żyje, którzy nie przepisali gospodarstwa rolnego, lub któ-

rzy nie sporządzili za życia testamentu, osoby które należą do kręgu spadkobierców nie potrafią się porozumieć co do podziału, zmiany granic, ustalenia nowych granic działek i ponoszenia odpowiedzialności za zobowiązania wynikające z opieki nad tymi gruntami. Do urzędu przychodzi wiele osób i pyta, czy moja mama, mój tato sporządził testament, ponieważ scalenie nie rozwiązało aktualnej sytuacji rodzinnej co do posiadania gruntów. Organy prowadzące to postępowanie, w przypadku braku porozumienia, odsyłają takie osoby do sądu. Obecnie kilka rodzin prowadzi postępowania spadkowe już od ponad 3 - ech lat i w dalszym ciągu nie widzą pozytywnego końca zakończenia swoich spraw. Dlaczego tak jest? Ponieważ postępowanie spadkowe, w sytuacji kiedy nie ma testamentu, jest prowadzone w oparciu o tzw. pojęcie dziedziczenia ustawowego. Różni się ono tym od testamentowego, że wszystkie elementy wchodzące w skład tzw. masy spadkowej traktowane są jako jedna całość. Można zatem powiedzieć, że mieszkanie, samochód, działka, nieruchomości idą do „jednego worka”, który po śmierci spadkodawcy rozdzielany jest tak, jak kawałki tortu. Każdy zatem dostaje trochę mieszkania, trochę samochodu, trochę działki, itd. Dzięki testamentowi, można uniknąć takiej sytuacji, przekazując całe elementy i składniki spadku konkretnym osobom. Testament pozwala także na pozbawienie prawa do zachowku osoby, która dziedziczyłaby z mocy ustawy (wydziedziczenie), a która z jakichkolwiek względów nie zasługuje na otrzymanie majątku z różnych powodów, takich jak: postępowała za życia spadkodawcy wbrew jego woli i uporczywie w sposób sprzeczny z zasadami współżycia społecznego, dopuszczała się względem spadkodawcy albo jednej z najbliższych mu osób, umyślnego przestępstwa przeciwko życiu, zdrowiu lub wolności albo rażącej obrazy czci, czy w końcu z powodu uporczywego niedopełniania względem spadkodawcy obowiązków rodzinnych.

W testamencie można również umieścić polecenie, czyli zobowiązać spadkobiercę, czyli osobę, której przekazuje się majątek spadkowy, lub zapisobiercę do określonego działania lub zaniechania po śmierci spadkodawcy, np. wykonania wszelkich zapisów spadkowych na rzecz innych osób lub wypełnienia obowiązków związanych z pochówkiem. Dodatkowo, w testamencie można wskazać osobę, która będzie zarządzać majątkiem odziedziczonym przez osobę niepełnoletnią, jeżeli spadkodawca podejmie decyzję o tym, aby przekazać część majątku takiej osobie.

Nie jest prawdą, że o testamencie powinniśmy myśleć dopiero u schyłku naszego życia. Testament raz spisany możemy zmieniać wielokrotnie, dopisywać do niego nowe części majątku, odwoływać jego postanowienia, zawężać krąg spadkobierców lub go poszerzać. W tych kwestiach testator posiada dowolność.



W niektórych krajach stosowana jest powszechna praktyka spisywania testamentów już przez osoby w wieku dwudziestu paru lat. Z momentem nabycia jakiegoś składnika majątku np. zakupu działki, domu, samochodu, dokonują również zapisów testamentowych. Są bowiem właścicielami majątku, który jest dla nich ważny i chcą decydować o tym, kto ich majątek przejmie w sytuacji nieszczęśliwego zdarzenia życiowego, skutkującego śmiercią, takiego jak np. wypadek samochodowy, uduszenie lub zawał serca. To pewna praktyka wynikająca z wiedzy, którą nabywają już w wieku szkolnym, kształtując swoją świadomość i poczucie odpowiedzialności za swoje życie i majątek, jaki posiadają.

My Polacy nie mamy takich nawyków i praktyki. W tym miejscu przed nami jeszcze wiele do zrobienia.

Form sporządzenia testamentu jest wiele. Wyróżniamy w prawie polskim testamenty zwykłe, takie jak: własnoręczny, notarialny i allograficzny, oraz szczególne.

Testament własnoręczny (in. holograficzny) to testament napisany w całości pismem ręcznym, podpisany i opatrzony datą przez testatora. Z uwagi na brak możliwości weryfikacji jego prawdziwości, sądy podchodzą do takich testamentów z dużą rezerwą. Może się okazać, że taki testament został po prostu podrobiony przez inną osobę lub napisany w okolicznościach skutkujących jego nieważnością. Do takich okoliczności należą:

1. sporządzenie testamentu w stanie wyłączającym świadome lub swobodne podjęcie decyzji (np. osoba sporządzająca testament była pod wpływem alkoholu, narkotyków lub w momencie jego sporządzania była osobą niepełnosprawną umysłowo i nie mogła w ten sposób swobodnie rozporządzać swoim majątkiem)
2. znajdowała się w błędzie co do osoby lub majątku, który chce zapisać, uzasadniającego przypuszczenie, że gdyby nie była w błędzie, nie sporządziłaby testamentu tej treści,
3. działała pod wpływem groźby ze strony osoby trzeciej (np. że jeżeli nie sporządzi testamentu określonej treści, stanie się jej coś złego).

Testament notarialny to testament sporządzony w formie aktu notarialnego w obecności notariusza. To forma bardzo bezpieczna i pewna. Stwarza dla spadkodawcy wysoką gwarancję sporządzenia testamentu ważnego i skutecznego, jak również jego zachowania przed zagubieniem albo zniszczeniem. Egzemplarz testamentu znajduje się u notariusza, co powoduje, że niemożliwym jest ingerencja w jego treść przez osoby niepowołane. Podstawowa opłata za sporządzenie aktu notarialnego dokumentującego testament to 50 zł. Ta kwota może ulec zwiększeniu w zależności od zakresu treści testamentu.

Testament allograficzny to nic innego, jak testament spisany w obecności dwóch pełnoletnich świadków w urzędzie gminy, powiatu lub województwa przez urzędnika. W naszej gminie oświadczenie ostatniej woli spadkodawcy składa ustnie przed sekretarzem gminy. Sekretarz spisuje oświadczenie spadkodawcy w protokole z podaniem daty

jego sporządzenia. Na protokole podpisuje się spadkodawca, świadkowie i sekretarz gminy. Testament tak sporządzony jest równie bezpieczny i pewny, jak testament sporządzony w formie aktu notarialnego. Jeden egzemplarz jest przechowywany w urzędzie gminy. Koszt opłaty skarbowej za sporządzenie takiego testamentu to 22 zł. To najważniejsze i najczęściej wybierane formy sporządzania testamentu. O testamentach szczególnych nie będziemy poruszać szerzej tematu z uwagi na ich rzadkość stosowania i rzadkość sytuacji, w jakich mogą występować. Pozwolę sobie tylko na wzmiankę o nich. To testamenty: ustny, podróżny i wojskowy. Testament ustny to oświadczenie ostatniej woli przy jednoczesnej obecności co najmniej trzech świadków w sytuacji obawy rychłej śmierci lub w sytuacji, kiedy zachowanie zwykłych form testamentu, o których mowa wyżej, jest niemożliwe. Testament podróżny można sporządzić tylko podczas podróży na polskim statku morskim lub powietrznym przed dowódcą statku lub jego zastępcą w ten sposób, że spadkodawca oświadczy swoją wolę w obecności dwóch pełnoletnich świadków. Sposób jego sporządzenia jest podobny do sporządzenia testamentu allograficznego. Testament wojskowy może być sporządzony tylko w czasie mobilizacji lub wojny, albo podczas przebywania w niewoli. Spadkodawca może oświadczyć ostatnią wolę na trzy sposoby: a) ustnie sędziemu wojskowemu, lub b) wobec dwóch świadków, którzy następnie sporządzą testament i podpiszą się wraz z testatorem na dokumencie, bądź c) ustnie (kiedy testator nie potrafi pisać) wobec trzech świadków, którzy sporządzą dokument testamentu i podpiszą się na nim.

Podsumowując, sporządzenie testamentu jest rozwiązaniem, które prostuje i wyjaśnia wiele spraw życiowych. Warto z niego korzystać zwłaszcza, że posiadamy możliwości swobodnego dostępu do osób i instytucji, gdzie możemy go sporządzić. Mi nie pozostaje nic innego, jak zachęcić Państwa do korzystania z formy sporządzenia testamentu allograficznego w urzędzie gminy z uwagi na niską opłatę skarbową oraz bliskość urzędu. Tym z Państwa, którzy mają trudność wyrażenia swojej ostatniej woli wobec urzędnika i dwóch świadków, zapraszam do każdej kancelarii notarialnej.

Adam Chmura



Z życia Rady Gminy

W dniu 30 czerwca odbyła się XL, a w dniu 19 lipca XLI sesja Rady Gminy. Dla władz samorządowych szczególnie ważną była sesja czerwcową. Jak co roku Rada Gminy głosowała nad udzieleniem Wójtowi Gminy wotum zaufania oraz absolutorium. Obie uchwały są bardzo ważne z punktu widzenia prowadzenia działalności i wypełniania obowiązków samorządowych przez władze. Wotum zaufania dotyczy oceny działalności wójta w roku ubiegłym. Ocena tej działalności dokonywana jest w oparciu o przedstawiony Raport o Stanie Gminy. To dokument, który zawiera szerokie spektrum działalności gminy, którą realizuje poprzez urząd gminy, jednostki organizacyjne i gminne osoby prawne. Z raportem zapoznać może się każdy mieszkaniec gminy. Corocznie publikowany jest na stronie internetowej gminy oraz w Biuletynie Informacji Publicznej. Wszystkich, którzy nie mieli jeszcze okazji zapoznać się z raportem, zachęcamy do jego lektury. Znajdziecie tam Państwo wiele ciekawych informacji dotyczących miejsca w którym żyjemy.

Absolutorium dotyczy oceny wykonania budżetu gminy za rok ubiegły. Wiąże się z prowadzoną polityką finansową samorządu i realizacją celów zapisanych w uchwale budżetowej. Głosowanie nad udzieleniem absolutorium jest również ważne dla Rady Gminy, która w procesie realizacji budżetu zajmuje bardzo ważne miejsce. Uchwała budżetowa, a w trakcie całego roku budżetowego podejmuje decyzje dotyczące wprowadzanych w nim zmian. Wójt jako wykonawca tej uchwały jest obowiązany realizować ją

zgodnie z postanowieniami Rady Gminy. Sesja czerwcową jest określana często mianem święta samorządu terytorialnego. Jest wyznacznikiem współpracy i dialogu organów odpowiedzialnych za gminę. Tegoroczne głosowanie potwierdziło tę współpracę i dialog jaki istnieje pomiędzy organem wykonawczym w gminie, a organem stanowiącym.

Należy otwarcie powiedzieć, że ta współpraca jest bardzo dobra, co znajduje swoje odzwierciedlenie w gminnych inwestycjach oraz wszelkiej działalności samorządu służącej mieszkańcom.

Wójtowi gratulujemy uzyskania od Rady Gminy wotum zaufania i absolutorium. Życzymy dalszych sukcesów w odpowiedzialnej służbie na rzecz mieszkańców.

