

GAZETA NIEPOŁOMICKA

Nr 9/284

WRZESIEŃ 2017

ISSN 1429-004



SAMI PISZEMY GAZETĘ: 51 AUTORÓW, 62 TEKSTY

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY



Otwieramy nową szkołę

str. 2

Foto: Overlia Studio

Zagłosuj na BO

Głosowanie na projekty do Budżetu Obywatelskiego 2018 rozpocznie się 10, a zakończy 17 września 2017 r. Możemy zagłosować jednorazowo na dwa projekty.

Współpraca gminy z organizacjami

Zapraszamy Państwa do wyrażenia opinii o planach współpracy gminy Niepołomice z organizacjami pozarządowymi na 2018 r.

Strażacy z pomocą na Pomorzu

Dwunastu strażaków ochotników z OSP Niepołomice, OSP Staniątki, OSP Podłęże oraz OSP Wola Batorska pomagało w usuwaniu skutków nawalnicy, która 11 sierpnia przeszła przez województwo kujawsko-pomorskie.

NIEMPOŁOMICKI MARATON ZUMBA FITNESS



ZUMBA®
FITNESS



Oracz



Frasiak



Rokita



Wachulec



Haponowicz

Błaszkiwicz

Paweł

PRZEWIDZIANE NIESPODZIANKI
DLA UCZESTNIKÓW

30 września
17⁰⁰-20⁰⁰

Hala Sportowa
Niepołomice, ul. Kopernika
(dawne Gimnazjum)

cena biletu

20 zł

bilety dostępne
u instruktorów oraz
w dniu imprezy

organizator

TOMEK ORACZ
tel. 507 424 387

PATRONAT:

RMF **MAXXX**

96,7 FM

PARTNERZY:



Be Beauty
KATARZYNA GALLER

Udało się

Jeszcze w czerwcu wiele osób nie wierzyło, że się uda. W lipcu zaniepokojeni rodzice pytali, czy aby na pewno nie powinni zapisać swoich dzieci do jakiejś szkoły na początkowe tygodnie roku szkolnego. Prace trwały do ostatniej chwili. Ale zgodnie z obietnicami burmistrza i dyrektora 4 września ruszyła nowa szkoła podstawowa w Niepołomicach – Społeczna Szkoła Podstawowa im. Lady Sue Ryder. Powstała od podstaw nie tylko jako budynek, ale i placówka. Wyzwanie było olbrzymie, wydatek również, ale razem z pierwszym dzwonkiem – nietypowo, bo o godzinie 14.30 – dla 390 dzieci, ich rodziców i nauczycieli rozpoczął się pierwszy rok szkolny.

I jak? Robi wrażenie. Nie tylko budynkiem, salami, wyposażeniem, ale też otwartością i chęcią współpracy. Czują to dzieci, czują to też rodzice. Oby tak dalej. Dla tych z Państwa, którzy jeszcze nie widzieli nowej szkoły, mamy sporo zdjęć i w gazecie, i na stronie internetowej gminy www.niepolomice.eu, zapraszamy zatem do oglądania. Pomieszczenia, sprzęt i otoczenie pewnie teraz będą dostosowywane do i przez młodych użytkowników. Będziemy się temu przyglądać.

A chociaż wrzesień zdominowany jest przez edukację, w Gazecie Niepołomickiej jeszcze sporo wakacji. Państwa wspomnienia, relacje z podróży i imprez, w których mieszkańcy naszej gminy brali udział. Jest się czym chwalić i jest o czym opowiadać, dlatego zapraszam do czytania i życząc udanej lektury.

Joanna Kocot
redaktor naczelna

W NUMERZE:

TEMATY MIESIĄCA

- 2 Otwieramy nową szkołę

TWÓJ URZĄD

- 4 Zagłosuj na BO
- 4 Współpraca gminy z organizacjami
- 5 Ankieta konsultacyjna
- 6 Wizyta z Darlington
- 6 O organizacjach pozarządowych
- 6 Odnowiono cmentarz na Sitowcu
- 6 Przeniesiono krzyż

WYDARZENIA

- 7 Atrakcyjna niedziela w parku
- 8 Wakacje z lornetką
- 8 Druga Ziolołomania za nami
- 9 Sukcesy w ŚDS
- 9 Niepołomicki Uniwersytet Trzeciego Wieku działa już 9 lat!

PODRÓŻE

- 10 Z wizytą u Drakuli
- 11 Ostatnia taka wycieczka
- 12 W Pieniny
- 13 Amerykański sen

ASTRONOMIA

- 15 Program Małopolskiej Nocy Naukowców w MOA w Niepołomicach
- 16 Spójrzanie na wrześniowe niebo

NA FALI

- 17 Łączność radiowa z ISS

EDUKACJA

- 18 Bezpiecznie do szkoły
- 18 Rok z Mega Misją
- 18 Rodzice dzielą się swoimi pasjami
- 18 Z wizytą u rówieśników w Niemczech
- 19 Pierwsze dni w przedszkolu

OSP

- 20 Strażacy z pomocą na Pomorzu
- 20 Patryk kontra mukowiscydoza

BIBLIOTEKA

- 21 2079 książek
- 21 Kalendarium na wrzesień
- 22 Książka i życie
- 22 Książka, zabawa i słońce

LAS

- 23 Artystycznie w LAS
- 23 Nasz LAS w wakacje

NASZA TABLICA

- 24 Relikwie na Polach Chwały
- 24 Geocaching
- 25 Jesteś dłużnikiem – rozmawiaj z wierzycielem
- 25 Jesienne naborzy w LGD Powiatu Wielickiego
- 26 Zastaw skarbowy

KULTURA

- 27 Znajduję starożytności bardzo piękne
- 28 Felietony życiem pisane (87). O naszych trzech wewnętrznych naturach

POLECAMY

- 29 Zapraszamy na Pola Chwały
- 30 Gimnaza
- 31 Nabór do Grupy Teatralnej MCDiS
- 31 Na seniora nie ma mocnych
- 32 Archaica – gra ze Staniątek
- 32 Nabór do chóru w Podłężu
- 32 Taniec w Sokole

SPORT

- 33 Bardzo dobry start Żubrów
- 36 Olomunieć
- 37 Wakacje z duchami karateków kyokushin
- 38 Wakacje z karate
- 39 Kolejne sukcesy zawodników KJK Pod Żubrem Niepołomice!
- 39 Udane starty uczniów szkół podstawowych

ZDROWIE I URODA

- 40 Jaka pielęgnacja po słonecznych wakacjach?
- 41 BRAIN FOODS

CZTERY ŁAPY

- 42 Żywnienie królików

PUSZCZA NIEPOŁOMICKA

- 44 Kalendarz bociana
- 47 Krukowate

GAZETA NIEPOŁOMICKA

www.niepolomice.eu

Nakład: 5000 egz.

