



ECHO **KOŃSKOWOLI**

PISMO SPOŁECZNO - KULTURALNE

ISSN 1426-0042

NR 1 (169)

STYCZEŃ 2009 ROK

CENA 1,80 zł



Rysunek pani Jadwigi Jończyk z Sielc

Od redaktora naczelnego



Drodzy Czytelnicy

Zapewne zauważyli Państwo, że od pewnego czasu Echo Końskowoli ukazuje się w większej objętości i posiada kolorową okładkę wewnętrzną. Od obecnego numeru dołączamy odmienioną winietę. Mamy nadzieję, że te zmiany wpłynęły pozytywnie na wizerunek naszego pisma i chciałabym, aby taka właśnie szata została utrzymana, przynajmniej w części numerów. Te zmiany redakcja wprowadza w roku jubileuszu Echa, bo w maju mija 15 lat od momentu ukazania

się numeru pilotażowego. To, że miesięcznik istnieje już tyle lat, to bez wątpienia zasługa Państwa - Czytelników, którzy chcą go czytać. To również zasługa naszych stałych współpracowników: pani Genowefy Flis, pani Doroty Chyl, pani Małgorzaty Szpyra, pani Anny Kaczmarskiej, pana Jana Białowąsa, pana Przemysława Pytlaka i wielu innych, którym składam serdeczne

podziękowanie za twórczy wkład w redagowanie lokalnego pisma.

Zauważam coraz większą otwartość społeczności na prezentowanie własnych artykułów i strof poetyckich na łamach Echa. Bardzo mnie to cieszy i zachęcam Państwa do publikowania tychże, a także do przekazywania redakcji informacji o ciekawych ludziach i zdarzeniach. To może wpłynąć na rozszerzenie tematyki i uczynienie pisma ciekawszym.

Spotkałam się z zrzutem, że Echo jest „za słodkie”. To fakt, że nie piszemy o ludziach źle, że unikamy krytyki. Ale czy nie mamy dość złych informacji na co dzień we wszystkich mediach? Czyż nie lepiej dostrzegać wokół siebie pozytywów i ukazywać dobre cechy? Co Państwo o tym myślą? Będę bardzo wdzięczna za wszelkie uwagi, te krytyczne szczególnie, wszak wszyscy uczymy się na błędach.

Szanowni Państwo, w związku ze zwiększeniem objętości pisma wzrosły koszty usługi druku, dlatego numery dwudziestostronicowe będą droższe o 0,30 zł. Tę informację przekazuję z przykrością, ale niestety, prawa ekonomii są trudne do „przeskoczenia”.

Życząc miłej lektury styczniowego numeru, pozostaję z nadzieją na szeroki kontakt z Czytelnikami.

Bożenna Furtak

Pasja Pani Jadwigi



Pani Jadwiga Jończyk urodziła się w Sielcach w 1935 r., gdzie mieszka do dziś. Po wyjściu za mąż wspólnie z mężem prowadziła gospodarstwo rolne. Aby wypełnić wolny czas, po przekazaniu gospodarstwa dzieciom, postanowiła rysować. W 2002 r. narysowała pierwszy „kalendarz” - czyli cykl rysunków odnoszących się do poszczególnych miesięcy. Rysunki

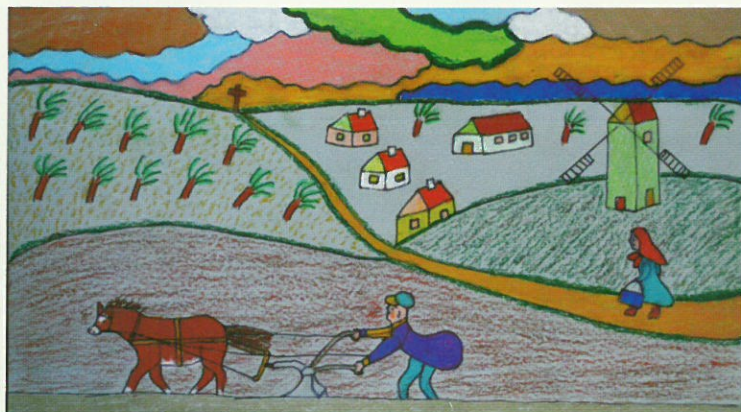
podobały się rodzinie, szczególnie wnukom, więc zaczęła rysować dalsze. O swojej pasji pani Jadwiga wyraża się tak: „Przestałam robić w polu, bo lekarz zabronił mi fizycznego wysiłku, postanowiłam coś po sobie zostawić i zaczęłam rysować jak się dawniej robiło w polu. Najpierw szło mi opornie, ale pomału rozrysowałam się. Potem wychodziły ładniejsze z pamięci, chciałabym jeszcze coś z siebie dać, to co mogę, to co umiem. Rysuję bo czuję potrzebę rysowania,



ona mnie uspokaja, wciąga jak hazard.” Na wystawie zorganizowanej przez Gminny Ośrodek Kultury w Końskowoli można obejrzeć 110 prac pani Jadwigi Jończyk. Prace te wyrażają własny porządek, własną formę opisu świata zewnętrznego i wewnętrznego. Ich prosta, aczkolwiek ciekawie przedstawiona kompozycja działa na naszą wyobraźnię. Praca na wsi, wymyślna wręcz bajkowa roślinność, zwierzęta, ptaki, itp., a do tego realizm jak z rysunków dziecięcych - wprowadza oglądających w świat baśni, komiksów lub legend opowiadanych przez babcie. To zderzenie naturalności z fantazją przykuwa uwagę, zachwyca i cieszy.

Pani Jadwiga maluje prostą techniką, na kolorowych kartkach robi zarys wymyślonej scenki, czasami konturując czarnym pisakiem, a następnie wprowadza kolor kredką. Używa zwykłego ołówka, pisaka żelowego i kredek ołówkowych oraz pasteli. Techniki i rysunku nikt jej nie uczył, może tylko tyle co zapamiętała z lekcji w szkole podstawowej. Wewnętrzny głos i nieprzerwana chęć urzeczywistnienia własnych myśli nakazały przelewać je na papier w postaci barwnych obrazów.

Elżbieta Urbank



Wiadomości z Pożowskiej

Rada Gminy Końskowola w dniu 29 grudnia uchwaliła budżet gminy na 2009 r. Po stronie dochodów zamyka się on kwotą 18.843.329 zł. Zaplanowane wydatki znacznie przewyższają dochody i wynoszą 22.648.529 zł. Deficyt budżetu zostanie pokryty z pożyczek - 1.950.000 zł i wolnych środków obrotowych na rachunku bieżącym - 1.855.200 zł.

Skąd gmina bierze pieniądze?

Znaczną część dochodów stanowią wpływy z budżetu państwa, tzn.: subwencja oświatowa - 5.157.344 zł, subwencja wyrównawcza do średniej krajowej dochodów w gminie na mieszkańca - 2.981.959 zł, dochody z tytułu udziału gminy w podatku dochodowym od osób fizycznych i prawnych - 2.793.749 zł, dotacja na zadania zlecone z zakresu administracji rządowej (w tym na ewidencję ludności, pomoc społeczną i Środowiskowy Dom Samopomocy) - 2.800.440 zł, dotacja do zadań własnych z zakresu opieki społecznej - 289.000 zł, dotacja na dofinansowanie realizacji rządowego programu „posiłki dla potrzebujących” - 143.000 zł, finansowe wsparcie na tworzenie lokali socjalnych ze środków funduszu dopłat - 255.000 zł. Łączne wpływy z kasy państwowej do kasy gminnej wyniosą w przyszłym roku 14.420.492 zł. Z tego zestawienia wynika, że niecałe 4,5 mln zł pochodzić będzie z dochodów własnych gminy, które w głównej mierze stanowią podatki.

Najpoważniejsze wpływy do naszej wspólnej kasy, stanowiące dochody własne gminy, to: odpłatność mieszkańców za pobór wody - 322.100 zł, dochody z najmu komunalnych mieszkań i dzierżawy działek oraz placów - 100.500 zł, wpływy z podatku od nieruchomości - 1.990.397 zł, podatek rolny - 867.000 zł, podatek od środków transportowych - 91.000 zł, podatek od czynności cywilno-prawnych - 90.730 zł, opłaty za zezwolenia na sprzedaż alkoholu - 80.000 zł, odpłatność za odbiór ścieków - 427.150 zł, tzw. miejscówka w przedszkolach - 165.000 zł, darowizny ludności na sieć wodno-kanalizacyjną - 10.000 zł.

Dochody majątkowe gminy to sprzedaż mienia - 72.400 zł.

Na co zostanie wydana gminna kasa?

Najkrócej mówiąc na realizację zadań własnych i zleconych oraz na inwestycje.

Najpoważniejsze wydatki bieżące gminy to koszty funkcjonowania gminnej oświaty i wychowania przedszkolnego, które w 2009 r. zaplanowano na kwotę 8.414.632 zł. Utrzymanie poszczególnych placówek oświatowych wyniesie: 4 szkoły podstawowe - 4.051.500 zł, niepubliczna szkoła podstawowa w Sielcach - 95.000 zł, oddziały przedszkolne przy szkołach podstawowych - 347.900 zł, gimnazjum - 1.648.500 zł, przedszkola w Końskowoli i Pożogu - 955.500 zł, świetlice szkolne - 210.600 zł.

Dowóz dzieci do szkół kosztować będzie 250 tys. zł, stołówki szkolne - 196.100 zł, a utrzymanie zespołu ekonomiczno-administracyjnego (SAPO) - 267.900 zł. Na stypendia dla uczniów - socjalne i za wyniki w nauce, zaplanowano kwotę 45.500 zł.

Subwencja oświatowa wpływająca do budżetu gminy nie pokrywa wszystkich potrzeb szkół oraz nie uwzględnia utrzymania przedszkoli. Realizację zadań z zakresu oświaty i edukacji gmina w 2009 r. dofinansuje kwotą 3.257.288 zł.

Kolejnym zadaniem pod względem wielkości wydatków jest opieka społeczna, która wyda 3.199.739 zł na zadania

realizowane przez Ośrodek Pomocy Społecznej i 364.000 zł przez Środowiskowy Dom Samopomocy.

Administracja publiczna, tzn. utrzymanie Urzędu Gminy, diety radnych, informatyzacja urzędu i remont łazienek oraz promocja gminy będzie kosztować 2.704.100 zł.

Zaopatrzenie w wodę poniesie za sobą koszty w wysokości 592.800 zł, gospodarka ściekowa - 1.043.350 zł, oświetlenie wsi i ulic w Końskowoli - 240.000 zł.

Na zadania z zakresu kultury przeznaczono: 400.000 zł na utrzymanie Gminnego Ośrodka Kultury, w tym organizację imprez plenerowych i orkiestrę dętą oraz 123.000 zł na utrzymanie Biblioteki Publicznej, w tym zakup książek.

Na ochronę przeciwpożarową zabezpieczono kwotę 134.100 zł z przeznaczeniem m.in. na utrzymanie sprawności sprzętu, zakup paliwa, wynagrodzenia kierowców oraz za udział w akcjach ratowniczych.

Kultura fizyczna, czyli utrzymanie stadionu i dotacja dla klubu sportowego kosztować będzie 88.000 zł.

Planowana przebudowa budynku Gminnego Ośrodka Zdrowia będzie dofinansowana kwotą 50.000 zł. Na zwalczanie narkomanii przewidziano 15.000 zł, a przeciwdziałanie alkoholizmowi 65.000 zł (środki na ten cel pochodzą z zezwoleń na sprzedaż alkoholu).

To oczywiście nie wszystkie zaplanowane wydatki, ale te najbardziej finansochłonne. Znaczną część wymienionych kosztów utrzymania stanowią wynagrodzenia i pochodne od wynagrodzeń pracowników zatrudnionych we wszystkich gminnych jednostkach oraz koszty utrzymania budynków.

Zadania inwestycyjne

Plany inwestycyjne gminy na następne lata przewidują budowę wodociągów w Lesie Stockim, Sielcach i Starym Pożogu. W roku bieżącym zaplanowano kwotę 640.000 zł jako udział własny do wniosku w ramach programu UE na lata 2007-2013. Warto w tym miejscu wspomnieć, że w ostatnim czasie Sanepid zakwestionował jakość wody z ujęć w Starym Pożogu, Stoku i Końskowoli - Zakład. Przeszarżała technologia nie pozwala na osiągnięcie wymaganych norm, a zatem to zadanie jest bardzo pilne.

Zostanie też opracowana dokumentacja projektowo-kosztorysowa na budowę kanalizacji sanitarnej w miejscowościach: Witowice, Młynki, Wronów i Opoka. Planowane wydatki na ten cel to 215.000 zł.

Gmina będzie się starać o środki z UE na zagospodarowanie zbiorników wodnych w Starej Wsi. W tym roku jako wkład własny przewidziano na ten cel 400.000 zł.

W roku obecnym zostanie zakończona adaptacja budynku (przeznaczonego kiedyś na przedszkole) w Pożogu na mieszkania socjalne. Koszty tego przedsięwzięcia oszacowano na 600.000 zł (z czego 255 tys. zł to środki z funduszu dopłat na tworzenie lokali socjalnych).

W związku z zamiarem złożenia wspólnie z innymi gminami wniosku o dofinansowanie z Funduszu Spójności na realizację projektu „Międzygminny system wodno-ściekowy w ramach aglomeracji Puławy”, w budżecie ujęto zabezpieczenie wkładu własnego w kwocie 1.650.000 zł.

Gmina zamierza też dofinansować remonty dróg na drogach powiatowych przebiegających przez teren gminy Końskowola: droga w Skowieszynie - 200.000 zł, trakt pieszojezdny Końskowola-Witowice - 100.000 zł.

Powyższe dochody i wydatki zostały zawarte w uchwale budżetowej, którą radni przyjęli 14 głosami „za” - jednogłośnie.

Burzliwa dyskusja

Głosowanie nad powyższą uchwałą poprzedziła dość burzliwa dyskusja. W zadaniu nie dotyczyła ona kwestii tegorocznego budżetu (bo ten był dyskutowany na komisjach), lecz była upustem żalu niektórym radnym. Radny Domański z Sielc zarzucił wójtowi, że podejmując decyzje o inwestowaniu podzielił gminę na trzy regiony: A, B i C. Za najbardziej opóźniony w rozwoju uznał region C, tzn. Sielce, Chrzążówek, Chrzążów, Witowice. Radny z Sielc nie był odosobniony w swym poglądzie. Wójt, nieco poruszony, wykazując niesłuszność tego poglądu, wymieniał inwestycje zrealizowane w tym obszarze, posłużył się także posiłkami w osobach pracowników Urzędu. Okazuje się, że problemy zgłoszone przez radnego są w trakcie realizacji, m.in. zakup bramek na boisko szkolne w Sielcach i remont drogi polnej.

Czarne chmury rozpedzone

Takie właśnie chmury gromadziły się przez cały grudzień nad gminną kulturą. Skąd się wzięły? Bynajmniej nie z nieboskłonu. Komisja Rewizyjna Rady Gminy postawiła bowiem wniosek o obcięcie budżetu Gminnego Ośrodka Kultury o 200 tys. zł. W ślad za nią identyczny wniosek postawiły inne komisje. Co oznaczałoby dla tej instytucji takie radykalne posunięcie? Zdaniem dyrektora GOK – zwolnienia pracowników i rezygnację z organizacji dużych imprez plenerowych. Żarliwa obrona pracowników i zwolenników gminnej kultury pozwoliła na wypracowanie kompromisu – zmniejszenie budżetu o 66 tys. zł, ale nie rezygnowanie z dotychczasowej działalności. Godny odnotowania jest fakt, że w tym gorącym (i mocno stresującym) czasie, przewodnicząca Małgorzata Szpyra wyszła z inicjatywą zorganizowania zebrania z mieszkańcami Końskowoli. Na tymże zabranii, wójt Stanisław Gołębiowski odpowiadał na nurtujące mieszkańców pytania. Jednak najwięcej czasu zajęło uzasadnianie potrzeby funkcjonowania Ośrodka i wyjaśnianie ponoszonych kosztów. Pojawiły się też liczne głosy w obronie tejże instytucji i jej działalności. Obecni radni dali dowód na to, że liczą się z głosami wyborców i wycofali swoje stanowisko. A nawet zaproponowali zwiększenie budżetu w trakcie roku.