Wszystkie osoby zainteresowane przebiegiem obrad obu sesji zapraszamy do obejrzenia nagrania, które znajduje się na stronie internetowej urzędu gminy pod linkiem:

<https://transmisjaobrad.info/channels/104/gmina-grodzisko-dolne>

Biuro Rady



Kilka słów o dodatku węglowym

Opinię publiczną elektryzują w ostatnim czasie informacje na temat dodatku węglowego, o jaki będzie można ubiegać się w najbliższym czasie za pośrednictwem gminy. Dodatek węglowy stosowanie do projektu ustawy przysługiwać ma osobie w gospodarstwie domowym, w którym głównym źródłem ogrzewania jest kocioł na paliwo stałe. Projekt za takie paliwo uznaje węgiel kamienny, brykiet lub pellet. **Wnioski o wypłatę tego dodatku będzie można składać do 30 listopada** i mają one być weryfikowane z deklaracjami, jakie są składane do Centralnej Ewidencji Emisyjności Budynków. Wysokość dodatku ma wynosić 3 000 zł. Obecnie dostrzegamy aktywność mieszkańców w zakresie związanym z wprowadzeniem zmian do złożonych już deklaracji. Jeżeli ktoś wcześniej składał deklarację i wykazywał, że głównym źródłem ogrzewania jest gaz, to teraz dostrzegając możliwość pozyskania pieniędzy wykazuje, że głównym źródłem ogrzewania jest węgiel kamienny. Przypominamy, tym wszystkim osobom o tym, że deklarację składa się pod odpowiedzialnością karną za składanie fałszywego oświadczenia. Prosimy zatem

nie podejmować obecnie pochopnych decyzji związanych ze zmianą uprzednio złożonych deklaracji. Jaki będzie ostateczny kształt ustawy jeszcze nie wiemy. Może się okazać, że dodatkiem zostaną objęci również właściciele domów ogrzewający gazem. 22 lipca projekt ustawy przyjął Sejm, na początku sierpnia projektem ustawy zajmie się Senat. Od kiedy będzie można składać wnioski o dodatek węglowy, tego jeszcze nie wiemy. Być może na wejście w życie ustawy będziemy musieli poczekać jeszcze 2, 3 tygodnie. Do tego czasu prosimy wszystkich mieszkańców o zachowanie spokoju i cierpliwości. W przypadku wejścia w życie tej ustawy zrobimy wszystko, aby każdy kto nabył prawo do przyznania takiego dodatku otrzymał pieniądze. Poczekajmy zatem do końca sierpnia na ostateczne rozstrzygnięcia i decyzje ustawodawcy w tym zakresie. Obecnie media przedstawiają sprawę dodatku węglowego tak, że wiele osób jest przekonanych o tym, że takie wnioski urzędy gmin przyjmują. Nie jest to prawdą i wprowadza w błąd, powodując zamieszanie i nieporozumienia w kontaktach z pracownikami naszego urzędu.



O panele fotowoltaiczne też należy dbać

Odnawialne źródła energii cieszą się bardzo dużą popularnością wśród właścicieli gospodarstw domowych. Na przestrzeni ostatnich kilku lat wielu mieszkańców naszej gminy również zdecydowało się na montaż fotowoltaiki na swoich budynkach. Bardzo nas to cieszy, ponieważ sprzyja to walce ze zmianami klimatu oraz przyczynia się do wykorzystania naturalnych źródeł energii na co dzień. O tym, że fotowoltaika jest efektywnym źródłem energii nie musimy już nikogo przekonywać. Instalacje fotowoltaiczne są systemem raczej bezinwazyjnym i samoobsługowym, ponieważ energia produkowana jest samoistnie. Raz zamontowany system powinien nam służyć bezawaryjnie kilkanaście lat, jeżeli jest zamontowany w sposób prawidłowy i przez profesjonalną firmę. Niekiedy jednak zdarza się, że nawet prawidłowy montaż instalacji nie zapobiegnie awarii lub uszkodzeniu systemu. Powodów takiego stanu rzeczy jest wiele. Jednym z nich są dzikie zwierzęta i gryzonie. Szkodnikiem wyrządzającym największe szkody w gospodarstwach domowych jest kuna. W jej zainteresowaniu znajdują się nie tylko poddasza domów pokryte wata, instalacje i wyposażenie samochodów osobowych, ale również wszelkiego rodzaju elementy instalacji elektrycznej budynków, w tym systemy fotowoltaiczne.

Są to drapieżniki, które polują na gryzonie i ptaki oraz żywią się jajkami, owocami i miodem. Kuna potrafi skakać na odległość 2 - 3 metrów, doskonale się wspina, a dzięki ostrym zębom i silnym łapom pokona niejedną przeszkodę na drodze. Są to zwierzęta bardzo inteligentne i trudno je przepłoszyć, ale trzeba to zrobić jak najszybciej, ponieważ potrafią czynić ogromne szkody w mieniu. Uwielbiają wełnę mineralną i jeżeli znajdą ją we wnętrzu dachu czują się jak w domu. Robią w niej gniazda i niezliczone ilości korytarzy, którymi się przemieszczają. Kuna niszczy przede wszystkim instalacje ciepłą, potrafi poszarpać folię dachową czy przegryźć kable, zarówno te w samochodzie jak i przy instalacji fotowoltaicznej. Jeżeli kuna zadomowi się u nas na dłużej zaczyna pojawiać się również nieprzyjemny i uciążliwy zapach odchodów. Pozbycie się zwierzęcia nie jest łatwe. Jedynym skutecznym sposobem jest ich wyłapanie za pomocą specjalnej klatki i wywiezienie poza skupiska ludzkie, do odległego lasu lub na pola. Innym sposobem pozbycia się tego nieproszonego gościa jest użycie specjalnych odstraszaczy, urządzeń które emitują specyficzny dźwięk o różnej częstotliwości, niesłyszalny dla ludzkiego ucha. Pamiętajmy, że są to zwierzęta pod ochroną i nawet jeżeli w wyniku ich działania poniesiemy szkodę, nie wolno nam ich zabijać. Gro-

zą za to wysokie kary finansowe, łącznie z pozbawieniem wolności. Nie pozostaje nam nic innego jak zabezpieczać swoje dobytki możliwie jak najlepiej oraz stosować środki profilaktyczne w celu ochrony swojego mienia. Jednym z nich jest sprawdzanie, od czasu do czasu swojego domu i instalacji fotowoltaicznej, czy w ich okolicach nie ma niczego podejrzanego. Przestrzenie pomiędzy dachem a instalacją powinny być czyste, bez jakichkolwiek śmieci, gałęzi, martwych zwierząt. Sprawdzajmy wizualnie połączenia pomiędzy panelami, czy kable nie są przerwane, lub czy na panelach nie ma śladów łap zwierzęcia. Jeżeli takie rzeczy zauważymy musimy niezwłocznie działać, ponieważ nasze zaniechanie może zakończyć się nie tylko unieruchomieniem systemu i jego awarią, ale także doprowadzić do pożaru. Jeżeli widzimy przegryzione kable nie podejmujemy się ich naprawienia. Samowolne działanie możemy przypłacić śmiercią. Panele wytwarzają prąd stały o wysokim napięciu elektrycznym, nawet 1100 V. Pod żadnym pozorem nie wolno nam w takich sytuacjach nawet zbliżać się na krótką odległość do instalacji. W sytuacji ryzyka powstania pożaru niezwłocznie skontaktujemy się z najbliższą placówką straży pożarnej i poprośmy o interwencję. Pomimo, że w domach jednorodzinnych prawo polskie nie przewiduje obowiązku posiadania gaśnic, zalecamy aby każdy użytkownik paneli fotowoltaicznych posiadał w swoim domu na wyposażeniu gaśnicę proszkową, zawierającą co najmniej 4 kg proszku gaśniczego. Proszek gaśniczy umożliwia bezpieczne gaszenie instalacji z odległości co najmniej 1 metra. Gaśnica ta powinna znaleźć się obok falownika i urządzenia zabezpieczającego instalację. Koszt gaśnicy w stosunku do wartości domu jest niewielki.

Poniżej zamieszczamy całodobowy **numer telefonu alarmowego Państwowej Straży Pożarnej w Leżajsku**. Dzwońmy na ten numer w każdej sytuacji zagrażającej życiu i zdrowiu swojemu, rodziny lub innych osób.

Tel: 602 337 943

Redakcja



W Leżajsku powstało Centrum Zdrowia Psychicznego

Od 1 lipca, w strukturze Szpitala Powiatowego w Leżajsku rozpoczęło działalność Centrum Zdrowia Psychicznego, w skład którego wchodzi: Oddział Psychiatryczny, Poradnia Zdrowia Psychicznego, Oddział Dzienny Psychiatryczny Ogólny, Punkt Zgłoszeniowo - Koordynacyjny i Zespół Leczenia Środowiskowego. Centrum oferuje kompleksową pomoc psychiatryczną, psychologiczną i psychoterapeutyczną w ramach świadczeń finansowanych przez Narodowy Fundusz Zdrowia dla dorosłych mieszkańców powiatu leżajskiego i łańcuckiego. Kilka słów na temat komórek organizacyjnych Centrum.

• Punkt Zgłoszeniowo - Koordynacyjny

Tutaj następuje wstępna ocena kryzysu zgłaszającej się osoby i dokonywany jest wybór sposobu leczenia. Punkt zapewnia możliwość rozmowy ze specjalistą (psycholog) już podczas pierwszego kontaktu. Czynny jest od poniedziałku do piątku w godz. 8:00 - 18:00 i można się do niego zgłaszać bezpośrednio, bez konieczności posiadania skierowania od lekarza rodzinnego. Z Punktem można kontaktować się telefonicznie lub zgłaszając się osobiście:

adres Punktu:
ul. Plac Mariacki 9, 37 - 300 Leżajsk
tel. 17 240 61 94, 17 240 61 91

• Zespół Leczenia Środowiskowego (domowego)

Zespół sprawuje opiekę środowiskową nad osobami wymagającymi ciągłej, czynnej pomocy z powodu długotrwałych lub nawracających zaburzeń psychiatrycznych. Opieka oferowana jest w formach wizyt domowych. Zespół współpracuje z Centrum Zdrowia Psychicznego oraz z placówkami pomocy społecznej i aktywizacji zawodowej. Podtrzymując regularny kontakt z pacjentem wspomaga proces leczenia i zdrowienia, przeciwdziała narastaniu kryzysów i stara się zapobiegać zbędnej hospitalizacji. Przyjęcie do Zespołu wymaga zgody pacjenta wyrażonej na piśmie. Wyrażając taką zgodę, pacjent zgadza się na domowe wizyty lekarskie i psychologiczne terapie środowiskowe i pielęgniarstwa środowiskowego. Zajmuje się głównie leczeniem pacjentów z rozpoznaniem: schizofrenii, zaburzeń schizoafektywnych, choroby afektywnej dwubiegunowej (maniakalno - depresyjnej) i choroby afektywnej jednobiegunowej (depresja nawracająca), a także innych psychoz urojeniowych i afektywnych.

adres Zespołu
u. Leśna 22, 37 - 300 Leżajsk
konieczna wizyta osobista

• Oddział Dzienny Psychiatryczny Ogólny

Oddział przeznaczony jest do diagnostyki i leczenia oraz wczesnej rehabilitacji osób z zaburzeniami psychiatrycznymi powyżej 18 roku życia. Oddział dysponuje 20 miej-

scami dziennymi. Przyjęcie wymaga wstępnej konsultacji i kwalifikacji. W Oddziale świadczenia udzielne są w dni robocze od poniedziałku do piątku od 7:00 - 14:00.

adres Oddziału:
ul. Plac Mariacki 9, 37 - 300 Leżajsk
tel. 17 240 61 95

• Oddział Psychiatryczny

Do Oddziału przyjmowani są wszyscy pacjenci wymagający hospitalizacji psychiatrycznej. Dzięki dobremu zapleczu diagnostycznemu i terapeutycznemu następuje właściwe rozpoznanie każdego przypadku oraz odpowiednie dobranie indywidualnych form terapii. Diagnostyka medyczna pogłębiona jest diagnostyką psychologiczną. W Oddziale prowadzone jest leczenie farmakologiczne, psychoedukacja, psychoterapia indywidualna i grupowa. Pacjenci leczeni w Oddziale po zakończeniu hospitalizacji obejmowani są leczeniem i opieką realizowaną przez Oddział Dzienny Psychiatryczny Ogólny, Poradnię Zdrowia Psychicznego lub Zespół Leczenia Środowiskowego.

