



# ECHO KOŃSKOWOLI

PISMO SPOŁECZNO - KULTURALNE



NR 3 (241)

MARZEC 2015 ROK

ISSN 1426-0042

CENA 2,00 zł

JEST TYLKO JEDNA DRÓGA DO SZCZĘŚCIA. PRZESTAĆ MARTWIĆ SIĘ RZECZAMI,  
NA KTÓRE NIE MASZ WPŁYWU.

*EPIKLET*



W numerze:



Z wizytą w piekarni w Kraczewicach

Ferie zimowe 2015 art. str. 14 – 15

Lasio Companija spotkał się z młodzieżą w GOK Końskowola



Wernisaż fotografii w GOK Końskowola

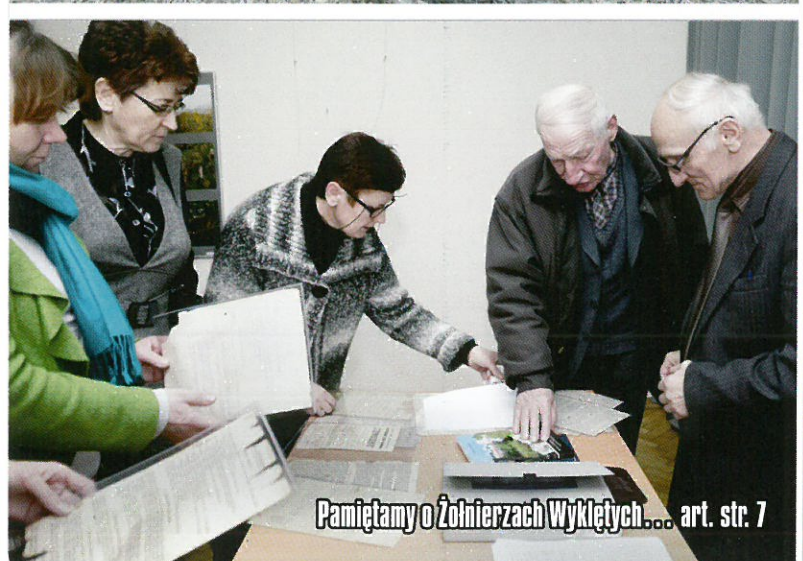
Dzień Kobiet 2015 art. str. 10 – 11



Integracyjnie w Opoce



Sesja foto dla szczęśliwców art. str. 8



Pamiętamy o Żołnierzach Wyklętych... art. str. 7

**Z OKAZJI NADCHODZĄCYCH ŚWIĄT WIELKANOCNYCH MIESZKAŃCOM I SYMPATYKOM GMINY KOŃSKOWOLA ŻYCZYMY ZDROWIA, SPOKOJU I POGODY DUCHA. NIECH BĘDZIE TO CZAS ODPOCZYNKU I REFLEKSJI, A ZMARTWYCHWSTAŁY CHRYSZTUS OBDARZY PAŃSTWA WSZELKIMI ŁASKAMI.**

**WÓJT STANISŁAW GOŁĘBIOWSKI PRZEWODNICZĄCY RADY GMINY MIROŚLAW PUSTELNIK**



INFRASTRUKTURA I ŚRODOWISKO  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



UNIA EUROPEJSKA

Projekt współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Funduszu Spójności w ramach Programu Operacyjnego Infrastruktura i Środowisko 2007-2013

Gmina Końskowola w ramach konkursu przeprowadzonego przez Narodowy Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej uzyskała dotację z Programu Operacyjnego Infrastruktura i Środowisko 2007-2013 w ramach działania 9.3. Termomodernizacja obiektów użyteczności publicznej – plany gospodarki niskoemisyjnej na realizację projektu pn.: „Opracowanie Planu Gospodarki Niskoemisyjnej dla Gminy Końskowola”.

Gmina Końskowola mając na uwadze konieczność stałego polepszania warunków życia mieszkańców przystąpiła do opracowania dokumentu strategicznego pod nazwą „Opracowanie Planu Gospodarki Niskoemisyjnej dla Gminy Końskowola”. Realizacja projektu umożliwi aktualną ocenę stanu powietrza w Gminie Końskowola. Dodatkowo analizie zostanie poddana gospodarka energetyczna Gminy. Dokument nakreśli działania w zakresie ograniczenia emisji, poprawy efektywności gospodarki oraz zwiększenia ilości energii z odnawialnych źródeł. Realizacja projektu obejmie swoim zakresem również stworzenie bazy danych inwentaryzacji CO<sub>2</sub>, niezbędne szkolenia dla pracowników oraz promocję projektu.

Koncepcja tworzenia i realizacji Planów Gospodarki niskoemisyjnej wynika z polityki klimatycznej Unii Europejskiej i międzynarodowych zobowiązań Polski do redukcji emisji gazów cieplarnianych określonych przez ratyfikowany Protokół z Kioto ustalony na forum Ramowej Konwencji Narodów Zjednoczonych ds. Zmian Klimatu.

„Gospodarka niskoemisyjna” (ang. low emission economy) oznacza gospodarkę charakteryzującą się przede wszystkim oddzieleniem wzrostu emisji gazów cieplarnianych od wzrostu gospodarczego, głównie poprzez ograniczenie wykorzystania paliw kopalnych. Gospodarka niskoemisyjna opiera się przede wszystkim na efektywności energetycznej, wykorzystaniu odnawialnych źródeł energii i zastosowaniu technologii ograniczających emisję.

Zakres merytoryczny PGN obejmuje m.in. konieczność zbilansowania bieżących emisji zanieczyszczeń powietrza dla wszystkich grup odbiorców (użytkowników) energii i paliw z obszaru Gminy. Z drugiej zaś strony niezbędne jest oszacowanie przyszłego poziomu zanieczyszczeń powietrza z uwzględnieniem istniejących planów rozwojowych wszystkich sektorów działających lub planujących działanie na przedmiotowym terenie.

Efektom końcowym Planu Gospodarki Niskoemisyjnej będzie zestaw działań nakierowanych bezpośrednio i pośrednio na redukcję emisji gazów cieplarnianych, a także instrumentów, które wspomogą wszystkich uczestników realizacji Programu w przechodzeniu na gospodarkę niskoemisyjną.

**RADA SOŁECKA 2015-2019**

SKŁAD RADY SOŁECKIEJ SOŁTYS

Chrzążów	1. Agnieszka Kozak 2. Krzysztof Duda 3. Sylwester Bartuzi	Marta Skruszeniec
Chrzążówek	1. Agnieszka Mrozek 2. Katarzyna Skruszeniec 3. Józef Pajurek 4. Elżbieta Kozak	Jadwiga Józwicka
Końskowola	1. Janusz Sadurski 2. Barbara Domańska-Urlich 3. Helena Bisek 4. Mariola Chrust	Ewa Gruza
Las Stocki	1. Józef Czerniak 2. Sylwia Banaszek 3. Kazimierz Wrótniak	Małgorzata Kozak
Młynki	1. Roman Frel 2. Agata Baranowska 3. Andrzej Dębski	Tomasz Pioterczak
Opoka	1. Irena Filipowska 2. Andrzej Kopiński 3. Adam Radomski	Bolesław Rodzoń
Stary Pożóg	1. Janusz Izdebski 2. Grzegorz Kozieł 3. Karol Cwikła	Czesława Rusek
Nowy Pożóg	1. Danuta Ołdakowska 2. Tomasz Dzięgiel 3. Stanisław Bartuzi	Waldemar Kopiński
Pulki	1. Ewa Kopińska 2. Anna Przychodzeń 3. Teresa Pękala	Joanna Rusek
Rudy	1. Krystyna Pajóra 2. Jacek Kępka 3. Adam Szczepanik	Marzena Ciszewska
Sielce	1. Roman Wielgo 2. Maria Kędzióra 3. Bogumiła Kozak	Anna Wiejak
Skowieszyn	1. Jarosław Szymański 2. Zdzisław Filiks 3. Maria Sikora 4. Jacek Capała 5. Grzegorz Granat	Leszek Murat
Stara Wieś	1. Tomasz Cwikła 2. Mariusz Pękala 3. Teresa Jędrak 4. Sylwia Skwarek 5. Stanisław Skwarek	Henryk Adamczyk
Stok	1. Grzegorz Spasówka 2. Maryla Tuźnik 3. Czesław Furdal 4. Iwona Lisowska 5. Józef Nowak	Kazimierz Sykuła
Witowice	1. Hanna Przygodzka 2. Ewa Dzięgiel 3. Elżbieta Kopińska	Iwona Wiejak
Wronów	1. Jarosław Lipnicki 2. Mirosław Stałęga 3. Krzysztof Lipnicki 4. Zbigniew Sikora	Bolesław Matraszek



## Oplaty za gospodarowanie odpadami komunalnymi

Podczas V Sesji Rady Gminy Końskowola, dnia 18 lutego 2015 r., podjęto uchwały w sprawie wyboru metody ustalenia opłaty za gospodarowanie odpadami komunalnymi oraz ustalenia wysokości tej opłaty za pojemnik.

Dla nieruchomości, na których zamieszkują mieszkańcy dokonano wyboru metody ustalenia opłaty za gospodarowanie odpadami komunalnymi, zgodnie z którą obowiązuje stawka od gospodarstwa domowego, zróżnicowana w zależności od liczby mieszkańców zamieszkujących nieruchomość.

Ustalono następujące stawki opłaty za gospodarowanie odpadami komunalnymi:

**Jeżeli są one zbierane i odbierane w sposób selektywny:**

- w wysokości 16 zł miesięcznie od gospodarstwa domowego jednoosobowego
- w wysokości 22 zł miesięcznie od gospodarstwa domowego dwuosobowego
- w wysokości 28 zł miesięcznie od gospodarstwa domowego liczącego trzy lub więcej osób

**Jeżeli odpady komunalne nie są zbierane i odbierane w sposób selektywny opłata wynosi 60 zł miesięcznie, bez względu na liczbę mieszkańców zamieszkujących daną nieruchomość.**

Dla nieruchomości, na których nie zamieszkują mieszkańcy, a powstają odpady komunalne, wysokość opłaty jest uzależniona od pojemności pojemnika. W przypadku odpadów gromadzonych i odbieranych w sposób selektywny: pojemnik o pojemności 240 l – 28 zł miesięcznie; pojemnik o pojemności 1 100 l – 104 zł miesięcznie. Jeżeli w tym przypadku odpady nie będą segregowane, miesięczne opłaty wyniosą odpowiednio – 60 zł (pojemnik 240 l) oraz 240 zł (pojemnik 1 100 l).

Dla nieruchomości, na których znajdują się domki letniskowe, lub innych nieruchomości wykorzystywanych na cele rekreacyjno – wypoczynkowe, wykorzystywanych jedynie przez część roku, ustalono ryczałtową stawkę opłaty za gospodarowanie odpadami komunalnymi w wysokości: 102 zł, jeżeli odpady komunalne są zbierane i odbierane w sposób selektywny oraz 218 zł w przypadku odpadów niesegregowanych.

Opłatę za gospodarowanie odpadami komunalnymi powstałymi na nieruchomościach zamieszkałych oraz na nieruchomościach, na których nie zamieszkują mieszkańcy, a powstają odpady komunalne, należy uiszczać miesięcznie, z góry, w terminie do 15 dnia każdego miesiąca, którego dotyczy obowiązek ponoszenia opłaty.

Ponadto podczas V Sesji Rady Gminy Końskowola ustalono wzór deklaracji o wysokości opłaty za gospodarowanie odpadami komunalnymi, którą właściciel winien złożyć w terminie 14 dni od dnia zamieszkania pierwszego mieszkańca na danej nieruchomości lub powstania na danej nieruchomości odpadów komunalnych. Deklarację można złożyć osobiście w siedzibie UG lub przesłać za pomocą środków komunikacji elektronicznej według warunków i trybu określonego odpowiednią uchwałą.

**Taryfy dla zbiorowego zaopatrzenia w wodę i odprowadzania ścieków**

Do dnia 30 czerwca 2015 r. przedłużono czas obowiązywania dotychczasowych taryf dla zbiorowego zaopatrzenia w wodę i zbiorowego odprowadzania ścieków dla poszczególnych grup odbiorców usług (obowiązujących od dnia 1 kwietnia 2014 r. do 31 marca 2015 r.)

## INFORMACJA

Urząd Gminy Końskowola informuje że usługę odbioru odpadów komunalnych z nieruchomości zamieszkałych, oraz z nieruchomości niezamieszkałych, na których powstają odpady komunalne świadczy firma:

**ZAKŁAD USŁUG KOMUNALNYCH Sp. z o.o. w Puławach,  
24-100 Puławy ul. Dęblińska 2  
tel. (081) 886-87-68, e-mail: info@zuk.pulawy.pl**

Zmieszane odpady komunalne oraz pozostałości z sortowania odpadów komunalnych przeznaczonych do składowania z terenu Gminy Końskowola są przekazywane do Zakładu Unieszkodliwiania Odpadów Komunalnych przy ulicy Dęblińskiej 96, 24-100 Puławy.

Odpady zielone (ulegające biodegradacji) przekazywane są do kompostowni przy ul. Komunalnej w Puławach.

Informacja o osiągniętych poziomach recyklingu w 2014 roku	2014 rok
poziom ograniczenia masy odpadów komunalnych ulegających biodegradacji przekazywanych do składowania	43,24%
poziom recyklingu, przygotowania do ponownego użycia i odzysku innymi metodami:	
-papieru, metali, tworzyw sztucznych i szkła	37,09%
-innych niż niebezpieczne odpadów budowlanych i rozbiórkowych	53,31%

**Punkty selektywnego zbierania odpadów komunalnych:**

- PSZOK w Końskowoli, ul. Pożowska 2a, prowadzony przez Gminę Końskowola, czynny w soboty w godzinach 12:00 do 16:00.
- Pojemniki do selektywnej zbiórki odpadów tzw. „dzwonki” rozstawione w:
  - Młynki 63A (Remiza OSP)
  - Chrzążów 116A (Remiza OSP)
  - LODR w Końskowoli, ul. Pożowska 8

Właścicielem pojemników jest Gmina Końskowola

**Podmioty zbierające zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny:**

ZAKŁAD USŁUG KOMUNALNYCH Sp. z o.o. w Puławach,  
24-100 Puławy ul. Dęblińska 2  
tel. (081) 886-87-68, e-mail: info@zuk.pulawy.pl

Zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny jest odbierany w PSZOK w Końskowoli przy ul. Pożowskiej 2a, w soboty w godzinach 12:00 do 16:00.

## Walne Zgromadzenie TODK „Fara Końskowolska”, 21-22 marca 2015 r.

Szanowni Państwo. W grudniu ubiegłego roku minęło 10 lat od zarejestrowania naszego Stowarzyszenia. Z tego powodu, nadchodzące Walne Zgromadzenie będzie miało szczególny charakter.

W sobotę 21 marca 2015 r. o godzinie 16.00 w sali widowiskowej Gminnego Ośrodka Kultury w Końskowoli, rozpocznie się Walne Zgromadzenie, które uświetnione zostanie referatami, dotyczącymi najnowszych odkryć archeologicznych przy kościele farnym w Końskowoli, które wygłosi Pan Krzysztof Janus z Politechniki Lubelskiej oraz Pan Rafał Niedźwiadek z firmy Archee. Dodatkowo, członkom Stowarzyszenia przekazane zostaną informacje o nowych ustaleniach, dotyczących historii Końskowoli. Po zakończeniu formalnych obrad zaprosimy wszystkich na urodzinowy tort i lampkę szampana.

W niedzielę 22 marca 2015 r. o godzinie 9.00 zostanie odprawiona msza święta w intencji żyjących i zmarłych członków Stowarzyszenia. O godzinie 10.00 w Gminnym Ośrodku Kultury w Końskowoli odbędzie się, pod honorowym patronatem Starosty Puławskiego Pana Witolda Popiołka, Finał VII Powiatowego Konkursu „Zabytki Końskowoli i ich historia”. Finałowi towarzyszyć będzie przedstawienie pt. „Scenki z życia dawnej Końskowoli” w wykonaniu uczniów z klasy Vb i VIb ze Szkoły Podstawowej w Końskowoli. Obchody 10 rocznicy powstania Stowarzyszenia zakończy występ Zespołu Pieśni i Tańca „Powiśle”.

*Serdecznie zapraszamy!  
Zarząd TODK „Fara Końskowolska”*

## Klasyka cieszy się powodzeniem w Końskowoli



W dniach 21-22 lutego 2015. r liczna grupa mieszkańców i sympatyków Gminy Końskowola wybrała się do Teatru im. Jana Kochanowskiego w Radomiu na spektakl „Skrzypek na dachu”. Klasyka musicalu, pogodna i ciepła opowieść o życiu, codziennych dylematach, przemijaniu – trafiła w gusta odbiorców.

Główny bohater sztuki, Żyd Tewie (Witold Szule) to biedny mleczarz kochający swoją rodzinę: żonę oraz pięć córek. Mimo ciężkiej pracy, kultywowaniu tradycji oraz pobożnemu życiu – jego plany na przyszłość okazują się być nieużyteczne, a spokojny żywot zostaje przerwany przez bieg historii oraz... niepokorne charaktery córek. Mądry mężczyzna koleje losu pokonuje z optymizmem, godnością i odwagą, w czym wspiera go roztropna żona (Izabela Brejtkop). Sztuka pełna humoru i mądrości, zapewnia widzom znakomitą rozrywkę oraz niezmiennie wartościowe refleksje.

W wyjeździe uczestniczyły łącznie 143 osoby, które korzystały ze wspólnego transportu autokarami, a także grupa zapewniająca sobie dojazd we własnym zakresie. Niezmiernie cieszy powodzenie wyjazdów do teatru, serdecznie zapraszamy na kolejne (informacje są zamieszczone na www.gok.konskowola.pl).

*Agnieszka Brzozowska  
Foto ze zbiorów teatru*

## Chrzążów – wspólne działania integrują i cieszą

W sobotę 14 lutego 2015 r. Koło Gospodyń Wiejskich w Chrzążowie zorganizowało dla mieszkańców naszej wsi imprezę walentynkową w remizie OSP. Myślą przewodnią spotkania była integracja i dobra zabawa, wszyscy bawili się znakomicie. Piękne dekoracje walentynkowe oraz strona kulinarna przedsięwzięcia, stanowiły głównie zasługę pań z KGW, ale w przygotowaniu zaangażowali się również inni uczestnicy imprezy, w tym strażacy OSP w Chrzążowie – udostępniając lokal i ponosząc koszty energii elektrycznej oraz gazu.

Strażówka w Chrzążowie jest własnością OSP, dlatego wszelkie remonty wykonujemy we własnym zakresie, wspólnymi siłami. Angażują się członkinie KGW, druhowie OSP, jak również wszyscy mieszkańcy wsi – wspierający finansowo i pomagający w różnych pracach remontowych. W ostatnim czasie sfinalizowaliśmy wymianę drzwi w remizie, zakupiliśmy płytki na korytarz oraz nową kuchenkę gazowo – elektryczną.

Często słyszy się narzekania, że współczesne pokolenia nie angażują się w życie społeczne wsi. My przełamujemy ten stereotyp, mieszkańcy Chrzążowa pokazują że jest inaczej. Jesteśmy otwarci na różne wyzwania i dużo dajemy z siebie na rzecz innych. Nasze Koło Gospodyń Wiejskich chętnie uczestniczy i podejmuje wszelkie przedsięwzięcia, integrujemy lokalną społeczność poprzez wspólne organizowanie zabaw, spotkań, a także prace porządkowe na naszym terenie. Społeczność Chrzążowa wspiera różne ciekawe inicjatywy, akcje charytatywne – które wraz z potrzebą przeprowadzamy także sami, z imponującymi efektami. Staramy się nie pozostawiać mieszkańców będących w trudnych sytuacjach życiowych samym sobie.

Od dawna Chrzążów jest bardzo zaangażowany w różnorodne inicjatywy społeczne, poczynając od budowy remizy OSP, szkoły, kaplicy. W dalszym ciągu ta działalność jest kontynuowana, na różnych płaszczyznach życia społecznego – co niezmiernie cieszy, daje zapał do wspólnej pracy i pokazuje pozytywne postawy mieszkańców naszej wsi.