Gorący posiłek dla głodnych dzieci

Dzieci z najuboższych rodzin, uczęszczające do szkół pozabawionych stołówek, otrzymują obecnie posiłek w postaci suchego prowiantu. Komisja Oświaty, Kultury, Zdrowia i Pomocy Społecznej wyszła z inicjatywą, aby te dzieci dostawały w szkole gorące posiłki. Dotyczy to dzieci z Sielc, Skowieszyna i Chrzążowa. (W Końskowoli i Pożogu są stołówki i dzieci już korzystają z obiadów) Takie możliwości istnieją, obiady będą sfinansowane przez opiekę społeczną w ramach programu „posiłek dla potrzebujących”. Akcja ruszy prawdopodobnie od marca. Obiady będzie dostarczać do poszczególnych szkół firma cateringowa. Nieodpłatnie dostaną je dzieci z rodzin spełniających wymagania socjalne (niski dochód w rodzinie), chętni mogą też korzystać z tej formy posiłku, ale odpłatnie. Koszt dwudaniowego obiadu prawdopodobnie będzie wynosił około 5 zł.

Zmiana przewodnictwa

Członkowie Komisji Oświaty, Kultury, Zdrowia i Pomocy Społecznej postawili wniosek formalny o zmianę przewodniczącego. Pełniącego tę funkcję do tej pory, radnego Andrzeja Szymajdę, zastąpił radny Dariusz Pryszcz. Na sesji 29 grudnia została podjęta uchwała w tej sprawie.

Zamysły wójta

Centrum Końskowoli, czyli rynek z ratuszem, ma w przyszłości zmienić swoje oblicze. Jak będzie wyglądać? – dziś nie ma jeszcze konkretnych decyzji w tym względzie. Prawdopodobnie tu zostanie przeniesiona siedziba władz gminy. Pierwszym krokiem do realizacji tych zamierzeń jest wyprowadzenie siedziby OSP z ratusza. Jak poinformował wójt Stanisław Gołębiowski, została już opracowana koncepcja na budowę stróżówki w Końskowoli. Będzie to budynek parterowy z poddaszem i wieżyczką. Realizacja budowy nowej strażnicy może stać się faktem już w 2010 r. Zostanie zlokalizowana (prawdopodobnie) przy ul. Lubelskiej.

Jest też już koncepcja budowy zalewu w Witowicach i Chrzążowie. Została złożona do zaopiniowania przez Wojewódzki Zarząd Melioracji. W pierwszej kolejności posłuży ona do rozmów z mieszkańcami na temat wykupu ziemi pod zalew. Opracowanie dokumentacji technicznej budowy zbiornika wodnego zostało przez radnych przesunięte na okres późniejszy – to zadanie zostało wykreślone z tegorocznego budżetu.

Spotkanie świąteczno - noworoczne



Posel na Sejm RP Małgorzata Sadurska, wicestarosta Powiatu Puławskiego Witold Popiołek, wiceprzewodniczący Rady Powiatu Henryk Bartuzi, ksiądz proboszcz Piotr Trela, władze gminy, radni, dyrektorzy wszystkich jednostek, sołtysi – tak liczne grono osób uczestniczyło w pierwszej w tym roku sesji Rady Gminy Końskowola w dniu 7 stycznia. Choć na sali konferencyjnej Urzędu Gminy było ciasno i gwarno, to atmosfera sprzyjała świąteczno-noworocznemu spotkaniu, bo taki właśnie charakter ono miało. Za pomyślność w nowym roku wzniesiono toast symboliczną lampką szampana. Płynęły również życzenia od wszystkich dla wszystkich – oby się spełniły, szczególnie te od księdza – życzliwości wobec ludzi.



Na tej sesji nie mówiono o problemach. Skupiono się raczej na dokonaniach minionego roku. Wójt Stanisław Gołębiowski przypomniał wykonane zadania i jak sam określił nie był to „tłusty” okres – nie udało się bowiem pozyskać środków na zadania inwestycyjne.

Posel Małgorzata Sadurska, jak wynika z wypowiedzi, w 2008 r. była bardzo aktywna. Złożyła 45 interpelacji, z których 20 dotyczyło powiatu puławskiego i jedna Końskowoli (sprawa obwodnicy) oraz skierowała do Sejmu 18 zapytań dotyczących powiatu puławskiego. Wniosła też 3 poprawki do budżetu państwa, zabiegając o modernizację linii kolejowej województwa lubelskiego i dwóch oddziałów puławskiego szpitala (ratunkowego i bloku operacyjnego). Choć wnioski nie zostały przyjęte, to otworzyły furtkę do aplikowania o środki z Ministerstwa Zdrowia.

Posłanka już drugą kadencję pracuje w Komisji Administracji i Spraw Wewnętrznych, w obecnej kadencji jest wiceprzewodniczącą Komisji Nadzwyczajnej ds. Zmian w Kodyfikacjach. Reprezentuje też Sejm RP w Zgromadzeniu Unii Zachodnioeuropejskiej. Jest także sekretarzem Klubu Parlamentarnego Prawa i Sprawiedliwości. Po całorocznej pracy nad reformą emerytalną i współpracy z ekspertami, pani poseł stwierdziła „emerytura z II filaru jest wątpliwa, niepewna”.

Wicestarosta Witold Popiołek dziękując za współpracę poinformował, że na 40 km wyremontowanych dróg powiatowych w 2008 r., 10 km przypadło na gminę Końskowola. Powiat w obecnym roku będzie kontynuował prace remontowe na drogach przebiegających przez naszą gminę, a także dofinansuje kwotą 180 tys. zł budowę wodociągu w Lesie Stockim. Prośbę o dalsze wspieranie skomentował w następujący sposób: „Jak Pan Bóg nie powoła, a ludzie wybiorą, to będę służył”.

Wiceprzewodniczący Rady Powiatu, Henryk Bartuzi, poddał ostrej krytyce sposób rozdzielania unijnych pieniędzy. Choć dużo się mówi w mediach o olbrzymich funduszach na polskie inwestycje, to składane wnioski są odrzucane. Taki los spotkał np. wniosek na remont dróg powiatowych o wartości 20 mln zł.

Kruk odfrunął

Ta przenośnia odnosi się do Stanisława Kruka, inspektora ds. melioracji, który po 35 latach pracy w Urzędzie Gminy



przeszedł na emeryturę. Sam zainteresowany, nazywając siebie „białym krukiem”, twierdzi, że pobit rekord nie do pokonania. Wyliczył, że przez te lata przejechał po terenie gminy 116 tys. km, przy czym zajeżdżał 5 rowerów (2 mu ukradziono) i 2 motorowery. Odwiedził 90% domostw i ugryzły go 3 psy. Za swoją pracę był dwukrotnie odznaczony: złotym i srebrnym krzyżem za zasługi dla administracji. Na świątecznej sesji otrzymał bukiet kwiatów i słowa podziękowania od przewodniczącej i wójta.

Bożenna Furtak

Opoka w średniowieczu

Historia miejscowości sięga głęboko w średniowiecze. Znany i często przywoływany w literaturze naukowej jest kopiec z opoki wapiennej, dookoła którego występują znaleziska ceramiki wczesnośredniowiecznej. Warto jednak przytoczyć inne zdarzenia i daty z historii miejscowości.



Nie jest znana data założenia Opoki. Księga uposażeń diecezji krakowskiej, którą w latach 1470-1480 napisał Jan Długosz, nie opisuje tej wsi. Niestety, sławny kronikarz nie odnotował wielu miejscowości, w tym np. Konina, rodzowego gniazda Konińskich, założycieli parafii Końskowola. Niemniej jednak bez wątpliwości Opoka już wtedy istniała, a jej właścicielem w połowie XV wieku był Piotr Koniński herbu Rawa, piszący się z Witowic i Woli Konińskiej.

Z tego czasu znamy opis granic Opoki. W latach 1447-1453 toczył się proces graniczny między braćmi: Pawłem Konińskim z Osin i Piotrem Konińskim w sprawie rozgraniczenia Siedlec Pawła od Chrzążowa i Opoki Piotra. Odpowiedzialnym za objazd i wytyczenie granic był ich starszy brat Jakub z Jakubowic pod Lublinem. W wyniku procesu tak określono granice Opoki: od Młynków w Małym Lasku u rzeczki i koło drogi z Siedlec do Woli Konińskiej (Końskowoli), do granicy między Osinami i Chrzążowem i drogi zwanej Wojenna.

W 1454 Piotr Koniński oprawił swojej drugiej żonie Jadwidze 250 grzywien srebrnych posagu i wiana na Witowicach, Opoce i połowie wsi Czechów (obecna dzielnica Lublina).

W dniu 28 czerwca 1484 r. Opoka znalazła się wśród miejscowości, które Piotr Koniński przekazał swojemu synowi Janowi. W zapisce tej pojawiła się informacja, że Opoka przekazywana jest wraz ze starym dworem.

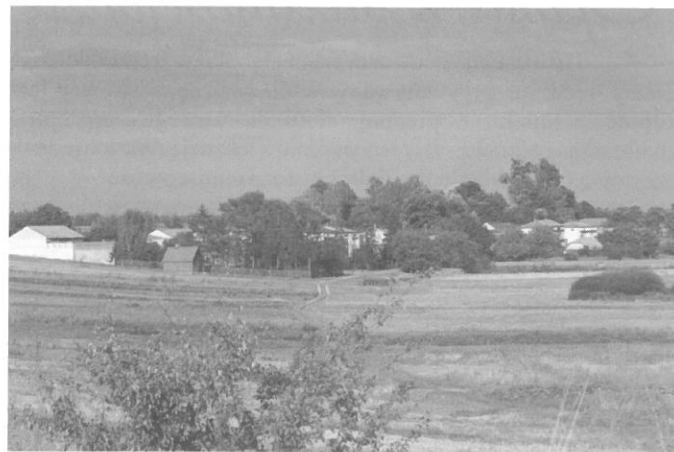
Między 1479 a 1487 podsędkiem lubelskim był Piotr z Opoki. Jan Wroniszewski, badacz historii rodu Rawiczów wskazał, że wiele przemawia za tym, iż był to wspomniany Piotr Koniński.

Około 1470 r. Opoka najprawdopodobniej nie należała do parafii w Końskowoli. Najprawdopodobniej, bo nie ma jej wśród wsi należących do tej parafii, opisanych przez Jana Długosza. Na pewno Opoka weszła w skład parafii przed 1565 r., kiedy to została wymieniona jako należąca do niej w opisie województwa lubelskiego.

Wiadomo, że w 1529 r. Opoka płaciła 2 grzywiny dziesięciny parafii w Gołębiu. To ważna przesłanka do datowania początków miejscowości. Moim zdaniem może to oznaczać, że wieś powstała po okresie uposażenia klasztoru na Świętym Krzyżu (przełom XII i XIII w., od tamtej pory Witowice płaciły dziesięcinę klasztorowi) a przed 1359 r., kiedy to biskup krakowski Bodzanta zdecydował, że dziesięciny ze wszystkich nowizn (a więc nowych wsi oraz nowo osadzonych łańów kmiecych w starszych miejscowościach) płacone będą biskupstwu.

Przemysław Pytlak

Opoka – wieś na skale pośród łąk



Opoka jest niewielką wsią, położoną nad rzeką Kurówką i usytuowaną niemalże w centrum gminy. Liczy 64 gospodarstw i ok. 270 mieszkańców. Sąsiaduje z Witowicami, Końskowolą, Pulkami, Chrzążówkiem i Młynkami.

Na pewno jest jedną z najstarszych miejscowości w gminie Końskowola. Początki jej powstania sięgają wczesnego średniowiecza. O jej długoletnim istnieniu świadczą znaleziska archeologiczne z okresu kultury wenedzkiej, zwanej kulturą grobów jamowych. Potwierdzają one tym samym, że rozwijało się tutaj osadnictwo między X – XIII wiekiem. Z pewnością sprzyjała temu płynąca w sąsiedztwie rzeka Kurówka. Znalezienie na tym terenie broni żelaznej i narzędzi rolniczych potwierdzałyby, że osiedlona tutaj ludność uprawiała ziemię.

Z najstarszą historią Opoki jest identyfikowany kopiec, który stoi na obrzeżach wsi. Wg relacji mieszkańców jest to kurhan grobowy, który stanowi pozostałość po wczesnośredniowiecznym grodzisku słowiańskim. Wykopaliska prowadzone w pobliżu tego miejsca oraz ślady naczyń, potwierdzają taką teorię.

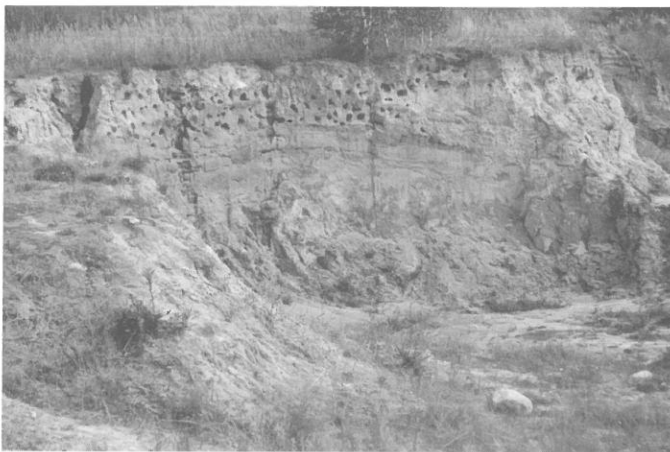
Miejsce to, niesie pewną historię związaną z siedemnastowiecznymi wojnami: polsko – tureckimi i z „potopem szwedzkim”. Opoczanie twierdzą, że w okolicach kopca znajduje się początek tajemnego korytarza, który przechodząc pod rzeką Kurówką do Końskowoli, miał się kończyć bliżej nieznaną wieżą obserwacyjną. Wiadomości na temat tego przejścia są bardzo skąpe i opierają się na opowieściach z dawnych lat.

Pierwsze informacje pisane, związane z Opoką, pochodzą z 1482 roku. Wspominają one o stawie „witowickim” i kłopotach, które wynikały z podtapiania gruntów rolnych przez okresowy nadmiar wody.

W XV wieku Opoka należała do jednego z potomków Dzierżawy z Konina, a przez następne stulecia, wchodząc w skład klucza końskowolskiego, była własnością prywatną. Tym samym przechodziła z rąk do rąk kolejnych właścicieli Końskowoli: Tęczyńskich, Zbaraskich, Daniłowiczów, Opalińskich, Lubomirskich, Sieniawskich i Czartoryskich.

Nazwa miejscowości wywodzi się od kamienia, skały zwanej „opoką”, którą pozyskiwano przy stawie, od strony północnej. Przeznaczona była głównie na potrzeby budowlane całej okolicy. Na podstawie źródeł pisanych możemy stwierdzić, że w Opoce istniały kamieniołomy i pracował też piec do wypału wapna. Kamień z Opoki był wykorzystany również na odbudowę kościoła parafialnego i kościoła św. Anny po pożarze. Miał on miejsce w 1617 roku. Tutejszy kamień był bardzo przydatny do brukowania ulic.