adres Oddziału:
Ul. Leśna 22, 37 - 300 Leżajsk
tel. 17 240 49 37



Nie zapominajmy, że od ponad roku w ramach struktury Szpitala Powiatowego działa również **Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży**. Poradnia oferuje pomoc lekarską, a także terapię psychologiczną. Pracują w niej psychiatrzy i psycholodzy. Poradnia zapewnia diagnostykę lekarską zaburzeń psychicznych i zaburzeń zachowania, wielokierunkową terapię psychologiczną pacjentów z zaburzeniami psychicznymi i zaburzeniami zachowania, psychoterapię pacjentów oraz opracowuje indywidualne zalecenia terapeutyczne. Wizyty w poradni są finansowane w ramach NFZ.

adres Poradni:
ul. Plac Mariacki 9, 37 - 300 Leżajsk
tel. 17 240 61 92, 17 240 61 90

Kilka słów o Pierwszej Pomocy Psychologicznej

Pierwsza pomoc psychologiczna to wsparcie osoby, która doświadczyła silnie stresowego lub kryzysowego wydarzenia. Jej idea jest tożsama z pierwszą pomocą przedmedyczną i udzielić jej może każdy, nie tylko profesjonalista. Czasy, w których żyjemy są bardzo trudne dla nas dorosłych, a jeszcze trudniejsze dla naszych dzieci. Ostatnie lata naszego życia to odcięcie od przyjaciół i znajomych, zakaz wychodzenia z domu i godziny spędzone przed ekranem komputerów. Te sytuacje jeszcze długo będą niosły ze sobą niekorzystne skutki dla naszej psychiki. Musimy pamiętać, że dzieciom znacznie trudniej niż dorosłym poradzić sobie z silnie stresującym wydarzeniem. Śmierć lub choroba kogoś bliskiego, rozwód rodziców, wypadek, przemoc oraz inne trudne sytuacje mogą wpływać na wiele obszarów funkcjonowania młodych ludzi.

Pierwszym i najważniejszym krokiem jaki my, dorośli musimy zrobić to dostrzeżenie problemu, z którym boryka się młody człowiek. Często zdarza się, że rodzice, nauczyciele lub opiekunowie ignorują wyraźne sygnały wysyłane przez dziecko związane z problemami natury psychicznej. Często dziecko ich w ogóle nie wysyła przyzwyczajone, że nie są one odczytywane przez dorosłych. Musimy być uważni na nasze dzieci, ale również na dzieci których nie znamy, a wiemy że w ich życiu wydarzyło się coś złego.

Drugim krokiem udzielenia pierwszej pomocy psychologicznej jest otoczenie dziecka opieką, zapewnienie fizycznego bezpieczeństwa i spokoju, odcięcie od nasilających stres bodźców (np. gdy dziecko brało udział w wypadku lub było jego świadkiem).

Trzecim krokiem jest uważne i empatyczne wysłuchanie dziecka. Jest to podstawowy filar pierwszej pomocy psychologicznej. Dzięki niemu młody człowiek dotknięty kryzysem otworzy się przed nami i pozwoli sobie pomóc. Wysłuchane dziecko odzyskuje spokój i poczucie bezpieczeństwa. Czuje wsparcie osoby dorosłej, co pozwala mu wrócić do równowagi i uwierzyć, że jego problemy miną.

Czwartym krokiem jest interwencja, czyli podjęcie jakichś fizycznych czynności, które mają wpłynąć na polepszenie lub naprawienie sytuacji dziecka, któremu udzielane jest wsparcie. Jeżeli jest to Twoje dziecko, skontaktuj się z lekarzem lub psychologiem. Porozmawiaj najpierw Ty sam o problemach swojego dziecka ze specjalistą. On udzieli Ci wskazówek jak postępować. Nie zabieraj od razu dziecka do specjalisty, ponieważ możesz spowodować w nim mechanizmy obronne i wyłączające. Bardzo ważne jest umiejętne podejście i zrozumienie potrzeb i problemów dziecka. Jeżeli widzisz nienaturalne,

nietypowe zachowania zapisuj je w notatniku, a następnie przekaz specjalście. Nie rób nic na własną rękę. Często mając dobre intencje możemy zaszkodzić dziecku, wystarczy jedno nieodpowiednie słowo, gest lub zachowanie. Z pozycji osoby dorosłej, wydawać nam się może, że robimy dobrze, a dziecko odbierze nasze zachowanie jako atak lub ingerencję w jego „strefę bezpieczeństwa i komfortu”.

Piątym krokiem pomocy psychologicznej jest przekazanie dziecka pod dalszą opiekę innej osoby, która się nim zaopiekuje i udzieli profesjonalnej pomocy. Może to być naturalna konsekwencja czwartego kroku, kiedy specjalista stwierdzi, że potrzebna jest pomoc i terapia. Realizując ten punkt nie zostawiamy dziecka samego. Ważne aby miało poczucie bezpieczeństwa i opieki. Niezbędna jest w tym miejscu współpraca wszystkich osób: rodzica lub opiekuna, specjalisty oraz dziecka.

Pierwsza pomoc psychologiczna odnosi się zarówno do naszych własnych dzieci i młodzieży jak i obcych, które znajdując się w trudnych okolicznościach życia i potrzebują pomocy. Uczestnicząc np. w wypadku drogowym z udziałem dzieci musimy racjonalnie ocenić sytuację w jakiej w danej chwili się znalazły. Czekanie tylko i wyłącznie na służby ratunkowe może doprowadzić do kolejnej tragedii. W sytuacji kiedy w wypadku ginie rodzic lub opiekun dziecka, dziecko może utracić poczucie rzeczywistości, a przygniecione sytuacją zachowywać się nieracjonalnie, co może doprowadzić do kolejnego wypadku np. potrącenia dziecka przez inne auto. To tylko jedna z sytuacji, która może się zdarzyć w naszym życiu, a która będzie wymagać skorzystania z pięciu kroków pomocy psychologicznej. Niektóre z nich, z uwagi na czas reakcji będziemy wykonywać automatycznie, a kolejne stopnie przechodzić szybko. Niemniej jednak, aby to zrobić musimy się ich nauczyć, aby w sytuacji zagrożenia działać automatycznie.

*Opracowano w oparciu o poradnik
Pani Karoliny K. Paszkiewicz,
Trenerki 1 - szej Pomocy Psychologicznej.*



Jeśli pijesz energetyki - przeczytaj!

Energetyki to napoje gazowane, wzbogacone różnymi substancjami, w ocenie ich producentów mają na celu pobudzenie naszego organizmu i poprawienie koncentracji. Składniki, jakie możemy w nich znaleźć, występują w bardzo silnym natężeniu. To m.in.: kofeina i tauryna. Kofeina jest związkiem chemicznym, który działa na ośrodkowy układ nerwowy, pobudza korę mózgową oraz poprawia nastrój i koncentrację, znosi objawy zmęczenia i uczucie senności, ułatwia formułowanie myśli i polepsza kondycję ruchową. Tauryna przyspiesza regenerację mięśni po wysiłku. Zmniejsza wydalenie serotoniny podczas treningu, dzięki czemu organizm nie odczuwa tak mocno wysiłku i może dłużej pracować. Można powiedzieć, że to co zostało wyżej napisane jest pozytywnym skutkiem picia energetyków i skąd obawy lub wątpliwości o ich szkodliwym działaniu?

Energetyki poza wyżej wymienionymi składnikami zawierają także guaranę, barwniki, duże ilości cukru i dwutlenek węgla. Stężenie w napoju tych wszystkich składników jest wysokie i dlatego bardzo szkodliwe dla zdrowia, szczególnie dla dzieci, młodzieży, osób starszych i wszystkich którzy są zobowiązani do prowadzenia zdrowego stylu życia, m.in.: kobiet w ciąży i karmiących, osób chorych na cukrzycę, osób cierpiących na zaburzenia rytmu serca i nadciśnienie tętnicze.

Energetyki podobnie jak alkohol i papierosy są środkami silnie uzależniającymi. Doświadczenia terapii uzależnień od energetyków pokazują, że osoby, które zaczęły przygodę z tymi napojami, na początku pozwalały sobie na wypicie jednego energetyka dziennie, a kończyły na dziesięciu i bardzo poważnych problemach zdrowotnych. Jest to spowodowane tym, że po wypiciu energetyka w naszym organizmie wzrasta szybko stężenie glukozy, co sprawia, że czujemy przypływ energii. trzustka zaczyna szybciej pracować, żeby ustabilizować poziom cukru we krwi, zaburzając swój naturalny proces działania. Po godzinie, kiedy cukier spada, my znów odczuwamy zmęczenie. To powoduje, że trudno nam ten czas znieść. Sięgamy wtedy po kolejnego energetyka lub kawę.

Naukowcy przebadali kilka tysięcy osób w wieku od 12 do 24 lat, w celu wykazania skutków działania energetyków. Wyniki były zatrważające. Połowa z osób badanych doznała negatywnych reakcji po wypiciu energetyka: 25 proc. doświadczyło zaburzeń rytmu serca, łącznie z objawami arytmii i migotania przedsionków, 18 proc. doznało silnych bólów głowy, 5 proc. nudności, wymioty lub biegunkę, u 3 proc. występował silny ból w klatce piersiowej. Wszystkie te dolegliwości poja-

wiły się po wypiciu zaledwie 500 ml energetyka (2 puszeki). Wśród zaburzeń pojawiły się także: stres hormonalny (wzrost noradrenaliny) i zwiększone ciśnienie tętnicze krwi.

Jedna puszka energetyka zawiera 80 mg kofeiny. To równowartość 3 filiżanek kawy posłodzonych 15 łyżeczkami cukru. Poza negatywnymi skutkami ich picia, o których wspomnieliśmy wyżej dochodzą także: dzieci są nadpobudliwe, mają problem ze skupieniem i koncentracją. Często cierpią również na bezsenność i otyłość. Regularne spożywanie tych napojów może doprowadzić także do zapalenia wątroby.

Picie energetyków przez młodzież i dzieci to efekt mody, która napędzana jest nowymi markami wchodzącymi na rynek. Półki sklepowe pełne są kolorowych puszek, reklamowanych i polecanych przez znane osoby, a my dorośli często nie jesteśmy świadomi, czym może skończyć się picie takich napojów. Zdarza się też tak, że mylimy je z napojami izotonicznymi, które mają swoje zastosowanie po dużym wysiłku fizycznym. Posiadają one dużo magnezu, potasu i cukru, ale nie ma w nich kofeiny i innych szkodliwych dla organizmu substancji.

Warto poważnie porozmawiać w domu na temat picia energetyków. Samo zakazywanie może nie przynieść oczekiwanych przez nas skutków, lepiej zatem wyjaśnić, czym naprawdę są tego typu napoje i jakie ryzyko niesie ich spożywanie. Stawiamy na aktywność fizyczną, sport i picie czystej wody. Ona najlepiej regeneruje organizm po wysiłku fizycznym. Zachęcamy do aktywności fizycznej bez wspomagaczy. Kondycję musimy wypracować sami, jeżeli tego nie zrobimy, nie istnieje droga na skróty.