*Soltys Chrzążowa  
Marta Skruszeniec*

*Drodzy Czytelnicy  
„Echa Końskowoli”*

*Niech radość Wielkanocy napelni  
Państwa serca nadzieją, wiarą,  
miłością i obfitością. Task od  
Zmarłychwstałego Chrystusa.  
Zdrowych, pogodnych Świąt  
Wielkanocnych życzy*

*Redakcja*

**Bank Spółdzielczy**  
w Końskowoli Grupa BPS

*Z okazji zbliżających się świąt Wielkanocnych,  
wielu głębokich i radosnych przeżyć, wewnętrznej spokoju,  
wytrwałości i radości oraz samych szczęśliwych  
i serdecznych dni*

*życzą  
Rada Nadzorcza, Zarząd  
i Pracownicy  
Banku Spółdzielczego*





## Nie chcę umierać lub zostać kaleką za króla czekolady



Takie słowa usłyszałem przy powitaniu Polaka z Ukrainy. Do Polski wjechał na „Kartę Polaka,” za co chwali Ojczyznę przodków, że się zdobyła na takie ugodognienia dla Rodaków, żyjących poza jej granicami. Ukrainę opuścił, kiedy była branka na wojnę. Pozostawił wygodne mieszkanie i żonę z 15-letnią córką. Pan D. w wieku 48 lat prowadzi tułaczę życie w Polsce, z dorywczą pracą. Znosi wszelkie niewygody i niedostatki, gdyż pragnie przetrwać okres toczącej się wojny na Ukrainie. Gdyby nie uciekł to musiałby przyjąć kartę mobilizacyjną i byłby natychmiast skierowany na front, ponieważ odbył służbę wojskową jeszcze za władzy radzieckiej, potrafi więc walczyć bronią. Mobilizacja obejmuje mężczyzn od 18 do 60 lat. Ostatnio prasa podaje, że w razie potrzeby zmobilizowane zostaną także kobiety, w wieku od 25 do 50 lat.

Królem czekolady zwany jest Prezydent Ukrainy Petro Poroszenko, oligarcha, który rządząc, odradza UPA. To, że z Ukrainy wyjeżdżają - bo nie chcą iść na wojnę - Polacy, Cyganie czy Żydzi można zrozumieć, ale najczęściej uciekają młodzi Ukraińcy, którzy pragną uniknąć służby wojskowej, a więc walki z separatystami. Pan D. opowiada, że ma brata w Doniecku i wielu przyjaciół, więc sumienie nie pozwoliłoby mu strzelać do nich. Takich poborowych, którzy podlegają mobilizacji na zachodniej Ukrainie i uciekają, jest wielu. To jest wojna domowa, która niesie mieszkańcom dramaty w całej Ukrainie. Dlatego często dochodzi do dezercji z szeregów wojska. WTVP usłyszałem, że około 60% podlegających planowemu poborowi, unika służby wojskowej. W olbrzymiej części społeczeństwa występuje antywojenna atmosfera. Jawnie buntują się matki młodych chłopców, którzy dostają wezwania i bardzo szybko przerzucani są na front. Takie działania władz rodzą brak motywacji do prowadzonej wojny, powodują brak gotowości do ponoszenia ofiar. Tym samym u przeważającej części żołnierzy nie widać woli do walki z istniejącym wrogiem. Większość Ukraińców jest zawiedziona wynikami rewolucji na Majdanie, gdyż straty terytorialne już się dokonały. Młodzi ludzie nie chcą ginąć za tych, którzy zgromadzili olbrzymie majątki, czyli za oligarchów. Bogaci nie idą na wojnę, mogą się wykupić. Pozostali uciekają nie tylko do Polski, ale także Słowacji, Rumunii, na Węgry a nawet do Rosji. Uciekają, gdzie się tylko udają.

Pucz kijowski (ok. 20 tys. nacjonalistów) spowodował przejście władzy nad całą Ukrainą, która liczy ok. 60 milionów ludności. Wschodnia Ukraina nie tylko nie poparła puczu, ale ostro sprzeciwiła się poczynaniom nowej władzy. Mając poparcie Putina, szczególnie po aneksji Krymu. Rosyjsko języczni Ukraińcy, sprzeciwili się zachodnim nacjonalistom, którzy pokazali chore pragnienia dominacji, posiadania i rządzenia. Świadczy o tym pierwszy dekret nowego parlamentu, o nauczaniu młodzieży tylko języka ukraińskiego. Ichociaż dekret nie wszedł w życie, to wzbudził opór i spowodował zjednoczenie przeciwników kijowskiego puczu. Separatyści - bo tak się ich nazywa - mają motywację walki z nową władzą. Walczą na swojej ziemi z batalionami neobanderowskimi, którzy wśród mieszkańców Donbasu - jak pisze jeden z publicystów - wywołują strach i wstręt, jak kiedyś hitlerowcy. A popełniając zbrodnie przez ochotnicze majdańskie sotnie, spotęgowały nienawiść do zachodnich Ukraińców. Przecież spalanie żywcem w Odessie ponad setki przeciwników kijowskiej władzy nigdy tam nie będzie zapomniane. Sotnią, która spaliła tych ludzi dowodził Mikołaj Wołkow, zwany „Sotnyk Mykoła.” On osobiście strzelał do ludzi skaczących z płonących pomieszczeń wyższych pięter... Za nieludzki czyn obciążyło go OBWE. Zaczęto o nim pisać, więc uciekł do Szwajcarii, gdzie go wytopili Rosjanie. Są podejrzenia, że ucieczkę ułatwił jeden z oligarchów, który posiada swoje wojsko. A jeśli są prywatne sotnie oligarchów, to morale kijowskiego wojska jest na bardzo niskim poziomie. W takim państwie trudno o ogólnonarodowy patriotyzm, a bez patriotycznej woli walki nie będzie zwycięstwa. Sami nacjonalisci z Banderlandu nie pokonają wschodnich Ukraińców, wspomaganych przez Rosję. Izdają sobie z tego sprawę, ale liczą na pomoc Zachodu, Polski a przede wszystkim USA. Czynną pomocą tych państw, oznacza TRZECIĄ WOJNĘ ŚWIATOWĄ. Tego świat nie oczekuje. Naród polski również. Jak na razie, nacjonalisci „mają gwarancje krycia lub usprawiedliwienia wszystkich zbrodni bez wyjątku. Przeszłych (wymordowanie 200 tys. Polaków),

teraźniejszych i przyszłych. Każde oskarżenie jest ignorowane. Każdy dowód niszczone. Każdy ślad zacierany. Każdy zbrodniarz chroniony.” (Mysł Polska nr.9-10, 2015.)

„Prezydent USA Barack Obama w wywiadzie dla CNN 2 lutego powiedział, że „byliśmy pośrednikiem w przekazaniu władzy na Ukrainie.” (MP jw.) Tym samym gospodarz Białego Domu oficjalnie potwierdził to, co w Polsce jest uważane za „rosyjską propagandę”. A więc USA jest współodpowiedzialna za ponad 50 tys. ofiar (do tej pory). Nasi politycy są również odpowiedzialni, bo zachęcali nacjonalistów do walki z legalną władzą. Nawet wnosili banderowskie hasła, *Slawa Ukrainie!* Te okrzyki pamiętam z lat wojny, kiedy powodowały grozę i strach. W czasie napadu na dużą polską wieś Kołodno k/ Zbaraża dnia 14 lipca 1943 r., zamordowano 504 osoby, a najwięcej żywych Polaków wrzucono do głębokich studzien... Po wykonaniu zadania, które zajęło im około 3 godzin popołudniowych, ukraińscy oprawcy zarządzili zbiórkę, odśpiewali *Szcze ne wmerła Ukraina* i gromko się darli *Slawa Ukraini - Herojom Slawa* ( Polacy w kryjówkach słyszeli)... Mordując wówczas dzieci, kobiety i starców byli *herojami*. Teraz w prawdziwej wojnie z Ukraińcami rosyjsko języcznymi, którzy ich u siebie nie chcą, do takich *herojów* nie należą. Kiedy pierwsze ochotnicze sotnie wyjeżdżały z kijowskiego Majdanu na wojnę z separatystami, solennie obiecywali owacyjnie żegnającym ich tłumom, że będą tak walczyć, jak walczyli ich ojcowie i dziadkowie w UPA... Rzeczywistość okazała się o wiele trudniejsza. W mojej miejscowości urodzenia - Ihrowicy, łatwiej było zabijać kobiety, dzieci i starców, bo nie byli zdolni do obrony. Separatyści są uzbrojeni i zdeterminowani do obrony i ataków. Jak do tej pory ciągle urządzają wojskom kijowskim kotły, zabijając i biorąc do niewoli. Strategia banderowska z lat 1943-44 okazała się całkowicie nieprzydatna, chociaż w jednym mają rację. Po sobie pozostawiali zgłiszczą kiedys i teraz, w walce z separatystami. Nie ma też obecnie uroczystych pożegnań ochotniczych sotni, (trudniej o ochotników) wyjeżdżających tłumić bunt separatystów. Teraz czekają na wszelką pomoc z zewnątrz Banderlandu i namawiają wszystkie kraje do rozpoczęcia następnej wojny światowej z Rosją Putina.

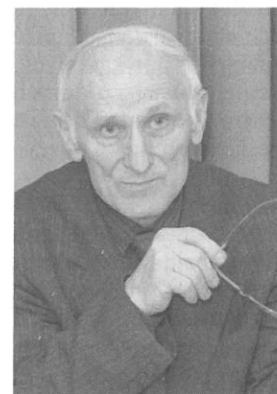
Ludności polskiej na Kresach nikt nie pomagał. Skazana była na zagładę - nie na wypędzenie, bo mogłaby wrócić. UPA, z opracowanym planem i dużym wysiłkiem organizacyjnym, mordowała poszczególne wioski i całe powiaty. Mordowała Polaków w kościołach, kiedy były odprawiane nabożeństwa. Polacy na Wołyniu i Małopolsce Wschodniej od nacjonalistów ukraińskich doświadczyli niewyobraźalnych przeżyć i cierpień, o jakich Rodacy innych regionów Polski nie mają pojęcia. Najpierw zostali zdziśiatkowani przez czerwono-czarnych Ukraińców. Nieliczne były kresowe rodziny przez okupantów czerwonych, później brunatnych, ale najokrutniej przez czerwono-czarnych Ukraińców. Nie liczone były kresowe rodziny polskie, z których nikt nie zginął. Wiele było takich, z których nikt się nie uratował... Minęło 70 lat od tej hekatombi i znowu nacjonalisci mordują, ale tym razem **Prawdę**. Obecnie, swoją tożsamość narodową budują na szatańskim kulcie Bandery i wściekle antypolskim. Znienawidzeni przez nich separatyści, **zbudowali pomnik ofiarom nacjonalizmu ukraińskiego**, tylko władze Warszawy nie zdążyły do tej pory zbudować... Polski Sejm zdążył za to podjąć uchwałę, że zamordowanie ok. 200 tys. Polaków **nosiło tylko znamiona ludobójstwa**. Dlatego nie będę głosował na tych polityków, którzy w pierwszą rocznicę zwycięstwa Majdanu, 22 lutego, maszerowali pod czerwono-czarnym sztandarem banderowskim.

Cztery lata temu, kilku naszych europosłów w Parlamencie Europejskim wniosło Projekt Rezolucji w sprawie sytuacji na Ukrainie. Przyjęta Rezolucja 25 II 2010 r., potępiła decyzję o nadaniu Stepanowi Banderze tytułu bohatera Ukrainy, i wyrażała pełną nadzieję, że Ukraińcy odetną się od faszystowskich tradycji, czyli „**potwierdzą swoje przywiązanie do europejskich wartości**.” **Cały Parlament poparł rezolucję, wyłamał się tylko jeden europoseł, który głosował przeciw. Był nim „Polak” eurodeputowany wówczas, Paweł Kowal. W rządzie Jarosława Kaczyńskiego piastował stanowisko wiceministra spraw Zagranicznych.** Ten, który prawie codziennie na różnych kanałach TVP walczy o wysyłanie na Ukrainę broni, amunicji, racji żywnościowych dla wojsk ukraińskich i wszelakiego dobra potrzebnego do prowadzenia wojny z separatystami. Nie tylko pan Kowal nawołuje o dozbieranie wojsk czerwono-czarnych i wysyłanie tam polskich żołnierzy, takich czynnych polityków w naszym kraju jest więcej.

Polska najbardziej ucierpiała podczas ostatnich dwóch wojen światowych. Powinna walczyć o pokój, jako największą wartość dla ludzkości. Bratniemu Narodowi Ukraińskiemu powinniśmy życzyć spokoju, pokoju i przyjaznych stosunków z sąsiednimi narodami i państwami.

## Pamiętamy... Żołnierze Wyklęci

Obce rzeczy wiedzieć dobrze jest, swoje – obowiązek  
Zygmunt Gloger



W piątkowe popołudnie 6 marca 2015 r. w Gminnym Ośrodku Kultury w Końskowoli odbyło się spotkanie poświęcone Żołnierzom Wyklętym, w związku z Narodowym Dniem Pamięci Żołnierzy Wyklętych przypadającym pierwszego dnia tego miesiąca. Dyrektor GOK Monika Dudzińska powitała przybyłych, po czym **głos zabrał rodzimy pasjonat historii i autor cenionych publikacji Aleksander Lewtak.**

Na wstępie ciekawego wykładu przybliżono dzieje państwa polskiego z okresu II wojny światowej, ze szczególnym naciskiem na wydarzenia najbliższej okolicy. Działania Armii Krajowej, szczegóły konspiracji, ważne fakty z lokalnej historii – złożyły się na niezwykle interesującą oraz owocną prelekcję, wzbogaconą możliwością obejrzenia ciekawej dokumentacji i materiałów zgromadzonych przez pana Aleksandra Lewtaka.

„Żołnierzami Wyklętymi” zwykło się nazywać żołnierzy polskiego podziemia niepodległościowego, którzy pięć lat okupacji niemieckiej zmuszeni byli zamienić na idący ze wschodu, niczym burza, stalinowski reżim. W odróżnieniu od tej części społeczeństwa, która uznała władzę ludową narzuconą odgórnie na polecenie Stalina, Oni – wyklęci przez komunistyczny system, nie złożyli broni.

**Żołnierze Wyklęci z terenu Gminy Końskowola (materiał udostępniony przez p.A. Lewtaka):**

1. **Alfons Fasciszewski**
2. **Mikus Bolesław ps. Żbik** – ur. 16.12.1922 w Sielcach, członek Kedywu pod dowództwem Leonidasa, następnie u Zagończyka i u Orlika, był dowódcą plutonu WIN. Ujawnił się w 1947 r. w Garwolinie. Zmarł w 2010 r., jego grób znajduje się na cmentarzu w Końskowoli.
3. **Mieczysław Polak ps. Leonidas** – ur. 30.09.1923 w Krzemieńcu Podolskim, gdzie ojciec otrzymał ziemię. W 1939 r. wrócił do Pulek i zaangażował się w działalność konspiracyjną. Był członkiem ZO, a następnie Kedywu. Walczył w czasie Akcji „Burza” w Końskowoli. Wstąpił do LWP, skąd zdezerterował i walczył w Lesie Stockim. Wstąpił do WIN, ujawnił się w 1946 r. Został aresztowany w Kudowie. Wyszedł z więzienia w 1948 r.
4. **Stanisław Chabros ps. Polonus, Slawa** – ur. 21.04.1917 we Wronowie, absolwent Gimnazjum Czartoryskich w Puławach. Wstąpił we wrześniu 1939 r. do ZWZAK. Brał udział w akcji na lotnisku w Ułężu, w celu zdobycia broni (14.11.1943). W dniu 4.05.1944 został ranny w Owczarni, wstąpił do oddziału Orlika i brał udział w bitwie w Lesie Stockim. Uczestniczył w starciu 24 maja 1946 r. we wsi Opoka – patrolu WIN z wojskiem sowieckim. Dnia 14.09.1946 Polonus został zastrzelony przez byłego członka AK, konfidenta ps. Orkan.
5. **Zenon Dziegiel** – członek AK WIN, z ramienia WIN wstąpił do MO, współpracował z Żukiem. Zdekspirowany w Nałęczowie, przez podległych funkcjonariuszy wyjechał na Ziemię Zachodnie (?)
6. **Gembal Jan s. Józefa ps. Żuraw** – ur. 4.12.1911. Więzień Majdanka. Gros Rosen. Po powrocie z obozu wstąpił do WIN, aresztowany przez UB, spędził wiele lat w więzieniu.

7. **Gembal Stanisław** – członek AK, w 1944 r. wywieziony na Syberię na 3 lata
8. **Gawroński Aleksander ps. Alfons** – ur. 1.12.1925, członek AK – WIN.
9. **Jóźwicki Ludwik ps. Rys** – Wronów, członek AK – WIN
10. **Kowalik Jan ps. Zawisza** – ur. 12.05.1925, Sielce, członek AK aresztowany w listopadzie 1944 r. przez NKWD. Po ucieczce z aresztu wstąpił do oddziału Orlika. Został komendantem placówki AK – WIN w Sielcach. Próbował wydostać się z kraju razem z Leonidasem, lecz został aresztowany w Kudowie. Z więzienia wrócił po 1956 r.
11. **Kowalik Stanisław** – Sielce AK – WIN
12. **Kowalik Bronisław ps. Wąż** – Pulki, członek BCh – WIN
13. **Kolek Józef ps. Szpila** – ur. 1918 r., Końskowola, członek AK – WIN
14. **Koziński Stanisław ps. Wigura** – ur. 27.02.1921 r., Końskowola, członek AK – WIN
15. **Sadurski Antoni ps. Sęk** – ur. 2.01.1925, członek AK – WIN, aresztowany w 1946 r., przez UB skazany na 10 lat więzienia, wyszedł z niewoli w 1953 r.
16. **Kęsik Jan** – Witowice, WIN
17. **Kęsik Stanisław** – Witowice, WIN
18. **Łata Jerzy ps. Stary** – ur. 1926 r. w Jędrzejowie, zam. Końskowola, AK – WIN
19. **Nojek Mieczysław ps. Rąb, Róża** – członek AK, był w Owczarni, walczył w oddziale Orlika w Lesie Stockim
20. **Mazurek Feliks** – ur. 5.02.1908 r., Młynki, sierżant 15 PP Wilków, członek Kedywu, brał udział w licznych akcjach dywersyjnych i likwidacyjnych, w bitwie w Lesie Stockim dowodził plutonem. Do września razem z Zagończykiem walczył w WIN. Ujawnił się w 1946 r. po aresztowaniu Zagończyka.
21. **Wójcik Józef ps. Wierny** – ur. 16.08.1923 r. w Pożogu, członek oddziału AK, latem 1944 r. wstąpił do MO, był w Lesie Stockim, zdezerterował i wstąpił do oddziału Żuka, aresztowany przez UB 24.02.1946 r. Rozstrzelany 30.03.1946 w PUBP w Puławach.
22. **Ziółek Franciszek ps. Spokojny** – ur. 29.07.1906 r., Końskowola, członek ZWZ – BCh i WIN
23. **Ludwik Czarnecki ps. Łodzia, Młot, Szczyt** – ur. 21.01.1906 r. w Rudach, członek AK. Jego brat Feliks został zamordowany w Katyniu. W styczniu 1944 r. został komendantem rejonu VIAK Żyrzyn – Baranów – Gołąb
24. **Janina Gębal – Lewtak** – ur. 11.02.1913 r. w Pożogu – nauczycielka wraz z mężem Eugeniuszem należała do AK. Dwaj bracia również należeli do konspiracji – Józef Lewtak, żołnierz BCh – zginął w akcji na pociąg pod Nasutowem, drugi brat Henryk Lewtak żołnierz Kadry Bezpieczeństwa został aresztowany w Pożogu i trafił na Zamek Lubelski. Janina podjęła wraz z mężem próbę wydostania brata z więzienia. W czasie próby wykupienia brata obydwójce zostali aresztowani w Lublinie i trafili do obozu Auschwitz. W obozie Janina Gębal – Lewtak należała do obozowego ruchu oporu, o jej udziale w konspiracyjnym ruchu oporu świadczą zeznania więźniarki Moniki Dombke. Znała się z Wojciechem Pileckim. Zmarła w dość tajemniczych okolicznościach, 3 lata po wyjściu z obozu, gdy trwał proces Pileckiego. Jej mąż Eugeniusz Gębal trafił do Oświęcimia 3.11.1942. Należał do konspiracyjnego ruchu oporu, zginął 29.01.1943 r. na skutek donosów współwięźniów. Brat Henryk przeżył obozy Oświęcim i Mauthausen. Rodzice Janiny Lewtak już po aresztowaniu Janiny i syna Henryka, a także śmierci syna Józefa, zostali w styczniu 1944 r. zakatowani na śmierć przez gestapo we własnym domu w Pożogu.