Wybrukowano nim m.in. przechodzący w sąsiedztwie trakt lubelsko – radomski. Wydobywano go do lat 60-tych ubiegłego wieku. Ostatni raz w 1963 roku posłużył do budowy drogi biegnącej przez Opokę.



W historię Opoki znacząco wpisał się wcześniej wspomniany staw, który był usytuowany w dolinie Kurówki. Bliskość takiego zbiornika wodnego stwarzała ogromne zagrożenie powodziowe. Największa powódź, którą wspominają mieszkańcy, miała miejsce w 1882 roku. Wówczas stan akwenu był na tyle wysoki, że woda przerywając groblę zalała sadzawki, w których hodowano ryby. Duża ilość wody pozostawiła po sobie wyrwę, którą po dziś dzień można zobaczyć na posesji pana Jerzego Rodzosa.

Staw w czasie I wojny światowej został zniszczony przez wojska austriackie. Żołnierze spuścili wodę i spalili urządzenia podtrzymujące jej poziom.

Największych spustoszeń w 1915 roku dokonała armia rosyjska. Wojsko w czasie odwrotu wysiedliło wszystkich mieszkańców w okolice Ułęża i Podlodowa, a budynki doszczętnie spaliło, niszcząc też przy okazji wszystkie rosnące drzewa.

II wojna światowa również pozostawiła po sobie tragiczne wspomnienia. Szczególnie jedno wydarzenie jest ogromnej wagi, ponieważ odbiło się na mieszkańcach całej Opoki. W dniu 26 maja 1946 roku wojsko rosyjskie spaliło 2/3 wsi. Przeprowadzona akcja była odwetem za mord dokonany na jednym z żołnierzy rosyjskich, powracającym z frontu do domu. Dokonał tego przebywający w tej okolicy mieszkaniec Lublina, który został uniewinniony. Karę zaś poniósł właściciel kuźni, przed którą doszło do tej tragedii. Kowal został skazany na więzienie i tortury, a mieszkańcy, którzy wtedy zostali zatrzymani, mieli być rozstrzelani. Na szczęście interwencja władz powiatowych spowodowała zaniechanie egzekucji.

Kolejny bardzo drastyczny incydent, który pamięta pan Aleksander Rodzik, odnosi się do dwóch żebrzących Żydów. Idąc przez wieś na swoje nieszczęście napotkali przypadkowo przejeżdżających własowców. Niewinnych i proszących o chleb Żydów, własowcy zamordowali strzałem w plecy. Następnie zmusili dwóch mieszkańców wsi (Jana Chołaja i Andrzeja Baćkowskiego) do zakopania zwłok. Pozostałością po tym pochówku była długo wystająca z ziemi laska, identyfikująca to miejsce.

W czasie wojny mieszkańcy Opoki wielokrotnie przeżywali chwile grozy. Biegająca linia frontu zmuszała wszystkich do ucieczki w bardziej bezpieczne miejsca. Okopy położone pomiędzy Opoką a Pulkami i stacjonujące w tym miejscu wojska rosyjskie powodowały, że opoczanie żyli w ciągłym strachu i pełnej gotowości.

Wiele nieszczęść, które nawiedziły wieś oraz dwa pożary, które miały miejsce po wojnie (pierwszy w maju 1946 r., spaliło się wówczas ponad 50% budynków mieszkalnych), sprawiły, że społeczność Opoki postanowiła wybudować na wsi kapliczki. Oddając się pod opiekę Opatrzności Bożej i mając nadzieję, że wieś ominą wszelkie tragedie, mieszkańcy ufundowali dwie figurki. Pierwszą postawiono przy moście w trójkącie dróg. Jej wykonawcą był Piotr Majcher, murarz z Końskowoli. Trójkątny kształt kapliczki miał symbolizować Trójcę Przenajświętszą. Napis na niej brzmiał „Jezu Ufamy Tobie”, „Miej w swej opiece wioskę Opokę”. W 1961 roku została ona przebudowana na czworokątną przez murarza Leonarda Gębala. W takiej formie oglądamy ją po dziś dzień.

Druga kapliczka znajduje się na końcu wsi obok posesji Józefa Abramka. Została w 1953 roku przebudowana przez Teodora Gębala.

Stoi w Opoce również jeden krzyż metalowy postawiony w latach 70 – tych na posesji Stanisława Kruka.

Opoka prawdopodobnie na początku swojego istnienia przynależała do parafii w Gołębiu. Natomiast z chwilą powołania parafii w Końskowoli, zaczęła podlegać pod nową strukturę parafialną.

Przed wojną istniały w Opoce prywatne zakłady rzemieślnicze: szewskie i tkackie. Jeden z warsztatów tkackich, u Jana i Julii Sułków, przetrwał do lat 50-tych. Tkano na nim samodziały i chodniki. Niestety, krosna, kołowrotki i inne przedmioty, spłonęły podczas wspomnianych pożarów. Dlatego obecnie trudno jest znaleźć we wsi zabytkowe przedmioty.

Mieszkańcy zajmują się rolnictwem, ale jedynie na własne potrzeby. Tutejsze gleby, które należą do 4 i 5 klasy, nie pozwalają na większy rozwój rolnictwa i od dawien dawna przysparzają mieszkańcom wiele kłopotów. Mała przepuszczalność gleby powoduje, że popularnością wśród upraw cieszą się wyłącznie żyto i ziemniaki – te są mało wymagające. Niegdyś było tutaj zagłębienie tytoniowe, ale brak zbytu spowodował upadek tego typu gospodarstw.

Podobnie rzecz się ma z hodowlą zwierząt. Mało jest osób nastawionych na chów krów. Likwidacja zlewni mleka sprawiła znaczną obniżkę tej działalności.

Atrakcyjne położenie Opoki sprzyja odpoczynkowi, a zachęca do tego istniejące od kilku lat gospodarstwo agroturystyczne p. Anny Kordek.

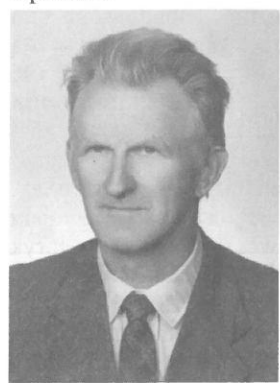
Mieszkańcy pracujący zawodowo dojeżdżają do pracy do Puław, w szczególności do Zakładów Azotowych. Duża część osób wyjechała do pracy za granicę.

Jeśli zaś chodzi o szkolnictwo w Opoce, to istniało do końca wojny, ale opierało się na prywatnym nauczaniu. Najstarsi mieszkańcy pamiętają jeszcze nauczycieli, którzy wtedy uczyli. Wśród nich był Czesław Ziótek.

Lata powojenne przyniosły kres szkolnictwa w tym miejscu. Wszystkie dzieci są kierowane do szkoły

w Końskowoli, gdzie aktualnie dojeżdżają do podstawówki i gimnazjum. Starsza młodzież dalszą naukę kontynuuje w szkołach licealnych i na studiach, przede wszystkim w Puławach i Lublinie.

Opoka zaopatrzona została w gaz, telefonię i Internet. Mieszkańcy czekają na wodociąg i kanalizację. Pierwsza sprawa nie jest taka pilna, ponieważ każdy posiada studnie głębinowe, ale sprawa kanalizacji spędza mieszkańcom sen z powiek.



Sołtysiem Opoki jest pan Rodzowski Bolesław. Swoją funkcję pełni 10 lat i jest najstarszym sołtysiem wśród pozostałych. Jak sam mówi o sobie „jestem sołtysiem seniorem”. Oprócz codziennych obowiązków dodatkowo zajmuje się pszczelarstwem. Praca z pszczołami sprawia mu wiele satysfakcji. Ponadto współpracuje z orkiestrą dętą. Muzyka w jego rodzinie pełniła i pełni dużą rolę, a członkostwo w orkiestrze stało się już tradycją, która przechodzi z pokolenia na pokolenie.

To samo można powiedzieć o niemalże całej społeczności Opoki, która w gminie była najbardziej muzykalna. Stąd zrodziła się myśl o utworzeniu orkiestry dętej.

Kobietom w Opoce przypisuje się miano dobrych gospodyń i kucharek. Mężczyźni wypowiadając się o swoich małżonkach z dozą humoru podkreślają, że żony bardzo o nich dbają, by oni mieli siłę grać.

Przy okazji naszej wizyty spotkaliśmy wiele ciekawych osób. Udało nam się porozmawiać z panem Henrykiem Sułkiem, który opowiedział nam o swojej poezji. Wiersze pisze krótko, ale na pewno uzbierałyby się już spory tomik. Poruszana tematyka jest bardzo różnorodna. Oparta przede wszystkim na wspomnieniach i obserwacjach nie tylko współczesnej rzeczywistości.

Ponadto pan Henryk pasjonuje się historią swojej miejscowości. Zbiera i notuje wszelkie informacje z nią związane mając nadzieję, że skorzystają z tego młodsze pokolenia.

Poznaliśmy również jednego z najstarszych mieszkańców Opoki, pana Aleksandra Rodzika. Pamięta on doskonale lata zawieruchy wojennej. W owym czasie, jako młody chłopiec został zabrany do Junaków pracujących w Podlodowie. Po półtora rocznym pobycie udało mu się stamtąd uciec. Dzisiaj pan Aleksander, który jest szczęśliwy, że przeżył tamten straszny czas, może podzielić się doświadczeniami, nabytymi przez tyle lat. Dokonując przy nas weryfikacji wielu chwil, przeżytych w tym miejscu, dochodzi do wniosku, że w Opoce żyło się nienajgorzej, a opoczanie to sympatyczna społeczność. Obecnie pan Rodzik gra w orkiestrze dętej, a w ramach hobby od

czasu do czasu śpiewa przy okazji ślubów czy innych uroczystości.

W Opoce dobrze funkcjonuje Ochotnicza Straż Pożarna, która została powołana do życia w dniu 26.02.1985 roku i zarejestrowana pod numerem 13-tym. Z czasem jednak przełamano wszelkie przesady, bo dla OSP w Opoce, najmłodszej jednostce w gminie, 13-tka okazała się szczęśliwą liczbą. Początki były ciężkie, ale dzięki ogromnemu zaangażowaniu mieszkańców straż z roku na rok osiągała zamierzone cele. Za najważniejszy postawiono zakupienie budynku wraz z działką po byłej kuźni i pobudowanie tam remizy strażackiej. Urząd Gminy również zaproponował swoją pomoc i obiecał 50% wsparcia finansowego. Pozostałą część kwoty uzyskano od mieszkańców Opoki, którzy sami opodatkowali się na ten cel. Chciano jak najszybciej zrealizować cel, ponieważ we wsi nie było miejsca do spotkań. Prezesem pierwszego zarządu został Marian Kozak, Komendantem – Franciszek Rodzoś, a jego zastępcą Kazimierz Suszek. W skład nowego zarządu weszli również: Henryk Sulek, Stanisław Komsta, Edward Radomski, Henryk Dziegieł, Stanisław Baćkowski i Jan Przepiórka.

Z czasem OSP zakupiło wyposażenie, sprzęt i umundurowanie. Dużym sukcesem był zakup nowego samochodu. Strażacy zaczęli również systematycznie uczestniczyć w zawodach sportowo – gaśniczych, w których zdobywali czołowe miejsca, udowadniając tym samym, że jednostka jest skuteczna i potrzebna. Aktualnym prezesem 40-to osobowej jednostki jest Edward Radomski. W tej chwili jednostka pełni funkcję pomocniczej i stanowi formę zaplecza dla jednostek bardziej zorganizowanych.

Dwa lata temu w Opoce oddano do użytku nową strażówkę, w której odbywają się przede wszystkim zebrania wiejskie, uroczystości i różnego rodzaju imprezy rodzinne.

Z Ochotniczą Strażą Pożarną w Opoce związana jest również historia Orkiestry Dętej, która powstała dwa lata po powołaniu jednostki. W jej skład weszli przede wszystkim strażacy, którzy ujawnili swój talent muzyczny. Dowodził temu przedsięwzięciu Franciszek Rodzoś. Przygotowywał orkiestrę do występów, szukał dla niej nowego repertuaru, rozpisywał go na instrumenty i szkolił młodsze pokolenia. Wykazał dużą fachowość w tej dziedzinie. Widoczne to było na licznych występach i konkursach, w których orkiestra uczestniczyła, zdobywając akceptację i sympatię.

Dzisiaj orkiestra ma już rangę gminnej, pieczę nad nią sprawuje Gminny Ośrodek Kultury, a rolę kapelmistrza pełni Marian Stankiewicz. Orkiestra przez cały czas cieszy się uznaniem, a jej szeregi zasilają coraz więcej młodzieży. Opoka położona w dolinie Kurówki i otoczona łąkami przedstawia odmienny, ale jakże miły dla oka krajobraz wśród pozostałych miejscowości naszej gminy.



H. Sulek i A. Rodzik to skarbnica wiedzy o Opoce

Serdeczne podziękowania kierujemy w stronę panów: Bolesława Rodzosa, Henryka Sulka i Aleksandra Rodzika, którzy pomogli nam zebrać informacje do tego artykułu.

Małgorzata Usowska

Wspomnienia i dzień dzisiejszy

Henryk Sulek, Opoka

Mroźny poranek, wóz słychać z dala
To jedzie z młyna Adam Pękała
Wiezie wór mąki no i otręby
Psy ujadają i szczerzą zęby.
Z tej mąki będzie wspaniały placek
Ale najlepszy to piecze Wacek
Żona natomiast zrobi serniczek
Dla swych kochanych małych dzieciaków.

O Pękałach pisaliśmy
Więc dwa razy nie wypada
Spójrzmy co się dalej dzieje
U innego już sąsiada.
Są też Mrozki i Chołaja
Tam gdzie wiosną bociek staje
Na stodole odpoczywa
A na rzece czapla siwa.

Żył w Opoce Pan Przepiórka
Co stolarzem dobrym był
Fachu uczył się w Warszawie
I z stolarstwa swego żył.
Ród Rodzosiów z tego słynie
Że ich dziadek w carskim wojsku
Grał w orkiestrze hen w Tallinie
Ale tęsknił za swą wioską.

Carska służba – długie lata
Nie uwidzisz ojca, brata
Sybir, wojny, rany, blizny
Lecz powrócił do ojczyzny.
Zdolni ludzie jego wnuki
Dziś w orkiestrze jeszcze grają
Grają także i prawnuki
Lecz nazwiska inne mają.

Przy Rodzosiach żyją Sulki
Babcia ich robiła bułki
I makowe i serowe
Bardzo smaczne no i zdrowe.
Obok błonia mała chatka
Przy niej kuźnia jest Łopatka
Kowal tęgi i fachowiec
Razem z synem kuje konie.

Po kowalach śladu nie ma
W grobie obaj, także żona
Starą kuźnię straż kupiła
Na garaże przeznaczyla.
Jest też u nas kilka rodzin
Które w nazwie ptaka mają
Sieją, orzą, zarobkują
Całkiem nieźle egzystują

Są Białoty i Próchniaki
Kruki, Gile inne ptaki – całe ZOO
Są wesela, potem chrzciny
Przy tym często jest wesoło.
Są Kozaki – gospodarni
Noszą mleko do mleczarni
Mówią na nich: duży – mały
Jak z wierszyka te Michały.