Źródło: wykorzystano materiały ze strony www.zdrowie.parenting.pl



Grillujemy zdrowo i smacznie

Lato i sezon grillowy w pełni, wielu z nas uwielbia spędzać ciepłe, letnie wieczory na świeżym powietrzu, przy okazji racząc się smacznymi potrawami z grilla. Przygotowywane na ruszcie mimo, że łatwe do zrobienia, nieestety nie są zdrowe. Istnieją jednak sposoby, aby ograniczać niekorzystne procesy, które zachodzą w jedzeniu podczas pieczenia ich na grillu. Dlaczego te potrawy nie są zdrowe? Zawierają związki rakotwórcze powstające w nich pod wpływem bardzo wysokiej temperatury, a także dlatego, że najczęściej grillujemy tłuste mięsa oraz peklowane kielbasy, do których dodaje się azotyn sodu (aby kielbasa zachowała różowy kolor i nie popsuta się zbyt szybko), który bardzo łatwo przekształca się w rakotwórczy nitrozamin. Aby chronić się przed szkodliwymi związkami, warto ograniczać kontakt żywności z płomieniem i dymem. Lepiej wcześniej rozpalić węgiel i grillowanie rozpocząć dopiero w chwili, gdy pozostanie jedynie żar. Warto także pomyśleć o zmianie tradycyjnego grillowania na gazowe lub elektryczne. Cieszą się one coraz większą popularnością, a ich dużą zaletą jest fakt, że można z nich korzystać również w pomieszczeniach zamkniętych.

Z badań wynika, że regularne spożywanie mocno wysmażonego grillowanego mięsa, przyrządzonego pod wpływem bardzo wysokiej temperatury zwiększa ryzyko nowotworu trzustki aż o 60 proc. Substancje chemiczne podtrzymujące świeżość mięsa poddane obróbce termicznej są przyczyną także raka żołądka, wątroby, skóry i prostaty. Co zatem robić, oprócz grillowania na rozżarzonych węglach, aby grillowanie było zdrowe? Marynujemy grillowane potrawy. Okazuje się, że marynowanie mięsa i ryb tworzy na ich powierzchni ochronną powłokę, dzięki której dochodzi do zmniejszenia wytwarzania szkodliwych związków aż o 92 proc. Marynując potrawy, nie używajmy soli i wegety, tylko naturalnych ziół: kolędry, kminku, rozmarynu i kurkumy. Nie kupujmy w sklepie już gotowych zamarynowanych potraw. Marynowane są one przeważnie w sposób przemysłowy z dodaniem dużej ilości chemicznych składników szkodliwych dla zdrowia. Zaleca się także marynowanie potraw z użyciem alkoholu. W tym celu najlepszym marynatem jest piwo lub czerwone wino. Ich użycie zmniejsza ilość wytwarzanych kancerogenów - substancji szkodliwych dla organizmu. Pamiętajmy, że mięso zamarynować powinniśmy przynajmniej na 3 godziny przed położeniem na ruszt. Grillując wybierajmy raczej chude mięso (drobiowe) niż tłuste (wieprzowe i wołowe). Wszelkie potrawy powinniśmy grilować na tackach, a nie bezpośrednio na ruszcie. Grillowanie na ruszcie powoduje zwęglenie niektórych kawałków mięsa. W takich kawałkach znajduje się duże stężenie niebez-

piecznych substancji i powinny one wylądować w koszu, a nie na naszym talerzu.

Grillowanie to nie tylko przygotowanie potraw, grilla i samo grillowanie. Pamiętajmy, że po nim czekają nas również obowiązki. Grill po każdym użyciu musimy dokładnie wyczyścić. Na ruszcie, po każdym smażeniu potraw odkładają się szkodliwe związki i substancje pochodzące z obróbki termicznej mięsa. Jeżeli nie wyczyścimy grilla, pozostaną one na ruszcie do następnego grillowania i przeniosą się na potrawy, które będziemy smażyć. Kierując się tymi wskazówkami, zapewniamy, że grillowanie może być nie tylko przyjemne, ale i zdrowe. Jak dowodzą badania podczas grillowania warzywa i owoce nie tracą cennych witamin i minerałów, a tłuszcz z mięsa wytapia się w trakcie opiekania, co powoduje, że posiłki mogą być smaczne i lekkie. Aby tak było, musimy zwracać uwagę, jakie mięso wykorzystujemy do grillowania, jakich składników używamy do marynowania i w jaki sposób grillujemy.

Na koniec spróbujemy odpowiedzieć, na czym grillować, jeżeli korzystamy z tradycyjnego grilla. Drewno jest podstawowym paliwem, jednak ma swoje wady. Aby grillowanie było przyjemne i zdrowe, musi być suche, najlepiej olchowe lub bukowe. Do grillowania nie używamy drewna sosnowego. Innym paliwem jest węgiel drzewny, który zalecamy i preferujemy. Ma trzykrotnie większą wydajność energetyczną, niż drewno i spala się niemal bez płomieni. Niektórzy grillują na brykiecie. Jest to najczęściej mieszanka trocin, torfu, mialu, węgla drzewnego i słomy. Szybko nabiera temperatury i jest ją w stanie utrzymać nawet do 4 godzin. Jest bezpieczny, ale powinniśmy sprawdzać zawsze jego skład i pochodzenie.

Źródło: opracowano w oparciu o materiał redakcyjny znajdujący się na stronie www.allecco.pl



Sprawdzasz hamulce w swoim aucie? Jeśli nie, zrób to!

Brak zainteresowania stanem technicznym hamulców w aucie może doprowadzić nawet do naszej śmierci. Układ hamulcowy pozwala nam zatrzymać samochód i przez wielu uważany jest za najważniejszy układ w całym samochodzie. Jeżeli posłuszeństwa odmówią nam hamulce, uderzymy w drzewo, inny samochód lub człowieka. Układ hamulcowy składa się najczęściej z następujących elementów (nie uwzględniając dodatkowych podzespołów systemu ABS): klocków i tarcz hamulcowych, zacisków hamulcowych, sieci obwodowej, w której krąży płyn hamulcowy, korektora rozkładu siły hamowania, pompy hamulcowej i pedału hamulca.

Klocki hamulcowe, tarcze oraz zaciski hamulcowe sprawdzamy przy każdej sezonowej wymianie kół. Pytajmy swojego mechanika jaki jest ich stan. On najlepiej oceni ich zużycie. Inne elementy układu hamulcowego sprawdzane są najczęściej podczas badania technicznego pojazdu na stacji diagnostycznej. Podczas testu hamowania, sprawdzenia nacisku i tarć elementów układu hamulcowego diagnosta jest w stanie stwierdzić czy nasz układ hamulcowy jest szczelny i bezpieczny. Jeżeli miałby zastrzeżenia, auto nie przeszłoby pozytywnych badań. Czynności, które możemy wykonywać na bieżąco to kontrola płynu hamulcowego. Jest to bardzo ważna substancja w całym układzie hamulcowym. Pod wpływem zwięk-

szającego się ciśnienia napiera na cylinderki zacisków. Dzięki temu dochodzi do dociskania okładzin ciernych do tarczy hamulcowej, co rozpoczyna proces hamowania. Poziom płynu hamulcowego powinien znajdować się w zakresach podanych przez producenta pojazdu. Jeżeli znajduje się w dolnej granicy zakresu koniecznie odwiedźmy warsztat samochodowy i sprawdźmy szczelność układu.

Lepiej nie dopuścić do wycieku płynu, ponieważ może to doprowadzić do zmniejszenia ciśnienia w układzie. W takiej sytuacji wciskając pedał hamulca, nie zauważymy żadnej reakcji. Problemy sprawiają również tłoczki umieszczone w zaciskach, okładziny cierne oraz tarcze hamulcowe. Tłoczki mogą się zaciąć lub zatrzeć, co skutkuje nierównomiernym bądź wręcz znikomym dociskiem klocka hamulcowego do tarczy. Często z kolei problemem w przypadku hamulców tarczowych jest ich wyginanie się. Dzieje się tak, kiedy hamując trafimy na kałużę i do tarczy hamulcowej dostanie się woda. Rozgrzana tarcza jest gwałtownie chłodzona, co powoduje jej fałdowanie. Jest to wyczuwalne jako bicie kierownicy podczas hamowania.

Źródło: opracowano w oparciu o artykuł na stronie www.wp.pl

Mamy lato - nie zostawiaj samego dziecka w aucie!

Przy upałach we wnętrzu pojazdu robi się swego rodzaju szklarnia, w której temperatura jest znacznie wyższa od tej na zewnątrz. Nie doprowadzamy do takich niebezpiecznych sytuacji. Mandat karny to najmniejsza konsekwencja takiego zachowania. Przez brak rozważań możemy mieć na sumieniu czyjeś zdrowie, a nawet życie.

Pamiętaj:

- temperatura we wnętrzu samochodu potrafi wzrosnąć o 20 stopni Celsjusza w ciągu 10 minut. Natomiast 27 stopni Celsjusza na zewnątrz to nawet 60 stopni Celsjusza we wnętrzu auta.
- wystarczy kilkanaście, a nawet kilka minut, aby organizm dziecka zamkniętego w samochodzie podczas upału, przestał normalnie funkcjonować.
- przed odejściem od samochodu, zawsze sprawdzaj, czy w aucie nie zostawiłeś/aś dziecka. Dzieci, które śpią, nie upomną się o zabranie ich ze sobą.
- jeżeli zauważyłeś/aś dziecko zamknięte w samochodzie, które nie reaguje, ma objawy omdlenia lub utraty przytomności – nie bądź obojętny/a! Ratując życie ludzkie możesz wybić szybę, aby wyciągnąć dziecko z samochodu. Nie bój się tego zrobić, działasz w tym

momencie w stanie wyższej konieczności i jesteś chroniony/a przez prawo. Jeżeli masz możliwość - udokumentuj stan faktyczny, w którym się znalazłeś (np. zdjęcie telefonem, kontakt do świadków itp.).

- ratując dziecko poproś o pomoc przechodniów i wezwij pogotowie i policję.
- jeżeli nie masz odwagi zbić szyby, zadzwoń pod nr 997 lub 112 i poinformuj o zaistniałej sytuacji.

Źródło: opracowano w oparciu o materiały KP PSP Limanowa





Ze słońca korzystajmy z umiarem

Tegoroczne lato jest wyjątkowo upalne. Bywają dni, kiedy temperatura osiąga wartości ponad 35 stopni Celsjusza. W takich momentach słońce może być niebezpieczne dla naszego zdrowia i życia. Możemy doprowadzić swoje ciało do przegrzania, a nawet hipotermii, której towarzyszy wysoka gorączka, dreszcze, ból głowy, a w konsekwencji utrata świadomości i śmierć. Osoby przyjmujące leki powinny szczególnie uważać i nie narażać swojego ciała na zbytne przegrzanie. Uaktywnić się mogą w takim momencie skutki uboczne stosowania leków, których nie doświadczaliśmy do tej pory i niezbędna może okazać się pomoc medyczna. Długotrwałe przebywanie na słońcu wiąże się z ryzykiem odwodnienia, na co szczególnie narażone są dzieci przed 4 rokiem życia. Opalając się bezwzględnie powinniśmy stosować kremy ochronne z filtrami UV, tak aby chronić skórę, głównie przed poparzeniami i nowotworami. Na upał powinny szczególnie uważać osoby z problemami krążenia. Wysoka temperatura sprawia, że naczynia krwionośne rozszerzają się. W efekcie serce pracuje szybciej, co stanowi dla niego znaczne obciążenie. Skutkować może to zwiększeniem ciśnienia tętniczego i nieregularną pracą serca.