## Słownik Wielkiego Postu

### Post

Słowo „post” pochodzi od niemieckiego słowa *fasten*, które znaczy „zachowywać przepisy (przykazania) postne”. Post ma charakter religijny, a nie dietetyczny; polega na wyrzeczeniu się pewnych dóbr, aby podzielić się nimi z potrzebującymi, i na przygotowaniu swego serca na spotkanie z Bogiem.

### Abstynencja

Świadome wyrzeczenie się przyjemności zmysłowych ze względu na wyższe dobra. Wyrazem abstynencji (wstrzeźliwości) jest nie tylko rezygnacja z pokarmów mięsnych, czy spożywanie pokarmów w ograniczonej ilości, ale również wiadoma rezygnacja z tzw. używek, np. napojów alkoholowych czy papierosów. Czemu ma służyć abstynencja? Jej uzasadnieniem jest przekonanie, że każdy ludzki akt dotyka wszystkich warstw ludzkiego bytu i że w każdym miejscu ciała ludzkiego można niejako dotknąć czy osiągnąć całego człowieka i skłonić go do wewnętrznej dyscypliny. W aktach wstrzeźliwości człowiek uczy się wyzbycia wszystkiego, co zewnętrzne, by w całości poświęcić się Bogu. Wprawie Kościelnym wstrzeźliwość została ograniczona do powstrzymania się od pokarmów mięsnych i spożywania pokarmów w ograniczonej ilości w niektóre dni, np. w Środę Popielcową i w Wielki Piątek.

### Nawrócenie

Nawrócenie jest odwróceniem się od zła i powrotem na drogę dobra. Według poglądu chrześcijańskiego, sam człowiek nawraca się, czyli postanawia zerwać ze złem i na nowo uporządkować swe życie, ale czyni to pod wpływem łaski, zbawczego działania Boga. Ewangelista uważają nawoływanie Jezusa do nawrócenia za główny temat tego orędzia: „Nawracajcie się i wiercie w Ewangelie!” Znanych jest wiele historii nawróceń, zwłaszcza historia nawrócenia św. Pawła, który z prześladowcy chrześcijan stał się apostołem Jezusa Chrystusa.

### Spowiedź

Spowiedź (od *powiedzieć, wiedzieć*) jest wyznaniem grzechów przed kapłanem dla otrzymania ich odpuszczenia. Wyznanie grzechów jest jednym z warunków Sakramentu Pojednania, tak jak jest nim również pokuta, czyli zadośćuczynienie za grzechy. Z tej racji zamiast „Sakrament Pojednania” mówi się „Spowiedź” czy „Sakrament Pokuty” chociaż sakrament ten jest przede wszystkim widzialnym znakiem pojednania człowieka z Bogiem i ludźmi mocą łaski Bożej wyjednanej przez Chrystusa.

Warunkami dobrej spowiedzi są:

1. rachunek sumienia,
2. żal za grzechy,
3. mocne postanowienie poprawy,
4. szczere wyznanie grzechów,
5. zadośćuczynienie.

Wprawdzie do dobrej spowiedzi należy wyznanie tylko grzechów śmiertelnych czyli ciężkich, ale ten, kto właściwie pojmuje sakrament pojednania, nie pyta: „Czy muszę się z tego spowiadać?”, lecz zulgą stwierdza: „Z tego mogę się wypowiadać! Spowiedź. powszechna, czyli wyznanie przez wiernych win przed Bogiem na początku Mszy świętej, nie ma charakteru sakramentalnego i nie dostępuje się w niej odpuszczenia grzechów ciężkich.

### Tajemnica spowiedzi

W pierwszych wiekach Kościoła mocno podkreślano społeczny aspekt grzechu, czego wyrazem było publiczne wykluczenie grzeszników ze społeczności kościelnej i jawne usunięcie ich od przyjmowania sakramentów. W ten sposób i grzech był czynem publicznym, a grzesznik i jego czyny stawały się ogólnie znane. Z czasem grzech zaczęto ujmować coraz bardziej indywidualnie. Powszechną stała się Spowiedź indywidualna.

Na spowiedniku zaczął ciążyć obowiązek dochowania tajemnicy Spowiedzi, z której nic nie jest wstanie go zwolnić. Spowiednik, zgodnie z prawem kościelnym, nie może być świadkiem i nie może być zobowiązany przez prawo cywilne do złożenia zeznań w zakresie wiadomości znanych mu ze Spowiedzi. Duszpasterz więzienny może wprawdzie nakłaniać przestępcę do przyznania się do popełnienia czynów karalnych, ale nie wolno mu złożyć zeznań o przestępstwach, o których dowiedział się podczas Spowiedzi. Patronem spowiedników jest Św. Jan Nepomucen, który wolał ponieść śmierć niż naruszyć tajemnicę Spowiedzi.

### Absolucja (rozgrzeszenie)

Tęsknota za uwolnieniem od brzemienia winy jest jednym z najgłębszych pragnień człowieka, które znajduje wyraz we wszystkich religiach. Jezus przekazuje moc przebaczenia grzechów Kościołowi i jego przedstawicielom:

„Którym odpuscicie grzechy, są im odpuszczone...” Absolucja w Sakramencie Pojednania jest widzialnym znakiem przebaczenia i pojednania udzielonego grzesznikowi przez Boga za pośrednictwem Kościoła. Obecna formuła absolucji (rozgrzeszenia) brzmi: „Bóg, Ojciec miłosierdzia, który pojednał świat ze sobą przez śmierć i zmartwychwstanie swojego Syna i zesłał Ducha Świętego na odpuszczenie grzechów, niech ci udzieli przebaczenia i pokoju przez posługę Kościoła. I ja odpuszczam tobie grzechy w imię Ojca i Syna, i Ducha Świętego.”

Ks. Proboszcz Konrad Pilat

## Sesja foto dla szczęśliwców



W zimowej scenerii udało się nam zrealizować sesje w studio nieprofesjonalnym (losowanie na wernisazu w dniu 24 stycznia). Bystre oko zoomowiczek wypatrzyło teren. Czerwona kula wschodzącego słońca, oszronione do białości trawy i piaski BASI: Bohun, lady Lania i Pers tworzyły wspaniałe tło dla Ani O, Ani K i Mariana R. Było, jak w bajce. Druga sesja z pozostałymi szczęśliwcami już w maju.

Z pozdrowieniami ZOOM

Foto: Członkowie Koła Fotograficznego ZOOM

### Punkt Bezpłatnych Porad Prawnych i Obywatelskich

Uprzejmie informujemy, iż działalność punktu zlokalizowanego w Gminnym Ośrodku Kultury została przedłużona do 30.06.2015r. Zapraszamy do spotkania z doradcami udzielającymi porad w ramach projektu „Poznaj swoje prawa- bezpłatne poradnictwo prawne i obywatelskie dla mieszkańców powiatu puławskiego i ryckiego”. Po osobistym skontaktowaniu z Osobą Pierwszego Kontakt w punkcie. Punkt czynny jest w **poniedziałek w godz. 8:00-14:00, środę w godz. 8:00-14:00, piątek w godz. 12:00-20:00**. Potrzebę uzyskania porady można zgłosić również telefonicznie **725850031**, wysyłając email na adres: **opkko@poznajprawa.pl** lub poprzez komunikator **GG: 34138964**.

# Efekt N+S

## Nowoczesne standardy nawożenia

### Siarka a plonotwórcze działanie azotu

Pod koniec XX wieku zauważalne stało się pogorszenie zaopatrzenia gleby w siarkę, a w niektórych krajach wysoko rozwiniętych pojawiły się sygnały o niedoborach tego pierwiastka. Jest to poniekąd efektem działań proekologicznych przemysłu oraz postępu w zakresie odsiarczania spalin z zakładów energetycznych, zmierzających do ograniczenia emisji związków siarki do atmosfery. Oznacza to światowy deficyt tego pierwiastka w glebie wynoszący obecnie 7-8 mln t. Na niedobór siarki w glebie wpływa też stosowanie nawozów o ograniczonej zawartości siarki oraz coraz częstsze występowanie w uprawach odmian roślin o wysokich plonach i o zwiększonym zapotrzebowaniu na siarkę, a także zwiększenie areatów roślin siarkolubnych, np. rzepaku.

Pod względem wymagań w stosunku do siarki rośliny można podzielić na trzy grupy:

- **rośliny o bardzo dużym zapotrzebowaniu na siarkę – rzepak, kapustne, cebula, czosnek – ze średnim plonem rośliny te pobierają ok. 50 kg siarki z 1 ha;**
- **rośliny o dużym zapotrzebowaniu na siarkę – rośliny motylkowe (koniczyna, lucerna) oraz kukurydza i buraki – średni pobór ok. 40 kg siarki z 1 ha;**
- **rośliny o niewielkim zapotrzebowaniu na siarkę – ziemniaki, trawy (w tym zboża) – średni pobór do 25 kg siarki z 1 ha.**

Na terenie Polski gleby o niskiej zawartości siarki przekraczają 50%, z tego względu celowe jest zwiększanie zawartości siarki w glebie poprzez odpowiednie dodatkowe nawożenie tym składnikiem. Najbardziej do-

godną formą siarki w glebie jest forma siarczanowa, która jest jedyną jej postacią przyswajalną przez rośliny uprawne.

Rośliny dla prawidłowego rozwoju wymagają zrównoważonego żywienia wszystkimi składnikami pokarmowymi. Zapotrzebowanie na siarkę wzrasta proporcjonalnie do ilości azotu pobieranego przez rośliny. Badania naukowe dowodzą na silną interakcję pomiędzy wysokością nawożenia azotem i dawkami siarki. **Wskaźnik jest zachowanie następujących proporcji N do S – rzepak 5 : 1, kukurydza 6 : 1, zboża 7 : 1. Niedobór 1 kg siarki w glebie ogranicza pobranie do 10 kg azotu.** Zarówno zbyt niskie, jak i za wysokie stężenia składników (również siarki) pogarszają jakość produktów roślinnych.

Siarka zaliczana jest do podstawowych składników pokarmowych warunkujących rozwój wszystkich organizmów żywych.

- **decyduje o prawidłowym rozwoju roślin;**
- **poprawia jakość plonów i walory smakowe;**
- **jest jednym z podstawowych składników białka, niektórych witamin i enzymów;**
- **zwiększa odporność roślin na choroby i szkodniki oraz na wyleganie zbóż.**

Niedobór siarki ogranicza:

- **rozwój i plon roślin;**
- **zawartość i jakość białka, obniża zawartość cukrów i tłuszczów (rośliny oleiste);**
- **nadmierne gromadzenie się azotanów w roślinie.**

Odpowiedzią Grupy Azoty Zakłady Azotowe „Puławy” S.A. na zapotrzebowanie rynku są **NOWE NAWOZY PŁYNNE Z DODATKIEM SIARKI**

**RSM S PULA SKA**

Szczegóły na [www.pulawy.com](http://www.pulawy.com)

AUTORYZOWANY DYSTRYBUTOR:

**Przedsiębiorstwo Handlowe Sprzedaż Art. 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 | [phradwan.pl](http://phradwan.pl)



## Dzień Kobiet 2015

Kobietom w dniu ich święta...



Chór męski Bas Kanto

W przeddzień Święta Kobiet, sobotni wieczór 7 marca 2015 r., w Szkole Podstawowej im. Marii Konopnickiej w Chrzążowie odbyło się uroczyste spotkanie na cześć pań. Inicjatorki przedsięwzięcia, Joanna Borucka oraz Beata Ratus, na tę okazję zaprosiły Chór Bass Kanto z Gminy Niemce. W organizacji spotkania uczestniczyli: dyrekcja, pracownicy i sympatycy szkoły, a wieczór stanowił nie lada atrakcję. Podczas obchodów Dnia Kobiet nie zabrakło mieszkańców Chrzążowa, reprezentantów instytucji gminy oraz przyjaciół szkoły oraz wsi, a pośród nich poetki pani Barbary Stawskiej –



Rybaczek.

Stowarzyszenie Chór Męski Bass Kanto działa od 2011 r., początkowo pod nazwą „Chór męski z Niemiec”. W repertuarze zespołu można znaleźć kolędy, pieśni religijne, patriotyczne, a także klasykę, jak słynny Chór Niewolników „Va, pensiero” z opery „Nabucco” Giuseppe Verdiego, „Ave Maria” Wolfganga Amadeusza Mozarta, jak również piosenki ludowe, polskie i ukraińskie. Podczas spotkania w Szkole Podstawowej w Chrzążowie dwudziestu panów zaprezentowało klasyczne utwory, szlagiery z dawnych lat, jak również współczesne aranżacje. Chór „Bass Kanto” bawił gości z wdziękiem, humorem i na wysokim poziomie artystycznym.

Dyrektor Mirosława Baca, jak również radna Chrzążowa Iwona Kaniewska podziękowały gościom za liczne przybycie oraz artystom, za umilenie wspólnego wieczoru. Po udanym występie, przy kawie oraz ciście, panie mogły sympatycznie spędzić czas. Spotkanie stanowiło znakomitą formę obchodów Dnia Kobiet, która dostarczyła przybyłym wielu wrażeń i na pewno utkwi w pamięci.

Agnieszka Brzozowska  
Foto ze zbiorów szkolnych

Organizatorki składają podziękowania wszystkim, którzy pomogli w przygotowaniu spotkania a w szczególności: Pani Renacie Staszek z Zespołu Szkół im. Ziemi Lubelskiej w Niemcach, Pani Dyrektor Mirosławie Bacy, Panu Tomaszowi Stefańskiemu, Pani Barbarze Skruszeniec, Pani Elżbiecie Butryn, Pani Janinie Dudzie, Pani Monice Kulińskiej, Paniom z Rady Rodziców, Pani Marcie Skruszeniec oraz Urzędowi Gminy Końskowola a także przybyłym gościom.



### Artystycznie w Końskowoli

W niedzielę 8 marca w Kościele Parafialnym w Końskowoli odbył się koncert naszej Orkiestry Dętej pod dyrygenturą majora Mariana Stankiewicza, dedykowany wszystkim kobietom. Specjalnie na tę okazję przygotowano repertuar przemawiający do serc płci pięknej. Następnie w Gminnym Ośrodku Kultury odbyło się otwarcie wystawy



Ryszard Rokita dedykował paniom utwór poetycki



fotografii Teresy Orłowskiej „Kobiety wokół nas”, prezentującej panie z Gminy Końskowola – spełniające się w pracy zawodowej oraz realizujące swoje pasje. Spotkanie uświetnił Pan Ryszard Rokita, który złożył życzenia świętującym oraz dedykował im poezję.

Codziennie ze stron czasopism kobiecych, z ekranu telewizora spoglądają na nas wychudzone modelki, celebrytki poprawione photoshopem. Na portretach znajdujących się w Gminnym Ośrodku Kultury zobaczymy piękne kobiety, które są spełnione w swoich zawodach, dzięki temu, że realizują swoje marzenia. Bo przecież prawdziwe piękno jest w nas. Wystawę można podziwiać do końca marca, w sali konferencyjnej na parterze GOK.

### Integracyjnie w Opoce

W poniedziałkowy wieczór 9 marca 2015 r. w Opoce, budynku remizy OSP, odbyły się obchody Dnia Kobiet dedykowane mieszkańcom oraz sympatkom wsi. Spotkanie miało na celu integrację oraz wspólną zabawę. Inicjatorami wydarzenia byli członkowie Rady Sołeckiej oraz sołtys, a w organizacji przedsięwzięcia uczestniczyli: Ryszard Rokita, który wniósł do spotkania nieco poezji i humoru oraz Tadeusz Salamandra, instruktor GOK, zapewniający oprawę muzyczną

Pani Irena Filipowska powitała przybyłych



wydarzenia.

Pani Irena Filipowska serdecznie powitała przybyłych i poprowadziła święto. Miejmy nadzieję, iż obchody Dnia Kobiet w Opoce będą inspiracją do podejmowania kolejnych wspólnych działań i podobnie jak w przypadku Sielc – zaowocują ciekawymi inicjatywami. Dnia 8 marca Akademia Rozwoju Kobiet Aktywnych w Sielcach obchodziła drugą rocznicę swojej działalności.

Foto: Teresa Orłowska

## Antek i jego Dream City...



Antek Milanowicz ma 8 lat i chodzi do klasy 2 b Szkoły Podstawowej w Końskowoli. Chłopiec interesuje się urbanistyką, a zwłaszcza wieżowcami, dlatego postanowił zbudować swoje własne miasto – z pudełek, gazet i innych materiałów. W ten sposób powstało Dream City, Miasto Marzeń - świat dedykowany bohaterom Lego i Stikeez.

- W moim mieście znajdują się: szkoła, biurowce, hospicjum, schronisko dla zwierząt, zakład przemysłowy, budynki mieszkalne, drapacze chmur, kawiarnie, kraina zabaw dla dzieci, cukiernia, dyskonty odzieżowe i inne sklepy, a także MC Donalds i karmnik dla ptaków. Drzew jest tu mało, za to rosną palmy. Miasto posiada swoją organizację ruchu, ulicom nadałem nazwy – niektóre wymyślone, a inne prawdziwe, ponadto dużo znaków drogowych, obwodnicę, rondo i fotoradary. Znajdują się tu ulice: Osińska, Lubelska, PCK, Szkolna, a ja mieszkam przy ul. Train. W Mieście Marzeń jest dużo reklam, billboardów, a mieszkańcy są na bieżąco informowani o wydarzeniach poprzez stacje radiowe i telewizyjne. W wolnym czasie mogą chodzić do Domu Kultury, albo zwiedzać ciekawe miejsca. Dream City zdobi staw ze statkiem, świecący słonik i smok, który się porusza. Natomiast z lotniska można polecieć prosto do mojego pokoju – opowiada Antek.



Miasto Marzeń, którego każdy element ma swoją funkcję i miejsce

Chłopiec interesuje się geografią, elektroniką, architekturą – planowaniem ogrodów i domów. Chciałby zwiedzać świat – a zwłaszcza Nowy Jork i Paryż, a w nim wieżę Eiffla. W stworzeniu dzieła pomagała mu mama, praca trwała cztery miesiące i nadal jest w toku:

- Do miasta można wejść i chodzić po ulicach, ono cały czas się zmienia i rozwija. Antek rzadko spędza czas przed komputerem, a chętnie tworzy kolejne budowle, zmienia je. Często od samego rana zajmuje się Miastem Marzeń. Jego pasją są wieżowce, którymi zainteresował się słysząc o zamachach na World Trade Center – stwierdza pani Iwona Milanowicz.

Miasto Antka to metropolia na miarę przyszłości. Piękne miejsce, zostało stworzone w sposób kreatywny i niezwykle precyzyjny – z połączenia obserwacji rzeczywistości i fantazji chłopca. Zainteresowania ośmiolatka przerodziły się w twórczą pasję. Serdecznie gratuluję pomysłowości i talentu, który na pewno jeszcze nie raz zaowocuje!

Tekst, foto: Teresa Orłowska





Pełnych spokoju i radości  
 Świąt Wielkanocnych,  
 chwil mile spędzonych w rodzinnym  
 gronie oraz optymizmu, energii  
 i wiosennego nastroju

Czytelnikom „Echa Końskowoli”  
 oraz wszystkim mieszkańcom  
 Gminy Końskowola

życzy

Dyrektor Lubelskiego Ośrodka  
 Doradztwa Rolniczego w Końskowoli  
 Antoni Skrabucha

POLECAMY - zdrowie z sadu LODR w Końskowoli

Sok Jabtkowy  
 Tłoczony  
 z jabłek z naszego sadu

Cena:  
 15 zł- sok w kartonie  
 13 zł- sok w worku  
 pojemność 5l

Sok do nabycia  
 w Centrum Innowacyjno-Szkoleniowym  
 LODR w Końskowoli  
 oraz  
 w Sadzie Doświadczalno-Wdożeniowym  
 LODR w Końskowoli

5L

OSP Końskowola podsumowuje miniony rok działalności



W sobotę 21 lutego 2015 r. odbyło się walne zebranie sprawozdawcze członków OSP Końskowola, na które przybyli: Wójt Gminy, PZOG ZOSP w Końskowoli dh. Stanisław Gołębiowski, przedstawiciel KP PSP w Puławach st.kpt. Grzegorz Buzala, Komendant ZOG ZOSP dh. Zbigniew Zadura, Sekretarz ZOG ZOSP dh. Renata Kozak, Przewodniczący kom. Rewizyjnej ZOG ZOSP dh. Henryk Sułek, pani fotograf miesięcznika „Echa Końskowoli” Teresa Orłowska, druhowie z sąsiedniej Jednostki OSP w Rudach dh. Anna Owczarż i Andrzej Koter oraz 23 drułów z 33 będących członkami organizacji, (zwyczajni, honorowi członkowie OSP Końskowola oraz ochotnicy z MDP).

