



ECHO KOŃSKOWOLI

PISMO SPOŁECZNO - KULTURALNE



NR 2 (252)

LUTY 2016 ROK

ISSN 1426-0042

CENA 2,00 zł

Doskonałość jest miarą nieba, dążenie do doskonałości miarą człowieka.
J.W.Goethe

fol. T. Orłowska

W numerze:



153 rocznica wybuchu Powstania Styczniowego art. str 4



Japońskie inspiracje i wspomnienia.. art. str 4

Jubileusz 100 – lecia urodzin art. str. 9



Spotkanie opłatkowe seniorów art. str 6



Damy radę, Damian! art. str 8



Kącik gimnazjalisty art. str 18 – 19



Wiadomości z Pożowskiej

Rada Działalności Pożytku Publicznego rozpoczęła działalność

Wójt Gminy Końskowola zarządzeniem nr 50/O/2015 z dnia 15 września 2015 roku powołał w naszej gminie Gminną Radę Pożytku Publicznego. Wnioskowały o to 2 organizacje pozarządowe działające na terenie gminy. Gminna Rada Działalności Pożytku Publicznego ma pełnić rolę opiniodawczą i konsultacyjną. Do GRPP wybranych zostało 4 przedstawicieli organizacji pozarządowych, 2 reprezentantów Rady Gminy i 2 przedstawicieli Wójta Gminy. Skład nowo powołanej Rady, której kadencja będzie trwać trzy lata, przedstawia się następująco:

| Imię i nazwisko | Funkcja w Radzie | Kogo reprezentuje |
|----------------------|-----------------------|------------------------|
| Kozak Marta | Przewodnicząca | OWS Nadzieja |
| Buzała-Adamczyk Anna | Z-ca Przewodniczącego | Przedst. Wójta Gminy |
| Przednowek Joanna | członek | Przedst. Wójta Gminy |
| Chabros Małgorzata | członek | Radna Gminy |
| Przepiórka Tomasz | członek | Radny Gminy |
| Bicka Halina | członek | Stowarzyszenie Radość |
| Pytlak Edward | członek | Klub Sportowy Powiślak |
| Skwarek Sylwia | członek | Stowarzyszenie Róża |

Czym są rady działalności pożytku publicznego?

Rada działalności pożytku publicznego to w swojej podstawowej formie grono doradcze, którego rolą jest konsultowanie i opiniowanie określonych dokumentów dla potrzeb organu jednostki administracyjnej, przy której działa. Podstawę prawną powoływania i funkcjonowania rad pożytku publicznego stanowi ustawa z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie (Dz. U. z 2015 r., poz. 1706 z późn. zm.).

Rady, bez względu na to na jakim szczeblu działają – ministerstwa, województwa, powiatu czy gminy, są powoływane przez organ wykonawczy. Nowelizacja ustawy o działalności pożytku publicznego i wolontariacie z sierpnia 2015 roku zmieniła zasady powoływania rad na szczeblu powiatu i gminy. Wcześniej powołanie tego organu było prawem, a nie obowiązkiem organu wykonawczego. Teraz samorząd jest zobligowany do utworzenia rady, jeśli taka jest wola organizacji pozarządowych. Lokalne rady działalności pożytku publicznego funkcjonują przy jednostkach samorządu terytorialnego. Składają się z przedstawicieli organizacji pozarządowych, pracowników jednostek samorządu terytorialnego oraz radnych. Do zadań Rady Powiatowej oraz Rady Gminnej należy w szczególności:

- 1) opiniowanie projektów strategii rozwoju odpowiednio powiatów lub gmin;
- 2) opiniowanie projektów uchwał i aktów prawa miejscowego dotyczących sfery zadań publicznych, o której mowa w art. 4, oraz współpracy z organizacjami pozarządowymi i podmiotami wymienionymi w art. 3 ust. 3, w tym programów współpracy z organizacjami pozarządowymi oraz podmiotami wymienionymi w art. 3 ust. 3;
- 3) wyrażanie opinii w sprawach dotyczących funkcjonowania organizacji pozarządowych oraz podmiotów wymienionych w art. 3 ust. 3;
- 4) udzielanie pomocy i wyrażanie opinii w przypadku sporów między organami administracji publicznej a organizacjami pozarządowymi oraz podmiotami wymienionymi w art. 3 ust. 3;
- 5) wyrażanie opinii w sprawach dotyczących zadań publicznych, w tym zlecenia tych zadań do realizacji przez organizacje pozarządowe oraz podmioty wymienione w art. 3 ust. 3, oraz w sprawach rekomendowanych standardów realizacji zadań publicznych.

Zapis „w szczególności” oznacza, że powyższe zadania mogą

być rozszerzane. Powinny one jednak być zgodne z charakterem rady, np. może to być:

- promowanie osiągnięć i prezentacji dorobku organizacji pozarządowych,
- występowanie do Wójta Gminy z inicjatywami w zakresie działań w sferze pożytku publicznego;
- inicjowanie działań służących integracji sektora pozarządowego;
- organizowanie wymiany doświadczeń w pracy organizacji pozarządowych
- podejmowanie innych działań wynikających z aktualnych potrzeb dotyczących współpracy samorządu z organizacjami pozarządowymi oraz innymi podmiotami działającymi w sferze pożytku publicznego.
- promowanie w lokalnej społeczności wolontariatu i angażowania mieszkańców w działania organizacji pozarządowych,
- Rada może udzielać swojego poparcia dla wszelkiego rodzaju działań oddolnych, które prowadzą do samodzielnego rozwiązywania problemów.

Gminna Rada Pożytku Publicznego w Końskowoli dopiero rozpoczyna swoją działalność. Pierwsze spotkanie organizacyjne odbyło się 07.10.2015 r. Mimo krótkiego okresu funkcjonowania Rada wydała opinie do Rocznej Programu Współpracy z Organizacjami Pozarządowymi oraz Gminnego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i Przeciwdziałania Narkomanii. Ponadto z inicjatywy Rady przeprowadzone zostały 2 szkolenia. Pierwsze – dla organizacji pozarządowych dotyczące prowadzenia rachunkowości. Drugie skierowane było do członków Rady, pracowników UG i przedstawicieli organizacji pozarządowych.

O dalszych działaniach, planach i propozycjach będziemy Państwa informować na bieżąco na łamach „Echa”, a także na stronie internetowej Urzędu Gminy.

Przewodnicząca Gminnej Rady Pożytku Publicznego w Końskowoli dr Marta Kozak

Utrudnienia w dostępie do budynku Urzędu Gminy

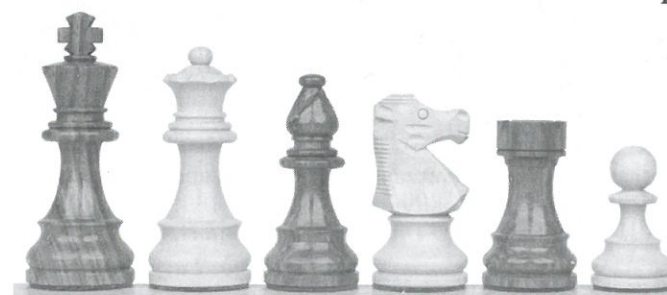
Uprzejmie informujemy, że w związku z montażem windy dla osób niepełnosprawnych przy głównym wejściu, klienci Urzędu Gminy w Końskowoli mogą od dnia 29 stycznia 2015 r. korzystać jedynie z wejścia znajdującego się z tyłu budynku (od strony wschodniej). Za powstałe utrudnienia przepraszamy.

Szachy i medycyna...

W rozegranych w dniach 8-9 stycznia w Kazimierzu Dolnym II Ogólnopolskich Mistrzostwach Lekarzy i Prawników w szachach złoty medal i tytuł Mistrza Polski Lekarzy w szachach szybkich (rapid-P15') zdobył Tadeusz Taracha wyprzedzając p. Roberta Adamka z Poznania i p. Andrzeja Kozłowskiego z Białegostoku.

Ponadto w turnieju szachów błyskawicznych (blitz-P5') zdobył srebrny medal Mistrzostw Polski oraz srebrny medal w klasyfikacji łączonej (blitz+rapid). Serdecznie gratulujemy!

R.



Japońskie inspiracje i wspomnienia...

W piątek 15 stycznia 2016 r. w Gminnym Ośrodku Kultury w Końskowoli odbyło się spotkanie z panem Lucjanem Kurowskim, który podzielił się z przybyłymi swoimi wspomnieniami z pobytu w Japonii. Wyjazd studyjny członków Związku Szkółkarzy Polskich miał na celu bliższe zapoznanie



Pan Lucjan Kurowski w ogrodzie przy Świątyni Kinakaku (Złoty Pawilon) w Kioto

się z kulturą Kraju Kwitnącej Wiśni oraz z jego produkcją szkółkarską. Pan Lucjan Kurowski przy tej okazji wykonał wiele pięknych fotografii, którymi podzielił się z przybyłymi.

Podczas spotkania poznaliśmy realia szkółkarskie dalekiego kraju, piękne ogrody Japonii oraz zabytki zwiedzane przez uczestników wyjazdu. Poszczególne fotografie zostały omówione przez pana Lucjana, który z pasją przedstawił ciekawostki japońskich gatunków flory. Nie zabrakło



Niwaki

interesujących faktów na temat życia codziennego Japończyków, a także ciekawostek i anegdotek.

Bogactwo fotografii oraz wiedza i doświadczenie autora, a także przygotowanie przez pana Lucjana znacznej ilości



Ogród Jojako-ji

materiałów wizualnych – złożyły się na bardzo atrakcyjne spotkanie, ciekawe i pouczające. Namiastka Japonii zagościła w Końskowoli – w znakomitym wydaniu...

Agnieszka Brzozowska
Foto: Lucjan Kurowski

153 rocznica wybuchu Powstania Styczniowego

15 stycznia 2016 roku na cmentarzu w Końskowoli delegacja Związku Oficerów Rezerwy Rzeczypospolitej Polskiej złożyła kwiaty na grobach powstańców styczniowych: Juliana Ferenzewicza i Szymona Wójcika.

Delegację ZOR RP stanowili: **plk rez. Alfred Kabata** – prezes ZG, **plk rez. Dariusz Zielonka** – wiceprezes ZG, **Lech Marczak** – prezes Zarządu Okręgu Lubelskiego oraz **kpt. w st. spocz. Zdzisław Łoziński, st. sierż. Tomasz Dyzma i Piotr Przygodzki**.

Julian Ferenzewicz był właścicielem ziemskim, który organizował i wyposażał oddziały powstańcze.



Szymon Wójcik, ur. się 28 października 1819 r. w Pożogu pod Puławami, wspierał powstanie „kosą i gotówką zbieraną wśród okolicznych chłopów, którą przekazywał do skarbu narodowego”. Był jednym z wybitniejszych niepodległościowych działaczy chłopskich z okresu Powstania Styczniowego. Na własną rękę zorganizował oddział powstańczy składający się z chłopów z Pożoga i sąsiednich wiosek. Oddział ten włączył się do zgrupowania znajdującego się pod dowództwem ppłk. „Kruka” – Michała Heindenreicha i brał udział w wielu



potyczkach i bitwach powstańczych, szczególnie chlubnie spisując się w bitwie stoczony pod Żyrzynem. Zasługi Szymona Wójcika znalazły potwierdzenie w piśmie z 25 lipca 1863 r., które skierował do niego naczelnik powiatu lubelskiego, dziękując za jego poświęcenie się sprawie wolności. Jego dokonania związane z dążeniem do niepodległości wysoko oceniła Maria Konopnicka w mało znanym wierszu zatytułowanym: „Szymonowi Wójcikowi w dniu złotego wesela”.

Po upadku powstania, wiosną 1864 r. został aresztowany i przebywał w twierdzy dęblińskiej i cytadeli warszawskiej. Po opuszczeniu więzienia Szymon Wójcik ponownie przystąpił do działalności wśród chłopów. Prowadził ją nieprzerwanie aż do kresu swego życia. Umarł w 1898 r., w wieku 78 lat.

plk rez. Alfred Kabata,
Foto. Teresa Orłowska

Gminny Ośrodek Zdrowia w Końskowoli – w trosce o mieszkańców

Bądźmy poważni, trzeba się szczepić!!!

Na podstawie Programu Szczepień Ochronnych ustalanych corocznie przez Ministerstwo Zdrowia, określone grupy ludności, w tym szczególnie dzieci i młodzież, podlegają obowiązkowi poddania się szczepieniom ochronnym przeciwko wybranym, a jednocześnie niebezpiecznym chorobom zakaźnym.

Dzieci do 1 roku życia podlegają obowiązkowym szczepieniom przeciwko:

1. gruźlicy,
2. wirusowemu zapaleniu wątroby typu B, tzw. żółtacze zakaźnej,
3. błonicy,
4. tężcowi,
5. krztuścowi,
6. inwazyjnemu zakażeniu Hemophilus influenzae typ B,
7. ostremu nagminnemu porażeniu dziecięcemu tzw. Poliomyelitis

W 2 r.ż. dziecko powinno zostać zaszczepione przeciwko:

1. odrze, śwince, różyczce a ponadto jako dawka przypominająca:
2. błonicy,
3. tężcowi,
4. krztuścowi,
5. inwazyjnemu zakażeniu Hemophilus influenzae typ B,
6. ostremu nagminnemu porażeniu dziecięcemu tzw. Poliomyelitis.

Po ukończeniu 5 r.ż. dzieci podlegają kolejnej dawce przypominającej szczepienia przeciwko 1. błonicy, 2. tężcowi, 3. krztuścowi, 4. ostremu nagminnemu porażeniu dziecięcemu tzw. Poliomyelitis.

W Szkole Podstawowej i Gimnazjum

W tym okresie Program Szczepień Ochronnych przewiduje wykonanie dwóch szczepień.

W 10 r.ż. odra, świnka i różyczka jako szczepienie przypominające i w **14 r.ż.** błonica, tężec, krztusiec.

Ostatnim obowiązkowym szczepieniem dzieci i młodzieży jest wykonywane w **19 r.ż.** szczepienie przeciwko błonicy i krztuścowi ponownie jako szczepienie przypominające.

Gdy rodzice zadają sobie pytania czy należy szczepić dzieci w ogóle i w jakich sytuacjach nie wykonywać szczepień, zgodnie z Rekomendacjami Komitetu Doradczego do spraw Praktyki Szczepień, zaleceniami Komitetu Chorób Zakaźnych Amerykańskiej Akademii Pediatrii oraz na podstawie Przewodnika po przeciwwskazaniach do szczepień: **stałym przeciwwskazaniem do wykonywania szczepień ochronnych jest tylko reakcja anafilaktyczna na poprzednią dawkę szczepionki lub na jakikolwiek jej składnik.** Okresowymi przeciwwskazaniami natomiast są: ostra choroba o umiarkowanym lub ciężkim przebiegu, przebiegająca z gorączką lub bez gorączki oraz zaostrzenie przewlekłego przebiegu chorobowego. W tych przypadkach szczepienia powinny być odroczone do momentu ustąpienia ostrych objawów, lub ustabilizowania się przewlekłego przebiegu chorobowego.

Nie stanowią jednak przeszkody do wykonania szczepień takie sytuacje jak:

1. łagodne lub umiarkowane odczyny poszczepienne – ból, zaczerwienienie, obrzęk w miejscu podania poprzedniej dawki szczepionki;
2. niewielka lub uśrednionego stopnia gorączka po poprzedniej dawce szczepionki;
3. łagodnie przebiegająca ostra choroba z gorączką lub bez niej;
4. przyjmowanie antybiotyku;
5. okres zdrowienia po przebytej chorobie;
6. wcześniactwo;
7. kontakt z osobą chorą na chorobę zakaźną;
8. alergia na penicylinę lub inne alergię niezwiązane ze składnikami szczepionki;
9. kontakt z osobą nieuodporną w środowisku domowym, z wyjątkiem stosowania żywej szczepionki przeciwko Poliomyelitis;
10. kontakt z osobą o zaburzeniu odporności w środowisku domowym, z wyjątkiem stosowania żywej szczepionki przeciwko Poliomyelitis;
11. kontakt z kobietą w ciąży w środowisku domowym i z kobietą karmiącą piersią;
12. karmienie piersią;
13. niedożywienie.