Słońce jest cichym zabójcą dla wszystkich osób wypoczywających nad wodą. Jeżeli wejdziemy do wody mając rozgrzane ciało stajemy się potencjalną ofiarą utonięcia. Nie ma znaczenia fakt, że jesteśmy dobrymi pływakami i znamy akwen. Jeżeli dostaniemy szoku termicznego, nie zrobimy nic. nasze nogi i ręce odmówią nam posłuszeństwa i utoniemy. Zawsze kiedy przebywamy na słoń-

cu pamiętajmy o odpowiednim nawodnieniu. Zabierajmy ze sobą nawet małą butelkę wody. W upalne dni, dorosły człowiek powinien wypijać nawet do 3 l wody, aby odpowiednio nawodnić swój organizm. Oczywiście nie jest to normą, ponieważ każdy organizm w różnej ilości jest w stanie przyjąć płyny, niemniej jednak tę wartość powszechnie uznaje się za zalecaną. Nie należy w tym czasie pić kawy, ponieważ działa moczopędnie i przyspiesza odwodnienie organizmu. Unikajmy także zimnego prysznica. Organizm czując, że temperatura skóry nagle się obniża reaguje zatrzymaniem przepływu krwi. Robi to po to, aby kontrolować i utrzymywać wewnętrzną temperaturę ciała. Da nam on chwilową ulgę, ale gdy tylko wyjdziemy spod prysznica znowu zaczniemy się pocić i to ze zdwojoną siłą. To automatyczna reakcja organizmu, który w ten sposób chce chronić nas przed wyziębieniem. Brzmi absurdalnie, ale tak zbudowany jest nasz organizm. Przyczynimy się w ten sposób do jego szybszego odwodnienia i często zawrotów głowy.

Korzystajmy z uroków wakacji w sposób rozsądny, dbajmy o siebie i pamiętajmy o nakryciu głowy, bez względu na wiek, oraz miejmy zawsze przy sobie butelkę wody.



Użądlenie pszczoły, ukąszenie szerszenia lub osy - co robić?

Zasady pierwszej pomocy:

- usuń żądło owada za pomocą przedmiotów o prostych krawędziach (np. karty bankomatowej). Nie używaj pensety, bo w ten sposób do organizmu może dostać się więcej jadu.
- zdejmij wszelkie pierścionki i bransoletki na wypadek gdyby ciało zaczęło puchnąć.
- przemyj miejsce ukąszenia wodą z mydłem, a następnie obłóż lodem.
- jeśli pojawił się ból, możesz skorzystać ze środków przeciwbólowych lub leków przeciwhistaminowych.

W przypadku pojawienia się objawów anafilaksji (ciężka reakcja alergiczna przebiegająca ze znacznym spadkiem ciśnienia tętniczego, powodująca zagrożenie życia) natychmiast wezwij pogotowie ratunkowe. Objawy anafilaksji to: pokrzywka, trudności z oddychaniem, utrata przytomności, ucisk w gardle, szybkie bicie serca.

W skrajnej sytuacji, jeśli nastąpi zatrzymanie oddechu na-

leży wykonać resuscytację krążeniowo - oddechową. W tym celu możemy użyć defibrylatora. Na terenie naszej gminy takie urządzenia znajdują się w tych miejscach:

- **Urząd Gminy** - przy schodach wejściowych od strony drogi do SUDR - u, na ścianie zewnętrznej budynku.
- **Gminna Biblioteka Publiczna w Grodzisku Górnym** - na ścianie zewnętrznej budynku, po prawej stronie przy drzwiach wejściowych.
- **Budynek SDŚ w Laszczynach** - na ścianie zewnętrznej budynku, pomiędzy drzwiami wejściowymi do środka, a drzwiami wejściowymi do OSP.
- **Budynek Szkoły Podstawowej w Wólce Grodzkiej** - na ścianie zewnętrznej, po prawej stronie od głównych drzwi wejściowych do budynku.

Z tych urządzeń możemy korzystać w każdym czasie, o każdej porze dnia i nocy, każdego dnia tygodnia.

Redakcja

Wakacje z wędką

W dniu 9 lipca Zarząd Koła Wędkarskiego „Pstrąg” zorganizował zawody wędkarskie dla dzieci i młodzieży szkolnej nad zbiornikiem wodnym „Czyste”. W słoneczny sobotni poranek do rywalizacji zgłosiło się 30 uczestników, najmłodsi mieli po 5,6 lat, a najstarsi to absolwenci ósmych klas szkół podstawowych. Zawodnicy zostali podzieleni na dwie kategorie wiekowe. Młodzi wędkarze mogli łowić na jedną wędkę metodą dowolną z wyłączeniem spinningu. W trakcie trwania zawodów organizatorzy przygotowali drobny poczęstunek w postaci wafelków, batoników i soczków. Po trzygodzinnej rywalizacji zwycięzcami zostali: Zwycięzcy zawodów w kategorii dzieci do kl. IV szkół podstawowych: Julia Pelc, Mateusz Karwicki, Bartosz Pelc, i Oliwier Ciurko

Zwycięzcy zawodów w kategorii klas V – VIII szkół podstawowych: Dawid Buszta, Grzegorz Krzywonos, Filip Ciurko, Dominik Karwicki, Jakub Zygmunt. Antoni Hutkowski i Michał Mścisz.

Organizator przygotował dwie dodatkowe nagrody, jedną za największą rybę, którą zdobył Dawid Buszta, oraz dru-

gą za najmniejszą rybę, którą otrzymał Antoni Hutkowski. Wszyscy uczestnicy zawodów otrzymali nagrody niezależnie, czy złowili ryby, czy nie, a zwycięzcy otrzymali: wędkę, kołowrotki, siatki na ryby i krzeselka.

Zawody zakończono wspólnym pieczeniem kielbasy. Zarząd Koła PZW Nr 37 „Pstrąg” w Grodzisku Dolnym składa serdeczne podziękowania w imieniu własnym i dzieci Wójtowi Gminy p. Jackowi Chmurze, który objął to wydarzenie Honorowym Patronatem.

A. Sigda



Zostań Honorowym Dawcą Krwi

Każdego roku, w miesiącach czerwiec, lipiec i sierpień szpitale w całym kraju borykają się z problemem braku krwi. Ten deficyt spowodowany jest większą liczbą wypadków, a krew niestety jest lekiem, którego nie można w żaden sposób wyprodukować. Jedynym jej źródłem są zdrowi ludzie, którzy rozumieją, że oddawanie krwi jest bezcenne.

Krew może oddać każda osoba w wieku od 18 do 65 lat, ciesząca się dobrym zdrowiem oraz:

- która waży co najmniej 50 kilogramów,
- u której w ciągu ostatnich 6 miesięcy nie wykonano akupunktury, tatuażu, przekłucia uszu lub innych części ciała,
- która w ciągu ostatnich 6 miesięcy nie miała wykonanych żadnych zabiegów operacyjnych, endoskopowych i innych diagnostycznych badań (np. gastrokopii, panendoskopii, artroskopii, laparoskopii),
- która w ciągu ostatnich 6 miesięcy nie była leczona krwią i preparatami krwiopochodnymi.

Oddawanie krwi jest bezpieczne, nie wiąże się z żadnym ryzykiem i nie stanowi zagrożenia dla Twojego zdrowia i życia. Krew, którą zdecydujesz się oddać jest niezbędna w stanach zagrożenia życia, umożliwia wykonywanie nowoczesnych i bardzo skomplikowanych zabiegów operacyjnych, jak również w leczeniu niedokrwistości towarzyszącej wielu chorobom, w tym nowotworowym.

Kto wie ... jutro, za miesiąc lub za rok, może to Ty być

dziesz potrzebował/a krwi.

Krew możemy oddawać na co dzień w placówce terenowej Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa, która znajduje się w Szpitalu Powiatowym w Leżajsku, ul. Leśna 22 (I piętro), tel. 17 242 03 07, godziny pracy 7.00 - 10.30.

W sierpniu, okazja na oddanie krwi będzie również w naszej gminie. Zaplanowany został przyjazd krwiobusa - mobilnego punktu poboru krwi, który stacjonować będzie przy budynku urzędu gminy w dniu 26 sierpnia. Warunkiem jego przyjazdu jest jednak zgłoszenie się co najmniej 30 osób. W związku z tym do dnia 22 sierpnia zbieramy w urzędzie gminy pod nr. tel. 17 242 82 65 zapisy osób chętnych do oddania krwi. Zachęcamy wszystkich mieszkańców do udziału w akcji.



Niezwykłe opowieści o Małych Ojczyznach

XIV Powiatowy Konkurs Krasomówczy „Moja mała Ojczyzna” współorganizowany przez Zespół Szkół im. Jana Pawła II w Grodzisku Dolnym i Zespół Szkół im. prof. Franciszka Leji w Grodzisku Górnym już za nami. W tym roku gospodarzem było Grodzisko Górne. O Małej Ojczyźnie pisali poeci, o tej tematyce powstało także wiele sentymentalnych utworów muzycznych. W tym edukacyjnym przedsięwzięciu motywującym do pielęgnowania pięknej polszczyzny, pełnym różnorodnych historii o miejscach, ludziach, zwyczajach, wydarzeniach znanych, nieznanych, zaskakujących, smutnych, strasznych czy radosnych uczestniczyło 26 młodszych i starszych oratorów, którzy reprezentowali 6 szkół: Grodzisko Dolne, Grodzisko Górne, Kuryłówkę, Wolę Zarczycką, Dąbrowicę i Brzozę Królewską.

Przywitał gości i otworzył konkurs pan Roman Matuszek – dyrektor Zespołu Szkół w Grodzisku Górnym. Podczas konkursu obecna była pani Halina Gdańska – dyrektor Zespołu Szkół im. Jana Pawła II w Grodzisku Dolnym i pani Justyna Pałys – wizytator Kuratorium Oświaty w Rzeszowie. Gościliśmy również przedstawicieli władz lokalnych i kościelnych: pana Adama Chmurę – Sekretarza Gminy oraz ks. Jana Kucę – proboszcza Parafii pw. św. Barbary w Grodzisku Dolnym. Nie zabrakło również pani Marii Majkut – emerytowanej dyrektor Zespołu Szkół w Grodzisku Górnym.

Profesjonalna komisja, czyli pan Andrzej Piecuch – aktor Teatru „Maska”, Katarzyna Wikiera – nauczycielka ucząca w Zespole Szkół im. Adama Mickiewicza w Żołyni, Lucyna Słonec – nauczycielka z Zespołu Szkół Licealnych im. Bolesława Chrobrego w Leżajsku i Jacek Sało – nauczyciel z I Liceum Ogólnokształcącego im. Mikołaja Kopernika w Jarosławiu oceniała wystąpienia i wybierała najlepszych.

Laureaci:

W kategorii klas I-III:

Miejsce I: Maria Fila (ZS Grodzisko Dolne)

Miejsce II: Maja Groch (ZS Grodzisko Dolne)

Miejsce III: Laura Grzywna (ZS Grodzisko Dolne)

Wyróżnienie: Aleksandra Zalepa (ZS Grodzisko Dolne)

W kategorii klas IV-VI:

Miejsce I: Adam Kozyra (SP Wola Zarczycka)

Miejsce II: Gabriela Kuchyt (ZS Brzozą Królewską)

Miejsce III: Weronika Brzyska i Martyna Chmura (ZS Grodzisko Górne)

Wyróżnienia: Katarzyna Baj (ZS Grodzisko Dolne), Sabina Mierucka (SP Dąbrowica)

W kategorii klas VII-VIII:

Miejsce I: Magdalena Kuraś (ZS Brzozą Królewską)

Miejsce II: Antonina Kozyra (SP Wola Zarczycka)

Miejsce III: Weronika Smędra (ZS Grodzisko Dolne)

Wyróżnienia: Izabela Kycia (SP Dąbrowica), Martyna Grzywna (ZS Grodzisko Dolne)

Podczas konkursu przerwy uatrakcyjniły nam taneczne

i muzyczne występy dzieci i młodzieży. Pięknie śpiewały uczennice z I Liceum Ogólnokształcącego im. Mikołaja Kopernika w Jarosławiu. Podziwialiśmy też niezwykle widowiskowy, wymagający sporej wytrzymałości fizycznej i zgrania partnerów taniec w wykonaniu Zespołu „Maraton Boogie” z Giedlarowej oraz niesamowity pokaz taneczny Wiktorii Sołek z ZS Grodzisko Dolne. Chłopcy z ZS w Grodzisku Górnym zagrali krótkie koncerty: Dominik Kowalski na trąbce, a Mateusz Bęben na klawiszach.