Na wstępie spotkania przedstawiono sprawozdania: z działalność jednostki w roku sprawozdawczym odczytał dh. Grzegorz Kuta, projekt planu finansowego zaprezentowała druha Dorota Zajac, a sprawozdanie Komisji Rewizyjnej OSP - dh. Roman Cholewa. Po dyskusji i wielu słowach pochwały pod adresem drułów OSP Końskowola, zarządowi udzielono

Prezes OSP Końskowola Grzegorz Kozak powitał przybyłych



absolutorium.

W roku sprawozdawczym ochotnicy pozyskali nową motopompę Tohatsu która kosztowała 32000,00 zł, odbyło się 8 posiedzeń zarządu i 16 innych zebrań. Zorganizowano obchody Dnia Strażaka, dzień otwarty strażnicy dla dzieci z Gminnego Przedszkola w Końskowoli, podczas którego dokonano prezentacji sprzętu pożarniczego i umundurowania. Druhowie OSP Końskowola uczestniczyli w przygotowaniu Dnia Dziecka na końskowolskim „Orliku”, zapewniając pokazy i zabawy w pianie dla najmłodszych. Ponadto w ramach prac społecznych zabezpieczali ruch i pełnili wartość podczas procesji związanych z okresem świąt kościelnych.

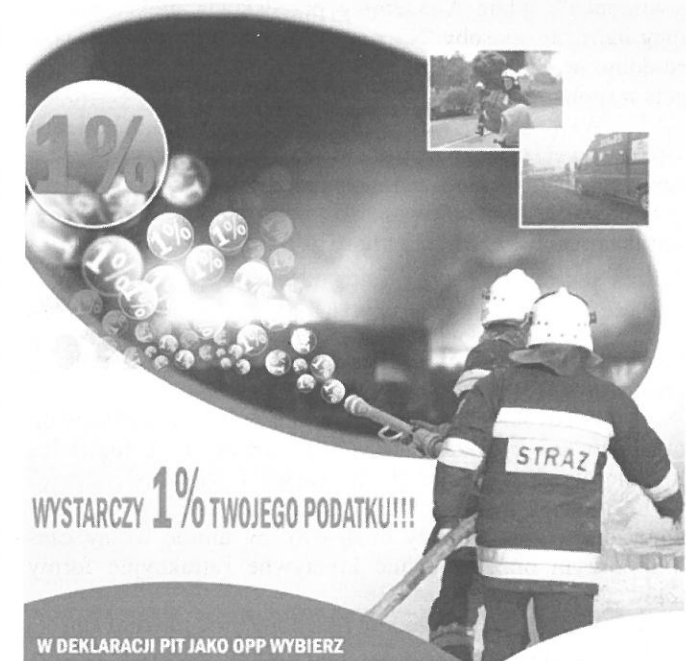
Jednostka OSP Końskowola w 2014 roku 25 razy uczestniczyła w wakcjach ratowniczych, w tym: w gaszeniu pożarów – 14 razy, w likwidacji miejscowych zagrożeń – 11 razy. Sześciokrotnie druhowie pomagali potrzebującym poza

terenem gminy. Kontrola stanu gotowości bojowej przeprowadzona w grudniu 2014 przez KP PSP w Puławach została podsumowana wynikiem bardzo dobrym. Wakcjach ratowniczych uczestniczyli następujący druhowie: Grzegorz Kozak, Kamil Kozak, Emil Kozak, Jarosław Gębał, Mariusz Kałdunek, Karol Usarek, Marcin Jędrak, Piotr Usarek.

Strażacy z OSP w Końskowoli wyrażają wdzięczność i podziękowania dla pana Ludwika Sykuta za zakupienie i zamontowanie oświetlenia wokół strażnicy oraz panu Grzegorzowi Pietrzykowi za przywiezienie ziemi i wyrównanie na placu przyległym przy Strażnicy. Podkreślono także owocną współpracę z władzami gminy, jak również Gminnym Ośrodkiem Kultury w Końskowoli, Gminnym Przedszkolem oraz Zespołem Szkół im. H. Sienkiewicza.

R.

1% - TAK NIEWIELE,  
 A MOŻE URATOWAĆ KOMUŚ ŻYCIE...



WYSTARCZY 1% TWOJEGO PODATKU!!!

W DEKLARACJI PIT JAKO OPP WYBIERZ  
 ZWIĄZEK OCHOTNICZYCH STRAŻY POŻARNYCH RP  
 KRS 0000116212

CEL: OSP Końskowola  
 24-130 Końskowola ul. Rynek 35 woj. Lubelskie



www.zosprp.pl



## Ferie zimowe 2015

### Ferie z Akademią Młodzieżową

Jak każdego roku Akademia Młodzieżowa zaczyna ferie od Zimowej Szkoły. W tym roku wyjechaliśmy do Rudy Różanieckiej, by tam podsumować miniony semestr i rozpocząć nowy. Dla naszych liderów był to bardzo pracowity tydzień, bo to właśnie oni musieli wykazać się swoimi umiejętnościami liderскими i poprowadzić połowę obozu. Każdy z nich odpowiedzialny był za jakieś działanie i w ten sposób sami musieli przygotować gry, zabawy terenowe, wspólnotnik (jest to nasza forma zabawy integracyjnej), ognisko, przeprowadzić szkolenia na ceremoniarza i chorążego, zorganizować Bractwo Różańcowe, a nawet pilnować ciszy nocnej. Nie jest to łatwe zadanie, ale nasza młodzież znakomicie sobie poradziła. Codziennie odbywały się warsztaty teatralne i kulinarne oraz pochylaliśmy się nad fragmentami Pisma Świętego. Podczas Zimowej Szkoły odbyła się bardzo ważna uroczystość, a mianowicie nadanie Perły Kerygmatu tym osobom, które publicznie wyznały wiarę w Boga. Jest to najważniejsze odznaczenie w Akademii Młodzieżowej, bowiem wszystko tu robimy na chwałę Pana. Zarówno teatr, jak i kuchnia, są narzędziami do tego, aby głosić Ewangelię. Rozwijając swoje zainteresowania staramy się pokazać światu, za jakimi wartościami należy podążać. Bardzo mocno podkreślamy wpływ rodziny na każdego człowieka. Dowiadujemy się jak rodzina wyglądała kiedyś i co dzieje się z nią dzisiaj. Staramy się szukać dla niej ratunku i mówić o tym ludziom.

W tym semestrze rozpoczęliśmy realizację projektu „Róże Końskowoli” w ramach programu Równać Szanse finansowanego przez Polsko – Amerykańską Fundację Wolności i Polską Fundację Dzieci i Młodzieży. Grupa teatralna zajmie się poszukiwaniem informacji na temat historii Końskowoli oraz osób, które tworzyły tę miejscowość. Grupa kulinarna zaś będzie szukać przepisów dań z róża, sposobu ich przyrządzania oraz stworzy własny zeszyt z przepisami. Dalej dzięki warsztatom teatralnym i kulinarnym będziemy udoskonalać swoje umiejętności. W ten sposób młodzież nie tylko pozna lokalną tradycję, historię i kuchnię, ale wciąż będzie uczyć się pracy w grupie, organizować różne działania oraz współpracować z instytucjami. Finałem będzie „Różana Kawiarenka”, gdzie Akademyści przedstawią efekty swojej pracy na różne sposoby. Nie zapominamy o naszej misji, jaką jest dobre wychowanie i przygotowanie młodego człowieka do życia w społeczeństwie.

Wszystkich, którzy chcą dołączyć do Akademii Młodzieżowej i w ten sposób poznać ciekawe osoby, nauczyć się wspólnego realizowania różnych przedsięwzięć społecznych, rozwijać swoje zainteresowania, a nawet pogłębić swoją wiarę, zapraszamy w każdą sobotę o godzinie 16.00 do salki parafialnej.

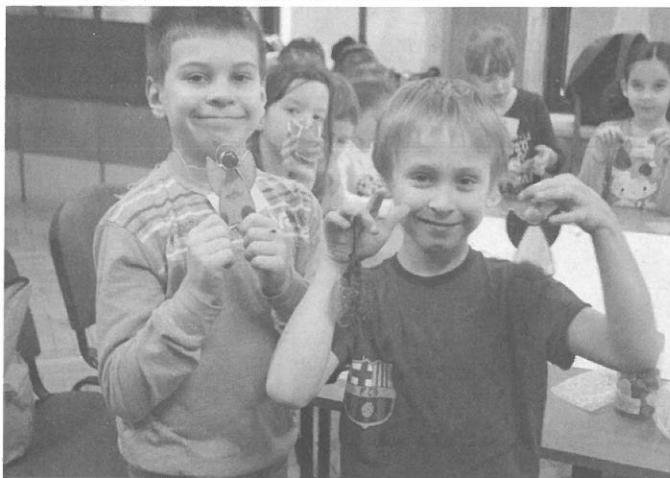
*Kinga Kufel*

### Atrakcje dla dzieci w Gminnym Ośrodku Kultury w Końskowoli

W 2015 r. w Gminnym Ośrodku Kultury w Końskowoli zorganizowano cykl zajęć feryjnych, w których za niewielką odpłatnością uczestniczyła grupa 33 dzieci w wieku szkolnym (7-12 lat). Przez dwa tygodnie instruktorzy GOK oraz osoby zaproszone do współpracy dbali o to, by umilić wolny czas najmłodszym oraz zapewnić kreatywne i atrakcyjne formy zimowego wypoczynku.

W pierwszym tygodniu ferii odbyły się również zajęcia artystyczne, podczas których pod okiem państwa Joanny i Tomasza Rybickich powstawały piękne szklane witraże. W pozostałych dniach instruktorzy GOK poprowadzili z dziećmi zajęcia integracyjne, plastyczne, fotograficzne oraz muzyczne – ruchowe. Warsztaty teatralne dla uczestników

Warsztaty artystyczne i ich owoce - barwne witraże



„Ferii w Kulturze” zapewniła Ewelina Burek, instruktor teatralny, animator kultury współpracująca z Gminnym Ośrodkiem Kultury w Końskowoli. W pierwszym tygodniu ferii odbył się także wyjazd do Teatru Kameralnego w Lublinie, gdzie dzieci obejrzały spektakl „Ania z Zielonego Wzgórza” oparty na motywach powieści L.M. Montgomery. Ponadczasowa historia zaprezentowana na lubelskiej scenie zdecydowanie przypadła do gustu młodym widzom.

Drugą połowę ferii otworzył wspólny wyjazd do piekarni w Kraczewicach koło Poniatowej, której właścicielem jest pan Tadeusz Zubrzycki. Zostaliśmy bardzo miło i gościnnie



przyjęci przez obsługę zakładu, który jest wart szczególnego polecenia dla dzieci i młodzieży – zapewniając ciekawą lekcję na temat rzemiosła piekarniczego. Dzieci dowiedziały się jak powstają wypieki, dlaczego nie wolno wyrzucać chleba i które bochenki warto wybrać w sklepie. Interesująca pogadanka, prezentacja multimedialna oraz zwiedzanie zakładu – dostarczyły wielu emocji. Każdy z uczestników wyjazdu wykonał własne drożdżówki i został nagrodzony medalem za zaangażowanie w zajęcia. Za sprawą kompetentnego i bardzo sympatycznego personelu piekarni, dzieci dowiedziały się wielu nowych rzeczy i bardzo miło spędziły czas w pobliskich Kraczewicach.

Ferie w kulturze zaowocowały wieloma pięknymi pracami artystycznymi, dostarczyły nowych wrażeń i stanowiły okazję do twórczego spędzania czasu. W ramach zajęć dzieci poznały lokalną tradycję i historię, podczas Questu po Końskowoli, zwiedzania Końskowolskiej Izby Regionalnej, czy podziemi naszego kościoła. Dzieci odwiedziły również gospodarstwa agroturystyczne, różaną manufakturę „Zakątek różany” oraz pracownię lokalnego twórcy Pana Wacława Kowalika. Odbyły się także seanse filmowe w kinie GOK. Z roku na rok inicjatywy „Ferii w kulturze” oraz zajęć wakacyjnych cieszą się coraz większą popularnością i mamy nadzieję, że nadal będą dla dzieci długo oczekiwaną atrakcją.



Skarby Końskowolskiej Izby Regionalnej

### Spotkania dla młodzieży i nie tylko – w ramach owocnej współpracy

W okresie ferii zimowych 2015 Ośrodek Wsparcia Środowiskowego „Nadzieja” wspólnie z Gminnym Ośrodkiem Kultury w Końskowoli, końskowolską parafią, Akademią Młodzieżową przy wsparciu Wójta Gminy Końskowola przygotował dla młodzieży propozycje różnorodnych warsztatów. Zajęcia odbywały się w godzinach popołudniowych, bezpłatnie i były skierowane do wszystkich osób zainteresowanych.

W ramach ferii dla młodzieży „Sposób na nudę 2015”

Podczas spotkania, skierowanego nie tylko do dziewcząt i pań, przybyli poznali wiele ciekawostek z zakresu pielęgnacji urody oraz nowatorskich stylizacji i trendów. Prowadzące wyjaśniły wiele wątpliwości i mitów dotyczących codziennych zabiegów kosmetycznych, zaprezentowały przykładowy makijaż oraz fryzurę, a także odpowiedziały na pytania przybyłych. Spotkanie owocowało ciekawymi informacjami, podane w przystępny sposób w bardzo sympatycznej atmosferze.



Młodzież była zachwycona Mateuszem Laskowskim



Mistrzynie Polskich Wizażystów Sylwia Jagielska radziła jak wykonać perfekcyjny makijaż

instruktor Piotr Fijoł poprowadził otwarte zajęcia ze sztuk walki, które cieszyły się zainteresowaniem wśród młodzieży. Do współpracy zaproszono także makijażystkę i mistrzynię Polski w wizażu Sylwii Jagielską, oraz fryzjera stylistę Justynę Mizak.



Fryzjer Justyna Mizak zaprezentowała ciekawe propozycje fryzur

W ramach zajęć dla młodzieży zorganizowano dyskotekę „Taneczny Tłusty Czwartek”, podczas której przybyli mogli bawić się w tanecznych rytmach oraz skosztować słodkiego poczęstunku. Natomiast seans filmowy połączony z pogadanką na temat narkomanii i zagrożeń, z jakimi młodzi ludzie stykają się w codziennym życiu, przyniósł nastolatkom cenne refleksje. Podczas cyklu spotkań, odbywających się w pierwszym i drugim tygodniu ferii zimowych, młodzi ludzie mogli skorzystać z fachowego doradztwa w zakresie walki z uzależnieniami, przemocą, czy też uzyskać pomoc w zakresie nurtujących ich problemów. Największą atrakcją zaplanowano na zakończenie wspólnego przedsięwzięcia, bowiem w piątek 13 lutego 2015 r. w Gminnym Ośrodku Kultury w Końskowoli zagościł LASIO COMPANIIA - Mateusz Laskowski z Dębina, raper, finalista ogólnopolskiego konkursu „Zwykły Bohater”. Młodzież z niecierpliwością oczekiwała muzyka, będącego dla wielu wzorem do naśladowania. Lasio Companija swoją popularność zawdzięcza nie tylko wartościowym i atrakcyjnym utworom muzycznym, które niosą cenny przekaz i są źródłem inspiracji, ale także społecznemu zaangażowaniu i otwartości na problemy młodych ludzi. Podczas spotkania w Gminnym Ośrodku Kultury w Końskowoli Mateusz Laskowski wykonał kilka swoich utworów, a także rozmawiał z młodzieżą o własnych doświadczeniach, problemach społecznych, które poruszają jego przeboje, a także motywował nastolatków do ambitnego i pozytywnego moralnie kierowania swoim losem.

Ferie dla młodzieży stanowiły owoc współpracy różnych środowisk i jak twierdzą uczestnicy zajęć, były trafną i atrakcyjną inicjatywą. Dzięki zaangażowaniu i wsparciu Władz Gminy Końskowola, które dofinansowały przedsięwzięcie, mogliśmy zapewnić zainteresowanym szereg atrakcji i zaproponować młodym ludziom alternatywę spędzenia wolnego czasu zgodną z ich zainteresowaniami i potrzebami.

*Agnieszka Brzozowska  
Foto: Teresa Orłowska*



## OKIEM PEDAGOGA

### Błędy popełniane przez dobrych rodziców

(Artykuł powstał na podstawie książki pod tym samym tytułem autorstwa Kevina Steeda'a)

Wychowywanie dziecka należy do najtrudniejszych i najbardziej odpowiedzialnych zadań, które mogą stać na naszej drodze. O tym, że zadanie to jest niezwykle satysfakcjonujące misją, wiedzą rodzice, którzy widzą uśmiech i spojrzenie pełne miłości u swojego dziecka. Sondra Ray w jednej ze swych książek ze zdumieniem zauważa, że **aby prowadzić samochód musimy przejść szkolenie i zdać egzamin**, a prowadzić dzieci drogą ku dorosłości może każdy. Warto sobie uświadomić, jak odpowiedzialną rolą jest rodzicielstwo. To, że nie ma żadnych egzaminów na matkę i ojca, nie oznacza, że nie powinniśmy nauczyć się wielu bardzo trudnych umiejętności, gdy chcemy podjąć się kształtowania naszego dziecka.

Jeden z największych wychowawców polskich, Janusz Korczak, twierdził, że aby wychowywać dobrze, wystarczy kochać dziecko. I choć trudno sobie wyobrazić wychowywanie bez tego uczucia, to jednak **najważniejsze błędy wychowawcze popełniane są właśnie z miłości**. Wiele z nich wynika z wpojonych nam jeszcze w dzieciństwie zasad, które często zupełnie nieświadomie przekazujemy naszemu dziecku. Warto im się przyjrzeć.

#### Błąd 1. Wpajanie błędnych przekonań

Chcesz dla swojego dziecka jak najlepiej. Pragniesz, aby osiągało sukcesy i rozwijało się na wszystkich płaszczyznach. Te pragnienia przekazujesz swojemu dziecku w postaci swoistych pułapek myślowych, które trudno jest zrozumieć, a jeszcze trudniej zrealizować. Oto one:

##### We wszystkim musimy być dobrzy

To błędne przekonanie wynika właśnie z naszego pragnienia wszechstronnego rozwoju dziecka. Pułapką są w nim słowa *muszę być*. Należy rozróżnić motywowanie dzieci do tego, aby się **staraly zrobić najlepiej** to, czego się podjęły, od wpojenia im przekonania, że muszą być najlepsze. Warto zastanowić się, czy nie chcemy przez dziecko realizować własnych ambicji lub nie przenosimy pragnień naszych rodziców. Czy nasze dziecko naprawdę musi być dobre w grze na fortepianie tak jak my? Może więcej szczęścia da mu realizowanie się na innej płaszczyźnie, np. w tańcu? Pamiętajmy, że ważne jest to, jak dziecko się starało, a nie jaki wynik osiągnęło! Być może matematyka jest dla niego rzeczywiście bardzo trudna i mimo kilku godzin ciężkiej pracy, nie było w stanie opanować lepiej zagadnienia i stąd ocena 3? Naucz się odróżniać lenistwo od rzeczywistych trudności. **Doceniaj starania!**

##### Znaczący tył, co moje osiągnięcia

To przekonanie wynika bezpośrednio z poprzedniego. Trzeba zapamiętać, że dzieciom, szczególnie tym młodszym, trudno jest odróżnić **naszą dezaprobatę wobec tego, co robią, od oceny tego, kim są**. Każdą krytyczną uwagę odnośnie wykonania jakiegoś zadania, mogą odczytać jako odrzucenie ich samych. Dziecko potrzebuje czuć, że jest kochane **miłością bezwarunkową**. Gdy widzi, że złościśmy się o coś, co zrobiło źle, może dojść do wniosku, że go już nie lubimy czy nie kochamy. To dla dziecka niezwykle trudne i bolesne doznanie! Dlatego warto się upewnić, czy dziecko czuje naszą miłość i rozumie, że nasza dezaprobatą nie wpływa na to uczucie. Np. gdy dziecko zniszczy coś, najlepiej wyjaśnić „Nie jestem na Ciebie zła. Jestem zdenerwowana, bo lubiłam ten wazon”. Kolejną istotną kwestią jest odpowiedni **dobór uwag krytycznych**. Ważne, aby odnosiły się bezpośrednio do nieaprobowanego zachowania, a nie do samego dziecka. Słowa „Byłeś dzisiaj niezośny” są krzywdzące i tak naprawdę nic nie mówią. Słowa „Jest mi przykro, że nie pozmywałeś” są znacznie skuteczniejsze! Unikaj przymiotników „głupi, okropny, niedobry, nieodpowiedzialny”. To nie Twoje dziecko takie jest, a tylko jego konkretne zachowanie! Zarówno Ty, jak i Twoje dziecko, musicie znać tę różnicę. Dzieci, które czują akceptację i bezwarunkową miłość są mniej uzależnione od aprobaty innych w późniejszym życiu. Są pewniejsze siebie, radośniejsze i nie boją się podejmować nowych wyzwań.