Oczywistym faktem jest, że małe dzieci są szczepione w obecności rodziców lub opiekunów. A co z dziećmi, które znajdują się w przedszkolu lub szkole? Czy takie dziecko może być zaszczepione bez obecności opiekuna? Otóż, dzieci które ukończyły 6 r.ż. mogą zostać zaszczepione bez asysty rodzica, jeśli spełnione zostały wszystkie z podanych poniżej warunków:

1. rodzice lub opiekunowie zostali poinformowani o fakcie planowanego szczepienia,
2. wyrazili pisemną zgodę na wykonanie szczepienia,
3. pracownik medyczny uzyskał niezbędne informacje na temat stanu zdrowia dziecka, które pozwolą na przeprowadzenie kwalifikacji do szczepienia, którą zawsze przeprowadza lekarz.

Przed wykonaniem każdego szczepienia dziecko musi być zbadane i zakwalifikowane przez lekarza. Kwalifikacja lekarska ważna jest 24 godziny od momentu badania pacjenta.

Po co przeprowadza się kwalifikację do szczepienia?

Kwalifikacja lekarska może wykryć istniejące przeciwwskazania lub sytuacje które wymagają szczególnej ostrożności, może też nakazywać modyfikację schematu szczepienia bądź zmianę preparatu na taki, który będzie lepiej tolerowany przez przyjmującego szczepionkę.

Bardzo ważne jest, aby rodzic bądź opiekun poinformowali lekarza przed szczepieniem tj.:

1. czy dziecko jest dziś chore,
2. czy dziecko jest uczulone na leki, pokarmy, szczepionki,
3. czy u dziecka wystąpiła **kiedykolwiek** ciężka reakcja po szczepieniu,
4. czy dziecko choruje na astmę, chorobę serca, nerek, krwi, cukrzycę i czy jest leczone aspiryną,
5. czy u dziecka, jego rodzeństwa lub rodzica występowały drgawki,
6. czy dziecko choruje na nowotwór złośliwy, AIDS, białaczkę lub inne choroby układu odpornościowego,
7. czy dziecko w ciągu minionych 3 miesięcy leczono

- kortyzonem, prednizonem lub innym kortykosteroidem (deksametazon, Encortonem, Encortonem, hydrokortyzonem, Medrolem, Metypredem), lekami przeciw nowotworom złośliwym, poddawane było radioterapii lub leczeniu biologicznemu np. lekami immunologicznymi,
8. czy w ciągu minionego roku dziecko otrzymało krew lub preparaty krwi, lek nazywany immunoglobuliną, lub lek przeciwvirusowy z powodu np. opryszczki, półpaśca, ospy wietrznej,
 9. czy nastolatka bądź kobieta jest w ciąży lub istnieje możliwość, że będzie w ciąży w ciągu najbliższego miesiąca,
 10. czy dziecko otrzymało w ciągu ostatniego miesiąca jakąś szczepionkę, jeśli tak to jaki to był preparat.

Po zebraniu opisanego wywiadu, zbadaniu dziecka przez lekarza wykonywane jest szczepienie.

Mamy nadzieję, że dzięki dobrodziejstwu szczepień ochronnych Nasze dzieci będą zdrowe i nie zachorują na wymienione powyżej choroby.

Szersze informacje o tych schorzeniach przybliży Państwu w następnym artykule.

*lek. med. Anna Różyńska – Polak
specjalista pediatrii i medycyny rodzinnej
oraz pielęgniarka mgr Małgorzata Szyra*

Spotkanie opłatkowe seniorów

W niedzielę 17 stycznia 2016 r. odbyło się doroczne spotkanie opłatkowe seniorów, zorganizowane przez Koło nr 5 Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów działające w Końskowoli. Po mszy św. w naszym kościele parafialnym seniorzy oraz sympatycy koła udali się do Gminnego Ośrodka Kultury. Licznie przybyli goście skierowali



do świątujących wiele serdecznych słów, przewodnicząca organizacji Pani Teresa Skwarek podsumowała dokonania minionego roku, a oprawę artystyczną wydarzenia zapewnił Chór „Pokolenie” i duet instrumentalistek.

W skład koła wchodzi 237 osób, a w roku sprawozdawczym dołączyło do niego 20 nowych członków, natomiast z różnych przyczyn ubyło siedemnastu. Zorganizowano obchody „Światowego Dnia Inwalidy”, Światowego Dnia Seniora oraz tradycyjne spotkanie opłatkowe. Koło kontynuowało współpracę ze Środowiskowym Domem



*Pani Teresa Skwarek, przewodnicząca Koła Nr 5
PZERI w Końskowoli (po prawej)
oraz pani Halina Murat - skarbnik organizacji*

Samopomocy w Końskowoli, jak również Gminnym Ośrodkiem Kultury. W partnerstwie ze Stowarzyszeniem „Radość” zrealizowano projekt „Integracja, edukacja i rekreacja jako forma aktywizacji osób w wieku emerytalnym edycja III”, w ramach którego odbył się wykład o tematyce prozdrowotnej oraz spotkanie integracyjne.

Członkowie organizacji uczestniczyli w wycieczkach m.in.



Maja i Ola Sumorek zagrały dla seniorów

Foto. Teresa Otowska

na Roztocze oraz wczasowycieczkach i spotkaniach integracyjnych. Koło nr 5 PZERI w Końskowoli działało na rzecz lokalnej społeczności oraz podejmowało współpracę z różnymi instytucjami i środowiskami. W roku sprawozdawczym za aktywną współpracę z seniorami odznaczono wójta Stanisława Gołębiowskiego, który otrzymał Złotą Odznakę PZERI, a także dyr. Środowiskowego Domu Samopomocy w Końskowoli panią Iwonę Stochmal i Tadeusza Salamandrę, instruktora GOK. Doceniono również pracę pani Marii Zuchniarz, wiceprzewodniczącej Koła nr 5 PZERI w Końskowoli – nadając złote odznaczenie PZERI.

Nasi seniorzy aktywnie działają na polu kultury, biorąc udział w wystawach rękodzieła i twórczości plastycznej w POK „Dom Chemika”, gdzie zaprezentowano prace Wacława Kowalika oraz Teresy Skwarek. Ponadto Chór „Pokolenie”, do którego należy grupa członków Koła nr 5 PZERI w Końskowoli, w 2015 r. koncertował aż 21 razy, m.in. w Puławach, Baranowie, Wojciechowie i Gutanowie, a także rodzimej miejscowości. Spotkanie opłatkowe tradycyjnie zakończył poczęstunek, podczas którego w wesołym gronie miło spędzono niedzielne popołudnie.

Agnieszka Brzowska

Ukraińcy w służbie policji niemieckiej w czasie wojny

Po upadku II RP i zajęciu ziem polskich przez faszystów niemieckich, dekretem Hitlera z dnia 12 października 1939 roku,

została powołana Generalna Gubernia (GG). Z woli naczelnego wodza - Hitlera, na jej czele stanął Gubernator Generalny, Hans Frank. Po miesiącu urzędowania podpisał on zarządzenie o powołaniu do życia UKAISCH HILFSPOLIZEI (policji ukraińskiej), której posterunki zostały rozmieszczone na terytoriach uznawanych przez OUN za ukraińskie, nawet w dystrykcie lubelskim i krakowskim. Służba w tej policji



była ochotnicza. Dla OUN policja ukraińska miała być namiastką przyszłej armii państwa ukraińskiego. Powinna pełnić funkcje pomocnicze w utrzymaniu „Ordnung”, czyli porządku germańskiego. Ponieważ Niemcy spodziewali się silnego ruchu oporu i sprzeciwu polskiego społeczeństwa, nadali policji odpowiednio wysokie uprawnienia, aby tylko panowała nad Polakami. Dlatego dla Polaków stała się uciążliwym i zmienawidzonym narzędziem terroru okupacyjnego.

Monika Śladowska w „Myśli Polskiej” nr 3 i 4 /2016 r. podaje, że Niemcy, aby nie obciążać „hitlerowskiego sumienia” zlecali ukraińskim schutzmanom najbardziej zbrodnicze czynności. Wykorzystywali ich do uczestnictwa w egzekucjach, obławach, tropienia ukrywających się Żydów i likwidacji gett. Ukraińscy policjanci byli strażnikami obozów koncentracyjnych, jenieckich i karnych. Ochraniali ważne obiekty i linie kolejowe, a także czynnie wspomagali niemieckie formacje zbrojne w walkach z polskim ruchem oporu i partyzantką radziecką.

Ukraińska policja utrwaliła mi się w pamięci jako zorganizowana grupa katów. Szczególnie policjant o nazwisku Czornyj, zapamiętany przez mnie z racji tego, że kiedy szedł ulicą - to Polacy uciekali. Nosił pałkę, którą niemiłosiernie bił. Przyczyna tej agresji nie była ważna, uderzał po prostu za to, że ten ktoś był Polakiem. Czornyj był sadystą w stosunku do Żydów i Polaków. Otaczał się Ukraińcami o zbrodniczych charakterach, alkoholikami, z którymi razem pił. Oni wskazywali, którego Polaka ukarać - czyli oficjalnie porządnie obić. Najgorzej kiedy ktoś trafił do aresztu, wówczas był bity i dręczony przez całą dobę.

W 1943 r. policja urządziła zbiorowe „ukaranie” Polaków w Iłhrowicy. Nadarzyła się okazja, ponieważ nie wszyscy gospodarze oddali kontyngent zbożowy i mięsny. Sporządzili spis tych, którzy nie wywiązali się z powinności wobec Niemców i wezwali na posterunek, z kwitami odstawienia zboża i mięsa. Mój ojciec również dostał wezwanie. Ponieważ dowiedział się, że wzywani są wyłącznie Polacy, nie stawiał się na posterunek. Na wezwanie przybyło około 20 Polaków, więc policjanci rozpoczęli karanie za niedostarczenie kontyngentu. Na długim korytarzu utworzyli szpaler, przez który kazali wezwanym przechodzić. Bili pejcami, pałami, kolbami i innymi przedmiotami. Kiedy ktoś upadł - torturowano go jeszcze bardziej, po całym ciele. Gdy człowiek nie mógł się podnieść, wyrzucano go z budynku jak worek piachu... Nie pomogły kwity pokazywane policjantom, poświadczające że gospodarze oddali kontyngent. Ci policjanci pałali chęcią zemsty do Polaków zaszczerpioną przez OUN, więc stawali się zwierzami. Pamiętam, jak żony nieszczęśliwych wiozły ich na wozach do domów, pobitych, nieprzytomnych i pokrwa-

wionych. Najbardziej wyróżniał się policjant Czornyj, którego chwalili nacjonałści, że „dokończył” Polakom. Ja jako Polak, również oberwałem od niego pałą po plecach.

Pod jesień 1943 r. Niemcy zarządzili alarmową mobilizację policji na obławę i rozbięcie partyzantów radzieckich, którzy pojawili się w lasach koło Zbaraża. Partyzanci często wysadzali tory kolejowe na jednej z głównych tras zaopatrzenia frontu wschodniego. Jak opowiadano, bardzo niechętnie jechała policja ukraińska... Bez entuzjazmu w obławie wziął udział Czornyj i już nie wrócił, ku uciesze Polaków. Wieść niosła, że tarnopolska AK postarała się, żeby Czornyj nigdy już nie uderzył żadnego Polaka. Jak pamiętam, Polacy zamierzali zamówić dziękczynne nabożeństwo kościelne za to, że Czornyj nie wrócił już do Iłhrowicy.

Gubernator Hans Frank, chcąc bardziej zjednać Ukraińców, zezwolił na legalne działanie Ukraińskiego Centralnego Komitetu (UCK), którym kierował dr Kubijowicz. Uzyskał on dla Ukraińców uprzywilejowaną pozycję i dążył do demograficznej przebudowy na ziemiach, gdzie większość mieszkańców stanowili Polacy. Prosił Franka, by: „Ukraińskie terytorium było oczyszczone poprzez wysiedlenie polskiego i żydowskiego elementu.” Tak Frank, jak i Kubijowicz zgodzili się, że do takich zadań potrzebna jest silna ukraińska policja, którą należy liczebnie wzmocnić i wyszkolić. W tym celu zorganizowano szkoły i kursy dla kadr policyjnych, w miastach: Zakopanem, Chełmie, Lublinie i Krakowie. W Trawninkach powstała dla Ukraińców szkoła strażników obozów zagłady. Do szkół policyjnych ochotników kierowała OUN i UCK. W wyniku intensywnie prowadzonej propagandy, ilość ochotników była duża, szczególnie ze środowisk wiejskich. Jeszcze jesienią 1939 r. gubernator Frank, mając plany eksterminacyjne wobec Polaków i zmierzając do tłumienia polskiego podziemia, które poczynalo się rodzić, oznajmił: „W rozwiązaniu tych problemów przyjdzie nam z pomocą 600 tys. Ukraińców, wrogów Polski od kolebki. Będziemy świadomie przyciągać Ukraińców i angażować ich do policji oraz służb specjalnych. Mamy przed sobą sokoły, które nie będą oszczędzać Polaków.”(H. Frank, Tagebuch, T.II. S.166)

„W 1942 r. Niemcy rozpoczęli akcję wysiedlenia Polaków na Zamojszczyźnie z 297 wsi, usuwając około 110 tysięcy Polaków. Planowali osiedlić w ich miejsce osadników germańskich. Ludność wywożono na roboty do Niemiec, lub zsyłano do obozów koncentracyjnych. Szczególnie tragiczny był los około 30 tysięcy zamojskich dzieci: część z nich wysłali do Rzeszy w celu germanizacji, część do obozów koncentracyjnych. Wielce pomocna okazała się policja ukraińska, wyszkolona przez hitlerowców. Podjęli również za pomoc w wysiedlaniu Polaków i walkę z bandytami polskimi dla UCK, wyraził sam gubernator Frank. Za to naoczni świadkowie piszą: „Niejednokrotnie ukraińscy policjanci bardziej brutalnie traktowali Polaków aniżeli Niemcy. Początkowo rabunki i morderstwa były przeprowadzane w ukryciu, ale już wiosną 1942 r. gdy gestapo skierowało do posterunków policji na stanowiska dowódcze podoficerów i oficerów z policyjnej szkoły ukraińskiej wówczas na dobre zaczęły się napady, rabunki, gwałty i morderstwa” (B. Józefko, „Na Rubieży”nr 88/2006).

Akcja przymusowych wysiedleń w dystrykcie lubelskim objęła powiaty: zamojski, biłgorajski, tomaszowski i hrubieszowski. Spowodowała reakcję obronną i odwetową polskiego podziemia, doszło do walk zbrojnych. Przewidywany przez Himlera opór Polaków przekroczył spodziewane granice. Ludność uciekała do lasów, organizowała samoobronę i korzystała z osłony oddziałów bojowych Polski Walczącej. Do działań przystąpiło natychmiast całe polskie podziemie, reprezentujące wszystkie odłamy polityczne: AK, BCH, GL. Ze stolicy przybyła Warszawska Kompania AK.

Na wskutek oporu zbrojnego Polaków w czerwcu 1943 r. Niemcy odstąpili od realizacji bazy osiedleńczej na Zamojszczyźnie. Nie spodziewali się powszechnego zbrojnego

oporu Polaków. Stoczono kilka dużych bitew i kilkaset potyczek, akcji represyjnych i kolejowych. Jak podaje literatura przedmiotu, w Lasach Kosobudzkich oddziały AK skutecznie broniły przez 11 dni dużego zgrupowania uciekinierów (II 43). Na zaniechanie akcji osiedleńczej wpłynęła też klęska Niemców pod Stalingradem (2 II 1943).

Osiedleńczy eksperyment zgermanizowania Zamojszczyzny nie udał się. Nie pomogło spacyfikowanie blisko stu miejscowości i wymordowanie tysięcy bezbronnych ludzi. Nie pomogło rozstrzelanie ok. 8 tys. Polaków w samej Rotundzie Zamojskiej - miejscu straceń. Nie pomogła też zniechędzona przez Polaków policja ukraińska, która z wielką determinacją walczyła z Polakami.

Ukraińscy policjanci nabrali doświadczenia w mordowaniu Żydów i Polaków. Kiedy uciekli z policji, stanowili trzon „doświadczonej” kadry dowódczej UPA. Do popełnionych zbrodni wcale się nie przyznają. Twierdzą, że walczyli z Sowietami i Niemcami. Z Polakami były tylko „konflikty”.