Wydawca:

Urząd Miasta i Gminy w Niepołomicach
pl. Zwycięstwa 13, 32-005 Niepołomice

Redakcja:

32-005 Niepołomice, ul. Zamkowa 5,
tel. 12 250 94 50, faks 12 250 94 00
e-mail: joanna.kocot@niepolomice.eu

e-mail: gazeta@niepolomice.eu

Redaktor naczelna: Joanna Kocot

Korekta: Katarzyna Wojtas

Kolportaż:

UMiG w Niepołomicach, tel. 12 250 94 50

Tekstów niezamówionych redakcja nie zwraca, ponadto zastrzega sobie prawo do skracania artykułów i korespondencji oraz opatrywania ich własnym tytułem.

Za treść ogłoszeń i reklam redakcja nie odpowiada.

Kontakt z autorami za pośrednictwem redakcji.

Skład i druk:

Drukarnia LEYKO Sp. z o.o. w Krakowie
e-mail: drukarnia@leyko.pl, www.leyko.pl

Pismo należy do Polskiego Stowarzyszenia Prasy Lokalnej.

OTWIERAMY NOWĄ SZKOŁĘ

ROMAN PTAK

Burmistrz Miasta i Gminy Niepołomice

Podczas jednego ze spotkań, w jakich uczestniczę, padło pytanie, czy Niepołomice rosną, czy się rozwijają. Moją pierwszą reakcją było zdziwienie, ponieważ wydaje się, że to przecież to samo. Jednak po chwili zastanowienia łatwo zrozumieć, że to dwa zjawiska, które mogą iść w parze, ale wcale nie muszą.

Niepołomice rosną. To jest pewne. Oczywiście nie przesuwamy granic gminy, ale systematycznie powstają nowe domy i osiedla, dzięki czemu przybywa mieszkańców. Jednak wzrost wiąże się z ilością, a rozwój – z jakością. Chcemy, aby wraz równocześnie poprawiała się jakość życia. Dlatego budujemy nowe drogi i chodniki, naprawiamy te istniejące, remontujemy domy kultury, biblioteki, stawiamy place zabaw i inwestujemy w infrastrukturę kanalizacyjną, a 4 września 2017 roku oddajemy do użytku zupełnie nową szkołę podstawową! Nowa szkoła zlokalizowana jest na osiedlu Jazy, które przeżywa boom demograficzny, ale korzystać z niej będą też dzieci z innych części gminy. Oddajemy w ich ręce obiekt na miarę XXI wieku. Ta szkoła wyznacza standardy, podnosi poprzeczkę na niespotykany dotychczas poziom. Do pracy nad jej koncepcją zaprosiliśmy Tomasza Koniora i jego zespół z Konior Studio. Nieszablony wygląd obiektu to efekt ich pracy i kreatywnego myślenia. Koncepcję na projekt przerobiła i zrealizowała firma Pro-Invest z Katowic.

Aby zachwycić się tym obiektem, nie wystarczy o nim prze-

czytać. Trzeba go odwiedzić. Dlatego zapraszam do obejrzenia szkoły, która będzie miejscem otwartym, działającym nie tylko podczas lekcji. Wiem, że dyrekcja planuje zorganizować dzień otwartych drzwi, na który wszystkich Państwa już dziś zapraszam.

Skoro już jesteśmy przy dyrekcji – nawet najpiękniejszy obiekt niewiele znaczy bez profesjonalnej i zaangażowanej kadry. A trzon tejże stanowić będą osoby związane z Gimnazjum im. Lady Sue Ryder w Woli Batorskiej, z dyrektorem

Tomaszem Donatowiczem na czele. Wierzę, że dobrze pokierują tą placówką.

Budowa szkoły była jednym z naszych głównych zobowiązań wyborczych. Dlatego dziękuję Wam, drodzy Mieszkańcy, że oddając swój głos w wyborach na kandydatów popierających inwestycję, de facto poparliście powstanie tej placówki. Dziękuję radnym, nawet tym, z którymi różniły się co do niektórych pomysłów, że zdecydowali się na przyjęcie budżetu przewidującego dwudziestomilionowy

wydatek na jej budowę. Wierzę, że wydane dziś pieniądze się zwrócą w postaci pokoleń wykształconej, wspaniałej młodzieży. Ludzi, w których ręce w przyszłości oddamy zarządzanie naszą małą ojczyzną. Na razie oddajemy im szkołę – wykorzystajcie jej potencjał mądrze i dobrze.

Życzę nam wszystkim, żeby było to kolejne miejsce w gminie do dobrych spotkań, owocnej pracy i miłego spędzania czasu. Miejsce, z którego wszyscy będziemy dumni. ■



Foto: Jacek Taran



Foto: Archiwum UMig



Szanowni Państwo!

Mam świadomość niepowtarzalności i wyjątkowości tej chwili. Oto marzenie wielu osób stało się piękną rzeczywistością. Rozpoczynamy nowy rozdział w historii niepołomickiej edukacji.

Kontynuując tradycje Gimnazjum Sue Ryder, pragnę, by ta szkoła była miejscem przyjaznym uczniom, nastawionym na ukształtowanie dziecka na człowieka intelektu i serca, a także jego twórczą edukację w bezpiecznym środowisku. Mam ambicję, by nauka w Szkole Sue Ryder była pasją i piękną przygodą, związaną nierozdzielnie z integralnym rozwojem przez sport, w duchu poszanowania zdrowia i promowania zdrowego stylu życia.

Sukces tej misji szkoły zależy od wielu czynników. Jednym z nich jest rola nauczyciela w procesie kształcenia – jego otwartość, wrażliwość na potrzeby ucznia i umiejętność podtrzymywania zapału poznawczego dziecka, ale także bogactwo jego charakteru, kultura duchowa i moralna. Łacińskie przysłowie głosi, że „słowa uczą, a przykłady pociągają”. Wyrażam nadzieję, że tak się stanie w nowej, Społecznej Szkole Podstawowej im. Sue Ryder.

Drugim ważnym wskaźnikiem sukcesu jest efektywna współpraca z rodzicami ucznia, którzy mają istotny wpływ na kształt nowej szkoły. Rodzice i nauczyciele powinni traktować siebie po partnersku, z szacunkiem i życzliwością w założeniu, że pracujemy dla dobra tego samego dziecka.

Moja koncepcja szkoły sprawdziła się podczas 15 lat funkcjonowania Gimnazjum Sue Ryder. Jestem głęboko przekonany, że i tu, w nowej placówce, uda się stworzyć tę „atmosferę”, o której do dziś mówią absolwenci wszystkich roczników.

Tomasz Donatowicz
dyrektor Społecznej Szkoły Podstawowej
im. Lady Sue Ryder w Niepołomicach



Zagłosuj na BO

Głosowanie na projekty do Budżetu Obywatelskiego 2018 rozpocznie się 10, a zakończy 17 września 2017 r. Możemy zagłosować jednorazowo na dwa dowolne projekty z dowolnego obszaru.