Piękne opowieści, tańce i muzyka to elementy tego konkursu, który odnosi się do naszego urodzenia i najbliższych okolic, w których na co dzień żyjemy. Słuchając prezentacji uczestników, zdajemy sobie sprawę, że na życie każdego z nas ma wpływ historia kolejnych pokoleń, język, religia, tradycje, obyczaje, zalety i wady ludzi wśród których wzrastamy. Gratulujemy wszystkim oratorom, a szczególnie tym wyróżnionym!

Ten konkurs nie mógłby się odbyć, gdyby nie przyjazne osoby, instytucje i firmy, które ufundowały nagrody i przyczyniły się do profesjonalnej organizacji tej inicjatywy. Zaliczmy do nich: Wójta Gminy Grodzisko Dolne, Starostę Leżajskiego oraz Prezesa GS „SCH” w Grodzisku Dolnym.

Monika Fila

Małgorzata Bieńkowska



Wyprawa nad Bałtyk

W dniach 6 - 11 czerwca uczniowie klas siódmych i ósmych Zespołu Szkół im. Jana Pawła II w Grodzisku Dolnym pod opieką nauczycieli uczestniczyli w wycieczce nad Morze Bałtyckie.

Głównym celem podróży było zwiedzanie atrakcji turystycznych, historycznych i przyrodniczych Trójmiasta. Wiele wrażeń dostarczył nam pobyt w Sopocie – letniej stolicy Polski. Tu spędziliśmy kilka nocy na campingu, oddalonym jedynie 200 m od morza. Wieczory i poranki spędzaliśmy na spacerach brzegiem morza, podziwialiśmy wschód i zachód słońca, plażowaliśmy i oddychaliśmy świeżym jodowanym powietrzem. W towarzystwie przewodnika, który przeprowadził ciekawą lekcję historii zwiedziliśmy Starówkę w Gdańsku, a następnie popłynęliśmy statkiem na Westerplatte, by tu zobaczyć zachowane ślady walk z pierwszych dni II wojny światowej. Odwiedziliśmy też gdyńskie oceanarium, w którym obejrzelśmy ciekawe formy podwodnego życia, z różnych akwenów świata. Wiele radości sprawiła nam wizyta w zoo w Gdańsku - Oliwie, podczas której mogliśmy przyrzeć się trefsurze i dokarmianiu fok. Każdy z wycieczkowiczów zapamiętał jakąś ciekawostkę dotyczącą zwierząt i wymienialiśmy się nimi w drodze powrotnej.

Podczas trwania wycieczki towarzyszyła nam piękna pogoda, uczestnikom pomimo zmęczenia dopisywały humory i dobry nastrój. Cieszyliśmy się chwilami spędzonymi razem w pięknej scenerii, które na długo pozostaną w naszej pamięci.

*Alicja Zalepa
Agnieszka Kulpa*



Zakończenie projektu „Mamo, Tato, wolę wodę”

W przedszkolu w Grodzisku Górnym, w grupie dzieci młodszych od października 2021 roku po raz pierwszy realizowany był program edukacyjny „Mamo, Tato, wolę wodę”. Program zainicjowany w 2009 roku przez firmę „Żywiec Zdrój” cieszył się dużą popularnością wśród nauczycieli przedszkola. Jego głównym założeniem była troska o zdrowie najmłodszych, w tym wykształcenie u dzieci prawidłowych nawyków żywieniowych ze szczególnym podkreśleniem roli wody w codziennej diecie oraz zwrócenie uwagi na tematy związane z ochroną środowiska. W ramach realizowanego programu przeprowadzono 16 scenariuszy zajęć, które angażowały dzieci i wychowawcę do wspólnej nauki poprzez zabawę. Scenariusze zajęć dostosowane były do grupy wiekowej. W ciągu roku odbywały się zajęcia kreatywne, muzyczne, eksperymenty, zajęcia w ruchu i na zewnątrz. W przeprowadzaniu zajęć pomagał nauczycielowi Zdrojek - wodny ludek oraz jego przyjaciele: Myszką Fiki, Miś Lesio, Wiewiórka Basia, Jelonek Janek, Wydra Wanda i Wilk Olek. Nasze działania zostały docenione. Otrzymaliśmy certyfikat poświadczający realizację wielu „Przygód” oraz dyplomy za udział w projekcie.



*Koordynator projektu
Danuta Kuras*

Mamy finalistów Ogólnopolskiego Konkursu Budowy i Programowania Robotów

Przebywając przez 2 dni wśród robotów w Regionalnym Centrum Dydaktyczno - Konferencyjnym Politechniki Rzeszowskiej, można było się poczuć jak w świecie Stanisława Lema. Młodzi konstruktorzy i programiści, którzy wzięli udział w GG Robot 2022, stali się naśladowcami Stanisława Lema. Jednak różnica jest znacząca. On kreował swój świat fikcyjny, a oni urzeczywistnili jego wyobrażenia. Uczniowie z Zespołu Szkół im. Jana Pawła II w Grodzisku Dolnym udowodnili, że należą do najlepszych w Polsce. Drużyna Robo Team GD zajęła 3 miejsce w kategorii klas IV – VI. Dwudniowy konkurs pokazał, że nasi uczniowie potrafią budować, programować roboty i współpracować ze sobą. Program, w którym uczestniczyło aż 20 drużyn w kategorii GG Robot 7-8 klasa szkoły podstawowej, 12 drużyn w kategorii GG Robot 4-6 klasa szkoły podstawowej oraz 6 drużyn w kategorii Open, kładł nacisk na pracę zespołową. Młodzi ludzie wspólnie realizowali projekt: przygotowywali plan pracy, koncepcję konstrukcji robota oraz schemat oprogramowania. Tak naprawdę do konkursu przygotowywali się przez kilka miesięcy. Zbudowany i zaprogramowany robot musiał wykonywać wybrane zadania. Udoskonalanie robota to przede wszystkim przejazdy próbne i poprawki. Trzeba też przygotować dokumentację robota i prezentację na temat grupy i podjętych działań. To wszystko oceniała komisja. Pierwszy finałowy dzień obejmował prezentacje i eliminacje. Każda drużyna miała 3 przejazdy, z czego 2 najlepsze wyniki były brane pod uwagę i decydowały o rywalach, z którymi trzeba będzie się zmierzyć następnego dnia podczas walk robotów. Jednak drugiego dnia emocje były jeszcze większe. Podczas pojedynków robo-

tów dwie przegrane kończyły start drużyny, dlatego moment spotkania zespołów przy jednym stole wiązał się ze stresem, ale też z nadzieją na pokonanie przeciwnika i udział w dalszych walkach. Nasze dwie drużyny godnie reprezentowały szkołę. W kategorii klas 7-8 startowała drużyna GD Dolne w składzie: Karolina Czech, Wojciech Wnęk, Jakub Zygmunt, Mikołaj Blok. Szczególne gratulacje dla drużyny Robo Team GD, która otrzymała tytuł finalisty Ogólnopolskiego Konkursu Budowy i Programowania Robotów GG Robot 2022. Uczniowie zwycięskiego zespołu przygotowującego się pod czujnym okiem pana Tomasza Sołka: Michał Świąder, Maciej Zalepa, Oliwier Krupa, Piotr Urban.

Tak zaczyna się przyszłość. Trzeba jeszcze dodać nie jest to przyszłość w konwencji science fiction. Tak zaczęła się przyszłość w dziedzinie techniki uczniów z naszej szkoły, którzy uczestniczyli w tym konkursie.

*Tomasz Sołek
Monika Fila*



Niosąc pomoc, zadbaj o bezpieczeństwo

1 czerwca społeczność szkolna w Laszczynach wznowiła udział w realizacji programu „Ratujemy i uczymy ratować” pod patronatem WOSP. Po wstępnej pogadance i prezentacji uczestnicy wykazywali się swoją wiedzą i umiejętnościami podczas zajęć edukacyjno - integracyjnych w udzielaniu pierwszej pomocy.

Dzieci poznawały jak wzywać pomocy w sytuacji zdarzenia zagrażającego zdrowiu i życiu człowieka, jak ułożyć poszkodowanego w pozycji bocznej ustalonej, jak prawidłowo wykonać resuscytację krążeniowo - oddechową oraz jak opatrywać rany przy drobnych urazach i ukąszeniach. W szkoleniu wykorzystane zostały plansze poglądowe, fantomy Mini Anne i Little Anne, podstawowe środki opatrunkowe oraz telefony komórkowe. Największym wyzwaniem dla uczestników było naprzemienne odgrywanie roli poszkodowanego i osoby niosącej pomoc – ratownika. Podsumowaniem zajęć było wspólne oglądanie filmu animowanego „Doktor Kręciołek” weryfikującego zdobytą wiedzę i umiejętności.

Realizacja wyżej wyciemnionego programu objęła również jeden z celów projektu profilaktycznego „Agresji i

przemocy mówimy NIE!” wspieranego przez Gminną Komisję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Grodzisku Dolnym.

*Koordynatorzy zajęć
Katarzyna Burszta
Beata Kusy*



Intensywna i efektywna nauka nauczycieli w włoskiej szkole

Nauczyciele z Zespołu Szkół im. Jana Pawła II w Grodzisku Dolnym uzyskali certyfikaty z kursów w EUROPASS SRL we Florencji w ramach projektu „Nowoczesne technologie i robotyka motorem działań uczniów” realizowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego, Program Operacyjny Wiedza Edukacja Rozwój (POWER). Przez dwa tygodnie 10 nauczycieli uczyło się intensywnie na trzech kursach: „Nauczanie i technologia: zarządzanie klasą i rozwiązania ICT”, „Odkryj, jak zbudować własną aplikację i robotykę z Arduino”, „Zarządzanie klasą i projekty audiowizualne: Ćwiczenie nowych umiejętności dydaktycznych”.

Troje nauczycieli prowadzących w szkole zajęcia z robotyki przeżyło edukacyjną przygodę z językiem kodowania poprzez wprowadzenie do oprogramowania Arduino. Pisali prosty program w C++ za pomocą kompilatora GNU, a także przekształcali fizyczne dane wejściowe na cyfrowe i analizowali je. W drugiej części kursu poznali proces projektowania aplikacji. Narzędzie pomoże im w dzieleniu się z uczniami przygodą projektowania aplikacji do celów edukacyjnych, dzięki czemu lekcje będą bardziej motywujące, atrakcyjne i dostosowane do potrzeb XXI wieku. Aplikacje również umożliwią stymulować różne umiejętności uczniów, takie jak kreatywność, przedsiębiorczość i ogólne zainteresowanie ustalonymi zadaniami szkolnymi w ogóle. Kurs umożliwi przejście od standardowego pasywnego użytkownika oprogramowania aplikacji do jego projektowania, poznawania elementów i podstawowej logiki tworzenia oprogramowania i zostania aktywnymi programistami! Pozostali nauczyciele uczyli się o zarządzaniu efektywną i aktualną klasą, która zachęca do uczestnictwa i zaangażowania w uczenie się przy użyciu najnowszych technik i narzędzi do zarządzania klasą. Dowiedzieli się więcej o zarządzaniu klasą poprzez refleksję, obserwację nauczyciela i scenariusze przypadków. Dzięki inte-

raktywnym i angażującym ćwiczeniom uczyli się, jak ustanowić zasady w klasie, zapewnić jasne instrukcje, monitorować, rozwijać relacje, włączyć pracę w parach i grupach oraz zdobyć wskazówki zachęcające uczniów do refleksji nad własnym zachowaniem w klasie. Poznali także nowe narzędzia i technologie: Edmodo, Google i aplikacje edukacyjne Microsoft, quizy internetowe i wiele innych. To pogłębienie nauczania i technologii pozwoli nauczycielom zwiększyć zaangażowanie uczniów i poprawić komunikację w klasie. Uczestnicy kursu aktywnie uczyli się też, jak tworzyć i dostosowywać zasoby audiowizualne (zdjęcia, filmy, klipy muzyczne, filmy dokumentalne), aby uczyć swoich przedmiotów w bardziej efektywny sposób.