ATAK „NAUKOWCÓW POLSKICH” NA KSIEDZA ISAKOWICZA – ZALEWSKIEGO

Wykładowca Uniwersytetu Warszawskiego dr Kazimierz Wóycicki ze Studium Europy Wschodniej UW w niewybredny sposób zaatakował ks. Tadeusza Isakowicza – Zalewskiego. Na antenie Polskiego Radia w dniu 27 I 2016 r. Nazwał go „agentem wpływu”, inspirowanym, czy wręcz opłacanym, przez Kreml. „Tacy agenci jak ks. Tadeusz Isakowicz – Zalewski i podobni tego typu, to są osoby pełne nienawiści” – powiedział. Nie sprecyzował - nienawiści do kogo? Ukraińców czy neobanderowców? Stwierdził również, że konieczne jest „przewycięzenie sytuacji w Internecie, gdzie propagandowy antyukraiński hejt, wyraźnie inspirowany czy wręcz opłacany przez Kreml, jest bardzo wyraźnie widoczny.”

Odpowiadam dr Wóycickiemu, panie agencie neobanderowski! Jestem wielbicielem talentu ks. Tadeusza. Podziwiam Jego kunszt dialogu, upominania się o prawdę o ludobójstwie Polaków przez UPA. Z braku argumentów merytorycznych, zastosował pan publiczne SPOTWARZANIE księdza. Podważył pan treść i sens przysięgi doktorskiej! Wzrost jakim Pan jest naukowcem? Walczy Pan o prawdę neofaszystów ukraińskich, którzy za bohatera Ukrainy obrali Petra Diaczenko, kata Czerniakowa z Powstania Warszawskiego? Nobilituje pan ludobójców OUN – UPA, na czele z Bandera, Szuchewyczem i współczesną działaczką fundacji Otwarty Dialog NATALII PANCZENKO – absolwentką Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie. To ona oświadczyła, że UPA walczyła z Polakami o niepodległość Ukrainy (mordów nie było...). Nazwała też Gdańsk miastem niemieckim. I takich przyjaciół pan nam podsuwa? Ponadto stwierdzam, że takich agentów banderowskich jak pan w obecnej Polsce jest obfity wysyp.

Damy radę, Damian!

W sobotę 30 stycznia 2016 r. w Chrzachowie odbył się bal charytatywny na rzecz Damiana z Sielc. Kolejna inicjatywa, mająca na celu zgromadzenie środków na zakup leków na mukowiscydozę, cieszyła się powodzeniem. Doskonała zabawa i szczytny cel sprawiły, że sobotni wieczór był bardzo udany dla uczestników przedsięwzięcia.

Gości powitali rodzice Damiana, dziękując za wsparcie i składając wyrazy wdzięczności na ręce sponsorów, którzy umożliwili zorganizowanie balu: „Jest nam niezmiernie miło, że zaszczylicie nas Państwo swoją obecnością, a tym samym pomogliście Damianowi. W tym trudnym dla nas czasie wiele osób okazuje nam życzliwość i ciepło, z których czerpiemy siły. Wspieracie nas finansowo, ale również dobrym słowem i modlitwą. To dla nas bezcenna pomoc, a zarazem wielki dług wdzięczności (...) Chcielibyśmy również podziękować za pomoc w zorganizowaniu tego balu, z którego dochód przeznaczymy na zakup kolejnego opakowania leku dla Damiana. Dziękujemy wszystkim uczestnikom imprezy, a szczególne słowa wdzięczności



Rodzice Damiana

kierujemy do sponsorów za sprawą których możliwe było zorganizowanie przedsięwzięcia. Wsparli nas: Firma DROB – WIT Witowice, Zakład Przetwórstwa Mięsnego w Poniatowej należącej do państwa Gułowskich, Piekarnia „Sarżyński” z Kazimierza Dolnego, Artykuły do produkcji wędliniarskiej „AWA” pan Andrzej Wińtoch, prezes GS w Baranowie pani Marianna Wiktorowicz, Hurtownia



Foto Teresa Orłowska

„BANAN” Puławy, pan Zbigniew Duda właściciel sklepu mięsnego w Puławach, pan Andrzej Wiejak właściciel sklepu w Sielcach, pani Małgorzata Jankowska - sklep spożywczy w Śniadówce. Dziękujemy za wszelką pomoc rodzinie, znajomym, przyjaciołom, Stowarzyszeniu „ARKA”, OSP w Chrzachowie oraz pani sołtys Marcie Skruszeniec i członkiniom koła gospodyń wiejskich w Chrzachowie za nieodpłatne udostępnienie lokalu. Słowa wdzięczności kierujemy do zespołu CALYPSO, który gra dla nas charytatywnie. Dziękujemy naszej sąsiadce Marioli, za przygotowanie pysznych dań oraz osobom obsługującym imprezę.”

Zabawa w Chrzachowie była przednia, a dzięki operatywności rodziców Damiana – trwa gromadzenie środków na zakup kolejnej dawki leku. Obecnie rodzina czeka na pierwsze opakowanie ORKAMBI, które lada dzień będzie sprowadzone z zagranicy. Miejmy nadzieję, że Damian będzie dobrze tolerował medykament. Serdecznie dziękujemy wszystkim osobom, które pomagają w walce z mukowiscydozą i prosimy o dalsze wsparcie. Aby leczenie przyniosło efekty, musi być prowadzone w sposób nieprzerwany. W sąsiednich państwach lek na mukowiscydozę można zakupić w aptekach i jest refundowany dla obywateli tego kraju, więc mamy nadzieję że wkrótce również w Polsce będzie on dostępny. Sprowadzenie pierwszej dawki leku dla Damiana z zagranicy kosztowało 72 tys. zł. Dzięki kilkumiesięcznym staraniom rodziców uruchomiono charytatywne SMS na rzecz Damiana (sms o treści DAMIAN na numer 72052 Koszt sms-a to 2,46 zł), można także przekazać 1 % podatku na zakup leku – nr KRS 0000097900. Ponadto w piątek 12 lutego 2016 r. odbędzie się koncert GRAMY DLA DAMIANA w Puławskim Ośrodku Kultury, podczas którego odbędzie się kwesta oraz aukcja na rzecz chłopaka. Prosimy o wsparcie.

Jubileusz 100 - lecia urodzin

Dnia 15 stycznia 2016 roku w gminie Końskowola miała miejsce niecodzienna uroczystość- setne urodziny Pani Julianny Matraszek, która pochodzi z Wronowa.

Z okazji tak wielkiego wydarzenia odbyło się spotkanie,



Wójt Stanisław Gołębiowski przekazał kwiaty na ręce córki Jubilatki

podczas którego dostojna jubilatka odebrała listy gratulacyjne, prezenty, wyrazy szacunku i serdeczne życzenia na kolejne lata od zgromadzonych gości.

Na uroczystość przybyli: Dyrektor Wydziału spraw Obywatelskich w Lublinie Pan Mariusz Kucharek - przedstawiciel Wojewody Lubelskiego, Pan Witold Popiołek -



Pamiątkowy upominek od przewodniczącego RG Mirosława Pustelnika

Starosta Puławski, Pan Mirosław Pustelnik - Przewodniczący Rady Gminy Końskowola, Pan Stanisław Gołębiowski - Wójt Gminy Końskowola, Pani Danuta Sułek - kierownik Urzędu Stanu Cywilnego w Końskowoli, Pani Małgorzata Teper - kierownik Opieki Społecznej w Końskowoli, Pani Mariola Chrzan - przedstawiciel KRUS w Puławach, Pani Teresa

Orłowska - reprezentant redakcji „Echa Końskowoli” oraz przedstawiciele „Tygodnika Powiśla” i „Wspólnoty Puławskiej”.

Kierownik USC w Końskowoli Danuta Sułek przekazała pani Juliannie serdeczne życzenia: „Ludzie w kwiecie wieku-jak pisał Jan Paweł II w liście do ludzi w podeszłym wieku- pomagają nam mądrzej patrzeć na ziemskie wydarzenia,

ponieważ dzięki życiowym doświadczeniom zyskali wiedzę i dojrzałość. Są strażnikami pamięci zbiorowej, a więc mają szczególny tytuł, aby być wyrazicielami wspólnych ideałów i wartości, które są podstawą i regułą życia społecznego... Ludzie starsi dzięki swej dojrzałości i doświadczeniu mogą udzielać młodym rad i cennych pouczeń.

Szanowna Jubilatko, jest Pani naocznym świadkiem wielu wydarzeń, które kształtowały losy Polski i świata, przez co Pani życie stało się skarbnicą doświadczeń dla kilku pokoleń Polaków. Głęboko wierzymy, że wielu ludzi zaczerpnie z niej obficie, ponieważ Pani sędziwy wiek jest naszym wspólnym drogocennym dziedzictwem.

Niech nam będzie wolno podziękować Pani za wszelkie trudy i owoce minionych stu lat



Dyrektor Wydziału spraw Obywatelskich w Lublinie Pan Mariusz Kucharek przekazał życzenia od Wojewody Lubelskiego

oraz złożyć życzenia zdrowia i pogody ducha na kolejne lata. Życzymy także wszelkiej pomyślności oraz doczekania jeszcze wielu tak wspaniałych i radosnych rocznic w otoczeniu kochającej rodziny i przyjaciół.”

Po wielu ciepłych słowach i miłych życzeniach, dostojna Jubilatka poczęstowała gości lampką szampana oraz tortem.

Danuta Sułek
Foto Teresa Orłowska

Z przepisów Czytelników

Kaczka faszerowana pęczakiem pani Sylwii Skwarek ze Starej Wsi to jedna ze zwycięskich potraw w konkursie „Smaki Końskowoli”. Dziękujemy za udostępnienie przepisu i życzymy smacznego!

KACZKA FASZEROWANA

Kaczka ok 2,20 kg (może być Pekin)

FARSZ

mięso mielone z indyka ok 60 dkg najlepiej z udźca (może też być karkówka wieprzowa)

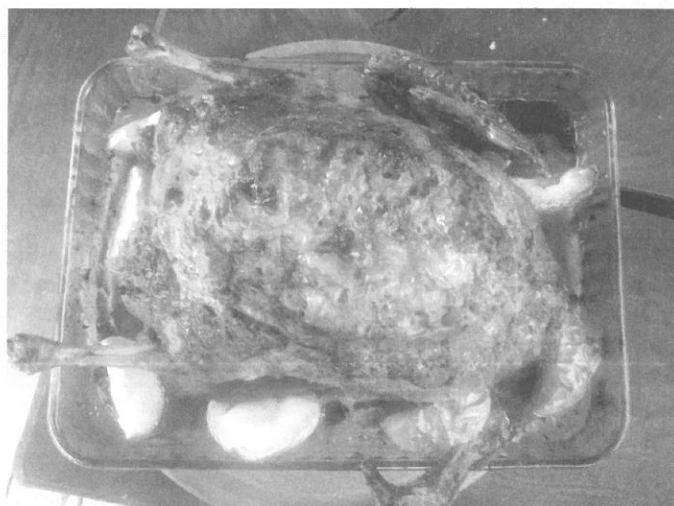
20 dag kaszy pęczak

1 duża cebula

sól, pieprz, majeranek, czosnek (jeśli domowy to cała główka, chiński -jakieś 4 ząbki), liść laurowy, ziele angielskie,

2 jajka,

80 dag kapusty kiszzonej



Przygotowanie:

Kaczkę należy wyluzować, ostrym nożem przez otwór obok kupra odcinając po szkielecie mięso od kości, zostawiając kostki w udach i skrzydełkach, aby kaczka zachowała swój kształt po upieczeniu. Nie trzeba obawiać się pęknięć skóry, czy dodatkowych rozcięć, bo wszystko na koniec i tak zszywamy. Należy jednak pamiętać, że każde dodatkowe skaleczenie powoduje uciekanie z kaczki soków, co prowadzi do wysuszenia mięsa. Im mniej rozcięć i skaleczeń, tym mięso będzie bardziej soczyste i aromatyczne.

Wyluzowaną, umytą i obsuszoną ręcznikiem papierowym kaczkę nacieramy ze wszystkich stron (w środku też) utartym w moździerzu czosnkiem, majerankiem i solą. Pozostawiamy tak na 2 godziny w chłodnym miejscu. Z uzyskanego w trakcie luzowania kaczki korpusu gotujemy aromatyczny bulion z listkiem, zieleń i cebulą, w którym to uprażymy kaszę pęczak (dla ułatwienia można w bulionie ugotować kaszę pęczak w dwóch woreczkach foliowych).

Po wystudzeniu kaszy dodajemy cebulę z bulionu, mięso mielone, jajka, sól i pieprz do smaku. Całość mieszamy i tak przygotowanym farszem nadziewamy kaczkę. Zanim jednak zaczniemy nadziewać, należy dokładnie zszyć skórę na szyi, tak by farsz nie wydobywał się na zewnątrz. Po zakończeniu nadziewania zszywamy pozostałe rozcięcia. Kaczkę pieczemy w rozgrzanym piekarniku do 170 C przez 3 godziny. Ja piekę kaczkę 2 godziny w rękawie, po czym rozcinam rękaw i jeszcze

godzinę dla zrumienienia skórki już bez folii.

Po upieczeniu kaczki mamy do dyspozycji ok 0,5 litra aromatycznego soku/tłuszczu z kaczki. Jest to znakomita baza do przyrządzenia kapusty, która wyśmienicie smakuje z faszerowaną kawką.

Kapustę kiszoną gotujemy do miękkości (w czasie pieczenia kaczki), odcędzamy i dodajemy tłuszcz uzyskany po upieczeniu kaczki. Jeśli to konieczne doprawiamy solą, pieprzem i majerankiem. Całość dusimy na małym ogniu ok 10 min i gotowe.

Możemy wyłożyć kapustę na półmisek, a na niej ułożyć upieczoną kawkę. Nie zapomnijmy wcześniej pozbyć się nici użytych do zszywania.

Na koniec dodam od siebie jeszcze - ODWAGI!! proszę mi wierzyć luzowanie kaczki nie jest trudne, wystarczy spróbować, by się przekonać. Zawsze mamy w rezerwie nieć i każde nieplanowane rozcięcie możemy zszyć.

SMACZNEGO!!

Sylwia Skwarek

Zbieramy stare fotografie

Informujemy, że wciąż zbieramy stare rodowe fotografie. Pierwsza edycja zakończyła się wystawą na której można było obejrzeć 160 zdjęć udostępnionych przez 22 osoby. Druga wystawa przed nami, dołączcie do wspomniania swoich przodków, zapraszamy.

Teresa Orłowska



Trzeci od lewej Paweł Matraszek, siołtys wsi Rudy



A. Bartuzi i A. Komsta, lata 20 -ste

Foto ze zbiorów prywatnych p. Krystyny Pajóry z Rud

Młodzi artyści zaprezentowali swoje prace

W sobotnie przedpołudnie 6 lutego 2016 r. w Gminnym Ośrodku Kultury w Końskowoli odbył się niecodzienny wernisaż artystyczny. Zwykle swoje dokonania prezentowali dorośli twórcy, debiutujący lub znani w szerszych kręgach, a tym razem zostały wyeksponowane prace dzieci z grupy plastycznej GOK prowadzonej przez instruktora Elżbietę Urbanek.

Wystawa, obejmująca dwie sale, prezentuje przykładowe prace wykonane podczas zajęć w ciągu minionego półrocza – przestrzenne ozdoby z papieru, kartki okolicznościowe, rysunki stworzone różnymi technikami, bibeloty i grafiki. Młodzi artyści na tę okazję wraz z instruktorem przygotowali poczęstunek dla swoich gości, a podczas oglądania wystawy przez bliskich byli bardzo dumni i zadowoleni.



W zajęciach plastycznych, które odbywają się w czwartki i piątki (od 14.00 do 16.00) oraz soboty (od 10.00 do 12.00) uczestniczy 30 dzieci. Na ekspozycji znalazło się blisko 200 prac

autorów w wieku od 5 do 12 lat. Swoje dzieła zaprezentowali: Natalia Rączka, Alicja Szmít, Aleksandra Szymańska, Maja Pilarska, Agata Míturska, Martyna Bryczek, Zuzanna Jędrak, Agata Pacek, Karolina Capała, Kamila Tusińska, Marcel Kapłon, Ewa Krasucka, Gabrysia Míturska, Paweł Legieć, Krzysztof Legieć, Zuzanna Kopińska, Zuzanna Jurecka, Anna Hoszowska, Nikola Repeć, Martyna Repeć, Ewa Jędrejek, Karina Bojarszczuk, Zuzanna Kowalczyk. Zapraszamy do podziwiania wystawy.