MARTA MAKOWSKA
Referat Promocji i Kultury

Wtym roku można wybrać sposób głosowania i oddać głos na karcie papierowej lub elektronicznej. Karty do głosowania będzie można odebrać tylko i wyłącznie w trakcie głosowania. Z uwagi na wyrównanie szans projektów w głosowaniu Urząd Miasta nie będzie wydawał kart do głosowania w większych ilościach. Będzie natomiast szansa na samodzielne wydrukowanie sobie karty, którą na kilka dni przed głosowaniem znajdą Państwo w formie pdf na stronach internetowych. Drugą formą głosowania jest głosowanie przez stronę <https://niepolomice.budzet-obywatelski.org>. Mieszkaniec oddający swój głos w ten sposób będzie zobligowany do zweryfikowania swojej decyzji przez

BUDŻET OBYWATELSKI NIEPOŁOMICE



podanie numeru telefonu komórkowego, na który przyjdzie sms potwierdzający. Wpisanie kodu z smsa zweryfikuje prawidłowe oddanie głosu. Nie będzie się to wiązało z żadnymi kosztami dla głosujących.

Głównym punktem do głosowania, w którym znajdą Państwo wszystkie informacje na temat projektów, będzie stoisko przed głównym budynkiem Urzędu Miasta i Gminy w Niepołomicach, Plac Zwycięstwa 13, czynne w dniach od 10 do 17 września 2017 r. w godz. 10.00 do 18.00.

Nowością jest mobilny punkt do głosowania, który pojawi się w każdym sołectwie. Oznakowany samochód urzędu miasta będzie kolejno w dwunastu wsiach. W poniedziałek (11 września) w Suchorabie przy szkole podstawowej od godz. 9.00 do 10.00, w Zagórzu przy domu kultury od godz. 10.30 do 11.30, w Staniątkach od godz. 12.00 do 13.00 na Trakcie św. Wojciecha przy bibliote-

ce. We wtorek (12 września) w Zakrzowie przy domu kultury od godz. 9.00 do 10.00, w Zakrzowcu przy szkole podstawowej od 10.30 do 11.30, w Słomirogu przy domu kultury od 12.00 do 13.00. W środę (13 września) w Ochmanowie przy domu kultury od godz. 9.00 do 10.00, w Podłężu przy szkole podstawowej od 10.30 do 11.30. W czwartek (14 września) w Woli Batorskiej przy domu kultury od 9.00 do 10.00 w Zabierzowskie Bocheńskim przy domu kultury od 10.30 do 11.30. W piątek (15 września) w Woli Zabierzowskiej przy domu kultury od godz. 9.00 do 10.00 i w Chobocie przy domu kultury od 10.30 do 11.30. Zachęcamy do zapoznania się z projektami na stronie <https://niepolomice.budzet-obywatelski.org>. Realizacje Budżetu Obywatelskiego 2018 są w Państwa rękach. To od Państwa głosów zależy, jakie zadania będą realizowane na terenie naszej gminy. ■

Współpraca gminy z organizacjami

Zapraszamy Państwa do wyrażenia opinii o planach współpracy gminy Niepołomice z organizacjami pozarządowymi na 2018 rok.

AGATA GUMULARZ
Referat Promocji i Kultury

Stowarzyszenia realizują zadania gminy, takie jak: prowadzenie domu pomocy społecznej, dostarczanie żywności osobom potrzebującym, prowadzenie zajęć sportowych, organizacja wydarzeń

kulturalnych, wypoczynku podczas wakacji lub ferii zimowych. Na powyższe działania dostają granty z budżetu gminy, ale też dają swój czas i pracę, aby to sprawnie i efektywnie zorganizować. Współdziałanie władz gminy ze stowarzyszeniami polega także na promowaniu przekazywania 1% podatku na organizacje pożytku publicznego, prowadzeniu zakładki dla organizacji na stronie internetowej urzędu w celu promowania ich działalności, organizowaniu szkoleń podnoszących jakość ich działania. Jeżeli chcą się Państwo dowiedzieć, jak nasza gmina wspiera stowarzyszenia

i kluby sportowe, jakie działania realizują lokalne organizacje, w jaki sposób współpracują z gminą, to zachęcamy do zapoznania się z Programem Współpracy, który będzie umieszczony na stronie internetowej www.niepolomice.eu, w Biuletynie Informacji Publicznej, na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Miasta i Gminy w Niepołomicach, a także w miejscu do pobrania ankiet i jego zaopiniowania w ankiecie konsultacyjnej w terminie od 7 do 20 września w Biurze Obsługi Klienta Urzędu Miasta i Gminy w Niepołomicach przy Pl. Zwycięstwa 13. ■

Załącznik nr 2
do zarządzenia nr 70/2017
Burmistrza Miasta i Gminy Niepołomice
z dnia 21 sierpnia 2017 r.

ANKIETA KONSULTACYJNA

Pytanie: Czy opowiada się Pan/Pani za przyjęciem przez Radę Miejską Programu współpracy Gminy Niepołomice z organizacjami pozarządowymi i innymi podmiotami prowadzącymi działalność pożytku publicznego na rok 2018, w brzmieniu podanym w załączniku Nr 1 do zarządzenia Nr 70/2017 Burmistrza Miasta i Gminy Niepołomice z dnia 21 sierpnia 2017 r.?:

☐

TAK

☐

NIE

☐

NIE MAM ZDANIA

Zgłaszam następujące uwagi i wnioski:

.....

.....

.....

.....

IMIĘ i NAZWISKO		DATA	
PESEL			
ADRES		PODPIS	
Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych dla celów związanych z przeprowadzeniem konsultacji			

Uzasadnienie

Konieczność przyjęcia i skonsultowania z mieszkańcami gminy Niepołomice Programu współpracy Gminy Niepołomice z organizacjami pozarządowymi i innymi podmiotami prowadzącymi działalność pożytku publicznego wynika z obowiązujących przepisów prawnych, w szczególności z przepisów Ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (tekst jedn.: Dz. U. z 2016 r., poz. 1817 z późn. zm.) oraz Uchwały Nr XIX/271/12 Rady Miejskiej w Niepołomicach z dnia 14 czerwca 2012 r. w sprawie zasad i trybu przeprowadzania konsultacji z mieszkańcami gminy Niepołomice.

WIZYTA Z DARLINGTON

PRZEMYSŁAW KOCUR
Referat Promocji i Kultury

Około 20-osobowa delegacja z Darlington w północno-wschodniej Anglii przebywała w poniedziałek 21 sierpnia z jednodniową wizytą w Niepołomicach.

Do wizyty doszło dzięki zaangażowaniu Łukasza Samka, byłego mieszkańca gminy Niepołomice. Od prawie 12 lat mieszka on w Darlington, gdzie angażuje się w różnego rodzaju projekty, w tym społeczne i promujące nasz kraj i gminę. Jest on wiceprzewodniczącym Darlington Town Twinning & International Association.

Jako, że członkowie tego

stowarzyszenia wybierali się do Polski, zaproponował, aby odwiedzili także Niepołomice. W grupie było m.in. dwóch radnych i zarazem byłych burmistrzów Darlington.

Goście byli pod wrażeniem szybkiego rozwoju naszej gminy, a zarazem zauważali dbałość o kwestie społeczne, edukację i kulturę.