Należy pamiętać, że szkoła to uczniowie, ale kadra nauczycielska musi posiadać odpowiednie kompetencje do pracy z młodzieżą. Nauczyciele muszą podnosić swoje kwalifikacje, aby umieć zmotywować dzieci do nauki i starać się efektywnie przekazać wiedzę. Kursy w szkole włoskiej na pewno wpłyną na podniesienie jakości pracy szkoły. Dużo wiedzy, nowe doświadczenia, różne spojrzenia na szkołę nauczycieli z innych krajów, a na pewno ciekawie i kreatywnie – tak krótko można podsumować szkolenia nauczycieli.

M. Fila



Przedwakacyjne spotkanie uczniów z policjantami

We wtorek, 21 czerwca w Zespole Szkół im. Jana Pawła II w Grodzisku Dolnym odbyło się spotkanie policjantów z Wydziału Ruchu Drogowego Komendy Powiatowej Policji w Leżajsku oraz Posterunku Policji w Grodzisku Dolnym i pogadanka z uczniami propagująca zasady bezpiecznego zachowania w ruchu drogowym. Pano wie zwrócili uwagę na poruszanie się na drodze i właściwe przechodzenie przez jezdnię, zasady ograniczonego zaufania w stosunku do obcych, jak bezpiecznie i prawidłowo jeździć rowerem, a w szczególności hulajnogą, oraz jak zachować bezpieczeństwo w domu podczas nieobecności rodziców. Zwrócili uwagę także na rozważne korzystanie z kąpielisk w okresie wakacji.

Mamy nadzieję, że te cenne rady wykorzystają dzieci w praktyce i spędzając bezpiecznie wakacje będziemy mogli wszyscy razem ponownie zobaczyć się w szkole 1 września.



Wysokie wyniki egzaminu ósmoklasisty w Szkole Podstawowej w Opaleniskach

Szkoła Podstawowa im. gen. bryg. Witolda Nowiny - Sawickiego w Opaleniskach przeżywa chwile radości i dumy z powodu wysokich wyników osiągniętych przez uczniów na tegorocznym egzaminie ósmoklasisty.

W 2022 r. uczniowie poznali swoje wyniki 1 lipca poprzez specjalną stronę internetową, natomiast 8 lipca każdy uczeń otrzymał zaświadczenie o szczegółowych wynikach egzaminu. Dzięki informacjom udostępnionym przez Okręgową Komisję Egzaminacyjną w Krakowie, możemy porównać wynik naszej szkoły z innymi szkołami w gminie, powiecie, województwie i kraju. Na ich podstawie możemy stwierdzić, że wyniki uczniów ze szkoły w Opaleniskach są wysokie.

Wyniki z języka polskiego i angielskiego pozwoliły na osiągnięcie poziomu wysokiego (tylko 12 % szkół w kraju miało takie wyniki), a z matematyki doszły do poziomu najwyższego (tylko 4% szkół w Polsce miało takie wyniki). Dwóch uczniów klasy VIII zdobyło maksymalną ilość punktów (100%) na egzaminie: jeden z matematyki i jeden z języka angielskiego, a troje uczniów tej klasy zdobyło z powyższych przedmiotów ponad 90% punktów.

Gratulujemy naszym ósmoklasistom tak wspaniałych

wyników, do których przyczynili się niewątpliwie oni sami, a także nauczyciele i rodzice oraz atmosfera naszej małej szkoły, w której każdy jest zauważony i mobilizowany do rozwijania swoich umiejętności.

Artur Grzywina,
Dyrektor SP w Opaleniskach



Wakacyjne Warsztaty w naszej gminie za nami

Warsztaty organizowane były przez Stowarzyszenie Promocja Sportu „Fabryka Zdrowia”. Oferta zajęć była bardzo bogata, atrakcyjna i każde dziecko znalazło coś dla siebie. W wakacyjnych spotkaniach dla dzieci w dniach od 18 do 22 lipca w Szkole Podstawowej w Grodzisku Dolnym brało udział 48 uczestników.

Już pierwszego dnia dzieci wykonywały rysunki na torbach, uczyły się zasad udzielania pierwszej pomocy, uczestniczyły w spotkaniu z podróżnikiem oraz w zajęciach „Małego Naukowca”. Drugiego dnia zorganizowano dla nich wyjazd do parku trampolin i do Rancza w Pstragowej, a ten wyjazd nie był jedyny. W kolejnych dniach dzieci spędzały czas grając w piłkę, w gry zespołowe, zabawy i zajęcia o różnej tematyce, w tym związanej z profilakty-

ką uzależnień.

Na zakończenie warsztatów dzieci otrzymały certyfikaty za udział w warsztatach, pamiątkowe medale i koszulki z logo stowarzyszenia.

Warsztaty były dofinansowane ze środków Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Grodzisku Dolnym.

Ze względu na duże zainteresowanie warsztatami mamy nadzieję, że uda się zorganizować kolejną edycję w przyszłym roku.

B. Szczęch
Dyrektor ZDSO w Gminie Grodzisko Dolne



To już lato

Wszystkie uroczne zalety lata dzieci kochają najbardziej ze wszystkich pór roku, przede wszystkim ze względu na upragnione wakacje. Mogą wtedy wreszcie poczuć się wolne od wszelkich obowiązków szkolnych, spędzać w aktywny sposób wolny czas, którego mają pod dostatkiem oraz rozwijać bez ograniczeń swoje pasje i zainteresowania.

Takie różne oblicza lata przedstawili uczniowie grodziskich szkół w swoich pracach plastycznych, których wystawę można oglądać na tablicach w budynku Ośrodka Kultury. Te dziecięce wytwory plastyczne są bardzo ciekawe, emanują pomysłowością i znajomością wszelkich dostępnych technik plastycznych. Prace te są odpowiedzią na trzecią edycję konkursu literacko - plastyczno - fotograficznego pn. „Cztery pory roku w naszej gminie”. Jak zawsze napłynęło ich sporo, co świadczy o zainteresowaniach dzieci tą formą twórczości. Wszyscy uczestnicy otrzymali w podziękowaniu dyplomy, a laureaci i wyróżnione osoby upominki rzeczowe. Serdecznie dziękujemy wszystkim uczniom i zapraszamy do udziału w kolejnych naszych konkursach i innych przedsięwzięciach.

OK



Kolejny sezon artystyczny za nami

We wtorek, 28 czerwca w Ośrodku Kultury, odbyło się uroczyste podsumowanie sezonu artystycznego 2021/2022. W minionym roku nasi instruktorzy prowadzili zajęcia taneczne, wokalne i muzyczne. Pani Doroła Król pracowała z dwiema grupami tanecznymi: „Motylki” (dzieci w wieku 5, 6 lat) oraz „Małe Grodziszczoki” (dzieci z klas I - III). Naukę gry na instrumentach dętych prowadzili panowie Jakub Magoń i Wojciech Wołowicz. Pan Wojciech prowadził również zajęcia wokalne, które cieszą się coraz większą popularnością wśród dzieci. Składamy serdeczne podziękowania wszystkim rodzicom za zaufanie i poświęcony czas oczekiwania i dowozu swych pociec do naszej placówki.

Dziękujemy wszystkim uczestnikom naszych zajęć. Cieszymy się, że byliście z nami i mamy nadzieję, że będziecie także w kolejnym sezonie.

Życzymy udanego wypoczynku. Do zobaczenia po wakacjach!

OK





Dawne obyczaje na przeglądzie w Tyczynie

W niedzielę, 3 lipca, na rynku w Tyczynie odbył się XXVII Wojewódzki Przegląd Wiejskich Zespołów Artystycznych. W przeglądzie brali udział soliści, kapele i zespoły z województwa podkarpackiego, skupiające osoby, których łączy wspólna pasja amatorskiego śpiewania, mająca na celu kultywowanie i ochronę tradycji ludowych, a przede wszystkim miłość do kultury ludowej.

Na przeglądzie naszą gminę reprezentowały oba nasze zespoły ludowe. Zespół „Leszczynka” wystąpił z przyśpiewkami weselnymi, a Zespół „Grodziszczoki” przedstawił fragment wesela grodziskiego, za który otrzymał Nagrodę Specjalną.

Serdecznie gratulujemy uzyskania tego wyróżnienia i życzymy dalszych sukcesów!

OK



Potańcówek grodziskich ciąg dalszy

W niedzielę, 24 lipca w Parku Miasteczku w Grodzisku Dolnym miały miejsce trzecie „Potańcówki grodziskie”. Jak w poprzednich edycjach, tak i tym razem, każdy mógł znaleźć coś dla siebie.

Popołudniową imprezę rozpoczął dwugodzinny program dla dzieci pn. „Ani - Magia” w wykonaniu aktorów Teatru Jaruga. Złożyły się nań różne zabawy i sztuki magiczne oraz malowanie twarzy i robienie zwierzątek z baloników. Dzieci z zapałem uczestniczyły we wszystkich przygotowanych konkurencjach, wyścigach, zabawach i pokazach iluzji, które odbywały się na grzybku. Nieco dalej do zabawy zapraszało również najmłodszych dmuchane wesołe miasteczko ze zjeżdżalnią, tudzież wata cukrowa i popcorn. Dla dorosłych widzów panie z kół gospodyń wiejskich z Laszczyn, Zmysłówki i Opalenisk przygotowały stoiska gastronomiczne z różnymi smakołykami. Wieczorem mogliśmy zaś posłuchać wspaniałego koncertu Grodziskiej Orkiestry Dętej oraz popisowego występu Martyny Chmury, która zaprezentowała swoje umiejętności w grze na cymbałach.

Potańcówki zakończyły się oczywiście zabawą taneczną przy muzyce Zespołu „Akant”, który przygrywał aż do północy.

OK





Z kart historii - Wspomnienia Sybiraka

... Udając nie tyle strach, co zdziwienie tak wyreżyserowaną sceną, odpowiedziałem: - Jestem gotowy na wszystko. Mam już dość tych dręczących przesłuchań. Oświadczam wam, że kiedy wstępowałem do Armii Krajowej, składałem przysięgę, że cokolwiek by się nie stało ze mną, nie zdradzę tajemnicy wojskowej i swoich kolegów. Jestem człowiekiem wierzącym i nie wolno mi złamać przysięgi. Możecie mnie nawet rozstrzelać. Od tej chwili nie będę odpowiadać na żadne pytania. – Och ty, sukinsyn fanatyk! – krzyknął pułkownik i w porywie szału wskoczył na biurko, chwycił znad okna dębowy karnisz wraz z przyczepioną do niego firanką i uderzył mnie z całej siły w ramię. Karnisz załamał się na moim ramieniu. Bity ze wszystkich stron upadłem na podłogę. Półprzytomnego zaprowadzono mnie nie do celi na drugim piętrze, a do celi w piwnicy. Kiedy się ocknąłem, leżałem na posadzce cementowej. Czułem wszędzie ból, szczególnie w krzyżach. Do dziś, po tylu latach noszę siny ślad w pasie w okolicy nerek. Stojący przy „judaszu” strażnik bacznie mnie obserwował, zapewne od dłuższego czasu. Może myślał, że pilnuje już trupa. Widząc, że z trudem podniosłem się z posadzki, obejrzał się wokół i rzucił przez „judasza” przypalonego papierosa i kawałek chleba. Poczułem do niego serdeczną przyjaźń, ponieważ był to odruch mało spotykany w oddziałach NKWD.