Elżbieta Urbanek
Foto. Teresa Orłowska



MUKOWISCYDOZA

zabiera
życie

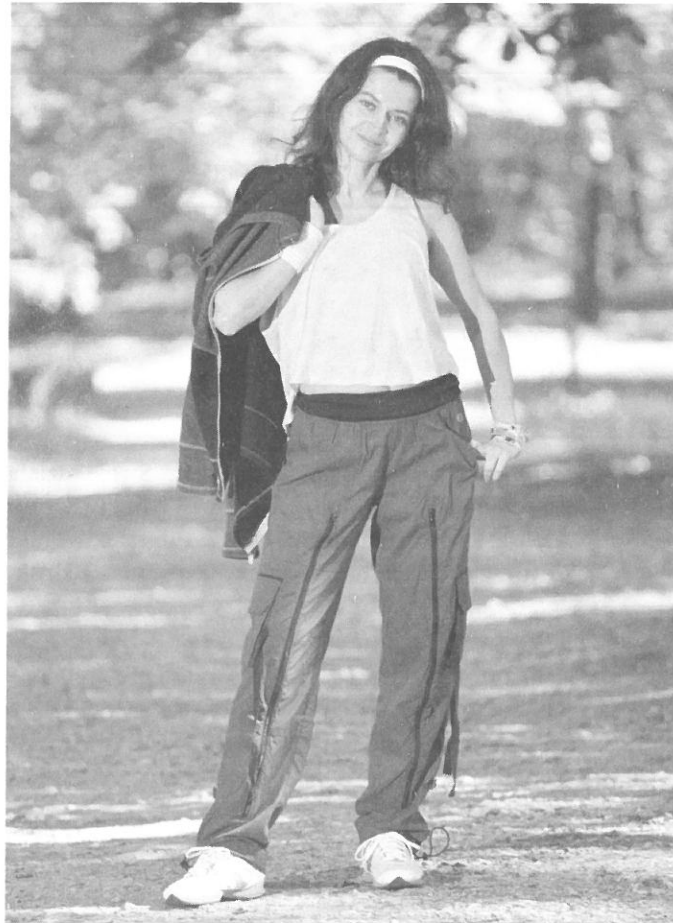
DAMIANA

możesz ją powstrzymać

dołącz do ogólnopolskiej zbiórki środków finansowych
i wyślij SMS o treści DAMIAN na numer 72052

SMS 72052 to dla osoby wysyłającej koszt 2,46 z VAT. Operatorzy komórkowi zwalniają SMS z opłat.
W opłacie zawartych jest 0,46 zł, stanowiących podatek VAT.





Rozpoczynamy cykl artykułów, poświęcony ludziom z pasją, którą realizują poprzez swoją pracę zawodową. Pierwszą z zaprezentowanych osób jest Elżbieta Kwiatkowska, od roku związana z Gminnym Ośrodkiem Kultury w Końskowoli jako instruktor Zumby oraz promotorka zdrowego trybu życia, także na łamach „Echa Końskowoli”. Charyzmatyczna, pogodna i bardzo otwarta osoba zaraża swoim optymizmem oraz motywuje własnym przykładem – do życia w zgodzie ze sobą.

- Czym zajmuje się Pani na co dzień?

- Od stycznia 2015 prowadzę własną działalność, firmę Centrum Promocji Zdrowia i Fitnessu (www.cpzif.pl). Zajmuję się promocją zdrowego stylu życia, propagowaniem naturalnych metod oczyszczania i wzmacniania organizmu z wykorzystaniem bezpiecznych, ekologicznych preparatów, pochodzących z upraw bez użycia środków chemicznych. Prowadzę też zajęcia Zumby dla każdego – również dla seniorów oraz tematyczne warsztaty i szkolenia dotyczące zdrowia i biznesu. Z wykształcenia jestem lingwistką i nauczycielem języków angielskiego i niemieckiego.

- Jak rozwijała się Pani kariera zawodowa?

- Po studiach pracowałam jako lingwista w Warszawie, prowadząc kursy językowe w szkołach prywatnych oraz na wyższej uczelni. Potem wraz z mężem i dwoma synami wyjechaliśmy do Wielkiej Brytanii, gdzie mąż dostał kontrakt, rozwijał się i zdobywał coraz większe doświadczenie. Dzieci chodziły do szkoły, a ja zajmowałam się domem. Jednak z czasem poczułam, że czegoś mi brakuje, zdałam sobie sprawę, że **mogę, potrafię i chcę coś robić**. Przez pierwsze dwa lata byłam w domu i uczyłam się angielskiego - samodzielnie. Zdałam egzaminy, starałam się o pozwolenie na pracę jako nauczyciel i dostałam pierwszą posadę w szkolnictwie. Później pojawiało się coraz więcej możliwości - uczyłam niemieckiego

Anglików, obcokrajowców angielskiego oraz pomagałam w nauce polskim i niemieckim dzieciom, które rozpoczynały szkołę w Anglii. Tam też poznałam Zumbę.

W 2013 roku mąż namówił mnie do powrotu do Polski. Po powrocie do kraju szukałam pracy jako nauczyciel, niestety praca w brytyjskim systemie edukacji trochę zmieniła mnie i moje podejście do nauczania. W brytyjskich szkołach uczenie języków polega w głównej mierze na konwersacji – co w polskim szkolnictwie jest dopiero powoli wdrażane. Stąd zrezygnowałam z bycia lektorem i nie podpisałam żadnej umowy o pracę, które mi proponowano.

- Kiedy i w jakich okolicznościach nadszedł moment decyzji „działam sama”?

- Za namową mojego męża, który powiedział: *zrób coś w końcu dla siebie*. Wtedy założyłam własną firmę i obiecałam sobie, że zrobię wszystko, co w mojej mocy żeby ją rozwijać. No i tak się zaczęło. Początek tej samodzielności miał miejsce dokładnie 3 lata temu. Wcześniej odbyłam pierwsze szkolenie pt. „Doskonalenie kompetencji interpersonalnych”, które było inspirujące. Wtedy też usłyszałam: *Dziewczyno, wykorzystaj swoje możliwości. Bądź liderem, pracuj dla siebie. Załóż szkołę językową albo wymyśl inny biznes, ale pracuj dla siebie, powinnaś być na scenie, Ty – lider*. Te słowa dały mi dużo do myślenia. Wysłałam do ludzi, przełamalam własne słabości, byłam na kilku szkoleniach i podjęłam współpracę z amerykańską firmą jako profesjonalny partner biznesowy. W pełni identyfikuję się z produktami tej firmy i jestem pewna ich skuteczności, bo dzięki nim syn pokonał alergię i problemy skórne, więc łatwiej jest mi mówić o czymś, do czego jestem w 100% przekonana.

Następnie połączyłam biznes z nauczaniem Zumby. Postanowiłam promować aktywność fizyczną, zachęcać aby kolejne osoby korzystały i dobrze się bawiły – tańcząc. Wiedziałam, że na rynku puławskim mało dzieje się wokół Zumby. Nie było na przykład Zumby Gold dla seniorów i osób niepełnosprawnych. Wtedy postanowiłam sobie, że ja ten rynek ruszę, co wcale nie było łatwe.

- Potrzeba siły, uporów i odwagi... Skąd motywacja do działania?

- Zawsze mogę liczyć na wsparcie rodziny. Poza tym zdałam sobie sprawę, że jeśli chcę coś zrobić i być w tym dobra - muszę zmienić swoje podejście... Czytałam mnóstwo książek i podglądałam innych, bardziej doświadczonych kolegów. Mam szczęście współpracować z najlepszymi osobami w Polsce i czołową światową w branży, więc uczyłam się od mistrzów. To oczywiście nie trwało 5 minut, musiałam się wiele nauczyć i pracować nad sobą. Na szczęście jestem uparta i czasami jak ktoś rzuca mi kłody pod nogi, to tym bardziej dążę do celu. Poza tym nie zrezygnowałam do końca z bycia nauczycielem – uczę teraz biznesu i zdrowego stylu życia, a znajomość języka angielskiego i niemieckiego wykorzystuję do zagranicznych kontaktów. Przy okazji różnych konferencji, imprez, na które jestem zapraszana i biorę czynny udział, podchodzi do mnie wiele pań, które po prostu potrzebują pogadać, usłyszeć jakieś motywujące je słowa. Zdarza się, że przychodzą i nieśmiało pytają: „Jak schudnąć?”, „Od czego zacząć pracę nad sobą?”. Ja też kiedyś byłam w takiej sytuacji, więc je rozumiem i staram się pobudzać do działania.

- Jak pogodzić pasję, aktywność oraz obowiązki domowe?

- Na początku trzeba było trochę przestawić dotychczasowe życie, w zasadzie – odwrócić je do góry nogami. Zaczęłam coraz więcej rzeczy robić dla siebie, pomimo tego, że do tej pory



poświęcałam się dla rodziny – robiąc to z przyjemnością. Synowie zrozumieli nową sytuację i byli już na tyle dumni, że zaczęli być samodzielni, przejęli część obowiązków domowych i równocześnie wiedzieli, że jak będą mnie potrzebować - będę dla nich, bo są dla mnie najważniejsi. Moi rodzice nam pomagają, co jest na wagę złota, bo nie ma lepszej „instytucji” niż ukochana babcia z dziadkiem. Poza tym jest facebook, dzięki któremu pracuję z domu, nawiązuję nowe kontakty biznesowe i mam łączność ze światem. Trzeba tylko to zrozumieć i po prostu odpowiednio poukładać życie rodzinne.



- Czy praca wciąż daje taką samą satysfakcję?

- Uwielbiam moją pracę, to moja pasja! Michał, starszy syn, kiedyś powiedział, że gdybym pracowała w szkole to chodziłabym pewnie cały czas zła, nie byłabym taka uśmiechnięta. Dla moich dzieci stanowią przykład, że kobieta nie jest tylko do pieluch, prania i gotowania. Uczę ich tego, że w domu wszyscy mamy obowiązki. Dodatkowo jestem zadowolona z tego, jak wyglądam. Kiedyś ważyłam 15 kilogramów więcej. Było mi ciężko się ruszyć, wyjść z domu, miałam problemy z ciśnieniem, cerą, nie mówiąc już o kręgosłupie. Teraz dbam o zdrowy tryb życia mojej rodziny i doradzam innym jak się odżywiać, poprawić wygląd włosów, jak uzyskać ładną sylwetkę albo jak wrócić do figury np. sprzed ciąży, ale to przede wszystkim te osoby muszą chcieć.

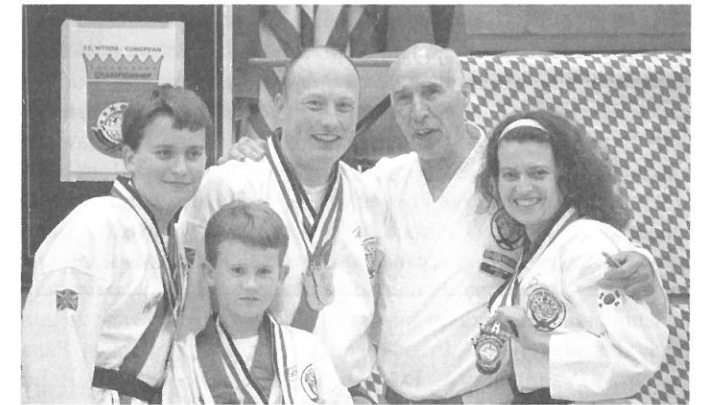
- Sylwetce sprzyja też aktywność fizyczna, którą Pani promuje... Jak zaczęła się przygoda z Zumbą?

- Z Zumbą to trochę przypadek. To było 5 lat temu, byliśmy jeszcze w Wielkiej Brytanii, trochę się zaniedbaliśmy, przestaliśmy uprawiać sport i w momencie, kiedy zaczęłam mieć problemy z kręgosłupem, bardzo poważne, zmobilizowałam siebie i całą rodzinę do aktywności fizycznej. Kiedyś przy okazji imprezy polonijnej, mój starszy syn zachęcił mnie, żebym poszła zobaczyć, bo na drugiej sali tańczą coś fajnego. Okazało się, że były to pokazowe zajęcia Zumby prowadzone przez moją koleżankę. Na początku pomyślałam sobie, że to nie dla mnie i nie na moje siły. Koleżanka poleciła mi Zumbę z seniorami. No tak pomyślałam, ja, ledwo po 30 -tce mam iść na Zumbę z seniorami! Ale to był strzał w dziesiątkę, choć było mi potwornie głupio – ja 30+ a oni nawet 80+ i to bardziej sprawni niż ja. Jednak nie odpuściłam. Muzyka spowodowała, że nogi same chciały tańczyć. Po około 4 miesiącach odzyskałam sprawność. Mój zeszytywniały kręgosłup się rozruszał, a ja zakochałam się w Zumbie i też zapragnęłam zostać instruktorem. Któregoś dnia zdecydowałam, że jadę na kurs, zostawiłam dzieci z mężem i pojechałam, dosłownie było to z dnia na dzień. Jak wróciłam do domu, przeszczęśliwa, że jestem instruktorem, cała rodzina czekała na mnie. Skakali z radości już przed domem, a jak

weszłam czekała na mnie kolacja i pięknie wysprzątnany dom.

- A w międzyczasie – znaczące sukcesy w Tang Soo Do...

- Mąż też chciał coś zrobić dla siebie, a ponieważ więcej czasu wtedy spędzał w domu - postanowił to wykorzystać. Czas spędzany z chłopcami postanowili częściowo przeznaczyć na sport. Namówiłam męża, żeby wybrał coś, co byłoby odpowiednie dla całej trójki. Wybrali zajęcia z Tang Soo Do, koreańskiej sztuki walki. Kiedy oni trenowali – ja ćwiczyłam Zumbę, ale z czasem dołączyłam do chłopaków. Zmieniła się nasza relacja, bo tym razem synowie mnie czegoś uczyli, a nie ja ich. Na początku nie cierpiałam Tang Soo Do, bo to jest zupełnie co innego niż Zumba. Poza tym musiałam zrezygnować z kilku godzin Zumby na rzecz Tang Soo Do i w sumie na swoje zajęcia chodziłam tylko raz w tygodniu. Polubiłam sztuki walki i postawiliśmy sobie wspólny cel, że pojedziemy na mistrzostwa Wielkiej Brytanii. Pomimo mojej niespodziewanej choroby, jako rodzina przywieźliśmy razem 9 medali. Pojawił się kolejny cel – Mistrzostwa Europy, z których było 7 medali. Ten okres był w naszym życiu bardzo ważny, bo robiliśmy coś razem i nawzajem się mobilizowaliśmy. Udowodniłam też sobie, że mam więcej siły niż mi się wydawało, że nie ma rzeczy niemożliwych i jeśli chcę coś w życiu osiągnąć to własnym uporem i pracą mogę tego dokonać.



- Pani postawa potwierdza, że warto iść za głosem serca i rozwijać pasję...

- Moja praca to moja pasja, która polega przede wszystkim na pomaganiu innym – na spełnianiu ich marzeń, na dbaniu o zdrowie, pomocy biznesowej, wspieraniu w samorozwoju oraz dążeniu do osiągnięcia własnego szczęścia. Znajomym powtarzam: **zdobądź się na odwagę i pójdź w przeciwną stronę niż wszyscy**. Ja to robiłam. Wiele osób wtedy mi odradzało, a ja mówiłam, że chcę rozwinąć swoją firmę, bo miałam taki plan i w tym kierunku szłam. Postarałam się o dotację, co wcale nie było łatwe, ale dałam radę. Wiadomo, że są też porażki, ale należy wyciągnąć z nich wnioski i robić swoje. Znaleźć w sobie siłę i moc z kimś porozmawiać, kto nas zmotywuje, spowoduje, że dostrzeżemy światelko w tunelu. Każdy ma takie same możliwości i tyle samo czasu, trzeba tylko niekiedy trochę przeorganizować sobie życie, uwierzyć w siebie i chcieć. Ta siła jest w nas. Jak powiedziała kiedyś mama pani Agnieszki Perepeczko, którą miałam okazję poznać osobiście: „Kobiety mają wielką siłę, wytrzymałość i potencjał, mogą fantastycznie zorganizować swoje życie, ale nie wiedzą o tym, nie są świadome, że mogą wszystko zmienić”.

Wykorzystano materiał przygotowany przez Annę Kubecką na potrzeby portalu „Chwalmy mamy”.

Foto: ze zbiorów prywatnych

Wpływ osadnictwa na rozwój społeczno – gospodarczy wsi na ziemiach parafii końskowskiej (witowsko – wolskiej) w XIII – XIV w.

W XI i XII wieku na ziemi lubelskiej rozszerzały się obszary wzięte pod uprawę, a kurczyły puszcze i nieużytki. W licznych wsiach prowadzono gospodarkę coraz bardziej intensywną. Stary, dwupolowy system uprawy panujący w XI w. , a polegający na pozostawieniu odłogiem połowy roli, wypierała nowa metoda, oparta na podziale uprawnego gruntu na trzy części. Na pierwszym polu rolnicy wysiewali zboża ozime, na drugim zboża jare, a trzecie zostawiano odłogiem dla odpoczynku. Co roku kolejność się zmieniała, tak że każda działka obsiewana była zazwyczaj najpierw oziminą, potem zbożem jarym, wreszcie ugorowała. Ta metoda nie dopuszczała do zbyt dobrego wyjałowienia gruntu.