##### Negatywne uczucia są złe

Trudno jest wyrażać negatywne emocje takie jak frustracja, lęk, smutek, żal czy gniew. Rodzice, którzy sami nie potrafią tego robić, często wpajają dzieciom przekonanie, że takie uczucia są złe i ich okazywanie jest nieestosowne. Często aktywnie tłumimy w dzieciach te uczucia, bagatelizując ich słowa lub wprost zaprzeczając im (*Prześmiać się mazac, chłopcy nie płaczą* albo *Nie martw się, jest wielu chłopców na świecie*). Zamiast tego powinniśmy zawsze **akceptować uczucia dziecka** i uzmysławiać im, że mają do nich prawo i że nawet **negatywne emocje są normalne**.

##### Wszyscy muszą mnie lubić

Często wpajamy dzieciom, że bardzo ważna jest aprobaty innych. Uczymy ich, że powinni być opiekuńczy i sympatyczni oraz szanować autorytety. Gdy poprzestaniemy na tym, wiele dzieci w dorosłym życiu

będzie czuło, że jeśli ktoś je nie lubi, to coś zrobiły źle. Powinniśmy uświadomić im, że nie są w stanie zadowolić wszystkich, że w życiu nie da się uniknąć konfliktów. Warto tłumaczyć dziecku, że jeśli ktoś ma odmienne zdanie, to nie musi ono służyć do niego dostosowywać, aby zyskać sympatię. Powinno **czuć się pewnie wyrażając swoją opinię**.

##### Popełnianie błędów lub proszenie o pomoc jest złe

Gdy krzyczymy na małe dziecko, które przypadkiem rozlało kompot przy stole, uczymy je, że nie ma prawa popełniać błędów. To wywołuje w nim paniczny lęk oraz ogromne poczucie winy przy każdym, nawet najmniejszym potknięciu. Zamiast tego powinniśmy **ze zrozumieniem i akceptacją podejść do niepowodzenia dziecka**. Pokazać mu, jak wyrzucić rozlany kompot czy przytulić, gdy nie uda się zdać egzaminu. Nauczmy też dzieci, że **warto prosić o pomoc**. Nikt z nas nie jest samowystarczalny, a już na pewno większość rzeczy łatwiej dokonać, gdy ma się wsparcie. Wpajamy dziecku, że prośba o pomoc w zadaniu nie jest porażką. Okażmy zrozumienie dla jego niewiedzy i pokażmy, że ma prawo czegoś nie umieć. Gdy dziecko to zrozumie, nie będzie się bało np. podnieść ręki w klasie i poprosić o wyjaśnienie zadania czy poprosić Ciebie o pomoc w opanowaniu jazdy samochodem. Dzięki temu wrośnie jego samoocena i pewność siebie.

##### Błąd 2: Nieświadome nagradzanie złego zachowania

Przyjrzyjmy się jednej z najsilniejszych potrzeb dziecka - potrzebie **skupienia na sobie uwagi** rodzica lub opiekuna. Dzieci nie znoszą bycia ignorowanym, dlatego chętniej wywalczą sobie uwagę negatywną, krytyczną, byle tylko zyskać nasze zainteresowanie. Gdy poskapimy im naszej pozytywnej uwagi i pochwał, wkrótce wywołamy u dziecka próby zwrócenia na siebie uwagi poprzez złe zachowanie. Masz na głowie **wiele spraw**. Rano szybko odwozisz dziecko do szkoły, jedziesz do pracy, po 8 godzinach odbierasz dziecko. W pośpiechu jeszcze jakieś zakupy, a potem szybkie przygotowanie obiadu. Przy stole wreszcie możesz zamienić ze swoim partnerem kilka słów. Nagle Twoje dziecko zaczyna wyrzucać jedzenie z talerza i **ogarnia Cię złość**. Zaczynasz je upominać, gdy to nie skutkuje, krzyczysz. Mówisz mu, że jest niegrzeczne i tylko dokłada Ci pracy. **Stop**.

Przyjrzyjmy się jeszcze raz temu scenariuszowi, żeby zobaczyć, co tak naprawdę tego dnia się wydarzyło. Twoje dziecko rano **staralo się** jak najszybciej ubrać się i zjeść śniadanie. Pewnie nie zauważyłaś nawet, że **grzebiecnie** usiadło w samochodzie i samo zapięło sobie pasy. Gdy odebrałaś je ze szkoły, pojechało z Tobą na zakupy. **Pomagalo** Ci wkładać produkty do wózka, później spokojnie czekało w kolejce i **nie marudziło**. Gdybyś spojrziała uważniej, zobaczyłabyś, że było zmęczone, gdy siadało przy stole. Nigdy nie przepadało za tą potrawą, w szkole miało sporo stresu, a teraz jeszcze nikt nawet nie zapytał, jak się czuje. Postanowiło sprawić, że **wreszcie go zauważysz!** Skutecznie. Skoro nie otrzymał uwagi, gdy był grzeczny i pomocny, to wypróbował drugą metodę. Co się stało, gdy zaczęłaś zwracać na dziecko uwagę, gdy było niegrzeczne? Nagrodziłaś je! Często nawet **Twój krzyk czy klaps jest nagrodą**, bo dziecko otrzymało Twoją uwagę, na której mu zależało. Anagoda tylko wzmacnia w dziecku tę metodę zdobywania Twojej uwagi.

Aby nie dopuścić do takiej sytuacji, należy zwracać baczną uwagę na zachowanie dziecka i szukać wszystkich **pozytywnych zachowań**. Gdy tylko takie dostrzeżemy, **chwalmy je!** Pokażmy, że się cieszymy, że widzimy, że doceniamy. Zwiększymy skuteczność naszych pochwał, gdy będziemy zwracać uwagę na **konkretne zachowania**. Samo „Byłeś dzisiaj grzeczny” nie przekazuje dziecku wielu informacji. Nie wie ono, co zrobiło dobrze, czym pomogło rodzicom. Znacznie lepsze są konkretne, sprecyzowane pochwały „Dziękuję, że pomogłeś mi w sklepie pakować zakupy i tak cierpliwie czekałeś w kolejce.” Gdy zależy nam na nauczaniu dziecka trudniejszego zadania, nie oczekujemy, że od razu wykona je perfekcyjnie. Zamiast tego zwiększamy jego motywację do kolejnych prób, przez **chwalenie jego starań**, np. „Bardzo ładnie poskładałaś swoje skarpetki! Jestem z Ciebie bardzo dumna. Pokażę Ci jak poskładać podkoszulki.” Gdy wracasz z wywiadówki i patrzysz na oceny swojego dziecka: 4 piątki i jedna dwójka - **masz wybór**. Możesz skoncentrować się na dwóch iskrzytkowatych dziecku. Poczuj się zawstydzony i wzmoćni się w nim poczucie porażki. Możesz zamiast tego podbudować jego samoocenę i motywację, chwaliąc wszystkie piątki i zauważając, jakiej samodyscypliny i pracy wymagały. Na końcu dopiero zwróć uwagę na to, że dziecko dostało dwójkę. Zapytaj, czy potrzebuje pomocy w nauce lub zaproponuj, że razem spojrzycie na ten przedmiot. Dziecko poczuje się docenione i zachęczone do dalszej pracy - warto poprawić przedmiot, skoro rodzice pochwalili za piątki!

Pamiętaj, **Twoja uwaga to nagroda dla dziecka**. Wybierz, czy wolisz nagradzać negatywne czy pozytywne zachowanie.

##### Błąd 3: Brak konsekwencji

Mimo zagorzalej dyskusji na temat **liberalnego isurowego wychowywania** dzieci, tak naprawdę obrany system nie stanowi o tym, czy dziecko będzie dobrze wychowane. Żadna z tych dróg nigdy nie

przyniesie efektów, gdy nie będzie **realizowana konsekwentnie**.

Konsekwencją jest **stosowanie się do przyjętych zasad**. Bez względu na to, czy ustalamy je autonomicznie, czy we współpracy z dzieckiem, każda zasada musi być respektowana przez nas, jeśli chcemy, aby respektowała ją również dziecko. Łamanie danego słowa lub niespełnianie zapowiedzianej kary, załamuje **poczucie dziecka o stałości i wartości zasad**. Dziecko szybko zacznie sprawdzać, gdzie przebiega granica, ile razy może postąpić źle, zanim rodzic rzeczywiście zareaguje. Warto przy tym pamiętać, że każde powtórzenie ostrzeżenia jest osłabieniem zasady - sugeruje ono, że poprzednie ostrzeżenie nie miało wartości. Jeśli więc mówisz dziecku, że jeśli nie pozmywa, to nie będzie mogło później iść spać, to nie wdawaj się z nim w dyskusję, tylko **po jednym ostrzeżeniu konsekwentnie zrealizuj ustaloną zasadę**.

Podobnie oczywiście jest z obietnicami nagrodami. Jeśli ustalimy, że za konkretne domowe obowiązki dziecko będzie mogło nocować u kolegi, to nie możemy po spełnieniu warunku przez dziecko uchylić się od realizacji ustalonej zasady. W ten sposób zakomunikowalibyśmy dziecku, że **nasze obietnice nie są nic warte**.

Większość nieporozumień między rodzicami a dziećmi dotyczy sprawnego wykonywania porannych i wieczornych czynności. Częste są konflikty i przepychanki przy np. wstawaniu z łóżka, ubieraniu się, odrabianiu lekcji czy sprzątaniu. Aby do tego typu nieporozumień nie dochodziło, najważniejsze jest ustalenie **uporządkowanej struktury czynności**, która będzie konsekwentnie realizowana. Porozmawiaj z dzieckiem i wspólnie ustalcie idealny rozkład czynności. Potem tak konsekwentnie, jak to tylko możliwe, realizujcie go każdego dnia. Po pewnym czasie dzieci wdrożą się w taki plan dnia, a **poczucie stałości i bezpieczeństwa** znacznie obniży stres spowodowany koniecznością wykonania pewnych obowiązków. Jeżeli wiesz, że nastąpi wydarzenie, które wpłynie na zmianę rytmu dnia, poinformuj dziecko o tym wcześniej i wyjaśnij powody oraz t, jakie zmiany nastąpią.

Konsekwencja jest najważniejszym czynnikiem, który decyduje o skuteczności kary. Lepiej stosować **lżejsze czy krótsze kary**, które będą **realizowane konsekwentnie** niż kary długie i trudne w realizacji. Gdy ustalisz dziecku karę niewychodzenia z domu przez miesiąc pewnie wiele razy zdarzy Ci się przystać na złagodzenie kary.

Oczywiście, niezwykle ważne jest to, aby **rodzice byli zgodni w sprawie zasad i konsekwencji**. Unikną wtedy rozdzielania przez dzieci i próby wykorzystywania tego, że jedno z nich jest bardziej pobłażliwe i obroni przed drugim. Ustalone zasady muszą być konsekwentnie realizowane przez wszystkich członków rodziny w takim samym stopniu. Dzięki temu dziecko nie będzie musiało ciągle sprawdzać, jakie zasady panują w tym tygodniu.

Konsekwentne realizowanie zasad to jedno z **najtrudniejszych wyzwań** dla rodziców. Trudno jest dać jedno ostrzeżenie i wymierzyć karę, gdy jesteś zdenerwowany albo bardzo się spieszysz. Trudno w tak szalonym tempie życia dbać o stały rytm dnia. Pamiętaj, że **masz prawo do popełniania błędów** i jeśli tylko włożysz wysiłek w wypracowanie w sobie konsekwencji, szybko zauważysz, że popełniasz coraz mniej błędów. Nie oceniaj się zbyt surowo, ale miej też odwagę przyznać, gdy nie uda Ci się dotrzymać obietnicy czy trzymać się ustalonych zasad.

#### Błąd 4: Komunikacja zamknięta

Wraz z dorastaniem naszego dziecka istnieje coraz mniej możliwości bezpośredniego wpływu na jego zachowanie. Zresztą, w wychowywaniu nie chodzi przecież o to, by ciągle prowadzić za rękę i dawać klapsy. **Im starsze dziecko**, tym ważniejszą rolę w procesie wychowywania zajmuje **komunikacja**. Dotyczy to szczególnie problemów dorastających dzieci, ale warto pamiętać, że model komunikacji z dzieckiem kształtujemy już od jego najmłodszych lat. Niestety, często wybieramy model komunikacji zamkniętej.

**Komunikacja otwarta zakłada dwustronny przepływ informacji oraz emocji**. Gdy zamknijemy kanał, przez który komunikuje się dziecko i „nadajemy” tylko my, komunikacja przyjmuje charakter zamkniętej. Kluczem do otwartego porozumiewania się jest umiejętność uważnego słuchania. Często jednak po usłyszeniu komunikatu dziecka, wpadamy w rolę rodzica, który sam szybko ucina problem **nakazując, pouczając, obwiniając lub bagatelizując**. Przyjrzyjmy się tym 4 strategiom niszczenia otwartej komunikacji.

##### Rodzic autorytarny

„*Nic mnie to nie obchodzi, masz natychmiast przyjść i poodkurzać!*”

„*Powiedziałem, że masz to zrobić!*”

W tym modelu komunikacji uczucia dziecka są zazwyczaj ignorowane, a często wprost dyskredytowane. Rodzice przejawiający tendencję do tej formy komunikacji często przerywają dzieciom, wydają rozkazy nieznoszące sprzeciwu. Dziecko czuje się lekceważone, a jego uczucia często zostają zanegowane.

##### Rodzic pouczający

„*Nie powinieneś się tak czuć, przecież to tylko głupie zawody!*”

Ten styl komunikacji polega na szybkim zablokowaniu kanału dziecka. Jak tylko rodzic słyszy o problemie, ma gotową radę czy całe kazanie. Często mówi dziecku, co powinno zrobić, a nawet co powinno czuć! Uczucia dziecka są często negowane, uznawane za nieodpowiednie.

##### Rodzic obwiniający

„*Mówiłem, że tak się stanie!*”

„*Taki niedokładny projekt? Czy Ty w ogóle myślisz, co robisz? Przecież to nigdy nie zadziała!*”

Ta strategia często ma na celu ukazanie wyższości rodzica nad dzieckiem. Dlatego, gdy rodzic mający tendencję do obwiniania, usłyszy o problemie dziecka, zaraz sobie przypomni, że przecież już kiedyś go ostrzegał, że to się tak skończy. Nawet gdy dziecko przyjdzie z pozytywnymi emocjami, rodzic znajdzie pretekst do zawstyżenia dziecka. Jest to szczególnie dotkliwie dla dziecka, bo często jego pomysły lub problemy są pomniejszane i wyszydzane.

##### Rodzic bagatelizujący

„*Nie płacz, to przecież był tylko chomik!*”

„*Jutro będzie lepiej!*”

Lęk przed wchodzeniem głębiej w problemy dziecka lub zwykły brak czasu często skutkują bagatelizowaniem i szybkim zbywaniem problemu dziecka. Rodzic myśli, że szybkie słowa pocieszenia załatwią sprawę. Niestety, często przekazują tak naprawdę komunikat, że nie rozumieli problemu dziecka. Zanim powie się ucinający banał na pocieszenie, warto się zastanowić, jakie emocje przeżywa dziecko.

Oczywiście, nie sposób uniknąć wchodzenia w powyższe strategie. Często w pośpiechu czy irytacji zdarza nam się nie zastanowić nad tym, co dziecko powiedziało. Znacznie wygodniej jest szybko uciąć kwestię nakazem, pouczeniem, oskarżeniem lub zignorowaniem problemu. Należy być jednak świadomym, że są to techniki **burzące otwartą komunikację i zniechęcające dziecko** do przychodzenia do nas ze swoimi smutkami i radościami!

##### Komunikacja otwarta

W czym tkwi sekret? Jak już we wstępie zaznaczyłam, kluczem jest **uważne słuchanie**. Gdy wsłuchasz się w komunikat dziecka, dojrzysz oprócz **warstwy treściowej** także o wiele ważniejszą **warstwę emocjonalną**. Oczywiście, nie jest to możliwe przy słuchaniu połowicznym, kiedy myślami jesteś przy innych sprawach. Wówczas lepiej powiedzieć dziecku, że poświęcisz mu czas za 15 minut. Zawsze podawaj **realny i konkretny czas**, a kiedy dziecku uda się cierpliwie poczekać, pamiętaj o **docenieniu** tego! Gdy dziecko zakomunikuje Ci swój problem (ale także pozytywną nowinę!) zastanów się, jakie uczucia mu towarzyszą. **Czy informacja o złej ocenie jest tylko taką informacją?** Pod poziomem treściowym znajduje się drugi. Może ten komunikat kryje w sobie **poczucie niesprawiedliwości?** A może **wstydu?** Może **niezadowolona z siebie?** Dzieci często nie potrafią zwerbalizować tych emocji w pierwszych chwilach. Potrzebują podpowiedzi, która będzie poparta zrozumieniem i akceptacją.

- *Mamo, Marcin powiedział, że jestem głupi.*

- *Nie przejmuj się, to nic wielkiego.*

- *Nic nie rozumiesz!*

W powyższym scenariuszu rodzic wybrał szybkie ucięcie tematu poprzez zbagatelizowanie problemu dziecka. Gdyby spróbował dotrzeć do emocjonalnej warstwy komunikatu, rozmowa mogłaby potoczyć się inaczej:

- *Mamo, Marcin powiedział, że jestem głupi.*

- *Pewnie poczułeś się zraniony, kiedy tak powiedział.*

- *Tak. Nie spodziewałem się, że może być tak niemili.*

W drugim przypadku potwierdzenie emocji dziecka, zachęciło je do próby dokładniejszego wyrażenia tego, co poczuło. Tym razem wiedziało, że **ma prawo czuć się dotknięte i że jego uczucia są rozumiane i akceptowane**. Z kolejnym problemem z pewnością również zwróci się do swojej mamy.

Oprócz komunikatu słownego, zwracaj uwagę na gesty i mimikę swoją oraz dziecka. Nie pomijaj milczeniem niezadowolonej miny dziecka; zauważ, że pewnie nie zgadza się z tobą, bo wywraca oczy. Przyjrzyj się też swojej mowie ciała. Pochyl się ku dziecku, potakuj i od czasu do czasu uśmiechnij się, by odczuło, że chętnie je słuchasz. Przede wszystkim oderwij się od innych zajęć i zwróć ciało oraz spojrzenie na dziecko.

Otwarte porozumiewanie się z dzieckiem to podstawa, która będzie ważna **przez całe jego życie**. Załagodzisz problemy dojrzenia, jeśli Twoje dziecko będzie przyzwyczajone do opowiadania Ci o swoich troskach. Zmniejszysz ilość konfliktów z rodzeństwem czy rówieśnikami, kiedy pokażesz, jak aktywnie słuchać i rozumieć uczucia innych. Warto włożyć wysiłek i przełamywać schematy komunikacji zamkniętej. **Komunikacja otwarta to piękny prezent dla Ciebie i Twojego dziecka.**

Beata Kowalik



## W rodzinie siła...

W poprzednim numerze „Echa Końskowoli” rozpoczęliśmy zupełnie nowy cykl artykułów, poświęcony zagadnieniom szeroko pojętego rodzicielstwa. Pani Paulina Śmiałowska jest doułą (nie położną, jak podano w poprzednim numerze pisma w wyniku błędu redakcji – przyp. red.), członkinią cenionego Stowarzyszenia Doula w Polsce, czyli osobą zapewniającą ciągle niemedyczne, fizyczne, emocjonalne i informacyjne wsparcie dla matki i rodziny na czas ciąży, porodu i po porodzie. Ponadto pani Paulina promuje karmienie piersią (dyplomowany Promotor Karmienia Piersią), zajmuje się instruktorem noszenia dzieci wchustach i nosidłach miękkich oraz prowadzi spotkania ogólnopolskiej grupy wspierającej i informacyjnej **Pozytywnie o Porodzie**. Jako pasjonatka swojej pracy, planuje podejmowanie kolejnych inicjatyw. Autorka artykułu ma na celu promowanie dobrych praktyk i zwyczajów okołoporodowych oraz świadomego i zaangażowanego rodzicielstwa. Pani Paulina Śmiałowska zechciała podzielić się z Czytelnikami „Echa Końskowoli” swoją profesjonalną wiedzą i doświadczeniem.