A gospodarstw bardzo wiele
Obok Kuny są Dziegiele
Ci w orkiestrze wiedli prym
Dziś gra jeden – Władka syn.
U Chołaja usiadł bocian i klekoce
Co tam słychać w tej Opoce
Ja mu na to – co słyszałem
W kilku zdaniach opisałem.

Szlakiem Jana Kochanowskiego



Uczestnicy przed Muzeum Jana Kochanowskiego

Zima nie sprzyja turystyce, ale do niektórych miejsc warto pojechać bez względu na porę roku. Z inicjatywy Końskowolskiego Towarzystwa Społeczno-Regionalnego w jedną z grudniowych sobót zorganizowano wycieczkę Szlakiem Jana Kochanowskiego. Z zaproszenia organizatorów skorzystali chętni mieszkańcy Końskowoli. W XIX wiecznym dworze Jabłonowskich w Czarnolesie znajduje się Muzeum Jana Kochanowskiego. We wnętrzach muzeum zobaczyliśmy oryginalne pamiątki po Kochanowskim: żelazne renesansowe drzwi pochodzące ze skarbczyka oraz fotel kryty złożonym kurdybanem z herbem Korwin. Muzeum posiada bogaty zbiór rękopisów, militariów, rzeźb i obrazów. Kolekcji pamiątek po

poecie dopełnia zbiór mebli i przedmiotów codziennego użytku z epoki renesansu. Uczestnikom wycieczki szczególnie



W tym fotelu (na pierwszym planie) tworzył Jan Kochanowski

podobaly się wystawy - Rzeczpospolita Babińska oraz Mały Wawel, na których postacie są w strojach z filmu Królowa Bona. Pomimo chłodu spacerowaliśmy po romantycznym parku okalającym dwór. W parku, w miejscu słynnej lipy, pod którą siadywał Jan Kochanowski stoi kamienny obelisk z symbolicznym sarkofagiem Urszulki. Na krótko zajechaliśmy do Zwolenia, gdzie w kościele parafialnym Podwyższenia Krzyża Świętego w jednej z kaplic, w krypcie, umieszczony jest kamienny sarkofag ze szczątkami Jana Kochanowskiego.

Uczestnikom wycieczki nasunęła się refleksja, że bliskie wyjazdy mogą być ciekawe i atrakcyjne.

Dorota Chyl

Nasz 15., ogólnopolski 17. finał WOŚP

Tym razem graliśmy na rzecz wykrywania chorób nowotworowych u dzieci. To był nasz, końskowolski 15. Finał. W całym kraju Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy grała po raz 17. Nasza akcja pomocy dzieciom skupiła się na imprezie zamkniętej w Gminnym Ośrodku Kultury. Wolontariusze (pracownicy GOK) z oryginalnymi identyfikatorami (koncert został zarejestrowany w Fundacji) wręczali serduszka, będące biletami wstępu. W koncercie wystąpili miejscowi artyści, którzy od lat poczytują sobie za honor udział w tej akcji. Byli to: orkiestra dęta pod batutą kapelmistrza Mariana Stankiewicza, zespół tańca towarzyskiego pod kierunkiem Kamili i Bartłomieja Rudnych, dziecięcy zespół wokalny z instruktorem Tadeuszem Salamandrą, kabaret „Onufry” w programie wyreżyserowanym przez Annę Matraszek oraz grupa karateków z trenerem Marcinem Kostryą. Do akcji włączył się, podobnie jak w latach ubiegłych, Środowiskowy Dom Samopomocy, oferując do sprzedaży prace podopiecznych i instruktorów. Wśród przedmiotów przeznaczonych na sprzedaż znalazły się także dary mieszkańca Wronowa, Bolesława Matraszka,

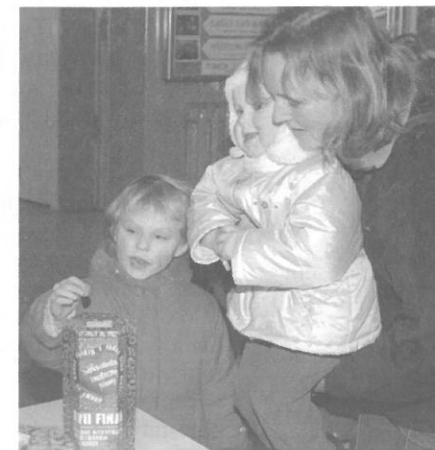
wspierającego akcję od kilku już lat. W tej edycji Orkiestry zagraли, również po raz kolejny, uczniowie i nauczyciele ze szkół w Chrzęchowiu i Pożogu, organizując imprezy w swoich środowiskach. Suma summarum zebraliśmy 2.760,00 zł, które wpłynęły na konto Fundacji.

Zaangażowanie naszego środowiska świadczy, że jesteśmy sympatykami WOŚP, chociaż pojawiają się jeszcze sceptycy. Niech ich przekona fakt, że jest to jedyna na świecie organizacja charytatywna, która podczas publicznej kwesty zbiera fundusze na pomoc chorym dzieciom. Do tej pory Orkiestra zakupiła już sprzęt za 100 mln dolarów dla 650 szpitali w Polsce. Jest on wykorzystywany wyłącznie w ramach umowy z Narodowym Funduszem Zdrowia, a więc bezpłatnie. Założyciel Fundacji, Jerzy Owsiak, deklaruje z tegorocznej zbiórki wyposażenie wszystkich hospicjów dziecięcych w kraju. To, czy zamierzenia się spełnią, zależy od hojności darczyńców w kraju i na świecie. Za rok też zagramy!

Bożenna Furtak



W orkiestrze grają też uroczne dziewczynki



W koncercie brały udział całe rodziny



Różnie się plotło w kabaretowym programie

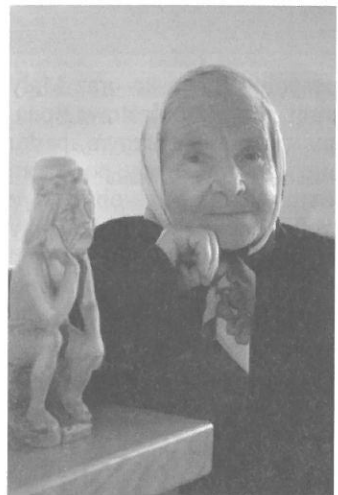
Miniony rok skłania do podsumowań i rozliczeń. Nasuwa wspomnienia i refleksje. Staje się też okazją do przypomnienia ludzi, których spotkaliśmy na swojej drodze, zarówno tych, którzy uczynili dla nas bądź naszego środowiska coś dobrego, jak również tych, którzy sprawili nam przykrość. O tych drugich lepiej zapomnieć, tych pierwszych trzeba wspominać miło.

Dziś zaprezentujemy kilka sylwetek naszych ziomków, którzy w minionym 2008 roku rozslawili gminę. Bo to, że Gmina Końskowola jest coraz bardziej znana, i to nie tylko w regionie, to niewątpliwa zasługa ludzi z nią związanych. Na ten pozytywny wizerunek pracuje mnóstwo osób. Jedni czynią to z urzędu, inni z racji zajmowanego stanowiska, ale są i tacy, których działania promocyjne nie są wcale zamierzone. Robią to co lubią i potrafią, a efekty ich pracy przynoszą splendor Końskowoli.

Nazwiemy tych ludzi mecenasami. I choć słowo mecenas kojarzy się najczęściej z adwokatem, to ma też inne, szersze znaczenie – donator, darczyńca, promotor, dobroczyńca, patron – i takie właśnie, ze wszech miar pozytywne miano, przypisujemy tym ludziom.

Na pewno nie będą to wszyscy zasługujący na odnotowanie, temat zostawiamy otwarty, do konsultacji społecznych.

Gminni mecenas '2008



Zuzanna Spasówka -

poetka ludowa z Pożoga Starego. W swym dorobku ma wiele wierszy opiewających piękno ziemi rodzinnej, sceny teatralne z życia wsi, zapisy zwyczajów i obrzędów oraz pieśni, do których skomponowała muzykę. Jej liryczną poezję wyróżnia miłość do Ojczyzny, domu rodzinnego i piękna otaczającej przyrody oraz szacunek do rolniczego trudu i Matki Ziemi. Malownicze opisy otaczającego świata wypełnia wiara w Boga.

Poetycki dorobek Zuzanny Spasówki został zebrany

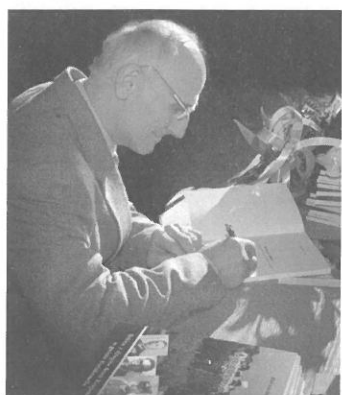
w dwóch tomikach wierszy: „Kwiatów wieczorne modlitwy” (1994) i „Jak Cię nie kochać, Ziemio Ojczysto” (2006).

Pani Zuzanna jest laureatką wielu konkursów poetyckich.

Za swą twórczość została uhonorowana przez Ministra Kultury i Sztuki, m.in.: Odznaką „Zasłużony Działacz Kultury” (1997), Nagrodą Specjalną Ministra Kultury (2005), medalem Zasłużony Kulturze – „Gloria Artis” (2007).

W minionym roku Jej dorobek artystyczny w dziedzinie twórczości ludowej został uhonorowany Nagrodą im. Oskara Kolberga „Za zasługi dla kultury ludowej”. Nagrodę oraz medal poetka odebrała 3 października na Zamku Królewskim w Warszawie z rąk ministra kultury. Przy tej sposobności udzieliła też wywiadu dla Polskiego Radia.

W tym samym roku, w listopadzie, decyzją o wyróżnieniu naszej poetki podjął Urząd Marszałkowski w Lublinie. Uroczyste wręczenie dyplomu i nagrody miało miejsce w Gminnym Ośrodku Kultury w Końskowoli podczas spotkania seniorów z okazji Dnia Starszego Człowieka.



Aleksander Lewtak -

piewca historii regionu ze Skowieszyna. Choć nie jest z wykształcenia historykiem, to od wielu lat zajmuje się badaniem i opisywaniem wydarzeń historycznych i ludzi z nimi związanych. Wykazuje szczególne zainteresowanie okresem II wojny światowej na naszym terenie. Spod pióra pana Aleksandra wyszło już kilka opracowań, m.in.: „Dzieje Skowieszyna”, „Bitwa w Lesie Stockim”, „Pacyfikacja Kolonii Zbądowice”, „Młyny

wodne. Rzeka Bystra i jej dopływy” oraz biografie „Michał Pitek” i „Alfons Fańciszewski”.

W roku 2008 została wydana książka Jego autorstwa „Ojczyźnie oddani. Szkice z dziejów Armii Krajowej w gminie Końskowola”. Opracowanie zawiera: krótki szkic powstania, działalności i struktur Armii Krajowej; kilka not biograficznych ludzi związanych z AK i działających na naszym terenie; opis akcji „Burza” w Końskowoli; listę członków ZWZ-AK i WiN z gminy Końskowola; wykaz ofiar wojny 1939-1945 z gminy Końskowola oraz liczne archiwalne fotografie. Aleksander Lewtak opracowując kolejne wydawnictwa nawiązuje kontakt z żyjącymi uczestnikami wojny bądź ich rodzinami. Można zatem przypuszczać, że przekazywane informacje są rzetelne.



Teresa Orłowska -

fotograf. Zawód, zgodny z wykształceniem, uprawia przez całe życie. Robi to z wielką pasją. S z c z e g ó l n y m zamiłowaniem darzy zabytki i pejzaże gminy Końskowola, stąd posiada przeogromne zbiory z tego tematu. Jej prace prezentowane są

„Echa” oraz innych wydawnictw prasowych, w wielu albumach i wydawnictwach o Końskowoli, na stronach internetowych. Za swój kunszt artystyczny otrzymała Nagrodę Starosty Puławskiego w Dziedzinie Kultury. Wykonane przez siebie zdjęcia prezentowała na wielu wystawach, m.in. w: Akademii Rolniczej w Poznaniu, Akademii Rolniczej w Lublinie, Bibliotece Miejskiej w Puławach, Gminnym Ośrodku Kultury w Końskowoli - coroczny uczestnik Wystawy Twórczości Rodzimych Artystów.

W 2008 roku została główną laureatką wiosennego, wojewódzkiego konkursu fotograficznego „Zobaczcie jak u nas pięknie”, ogłoszonego przez redakcję Dziennika Wschodniego. Na zgłoszonych do konkursu zdjęciach zaprezentowała mieszkankę Końskowoli na tle łąk w Chrzążowie oraz łąki ziół w Sielcach. Do letniej edycji tegoż konkursu zgłosiła cykl zdjęć zatytułowany „Mały”, a były to: Małe róże, Małe pole oraz Mały Ludwik, za który zdobyła II nagrodę. Obecnie przygotowuje pejzaże do zimowej edycji konkursu.

Marcin Kostyra -

trener, działacz sportowy. Na swoim koncie ma własne sukcesy sportowe, ale najważniejsze, jak podkreśla, to te, które zdobył jako trener. Jego życiową pasją są sztuki walki. 11 lipca 2005 roku zdał egzamin na czarny pas Tang Soo Do przed założycielem Federacji - Robertem Cheezica'em 10 dan ze Stanów Zjednoczonych. Obecnie jest posiadaczem II Dan. Pełni funkcję Prezesa Polskiej Federacji Tang Soo Do oraz wiceprezesa Klubu Sportowego Centrum Tang Soo Do, które powstały z jego inicjatywy.



Od początku swojej pracy instruktorskiej związany jest z Końskowolą. To tu w 2001 roku w Gminnym Ośrodku Kultury stawiał pierwsze kroki jako trener, najpierw karate, potem TSD i kickboxingu. Jego uczniowie zdobywali medale na zawodach zagranicznych (Mołdawia, Holandia, Niemcy), jak i krajowych. Jest wychowawcą m.in. Mistrzów Polski Kickboxingu, w taekwondo (PUT). Sam też chętnie bierze udział

w zawodach, ale tylko w zagranicznych, m.in. w październiku 2008 w Yankee National w USA zdobył 3 medale: złoty, srebrny i brązowy. **Posiadać zdolność i talent do nauki lub sportu to połowa sukcesu do tego, aby być mądrym i osiągać sukcesy. Reszta zależy od chęci i pracy. Okazuje się, że takich uzdolnionych i chętnych mamy wśród dzieci i młodzieży. Tę grupę, prezentowanych młodych ludzi, nazywamy championami. Championa można też określić jako: przodownik, as, rekordzista, zwycięzca. Oni też pozytywnie świadczą o naszym środowisku.**

Championy '2008

Mariusz Wiśniewski i Kacper Kosior - dwaj uczniowie ze Szkoły Podstawowej w Końskowoli. Z racji zdolności i pracowitości właśnie, w minionym roku „przeskoczyli” z klasy II do klasy IV. Jak to możliwe? Będąc uczniami drugiej klasy wykazywali się wiedzą przewyższającą poziom nauczania dla tego wieku, dlatego rodzice podjęli starania o awans na wyższy poziom wiedzy. W trakcie wakacji chłopcy zdali egzamin, oczywiście pozytywnie, i 1 września dołączyli do grona starszych od siebie kolegów. Sami mówią, że egzamin wcale nie był trudny, z nauką obecnie doskonale sobie radzą, a lekcje odrabiają w ciągu jednej godziny.