Od około połowy XII wieku następowo dalsze ulepszenie narzędzi rolniczych, w powszechny użytek weszły pług i brona. Plony zaczęły osiągać, a nawet przekraczać liczbę trzech ziaren z jednego użytego na zasiew. Zwiększona wydajność rolnictwa i wzrost dochodowości gospodarstw wiejskich zachęcały do popierania osadnictwa na niezagospodarowanych jeszcze terenach, których było dużo na wschód od środkowej Wisły. Wiele wskazuje na to, że już od XIII wieku tereny objęte zasięgiem obecnej parafii w Końskowoli należały do możnowładczego rodu Rawiczów. „Jeden z dokumentów przechowywanych w archiwum parafialnym w Końskowoli, odwołując się do tradycji rodowej Konińskich herbu Rawa, informuje o objęciu przez nich własności tych ziem w wyniku nadania księcia krakowskiego Bolesława V Wstydliwego w 1243 r. 25 maja rycerstwo małopolskie wspomaganie przez posiłki węgierskie, pokonało w bitwie pod Suchodołem wojska Konrada Mazowieckiego, w wyniku czego książę Bolesław odzyskał panowanie w dzielnicy krakowskiej. Jest zatem prawdopodobne, że nagrodą za zasługi rodu Rawiczów były nadania ziemskie w ziemi lubelskiej.” Powyższe cytowane zdania pochodzą z artykułu „Przodkowie Konińskich” autorstwa Pana doktora Przemysława Pytlaka, publikowanego w „Echu Końskowoli” (nr 12 /2007). Pan dr Przemysław Pytlak, autor publikacji „Kościół farny w Końskowoli 600 lat historii” , „Tajemnice archiwum parafialnego w Końskowoli: od Konińskich do Piramowicza i Zabłockiego” oraz licznych artykułów publikowanych na łamach „Echa Końskowoli” w latach 2002 – 2015, dzięki pracowitej i wnikliwej kwerendzie, przeprowadzonej w zbiorach archiwalnych i bibliotecznych Krakowa, Lublina oraz archiwum parafialnego w Końskowoli, dał nam wiele wiadomości, niekiedy wcześniej nieznanych, a dotyczących dziejów parafii końskowskiej i samej Końskowoli w okresie od XIII do końca XVIII wieku. Dlatego pragnę wyrazić swoją wdzięczność Panu doktorowi Przemysławowi Pytlakowi, prezesowi Towarzystwa Ochrony Dziedzictwa Kulturowego „Fara Końskowolska” za hojność w dzieleniu się swą wiedzą i umożliwienie korzystania z cennych publikacji jego autorstwa.

Rodowe włości Konińskich, w tym Konin, leżały u stóp klasztoru benedyktynów na Świętym Krzyżu. Po bitwie pod Suchodołem prawdopodobnie jeden z dokumentów księcia Bolesława poświadczal Warszawa z Konina jako właściciela klucza jaroskiego, leżącego nad i za Wisłą, do którego należały oprócz Jaroszyna Włostowice i Witowice. Oddawanie dziesięcin z Witowic do klasztoru na Świętym Krzyżu pozwala na stwierdzenie, że wieś Witowice istniała już w połowie XIII w. i należała do możnego rodu związanego z ziemią sandomierską. Właścicielem Witowic, Witowskiej Woli, Rud, Pożoga, Skowieszyna i Włostowic został Warsz, który na dworze księcia Bolesława pełnił wysokie godności kolejno: kasztelana lubelskiego, wojewody sandomierskiego i najwyższą kasztelana krakowskiego. Wnuk Warsz Krystyn z Ostrowa, chorąży sandomierski, dziadek znanego nam Męciny

z Konina, poległ 27 września 1331 r. w bitwie z Krzyżakami pod Płowcami. Miał on dwóch synów: Krystyna z Ostrowa, założyciela rodu Ostrowskich i Prędotę z Konina, założyciela rodu Konińskich, ojca Męciny z Konina. Prędota z Konina wystawił dokument dla klasztoru na Świętym Krzyżu, dotyczący oddawania dziesięcin z Witowic, Witowskiej Woli i Pożoga. Pan Przemysław Pytlak twierdzi, że Pożóg, Skowieszyn i Włostowice także swe powstanie zawdzięczają Rawiczom.

Wywodzący się od Warsz herbu Rawa Leonard z Gawłowa i Dębion, założyciel rodu Dembińskich, który także poległ w bitwie pod Płowcami w 1331 r. był sam, jak i jego potomkowie, właścicielami Pożoga, Skowieszyna i Włostowic. Możnowładcy, prowadzący akcję osadniczą – kolonizacyjną ścigali do siebie nowych osadników, tzw. gości, w drodze ogłaszania różnych ulg i wolnozi. Przybywającym z daleka kolonistom zmniejszano zwykle i uregulowywano obowiązkowi, jednakże bez prawa dziedziczenia – tak ustalały się pewne ogólne, zwyczajowe normy regulujące prawa i obowiązki rolników. Określamy je obecnie jako tzw. prawo polskie, w odróżnieniu od niemieckiego, które przyszło do Polski z Niemiec w XIII wieku. Ten proces osadnictwa określany jako na tzw. prawie polskim, występował w Polsce już w końcu XII w. jednak upowszechnił się w XIII w.

Pojawienie się prawa polskiego polepszało dołę części chłopstwa. Opuszczając ziemię chłop musiał wywiązać się z zaległych powinności lub dać na swoje miejsce zastępcę, po czym mógł odejść wolno. Sytuacja nowych osadników na prawie polskim była więc o wiele lepsza od położenia z dawną osiadłych mieszkańców. Wśród tych ostatnich liczba swobodnych chłopów, tzw. dziedziców (heredes), szybko topniała. Oprócz powinności w postaci sezonowej robocizny na rzecz pana chłopci musieli oddawać 1/10 plonów, czyli tzw. dziesięcinę – kościółowi. Skarb książęcy również wybierał daniny: w bydło, i w zbożu (tzw. powołowe lub poradne, zwane tak od uprawy ziemi wołami lub radłem). Z dawnych czasów pozostał także obowiązek utrzymywania księcia i jego urzędników w podróży (tzw. stan) oraz dostarczanie środków przewozowych (podwoły). Często dochodziło przy tym do różnych nadużyć, rujnujących gospodarke chłopstwa. Nierzadko okazywało się, że ciężary nałożone na gospodarstwo chłopskie są zbyt wielkie i mimo ciężkiej pracy rodzina nie mogła się na nim utrzymać. Chłop porzucał wówczas dom oraz ziemię i uciekał. Spis prawa ziemskiego z drugiej połowy XIII w. zawiera w związku z tym specjalny artykuł o obowiązkach wydawania chłopów, którzy zbiegli do innej dzielnicy. Wielu chłopów uciekało jednak poza granice kraju. Bulla papieska z 1233 r. wspomina, że ludność służebna książąt polskich, uciskana nadmiernie, ucieka do „Rusinów i Prusów”. Był to bardzo groźne zjawisko, mogło bowiem spowodować wyludnienie kraju. Ręce robotce były wówczas tak cenne, iż panowie innych włości chętnie przyjmowali zbiegów i osadzali ich w swoich dobrach.

Ziemia lubelska, jako niespokojna pograniczna ziemia, narażona na częste obce najazdy nie zachęcała do podejmowania tu inicjatyw osadniczych w szerszym zakresie. Dlatego osadnictwo na prawie polskim zaczęło się rozpowszechniać dopiero od połowy XIII w. do połowy XIV w. tzn. do opanowania przez Kazimierza Wielkiego Rusi Halickiej.

Napisał Zbigniew Sykut

Korzystając z następujących opracowań:

Przemysław Pytlak, *Tajemnice Archiwum Parafialnego w Końskowoli: od Konińskich do Piramowicza i Zabłockiego*, Końskowola 2009.

Przemysław Pytlak, *Przodkowie Konińskich*, „Echo Końskowoli” nr 12 2007

Anna Sochacka, *Przed nadaniem prawa miejskiego. Dzieje Końskowoli*, Lublin 1988.

Maria Bogucka, *Dzieje Polski do 1795 r.*, Warszawa 1964.

Oskar już po przeszczepie!

We wtorek 26 stycznia 2016 r. odbył się przeszczep szpiku, na który z niecierpliwością czekał Oskar Wajzner z Pożoga cierpiący na ostrą białaczkę limfoblastyczną. Droga do pełni zdrowia przed Oskarem coraz krótsza, jednak nadal konieczne będzie specjalistyczne leczenie. Prosimy o wsparcie, w postaci 1 % podatku:

Fundacja Pomocy Dzieciom z Chorobą Nowotworową
ul. Przybyszewskiego 47

Warszawa

KRS: 0000079660

Cel szczegółowy: Oskar Wajzner

Zdrowo przez życie

Witamina C

Coraz więcej osób dookoła nas biegnie gdzieś za czymś, chodzą „podminowana”, podenerwowana, krzyczy na siebie. Czemu na co dzień jesteście zli, skwaśniały? Większość z nas odpowie: „No jak się uśmiechać, skoro mamy tyle powodów do zdenerwowania?” Tyle sytuacji, w których mamy stanąć na wysokości zadania i wykazać się czymś. Ciągłe mamy tyle do zrobienia. Tak niestety wygląda nasza codzienność. Coraz ciężiej jest nam uniknąć sytuacji stresowych. Jak walczyć ze stresem?

W aptekach pojawia się coraz więcej preparatów do walki z depresją, nerwicą, bezsennością, napadami nerwicowymi bólami brzucha, nadciśnieniem, które ma podłoże nerwicowe. Ludzie sięgają po pigułki szukając w nich ratunku, żeby móc np. lepiej skoncentrować się w pracy. Niestety nie bardziej mylnego. Cała grupa chemicznych środków uspokajających, wyciszających jest tak naprawdę środkiem ogłupiającym, przy okazji, zwalnającym proces myślenia.

Warto sięgnąć po naturalny specyfik, jakim jest witamina C. Jest to jeden z najstarszych środków uspokajających. Witamina C to substancja, która zużywa się na bieżąco. My – ludzie nie potrafimy wytworzyć sobie witaminy C. Taką umiejętność mają chociażby psy, które w zależności od potrzeb potrafią wyprodukować sobie tyle witaminy C, ile w danym momencie jest im potrzeba. Człowiek może tym zwierzętom tylko z tego powodu zazdrościć. Skoro jednak to wiemy, to powinniśmy się zachowywać odpowiednio, właściwie żywić i suplementować.

Najwyższe stężenie witaminy C w naszym organizmie występuje w nadnerczach. Dlaczego? W nadnerczach powstaje hormon, który jest odpowiedzialny w naszym organizmie za wszystkie reakcje nerwicowe, za wszystkie reakcje na stres –ADRENALINA. Czy wiecie, że aby wytworzyć jedną cząsteczkę adrenaliny potrzeba jednej cząsteczki witaminy C?

Tak, w sytuacjach stresowych, w czasie, gdy mamy „dużo na



głowie” polecam sięgnięcie po witaminę C, wyłącznie naturalną. Najlepiej z naturalnego źródła.

Witaminę C powinniśmy przyjmować stale w małych dawkach. To tak jakbyśmy byli podłączeni cały czas do kroplówki z witaminą C.

z wykładu dr Marii Kraczk, Kraków, sierpień 2013

Jeśli chciałbyś dowiedzieć się więcej na temat naturalnej witaminy C, skontaktuj się ze mną:

Elżbieta Kwiatkowska Centrum Promocji Zdrowia i Fitnessu
Tel. 503 533 073, kwiatkoe@wp.pl

Trzydzieści lat Ochotniczej Straży Pożarnej w Opoce



Rok 2016 w Ochotniczych Strażach Pożarnych w Polsce jest rokiem zebrani sprawozdawczo – wyborczych. W Gminie Końskowola połowa takich spotkań już za nami.

W sobotę 30 stycznia odbyło się zebranie OSP w Opoce, podczas którego najważniejszym punktem obrad był wybór nowego Zarządu oraz Komisji Rewizyjnej. W tajnym

głosowaniu zdecydowano o znaczących modyfikacjach – wymianie połowy składu Zarządu oraz wszystkich członków Komisji Rewizyjnej. Jednak równie istotne informacje pojawiły się w dyskusji poświęconej sprawom organizacyjnym.

Przewodniczący zebrania druh Krzysztof Sułek przypomniał zgromadzonym, iż w 2015 r. miała miejsce 30-sta rocznica powstania naszej OSP, a w 2016 r. mija 30 lat od utworzenia przy OSP w Opoce orkiestry dętej. Na tak ważną okoliczność dh Henryk Sułek przygotował dla zebranych kilka niespodzianek.

Druh Henryk Sułek przygotował i przedstawił zebranim oficjalnie opracowaną Kronikę OSP w Opoce, od roku 1985 do roku 2015, czyli obejmującą całe trzy dekady jej istnienia. Kronika, w pięknej oprawie, prezentuje ważniejsze wydarzenia z życia OSP i orkiestry, ponadto zamieszczono tu informacje o ważnych wydarzeniach z życia wioski, gminy oraz świata. Kronikę w brudnopisie opracował Henryk Sułek, oprawę komputerową i graficzną wykonała pani Bożena Śmiałowska, natomiast opis 2015 roku sporządził dh Krzysztof Sułek.

Następnie przewodniczący zebrania odczytał Uchwałę Zarządu Gminnego OSP w Końskowoli z dnia 6.01.2016, zgodnie z którą wszystkim członkom OSP w Opoce należącym do straży minimum 5 lat zostały przyznane odznaki „za wysługę lat”. Najniższą odznaką było odznaczenie „za wysługę 5 lat”, a najwyższą: „za wysługę 30 lat” – którą otrzymała połowa druhów OSP Opoka. Najwięcej radości te zaszczytne wyróżnienia sprawiły najmłodszym strażakom, gdyż otrzymali oni tego typu odznaczenie po raz pierwszy, a są to młodzi chłopcy, najmłodszy liczy sobie 19 lat.

Największą niespodzianką tego spotkania Henryk Sułek wyjawiał na zakończenie obrad. Otóż 30 stycznia 1926 r. (prawdopodobnie także w godzinach popołudniowych), przyszedł na świat najstarszy członek OSP Opoka oraz tutejszej orkiestry dętej – pan Aleksander Rodzik. Właśnie w dniu 30.01.2016 r. minęła 90 rocznica jego urodzin. Druh Henryk Sułek nakreślił postać jubilata i wręczył mu urodzinowy upominek.

Śpiewom „dwieście lat” i składaniu życzeń nie było końca. Na tym zakończono ostatni punkt zebrania, po czym druhowie wspólnie zasiedli do kolacji.

Pan Aleksander Rodzik cieszy się doskonałym zdrowiem, co zawdzięcza między innymi codziennym długim spacerom po wiosce, w towarzystwie żony Zofii. Stanowią oni wzór szacunku i miłości małżeńskiej, wciąż trzymają się za ręce jak za młodych lat najbardziej zakochana para. Państwo Rodzikowie pobrali się w 1953 r., a w 2003 obchodzili jubileusz pięćdziesięciolecia pożycia małżeńskiego. Dalszych wspaniałych lat we dwoje w zdrowiu i miłości życzą koledzy strażacy.

Druh Henryk Sułek



STOP OPYSZCZKE

Najpierw czujesz swędzenie i mrowienie, potem pojawia się wypełniony płynem pęcherzyk. Nie dość, że boli, to jeszcze szpeci. Pojawia się zawsze w najmniej odpowiednim momencie. Sama opryszczka nie jest groźna, ale wywołane nią powikłania już tak, dlatego opryszczkę można i trzeba leczyć oraz zapobiegać jej nawrotom. Proszę państwa, oto on - wirus opryszczki!

Przedstawmy naszego antybohatera: nazywa się herpes simplex virus typu 1, w skrócie HSV typ 1, zwie się go też wirusem opryszczki wargowej lub zwykłej. Jest bardzo żywotny – może przeżyć poza ludzkim organizmem wiele godzin, stąd można się nim zarazić nie tylko przez kontakt ze śliną nosiciela, ale też poprzez używanie różnych przedmiotów, których dotykał, czy podniósł do ust (poprzez sztućce i ręcznik także). I jest bardzo zaraźliwy – potrafi się przenosić nawet drogą kropelkową, czyli można go „złapać” nawet przebywając w towarzystwie zakażonej osoby (ale do tego nosiciel musi mieć aktywne wykwity na ustach, a my znacznie osłabioną odporność). Jest też domatorem - jak się raz zagnieżdzi w naszym organizmie, już się go nie pozbedziemy. Według danych statystycznych, wirusa nosi w sobie blisko 80% ludzi na świecie.