**„Niezależnie od tego, gdzie i jak kobieta zamierza urodzić, to doświadczenie wpłynie na jej emocje, umysł, ciało i duszę do końca jej życia.” Ina May Gaskin**

W związku ze zbliżającym się Międzynarodowym Tygodniem Douli (22-28 marca) w całej Polsce będzie odbywać się mnóstwo warsztatów, spotkań, pokazów filmowych i konsultacji związanych z tematyką okołoporodową, zwieńczonych Kręgiem Opowieści Porodowych – spotkaniem dla kobiet, które mają potrzebę opowiedzenia swojej historii porodowej, które chciałyby zostać wysłuchane. Takie spotkanie odbędzie się również w naszej okolicy. Dlatego chciałabym Państwu przybliżyć kwestię tego kim właściwie są doule i czym się zajmują.

**Doula** w starożytnym języku greckim to „kobieta, która służy”. Współcześnie to przeschkołona kobieta, która w profesjonalny sposób wspiera matkę, a także jej bliskich w czasie ciąży, porodu oraz porodu. To osoba, która wierzy w to, że poród jest dla kobiety jednym z najważniejszych momentów w życiu, a także że może być źródłem ogromnej siły. Doula pomaga przygotować się do tej chwili w sposób dla danej kobiety i jej bliskich najbardziej satysfakcjonujący, zgodnie z ich wyborami (niezależnie od tego czy planowany jest poród siłami natury czy poprzez cesarskie cięcie, w szpitalu, w domu czy w domu narodzić). Doula podąża za wyborami kobiety, wspiera ją i dba o jej komfort, o to, by wspomnienia z okresu okołoporodowego były jak najlepsze, a sam poród stał się wydarzeniem jak najpełniejszym i dającym poczucie siły. Pomaga łagodnie wejść w świat rodzicielstwa, oswoić nowe emocje, służy profesjonalnym wsparciem w tematach karmienia piersią, pielęgnacji poporodowej i noworodka. Otacza troskliwym wsparciem, które umocni w Was poczucie bycia kompetentnym i najlepszym rodzicem dla swojego dziecka.

### Wsparcie fizyczne:

- niesie ulgę - w trakcie porodu stosuje cały wachlarz nefarmakologicznych metod łagodzenia bólu,
- podpowiada jak możesz się poruszać, oddychać i pracować głosem, aby poród przebiegał jak najsprawniej,
- komfort kobiety jest dla niej priorytetem - dba o uzupełnianie płynów, obetrze pot z czoła, pomoże przyjąć dogodną pozycję lub kiedy kobieta tego potrzebuje przytuli,
- pomaga w pierwszym przystawieniu dziecka do piersi.

### Wsparcie informacyjne:

- bazując na aktualnej wiedzy dostarcza rzetelne informacje, pokazuje różne drogi i możliwości,
- w trakcie porodu wspiera komunikację między rodzącą (i jej bliską osobą) a personelem medycznym,
- wyjaśniania nieznanne pojęcia,
- zapewnia bazę kontaktów konkretnych specjalistów, jeżeli

potrzeby rodzącej wychodzą poza kwalifikacje douli.

### Wsparcie emocjonalne:

- dodaje odwagi,
- okazuje zrozumienie i akceptację,
- pomaga oswoić lęk przed porodem,
- pomaga oswoić nowo pojawiające się w czasie porodu i po narodzinach dziecka emocje,
- wspiera osobę bliską, podpowiada jej jak może pomóc rodzącej, jest dla niej „wentylem bezpieczeństwa”,
- po porodzie pomaga łagodnie wejść w świat rodzicielstwa.

Doula zapewnia gotowość i wyłączenie porodową 24/7 już 2 tygodnie przed planowanym terminem porodu.

### Badania dr Marshalla Klaus i dr Johna Kennela pokazują, że obecność douli wpływa na:

- skrócenie czasu porodu o 25%
- zmniejszenie odsetka cięć cesarskich o 50%
- zmniejszenie odsetka porodów kleszczowych o 40%
- zmniejszenie ilości podanej oksytocyny o 40%
- rodząca lepiej radzi sobie ze skurczami, zmniejszenie ilości podanych środków przeciwbólowych o 30%
- zmniejszenie liczby prób o znieczuleniu o 60%
- pogłębia się więź i poprawia współpraca między rodzącą a jej partnerem,
- rodząca ma większe poczucie kompetencji jako matka,
- rzadziej występują problemy z karmieniem piersiami.

Obecność douli nie wyklucza obecności osoby bliskiej. **Doula wspiera także osobę towarzyszącą, dodaje jej odwagi, podpowiada jak być aktywnym i pomocnym uczestnikiem porodu.** Niekiedy doula jest takim „wentylem bezpieczeństwa” dla osoby towarzyszącej, dając jej poczucie, że gdyby sytuacja ją przerosła może na chwilę wyjść, mając pewność, że kobieta rodząca jest w pełni zaopiekowana i wsparta.

Doula nie jest położną, nie powinna ingerować w decyzje medyczne, nie stanowi więc konkurencji dla położnych. Obecność prywatnej położnej nie wyklucza obecności douli. **Praca położnej i douli wspólnie się uzupełniają, i wspierają.** Wspólnie zapewniają kobiecie holistyczną opiekę, zwiększając jej poczucie bycia zaopiekowaną.

Warto wiedzieć, że doule zrzeszone w Stowarzyszeniu Doula w Polsce mają wytyczone Standardy Pracy i Kodeks Etyczny, którego przestrzegają.

### Międzynarodowy Tydzień Douli:

**27 marca (piątek) o 17:30** odbędzie się spotkanie w **Kręgu Opowieści Porodowych** na które zapraszam wszystkie kobiety, które chciałyby podzielić się z innymi swoją porodową historią. Spotkanie jest **bezpłatne** i odbędzie się w **Domu Kultury Amik, na ul. Skłodowskiej 4 w Puławach**. Serdecznie zapraszam.

Na koniec chciałabym się jeszcze z Państwem podzielić pewną inicjatywą o której ostatnio było w mediach głośno. **Lepszy Poród** jest akcją, która ma na celu walkę na rzecz lepszego, czyli opartego na faktach i zgodnego z prawem, porodu poprzez: edukowanie kobiet spodziewających się dziecka, wsparcie kobiet, które już urodziły oraz dostarczanie personelowi medycznemu ważnych naukowo informacji. Pragnę podkreślić, że historia i głos każdej kobiety mają znaczenie – bez względu na to czy miała wspaniały poród czy przeżyła koszmar. Działamy, by nasze siostry, koleżanki, córki miały lepsze porody! Dlatego proszę Was drogie Panie o wsparcie w postaci wypełnienia krótkich ankiet informacyjnych dostępnych do połowy marca na stronie internetowej: <http://lepszyporod.pl/lepszy-porod-liczymy-sie/> **ipodpisanie petycji do premier Ewy Kopacz i Ministra Zdrowia dotyczącej łamania praw na porodówkach:** [https://secure.avaaz.org/pl/petition/Ewa\\_Kopacz\\_Premier\\_Bartos\\_z\\_Arlukowicz\\_Minister\\_Zdrowia\\_Stop\\_lamaniu\\_praw\\_na\\_poro\\_dowkach/](https://secure.avaaz.org/pl/petition/Ewa_Kopacz_Premier_Bartos_z_Arlukowicz_Minister_Zdrowia_Stop_lamaniu_praw_na_poro_dowkach/)

Zachęcam Was też do wystawiania opinii o szpitalu w którym rodziłyście, Wasze opinie są pomocą w podjęciu decyzji przez kobiety przygotowujących się do porodu. <http://www.gdzierodzic.info>

Paulina Śmiałowska

## Jak przestać chrapać? Laserowe – nieinwazyjne i skuteczne leczenie chrapania



Prawie połowa osób dorosłych chrapie sporadycznie, nie zdając sobie z tego sprawy. Powszechnie uważa się, że częściej chrapią mężczyźni, ale okazuje się, że od około 50 roku życia, kobiety mogą chrapać również często.

Chrapanie uważane jest za objaw wstydliwy, który pogarsza jakość naszego życia. Szczególnie mocno objaw ten krępuje chrapiące kobiety, gdyż kojarzony jest z cechą męską. W populacji pacjentów po 60 roku życia chrapanie dotyczy już około 60%

mężczyzn i 40% kobiet. Niewielu z nich wie, że ta dolegliwość może mieć negatywny wpływ na zdrowie i ogólne samopoczucie w ciągu dnia.

Dlaczego chrapiemy? Co sprawia, że bezwiednie wydajemy odgłosy o typie charczenia? Czym są one spowodowane?

Zjawisko chrapania powstaje na skutek wibracji podniebienia miękkiego w czasie snu. Gdy podniebienie miękkie wibruje w czasie wdechu i wydechu mamy do czynienia z chrapaniem, gdy zapada się blokując przepływ powietrza w drogach oddechowych, występuje obturacyjny bezdech senny. Gdy mięśnie twarzy, jamy ustnej i gardła stają się wiotkie w czasie snu tkanki miękkie pozbawione napięcia mięśniowego zapadają się. Przekrój drogi dla pasażu powietrza zmniejsza się, a przy stałej objętości wdechu, powoduje to wzrost prędkości przepływającego powietrza. Aby przeciągnąć powietrze przez zwężone zapadającym się podniebieniem górne drogi oddechowe, przepłona i mięśnie klatki piersiowej generują większe podciśnienie w czasie wdechu. To podciśnienie wytwarza siłę unoszącą zapadnięte podniebienie miękkie podobną do sił jakie występują na krawędzi skrzydeł samolotu. Opisane zjawiska są przyczyną zaburzeń równowagi sił występujących w drogach oddechowych. Powstałe siły aerodynamiczne pokonują naturalne napięcie tkanek i wprawiają podniebienie miękkie w drgania. Drgania tkanek są przyczyną męczących dźwięków podczas wdechu. Gdy wartość ujemnego ciśnienia w czasie wdechu przekroczy punkt krytyczny, przy zapadniętym podniebieniu miękkim i wiotkich mięśniach dochodzi do całkowitego zamknięcia drogi przepływu powietrza, czyli obturacyjnego bezdechu sennego. Charakterystyczną cechą tych zaburzeń, które możemy nazwać również dusznością nieuświadomioną, jest znaczne utrudnienie lub brak przepływu powietrza przez górne drogi oddechowe w czasie snu pacjenta.

Do czego może doprowadzić nieleczone chrapanie? Czy „niewinne nocne charczenie”, może zagrażać życiu lub zdrowiu?

Otóż, konsekwencją tych anomalii jest niedotlenienie organizmu. Pacjent każdej nocy może mieć słycony oddech, bądź całkowicie przestać oddychać w wyniku obturacji górnych dróg oddechowych lub braku aktywności napędu oddechowego. Wysycenie tlenem krwi tętniczej spada wówczas do wartości nawet poniżej 50%, a serce naprzemiennie zmienia swój rytm. Nieleczone Zaburzenia Oddychania Podczas Snu (ZOSP), rozwijać się może przez wiele lat powodując stopniowe i nieodwracalne spustoszenia w organizmie. Może doprowadzić także do nagłego i przedwczesnego zgonu w wyniku zawału

serca, udaru mózgu czy zaburzeń rytmu serca.

Jak mówi dr Iwona Pytlak: „U zdecydowanej większości pacjentów mamy do czynienia z częściową obturacją górnych dróg oddechowych, a więc ze wzmożoną opornością górnych dróg oddechowych oraz spłyconiem oddychania”.

Czy możliwe jest wyleczenie chrapania? Czy wczesne rozpoznanie choroby daje szansę na pozbycie się wstydliwego problemu, który dotyka coraz więcej populacji? Co zrobić, aby zwiększyć swoje szanse na dłuższe życie i poprawić komfort podczas snu zarówno sobie jak i domownikom?

Wykrycie choroby we wczesnym stadium pozwala na przywrócenie prawidłowej drożności górnych dróg oddechowych, a w szczególności fizjologicznej drogi poprzez przewody nosowe i niedopuszczenie do rozwoju zaburzeń ogólnoustrojowych. Ważne jest zachowanie czujności związanej z pierwszymi objawami: chrapanie (świadczące o istnieniu patologii powodującej zaburzenie swobodnego przepływu powietrza), poranne zmęczenie, bóle głowy, nadmierna senność w czasie dnia.

Jak pozbyć się problemu chrapania i towarzyszących mu dolegliwości? Nieinwazyjny zabieg przy użyciu lasera erbowego w Przychodni Pro Family Med wykonuje się w celu namnażania włókien kolagenowych i poprawy ich sprężystości. Procedura nie wymaga premedykacji pacjenta, znieczulenia pola zabiegowego

i ograniczeń w diecie po terapii co jest wymagane we wszystkich zabiegowych metodach leczenia chrapania.

Zabieg polega na laserowym naświetlaniu struktur gardła tj. podniebienia miękkiego, języczka, łuków podniebiennych, oraz bocznych powierzchni nasady języka. Zaleca się przeprowadzenie trzech sesji w 1, 15 i 45 dniu cyklu zabiegowego. Zabieg jest niemal bezbolesny, nie wymagający znieczulenia i nie wywołujący efektów ubocznych. W konsekwencji wyspowego oddziaływania termicznego dochodzi do skurczenia się obszaru naświetlonego, oraz stymulacji produkcji włókien kolagenowych, co zwiększa sprężystość leczonych struktur. W trakcie zabiegu aplikuje się około 6000 - 7000 impulsów, zależnie od stopnia nasilenia wiotkości struktur gardła. Pierwsze efekty pojawiają się po 4 tygodniach, a ostateczne rezultaty po ok. 2 miesiącach od ostatniego zabiegu.

Wyniki badań leczonych laserowo pacjentów są obiecujące, a metoda jako bezpieczna i nieinwazyjna dla pacjenta, przy niskim koszcie terapii, jest bardzo dobrą alternatywą dla innych metod zabiegowych. Według przeprowadzonych badań przez specjalistę otolaryngologa i wieloletniego praktyka w tej dziedzinie, dr Krzysztofa Mirackiego skuteczność przeprowadzonego leczenia zabiegowego wynosi około 80% przypadków. Obiektywne badania przeprowadzone w Klinice Snored na podstawie kwestionariuszy samooceny pacjentów potwierdziły, że zabieg redukuje chrapanie i zmniejsza nasilenie bezdechu śródśennego u pacjentów z tym schorzeniem. W Przychodni Pro Family Med procedurę zabiegową, laserowego leczenia chrapania wykonuje dr n. med. Iwona Pytlak, która odbyła specjalistyczne szkolenia w warszawskich klinikach Snored i Beautymed.

Angelika Pacek  
Asystentka Stomatologiczna  
Rejestratorka Medyczna

PRO FAMILY MED



## Mądra szkapina

Zdarzenie niżej opisane miało miejsce pod koniec lat trzydziestych ubiegłego wieku. Do wsi Opoka przyjechał ze Starostwa urzędnik, tzw. sekwestrator (urzędnik ściągający przymusowo należności od dłużników; egzekutor, komornik – przyp. red), zrobić zajęcie u jednego z gospodarzy. Sekwestratorem okazał się stary Żyd, powszechnie nie lubiany przez społeczność wiejską. Do wioski przyjechał prawdopodobnie dorożką, bo do Końskowoli nie było innej komunikacji, a dotrzeć do Opoki też nie było łatwo, z uwagi na powszechnie błocisko.

Po załatwieniu swoich powinności, sekwestrator udał się do sołtysa, żeby ten wyznaczył podwodę, która zawiezie go do Puław. Sołtys niewiele się zastanawiając, zaprowadził Żyda do pana Michała R., żeby ten odwiózł go swoją furmanką. Pan Michał w odpowiedzi odrzekł, że ma słabego konia, a błoto na Witowskim gościńcu koło „Marka” w Końskowoli jest po kolana i to dla jego konia droga nie do przebycia. Wywiązała się mała sprzeczka i w końcu zmuszony pan Michał stwierdził: „do mojego konia trzeba drugiego konia”. Do rozmowy wtrącił się Żyd, twierdząc że jest on stary i bardzo lekki, nie waży nawet 50 kg i taki ciężar każdy wiejski koń pociągnie. Pan Michał raz jeszcze powtórzył, że „do jego konia potrzeba drugiego konia” i na tym stanęło. Ubrał się ciepło, bo były już jesienne chłody, zaprzął konia, Żyd wgramolił się na furmankę i ruszyli w podróż.



Koń ruszył chyżo, bo w Opocie nie było tak dużego błota. Wjechali na witowski gościńiec, dojechali do „Marka” na przedmieściu Końskowoli, gdzie zawsze było największe bajoro. Koń nagle stanął i nie chce iść dalej. Nie pomogły pokrzykiwania woźnicy, nie pomógł bat, koń na środku bajora stoi jak słup... Postali tak około godziny, Żyd zmarł, błoto wkoło po kolana, a koń spokojnie stoi... Pan Michał odwraca się do Żyda i znów powtarza: „Mówiłem Panu, że do mojego konia trzeba drugiego konia, a Pan mi nie wierzył. Teraz siedź, aja pojedą po drugiego konia”. Tak też zrobił. Zszedł z wozu na hołoble, odpiął postronki od orczyka, wsiadł na konia, odpiął uzdy i nie dotykając się błota, na oklep wrócił do Opoki do sołtysa, zameldować o zaistniałym zdarzeniu. Zanim sołtys znalazł na wsi chętnego wozaka, upłynęła druga godzina – a Żyd siedział zmarznięty na wozie. Kiedy dotarli z pomocą, na wozie sekwestratora już nie było. Utaplany w błocie, zmarznięty, dotarł pieszo do rynku w Końskowoli, a tam rodzina żydowska udzieliła mu pomocy.

Od tego czasu sołtys nie wyznaczał już Pana Michała na żadne podwoje. Po kilku latach Pan Michał opowiedział całą prawdę o podróży z Żydem. Amianowicie: jego koń był już stary, ale bardzo narowisty. Jeżeli woźnica przypadkowo wciął lejce koniowi pod ogon, ten natychmiast stawał, choćby wóz był pusty i jechał z górki. Tę wadę konia wykorzystał Pan Michał wioząc sekwestratora do Puław. Kiedy znajdował się na środku

bajora, gospodarz podciął lejce pod ogon koniowi, a ten natychmiast stanął. Pan Michał doskonale wiedział, że tak będzie, a Żyd nie miał o tym pojęcia. Dlatego skorzystał z sytuacji – żeby już więcej nie wyznaczano go na takie podwoje. Rzeczywiście od tej chwili nigdy nie jeździł on już z urzędnikami, zresztą oni nie chcieli z nim siadać, gdyż fama rozniosła się po całym Starostwie.

Henryk Sulek  
Opoka

## Gminna Biblioteka Publiczna w Końskowoli zaprasza!

### Żyłem i pisałem, krzepiąc serca nadzieją wolności

Od 24 lutego do 10 marca Gminna Biblioteka gościła wystawę Henryka Sienkiewicza „Żyłem i pisałem, krzepiąc serca nadzieją wolności”. Wystawa mająca charakter objazdowy, wykonana została przez pracowników Powiatowej Biblioteki w Puławach Katarzynę Adamowską oraz Kingę Fidler. Celem wystawy jest popularyzacja wiedzy literacko-biograficznej dotyczącej życia i twórczości Henryka Sienkiewicza, rozwijanie wrażliwości literackiej i estetycznej, aktywizacja czytelników do sięgania po utwory Sienkiewicza. Wystawa cieszyła się dużym powodzeniem. Nawet przedszkolaczki z naszego przedszkola miały możliwość jej obejrzenia, kiedy odwiedziły Bibliotekę. Dowiedziały się przy okazji, że kiedy pójdą do szkoły to ich patronem będzie właśnie Henryk Sienkiewicz. W związku z dziesiątą rocznicą nadania imienia Zespołowi Szkół w Końskowoli wystawę będzie można obejrzeć w maju, w Gimnazjum, podczas obchodów rocznicowych.



### Przedszkolaki w Gminnej Bibliotece

5 marca o godzinie 10.00 grupa 5-cio latków z Przedszkola odwiedziła Bibliotekę. Dzieci miały możliwość zapoznania się z księgozbiorem, zobaczyły jak wygląda elektroniczna karta biblioteczna. Dowiedziały się jak mogą zapisać się do biblioteki, choć kilkoro z nich korzysta już z rodzicami z naszego księgozbioru. Przy okazji zwiedziły wystawę o Henryku Sienkiewiczu, która w tym momencie gości w bibliotece. Po spotkaniu dzieci zaśpiewały paniom bibliotekarkom piosenkę o klockach lego oraz wręczyły laurkę.