Mariusz

poza obowiązkową nauką w szkole podstawowej pobiera też lekcje w szkole muzycznej (cztery razy w tygodniu!) – jest w trzeciej klasie sześcioklasowego cyklu, tańczy w zespole tańca towarzyskiego w Gminnym Ośrodku Kultury. Te zajęcia absorbują Mariuszowi cztery popołudnia, zaś piąte spędza na grze w piłkę.



Kacper

również uczestniczy w wielu formach pozalekcyjnych. Jest uczniem szkoły językowej Quest w Puławach, tańczy w zespole tańca towarzyskiego w Gminnym Ośrodku Kultury, bierze udział w treningach piłki ręcznej i nożnej w szkole. Lubi czytać książki science fiction, a wolne od dodatkowych zajęć piątkowe popołudnie spędza przy komputerze.

Damian Gębal i Sebastian Chudzi - zawodnicy Klubu Sportowego Centrum Tang Soo Do, uczniowie Gimnazjum W Końskowoli. Na swym koncie mają liczne sukcesy krajowe i zagraniczne w dziedzinie sztuk walki, dyscyplinie sportowej dość popularnej w naszym środowisku od kilku lat. Obaj sumiennie trenują, czego efektem są tytuły Mistrzów Polski i Mistrzów Europy w kickboxingu, taekwondo i tang soo do.

Za swój największy dotychczasowy sukces trenersko/sportowy uznaje wyszkolenie Mistrzów Polski w kickboxingu w formule semi i light- contact (Sebastian Chudzik i Damian Gębal). A trenersko/wychowawczy – jak sam twierdzi – „Odkrycie wielu talentów. Bezcenne jest zaufanie jakim darzą mnie uczniowie i ich rodzice, być autorytetem dla nastolatka jest trudne, ale zdobyć go jeszcze trudniej”.

Za sukcesy trenerskie w sezonie 2007/2008 otrzymał nagrodę Prezydenta Puław oraz wyróżnienie Starosty Puławskiego za działalność na rzecz sportu.

Trener Kostyra to człowiek otwarty na innych ludzi, zaangażowany całym sercem w to co robi. Lubi kontakt z młodzieżą, doskonale radzi sobie z dziećmi, których potrafi zarazić nie tylko pasją, sportem, ale i radością życia. Cieszy się autorytetem wśród ćwiczących, którzy zwracają się do niego nie tylko z problemami sportowymi.

W minionym roku obaj otrzymali nagrody od Prezydenta Puław i Starosty Puławskiego za osiągnięcie wysokich wyników sportowych oraz promowanie powiatu. Obaj zawodnicy zostali powołani do wojewódzkiej kadry kadetów w kickboxingu.



Damian

w 2008 roku, na I Otwartych Mistrzostwach Polski Tang Soo Do, które odbyły się w lutym w Puławach, zdobył 4 tytuły mistrzowskie, a tym samym statuetkę najbardziej wszechstronnego zawodnika. Jest laureatem głównej nagrody ubiegłorocznej, ogólnopolskiej akcji „Zachowaj Trzeźwy Umysł” - zajął I miejsce w konkursie „Szukamy młodych mistrzów”. Nagrodę główną odebrał w Warszawie w Centrum Olimpijskim, został też

doceniony i nagrodzony przez Radę Gminy Końskowola. W listopadzie, na Otwartych Mistrzostwach Europy w Tang Soo Do w Monachium, Damian wywalczył III miejsce w walkach. Podczas Otwartego Turnieju Taekwondo w Świdniku (listopad) zajął I miejsce w walkach i III w formach, a w trakcie Międzynarodowego Pucharu Polski Taekwondo w Opolu zdobył medale: dwa złote i jeden brązowy.

W grudniu 2008r. w Międzynarodowym Turniej Kickboxingu Mazovia Open w Tarczynie, k. Warszawy, zdobył dwa złote krążki.

Sebastian



w 2008 roku, na I Otwartych Mistrzostwach Polski Tang Soo Do zdobył 2 tytuły mistrza i 2 wicemistrza.

Podczas Otwartego Turnieju Taekwondo w Świdniku (listopad) Sebastian zajął II miejsce w walkach, a w trakcie Międzynarodowego Pucharu Polski Taekwondo w Opolu wywalczył II miejsce.

Bożenna Furtak

Filatelistyka – trudne hobby?

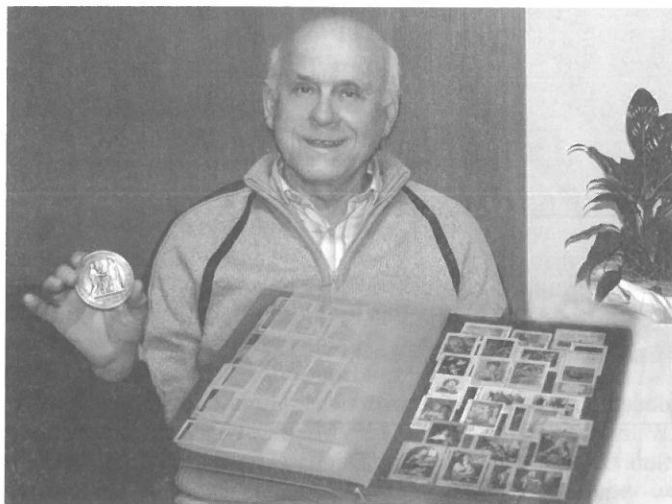
Filatelistyka to bardzo złożone, i wcale nie takie łatwe, hobby. Zadanie filatelisty nie polega na kupieniu znaczka pocztowego, włożeniu go do klasera i podziwianiu – to coś więcej. Ta dziedzina zainteresowań znalazła też swoje miejsce w kalendarzu, w którym 6 styczeń zaznaczony jest jako Dzień Filatelisty.

Znaczenie słowa filatelistyka wywodzi się z dwóch greckich wyrazów – philein i ateleia, których połączenie oznacza zamiłowanie do zbierania znaczków pocztowych. Filatelistykę nazywano również „hobby królów”, ponieważ uprawiali ją np.: Król Jerzy V, Król Rumunii Karol czy egipski Monarcha Faruk.

Profesjonalna filatelistyka nie sprowadza się tylko i wyłącznie do kolekcjonowania znaczków, ale skupia się również na zbieractwie wszelkich walorów pocztowych. Oprócz znaczków filatelisci zbierają także datowniki okolicznościowe czy całości pocztowe.

Jednym z pierwszych filatelistów był John Gray, pracownik British Museum w Londynie. Z zapisu w jego dzienniku z 1840 r. wynika, że kupił on wówczas kilka jedno i dwu pensówek nie po to, by nadać listy, lecz ze względu na swoje historyczne zainteresowania. W taki sposób zapoczątkował swoją kolekcję znaczków, które później katalogował.

Czym tak naprawdę jest pasja filatelistyczna? Zapytaliśmy o to pana Tadeusza Gryglickiego, który jest naszym lokalnym filatelistą.



Od jakiego czasu zbiera Pan znaczki i skąd takie zainteresowania?

- Właściwie to od dziecka. Zawdzięczam to mojemu ojcu, który jako zbieracz znaczków, monet, książek, gazet, zaszczylił we mnie takie hobby. Ja, jako najmłodszy z rodzeństwa, wykazywałem największe zainteresowanie gromadzeniem nie tylko znaczków. Kolekcjonuję również monety i medale okolicznościowe. Niestety z ojca zbiorów nie wiele się ostało. Przyczynił się do tego koniec wojny. Niemcy, kiedy wycofywali się z Końskowoli palili wszystko. Dosłownie w ostatnim dniu przed wyzwoleniem nasz dom spłonął, a wraz z nim wszystkie zbiory mojego ojca. Niestety, najcenniejsze okazy poszły z dymem.

Jak wyglądały początki Pana filatelistycznego hobby?

- Tego, co zostało po pożarze, było niewiele. Po wojnie zacząłem stopniowo kolekcjonować wszystko od nowa. Na początku te znaczki najbardziej dostępne, tzn. kasowane, które przeszły swoją drogę. Później, kiedy dowiedziałem się, że nie tylko ja zbieram ale koledzy też, wtedy pokazała się możliwość wymiany podwójnych znaczków. Pod koniec lat 50-tych można było wykupić abonament i w zależności od tego co się chciało

zbierać, to te rzeczy się zamawiało. Zaczynały powstawać sklepy filatelistyczne. Dostęp do znaczków był znacznie łatwiejszy. Jednak podstawowym problemem dla młodego człowieka, studenta, był brak pieniędzy na takie hobby. Starsze typy znaczków, może nie takie ładne, kolorowe i ozdobne jak dzisiaj, były bardzo kosztowne. Niektóre wydania były bardzo krótkie, co też znacznie podwyższało ich wartość.

Czym charakteryzują się Pana zbiory?

- Moja kolekcja filatelistyczna jest bardzo różnorodna. Wcześniej zbierałem koperty i kartki okolicznościowe. Od pewnego czasu zaprzestałem i skupiłem się przede wszystkim na samych znaczkach. Mam powojenne, które są najmniej ciekawe, bo bardzo uproszczone, ale mają swoją wartość. Następnie zaczęły się pojawiać znaczki z wizerunkami tych najważniejszych w państwie, co było bardzo charakterystyczne, m.in. kolekcja z wizerunkiem Bolesława Bieruta w różnych odsłonach. Znaną są też znaczki związane ze sportem, np. na niektórych została uwidoczniiona olimpiada i wiele mistrzostw. Mam też kolekcje tematyczne, które w latach 60-tych łatwiej było zdobyć jak teraz. Jeśli kupowało się całe pakiety, bo początkowo innej możliwości nie było, to znaczki dzieliło się pod względem motywu i treści. Tak więc wśród moich zbiorów są znaczki, które przedstawiają obrazy wielkich mistrzów, ikony czy scenki bajkowe. Spora część kolekcji, to znaczki, które przedstawiają przyrodę. Są tutaj gady, płazy, ptaki, ssaki. Rośliny to też częsty motyw: kwiaty (starczki, tulipany), warzywa, truskawki, poziomki – można wymieniać bez końca. Nietypowym wydawnictwem jest bardzo słynna seria grzybów umieszczona na znaczkach w kształcie trójkąta. Jednak tematem przewodnim moich albumów jest malarstwo. Każdy z filatelistów ma inne zainteresowania, dlatego albumy każdego z nas bardzo się różnią.

Zbiera Pan również znaczki zagraniczne?

- Z zagranicznych mogę wymienić znaczki: radzieckie, rumuńskie, czechosłowackie, kubańskie, bułgarskie, wietnamskie. Bardzo ciekawe, które przybierają formę małych dzieł, są znaczki radzieckie. Przedstawiają one przede wszystkim wizerunki działaczy socjalistycznych, sport i kosmos, którego podbój miał bardzo ważne znaczenie dla ZSSR. Piękne są znaczki z malarstwem rosyjskim. Znaczków zachodnich w tamtym czasie nie było. Chyba, że ktoś miał możliwość wyjazdu za granicę to przywoził dla siebie.

Ulubiona kolekcja, ulubiony znaczek?

- Każda kolekcja i każdy znaczek jest bliski mojemu sercu. Wszystkie mają swoją historię, chociażby związaną z tym w jaki sposób je dostałem, czy zdobyłem. Różnie przecież to bywało. Nie wszystkie znaczki dało się tak od razu dostać. Jeśli chciałem kupić konkretną serię w całości to należało często odwiedzać sklep filatelistyczny i szukać poszczególnych sztuk. Dochodziło także do wielu wymian. Te wszystkie zabiegi urozmaicały, a wręcz wciągały w hobby filatelistyczne. Dlatego z żadnym znaczkiem nigdy bym się nie rozstał.

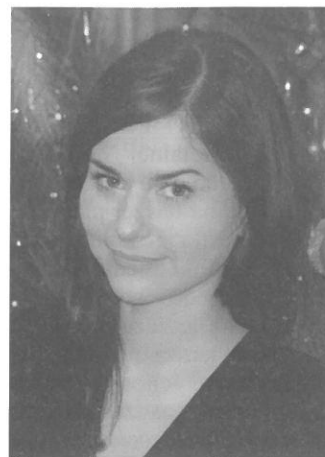
Czy zgodzi się Pan, że filatelistyka jest coraz mniej popularna i trudna?

- Myślę, że trochę tak. Na pewno należy w tej dziedzinie wykazać wiele cierpliwości i zaangażowania. Najważniejszą rzeczą jest to, że trzeba lubić to robić. Jeżeli człowiek jest ciekawy czym charakteryzują się znaczki, co się znajduje na każdym z nich, jaka jest historia filatelistyki, to zainteresuje się tym hobby.

We współczesnym świecie łatwiej być filatelistą. Nawet pieniądze nie są taką ogromną barierą dla początkującego zbieracza. Abonament też nie jest taki wysoki. Istnieje Internet, profesjonalne strony o tej tematyce. Ja też czasem z tego korzystam. Każdy może zostać filatelistą.

Rozmawiała Małgorzata Usowska

Rozmowa z polsatowską Pogodynką Pauliną Sykut



Od pewnego czasu na antenie Telewizji Polsat prognozę pogody prezentuje mieszkanka Puław, Paulina Sykut. Nie wiedzieć czemu, wielu mieszkańców naszego środowiska identyfikuje ją z Końskowolą. Pani Paulina nie jest związana z naszą miejscowością rodzinnie, ale emocjonalnie tak. Ma tu przyjaciół, korzysta z usług dentystycznych w Końskowoli i jak twierdzi lubi to miejsce. Sympatycy programów: Szansa na sukces, Idol, Droga do gwiazd - pewnie ją pamiętają, bo przed kilku laty miała tam swoje pięć minut. Z racji sympatii do naszej miejscowości, zgodziła się udzielić krótkiego wywiadu i zdradzić tajniki telewizyjnej kuchni.

- Jaka będzie pogoda w 2009 roku?

- Generalnie nie podaje się prognoz długoterminowych, one się nie sprawdzają. Nie da się dokładnie przewidzieć czegoś, co wykracza poza najbliższy tydzień.

- Jak jest po tej drugiej stronie kamery? Czy masz cały czas świadomość, że oglądają cię miliony widzów?

- Teraz już nie. Początkowo myślałam o tym i denerwowałam się właśnie tym, że tam tak dużo osób na mnie patrzy, ale teraz staram się o tym nie myśleć. Po prostu robię swoje!

- Masz tremę?

- Mam, za każdym razem. Chociaż nie ukrywam, że z dnia na dzień coraz mniejszą.

- Jak to wygląda w studiu? Czy masz przed sobą taką mapę, jak my widzimy?

- W Polsat News mamy taki duży telebim, na którym te mapy się wyświetlają. Nasze studio mieści się na parterze, a graficy mają swoje na piątym piętrze i to oni nam zmieniają te mapy. Znają kolejność, ale czasem się mylą, albo sprzęt szwankuje i wtedy jest śmiesznie, bo na przykład mapy zaczynają migać. Albo nagle pokazuje mi się czyjaś twarz, na przykład reportera, który oczekuje na transmisję live (na żywo), stoi sobie gdzieś tam w Warszawie. I nagle po mapie Europy pokazuje mi się jego twarz. Bywają naprawdę śmieszne sytuacje! Już dwa razy mi się coś takiego zdarzyło. A pogoda pokazywana jest na żywo, ze studia lub gdzieś z pleneru. Ale do Wydarzeń nagrywamy zawsze w studiu i jest to studio wirtualne. I właśnie tam jest tak, że stoję sobie w pokoju wymalowanym na zielono albo niebiesko i tam nie ma, jest tylko operator i ja, i dwa telewizory: jeden z boku a drugi przede mną, taki podgląd. I ja muszę się w tym odnaleźć, bo to, co ludzie widzą, te mapy, to tylko znajduje się w tych telewizorach, a ja stoję na tym niebieskim, czy zielonym tle. Ludziom się czasami wydaje, że pogodę się czyta, tak jak w Wiadomościach (oni mają taki prompter, który im pokazuje tekst wirtualny). Oni sobie czytają, ale my przygotowujemy się i mówimy na żywo.