Zwykle nie zdajemy sobie sprawy z pierwszego kontaktu z wirusem opryszczki. Ma to zazwyczaj miejsce w dzieciństwie (lekarze szacują, że większość dzieci „łapie go”, zanim skończy pięć lat); ot, pocałował nas ktoś, kto jest jego nosicielem. Albo dał nam „gryza” kanapki, czy łyk napoju ze swojej butelki. Wirus dostał się do organizmu i znalazł sobie schronienie wśród komórek układu nerwowego. Objawów pierwszego zakażenia z reguły brak. Mikrob wcale nie musi atakować od razu – nie spieszy mu się. Na razie tylko wniknął i się „umościł”. Zostanie przecież tutaj na zawsze – a dokładnie, zostawi w naszych komórkach swoje DNA. Poczekaj, aż coś osłabi układ immunologiczny, wtedy wykorzysta swój depozyt i wkroczy do akcji.

U każdego z nas nawroty zakażenia będą mieć inną częstotliwość. U szczęściarzy opryszczka pojawi się raz i więcej nie wróci. U innych będzie występować co kilka lat, czy miesięcy – a w skrajnych przypadkach nawet co kilka tygodni. Wiele kobiet cierpi na nawracające opryszczki przed każdą lub niemal każdą miesiączką, ponieważ z powodu zmian hormonalnych układ immunologiczny nieco gorzej pracuje.

Obcy atakuje, czyli objawy opryszczki

Pojawienie się zmian opryszczkowych poprzedza faza zwiastunów. Może nas pobolewać skóra twarzy na tej połowie, na której pojawi się wirus. Niektórzy skarżą się, że boli ich też oko. Wszyscy natomiast odczuwają swędzenie, pobolewanie i lekkie pieczenie, mówiące, że w tym miejscu niebawem pojawi się opryszczka. Atakuje głównie skórę oraz błony śluzowe w okolicy ust i dziurki nosa.

- Najpierw skóra jest napięta, potem swędzi i piecze.
- Na wardze pojawia się zaczerwienienie, a następnie mała grudka. Wkrótce dochodzi do wysiewu wielu bolesnych pęcherzyków wypełnionych płynem surowiczym.
- Po 6-10 dniach pęcherzyki pękają, tworząc bolesne nadżerki. Ponieważ w płynie surowiczym znajdują się wirusy, możliwość przeniesienia zakażenia (np. do oka, gdy najpierw dotniemy ręką opryszczki, a potem gałki ocznej) i zarażenia innych (np. w czasie pocałunku) jest na tym etapie

największa.

- Po mniej więcej tygodniu nadżerki zaczynają wysychać i goić się, tworząc łatwo pękające strupki. Jeśli zostawimy je w spokoju, odpadną bez śladu. Gdy będziemy zdrapywać strupki, może dojść do bakteryjnego zakażenia, co wydłuży czas leczenia i pozostawia blizny.

Warto pamiętać, że możemy zarażać na każdym etapie infekcji, nawet na etapie gojenia. Dlatego podczas infekcji HSV powinniśmy używać osobnych sztućców, ręcznika czy naczyń i nigdy, przenigdy nie dzielić się swoją pomadką do ust. **Bardzo, ale to bardzo ostrożnie powinny być tu przysłać mamy.** Położnicy bardzo nie lubią opryszczki! Wirus może powodować poważne wady płodu, jeśli przyszła mama przejdzie tzw. pierwotne zakażenie wirusem, czyli opryszczka pojawi się w ciąży po raz pierwszy. Jeśli nigdy wcześniej nie miałyśmy opryszczkowych wykwitów, w ciąży szerokim łukiem omijajmy każdego, kto je ma.

Jak zwalczyć opryszczkę?

Czy zareagujemy na pojawienie się opryszczki, czy nie, zakażenie samo ustąpi, bo organizm w końcu zareaguje. Warto jednak, zamiast czekać na ozdrowienie, reagować już od pierwszych chwil – to skróci czas choroby i zminimalizuje ryzyko powikłań, bo w miejscu, w którym często się pojawia opryszczka, może dojść do trwałego bliznowacenia. Pomoże też ustom szybko wrócić do ładnego wyglądu, a to ważne, ponieważ jedna czwarta z nas sądzi, że opryszczka wygląda na tyle nieestetycznie, że w czasie infekcji unika spotkań towarzyskich.

Co więc możemy zrobić?

Jak tylko poczujemy, że warga swędzi i piecze, natychmiast posmarujemy to miejsce maścią na bazie acyklowiru lub denotywiru, albo najprościej zgłoszycie się do nas!

W naszej przychodni można ją usunąć za pomocą lasera diodowego. Laserowe leczenie opryszczki polega na naświetleniu jej silnym światłem lasera o odpowiedniej częstotliwości, które niemal natychmiast uśmierza ból. Po takim zabiegu, opryszczka znika w przeciągu 2-3 dni, a w czasie kiedy powstały strupek się goi, nie odczuwa się już żadnych dolegliwości związanych z opryszczką. Jeżeli zgłosisz się do nas przy pierwszych objawach, to widoczne zmiany na ustach wcale się nie pojawiają. Głównymi zaletami stosowania lasera diodowego w zakażeniach HSV są: odkażanie zmian, hemostaza, redukcja prawdopodobieństwa wystąpienia nawrotów infekcji, przyspieszenie gojenia oraz brak bliznowacenia pozabiegowego.

Ponadto zabiegi laserowe znacząco redukują częstotliwość nawrotów zmian, skracają czas gojenia wykwitów, zmniejszają dolegliwości bólowe. Pacjenci bardzo dobrze akceptują tę nieinwazyjną i bezbolesną metodę leczenia w związku z szybką i wyraźnie dostrzegalną poprawą, oraz eliminacją poczucia dyskomfortu.

Jeśli chcesz uniknąć dużego dyskomfortu i nieestetycznego wyglądu, zapraszamy do nas!

Agnieszka Próchniak
Pielęgniarka, Higienistka Stomatologiczna
www.profamilymed.pl

PRO FAMILY
MED

WIEŚCI ZE SZKOLNEJ ŁAWY

Zespół Placówek Oświatowych w Pożogu

Poranny „szok”

W kalendarzu świąt dzisiejszy dzień ma wpisana sentencję Paula Scherera odzwierciedlającą rozpoczęte godziny w naszej szkole: „Jedynym sposobem, by pomnożyć szczęście jest dzielić się nim”.



Pierwsza godzina była pełna humoru i czarodziejskich sztuczek. To wszystko za sprawą cyrku, który nas odwiedził. Możliwość zaangażowania się w asystowanie przy sztuczkach, poskramianie węża oraz spróbowanie swoich sił na scenie cyrkowej dostarczyło ogromnej ilości pozytywnych emocji. Sala na której odbywało się show zapełniona była po brzegi. Na zaproszenie przybyli również rodzice, których zaangażowanie w życie szkoły zawsze sprawia nam dodatkową radość. Duża dawka dobrego humoru otrzymana na początku dnia towarzyszyć będą mam jeszcze przez dłuuuuuuuuuuuugi czas.

Agnieszka Was

Święto dziadków w przedszkolu w Pożogu

W styczniu każdego roku w przedszkolu obchodzimy



DZIEŃ BABCI I DZIADKA – jest to dzień bardzo świąteczny, w którym zapraszamy wszystkich dziadków i babcie do przedszkola. Przygotowując uroczystość wykorzystujemy wiele piosenek, wierszy, inscenizacji związanych tematycznie. Przede wszystkim wnuczeta prezentują swoje umiejętności i zdolności.

Babcie i dziadkowie są ważnymi członkami każdej rodziny, a więź z wnukami jest szczególna. Dzieci w wieku przed-

szkolnym są żywym przekazem stosunków społecznych panujących w rodzinie. Często bawiąc się w dom, przyjmują rolę babć i dziadków. Podczas zajęć dydaktycznych opowiadają o troskach i radościach swoich babć i dziadków.

Poniżej przedstawiamy fragmenty wypowiedzi dzieci 5 – letnich z naszego przedszkola. Proszę zauważyć, że są pełne uczuć, miłości, zachwytu i szacunku do swoich najbliższych.

Pytanie 1: Kto to jest babcia?

JULCIA: To starsza osoba. Taki starszy człowiek, ale nie zawsze, czasem i młodszy.

LENKA: To mama mojej mamy i mama mojego taty.

DOMINIKA: Babcia ma okulary, a nawet dwie pary. Lubi bawić się z wnukami, bo ich bardzo kocha, a one ją kochają.

ALA: Babcia to taka pani, która lubi się malować i maluje sobie usta. Ja też tak będę robić.

Pytanie 2: Kto to jest dziadek?

IGOR: Dziadek to przystojny gość, nosi krawat i ciemne ubranie.

KUBA: Dziadek to mężczyzna, czasem ma siwe włosy, może być gruby albo chudy.

HUBERT: Dziadek ma rower i dobrze na nim jeździ.

SZYMON: Ma zmarszczki które zrobiły mu się od starości, ale jest ładny jak się wystroi do kościoła.

VERONIKA: Dziadek to taki ktoś, kto lubi słuchać jak ja mówię. A na święcie babci i dziadka, to był taki dziadek, który płakał jak dzieci mówiły wierszyki.

Pytanie 3: Za co kochacie swoich dziadków?

MAGDA: Za wszystko.

JULCIA: Za to, że ze mną się bawią.

MIKOŁAJ: Kocham dziadka, bo dziadek ma traktor z przyczepą.

ALA: Dziadek mój ma kłujące wąsy, ale ja go kocham i takiego.

MALWINKA: Kocham babcie, bo umie gotować pyszności a dziadziunia, że jest taki mądry i naprawia moje zabawki.

EMILKA: Za to, że babcie kupują mi bluzki.

MACIEK: Za to, że ma dobre serce dla mnie i mojej rodziny.

PIOTREK: Za to że kupuje mi różne rzeczy i niektóre słodczy.

JULKA: Kocham dziadków za to, że zostają ze mną w domu, gdy rodzice gdzie wychodzą.

PATRYK: Mój dziadzius gra w orkiestrze i kiedyś mnie nauczył grać i za to go kocham.

MAJA: Wszystkich ich kochamy mocno i kropka.

Trzy proste pytania, a ile ciekawych odpowiedzi. W dowód wdzięczności za miłość, ciepło i troskę - dzieci własnoręcznie przygotowały upominki dla babć i dziadków a były to: serduszką w ramce, kwiatki w różku oraz różowe okulary na całe życie.

Uroczystość zakończyła się poczęstunkiem słodko – owocowym.

Dzieci i nauczyciele z przedszkola w Pożogu

Powiedział nam Bartek, że dziś tłusty czwartek, myśmy uwierzyli pączków nasmażyli!

Mówi jeno z przysłów ułożonych na tę okazję. Jest to ostatni czwartek przed Wielkim Postem. Tego dnia smażono specjalne ciasto: pączki i faworki. W tłusty czwartek nie wypada nie zjeść pączków. Tym bardziej, że według staropolskiej tradycji ten, kto pogardził pączkiem szczęście szerokim łukiem go omijać będzie. Więc lepiej nie odmawiać sobie tych paru kalorii, a nóż szczęście urośnie nam wraz z ilością zjedzonych pączków.



Kultywując zwyczaj tłustego czwartku nauczyciele z przedszkola zorganizowali przedszkolakom teatrzyk pt „Pączki i faworki u babci Honorki”. Dzieci zobaczyły jaką niespodziankę przygotowała babcia wnuczce, pieskowi i młynarzowi. Dla naszych wychowanków w tym szczególnym dniu były także pyszne pączki. Wszystkie dzieci z uśmiechem zjadły się mięciutkimi pączkami. Jest to przysmak, który smakuje chyba wszystkim na świecie, o czym świadczą pamiątkowe zdjęcia. W tym dniu w naszym przedszkolu było radośnie, wesoło i słodko.

FOTO: ze zbiorów szkolnych

Kącik gimnazjalisty

OGÓLNOPOLSKI KONKURS WIEDZY MEDYCZNEJ

18 listopada 2015 r. w gimnazjum w Końskowoli odbył się ogólnopolski konkurs „Meditest”, zorganizowany przez Ogólnopolskie Centrum Edukacji. Uczniowie biorący w nim udział mogli sprawdzić swoją wiedzę na temat budowy i funkcjonowania organizmu. Celem konkursu było także promowanie wśród uczniów zdrowego trybu życia oraz nauka postępowania w nagłych wypadkach. Naszą szkołę reprezentowało dziesięć uczennic: Monika Basaj, Ewelina Chabros, Aleksandra Kaldunek, Magdalena Kowalik, Aleksandra Matraszek, Anna Pustelnik, Aleksandra Rodzik, Anna Sykut, Paulina Uzdowska oraz Karolina Zadura. Organizatorem konkursu była w naszej szkole pani Joanna Kopińska, a w styczniu poinformowano nas o wynikach rywalizacji i przysłano dyplomy. Najwięcej punktów zdobyły Anna Pustelnik i Aleksandra Rodzik. Natomiast w innym ogólnopolskim konkursie XXIV edycji zdrowia uczennica kl. III b Eliza Przychodzeń zajęła IV miejsce. Wszystkim gratulujemy!

Karolina Zadura kl. III a

GALA WOLONTARIUSZA W LUBLINIE

W sobotę 9.01.2016 r. odbyła się III Gala Wolontariusza połączona z ogłoszeniem wyboru Wolontariusza Roku 2015. Wolontariusze z Archidiecezji Lubelskiej zgromadzili się w siedzibie Caritas w Lublinie. Nasze Szkolne Koło reprezentowały cztery uczennice: Magda Usarek, Klaudia Chojać, Zosia



Nagrodzone wolontariuszki: M. Usarek (z lewej) oraz laureatka A. Struzik

Lewtak i Agnieszka Struzik z opiekunką szkolnego koła panią Anią Kaczmarską.

Uroczystość miała podobny przebieg, jak w ubiegłym roku - rozpoczęła się od Mszy Świętej, którą celebrowali księża dyrektorzy. Podczas nabożeństwa ksiądz opowiedział nam legendę o czterech królach, informując, że tym czwartym królem jesteśmy my, wolontariusze, a opiekunowie SKC są gwiazdami wskazującymi drogę. Po Mszy Świętej, Asia Skólimowska -



Wolontariusz Roku 2015

Agnieszka Struzik

koordynatorka, dokonała oficjalnego otwarcia gali i przedstawiła program. Jego pierwszym punktem były zajęcia w grupach z liderami. Miały trochę inny przebieg niż w roku poprzednim. Tym razem głównym celem spotkania było lepsze poznanie się, wymiana doświadczeń z naszej pracy. O ustalonej godzinie ponownie zebraliśmy się w auli i wysłuchaliśmy ciekawej konferencji przygotowanej przez gościa specjalnego ojca Michała Murzyna. Głównym tematem wykładu było miłosierdzie i różne jego oblicza. Ojciec Michał powiedział, że wolontariusze postrzegani są jako anioły czyniące dobro oraz niosące nadzieję i miłość. To był naprawdę ciekawy i wzruszający wykład, taka duchowa strawa, która zmusza do przemyśleń i zagrzewa do działania. Następnie zostaliśmy zaproszeni na pyszny obiad, a po nim ponownie zebraliśmy się w auli, gdyż kolejnym punktem programu była prezentacja inicjatyw przygotowanych przez nowych liderów w ramach projektu „Kuźnia Liderów”. Poznaliśmy dokonania grup: „Uwrażliwiająki”, „Podejmij wyzwanie”, „Wygarnij to.” Następnie zostały ogłoszone wyniki konkursu „Wolontariusz Roku” i „Mam tę moc.” Był to dla nas bardzo radosny moment, gdyż podobnie jak w ubiegłym roku nasi wolontariusze zostali docenieni. Magda Usarek została nagrodzona wyróżnieniem, a ja otrzymałam z rąk dyrektora Caritas dyplom i statuetkę Wolontariusza Roku 2015 Archidiecezji Lubelskiej, a tym samym tytuł Wolontariusza Roku. To wyróżnienie stanowi ogromny sukces i docenienie pracy wszystkich członków SKC.