O ORGANIZACJACH POZARZĄDOWYCH

PRZEMYSŁAW KOCUR
Referat Promocji i Kultury

Grupa ok. 20 przedstawicieli środowisk pozarządowych i administracji ukraińskiej z obwodów donieckiego i ługańskiego na Ukrainie przebywała w środę 20 sierpnia z jednodniową wizytą w Niepołomicach. Poznawali polskie rozwiązania i dobre praktyki w zakresie kompetencji poszczególnych szczebli samorządu terytorialnego, w szczególności współpracy z organizacjami pozarządowymi, wdrażania nowoczesnych instrumentów zarządzania i kreowania rozwoju społecznego.

Wizyta zorganizowana została przez FRDL Małopolski Instytut Samorządu Terytorialnego i Administracji w ramach programu „Odnowienie systemu zarządzania oraz przywrócenie pokoju w poszkodowanych przez kryzys gromadach Ukrainy”, finansowanego przez Program Rozwoju ONZ oraz Delegację Komisji Europejskiej w Kijowie.

Goście odwiedzili Dom Kultury w Podłężu prowadzony przez

Fundację Inspiro, gdzie rozmawiali o zasadach jego działania i współpracy z samorządem. Byli pod wrażeniem działalności tego jedyne w Polsce domu kultury prowadzonego przez organizację pozarządową.

Następnie spotkali z przedstawicielami Urzędu Miasta i Gminy w Niepołomicach. Główne tematy, które poruszano to: działania gminy na rzecz organizacji pozarządowych i grup nieformalnych, konkursy dla NGO, a ponadto budżet obywatelski – zasady i procedury, zainteresowanie mieszkańców, finansowane projekty.



PRZENIESIONO KRZYŻ

Betonowy krzyż z okresu I wojny światowej, który był pozostałością po cmentarzu nr 326, został przeniesiony na cmentarz nr 327 w Niepołomicach.

Cmentarz wojenny nr 326 z okresu I wojny światowej zaprojektowany przez Franza Starka został zlikwidowany w latach 1926–27. Poległych 7 austriackich żołnierzy ekshumowano i przeniesiono wówczas na cmentarz 327 w Niepołomicach.

M.W-P.



ODNOWIONO CMENTARZ NA SITOWCU

MARTA WALCZAK-PUCHALSKA
Referat Promocji i Kultury

Cmentarz wojenny założony w 1914 r. wg projektu Franka Starka wpisany do rejestru zabytków 18.03.1999 r. (nr rej. zab. A-736) został uszkodzony podczas niekorzystnych warunków atmosferycznych we wrześniu 2015 r. Z uwagi na zabytkowy charakter cmentarza remont został przeprowadzony zgodnie z pozwoleniem nr 313/16 od Małopolskiego Wojewódzkiego Konserwatora Zabytków w Krakowie z dnia 21 marca 2016 r.

Wsparcie finansowe w wysokości 50.000 zł pozyskane przez Urząd Miasta i Gminy w Niepołomicach z Wydziału Rewaloryzacji Zabytków Krakowa i Dziedzictwa Narodowego Wojewody Małopolskiego w 2016 r. pozwoliły na podjęcie kompleksowych prac konserwatorskich i restauratorskich.

Zgodnie z opracowaną dokumentacją konserwatorską przeprowadzono następujące prace remontowe na cmentarzu 325 Sitowiec:

– został przywrócony układ betonowych obramowań mogił w poziomie gruntu w oparciu o materiały źródłowe zachowane w Archiwum Państwowym w Krakowie (dokumentacja historyczno-odtworzenio-

wa opracowana przez Jerzego J.P. Drogo-mira);

- wykonano nowe ogrodzenie tj. 14 słupów betonowych połączonych metalowymi rurami, wzorowane na pierwotnym projekcie autora obiektu Franza Starka;
- wejście zastąpiono kutym łańcuchem;
- przeprowadzona została pełna konserwacja zachowanych elementów zabytkowych tj. ściana pomnikowa wykonana w narzucie, 7 szt. krzyży metalowych kutych, 3 szt. cokołów betonowych krzyży kutych;
- wykonano rekonstrukcję 3 szt. odlewanych krzyży żeliwnych, 2 szt. krzyży metalowych kutych, 6 szt. cokołów betonowych krzyży kutych oraz 3 szt. cokołów betonowych krzyży żeliwnych;
- zamontowano 12 szt. emaliowanych tablic nagrobnych



Atrakcyjna niedziela w parku



JOANNA KOCOT
Referat Promocji i Kultury

Ostatni weekend sierpnia był w Niepołomicach pełen atrakcji, a już w niedzielę w parku była prawdziwa kumulacja wydarzeń. Zaproszenie do wspólnego świętowania zakończenia wakacji przyjęło wielu mieszkańców.



Zamieszanie w parku zaczęło się jeszcze przed 16.00. Swoje stoiska zaczęły rozkładać panie z kół gospodyń z całej gminy. Widać było wiele osób w strojach ludowych albo w ich nowoczesnych wersjach. Wszyscy starali się przygotować stanowiska jak najlepiej i najpiękniej.

Impreza rozpoczęła się o 16.45 korowodem dożynkowym, który przeszedł z zamku do parku. Składały się na niego delegacje sołectw i osiedli gminy Niepołomice z pięknymi wieńcami dożynkowymi i bochnami chleba przygotowanymi specjalnie na uroczystość święta plonów. Po poświęceniu wieńców każdy mógł spróbować chlebów dożynkowych, a także przysmaków serwowanych przez panie z kół gospodyń.



W tym samym czasie rozpoczął się Grill u burmistrza, tradycyjna impreza na zakończenie lata, podczas którego częstowaliśmy Państwa kielbaskami i karkówką z grilla. I tym razem głównym punktem programu tego wydarzenia był konkurs grillowania. W szranki stanęły firmy z Niepołomickiej Strefy Inwestycyjnej: Bell, Coca Cola oraz Royal Canin. Drużyny liczyły po 3–4 osoby. Każda ekipa otrzymała od organizatorów takie same zestawy, zawierające grille (które trzeba było samemu złożyć), węgiel drzewny, produkty spożywcze i narzędzia potrzebne do sprawnego przygotowania potraw grillowych. Do dyspozycji miały trochę ponad półtorej godziny.



W czasie, kiedy zawodnicy ostro wzięli się do pracy, uczestnicy wydarzenia mogli zobaczyć zawodowców przy pracy. Pokaz grillowania w stylu włoskim przygotował dla nas szef kuchni Hotelu Niepołomice – Łukasz Wdaniec. Na jego stołach pojawiły się niezwykle sery z Półwyspu Apenińskiego, oliwki marynowane na wiele różnych sposobów, suszone pomidory, oliwa – czyli flagowe produkty kuchni włoskiej. Część z nich była przystawkami, a część została użyta do grillowania mięs, ryb i wędlin. Jedzenie było przepyszne, a dla tych, którym po grillowanym było jeszcze mało, zaserwowano znakomite lody przygotowywane w Hotelu Niepołomice według receptur opartych na włoskiej tradycji. Nic dziwnego, że kolejka po nie ustawiła się błyskawicznie, a chętni byli aż do wyczerpania zapasów. Zresztą podobno, kiedy darmowa pula się wyczerpała, przenieśli się do Hotelu Niepołomice i tam ustawili się w kolejce, by próbować kolejnych smaków.