15 listopada 1944 roku na dziedzińcu więziennym dał się słyszeć warkot silników i nawoływanie konwojentów. O zmroku wyprowadzono więźniów pojedynczo z cel i załadowano na samochody ciężarowe, przykryte brezentowymi plandekami. Wszyscy musieliśmy usiąść ciasno na podłodze samochodu i wziąć się pod ręce. Na krawędzi skrzyni samochodu usiadło po czterech konwojentów z pepesami skierowanymi w naszą stronę. Nie wolno nam było rozmawiać między sobą, to nam rygorystycznie zabroniono przed wyjazdem z dziedzińca więziennego w Rzeszowie. Rząd samochodów wyjechał z bramy więziennej i ruszył w stronę Łańcuta. Minęliśmy Łańcut, Przeworsk, Jarosław. W oczach wszystkich można była wyczytać pytanie – gdzie nas wiozą? Konwojowany transport więźniów przybył do Przemyśla. W Przemyślu ulicą Mickiewicza samochody skierowano do Bakończyc. Tu ulokowano nas w stajniach 22 PAL. Stajnie zapelnione były więźniami z tych terenów Polski, do których wkroczyły już wojska sowieckie. W stajni spotkałem wielu znajomych, których tu już wcześniej przywieziono. Spotkałem tu także mojego redaktora „Czynu” Eugeniusza Didyka. NKWD nie dotrzymało obietnicy wypuszczenia go na wolność, za cenę wydania drukarni w Honiach. Drzwi i okna w stajni były zaryglowane. Dla potrzeb fizjologicznych wstawiono do staj-

ni beczkę bez nakrycia. Brak powietrza w przepelnionej stajni i nieprzyjemna woń z beczki, przyprawiała o mdłości. Ludzie podzielenie na grupki znajomych dyskutowali szeptem o tym, co władza sowiecka zamierza z nimi zrobić i jaki los czeka ich w niedalekiej przyszłości. Dniem i nocą krążyły gęste patrole żołnierzy ze specjalnych oddziałów NKWD, z psami na smyczy, wokół kolczastych drutów, którymi otoczono cały rejon zabudowań stajennych(...) Kiedy inni z trwogą i obłąkańczym wzrokiem szukali jakiegoś wyjaśnienia co zamierzają z nami zrobić, czy aby nie jesteśmy przeznaczeni na zatracenie – mnie w tym czasie jakoś pociągały nieznane koleje losu. Wiedziałem, że nie grozi nam zagłada przez rozstrzelanie. Najwyżej czeka nas daleka droga w głąb tajgi syberyjskiej, tak dobrze znanej polskim patriotom z okresów powstań narodowych podczas carskich zaborów. Nie zdawałem sobie jednak sprawy z tego, że droga ta będzie aż tak wyniszczająca, aż tak tragiczna...

23 listopada 1944 roku cały obóz w Bakończycach zaroził się od wojsk NKWD uzbrojonych nie tylko w pepesze ale i karabiny maszynowe. W poszczególnych stajniach rozbierano wszystkich więźniów i przeprowadzano szczegółową rewizję osobistą. Znowu okazja do rabowania zegarków, złotych obrączek i innych wartościowych przedmiotów, oraz scyzoryków, łyżek. Niektórzy konwojenci byli tak gorliwi, że nawet odcinali guziki od odzieży. Tak oczyszczonych więźniów ładowano na samochody i odwożono do wagonów towarowych, stojących na bocznicach towarowej w Bakończycach, uprzednio dostosowanych do przewozu więźniów. Droga do bocznic i cała stacja towarowa obstawione były gęsto pierścieniem wojska. Załadunek do wagonów odbywał się bardzo szybko i sprawnie, przy pomocy kolb. Widać było, że enkawudysci doszli do dużej perfekcji w organizowaniu tego rodzaju transportów. Do jednego wagonu ładowano 45 – 50 ludzi i ryglowano drzwi. W podłodze przy drzwiach wagonu zrobiony był mały otwór o średnicy około 15 centymetrów, który miał służyć za klozet. W co drugim wagonie była budka strażnicza, w której stał konwojent z ręcznym karabinem maszynowym. Poza tym do każdego transportu dołączono jeden wagon z przodu i jeden z tyłu z oddziałem wojska. Tak załadowani w dwa transporty, przestaliśmy na bocznicach kolejowej przez całą noc i nad ranem syreny parowozów sowieckich swoistym głosem oznajmiły wyjazd w nieznane...

Patrząc przez szpary wagonu zorientowaliśmy się, że jedziemy w kierunku Lwowa. Prawie wszyscy pisali na chusteczkach chemicznych ołówkiem swoje nazwiska i adresy rodzin czy swoich bliskich, prosząc znalazcę o ich do-



ręczenie pod wskazany adres. Zapiski takie przepychano przez szpary w wagonie na tory kolejowe. Przejechaliśmy przez Lwów bez zatrzymywania się. pociąg jechał dalej w kierunku Kijowa. Zaraz za Lwowem, w jednym z wagonów więźniowie wyrwali w nocy deski w podłodze wagonu i przez otwór zaczęli opuszczać się na tory kolejowe. Ucieczkę zauważyli konwojenci. Wzmogła się strzelanina, rakiety, hamowanie pociągu... Kilku więźniów uciekło, kilku padło trupem od serii karabinów, reszta więźniów, nie chcąc ryzykować życiem, pozostała w wagonie. Rozwścieczeni konwojenci wpadali do wagonów z zapalonymi pochodniami i liczili pałkami obecnych. Dym z pochodni umaczał w ropy wżerał się w oczy tak, że nawet nie można było zorientować się, w którą stronę trzeba uciekać przed pałkami konwojenta. Od tego czasu wzmógł się terror wobec więźniów. Konwojenci biegali w nocy po dachach wagonów i bili po nich drewnianymi młotkami, specjalnie zrobionymi do tego celu przy przewozie więźniów. Odgłos uderzanego wagonu miał wykrzyczyć czy w danym wagonie nie wyłamuje się desek. Za karę nie dano nam wody do picia. Dla spotęgowania jeszcze większego pragnienia wydano nam po jednej słonej ryby i po 40 dag chleba. Największą ulgą w pragnieniu było przyłożenie spieczonego języka do łebka oszronionego gwoździa i lizanie szronu. Kiedy pragnienie wznagało się, lizano ściany wagonu, które pod wpływem mrozu na zewnątrz i ciepła wewnątrz wagonu – były mokre. Warunki w wagonach były bardziej niż okropne. Nie przyzwyczailiśmy się spać na stojąco. Ciała ludzkie zwały się jedno na drugie. Znużeni zasypialiśmy, co jakiś czas zmieniając się. Ci, którzy uprzednio leżeli na spodzie, wydostawali się na wierzch, by rozprostować ścierpnięte ciało. Ludzie przestali rozmawiać, przekonywać się, kłócić o dogodne miejsce w wagonie. Zobojętnieli na wszystko. Rozmowy zamieniły się w majaczenia i jęki chorych oraz błagania o pomoc. Blżej Moskwy zrobiono dłuższy postój, uprzątnięto z wagonów umarłych, a ciężko chorych przeniesiono do oddzielnego wagonu. Nareszcie wydano nam upragnioną wodę do picia i dwukilogramowy bochenek chleba na pięć osób. (...) Rankiem 4 grudnia 1944 roku wyładowano nas na stacji kolejowej Borowicze. Tam już czekały na nas specjalne oddziały wojsk NKWD pilnujące łagrów sowieckich. Mróz dochodził do -20 stopni C, wokół śnieg i groźna rosyjska zima. Wyładowano nas z wagonów i kazano usiąść na śniegu piątkami. Nastąpiło przeliczenie i przekazywanie nas pod opiekę obozowych oddziałów. Ceremoniał ten przeciągał się dość długo, a my głodni, niewyspani, zmęczeni warunkami po przeszło dwutygodniowej podróży, w letniej odzieży, szczękaliśmy zębami z przejmującego do szpiku kości zimna. Twarze nasze wyędniałe, brudne, obrosnięte, miały tragiczny wygląd w tej

masie ludzkiej, na tle białego śniegu. (...) Nareszcie dokumentacja została sprawdzona i przekazana nowym opiekunom. Uformowano nas w długą kolumnę i po ostrzeżeniu, żeby nie rozmawiać, nie rozciągać się, nie wychodzić z kolumny w bok, ruszyliśmy z miejsca. Każdy szybko przebiegał zdrętwiałymi nogami po grubym śniegu, z przerażeniem w oczach i przeświadczeniem, że prowadzą nas na niechybną śmierć. (...) Nie wszyscy więźniowie po tak makabrycznej podróży wytrzymywali tępo tak forsownego marszu, szczególnie starsi wiekiem i chorzy. Padali więc na drodze i nawet nie reagowali na groźby konwojentów, że jeśli nie podniosą się ze śniegu, to będą do nich strzelać. Rozkazano silniejszym brać ich pod ręce i ciągnąć. Z tyłu za kolumną podążał samochód ciężarowy, na który ładowano tylko trupy. Kiedy czoło kolumny znalazło się na wzgórzu, oglądałem się do tyłu. Ujrzałem jakby żywy obraz Jacka Malczewskiego: „Polacy w drodze na Sybir”. Zmienił się ustrój, zmieniła się władza, zmienił się sztyld rosyjski z dwugłowego orła na sierp i młot, ale w niczym nie zmieniły się metody gnębienia Polaków i innych narodów. (...) Kiedyś gnano w tajgę do katorżniczej pracy patriotyczną szlachtę, możnych mieszczan i przywódców powstań narodowych. Teraz kolumny Polaków idących na katorgę składają się z chłopów, robotników, inteligencji miejskiej, robotniczej i chłopskiej. Podniosłem głowę do góry i z dumą kroczyłem w zwartej kolumnie jako polski chłop świadomy, że jestem potomkiem tych wielkich Polaków, którzy za wolność naszej Ojczyzny, szli na katorgę w tajgę syberyjską, wyrzekając się wygod w swoich domostwach. Ta świadomość dodała mi otuchy i ulgi w zmęczeniu i cierpieniu. Nawet miałem ochotę zanucić znaną pieśń - ... Czy umrzeć nam przyjdzie na polu, czy tajgę Sybiru znieść... Z trudem naszego i znoju Polska powstanie by żyć!!! Przed zmrokiem, mając za sobą ponad 15 kilometrów uciążliwej drogi, dotarliśmy do obozu zwanego „Jogła”. Obóz położony był na piaszczystym wzgórzu. Dwurzędowe zasieki z drutu kolczastego otaczały kilkuhektarowy teren. Wzdłuż zasieków, co około 100 metrów widniały wieżyczki wartownicze, wyposażone w reflektory. Na wieżyczkach stali wartownicy wyposażeni w sygnalizację alarmową i w ręczne karabiny maszynowe. Wokół obozu teren był otwarty, nigdzie ani jednego drzewa czy zabudowania. Zabudowania obozu to ziemianki z okrągłego drzewa. Wzdłuż takiej ziemianki biegł korytarz. Po obu jego stronach były wbite pale, do których przymocowano jednakowe dwupiętrowe nary. Nad narami u sufitu ziemianki było kilka małych okienek, które skąpo przepuszczały światło dzienne do ziemianki tak, że w porze dziennej stale panował półmrok.

cdn

STUDIO URODY



FRYZJERSTWO

STYLIZACJA & PIELĘGNACJA

RZĘSY

PRZEDŁUŻANIE & ZAGĘSZCZANIE
LAMINACJA BRWI I RZĘS

KOSMETYKA

TWARZY & CIAŁA

PAZNOKCIE

MANICURE & PEDICURE



731 022 385

Godziny otwarcia:

Poniedziałek - Piątek Sobota

8:00 - 17:00

8:00 - 13:00

Grodzisko Dolne 288

(obok sklepu Piotruś Pan)



731 022 385

PROFESJONALNE
USŁUGI
BARBERSKIE

- Strzyżenie męskie
- Strzyżenie brody
- Pielęgnacja brody
- Repigmentacja brody



Grodzisko Dolne 288

(obok sklepu Piotruś Pan)

Godziny otwarcia: Poniedziałek - Piątek 8⁰⁰ - 17⁰⁰ Sobota 8⁰⁰ - 13⁰⁰