W tym miejscu, my wolontariusze, dziękujemy naszej opiekunce, pani Ani Kaczmarskiej za to, że umie dostrzec w nas pokłady dobra i zachęca do jego czynienia. Osobiście bardzo dziękuję pani Kaczmarskiej za zgłoszenie mnie do konkursu oraz za to, że dostrzegła i doceniła moje starania. Tytuł Wolontariusza przyniósł mi dużo radości. A spotkanie z Wolontariuszami w centrali Caritas każe mi pokorniej spojrzeć na siebie i jeszcze lepiej pracować, aby być godną otrzymanego wyróżnienia.

Agnieszka Struzik kl. III a

SPOTKANIE LITERACKIE „Z BZÓW I JAŚMINÓW”

18 stycznia o 17:00 w Młodzieżowym Domu Kultury (tzw. MDK-u) przy ulicy Sieroszewskiego w Puławach miało miejsce



spotkanie z poetą i znakomitym rzeźbiarzem ludowym - Zbigniewem Kozakiem wywodzącym się z Sielc. Pan Kozak otrzymał w 2015 roku brązowy medal „Zasłużony Kulturze Gloria Artis”, a to wielkie wyróżnienie dla artysty. W 2013 Gminny Ośrodek Kultury w Końskowoli wydał jego tomik dla dzieci „Myszki, mrówki, wiewiórki i inne bajdurki” i wydaje mi się, że tylko dlatego usłyszałam o twórczości naszego rodzimego poety. Jest on bardzo skromny i nie chwali się swoim talentem. Powstał pomysł zaprezentowania wierszy pana Kozaka w oryginalny sposób, mianowicie chcieliśmy po prostu odczytać te piękne teksty. Utwory dotyczyły wspomnień z dzieciństwa na wsi, opowiadały o cudownym czasie bez troski i soczystych owocach z sadu jedzonych na ławce przy płocie razem z dziadkiem. Utwory zinterpretowali uczestnicy zajęć w MDK-u z grupy „Gdańska 4” oraz gościnnie my - uczniowie Gimnazjum w Końskowoli, przy pięknym akompaniamentcie skrzypiec. Niektóre teksty prezentował sam autor. Wiersze zostały zaprezentowane w bardzo ciekawy sposób, ponieważ po przeczytaniu każdego z nich, recytator wrzucał kartkę z tekstem do starej, metalowej balii. Wiersze, które tam się znalazły zostały przez nas zalane wodą z wiader. Było to tak zwane symboliczne pranie wspomnień. Na koniec pan Zbigniew postawił na wodzie wystruganą przez siebie łódkę. Całe przedstawienie odbyło się w wiejskim klimacie, wykorzystano w nim pokaz rodzimych fotografii z przerwami muzycznymi w wykonaniu młodej wokalistki Ady Winieckiej. Uważam, że promowanie w ten sposób twórczości rodzimych poetów to znakomity pomysł, bo oni w pełni na to zasługują.

Aleksandra Matraszek kl. III a

ZAWODY W PING - PONGA

20 stycznia bieżącego roku w Zespole Szkół im. Zygmunta Chmielewskiego w Nałęczowie odbyły się zawody w tenisa stołowego. W rozgrywkach brali udział zawodnicy z gimnazjów



Trener Grzegorz Kozak z uczniami

w Żyrzynie, Klementowicach, Końskowoli, Kazimierza Dolnego oraz dwóch gimnazjów puławskich - nr 4 (popularna „Dziewiątka”) i nr 2 (popularna „Piątka”) Naszą szkołę reprezentowali: Hubert Wójcik, Mateusz Murat i Michał Adasik. Turniej rozgrywany był na ośmiu stołach (każda grupa miała po cztery stoły na zmagania). Każdy mecz rozgrywany był do dwóch wygranych setów, które liczyły po jedenaście punktów każdy. Wszystkie pojedynki rozpoczynały się w zmaganiach jeden na jednego. Chodziło o to, aby każda drużyna rozegrała

trzy mecze, dwa w pojedynkę i jeden w debla. Gdy każda osoba z jednej drużyny wygrała jeden na jednego z osobą przeciwnego składu dostawała punkt. Można było uzyskać dwa punkty w starciach „solo”. Trzeci, a zarazem ostatni, punkt dostawało się w pojedynku dwóch na dwóch, inaczej mówiąc debla. Naszych dwóch przedstawicieli, a dokładnie Mateusz Murat i Michał Adasik, w zmaganiach pojedynczych nie dali szans rywalom. Obaj gładko wygrali dwa do zera w setach. Podobnie było w deblu, nie dali nadziei rywalom. Bardziej wymagającym przeciwnikiem okazało się Gimnazjum z Żyrzyna. Mimo tego po ciężkich zmaganiach nasi przedstawiciele okazali się lepsi. Po dwóch meczach przeszliśmy do półfinału, trafiając na drużynę z Gimnazjum z Klementowic. Nawet Ci przeciwnicy nie potrafili zatrzymać naszej drużyny w walce o finał. W ostatecznym starciu o puchar powiatu Puławskiego, spotkaliśmy się z drużyną z Kazimierza Dolnego, która bezapelacyjnie prezentowała najwyższy poziom gry. Pomimo wielkich starań nasza drużyna nie była w stanie pokonać faworytów. Ostatecznie zajęliśmy II miejsce przed reprezentacją z Żyrzyna, Klementowicami i gimnazjami z Puław. Zdaniem trenera Grzegorza Kozaka to bardzo wysokie i zaszczytne miejsce. Nasza drużyna wróciła zadowolona z wyników.

Hubert Wójcik kl. III c

SZKOLNE JASEŁKA 2016

29.01.2016 r. grupa uczniów klas I a i II a z Gimnazjum w Końskowoli wystąpiła przed liczną publicznością w Gminnym Ośrodku Kultury. Uczniowie występowali dwa razy. Każde zostało nagrodzone licznymi brawami, naprawdę zasłużonymi. Aktorzy bowiem codziennie przychodzili na próby, by wszystko poszło jak najlepiej. Przedstawienie to pomogło nam lepiej się poznać się i zaprzyjaźnić. Na próbach było bardzo wesoło i nie zabrakło też licznych żartów, choć trzeba było też ciężko pracować, by osiągnąć taki efekt, jaki można było zobaczyć właśnie na premierze spektaklu.

Jasełka przygotowywano pod czujnym okiem nauczycieli:



Pani Iwony Stefanek, pani Elżbiety Owczarz, ksiądz Emila Szurmy oraz pana Pawła Pytlaka. Toteż dzięki ich pracy można było obserwować taki efekt.

Przedstawienie miało ukryty morał. Mówiło ono o Józefie i jego żonie Maryi szukających miejsca w naszych domach, co stanowiło świetne połączenie między współczesnością, a tradycyjnym akcentem.

W I scenie był pokazany obraz skłóconych rodziców i dziecka, które boleśnie tego doświadczą. Józef nie znalazł tam schronienia. Druga scena pokazywała chłopca, który znów spędzał święta samotnie, ponieważ jego rodzice wyszli gdzieś, lub pojechali do pracy. W tym miejscu znów odmówiono

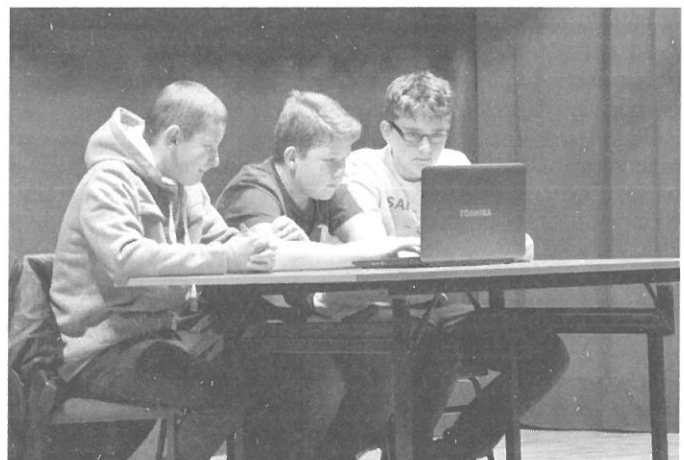
pomocy Maryi i Józefowi. Trzecia scena mówiła o samolubnej kobiecie, która myślała głównie o swoich potrzebach, przez co pokłóciła się ze swoją sąsiadką. W czwartej scenie dowiadujemy się o mężu i żonie, których dzieci wyjechały do Anglii, pozostawiając w Polsce rodziców. Tam też Józefa i Maryi nie przyjęto. Kolejna scena ukazywała dom, perfekcyjnej pani domu. Gospodyni nie wyobrażała sobie, że coś mogłoby popsuć ową perfekcję, więc i ona wyprosiła wędrowców ze swego domu i wysłała ich do hotelu, by nie zakłócili spokoju porządnym ludziom.

Przedostatnia scena ukazywała obraz bezdomnych. Nie mieli oni nawet domu, ale nie przeszkodziło im to w udzieleniu pomocy podróżnym. Przyjęli oni ich najlepiej, jak tylko umieli.

Ostatnia scena pokazuje moment, kiedy wszyscy aktorzy z różnych scen, już odmienieni, dzięki Dzieciątku przychodzą, by złożyć Mu dary. Jakże wymownym komentarzem do pokazanych scen był powtarzający się jak refren muzyczny motyw: „Nie było miejsca dla Ciebie...” wygrywany na skrzypcach przez uczennicę kl. III a oraz kolędy w wykonaniu szkolnego zespołu.

Wszystko to skłania do refleksji nad naszym postępowaniem i zachowaniem. Czy gdyby strudzeni wędrowcy zapukali do naszych drzwi w wigilijny wieczór, otworzylibyśmy je z radością?

Renia Zdun kl. I a



Jasełka zwracały uwagę na wady społeczeństwa. Ukazywały nam, iż niektórzy ludzie są niedobrzy nawet w święta. Część bohaterów budziła moją sympatię, gdyż w przeciwności do poprzednio wymienionych, umieli dobrze spędzać ten wyjątkowy czas w roku. Mimo tak głębokiego przesłania, spektakl miał też elementy śmieszne. Uważam, że gra aktorska była dobra. Jednak najbardziej podobała mi się muzyka. Śpiew i gra na skrzypcach dodawały jasełkom uroku.

Myślę, że było to świetne przedstawienie. Spektakl dawał dużo do myślenia. Skłaniał do refleksji nad sobą, swoim życiem i naszym zachowaniem. Chciałabym zobaczyć takich więcej.

Anita Drzazga kl. I c
FOTO ze zbiorów szkolnych

Od 4 stycznia 2016 r. na terenie powiatu puławskiego działa pięć punktów nieodpłatnej pomocy prawnej. Jeden z nich mieści się w Gminnym Ośrodku Kultury w Końskowoli, na parterze budynku i jest czynny we wtorki oraz piątki w godz. 8.00 – 13.00.

Szczegółowe informacje znajdują Państwo na www.gok.konskowola.pl

Sport

Turnieje o Puchar Dyrektora GOK

W dniu 3 stycznia 2016 r. w Zespole Szkół w Końskowoli odbył się Turniej Piłki Siatkowej Mężczyzn o Puchar Dyrektora GOK. Startowały cztery zespoły, a mecze były bardzo zacięte i wyrównane. O zwycięstwo w zawodach decydowały niewielkie różnice punktów. W turnieju zwyciężył zespół „Cisy” Nałęczów, przed drużynami z Warki, Chelma oraz „Powiślakiem” Końskowola. Rozgrywkom towarzyszyła znakomita sportowa atmosfera.

W dniu 5 stycznia 2016 r. odbył się Turniej Piłki Koszykowej Mężczyzn o Puchar Dyrektora GOK. Uczestniczyły w nim dwa zespoły Absolwentów Gimnazjum, dwie drużyny uczniów naszego gimnazjum oraz reprezentanci Puław. Mecze były bardzo zacięte. Dzięki takim turniejom gimnazjaliści zdobywają niezbędne doświadczenie. Turniej zakończył się zwycięstwem drużyny z Puław.

Wojciech Krasieński

Klasyfikacja końcowa GP Puław w tenisie stołowym za 2015 rok

Podajemy wyniki klasyfikacji końcowej Grand Prix Puław w tenisie stołowym za 2015.

W kategorii 20 – 39 lat pierwsze miejsce zajmuje Emil Matraszek, mieszkający w Końskowoli, z liczbą punktów 141,5. Jacek Kępka z Rud uplasował się na czwartej pozycji, z wynikiem 80,5 pkt, natomiast Piotr Matraszek, brat Piotra, zajął siódme miejsce za sprawą zdobytych 48,5 pkt. Zawodnicy trenują w klubie MKS Puławy.

W gronie zawodników 55 lat i starsi Leszek Matraszek z Końskowoli zajmuje piątą pozycję, z wynikiem 75,5 pkt.

W kategorii open liderem 2015 jest Emil Matraszek z wynikiem 147 punktów, Jacek Kępka zajmuje 22 miejsce (38,5 pkt), a Piotr Matraszek osiągnął 31 pozycję (20 pkt).

W deblu J. Kępka i R. Poświatowski uplasowali się na 4 miejscu (91 pkt), natomiast bracia Emil i Piotr Matraszek zajęli piąte miejsce z wynikiem 73,5 punktów.

KLASYFIKACJA KOŃCOWA – TURNIEJ FINŁOWY

20-39 LAT: 1. Piotr Matraszek, 2. Piotr Bocian, 3. Mariusz Dydo, Emil Matraszek (wszyscy MKS MOW Puławy), 5. Jacek Kępka (Rudy).

40-55 LAT: 1. Radosław Poświatowski (Puławy), 2. Krzysztof Grabowski (Piotrawin), 3. Krzysztof Moszczyński (Skoki), 4. Zbigniew Chojnacki (Puławy), 5-6. Dariusz Smaga (Opole Lub.), Zbigniew Ciołek (Wojciechówka), 7-8. Sylwester Jasiocha (Topspin Kurów), Leszek Bigaj (Lublin).

56 LAT I STARSI: 1. Bogdan Grzybek (Chodel), 2. Waldemar Pańczyk (Puławy), 3. Marek Płachta (Kozienice), 4. Tadeusz Berliński (Puławy), 5. Leszek Matraszek (Końskowola), 6. Stanisław Kowalczyk (Puławy).

OPEN: 1. Radosław Poświatowski (Puławy), 2. Leszek Bigaj (Lublin), 3. Emil Matraszek (MKS MOW Puławy), 4. Krzysztof Grabowski (Piotrawin), 5-6. Piotr Bocian (MKS MOW), Zbigniew Ciołek (Wojciechówka), 7-8. Jakub Grabowski (Piotrawin), Mariusz Dydo (MKS MOW), 9-12. Krzysztof Moszczyński (Skoki), Kacper Woźniak (Opole Lub.), Bogdan Grzybek Chodel, Dariusz Smaga (Opole Lub.), 13-16. Piotr Mitruczuk (MKS MOW), Sylwester Jasiocha, Kacper Pękala (obaj Topspin Kurów), Jacek Kępka (Rudy).

DEBEL:

1. Emil Matraszek i Piotr Matraszek, 2. Mariusz Dydo i Piotr Mitruczuk, 3. Bogdan Grzybek i Dariusz Smaga, 4. Zbigniew Chojnacki i Waldemar Pańczyk, 5-6. Sylwester Jasiocha i Tomasz Ciurkowski, Piotr Bocian i Krzysztof Moszczyński, 7-8. Radosław Poświatowski i Jacek Kępka, Krzysztof Grabowski i Jakub Grabowski.

Sport

Powiślak wygrał turniej halowy o Puchar Wójta Gminy Stężycza i Prezesa LKS Mazowsze Stężycza rozgrywany w Stężycy. Jest to drugie zwycięstwo z rzędu w tym turnieju po ubiegłorocznej wygranej. Nasi zawodnicy okazali się najlepsi wygrywając wszystkie cztery mecze - 2:1 ze Zwolenianką Zwoleń, 3:1 z Mazowszem II Stężycza, 3:2 z Polesiem Kock, 6:1 z Mazowszem Stężycza. Najlepszym zawodnikiem turnieju został Kamil Przychodzień. W barwach Powiślaka zagrał m.in. wracający z wypożyczenia z Orłów Kazimierz Dolny Sławomir Radzikowski.