O 18.00 niestrudzona Beata Surdziel zaprosiła wszystkich, którzy chcieli zrobić sobie przerwę w jedzeniu, na wspólne ćwiczenia. Zajęcia z bodyART w niepołomickim parku już trzeci rok z rzędu odbywały się w każdą niedzielę wakacji. I tym razem połączenie jogi, oddechu i tańca, zebrały grono zwolenników, którzy wspólnie ćwiczyli na matach, niezależnie od zmagających amatorów.

Kiedy nadeszła wyznaczona godzina (tym razem była to 18.40), trzyosobowe jury próbowało potraw przygotowanych przez wszystkie trzy zespoły i uznało, że każda z potraw zasługuje na podium. Tradycyjną nagrodę – Patelnię Burmistrza – otrzymały wszystkie zespoły w kolejności: 3. drużyna Coca Coli, 2. ekipa firmy Bell, 1. Royal Canin. Serdecznie gratulujemy i dziękujemy za wspólnie spędzony czas i dobrą zabawę.

To był ostatni punkt programu, ale dodać jeszcze należy, że przez cały czas trwania imprezy dla najmłodszych były rozłożone dmuchańce i fruwały bańki mydlane, zapewniając radosny nastrój. Imprezę prowadził znany i lubiany Grzegorz Janiszewski. Mamy nadzieję, że spotkamy się również za rok i zabawa będzie równie udana. ■



Foto: Overlia Studio

Wakacje z lornetką

W niedzielę – 6 sierpnia 2017 r. – w końcu mogliśmy odetchnąć od upałów, które towarzyszyły nam od dobrych kilku dni. Dzięki temu spacer łakami nad Drwinką był tym bardziej przyjemny.

PAULINA SZELEREWICZ-GLADYSZ

Stowarzyszenie Zielony Puszczyk

Spotkaliśmy się o godzinie 10.00 w Chobocie. Prawie trzydzieści osób wypełniło plac na skraju Uroczyska Grobla, które stanowi oderwaną od głównego kompleksu, część Puszczy Niepołomickiej. Szeroki pas łąk wokół Drwinki tworzy tę naturalną granicę. Tematem warsztatów zorganizowanych przez Stowarzyszenie Zielony Puszczyk, które prowadził Igor Długosz, z żoną – Martą Długosz – była lornetka, podstawowy przedmiot każdego obserwatora przyrody. Igor od kilku miesięcy współ-

pracuje z Zielonym Puszczykiem i dzieli się z nami swą ogromną wiedzą przyrodniczą, szczególnie z zakresu awifauny. Jest on także fotografem przyrody, a w poszukiwaniu przyrodniczych tematów, często podróżuje.

W pierwszej części warsztatów, które adresowane były tak dla dzieci, jak i ich rodziców, mieliśmy za zadanie skalibrowanie lornetki. Okazuje się, że to nie taka prosta sprawa. Szczególnie dla najmłodszych może to stanowić trudność, zważywszy na wagę i wielkość lornetek przeznaczonych dla obserwatorów przyrody. Po przystosowaniu lornetki pod swoje oko prowadzący warsztaty Igor tłumaczył, jak przez nią patrzeć, jak „odnaleźć” widziany przed chwilą obiekt (co gorsza często pozostający w ruchu!) przez szkła lornetki. Na początku więc ćwiczyliśmy obserwowanie obiektu pozostającego nieruchomo – świetnie nadała się do tego sylwetka dudka, namalowana przez częstego gościa warsztatów Zielonego Puszczyka – Michała Molickiego.

W kolejnej części naszego spotkania ruszyliśmy na spacer w stronę rzeki. Łąki nad rzeką okazały się być wysmienitym polem do lornetkowych obserwacji. Nie

bez powodu miejsce to jest celem licznych ornitologicznych wycieczek – takie otwarte przestrzenie, blisko rzeki i lasu są lubianym przez ptaki żerowiskiem.

Dzięki Igorowi i Marcie każdy zaobserwowany ptak pozostał zidentyfikowany. Dzieci mogły notować obserwacje na Kartach obserwatora, które rozdaliśmy przed częścią spacerową warsztatów. Najwięcej – bo aż 11 osobników – odnotowała Weronika – stała uczestniczka spotkań Zielonego Puszczyka.

Na koniec trafiła nam się prawdziwa niespodzianka – łąką pędziły dziki! Szybko przemieszczające się spore obiekty zostały namierzone przez lornetki, zanim zniknęły w gąszczu zarośli nad rzeką. Jak to skomentował Łukasz, jeden z uczestników warsztatów: *Te dwa nietoty, to nasza najlepsza ornitologiczna obserwacja!*

Podczas warsztatów uczestnicy mogli korzystać z lornetek zakupionych ze środków Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich, Gminy Miejskiej Kraków oraz Województwa Małopolskiego.

W sumie w zajęciach uczestniczyło 29 osób, w tym 16 dzieci. ■



Druga Ziołomania za nami

Całą imprezę tworzyli goście zaproszeni na 15 sierpnia do Niepołomic przez Ziołowo. Wykłady, warsztaty i degustacje cieszyły się ogromną popularnością, chętnych było więcej niż miejsc.

JADWIGA PITEK

Sklep Ziołowo w Niepołomicach

Pogoda w tym dniu była wprost wyidealizowana, nawet pojawiło się kilka kocyków rozłożonych na trawie. Na warsztatach nie zabrakło dzieci, które mogły spróbować swoich sił w odbijaniu roślin na kartce papieru, wyklejaniu zieleników, plecieniu wianków, ucieraniu

przypraw w moździerzach oraz wyklejaniu pudełeczek na zioła. Panie mogły zrobić swój peeling, spróbować pesto oraz ulepić pierogi. Natomiast panowie mogli posłuchać wykładu o produkcji piwa oraz o tworzeniu nalewek.

Dużym zainteresowaniem cieszyły się wykłady o olejkach eterycznych oraz o herbatach z całego świata. Oprócz tego trwał kiermasz produktów naturalnych, na którym można było porozmawiać z ich właścicielami o samych produktach i ich wyrobach.

Zostały również rozstrzygnięte konkursy: na najpiękniejszy bukiet zielny, wianek dziecięcy i zielnik. Dorośli wraz z dziećmi wzięli udział w konkursie na rozpoznawanie ziół, który był zdecydowanie za łatwy albo pojawili się na nim typowi „ziołomaniacy”. Oby tak dalej.