- Kto robi dla Ciebie tę pogodę?

- Współpracujemy z synoptykami, którzy kontrolują sytuację pogodową, dysponują różnymi pomiarami, zdjęciami satelitarnymi i na bieżąco to sprawdzają. To oni dają nam te mapki, pokazują zdjęcia i wykresy i opowiadają nam o tym, a potem my przygotowujemy się same, bo w sumie musimy to przełożyć na język bardziej przystępny dla przeciętnego widza.

- Kto Cię ubiera?

- Mamy stylistów, którzy dbają o nasze ubrania.

- W zależności od pogody?

- Coraz częściej tak, zwracają na to uwagę, aby ubranie było dopasowane do pogody. Nie każą mi w zimie założyć letniej sukienki. Muszą o to dbać, bo często jesteśmy wysyłane poza studio. Na przykład nagle zarządzą, że mamy się znaleźć gdzieś

w Warszawie nad Wisłą i musimy mieć wtedy ubranie odpowiednie. Są też pogody wyjazdowe. Są to łączenia na żywo z innych miejsc, na przykład na Sylwestra przez kilka dni relacjonowałam pogodę na żywo z Zakopanego. Połączyłam się ze studiem i oni wrzucali mi mapy, które widziałam na podglądzie. Czyli relacja była nadawana z Zakopanego, a mapy z Warszawy.

- Czy zdarzyła Ci się jakaś śmieszna wpadka?

- Najśmieszniej było, kiedy grafikom coś się pomyliło. Ostatnio miałam do pokazania kilka map, Europy i Polski, potem sektory na kolejne dni. No i przyszły te kolejne dni, to miały być: wtorek i środa, a potem czwartek, piątek i sobota. Ja patrzę, a tu pierwszy dzień to poniedziałek z ciśnieniem 1222. Coś mi tu nie gra, ale zaczynam opowiadać o poniedziałku. Patrzę na kolejny dzień i widzę, że to też poniedziałek z takim samym ciśnieniem, a to wszystko było robione na żywo. Powiedziałam, no to sprawdzmy kolejne dni – patrzę, a te kolejne dni to też poniedziałki z ciśnieniem 1222! Na koniec chciałam powiedzieć, jak ja nie lubię poniedziałku, nie zrobiłam tego, ale byłam bliska. Muszę przyznać, że nie mam jeszcze odwagi tak ubarwiać. Mój szef sobie pozwala na różne rzeczy, ale on już tam pracuje tyle lat.

- Gdzie Cię możemy oglądać?

- W głównym Polsacie po Wydarzeniach o 16.10 i 19.25, oraz w Polsat News.

- Prowadzisz także inny program?

- Tak, Muzyczne Listy. Po występie w Idolu zaprosili mnie tam na casting, no i tak zaczęłam prowadzić Muzyczne Listy. A nagrywam je w tym samym studiu, w którym nagrywa się pogodę.

- Jak wspominasz okres, kiedy zaczęłaś śpiewać?

- Było super, choć trochę śmiesznie. To takie młodzińcze lata, chyba nie chciałabym już tak śpiewać. Ale to był fajny okres. Zresztą jeszcze nie zamknięty, bo nie porzuciłam śpiewania i nie porzucę nigdy, choć ostatnio mam mniej czasu. Z racji między innymi studiów dziennikarskich.

- Lubisz swoją pracę?

- Praca w telewizji zapewnia mi dużo emocji, tam jest naprawdę ciekawie. Kiedy wchodzę do studia na żywo, to tak naprawdę nie wiem, co się wydarzy. I za każdym razem są jakieś niespodzianki. Właśnie to jest fajne. Bardzo lubię tę pracę. Niektórzy myślą, że OK, przytrafiło mi się i ja tu sobie jestem, ale to nie jest do końca moje miejsce. Ale tak nie jest, ja to uwielbiam. Ta praca daje mi dużo satysfakcji i emocji. Bardzo mi się podoba to, że ja się tam nie nudzę, jestem bardzo aktywna, bo w ciągu dnia muszę się przygotowywać i biegać, i różne rzeczy robić w międzyczasie. Poznają także dużo nowych ludzi. Czytelnikom Echa życzę dużo słońca i ciepła w nowym roku!

Rozmawiała Teresa Orłowska



Kącik gimnazjalisty

I minął rok 2008. Jaki był, co przyniósł, co zostawił po sobie? Byliśmy świadkami wielu wydarzeń na świecie, w Europie i Polsce. Niektóre z nich pozostaną na długo w naszej pamięci i historii.

Moim zdaniem jednym z najistotniejszych wydarzeń były letnie Igrzyska Olimpijskie w Pekinie. Nie chodzi tu wyłącznie o aspekt sportowy, ale także o dramatyczną sytuację Tybetańczyków w Chinach. Jest to naród prześladowany przez władzę chińską, który nieustannie walczy o wolność i swoje prawa. Ich przywódcą duchowym i politycznym jest Dalajlama, który niedawno gościł u nas w Polsce. Poprzez Olimpiadę cały świat mógł dostrzec problem Tybetu. Coraz więcej ludzi zauważa łamanie praw człowieka w Chinach. Szczególnie my Polacy powinniśmy wspierać i rozumieć Tybetańczyków, gdyż podobnie jak oni znaleźliśmy się pod obcym panowaniem i również doznaliśmy wielu cierpień i prześladowań ze strony zaborców. Mimo, iż wiele państw deklaruje solidarność z Tybetem, to jednak nie podjęły one konkretnych i wyraźnych działań. Wracając do samej Olimpiady - jest to czas, w którym sportowcy ze wszystkich stron świata, bez względu na pochodzenie i religię, uczciwie rywalizują ze sobą o miano mistrza. Warto zauważyć jak pięknie została wyreżyserowana ceremonia otwarcia i zamknięcia zawodów. Chiny pokazały miliardowej widowni na całym świecie swoją historię i tradycję. Udowodniły, że są potęgą gospodarczą o wspaniałej kulturze i obyczajach. Należałoby wspomnieć także o naszych olimpijczykach, którzy z wielkim poświęceniem rywalizowali dla naszej Ojczyzny.

Słuchając kilkakrotnie „Mazurka Dąbrowskiego” poczułam się dumna, że jestem Polką. Igrzyska powinny być wielkim świętem dla ludności na całym świecie i jednocześnie wszystkie narody.

Monika Aleksandrowicz, kl. III E

Według mnie najważniejszym wydarzeniem roku 2008 były wybory prezydenckie w USA. Odbyły się 4 listopada. Stany Zjednoczone są jedną z największych potęg świata, dlatego cały świat z uwagą przypatrywał się zmaganiom o stanowisko prezydenta. Moim zdaniem społeczeństwo amerykańskie dobrze wybrało, ponieważ Barach Obama jest czarny. To oznacza, że nawet biali na niego głosowali. Sądzę, że ten wybór zamknie usta rasistom. Nowy prezydent będzie pierwszym prezydentem USA o ciemnym kolorze skóry. Dzięki temu trafi do większej rzeszy ludzi. Niektórzy ludzie mówią, że czarnoskóry nie może zostać prezydentem. Ja uważam, że nie kolor skóry jest ważny przy podejmowaniu tego typu decyzji, lecz to, co człowiek sobą reprezentuje. Barach Obama idealnie pasuje do mojego modelu prezydenta, ponieważ jest wykształcony, rozumie potrzeby ludzi, ma dar przekonywania. Chce on jak najlepiej dla swojej ojczyzny i dlatego postanowił zostać prezydentem Stanów Zjednoczonych. Według mnie wielu polityków powinno się na nim wzorować. Wracając do tematu chcę powiedzieć, że te wybory będą miały wpływ nie tylko na Amerykę, ale także na cały świat. Sądzę, że Obama będzie mądrze rządził i zapobiegał kolejnym niepotrzebnym wojnom. Kogo zaskoczył ten wybór?

Arek Kowalik II D

Rok 2008 był pełen ważnych wydarzeń politycznych. Uważam, że najistotniejszym a zarazem najokropniejszym z nich był zamach w Bombaju. Wyrażając swoją opinię na ten temat chcę zwrócić szczególną uwagę na to, że oprócz tego, że terroryści podłożyli mnóstwo bomb, to jeszcze wywołali w kilku punktach miasta okrutne strzelaniny. To straszne.

Zamach stał się przyczyną śmierci 80 osób, nie wspominając o pozostałych 250-ciu, które uległy ciężkim obrażeniom. Chcę też dodać, że najbardziej ucierpiała turystyczna część Bombaju, z jednego z nadmorskich hoteli zamachowcy pojmali kilku zakładników. Podczas tego nieszczęsnego dla miasta wydarzenia ranny został deputowany Parlamentu Europejskiego, wchodzący w skład oficjalnej delegacji przebywającej w Indiach. Zamach w Bombaju jest dobrym przykładem na to, co aktualnie dzieje się na naszej planecie. Przyczynami tragedii mogą być takie błahostki jak kolor skóry, czy religia. Współczesne zdarzenia, np. konflikt między Gruzją a Osetią, czy słynny zamach mogą porównać do tego, co działo się w czasach II wojny światowej, o której jeszcze niedawno uczyłam się na lekcjach historii. Jako naród powinniśmy pomagać poszkodowanym w Bombaju, choćby przez najpopularniejsze akcje humanitarne. Z wielką nadzieją wierzę w to, że w końcu na ziemi zapanuje pokój. Oby wydarzenia typu zamach w Bombaju nie miały już nigdy miejsca.

Małgorzata Kowalska I D

Jednym z ważniejszych wydarzeń, które wstrząsnęły światem w 2008 roku, było na pewno nasilenie się konfliktu w Strefie Gazy. Podczas starć wojsk zginęła ogromna liczba ludzi, a wiele osób zostało rannych. Z dnia na dzień pogarszała i nadal pogarsza się sytuacja ludności cywilnej w Gazie. Pomoc humanitarna miała duże problemy z dotarciem na miejsce, aby pomóc poszkodowanym. Izraelskie helikoptery ostrzelały raketami jedyną elektrownię w Strefie Gazy, pozabawiając dopływ prądu znaczne rejony położone wzdłuż wybrzeża oraz prawie całe miasto Gaza. Zniszczono wiele obiektów, mostów łączących północ i południe. Izrael rozmieścił dziesiątki czołgów, wozów bojowych i oddziałów piechoty w pobliżu granicy ze Strefą Gazy. Protesty przeciw wojnie Izraela z Hamasem przetoczyły się przez miasta na kilku kontynentach. Szczególnie liczne demonstracje odbyły się w Londynie, Stambule i Rabacie. Gwałtowny przebieg miały protesty w Atenach. Media stale nagłaśniały sprawę ukazując nam sytuację w Strefie Gazy. Moim zdaniem wojna ta, jak również wszczywanie starć zbrojnych nie było potrzebne. Musimy pamiętać, że wojna to nieszczęście dla obu walczących stron. Ponoszone są liczne straty materialne, jak również w ludziach. Ostrzał z rakiet, które wystrzeliwane były na ślepo, czy też akcje obronne polegające na stosowaniu "żywych tarcz", zabijały setki niewinnych ludzi, innych pozabawiały często dachu nad głową czy całego dorobku. Wojna powinna być ostatecznym lub też w ogóle nie potrzebnym działaniem, gdyż jest to najgorszy sposób rozwiązywania problemów. Liczba niewinnych osób, które zginęły w czasie trwania konfliktu w Strefie Gazy, jest przykładem na to, że wojna nie jest wcale rozwiązaniem. Osobiście potępiam takie działania. Uważam, że państwa te powinny dojść do porozumienia drogą dyplomacji. Takie podejście ocaliło by setki, a może i tysiące ludzkich żyć.

Karol Wiejak III A

Pierwszego grudnia ubiegłego roku w Poznaniu rozpoczęła się konferencja ONZ na temat zmian klimatu. Uczestniczyło w niej 9 tys. osób, w tym 150 ministrów środowiska. Trwała do 12 grudnia. Podczas dwutygodniowego spotkania uczestnicy podsumowali dotychczasowe działania w obronie środowiska, a także wyznaczyli działania na rok 2009.

Ustalono, iż globalne ocieplenie nie może przekroczyć 2°C powyżej przedindustrialnego poziomu, ponieważ zwiększa się wtedy zagrożenie katastrofalnych i nieodwracalnych zmian w środowisku naturalnym. Podczas konferencji zobowiązano kraje, zarówno rozwinięte jak i rozwijające się, do zmniejszenia emisji dwutlenku węgla. Liczymy, że kraje biorące udział w konferencji wywiążą się z postawionych im zadań.

Gimnazjalistka

Pielegniarka radzi

Cukrzyca - choroba podstępna

Warunkiem długiego życia chorych z cukrzycą jest prawidłowe leczenie choroby. O jakości leczenia świadczą zbliżone do normy wyniki poziomów glukozy, cholesterolu, a także prawidłowe ciśnienie krwi.

Poziom glukozy we krwi na czczo poniżej 110 mg%

Poziom glukozy we krwi 2 godz. po posiłku poniżej 135 mg%

Poziom cholesterolu we krwi poniżej 175 mg%

Wyniki takie można uzyskać wówczas, gdy cukrzyca jest wcześniej rozpoznana i prawidłowo leczona. Chorego powinien leczyć lekarz rodzinny przy współpracy ze specjalistą diabetologiem, a przede wszystkim własnym zaangażowaniu pacjenta. Osoby, u których wykryto cukrzycę, a nie są prawidłowo leczone, powinny wiedzieć, że w przebiegu tej choroby mogą wystąpić poważne powikłania, ostre, jak i przewlekłe.

Do ostrych należy **hiperglikemia** (podwyższone stężenie glukozy we krwi) i **hipoglikemia** (niedocukrzenie).

Objawy hipoglikemii to: uczucie głodu, poty, drżenie rąk, błądź, osłabienie, bicie i kołatanie serca a nawet bóle serca, drgawki, agresja, zaburzenie świadomości.

Postępowanie: należy wypić coś słodkiego albo zjeść cukierka lub 3 kostki cukru, a następnie zjeść kromkę chleba.

Brak reakcji na niedocukrzenie ze strony pacjenta lub otoczenia, może doprowadzić do wystąpienia udaru mózgu, zawału serca, a nawet do zatrzymania akcji serca.

Do przewlekłych objawów cukrzycy należą: pogorszenie wzroku do ślepoty włącznie, zawał serca, udar mózgu, uszkodzenie nerek, uszkodzenie układu nerwowego, pogorszenie krążenia i utrata czucia w nogach.

Cukrzycę warto leczyć prawidłowo. Stwarza to bowiem szansę na zahamowanie rozwoju i uniknięcie ciężkich powikłań tej choroby. Cukrzyca należy do chorób, w których świadomy i aktywny udział pacjenta ma kluczowe znaczenie w leczeniu, a także zapobieganiu powikłaniom. Około 30-40% chorych na cukrzycę nie jest objętych opieką medyczną. Choroba ta skracza życie człowieka ok. 3-8 lat.

Cukrzyca sprzyja ponadto: chorobom nerek, częstym infekcjom, utrudnionemu gojeniu ran, chorobom dziąseł i zębów, zaburzeniom czucia (mrowienie stóp i dłoni) i świadomości skóry.