Tekst, foto: Teresa Dymek  
Bożena Rybaniec



# REKRUTACJA 2015/2016

## DOBRY ZAWÓD TO PEWNA PRACA

### Centrum Kształcenia Zawodowego

## 3-letnia Zasadnicza Szkoła Zawodowa

### ZAWÓD: ELEKTRYK

W roku szkolnym 2015/2016 Centrum Kształcenia Zawodowego prowadzi nabór do klasy pierwszej w zawodzie elektryk. Nie od dziś wiadomo, że posiadanie wykształcenia elektrycznego daje pewną pracę oraz szerokie możliwości działania.

W ramach zajęć uczniowie klasy o specjalności elektryk:

- wykonują montaż i uruchamianie maszyn i urządzeń elektrycznych na podstawie dokumentacji technicznej
- wykonują i uruchamiają instalacje elektryczne na podstawie dokumentacji technicznej
- wykonują przeglądy techniczne, konserwacje i naprawy instalacji, maszyn i urządzeń elektrycznych,
- wykonują konserwacje oraz naprawy linii napowietrznych i kablowych,
- prowadzą konserwacje oraz naprawy układów automatyki,
- montują układy sterowania, regulacji i zabezpieczeń maszyn i urządzeń elektrycznych na podstawie dokumentacji technicznej,
- montują i sprawdzają działanie środków ochrony przeciwporażeniowej na podstawie dokumentacji technicznej.

Absolwenci klasy w zawodzie elektryk uzyskują uprawnienia kontrolno – pomiarowe Stowarzyszenia Elektryków Polskich (SEP).

### ZAWÓD: MECHANIK POJAZDÓW SAMOCHODOWYCH

Uczniowie kształcący się w klasie o profilu mechanik pojazdów samochodowych są specjalistami w dziedzinie naprawy i eksploatacji pojazdów samochodowych oraz diagnostyki samochodowej.

Uzyskane w trakcie nauki umiejętności oraz udokumentowane kwalifikacje, pozwolą absolwentom klasy w zawodzie mechanik pojazdów samochodowych, na podjęcie pracy w takich miejscach jak:

- stacje obsługi pojazdów,
- zakłady produkcyjne oraz naprawcze pojazdów samochodowych.
- salony sprzedaży samochodów a także instytucje zajmujące się obrotem częściami samochodowymi,
- przedsiębiorstwa transportu samochodowego,
- przedsiębiorstwa doradztwa technicznego w zakresie motoryzacji,
- firmy zajmujące się likwidacją i recyklingiem pojazdów samochodowych.

Zajęcia praktyczne klasy o profilu mechanik pojazdów samochodowych, realizowane są w nowoczesnej pracowni samochodowej współpracującej ze stacją diagnostyczną i stacją kontroli pojazdów działającej przy Centrum Kształcenia Zawodowego.

Program nauczania obejmuje bezpłatny kurs prawa jazdy kat. B.

### ZAWÓD: MONTER SIECI, INSTALACJI I URZĄDZEŃ SANITARNYCH

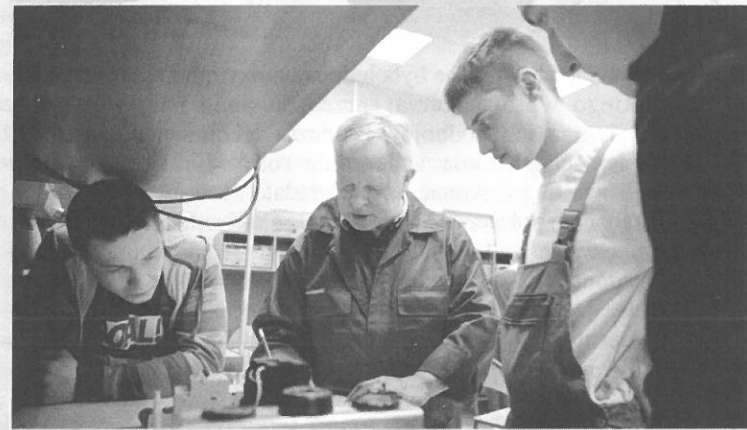
Absolwent naszej szkoły w zawodzie monter sieci, instalacji i urządzeń sanitarnych jest przygotowany do:

- wykonywania robót przygotowawczych związanych z budową sieci komunalnych oraz montażem instalacji sanitarnych,
- wykonywania robót związanych z budową sieci wodociągowych, kanalizacyjnych, gazowych oraz sieci i węzłów ciepłowniczych,
- wykonywania montażu instalacji wodociągowych, kanalizacyjnych, gazowych, grzewczych, wentylacyjnych i klimatyzacyjnych,
- wykonywania robót związanych z konserwacją, naprawą i modernizacją sieci komunalnych oraz instalacji sanitarnych.

### ZAWÓD: OPERATOR OBRABIAREK SKRAWAJĄCYCH

Operator obrabiarek skrawających, po zakończeniu nauki w ZSZ wykazuje się następującymi umiejętnościami:

- Przygotowanie obrabiarek skrawających konwencjonalnych i sterowanych numerycznie do planowanej obróbki
- Wykonywanie obróbki na konwencjonalnych obrabiarkach skrawających zgodnie z wymaganiami dokumentacji technologicznej
- Wykonywanie programu obróbki technologicznej na obrabiarkach sterowanych numerycznie zgodnie z wymaganiami dokumentacji technologicznej



## 4-letnie Technikum

### TECHNIK URZĄDZEŃ I SYSTEMÓW ENERGETYKI ODNAWIALNEJ

Kształcenie w zawodzie technik urządzeń i systemów energetyki odnawialnej to pionierski kierunek nauczania. Potrzeba powstania kierunku wynika z narastających problemów pozyskiwania energii z surowców tradycyjnych i wynikającej z tego konieczności sięgania do źródeł alternatywnych, jako źródeł nienarażonych na bezpośrednie i szybkie wyczerpywanie się.

Centrum Kształcenia Zawodowego w Puławach, jako jedyne w regionie daje możliwość 4-letniego kształcenia na tym prestiżowym kierunku.

Nauka kończy się egzaminem pod nadzorem Okręgowej Komisji Egzaminacyjnej w najnowocześniejszej i jedynej w regionie pracowni energetyki odnawialnej w Centrum Kształcenia Zawodowego.

Pracownia z której korzystają uczniowie technikum, jest wyposażona w sposób kompletny i profesjonalny, co gwarantuje najwyższy poziom kształcenia. W skład bazy dydaktycznej pracowni odnawialnych źródeł energii wchodzi:

1. Stanowiska do obróbki ręcznej i mechanicznej,
2. Stanowiska do wykonywania połączeń rur
3. Stanowiska do montażu instalacji
4. Stanowisko konserwacji i naprawy urządzeń i instalacji w systemach energii odnawialnej
5. Stanowisko montażu instalacji systemów energetyki odnawialnej, w tym:
  - panel polikrystaliczny z układem sterującym
  - panel solarny do ogrzewania ciepłej wody użytkowej
  - bezprzewodowy regulator temperatury do wszelkich urządzeń grzewczych
  - turbina wiatrakowa, regulator, akumulator, przetwornica
  - powietrzna pompa ciepła
  - kocioł opalany biomasą z podajnikiem
6. stanowisko do wykonywania połączeń elektrycznych.

Absolwent uzyskuje tytuł technika urządzeń i systemów energii odnawialnej a rosnąca ilość inwestycji związanych z odnawialnymi źródłami energii daje szerokie możliwości zatrudnienia.

Technicy urządzeń i systemów energii odnawialnej mogą znaleźć zatrudnienie w sektorach:

- energetycznym,
- budowniczym,
- doradztwie energetycznym,
- administracji publicznej.

Dla osób dorosłych, pragnących uzupełnić, poszerzyć, podnieść swoje kwalifikacje proponujemy naukę na Kwalifikacyjnych Kursach Zawodowych. W bieżącym roku mury CKZ opuści pierwsza grupa absolwentów kwalifikacyjnego kursu o specjalności montaż urządzeń i systemów energetyki odnawialnej.

**ZDOBĄDŹ Z NAMI ZAWÓD PRZYSZŁOŚCI**  
**ul. Wojska Polskiego 7, 24-100 Puławy, tel. 81 888 10 10**  
**www.ckz.pulawy.pl**



## KĄCIK GIMNAZJALISTY

ŻYWA LEKCJA HISTORII

Dnia 4 marca, w naszej szkole odbyła się żywa lekcja historii. Lekcję tę przygotowała grupa KERIN. Jest to doświadczona grupa w pracy z młodzieżą i dziećmi. Zajęcia odbywały się w formie scenek. W rolę aktorów - postaci historycznych wcielił się oczywiście uczniowie.



Cała lekcja poświęcona była ludom starożytnym. Zaczęła się od krótkiego wprowadzenia i przedstawienia państwa Grecji i Persji oraz ich podbojów. Podczas lekcji uczniowie mieli możliwość założenia i odegrania roli, dzięki czemu sami mogliśmy się przekonać, jak wyglądało życie w starożytności. Zostały nam pokazane Ateny, dwór króla Kserksesa, Spartańska szkoła życia agoge, pole bitwy pod Termopilami, a także Macedonie. Lekcja była interesująca, a także bardzo zabawna i pouczająca. Mielśmy okazję dowiedzieć się wielu ciekawych i interesujących rzeczy na temat starożytności.

Rafał Rodak i Filip Mańka uczniowie kl. II a

**NASZE GIMNAZJUM PO RAZ TRZECI NA GALI TALENTÓW, CZYLI FINAŁ OGÓLNOPLASKIEGO KONKURSU POETYCKIEGO „ODKRYWAMY TALENTY PRZYSZŁOŚCI”**

Mówiono mi, że nie wypada się chwalić, ale z drugiej strony dobrych wiadomości nigdy zbyt wiele. Spieszę więc z radosną wiadomością. Otóż zdobyliśmy wyróżnienia w VI edycji konkursu „Odkrywamy talenty przyszłości”. 6 marca w Warszawie odbyła się Uroczysta Gala Talentów, czyli finał konkursu, który jest organizowany przez Fundację Nowoczesnej Edukacji Pro Futuro.

Laureaci, nauczycielki dumne ze swych wychowanków oraz Łukasz Nowicki



Pani Agnieszka Franczak – Pać odebrała nagrodę za wiersz swojego autorstwa



W tym roku na konkurs wpłynęło blisko 800 wierszy uczniów szkół podstawowych i gimnazjów z całej Polski. Tematem konkursu były słowa popularnego pisarza Paulo Coelho: „Nie biegnij za szybko przez życie, bo najlepsze rzeczy możesz bezpowrotnie ominąć.” Jury składające się z czterech pań – językoznawców i polonistów pod przewodnictwem pani Krystyny Czubówny, przyznało nagrody i wyróżnienia 40 uczniom gimnazjów i 20 uczniom szkół podstawowych. W gronie finalistów znalazły się aż trzy uczennice z naszego gimnazjum. Na szczególne gratulacje zasługuje Ania Ciupa z kl. III c, która otrzymała wyróżnienie specjalne za zajęcie 10 miejsca. Wyróżnienia otrzymały również: Ada Kęsik ucz. kl. III b i Agnieszka Struzik ucz. kl. II a. Ale to nie koniec dobrych wiadomości, bo nagrodę odebrała także Pani Agnieszka Franczak - Pać za swój wiersz pt. „Zaproszenie...”

Podobnie jak w ubiegłych latach uroczysta gala odbyła się na Sali koncertowej w warszawskiej siedzibie Art-Bem. Zgodnie z tradycją, nagrodzone wiersze czytali i wręczali laureatom nagrody znani aktorzy i dziennikarze. W tym roku byli to Joanna Dukaczewska - dziennikarka polskiego radia i telewizji, Maria Niklińska, aktorka znana między innymi z serialu „Na Wspólnej” oraz z „Klanu”, Józef Mika - doktor z „Ziarna”, Olga Szomańska, aktorka serialu „M jak miłość”, która pięknie zaśpiewała dwie piosenki oraz Łukasz Nowicki, prowadzący teleturcję „Postaw na milion.” Pan Łukasz okazał się bardzo sympatycznym człowiekiem o wesołym i pogodnym usposobieniu. Wśród gości honorowych zabrakło pani Teresy Lipowskiej i Marcina Kwaśnego, których zmogła choroba. Szkoda, że nie było pani Lipowskiej, bo to bardzo ciepła osoba, taka prawdziwa babcia, o czym miałam okazję przekonać się, gdy odbierałam wyróżnienie w ubiegłym roku.

Całą imprezę prowadziła pani Joanna Zasada, główna organizatorka konkursu, która pochodzi z Końskowoli. Na zakończenie pani Joanna pogratulowała wszystkim laureatom i zachęcała do dalszego pisania wierszy i uczestnictwa w przyszłorocznym konkursie. Doceniła rodziców i nauczycieli języka polskiego. Zaprosiła ich na scenę i podziękowała za rozbudzanie w nas wrażliwości na dobro i piękno drugiego człowieka oraz na poezję.

Po części oficjalnej nadszedł czas na zdjęcia i autografy od gości honorowych. Najdłuższa kolejka ustawiła się do pana Łukasza Nowickiego. Naszym fotografem, kamerzystą i drugim opiekunem była pani Iwona Stefanek, której dziękujemy za pomoc i duchowe wsparcie w przygotowaniach do konkursu. W tym wspaniałym dniu byli z nami moi rodzice, którym pragnę podziękować za obecność. Serdecznie gratuluję koleżankom, Ani Ciupie, Adzie Kęsik oraz mojej pani polonistce Agnieszce Franczak – Pać, życząc kolejnych sukcesów w przyszłym roku.

Agnieszka Struzik ucz. kl. II a

**A oto wyróżnione teksty:**

Mijają sekundy, każdą się cieszę,  
To z sekund składa się życie,  
Mijają sekundy, a ludzi rzesze  
Chcą uciec od życia ukrycie.

I pędzą ci ludzie na łeb na szyję,  
Choć zwolnić powinni troszeczkę,  
Omijają życia najlepsze chwile,  
Zrzucając radości czapeczkę.

Mijają minuty dla mnie, dla ludzi,  
Ja wcale się życia nie boję,  
Mijają minuty dusza się budzi,  
Na harce i świata podboje.

Mijają minuty, pełne spokoju,  
Beztroskie, lecz nie o to chodzi,  
To właśnie one sprawiają,  
Że nasze szczęście się rodzi.

Mijają godziny, wspaniałe chwile,  
Z przyjaciółmi i rodziną,  
Mijają godziny, spędzam czas mile,  
I uśmiech na twarzy wypłynął.

Mijają godziny, wolno lecz miło,  
Za oknem cudowny krajobraz,  
Patrzę i czuję, że to się przyśniło,  
Me życie wygląda jak obraz.

Mija sekunda, minuta, godzina,  
Niech ludzie wnet cieszą się chwilą,  
Bądźmy szczęśliwi, niech czas się zatrzyma,  
Wraz z każdą przebytą milą.

Ada Kęsik kl. III b

**ZWOLNIJ**

Po tarczach zegarów  
Małych i dużych,  
Zdobnych i skromnych,  
Tych drogich i tych za groszy parę  
Wskazówki kroczą wytrwale.  
Wszystkim ten sam czas odmierzają  
Za nic urodę, wiek i stan majątku mają.  
Tym, co na kogoś lub na coś czekają,  
Wskazówki zbyt wolno się przesuwiają.  
Dla nich minuta jest całą wiecznością,  
Wypełnioną smutkiem i troską.  
Tym, którzy ciągle się spieszą  
I z sekundnikiem ścigają  
Przypomnieć warto,  
Że z czasem nie wygrają.

Agnieszka Struzik ucz. kl. II a

**ZATRZYMAJ SIĘ**

Dokąd tak pędzisz?  
Dokąd tak gnasz?  
Zatrzymaj się na chwilę,  
Tylko raz odwiedzasz świat.  
Spójrz na rękę,  
Róży cudny kwiat,  
Posłuchaj, jak w koronach drzew śpiewa ptak.  
Zachwyć się tęczą, łukiem jej barw,  
Gdy po burzy ze słońcem brata się świat.  
Spójrz na dziecko,  
Jego szczęśliwe oczy  
I uśmiechniętą, niewinną twarz.  
Naucz się miłością dzielić jak chlebem,  
Naucz się innym oddawać siebie  
Zatrzymaj się, masz czas.  
On płynie i ucieka, ale nie goni nas.  
O nic nie pyta i nie daje rozgrzeszenia.  
Wszystko i wszystkich zmienia.

Agnieszka Struzik kl. II a

**ŻYCIE**

Różne życie ma oblicza,  
W różne suknie stroi się.  
Najpierw w złote, rude, sine  
Z babim latem w berka gra.  
Ze słońcem na wycieczki chodzi,  
Odwiedza łąki, sady, pola, lasy.  
Małuje liście, owoce słodzi,  
Grzyby chowa wśród traw.  
Ptaki wyprawia w daleką drogę,  
Żeby zdążyły dolecieć na czas.  
Pomaga wszystkim zapasy robić,  
Nim do wiecznego snu przygotuje nas.  
Wiatr na długie spacery zabiera,  
Jego podmuch strąca liście z drzew.  
Barwny kobierzec na ziemi rozpościera  
Pod koronami potulnych, śpiących drzew.  
I nagle zmienia swoje oblicze,  
Suknię szaroburą teraz ma.  
Ciężkie chmury po ciemnym niebie goni  
I zimną mgłą otula świat.  
Potem rozpoczyna rzewne koncerty,  
Grubymi kroplami deszczu na szybach gra.  
Przed ludźmi ukrywa słońce,  
W kałużach tonie pole, łąka, park i sad.  
Krótkie dni, długie noce...  
Po babim lecie na zadumę nadszedł czas  
O przemijaniu i ludzkim losie...  
Posmakuj, co oferuje świat.

Agnieszka Struzik ucz. kl. II a

\*\*\*

Zatrzymaj się i zamknij oczy kwiatuśku.  
Opuść zmęczone codziennością powieki.  
Spuść głowę,  
Pozwól kurtynie z włosów zakryć delikatnie twarz.  
Postój w milczeniu.  
Cisza jest piękna, nieprawdą?  
Uspokój oddech.  
Unieś leciutko kąci ust,  
To nie jest trudne.  
Ciemno,  
Ja też mam zamknięte oczy.  
Co czujesz pod stopami?  
Zapomnij o zimnej posadzce,  
Zapomnij o poranionych od pośpiechu nogach,  
O zmęczeniu i monotoności.  
Stoisz na miękkiej trawie.  
Czujesz zapach kwiatów?  
Chłodny wiatr owijający twą twarz?  
Ciesz się,  
Ciesz się tą chwilą,  
Bo nie wiesz, ile ci ich zostało.  
Żyj jak chcesz,  
Nie jak inni oczekują.  
A teraz,  
Otwórz swe zmęczone oczy,  
I zobacz słońce przebijające się nad horyzontem.  
Przebijające się przez ciemność,  
Tak długo jak poświęcisz chwilę,  
By poczuć twój znaczący sen  
stanie się prawdą.  
Zobacz, to słońce wstające nad horyzontem,  
To linia dzieląca ziemię od nieba.  
Słońce i księżyc.  
One patrzą.  
Jesteś pewien, że o niczym nie zapomniesz?  
Przyjrzyj się,  
Ten świat jest krainą czarów

Anna Ciupa ucz. kl. III c

Foto: ze zbiorów szkolnych

## WIEŚCI ZE SZKOLNEJ ŁAWY

**Zespół Szkół im. Henryka Sienkiewicza w Końskowoli**

25 lutego 2015r. w Zespole Szkół w Końskowoli w oddziale 5-latków odbył się Pokaz Mody. Nasze małe modelki w rytm muzyki z wielką dumą i gracją przechodziły po wybiegu- specjalnie do tego przygotowanym „czerwonym dywanie”, a chłopcy nagradzali je gromkimi brawami. Pokaz był bardzo udany, przyniósł nam wszystkim wiele radości.

Joanna Łuczjanek  
wychowawca oddziału 5-latków  
Foto: ze zbiorów szkolnych





## SPORT

### Juniorzy ponownie lepsi

Powiślakowi nie wyszedł mecz sparingowy z juniorami TOP 54 Biała Podlaska. Nasza drużyna przegrała 1:2, a jedyną bramkę dla końskowskiego zespołu strzelił Sławomir Radzikowski. W tym spotkaniu trener Robert Makarewicz testował trzech zawodników (bramkarza, obrońcę oraz napastnika).