Dziękujemy jeszcze raz wszystkim, bez których nie udałoby się Ziołomania. A za wsparcie, które pomogło w realiza-

cji drugiej już Ziołomanii, dziękujemy Urzędowi Miasta i Gminy w Niepołomicach oraz Fundacji Zamek w Niepołomicach. Mamy nadzieję, że zobaczymy się za rok. ■



Sukcesy w ŚDS

MAGDALENA MIGDAŁ

Instruktor ds. kulturalno-oświatowych

Ostatnie tygodnie w Środowiskowym Domu Samopomocy były bardzo pracowite, intensywne, a co za tym idzie, obfite w sukcesy. Uczestnicy ośrodka zmierzali się ze swoimi słabościami, biorąc udział w różnych konkursach i zawodach. Imprezy te miały charakter integracyjny i co ważne, przebiegały w atmosferze szczerej życzliwości, zdrowej rywalizacji i wzajemnego uznania.

Beneficjenci zmagali się w rozgrywkach kręglarskich w II Małopolskim Integracyjnym Turnieju w Kręgle przeznaczonym dla ŚDS i WTZ, który odbył się w Oleśnie. Nasza drużyna (w składzie: Elżbieta Antończyk, Klaudia Dołhun, Janusz Jędrał, Bogusław Blachowicz, Bronisław Świder, Rafał Bisztyga, Zbigniew Marchewka) zajęła III miejsce na 10 grających grup. W nagrodę otrzymali statu-

etkę, medale i dyplomy, które już znalazły swoje miejsce na półce wśród innych wyróżnień i nagród. Warto nadmienić, że dzięki uprzejmości Łukasza Wdańca – dyrektora obiektu Hotel Niepołomice – mogliśmy korzystać z kręgielni i trenować do turnieju. Jeszcze raz serdecznie dziękujemy.

Kolejnym osiągnięciem naszych podopiecznych było zajęcie I miejsca w V Małopolskim Przeglądzie Piosenki Poetyckiej i Piosenki o Miłości w Gorlicach. Tym razem ośrodek reprezentowali: Agnieszka Zaręba, Elżbieta Antończyk, Janusz Jędrał, Radosław Krystian. Według oceny jurorów występujący prezentowali wysoki poziom artystyczny, jednak to naszym uczestnikom przypadł zaszczyt zgarnięcia złotego medalu. Do tego konkursu uczestnicy przygotowali się od kilku tygodni pod czujnym okiem Beaty Stróżewskiej i Mariusza Tracza, który prócz wokalu wspierał

nasz zespół akompaniamentem gitary.

A skoro jesteśmy w tematyce konkursów muzycznych, nie sposób pominąć X Małopolskiego Przeglądu Wokalno-Instrumentalnego Środowiskowych Domów Samopomocy i Warsztatów Terapii Zajęciowej, który miał miejsce w Lisiej Górze. Stamtąd również wróciliśmy z medalami i III miejscem.

Przed naszymi uczestnikami kolejne konkursy i nowe zmagania. Trzymamy za nich kciuki i jeszcze raz serdecznie gratulujemy.



Niepołomicki Uniwersytet Trzeciego Wieku działa już 9 lat!

22 czerwca Stowarzyszenie Miłośników Ziemi Niepołomickiej oraz działający w jego strukturach Uniwersytet Trzeciego Wieku świętował zakończenie roku akademickiego.

KINGA GĘBALA

Stowarzyszenie Miłośników Ziemi Niepołomickiej

Już od dłuższego czasu tradycją jest, że członkowie SMZN oraz UTW spotykają się w niepołomickiej Izbie Regionalnej na imprezie integracyjnej, gdzie każdy znajdzie coś dla siebie. UTW zakończył już dziewiąty rok, a Stowarzyszenie kolejny 37. rok aktywnej działalności. Uroczyste zakończenie zajęć zaszczytlili swoją obecnością burmistrz Niepołomice Roman Ptak, prezes Fundacji Zamek Królewski Barbara Ptak, jak

również Elżbieta Achinger, która prowadzi zaprzyjaźnionemu w niepołomickim – uniwersytetowi w Wieliczce.

Podczas spotkania w sali konferencyjnej im. Lecha Wałęsy na Zamku w Niepołomicach studenci UTW ze 100% frekwencją otrzymali pamiątkowe dyplomy oraz nagrody książkowe, a nazwiska osób z niewiele niższą frekwencją zostały uroczyste odczytane. Szef UTW i prezes Stowarzyszenia Miłośników Ziemi Niepołomickiej Mieczysław Janusz Jagła przygotował dla nas wszystkich prezentację o tym, co działa się w Stowarzyszeniu oraz na Uniwersytecie przez cały miniony rok akademicki.

Wykłady od października 2016 do czerwca 2017 odbywały się co 2 tygodnie i regularnie uczestniczyło w nich ponad 180 słuchaczy. Zdjęcia z wycieczek, w jakich uczestniczyliśmy – m.in. do Zalipia, do Muzeum Polskiej Piosenki w Opolu, śladami A. Mickiewicza na Białorusi – wywoływały fale wspomnień i uśmiech na twarzy. Należy tu podkreślić, że współorganizatorem Niepołomickiego UTW

jest Fundacja Zamek Królewski w Niepołomicach, która użyczyła nam nieodpłatnie lokalu na wykłady, zaś gmina Niepołomice współfinansuje nasze działania, za co serdecznie dziękujemy!

Po zakończeniu uroczystości w zamku udaliśmy się na spotkanie towarzyskie w Stodole – Izbie Regionalnej. Naszymi Gośćmi były przedstawicielki UTW Akademia Prądnicki Senior z Krakowa z prezes Elżbietą Kobryń na czele. Przy dźwiękach akordeonu (Jan Gębala) oraz piosenek Janusza Rojka miło spędziliśmy czas. W październiku 2017 zaczynamy 10. jubileuszowy rok istnienia Niepołomickiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Zapraszamy wszystkich chętnych na nasze wykłady i zajęcia, w tym kurs języka angielskiego, aerobic wodny, warsztaty malarstwa, rękodzieła artystycznego, haftu i szydełkowania, dyskusyjny klub filmowy i inne.

Wykaz tegorocznych wykładów UTW oraz relacja fotograficzna z imprezy znajdują się w Internecie na stronie www.ziemia.niepolomice.pl ■

Z wizytą u Drakuli



MARIANNA MAŁEK

kronikarz Sekcji Emerytów ZNP w Niepołomicach

Do Rumunii wyruszyliśmy 26 czerwca 2017 r. o godz. 4.30. To już jedenasty nasz wyjazd z cyklu Poznajemy stolice i metropolie Europy. W każdym roku zwiedzamy coś ciekawego i wartego obejrzenia. To, co zobaczyliśmy tym razem, przeszło nasze oczekiwania. Rumunia to bardzo ciekawy kraj – pełen kontrastów. Z jednej strony uboga wieś, małe i stare domostwa, a z drugiej: bogactwo zabytków, ciekawa historia, przyjaźni ludzie.