Celem leczenia cukrzycy jest:

- eliminacja objawów chorobowych i zapewnienie dobrej kondycji umożliwiającej choremu aktywne i twórcze życie,
- zapobieganie ostrym i przewlekłym powikłaniom choroby,
- umożliwienie choremu dobrego jakościowo życia.

Sposoby leczenia cukrzycy:

- doustne środki przeciwcukrzycowe, a jeśli ten sposób leczenia nie pozwala na obniżenie poziomu cukru we krwi wprowadza się leczenie insuliną;
- zdrowe, prawidłowe odżywianie;
- regularna aktywność fizyczna;
- wyeliminowanie nałogów, zwłaszcza palenia papierosów i picia alkoholu;
- regularna kontrola stężenia cukru we krwi, najlepiej własnym glukometrem;
- regularna kontrola ciśnienia tętniczego (<130/80) i stężenia tłuszczu we krwi (cholesterol <175mg/dl).

Doustne leki przeciwcukrzycowe należy stosować zgodnie ze wskazaniami lekarza. Tabletki, zależnie od rodzaju, przyjmuje się raz lub kilka razy dziennie.

Przyjmowanie insuliny - Insulina niezbędna jest dla chorych, u których trzustka nie produkuje tego hormonu lub wytwarza go mało

ilości. Stałego przyjmowania insuliny wymagają wszystkie osoby chore na cukrzycę typu I, ale także wielu chorych z cukrzycą typu II. Insulinę podaje się w formie wstrzyknięć podskórnych raz lub kilka razy dziennie, zależnie od indywidualnych potrzeb pacjenta. Nie można pomijać wstrzyknięć insuliny. Istnieje możliwość zmniejszenia lub zwiększenia (do 10% na dobę) dawki u pacjenta wyedukowanego, posługującego się glukometrem i posiadającego zdolność interpretacji wyników.

Wielu chorych dokonuje samodzielnie wstrzyknięć za pomocą strzykawki lub automatycznego wstrzykiwacza.

Kontrola stężenia cukru we krwi

Większość pacjentów dysponuje możliwością mierzenia stężenia cukru we krwi w warunkach domowych za pomocą automatycznego glukometru. Do prowadzenia pomiaru wymagane jest pobranie minimalnej objętości krwi – jednej kropli z nakłutej opuszki palca.

Zdrowe odżywianie

Zdrowe odżywianie nie jest ani trudne, ani drogie. Przestrzeganie zasad diety w cukrzycy nie oznacza wyrzeczeń czy też całkowitej rezygnacji z ulubionych potraw, wymaga jednak zachowania stałych pór posiłków oraz dbałości o ich wysoką wartość odżywczą. Pożywienie chorych na cukrzycę może składać się z tych samych składników co dla pozostałych członków rodziny. Wymaga jednak obliczania spożywanych kalorii. Liczba kalorii w diecie powinna być uzależniona od masy ciała oraz trybu życia. Należy jeść zgodnie z planem żywienia ustalonym z lekarzem lub dietetykiem. Należy spożywać 3 główne posiłki oraz 2 mniejsze przekąski. Nie można opuszczać posiłków, szczególnie po wstrzyknięciu insuliny – może to spowodować hipoglikemię. Odpowiednia będzie dieta zawierająca dużo warzyw, pełnoziarnistego chleba, kaszy, makaronu i ryżu.

W jadłospisie chorego mogą znaleźć się pokarmy z następujących grup produktów:

- węglowodany proste szybkochłaniające: mleko niskotłuszczowe i jego przetwory, owoce, soki naturalne;
- węglowodany wolnowchłaniające: pieczywo razowe, chleb żytni, ziarna zbóż, makaron, kasze gruboziarniste, ryż nieoczyszczony, warzywa zawierające dużo błonnika a mało cukru – można je spożywać na surowo a także ugotowane;
- białko: chude gatunki mięsa, chude gatunki ryb, jaja (2 szt. tygodniowo unikając żółtek), groch, fasola, soja, soczewica;
- tłuszcze - zaleca się spożywanie tłuszczów pochodzenia roślinnego na surowo do sałatek i surówek: oleju słonecznikowego, sojowego, kukurydzianego i arachidowego oraz miękkiej margaryny do smarowania pieczywa.

Aktywność fizyczna

Regularna aktywność fizyczna jest ważna i korzystna zarówno w zapobieganiu, jak i leczeniu choroby.

Każdy rodzaj aktywności fizycznej – prace domowe, spacer, bieganie są formą aktywności fizycznej. Spacerowanie, pływanie, jazda na rowerze, są przykładami ćwiczeń fizycznych, które mogą być wykonywane przez większość chorych na cukrzycę. Ćwiczenia fizyczne nie mogą być zbyt intensywne i powinny być dostosowane do możliwości chorego. Ułatwiają kontrolę poziomu cukru i tłuszczów we krwi.

Nadmierny wysiłek fizyczny zwiększa spalanie cukru w organizmie człowieka i może spowodować niedocukrzenie. Dlatego każdy chory na cukrzycę powinien mieć przy sobie coś słodkiego (kostka cukru, cukierki).

Współczesne metody leczenia tej choroby są skuteczne i bezpieczne. W połączeniu z wysoką świadomością pacjenta zapewnia to odpowiednią jakość życia nie odbiegającą od jakości życia zdrowego człowieka.

*Pielegniarka środ. - rodzinna
mgr Alicja Wiejak*

SKĄD SIĘ WZIĄŁ KARNAWAŁ?

W starożytnej Grecji wczesną wiosną obchodzono – Antesterie – święto budzącej się do życia przyrody. Równocześnie było ono też świętem zmarłych. Uroczystości trwały trzy dni.

Pierwszy dzień zwany *Otwarcie beczki* – to otwarcie się świata podziemnego. W tym dniu witano dusze zmarłych i jednocześnie zabezpieczano się przed nimi. Później otwierano beczki z ubiegłorocznym winem, mającym symbolizować łączność żywych ze zmarłymi.

W drugim dniu święta po złożeniu zmarłym ofiary z wina odbywały się procesje ustrojonych w wianki osób, które prześcięły się w picie wina. Procesjom tym towarzyszyły swawolne tańce i śpiewy.

Trzeci dzień nosił nazwę *Garnki*. Tego dnia bogowi podziemia – Hadesowi – składano w ofierze gotowane ziarna zbóż i wino w dzbanach. W tym samym miesiącu w starożytnym Rzymie obchodzono – Ferialia – wiosenne zaduszki. Tak jak w Grecji składano duchom ofiary z soli, owoców, mąki. Urządzano wesołe pochody i zawody pijackie. Wierzono, że w tym dniu duchy przodków są wśród żywych. Z tego to powodu zabezpieczano się przed ich złą mocą na różne sposoby. Efektem tego były liczne zakazy i gusła.

Niezwykle podobieństwo w obchodzeniu Antesterii i Ferialiów sprawiło, że „okręt boga Dionizosa przybył do Rzymu jako carrus navalis, a stąd poszedł na całą Europę”. W Hiszpanii, Portugalii i Francji nazywano go carnaval, u nas w Polsce karnawał lub zapusty. Jest wiele tłumaczeń pochodzenia słowa karnawał; *carne avaler* – połykać mięso, *carne levamen* – z mięsa się oczyszczać, *carne vale* – mięso żegnaj. Jest też polskie pochodzenie słowa – od *nawału kar*, które przyniesie post (konieczność odpokutowania grzechów). Wiadomo jest, że w Polsce karnawał był uprzywilejowaną porą na wszelkie zabawy, widowiska, maskary, ucztę, wesołości i pustoty. Poseł sułtana Sulejmana II Wspaniałego po zimowym pobycie w Polsce taką mu wydał opinię... w pewnej porze roku chrześcijanie dostają wariacji i dopiero jakiś proch sypany im w kościele na głowy leczy takową...

Mitologia słowiańska tak wyjaśnia staropolską nazwę karnawału: „Słowianie jako naród rolniczy spoczywali wraz z nią (naturą). W krótkie zimowe dni upędzali się po kniejach za zwierzem, wieczorem mieszkańcy nabrzeźni wiązali sieci, dalsi pletli koszyki, opałki, to znów przy dzbanach piwa i miodu opowiadali młodszym dzieje i wydarzenia dawno minionych czasów, ale zawsze pozostawało im jeszcze dużo nie zajętego „pustego” czasu; wymyślili więc bożka pustoty i uciechy pijackiej na wzór Dionizosa Bachusa, aby im czas uprzyjemniał. Ubierali pociesznie pierwszego lepszego parobczaka, sadzali go na saniach ozdobionych gałęziami drzew iglastych i rumianymi gronami kaliny, i ten naprędce zaimprovizowany PUST pędził co koń wyskoczy od jednej Słobody do drugiej, a za nim dziesiątki sań, napełnionych podochoconą młodzieżą. Wśród śmiechów i nawoływań orszak dążących za Pustem ciągle się zwiększał i zatrzymywał pod dachem najzamożniejszego właściciela Słobody, gdzie w obszernej świetlicy przy dźwiękach cymbałów i bębenka bawiono się ochoczo do rana...”

Był słowiański bożek Pust albo i go nie było – natomiast opisana w *Mitologii* zabawa bardzo przypomina staropolskie kuligi. Nie do końca wiadomo kiedy kuligi weszły w zwyczaj, ale na pewno były największą większą rozrywką karnawałową. Kulig,

niegdyś zabawa wyłącznie ludzi wyższego stanu – szlachty i magnatów, polegał na odwiedzaniu się sąsiadów w całej okolicy. Zawsze był starannie obmyślony, ustalano kolejność odwiedzin, przygotowywano domy na przyjęcie z noclegami dla dużej ilości osób. Należało też odpowiednio zaopatrzyć spiżarnię i piwniczkę. Gdy nadchodził czas kuligu zjeżdżano do pierwszego domostwa, zwoływano muzykę. Gdy już wszystko było przygotowane puszczano po domach laskę z kulą na wierzchu, która zwoływała kulig. Wyprawiano też w drogę arlekiną; ten z trzepaczką w reku wpadał do domu do którego najpierw zajeżdżał miano i śpiewał skacząc; Ej, kulig, kulig, kulig, po czym zniknął. Również ze zmrokiem, wjeżdżano galopem na podwórze, trzaskały bicze, głośniej grała muzyka, wybuchały śmiechy i wiwaty. Z oświetlonego domostwa wychodzili gospodarze i uprzejmie witali kuligowe towarzystwo. Kilkogodzinna przejażdżka na dworze bardzo zaostrzała apetyty. Znikały więc ze stołów ogromne misy mięs, kielbas, zrazów, szynki, kapusty, ciast i wszelkich innych smakołyków. Krążyły kielichy, coraz to nowe proponowano zdrowia a wiemy dobrze, że toasty były niegdyś polską specjalnością. Na początku zabawy do „gęstych potraw” (mię)

podawano tylko piwo. Po mięsach pojawiała się na stole wino a gospodarz zaczynał wznoszenie toastów. Jak nakazywał zwyczaj toasty wznoszono tylko winem, przeważnie była to małmazja lub węgry. Każde zdrowie spełniało się z innego kielicha, stąd mnogość w tamtych czasach pucharów, kubków, roztruchanów, szklaneczek. Zabawa trwała do białego rana, rozchodzono się na krótki odpoczynek, zjadano „śniadanie z obiadem za jednym przysiadem”, dziękowano za przyjęcie i wraz z gospodarzami ruszono do następnego dworu. „Kochajmy się” – tak brzmiał

ostatni przed strzeżeniem (wychylany już na progu) toast wznoszony w czasie wszystkich staropolskich uczt i kuligów. Wznoszono więc toast „kochajmy się!”... wsiadano na konie, wychylając strzeżenie.

Kuligi, nie tak huczne jak te szlacheckie, były modne również w okresie międzywojennym. Później organizowano je głównie dla dzieci. Dziś tą staropolską tradycję przypominają gospodarstwa agroturystyczne – coraz więcej prywatnych pensjonatów w karnawale przyciąga czasowiczów tą wspaniałą zabawą.

Nie tylko szlachta bawiła się podczas karnawału. W miastach bawiono się nawet pod gołym niebem. Urządzano barwne pochody, drogami włościły się grupy wesołych przebierańców którzy odwiedzali domy i zbierali dary. Z Włoch królowa Bona przeniosła zwyczaj urządzania maskarad i publicznych balów maskowych. Były to tzw. reduty. Wybierano przeważnie jakiś przedmiot mitologiczny i stosownie się przebrawszy urządzano pochód ku uciechu ludu. Reduty odbywały się przez cały karnawał. Pierwszym organizatorem redut w Warszawie był Włoch Salvador. W wielkich salach renowanych bawiono się nieraz naraz i tysiąc osób. Tańczono, grano w karty, płatano sobie rozmaite figle. Nieocenione w tym wszystkim były maski. I to nie tylko dla osób niskiego stanu, które pragnęły się bawić z państwem. Przydatne były też żonom pragnącym uciec od zazdrośnego małżonka, czy mężom, którzy chcieli uniknąć towarzystwa żony. Podczas tych zimowych zabaw pito tokaj, miód lub rozgrzewano się staropolskim specjałem – krupnikiem. A że zima w tym roku tęga to może i my spróbujmy przyrządzić sobie ten specjał:

KRUPNIK LITEWSKI

Składniki:

200 g miodu, 100 g cukru, łyżka suszonego kwiatu róży, kawałek cynamonu, kawałek świeżego imbiru, mała gałka muszkatołowa, 8 jagód jałowca, 6 goździków, 2 szklanki spirytusu, szklanka źródlanej wody.

Wykonanie:

Miód, cukier i przyprawy wrzucamy do rondla, zalewamy wodą i gotujemy pod szczelnym przykryciem około 10 minut, po

czym zdejmujemy z ognia, łyżką cedzakową usuwamy szumowiny. Do gorącego wywaru wlewamy spirytus, dokładnie mieszamy. Płyn przelewamy do gąsiorka, szczelnie korkujemy, zostawiamy na 24 godziny, po czym przelewamy przez gazę, ponownie wlewamy do gąsiorka, zamykamy, zostawiamy w ciemnym, chłodnym miejscu co najmniej na 10 dni. Delikatnie zlewamy i rozlewamy do butelek. Szczelnie zamykamy. Im dłużej stoi, tym jest lepszy. Podajemy na zimno lub na gorąco.

(na podst. Polskie Tradycje Świąteczne oprac. T.D.)

Kickboxerzy z Końskowoli

Od dwóch lat trenujący w KS Centrum TSD startują też w zawodach kickboxingu, jako że poziom rywalizacji jest bardzo wysoki, a o jest medal trudno, to każdy krążek w tej dyscyplinie jest dużym osiągnięciem. Kickboxing jest typowym sportem walki, w którym walczą się stosując kopnięcia i uderzenia rękami, wszystko oczywiście w ochraniaczach. Każde celne trafienie (czyli nie na garę) jest punktowane – uderzenie ręką w głowę lub w korpus – jeden punkt, kopnięcie w korpus, również jeden punkt i kopnięcie w głowę 2 punkty. Kickboxing obok boksu i sumo (to nie żart) jest najbardziej dochodowym sportem walki, oczywiście w wersji zawodowej. Podczas słynnych zawodów K1 gaże wynoszą po kilka tysięcy euro. Legendami polskiego kickboxingu są Przemysław Saleta, Agnieszka Rylik czy Marek Piotrowski, a ostatnio bardzo popularni, szczególnie dzięki K1, są Paweł Sowiński i Marcin Różalski.