Skład Powiślaka
Michał Bicki – Kamil Leszczyński, Rafał Giziński, Sławomir Radzikowski, Dawid Osojca, Mateusz Kamola, Damian Kopeć, Maciej Pięta, Rafał Banaszek, Kamil Przychodzień, Michał Chwyszczuk

Wyniki wszystkich spotkań

Mazowsze II Stężycza – Polesie Kock 0:5

Powiślak Końskowola – Zwolenianka Zwoleń 2:1

Polesie Kock – Mazowsze I Stężycza 2:1

Powiślak Końskowola – Mazowsze II Stężycza 3:1

Zwolenianka Zwoleń – Mazowsze I Stężycza 2:3

Polesie Kock – Powiślak Końskowola 2:3

Zwolenianka Zwoleń – Mazowsze II Stężycza 4:2

Powiślak Końskowola – Mazowsze I Stężycza 6:1

Polesie Kock – Zwolenianka Zwoleń 2:3

Mazowsze I Stężycza – Mazowsze II Stężycza 7:2

Klasyfikacja końcowa turnieju

1. Powiślak Końskowola

2. Polesie Kock

3. Zwolenianka Zwoleń

4. Mazowsze I Stężycza

5. Mazowsze II Stężycza

Pierwszy sparing Powiślaka rozgrywany przed rozpoczęciem rundy wiosennej IV ligi zakończył się zwycięstwem. Do przerwy utrzymywał się bezbramkowy remis, w drugiej połowie wynik spotkania otworzył Rafał Giziński. Rywale zdołali doprowadzić do wyrównania, ale ostateczny cios w 83. minucie zadał Mateusz Kamola i mecz zakończył się zwycięstwem Powiślaka 2:1. Trener Robert Makarewicz w tym spotkaniu sprawdzał umiejętności jednego zawodnika testowanego oraz junióra, Karola Kwiatka.

Skład Powiślaka
Michał Bicki - Adam Mróz, zawodnik testowany, Kamil Leszczyński - Karol Niećko, Artur Sułek, Jarosław Grykałowski, Karol Kwiatek, Maciej Pięta - Adam Aina, Sławomir Radzikowski
Grali ponadto: Andrzej Wójcik, Damian Kopeć, Mateusz Kamola, Dawid Osojca, Michał Chwyszczuk, Kamil Przychodzień, Sebastian Dziosa

30 stycznia 2015, 19:00 - Miętne

Powiślak Końskowola - Wilga Garwolin 2:1 (0:0)

Rafał Giziński 66, Mateusz Kamola 83 - Mateusz Małkiewicz ?

Kolejnym meczem przygotowującym drużynę do rundy wiosennej IV ligi była potyczka z TOP 54 Biała Podlaska. Spotkanie zostało rozegrane na boisku z trawiastą nawierzchnią w Garbowie, co rzadko się zdarza o tej porze roku. Pomimo przewagi Powiślaka w pierwszej odsłonie meczu, do przerwy bramki nie padły. W drugiej połowie lepiej na boisku radzili sobie rywale, ale to nasi

piłkarze objęli prowadzenie. W 64. minucie Łukasz Giza został faulowany w polu karnym, a jedenastkę na bramkę zamienił Sławomir Radzikowski. Do końca spotkania wynik nie zmienił się i Powiślak wygrał swój drugi sparing.

Skład Powiślaka
Andrzej Wójcik (46' Michał Bicki) - Dawid Osojca (70' Nikodem Wojdaszka), Mateusz Antoniak (46' Adam Mróz), Kamil Leszczyński (46' Rafał Burczaniuk) - Artur Sułek (46' Maciej Pięta), Michał Chwyszczuk (46' Karol Niećko), Rafał Banaszek (46' Sławomir Radzikowski), Kamil Przychodzień (46' Szymon Kowalczyk), Rafał Giziński (46' Jarosław Grykałowski) - Adam Aina (46' Łukasz Giza), Damian Kopeć (46' Mateusz Kamola)

6 lutego 2016, 12:00 - Garbów

Powiślak Końskowola - TOP 54 Biała Podlaska 1:0 (0:0)

Sławomir Radzikowski 64

Zarząd K.S. „Powiślak” w Końskowoli uprzejmie zawiadamia, że mecze rundy „WIOSNA-2016” IV LIGI sezonu 2015/2016, w których Nasz Klub jest gospodarzem, odbędą się na boisku przy ul. Żyrzyńskiej w Końskowoli w następujących terminach:

13 marca 2016 /niedziela/ godz. 14:30

KS POWIŚLAK – VICTORIA ŻMUDŹ

20 marca 2016 /niedziela/ godz. 14:30

KS POWIŚLAK – ORLETA ŁUKÓW

03 kwietnia 2016 /niedziela/ godz. 14:30

KS POWIŚLAK – KRYSZTAŁ WERBKOWICE

17 kwietnia 2016/niedziela/ godz. 14:30

KS POWIŚLAK – ORION NIEDRZWICA

30 kwietnia 2016 /sobota/ godz. 16:00

KS POWIŚLAK – GRANICA DOROHUSK

08 maja 2016 /niedziela/ godz. 14:30

KS POWIŚLAK – GÓRNIK II ŁĘCZNA

21 maja 2016 /sobota/ godz. 16:00

KS POWIŚLAK – PODLASIE BIAŁA PODLASKA

05 czerwca 2016 /niedziela/ godz. 17:00

KS POWIŚLAK – JANOWIANKA JANÓW LUBELSKI

ZAPROSZENIE NA PREZENTACJĘ DRUŻYN POWIŚLAKA

Wszystkich kibiców zapraszamy na trzecią w historii prezentację wszystkich drużyn Powiślaka przed rundą wiosenną sezonu 2015/2016. Prezentacja odbędzie się 3 marca o godzinie 17.00 na hali w Końskowoli. Przed publicznością zaprezentują się zawodnicy z drużyny młodzików, trampkarzy, juniorów i seniorów.

Tomasz Owczarz

Biblioteka proponuje

Kamil Janicki – Żelazne damy – Dobrawa wie, że jej przyszły mąż Mieszko to zatwardziały poganin i masowy morderca. Nie ma wyjścia. Dla dobra swojego rodu wyrusza do dzikiego kraju Piastów. Oda musi opuścić klasztor, by zostać żoną słowiańskiego barbarzyńcy, odpowiedzialnego za śmierć jej bliskich i przyjaciół. W Poznaniu czeka ją wyłącznie pogarda. A jednak to ona zbuduje podwaliny polskiego imperium. Emnilda jest panią życia i śmierci swoich poddanych. By Europa utonąła w morzu krwi wystarczy jej jedno słowo. Dla korzyści własnej i swojego syna nie zawaha się go wypowiedzieć. Przyszło im żyć w czasach, gdy panowało tylko jedno prawo – prawo silniejszego. Przybyły do kraju rządzonego przez brutalnych władców, których całym życiem były podbój i mord. Stały u ich boku, a gdy nadeszła odpowiednia chwila, same sięgnęły po ster polityki. Dla dobra rodu, swoich dzieci i dla władzy nie wahały się użyć trucizny czy sztyletu. Przekupstwo, podstęp, nawet własne ciało – każdy sposób był dobry, jeśli pozwalał im realizować zamierzone cele. Polskie władczyni. Żelazne damy...

Jean Sasson – Wybór Jasminy – Czasem życie wymaga od nas odwagi ponad nasze siły. Jasmina to nie postać literacka. Wszystko, co zostało opisane w tej książce, wydarzyło się naprawdę, a los głównej bohaterki współdzieliły setki innych kobiet. Piękna, inteligentna, wykształcona. Była dumną Libanką, kochała wolność, ale zawsze pozostawała wierna tradycji muzułmańskiej, w której ją wychowano. Miała 23 lata, a nigdy nawet nie pocałowała mężczyzny. Tego dnia znalazła się w niewłaściwym miejscu i czasie. Została porwana przez irackich żołnierzy i uwięziona w ciemnej celi, wraz z kilkunastoma innymi niewolnicami. Jasmina wiedziała, że aby odzyskać wolność, sama musi o nią zawalczyć. Oprawca zapanował nad jej ciałem, ale nie nad myślami i duszą! Jedyną bronią, jaką jej pozostała, była oszałamiająca uroda i kobiecy spryt, dlatego – niczym Szeherazada – rozpoczęła niebezpieczną grę. Postanowiła go w sobie rozkocharć.

Philip Somaya Gowda – Ukochany syn – Anil przyszedł na świat w zamożnej rodzinie z rolniczych rejonów Indii. Wszyscy oczekują, że jako najstarszy, ukochany syn przejmie po ojcu rolę głowy klanu oraz lokalnego sędziego, mądrze i z wyczuciem rozstrzygającego spory mieszkańców wioski. Anil dokonuje jednak innych wyborów. Jako pierwszy w swojej rodzinie skończy studia i zostanie lekarzem, pierwszy opuści też Indie, by pracować za oceanem. Tysiące kilometrów od rodzinnej wioski rozpoczyna nowe życie w pełnym pokus Dallas, poznaje smak alkoholu i miłości, odkrywa również mroczne strony swojej przybranej ojczyzny i na własnej skórze przekonuje się, ile niebezpiecznych sprzeczności ona skrywa. Praca w obleganym przez najbiedniejszych mieszkańców miasta szpitalu jest wyczerpująca i nie szczędzi mu rozczarowań, mimo to Anil nie zamierza się poddawać, zdecydowany w tym właśnie miejscu na świecie zbudować swoją przyszłość. Tymczasem w Indiach przyjaciółka Anila z dzieciństwa Leena wychodzi za mąż i opuszcza ukochany dom, by zamieszkać z nową rodziną. Wkrótce pozna smak okrucieństwa i przekona się, że marzenie o miłości równie silnej jak ta, która połączyła jej rodziców, może na zawsze pozostać niespełnione. Złe dzieje się również w życiu Anila. Dramatyczne wydarzenie stawia pod znakiem zapytania jego wartość jako lekarza i przyjaciela. Nawet jego szczęśliwy dotychczas związek zaczyna się psuć. Podczas letniej wizyty w rodzinnej wiosce Anil odnawia znajomość z Leoną, która zdaje się go rozumieć lepiej niż ktokolwiek inny. Na drodze ich miłości stanie jednak pewna fatalna w skutkach decyzja sprzed lat. Dwoje młodych ludzi będzie musiało wybierać pomiędzy wolnością a obowiązkiem, lojalnością a prawdziwym uczuciem.

Czy wyglądam jak Gioconda? - Dzień Kobiet w GOK

Zapraszamy na wernisaż wystawy fotografii, we wtorek **8 marca 2016 r. o godz. 17.30.**

Mottem wystawy, poświęconej paniom, będą słowa „Czy wyglądam jak Gioconda?”. Być może znajdziemy godną następczynię Mona Lisy... Zapraszamy

Teresa Orłowska



Materiały do „Echa”

Uprzejmie proszę o dostarczenie materiałów do marcowego numeru „Echa Końskowoli” do **3 marca 2016 r.** Można je przekazać osobiście w GOK-u, przesłać na **adres e-mail: gok_brzozowska@wp.pl** lub skontaktować się telefonicznie z redakcją pod numerem tel. 81 881 62 69 lub **796 850 518**. Reakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść publikowanych reklam.

Bardzo serdecznie zachęcam do współpracy. Jednocześnie pragnę podziękować osobom, które przekazują materiały do „Echa Końskowoli” oraz informują redakcję o ważnych i ciekawych wydarzeniach z terenu gminy.

Agnieszka Brzozowska

Z żałobnej karty

Rubryka oparta na informacjach od Czytelników

| | |
|-------------------------------|---------------------|
| Przydatek Czesław (80) | Końskowola |
| Próchniak Marian (82) | Końskowola |
| Ciotucha Cecylia (87) | Chrzążów |
| Maj Edward (56) | Sielce |
| Kęsik Stanisław (81) | Požóg Nowy |
| Kuna Marek (54) | Wola Osińska |
| Kopińska Anna (97) | Nowy Pożóg |
| Sadkowska Janina (90) | Wola Osińska |
| Suszek Zygmunt (59) | Stary Pożóg |
| Sykut Zofia (82) | Końskowola |

WYDAWCA: GMINNY OŚRODEK KULTURY

Redakcja:

Agnieszka Brzozowska (redaktor naczelna),

Monika Dudzińska, Teresa Dymek, Elżbieta Urbanek

Zdjęcia: Teresa Orłowska

Stali współpracownicy:

Agnieszka Franczak-Pac, Jan Białowąs, Zbigniew Sykut, Beata Kowalik

Tomasz Owczarż, Maria Rodak, Piotr Bicki, Dorota Chył

ks. Konrad Pilat, Iwona Stochmal, Mirosława Baca.

Kontakt:

Gminny Ośrodek Kultury, 24-130 Końskowola,

ul. Lubelska 93, tel. 81-88-162-69.

e-mail: gok_brzozowska@wp.pl, gok_konskowola@post.pl

www.gok.konskowola.pl

Skład i druk:

Drukarnia ELKO w Końskowoli

Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania

tekstów, adiacji materiałów i zmiany tytułów.

foto. Teresa Orłowska



Młodzi artyści zaprezentowali swoje prace art. str 11



foto. ze zbiorów szkolnych



Więści ze szkolnej ławy - ZPO Pożóg art. str. 17-18





FOSFORY
GRUPA PUŁAWY

To nie cud to amofoska



amofoska 4-16-18
NAWÓZ WE
500 kg
masa netto

Autoryzowany dystrybutor



Radwan
sprzedaż nawozów

Przedsiębiorstwo Handlowe Sprzedaż Artykułów do Produkcji Rolnej Ryszard Radwan
Młynki 37 A, 24-130 Końskowola
tel. 81 8816 515, fax 81 8892 158
p.h.ryszard.radwan@wp.pl
www.phradwan.pl

amofoska 4-16-18

www.fosfory.pl

Japońskie inspiracje i wspomnienia...

foto.Lucjan Kurowski



Festyn w Japonii



Tradycyjny strój



Ogród bambusowy Saiho-ji



Ogrody przy zespole świątyni buddyzmu Zeen (Ryoan-ji) Kioto



Gejzery



Bonzaje



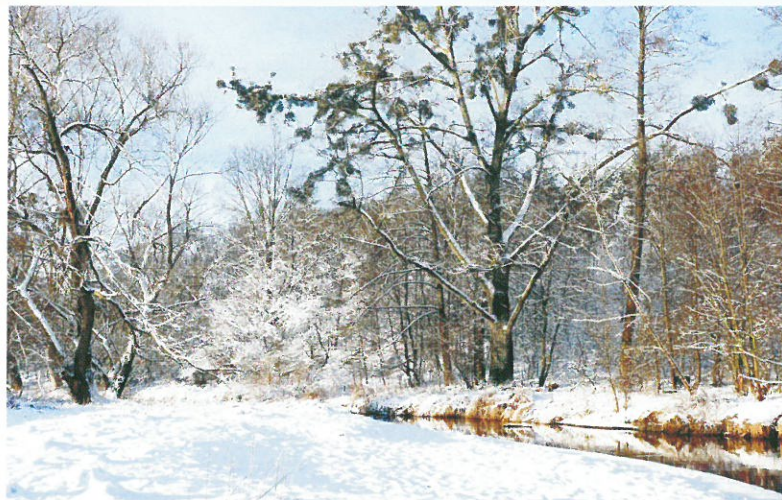
Niwaki

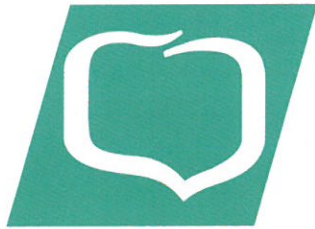


Zielona ściana — Osaca

Końskowola w zimowej szacie

foto.T. Orłowska





Bank Spółdzielczy

w Końskowoli

Grupa BPS

„DOBRY KREDYT”

na spełnienie marzeń Twoich i Twojej rodziny

• już od

5,60%

w stosunku rocznym

- na dogodnych warunkach
- bez opłaty przygotowawczej

„Reprezentatywny przykład: Kwota kredytu 5 000,00 zł.; zmienna stopa oprocentowania dla kredytu udzielonego na 12 miesięcy 5,60% w stosunku rocznym, zmienna. Na całkowity koszt kredytu składa się prowizja w wysokości 2% od kwoty kredytu tj. 100,00 zł. odsetki za cały okres kredytowania tj. za 12 miesięcy w wysokości 166,19 zł. Zakładając, że w okresie kredytowania tj. 12 miesiącach kredyt będzie spłacany w ratach kapitałowo-odsetkowych malejących w terminach miesięcznych; 1 rata 424 zł. a kolejne 11 rat po 416 zł.– Rzeczywista Roczna Stopa Oprocentowania wyniesie: RRSO = 9,481%”



Grupa BPS

Banki Spółdzielcze i Bank BPS