Wycieczkę zorganizowało Biuro Podróżów Bizon Tours, a współorganizatorkami były Krystyna Augustyńska dyrektor Szkoły Podstawowej w Niepołomicach i Maria Sarka – Przewodnicząca Sekcji Emerytów Związku Nauczycielstwa Polskiego z Niepołomic. Grupę tworzyło: 12 nauczycieli ze Szkoły Podstawowej w Niepołomicach i 41 nauczycieli-emerytów z Miasta i Gminy Niepołomice. Były też osoby zaprzyjaźnione, w tym 11 członkiń Sekcji Emerytów ZNP. Naszym pilotem, dobrym duchem i równocześnie przewodnikiem była przeurocza Paulina Meus. Młoda pani inżynier znająca Rumunię „jak własną kieszeń”. Słuchaliśmy z zaciekawieniem jej pięknych opowieści o mijanych miejscowościach, o życiu codziennym w Rumunii, o tradycjach, religii, bogactwie, przyrządzaniu potraw, szkolnictwie i o służbie zdrowia. Program naszej wycieczki obejmował przede wszystkim miasta zabytki Transylwanii (Siedmiogrodu). Po przebyciu drogi wiodącej przez Polskę, Słowację, Węgry dotarliśmy do miasta Cluj-Napoca. To jedna ze stolic Transylwanii. Zobaczyliśmy tu dawne węgierskie centrum miasta z kościołem św. Michała, domem rodzinnym i pomnikiem króla Macieja Korwina oraz pozostałości po dawnej rzymskiej osadzie Napoca. Następnego dnia – to wizyta u Drakuli, czyli zwiedzanie gotyckiego miasta strachów Sighisoara. To piękne zabytkowe 40-tysięczne miasto rumuńskie, leżące nad rzeką Wielka Tyrnawa, wpisane na listę światowego dziedzictwa UNESCO. Zwiedzaliśmy tutaj dom, w którym

urodził się Vlad Palownik – władca prowincji Wołoszczyzny, który stał się inspiracją dla słynnej postaci Drakuli. Widzieliśmy Wieżę Zegarową, Zakryte schody, Kościół na Wzgórzu, Muzeum Tortur. To miasto nas urzekło pięknym położeniem na siedmiogrodzkich wzgórzach, ale przede wszystkim zabytkową zabudową i jedną z najlepiej zachowanych starówek we wschodniej Europie.

Kolejny punkt zwiedzania – to miasteczko Turda. Po spacerze urokliwymi uliczkami miasteczka udaliśmy się na jego obrzeża i zwiedzaliśmy jedną z największych kopalni soli w Europie Salina Turda. Historia wydobywania soli na tych terenach sięga czasów starożytnych, kiedy to te obszary znajdowały się pod patronatem Rzymian. Zwiedziliśmy szyb Franciszka Józefa. Szczególnie zainteresowała nas Komnata Echa. W części głównej kopalni jest wiele atrakcji: amfiteatr, diabelski młyn, pole do minigolfa, a także podziemne słone jezioro. Samej soli wydobywa się niewiele. Co roku kopalnię zwiedza 700 tys. turystów. To miasto bliźniacze Wieliczki. W kolejnym dniu również czekało nas wiele atrakcji. Udaliśmy się do Braszowa. To przepiękne miasto z 320 tys. mieszkańców, usytuowane na szlaku handlowym. Na okalających wzgórzach widoczny napis Bresov (jak w Hollywood) przyciąga uwagę turystów. Zwiedzaliśmy rynek średniowieczny pięknie ukwiecony z fontanną. Nasz podziw wzbudzał monumentalny Czarny Kościół. To największa świątynia katolicka między Bizancjum a Wiedniem, czyli najbardziej wysunięta na wschód katedra katolicka. 18 km od Braszowa zdobyliśmy twierdzę chłopską tzw. Cytadelę Rysznow. To ewenement na skalę światową. Zbudowana na wysokiej skale przez chłopów z kilku wsi dla obrony przed Tatarami. Część trasy pod górę odbyliśmy na specjalnie przystosowanych traktorach wywożących turystów, a część pokonaliśmy na własnych nogach. To naprawdę robi wrażenie! Ale to nie koniec atrakcji, bo przed nami Bran, gdzie uwagę przykuwa słynny



Biały Zamek – znany wszystkim Zamek Draculi. Kolejny dzień i kolejna atrakcja! To Sinaja – letnia rezydencja rumuńskiej rodziny królewskiej oraz zabytkowy klasztor z XVII wieku. Dojście do zamku dalekie. Ale co za widok! Zapiera dech w piersiach! A wewnątrz: marmury, kryształ, szkła weneckie, różne rodzaje drewna. Jednym słowem: przepych. I znów w drogę! Teraz do Bukaresztu – stolicy Rumunii. Niegdyś piękne miasto nazwane było „Paryżem Wschodu”. Łączyły je z Paryżem XIX-wieczna architektura i Łuk Triumfalny. Niestety, reżim Nicolae Ceausescu zniszczył wiele zabytków, burząc m.in. 22 cerkwie i budując nowe osiedla – jak Rzym na siedmiu wzgórzach. Dziś Bukareszt liczy 2 mln mieszkańców. Z ważniejszych zabytków zwiedziliśmy: Dom Prasy, Bulwar Kisselefa, Łuk Tryumfalny, Plac Zwycięstwa, Ateneum Rumuńskie, Cerkiew Cretulescu. Centralnym punktem okazała się wizyta w Pałacu Parlamentu. Po szczegółowej osobistej kontroli, z rumuńską przewodniczką zwiedzaliśmy ten monument. Jest to największy pod względem kubatury gmach administracyjny na świecie po waszyngtońskim Pentagonie. Historia jego budowy wiąże się z panowaniem Ceausescu. Pałac nawiązuje do budynków neoklasykistycznych. Łączna powierzchnia zabudowy wynosi 830 tys. metrów kwadratowych. Posiada ok. 1100 pomieszczeń, w tym: biura, 4 restauracje, 3 biblioteki, salę konferencyjną itp. Budowla wykonana z materiałów pochodzących z Rumunii. Zużyto milion

metrów sześciennych marmuru z Transylwanii, trzy i pół tysiąca ton kryształów do żyrandoli, 700 tysięcy ton stali i brązu do wykonania monumentalnych drzwi i okien. Ta mania wielkości ówczesnego reżimu doprowadziła do olbrzymich zadłużeń. W roku 2006 koszt budowy oszacowano na 3 miliony euro. Ale nam, zwiedzającym co chwilę wyrwał się z piersi okrzyk zachwytu. Nie obyło się też bez zaśpiewania przez naszą grupę *Płynie Wisła* w tzw. Sali Echa! Kolejny dzień i kolejna atrakcja. To zwiedzanie zabytkowego miasta Sybin w środkowej Rumunii. Odbiliśmy spacer

z lokalnym przewodnikiem po zabytkowym centrum. Zobaczyliśmy charakterystyczne dla tego miasta budynki z *oczami* XVI-wieczny ratusz, kościół jezuitów, kościół ewangelicki z wieżą z dzwonem skazańców, żelazny Most Kłamców. Wieczorem wzięliśmy udział w wieczorze folklorystycznym we wsi Sibin. Uczestniczyliśmy w typowej kolacji rumuńskiej, przy wiejskiej orkiestrze z występami zespołu ludowego. Mogliśmy spróbować wina i rakii z ich własnego wyrobu. Przy muzyce, śpiewach i tańcach świetnie spędziliśmy ten pożegnalny wieczór.