13 i 14 grudnia 2008 w Tarczynie, k. Warszawy, odbył się międzynarodowy turniej kickboxingu Mazovia Open. W tych zawodach wzięło udział ponad 240 fighterów, m.in. ze Słowacji, Włoch, Belgii, Czech, Niemiec, Ukrainy i Egiptu. Wystartowała również czteroosobowa grupa kickboxerów z KS Centrum Tang Soo Do – Damian Gębał i Sebastian Chudzik z Końskowoli oraz Adrian Radzimowski i Adrian Łbik z Puław.

Damian Gębał po raz kolejny w sezonie zanotował świetny

wynik zdobywając dwa złote krążki w walkach semi contact i light contact, w kategorii kadetów do 63 kg. Damian kolejny raz popisał się świetnymi technikami nożnymi, zdobywając punkty kopnięciami w głowę. Niewiele brakowało, aby zakończył walkę przed czasem. W formule semi contact pokonał między innymi zawodnika gospodarzy. Jest to 8 złoty medal Damian zdobyty od września 2008, a 5 wywalczony w walkach.

Niestety tym razem nic nie wywalczył Sebastian Chudzik. Odpadł on już w pierwszych rundach eliminacji trafiając w formule semi contact na świetnie walczącego zawodnika z Belgii. Belg dominował szybkością i techniką. Sebastian miał też ciężką przeprawę w formule light contact, przegrywając z wyższym i silniejszym kickboxerem z Łodzi. Nasz zawodnik po turnieju skwitował – „cóż, trzeba więcej trenować”.

Obaj zawodnicy z Końskowoli należą do czołówek kickboxerów w woj. lubelskim w kategorii wiekowej kadet, dlatego też po dobrych występach w 2008 roku zostali powołani do wojewódzkiej kadry kadetów w kickboxingu. Warto też nadmienić, że reprezentanci klubu z Końskowoli – Damian Gębał i Sebastian Chudzik – zostali nagrodzeni finansowo przez Starostę Puławskiego za wysokie osiągnięcia w dziedzinie sportu oraz promowanie naszego powiatu na arenie ogólnopolskiej i zagranicznej. Ponadto trener Marcin Kostyra otrzymał wyróżnienie za krzewienie kultury fizycznej w powiecie.

Marcin Kostyra



1% FARA KOŃSKOWOLSKA
ZOBACZ, JAK WIELE ZROBILISMY DZIEKI LUDZIOM DOBREJ WOLI
WWW.KONSKOWOLA.EU

Szanowni Państwo!

Zwracamy się z gorącą prośbą o wsparcie działań TODK „Fara Końskowolska” 1 procentem Państwa podatku. Nic nie tracąc, możecie Państwo wesprzeć nasze starania o odnowę zabytków znajdujących się w Parafii i Gminie Końskowola.

Osoby, które składają PIT-36, mogą przekazać 1% podatku w następujący sposób:

- W pozycji 305 należy wpisać „TOWARZYSTWO OCHRONY DZIEDZICTWA KULTUROWEGO FARA KOŃSKOWOLSKA”
- W pozycji 306 należy wpisać **0000220451**
- W pozycji 307 należy wpisać deklarowaną kwotę, stanowiącą 1% kwoty z pozycji 188.

Osoby, które składają PIT-37, mogą przekazać 1% podatku w następujący sposób:

- W pozycji 124 należy wpisać „TOWARZYSTWO OCHRONY DZIEDZICTWA KULTUROWEGO FARA KOŃSKOWOLSKA”
- W pozycji 125 należy wpisać **0000220451**
- W pozycji 126 należy wpisać deklarowaną kwotę, stanowiącą 1% kwoty z pozycji 120.

RATUJMY RAZEM 600 LAT HISTORII NASZYCH ZABYTKÓW!

Zarząd TODK „Fara Końskowolska”

AGNIESZKA GALUSZKA – urodziła się w Krakowie, skończyła historię na Uniwersytecie Jagiellońskim, pracowała w ogrodzie zoologicznym, w teatrze, a także w firmach informatycznych na bardzo różnych stanowiskach. Jej zainteresowania podróżnicze obejmują cały świat – od Kłaja po Tasmanię, od głębin morskich po przełęcz Himalajów. *Międzymiasto* to jej debiut literacki.

Międzymiasto to opowieść o tym, jak na nasze życie wpływają książki, podróże, a przede wszystkim spotkania. Rozkład jazdy pełen uśmiechów i wzruszeń.

Autorka tej opowieści, z notebookiem u boku przemierzająca kraj w podróżach służbowych, należy do plemienia technomadów – czyli Beduinów nowych technologii. Czytana w pociągu książka XVII-wiecznego kupca i podróżnika daje jej nowe spojrzenie na własne życie, drogę, otaczający ją świat i ludzi. Dzięki niej odkrywa także na nowo tytułowe „międzymiasto” – świat dworców, peronów, przedziałów i podróżnych – i próbuje odpowiedzieć na nurtujące ją pytania: Kim są technomadzi? Czy muszą być samotni? Czy międzymiasto wpływa na wędrowców tak jak wieki temu pustynia?

Ruszymy więc w podróż daleką i bliską. Wysłuchujemy historii, anegdot, zwierzeń bywalców międzymiasta, razem z nimi szukając tego, co naprawdę ważne.

Dr DAVID SERVAN-SCHREIBER jest neuropsychiatrą, zajmuje się terapią osób cierpiących na nowotwory i inne ciężkie schorzenia. Kilkanaście lat temu, mając 31 lat, dowiedział się, że ma guza mózgu. Przeżył dwie operacje oraz nawrót choroby. Od ośmiu lat nad nią panuje. Stworzył nową koncepcję walki z nowotworami, opartą na stymulacji (przy pomocy odpowiednio dobranych diet oraz stylu życia) naturalnych mechanizmów obronnych organizmu.

Antyrak odpowiada na pytania kluczowe dla życia i zdrowia większości ludzi. Jaki tryb życia prowadzić, aby zmniejszyć ryzyko zachorowania na raka? Co robić, aby zahamować rozwój choroby i jej nawrót? Co jeść, jakie stosować diety? Czego i jakich potraw bezwzględnie unikać?

Autor we wstępie pisze tak ...*Choć w każdym z nas tkwi uśpiony, potencjalny nowotwór, każdy ma również ciało „zaprojektowane” do walki z rozwojem guzów. To od nas zależy, czy wykorzystamy naturalne systemy obronne organizmu. Inne kultury czynią to znacznie lepiej od nas (...). Wszyscy wierzymy w mity, które utrudniają nam walkę z rakiem. Na przykład wiele osób uważa, że występowanie nowotworów jest przede wszystkim uwarunkowane genetycznie i nie ma związku ze stylem życia. Gdy jednak przyjrzymy się badaniom, możemy stwierdzić, że to nieprawda (...). Książka ta nie jest podręcznikiem biologii. Konfrontacja z chorobą stanowi bolesne doświadczenie wewnętrzne. Nie mógłbym jej napisać, nie wracając myślą do radości i smutków, odkryć i porażek, dzięki którym przeżywałam życie intensywniej niż piętnaście lat temu...* Ma też nadzieję, że dzieląc się tym wszystkim z Czytelnikami, umożliwi im znalezienie drogi uzdrowienia i przygód, wypełnionej pięknem i radością.

WYDAWCA: GMINNY OŚRODEK KULTURY

Redakcja:

Bożenna Furtak (redaktor naczelny),

Teresa Dymek, Małgorzata Usowska

Rysunki: Elżbieta Urbanek

Zdjęcia: Teresa Orłowska

Stali współpracownicy: Genowefa Flis, Małgorzata Szpyra,

Jan Białowas, Dorota Chyl, Przemysław Pytlak, Anna Kaczmarska

Adres redakcji: Gminny Ośrodek Kultury, 24-130 Końskowola,

ul. Lubelska 93, tel. 88-162-69, e-mail: gok_konskowola@post.pl

www.gok-konskowola.pl

Skład i druk: Drukarnia ELKO w Końskowoli

Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania tekstów, adiacji materiałów i zmiany tytułów.

OŚRODEK SZKOLENIA KIEROWCÓW



Biuro: Końskowola, ul. Rynek 4
Czynne:
Pn – Pt w godz. 10.00 – 14.00
i 15.00 – 17.00

Kontakt po nr telefonu: 502 282 311
lub pawelpytlak@wp.pl

Możliwe RATY

kat. A + B – płacisz mniej

W cenie kursu:

30 godzin rzetelnej teorii

30 godzin praktycznej nauki jazdy (kat. B)

20 godzin jazdy motocyklem (również po Lublinie) (kat. A)

pomoce dydaktyczne, podręczniki, testy

korzystanie z komputerowej bazy danych

pojazdy takie jak na egzaminie

GRATIS Extra od firmy:

1 godzina jazdy przed egzaminem

trening antystresowy

korzystanie z placu manewrowego własnym samochodem

Badania lekarskie na miejscu

XERO bindowanie

Końskowola, ul. Rynek 4 (obok apteki)

Godz. otwarcia: Pn – Pt w godz.

10.00 – 14.00 i 15.00 – 17.00

GABINET WETERYNARYJNY

W KOŃSKOWOLI

ul. LUBELSKA 89

(DAWNA KAFLARNIA)

Czynny:

PN – PT 16.30 - 19.00

SB 12.00 – 14.00

Ogłoszenie

Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych informuje, że od 15 stycznia 2009 r. przewodnicząca Komisji, Marta Kozak, pełni dyżury w Punkcie Konsultacyjnym, mieszczącym się na dolnej kondygnacji Gminnego Ośrodka Kultury w Końskowoli, w każdą środę w godz. 15.00 – 17.00.

Z żałobnej karty

Rubryka oparta na informacjach od Czytelników

Z grona żyjących odeszli

Próchniak Helena (83)

Kęsik Modesta (79)

Kozak Marianna (80)

Gębal Franciszek (87)

Ciotucha Edward (64)

Maziarczyk Stanisław (79)

Sumorek Wacław (88)

Ciupa Andrzej (34)

Synowiec Tadeusz (62)

Próchniak Janina (100)

Matysiak Eugeniusz (68)

Skowieszyn

Chrzachów

Wronów

Końskowola

Ruda

Wronów

Chrzachów

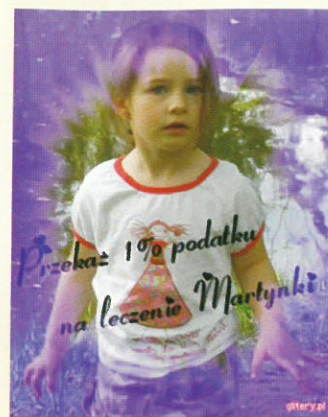
Chrzachów

Chrzachów

Chrzachówek

Młynki

Martynka potrzebuje pomocy!



Martynka przed chorobą

Sześciolatnia Martynka Kruk z Końskowoli jest bardzo ciężko chora i potrzebuje wsparcia, zarówno duchowego jak i finansowego. W sierpniu zdiagnozowano u niej okrutną chorobę – chłoniaka nieziarnicznego. Od tego momentu przebywa w Klinicznym Szpitalu Dziecięcym w Lublinie na Oddziale Hematologii i Onkologii. Poddawana jest chemioterapii, co sprawiło, że jest bardzo słaba i przestała się uśmiechać. W najbliższym czasie czeka ją przeszczep szpiku kostnego.

Z Martynką i jej rodzicami nawiązała kontakt Fundacja „Spełniamy Marzenia”. Jej marzeniem jest posiadać konika – kucyka. Kucyk już czeka na powrót dziewczynki, a Fundacja na możliwość przekazania go.

Rodzice, którzy przebywają z nią cały czas w szpitalu, za naszym pośrednictwem zwracają się z gorącą prośbą o wsparcie finansowe, oddawanie krwi oraz modlitwę

w intencji powrotu Martynki do zdrowia.

Zaświadczenia z punktu krwiodawstwa o oddanej krwi (z zaznaczeniem, że jest ona dla Martynki Kruk) prosimy wysłać pod adres: Jolanta Kruk, ul. Pożowska 45e/8, 24-130 Końskowola.



Martynka w trakcie choroby

Osoby chcące wesprzeć tę pokrzywdzoną przez los dziewczynkę, mogą wpłacać pieniądze na indywidualne konto: 57 8741 0004 0005 8128 3000 0010 z dopiskiem „Na leczenie Martynki Kruk”.

Istnieje też możliwość przekazania 1% podatku na konto Stowarzyszenia na Rzecz Dzieci z Chorobami Krwi w Lublinie Ing Bank Śląski O/Lublin nr: 73 1050 1953 1000 0022 7177 0576 z dopiskiem „Dla Martynki Kruk”. Zebrane na tym koncie środki finansowe mają charakter środków społecznych. Pieniądze niewykorzystane przez Martynkę, zostaną przekazane na leczenie innego chorego dziecka.

Przyczynmy się do tego, aby Martynka znów się uśmiechała i mogła się cieszyć ze spełnionego marzenia.

SZYM - BUS

Miejsca: 19 siedzących + 10 stojących

PRZEWOZY PASAŻERSKIE

- WESELA (PRZYWÓZ I ODWÓZ GOŚCI)

- WYCIECZKI

- IMPREZY OKOLICZNOŚCIOWE

- WYJAZDY NA LOTNISKA

(WARSZAWA, KRAKÓW, ŚWIDNIK)



Oferujemy po konkurencyjnych cenach:

- naukę pływania dla dzieci, młodzieży i dorosłych

- wyjazdy do SPA w Nałęczowie + nauka pływania GRATIS Dla grup zorganizowanych RABATY

REZERWACJA TELEFONICZNA: 506 • 096 • 970

Dla Ciebie po2jemy
możliwości.



**BANK SPÓŁDZIELCZY
W KOŃSKOWOLI**



GRUPA CONCORDIA

Ubezpieczenia Majątkowe i na Życie

LOKATA PEWNY ZYSK

- ✓ Otwierana na okres 3 miesięcy.
- ✓ Rosnące, atrakcyjne oprocentowanie – do **9%**!

KREDYT SUPER OKAZJA

- ✓ Oprocentowanie zmienne w wysokości **8,9%**,
- ✓ Wysokość kredytu do 80 tys. zł,
- ✓ Udzielany na okres do 5 lat.

UBEZPIECZENIA KREDYTOBIORCÓW

To polisa chroniąca spłatę kredytu w przypadku śmierci kredytobiorcy wraz z opcjami dodatkowymi:

- trwałej i całkowitej niezdolności do pracy,
- poważnego zachorowania,
- utraty pracy.

UBEZPIECZENIE NIERUCHOMOŚCI I RUCHOMOŚCI DOMOWYCH ORAZ NIERUCHOMOŚCI W BUDOWIE

Ubezpieczenie obejmuje aż 22 ryzyka m.in. pożar, kradzież, zalanie, przepięcie, deszcz nawalny, grad, koszty akcji ratowniczej.

UBEZPIECZENIE GOSPODARSTWA ROLNEGO

To cała paleta specjalistycznych polis zarówno obowiązkowych jak i dobrowolnych dla sektora rolnego:

- upraw rolnych i zwierząt gospodarskich z dopłatą z Budżetu Państwa,
- odpowiedzialności cywilnej,
- budynków w gospodarstwie rolnym,
- mienia w gospodarstwie rolnym,
- maszyn rolniczych,
- upraw od gradobicia i/lub zdarzeń losowych.

Jesteśmy do Twojej dyspozycji od poniedziałku do piątku, w godzinach 7¹⁵ -17⁰⁰,
ul. Lubelska 91A, 24-130 Końskowola,
tel. (81) 8816219, fax (81) 8816219,
email: bank@bskonskowola.pl, www.bskonskowola.pl