#### Skład Powiślaka

I połowa: Zawodnik testowany (30' Michał Bicki) – Sebastian Cieniuszek, Mateusz Antoniak, zawodnik testowany, Rafał Banaszek, Bartosz Kleszczyński, Sławomir Radzikowski, Mateusz Próchniak, Arkadiusz Szczypa, Kamil Jezierski, Michał Chwiszczuk

II połowa: Michał Bicki (60' Jakub Baran) – Maciej Pięta, Adam Mróz, Kamil Leszczyński, Sebastian Dziosa, Cristian Górski, Mateusz Kamola, Nikodem Wojdaszka (70' Krystian Salamandra), Adam Aina, Łukasz Giza, zawodnik testowany

### Powiślak Końskowola - TOP 54 Biała Podlaska (juniorzy) 1:2 (1:1)

Sławomir Radzikowski 25 - Jakub Syryjczyk, Damian Borowik

### Proch nie wystrzelił

Wysoką wygraną Powiślaka zakończył się sparing z Prochem Pionki rozgrywany w Puławach. Nasza drużyna pokonała rywala 4:1, a bramki dla Powiślaka strzelali: Adam Aina, Sławomir Radzikowski, Bartosz Kleszczyński oraz Rafał Giziński. Trener w tym meczu testował dwóch piłkarzy - bramkarza i obrońcę.

#### Skład Powiślaka

I połowa: Michał Bicki - Mateusz Antoniak, Adam Mróz, zawodnik testowany I - Rafał Banaszek, Mateusz Chwiszczuk, Sławomir Radzikowski, Cristian Górski, Sebastian Dziosa - Łukasz Giza, Adam Aina

II połowa: zawodnik testowany II (60' Jakub Baran) - Kamil Leszczyński, Sebastian Cieniuszek, Mateusz Antoniak - Rafał Banaszek, Rafał Giziński, Krystian Salamandra, Arkadiusz Szczypa, Bartłomiej Kleszczyński, Mateusz Próchniak, Kamil Jezierski

### Powiślak Końskowola - Proch Pionki 4:1 (2:0)

Adam Aina 18, Sławomir Radzikowski 22, Bartosz Kleszczyński 58, Rafał Giziński 82 - Jacek Alot 87

### Orlęta rozbiły Powiślaka

Orlęta Radzyń Podlaski rozbiły Powiślaka w meczu sparingowym aż 5:1. Jedyną bramkę dla naszej drużyny strzelił Rafał Banaszek po skutecznie wykonanym rzucie karnym. Przeciwno trzecioligowcowi trener Makarewicz testował zawodnika z Ukrainy.

#### Skład Powiślaka

Jakub Zolech (30' Michał Bicki 60' Jakub Baran) - Mateusz Antoniak, Maciej Pięta, Kamil Leszczyński (60' Krystian Salamandra) - Rafał Banaszek, Rafał Giziński (46' zawodnik testowany), Michał Chwiszczuk (46' Sławomir Radzikowski), Arkadiusz Szczypa (65' Kamil Jezierski), Kamil Jezierski (46' Sebastian Dziosa) - Mateusz Kamola, Mateusz Próchniak (65' Rafał Giziński)

### Powiślak Końskowola - Orlęta Radzyń Podlaski 1:5 (0:3)

Rafał Banaszek - Tomasz Ryczek, Wojciech Jakubiec (po dwie bramki), Witalij Melnyczuk

### W Przysusze górą gospodarze

Kolejną porażką zakończył się sparing Powiślaka. Tym razem w Przysusze rywalem naszej drużyny był miejscowy Oskar. Wynik meczu to 5:2 dla gospodarzy, a bramki dla Powiślaka strzelił Sławek Radzikowski oraz Sebastian Dziosa w pierwszej połowie spotkania.

#### Skład Powiślaka

I połowa: Michał Bicki - Mateusz Antoniak, Adam Mróz, Maciej Pięta - Rafał Giziński, Michał Chwiszczuk, Bartosz Kleszczyński, Adam Aina, Sebastian Dziosa - Łukasz Giza, Sławomir Radzikowski

II połowa: Jakub Zolech - Kamil Jezierski, Adam Mróz (70' Mateusz Antoniak), Kamil Leszczyński - Rafał Banaszek, Mateusz Próchniak, Mateusz Kamola, Cristian Górski, Rafał Giziński (70' Michał Chwiszczuk) - Arkadiusz Szczypa, Łukasz Giza (70' Sławomir Radzikowski)

### Oskar Przysucha - Powiślak Końskowola 5:2 (4:2)

Piotr Skałbania 5, 30, 39, Mariusz Moskwa 7, Adam Najdzik 90 - Sławomir Radzikowski 28, Sebastian Dziosa 35

### Nowi piłkarze w Powiślaku!

Jakub Zolech został wypożyczony na rundę wiosenną do Powiślaka z drugoligowej Wisły Puławy. Wychowanek puławskiej drużyny gra na pozycji bramkarza, jesienią rozegrał jedno spotkanie w barwach Wisły na poziomie drugiej ligi. W poprzedniej rundzie wiosennej był pierwszym golkipierem drugoligowego klubu.

Kolejnym nowym zawodnikiem Powiślaka został Michał Chwiszczuk. Chwiszczuk również jest wychowankiem Wisły Puławy, ale od sezonu 2011/12 z powodu kontuzji musiał przerwać karierę piłkarską. Wcześniej był podstawowym zawodnikiem wówczas trzecioliigowej Wisły.

### Terminarz meczów Powiślaka w rundzie wiosennej IV ligi

**16. kolejka – 22 marca 2015, godz. 15:00**

Janowianka Janów Lubelski - Powiślak Końskowola

**17. kolejka – 29 marca 2015, godz. 14:30**

Powiślak Końskowola - Victoria Żmudź

**18. kolejka – 4 kwietnia 2015, godz. 15:30**

Grom Kąkolewnica - Powiślak Końskowola

**19. kolejka – 12 kwietnia 2015, godz. 14:30**

Powiślak Końskowola - Lewart Lubartów

**20. kolejka – 19 kwietnia 2015, godz. 15:00**

Omega Stary Zamość - Powiślak Końskowola

**21. kolejka – 26 kwietnia 2015, godz. 14:30**

Powiślak Końskowola - Ruch Ryki

**22. kolejka – 30 kwietnia 2015, godz. 16:00**

Kryształ Werbkowice - Powiślak Końskowola

**23. kolejka – 3 maja 2015, godz. 17:00**

Łada 1945 Biłgoraj - Powiślak Końskowola

**24. kolejka – 10 maja 2015, godz. 14:30**

Powiślak Końskowola - Orion Niedzwica Duża

**25. kolejka – 17 maja 2015, godz. 16:00**

Górnik II Łęczna - Powiślak Końskowola

**26. kolejka – 24 maja 2015, godz. 14:30**

Powiślak Końskowola - Włodawianka Włodawa

**27. kolejka – 30 maja 2015, godz. 17:00**

Orlęta Łuków - Powiślak Końskowola

**28. kolejka – 3 czerwca 2015, godz. 17:30**

Powiślak Końskowola - Opolanin Opole Lubelskie

**29. kolejka – 7 czerwca 2015, godz. 17:00**

AMSPN Hetman Zamość - Powiślak Końskowola

**30. kolejka – 13 czerwca 2015, godz. 18:00**

Powiślak Końskowola - Czarni Dęblin

Tomasz Owczarz

## Turniej w Garbowie

Zawisza II Garbów	Lublinianka I Lublin	0-5
SMS Niemce II	<b>Powiślak Końskowola</b>	0-4
Garbarnia Kurów	Lublinianka II Lublin	1-1
SMS Niemce I	Zawisza I Garbów	2-1
<b>Powiślak Końskowola</b>	Zawisza II Garbów	7-0
SMS Niemce II	Lublinianka I Lublin	1-4
Zawisza I Garbów	Garbarnia Kurów	3-0
Lublinianka II Lublin	SMS Niemce I	0-7
Zawisza II Garbów	SMS Niemce II	2-3
Lublinianka I Lublin	<b>Powiślak Końskowola</b>	0-1
Garbarnia Kurów	SMS Niemce I	2-3
Lublinianka II Lublin	Zawisza I Garbów	0-1

1. Powiślak Końskowola
2. Lublinianka I Lublin
3. SMS Niemce II
4. Zawisza II Garbów
5. SMS Niemce I
6. Zawisza I Garbów
7. Garbarnia Kurów
8. Lublinianka II Lublin

SMS Niemce II	Lublinianka II Lublin	6-1
Garbarnia Kurów	Zawisza II Garbów	2-0
<b>Powiślak Końskowola</b>	Zawisza I Garbów	1-0
SMS Niemce I	Lublinianka I Lublin	0-1

#### Półfinały

<b>VII</b>	Zawisza II Garbów	Lublinianka II Lublin	0-0 K2-3
<b>V</b>	SMS Niemce II	Garbarnia Kurów	0-1
<b>III</b>	SMS Niemce I	Zawisza I Garbów	0-2
<b>I</b>	<b>Powiślak Końskowola</b>	Lublinianka I Lublin	1-0

#### Skład Powiślaka:

Pytlak Karol – Gałązka Adam, Kosmala Jakub, Mazurkiewicz Jan, Osiak Jakub, Próchniak Karolina, Sadurski Jan, Walicki Kacper. Roczniak 2004 i młodsi Powiślaka Końskowola wygrał Turniej Orlików Starszych o Puchar Wójta Gminy Garbów.

W fazie grupowej Powiślak wygrał wszystkie trzy mecze i awansował do półfinałów.

W półfinale po zaciętej walce pokonał 1-0 gospodarza Zawisza I Garbów a w finale pokonał Lubliniankę I Lublin po raz drugi 1-0 i został mistrzem turnieju.

Powiślak w całym turnieju strzelił 14 goli a nie stracił żadnej bramki!

Najlepszym bramkarzem został **Karol Pytlak** (Powiślak Końskowola)

Bramki dla Powiślaka strzelali:

Jakub Osiak X5, Adam Gałązka X4, Jan Sadurski X2, Kacper Walicki X2, Karolina Próchniak X1.

Trener Marcin Rożek i jego wychowankowie

Marcin Rożek



## OGŁOSZENIA

Gminny Ośrodek Kultury w Końskowoli zaprasza do udziału w **WIOSENNYM KIERMASZU WIELKANOCNYM** rozpoczynającym się dn. **21 marca 2015 r.** Prace wytwórcze typu: pisanki, serwety, stroiki, obrazki, kartki świąteczne i inne rękodzieła prosimy zgłaszać do **19 marca 2015 r.** do Gminnego Ośrodka Kultury w Końskowoli

### NOWOŚĆ! WIOSENNY PRZEGLĄD ARTYSTYCZNY

Gminny Ośrodek Kultury w Końskowoli serdecznie zaprasza dzieci i młodzież do udziału w przeglądzie artystycznym

„Wiosna, ach to ty”

który odbędzie się 29 marca 2015 r o godz. 12.00.

Przeegląd artystyczny obejmuje trzy kategorie: **teatralną**, **literacką** oraz **plastyczną**. Wyjątkowo w tym roku zachęcamy do wykonania **palm lub pisanek wielkanocnych** (tradycyjnych lub nowoczesnych). Treść prac wszystkich kategorii powinna nawiązywać do tematyki wiosennej lub wielkanocnej. Termin nadsyłania zgłoszeń oraz prac literackich i plastycznych upływa dnia 23 marca 2015 r.

Serdecznie zachęcamy nauczycieli oraz uczniów szkół z terenu naszej gminy do wzięcia udziału w inicjatywie. Zapraszamy na finał konkursu w niedzielę 29 marca, podczas którego odbędą się występy teatralne oraz zostaną wręczone nagrody dla laureatów.

### Nasza Mała Ojczyzna i jej mieszkańcy

Szanowni Państwo, Gminny Ośrodek Kultury w Końskowoli, serdecznie zaprasza wszystkich mieszkańców Gminy Końskowola do wspólnego stworzenia **wystawy fotograficznej poświęconej mieszkańcom naszej małej ojczyzny**. Chcielibyśmy na wystawie zaprezentować fotografie pokoleń mieszkańców gminy: dziadków, rodziców, dzieci, wnuków. Realizacja tego przedsięwzięcia jest możliwa tylko przy Państwa życzliwości i współpracy. Zachęcamy do podjęcia tego wyzwania, gdyż efekt może być imponujący. Celem tej wystawy będzie przypomnienie mieszkańcom, którzy już odeszli oraz zaprezentowanie młodszego pokolenia. Mamy nadzieję, że wystawa będzie okazją do wzruszających spotkań i miłych rozmów.

Fotografie dostarczane przez Państwa będą skanowane i opisywane, a oryginały zwracane właścicielom. Termin przyjmowania fotografii upływa **31 sierpnia 2015 r.** Jeszcze raz serdecznie zapraszamy do współpracy.

Kontakt: Gminny Ośrodek Kultury w Końskowoli, tel. 81 881 62 69, osoby odpowiedzialne za organizację wystawy – Teresa Orłowska, Elżbieta Urbanek.





## BIBLIOTEKA PROONUJE

**Sarah Jio – Dom na jeziorze** - Ada jest zastępcą redaktora naczelnego w popularnym nowojorskim magazynie. Sukcesy w pracy przyćmiewa jednak osobista tragedia. Dwa lata temu kobieta straciła w wypadku ukochanego męża i córeczkę. Uciekając przed bolesną codziennością, Ada postanawia zamieszkać na barce w Seattle. Tam niespodziewanie znajduje tajemniczą skrzynię i wpada na trop mrocznego sekretu sprzed lat. Pół wieku wcześniej młodziutka Penny właśnie w tym miejscu przeżywała wielką zakazaną miłość. Pewnego dnia jednak dziewczyna nagle zniknęła... Ada rozwiązuje tajemnicę zaginięcia Penny z pomocą Alexa, przystojnego fotografa zajmującego pobliską barcę. Stopniowo zaczyna spędzać z nim coraz więcej czasu, poznając historię, która zaskakująco spleta się z jej losami. Czy Ada będzie miała odwagę pokochać na nowo? Kim była Penny i dlaczego nikt w okolicy nie chce o niej mówić?

**Kłtwa – Małgorzata Gutowska - Adamczyk.** Pierwszy tom z serii **Fortuna i namiętności**. Nowa powieść autorki bestsellerowych serii **Cukiernia Pod Amorem** oraz **Podróż do miasta światła!** Zupelnie nowi bohaterowie, całkiem nowe perypetie, ten sam kunszt literacki, ta sama dbałość o realia historyczne.

Litwa, rok 1733. Na stosie ginie młoda dziewczyna oskarżona o czary. Przed śmiercią rzuca klątwę na winnych swojej krzywdy. Odtąd pech nie przestanie im towarzyszyć... Tymczasem w kraju zaczyna się gorący czas: śmierć króla Augusta II i wolna elekcja. Dwa przeciwne obozy zjeżdżają do Warszawy, by wybrać następcę. W tym barwnym okresie historycznym toczą się losy dwóch bohaterów: skromnej Zofii i namiętnej Cecylii. Która z nich skradnie serce zuchwałego infamisa?

**Olga Tokarczuk – Księgi Jakubowe**

Rok 1752. Do Rohatyna na Podolu przybywają kasztelanowa Katarzyna Kossakowska i towarzysząca jej poetka Elżbieta Drużbacka. Jednym z gości na powitalnej kolacji jest miejscowy proboszcz Benedykt Chmielowski, autor pierwszej polskiej encyklopedii. Książki i poetka, osoby rozmiłowane w księgach, szybko znajdują wspólny język – rozpoczynają rozmowę, którą później kontynuować będą w listach. Nieco później, także na Podolu, pojawia się młody, przystojny i charyzmatyczny Żyd - Jakub Lejbowicz Frank. Tajemniczy przybysz z odległej Smyrny zaczyna głosić idee, które szybko dzielą społeczność żydowską. Dla jednych heretyk, dla innych zbawca już niebawem ma wokół siebie krąg oddanych sobie uczniów, zaś wywołany przezeń ferment może odmienić bieg historii.

Niemal tysiąc stron, kilkadziesiąt wątków i postaci — Księgi Jakubowe imponują literackim rozmachem, wielością poziomów i możliwych interpretacji. Olga Tokarczuk pełnymi garściami czerpie z tradycji powieści historycznej, poszerzając jednocześnie jej granice gatunkowe. Z ogromną dbałością o szczegóły przedstawia realia epoki, architekturę, ubiory, zapachy. Odwiedzamy szlacheckie dwory, katolickie plebanie i żydowskie domostwa, rozmodlone i zanurzone w lekturze tajemniczych pism. Na oczach czytelników pisarka tka obraz dawnej Polski, w której egzystowały obok siebie chrześcijaństwo, judaizm, a także islam. Księgi Jakubowe to nie tylko powieść o przeszłości. Można ją czytać również jako refleksyjne, momentami mistyczne dzieło o samej historii, jej zakrętach i trybach, które decydują o losach całych narodów. To właśnie w połowie XVIII wieku, u progu Oświecenia i przed rozbiarami, wybitna pisarka poszukuje odpowiedzi na pytania o dzisiejszy kształt naszej części Europy.



Kącik  
Opowieści  
Porodowych

27 marca 2015 r.

17:30 Dom Kultury Amik  
ul. Skłodowskiej 4, Puławy  
Wstęp bezpłatny!

Więcej informacji u prowadzącej:  
@: doula.paulina.smialowska@gmail.com  
fb: doulapaulinasmailowska



**Materiały do kwietniowego „Echa”**

Uprzejmie proszę o dostarczenie materiałów do kolejnego numeru „Echa Końskowoli” do końca marca 2015 r. Można je przekazać osobiście w GOK-u, przesłać na adres e-mail: [gok\\_brzozowska@wp.pl](mailto:gok_brzozowska@wp.pl) lub skontaktować się telefonicznie z redakcją pod numerem tel.: 81 881 62 69 lub

tel.: 796 850 518 (A. Brzozowska)

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

<b>Chabros Józef</b>	(91)	<b>Pulki</b>
<b>Kolek Marian</b>	(89)	<b>Witowice</b>
<b>Kruk Jan</b>	(71)	<b>Puławy</b>
<b>Wiejak Stanisław</b>	(96)	<b>Sielce</b>
<b>Kruk Adela</b>	(93)	<b>Witowice</b>
<b>Oleśkiewicz Ryszard</b>	(58)	<b>Nowy Pożóg</b>
<b>Sikora Stanisław</b>	(71)	<b>Rudy</b>

WYDAWCA: GMINNY OŚRODEK KULTURY  
Redakcja:  
Agnieszka Brzozowska (redaktor naczelna),  
Monika Dudzińska, Teresa Dymek, Elżbieta Urbanek  
Zdjęcia: Teresa Orłowska  
Stali współpracownicy:  
Agnieszka Franczak-Pac, Jan Białowas, Aleksander Lewtak, Beata Kowalik,  
Tomasz Owczarż, Maria Rodak, Piotr Bicki, Dorota Chyl,  
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](mailto:gok_brzozowska@wp.pl), [gok\\_konskowola@post.pl](mailto:gok_konskowola@post.pl),  
[www.gok.konskowola.pl](http://www.gok.konskowola.pl)  
Skład i druk:  
Drukarnia ELKO w Końskowoli  
Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania  
tekstów, adustacji materiałów i zmiany tytułów.



Uroczysta Gala Talentów była okazją do spotkania z celebrytami

## USŁUGI REMONTOWO - BUDOWLANE

FIRMA JA 2 - BUD



gładzie bezpyłowe (na mokro) , malowanie  
glazura i terakota , adaptacja poddaszy  
montaż stolarki okiennej i drzwiowej itp

tel. 663 199 311

**PUŁAWY**  
[www.pulawy.com](http://www.pulawy.com)

**Płynna formuła na sukces**

**Efekt N+S**  
Nowoczesne  
standardy  
nawożenia

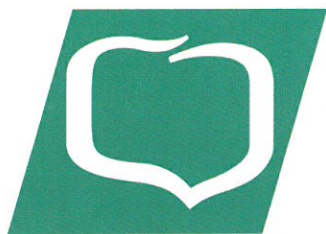
AUTORYZOWANY DYSTRYBUTOR:

**Przedsiębiorstwo Handlowe  
Sprzedaż Art. 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 | [phradwan.pl](http://phradwan.pl)



**Radwan**  
sprzedaż nawozów





# Bank Spółdzielczy

w Końskowoli

Grupa BPS

## KREDYT OBROTOWY

**DLA OSÓB PROWADZĄCYCH  
GOSPODARSTWA ROLNE**

wysokość kredytu max. 4 000,00 zł.  
na 1 ha. użytków rolnych

**OPROCENTOWANIE**

w stosunku rocznym zmienne



**6%**



### Grupa BPS

Banki Spółdzielcze i Bank BPS