W ostatnim dniu zwiedzaliśmy stolicę Siedmiogrodu – Alba Julia. Tutaj pochowana jest Izabela Jagiellonka w katedrze królów Rumunii. Zobaczyliśmy katedrę rzymskokatolicką z końca XVII wieku. Bogatsi o niezapomniane wrażenia wracaliśmy do domu. Drakuli nie spotkaliśmy, ale wędrowanie jego szlakami spowodowało, że grupa jako cel następnej wycieczki obrała też Rumunię. Tym razem wschodnią część – z Deltą Dunaju i Morzem Czarnym. Zwiedzajcie Rumunię – kraj kontrastów i bogatej historii. Naprawdę warto. ■

Ostatnia taka wycieczka

KRZYSZTOF NOWAK I ANDRZEJ DRABIK
nauczyciele Gimnazjum w Niepołomicach

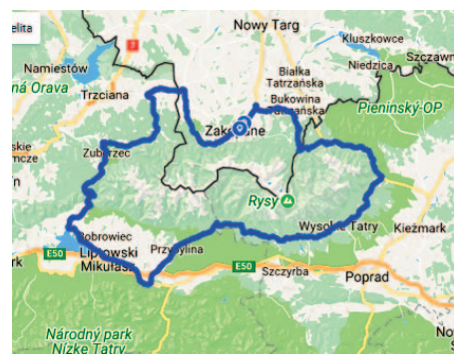
Jest przełom lipca i sierpnia, lato w pełni. Rafał Majka, Peter Sagan i cały kolorowy peleton Tour de Pologne śmiga po południowej Polsce. Uprzedzając obecność kolarzy na górskim etapie wyścigu, wyruszamy w niedzielny rzeński ranek rowerami z Niepołomic do Krakowa. Następnie pociągiem docieramy do Zakopanego. Tutaj rozpoczynamy wycieczkę – pętlę wokół Tatr. Nasze bicykle nie przypominają wyczynowych kolarzówek, na dodatek obciążone sakwami z trudem dają się rozpędzić. Rozpoczynamy pierwszy etap podróży, czyli dojazd na Polanę Głodówką. Większość tego 20-kilometrowego odcinka to podjazd. Jedziemy przez Poronin i Bukowinę Tatrzańską, licząc na mniejszy ruch samochodowy niż na Drodze im. Balzera przez Toporową Cyrchę. Podjazd jest pierwszą próbą sił, milkną rozmowy, gdy mniej lub bardziej cierpliwie nabieramy wysokości. Po drodze w Bukowinie uzupełniamy prowiant, co też jest zaletą tej trasy. W porze niedzielnego obiadu docieramy na Polanę Głodówką (1070–1146 m), gdzie znajduje się schronisko górskie ZHP wybudowane jeszcze przed II wojną światową (tu nocujemy za jedyne 40 zł!). Przede wszystkim jednak z Głodówki rozpościera się słynna

panorama Tatr, o której Walery Eliasz-Radzikowski już w 1874 r. pisał tak: Objechałem całe Tatry naokoło i przekonałem się, że znikąd się one wspanialej nie przedstawiają. To może tłumaczyć dość wysoką cenę noclegu. Widoczność mamy doskonałą, wyostroża się ona w godzinach wieczornych i porannych. Następnego dnia wyruszamy przed 7.00, mając respekt przed czekającą nas drogą. Najpierw przyjemnym zjazdem obniżamy się ku Łysej Polanie (970 m) – po stronie polskiej już sunie sznur aut w kierunku Morskiego Oka. Przekraczamy granicę i robi się pusto. Rozpoczynamy przejazd tzw. Drogą Wolności (Cesta Slobody), która prowadzi u podnóża Tatr Wysokich i Bielskich, łącząc podtatrzańskie miejscowości. Mijamy Jaworzynę Spiską i Podspady, za którymi rozpoczyna się długi, lecz nie stromy podjazd na Przełęcz Żdziarską (1077 m), która oddziela Tatry (Tatry Bielskie) od Magury Spiskiej. Następuje długi zjazd i otwiera się przepiękny widok na Tatry Bielskie – turnie Hawrania, Płaczliwej Skały i Szalonego Wierchu – zatrzymujemy się na sesję fotograficzną, a potem pędzimy zjazdem dalej aż do Żdziaru, najstarszej wsi góralskiej po tej stronie Tatr. W miejscowym sklepiku wydajemy pierwsze euro. Nadal tracimy wysokość, by od Tatrzańskej Kotliny (760 m)

ponownie rozpocząć podjazd. Skręcamy w kierunku Łomnicy Tatrzańskiej i odsłaniają się widoki na tatrzańskie „olbrzymy”, tj. Łomnicę (2632 m) i Kieźmarski Szczyt (2558 m), to właśnie Łomnica długo uznawana była za najwyższy szczyt całych Tatr. Na postój zatrzymujemy się w Starym Smokowcu, słynnym przedwojennym Szmeksie. Zarówno Smokowiec, jak i Tatrzańska Łomnica bardziej przypominają alpejskie kurorty niż nasze podhalańskie miejscowości i nie bez powodu – powstawały za czasów Austro-Węgier jako uzdrowiska. To w Smokowcu swoją ostatnią górską wędrówkę rozpoczął nieodżałowanej pamięci Staszek Bednarz. Przed nami wciąż kilkanaście kilometrów do góry, aż do skrętu w kierunku Szczyrbskiego Jeziora (1315–1356 m), gdzie kiedyś zwyciężał Rafał Majka. Po drodze kilkakrotnie przecinamy tory kolejki elektrycznej, czyli popularnej „elektrycki”, której zgodnie zazdrościmy Słowakom. W oczy rzucają się olbrzymie wiatrołomy porośnięte pięknym kwieciami. Trzymamy się głównej drogi i z braku czasu, nad Szczyrbskie Jezioro nie podjeżdżamy. Po osiągnięciu kulminacji drogi na około 1200. metrów n.p.m. w końcu zaczynamy długo oczekiwaną zjazd w kierunku słonecznego Liptowa, kiedyś celu podhalańskich zbójników. Po drodze towarzyszą nam widoki na ▶

Krywań (2494 m) narodową górę Słowaków, którzy od 1841 r. urządzają tu (do dzisiaj) patriotyczne wycieczki, a w 1839 r. „mimo odradzania adiutanta swego” wchodził tam znany nam król Fryderyk August II Sas. W porze obiadu jesteśmy w największym mieście po drodze, czyli Liptowskim Mikulaszu (tylko 570 m). Na licznikach mamy już ponad 100 km, a przed nami jeszcze hit dnia, czyli podjazd w stronę Zuberca. Na szczęście wcześniej na rynku korzystamy ze słowackiej gastronomii i zaopatrujemy się w duże ilości napojów, skwar bowiem robi się niemiłosierny. Za Mikulaszem droga faluje, wznosząc się powoli do góry. Mijamy słynną Tatralandię, z której uroków nie korzystamy, zatrzymujemy się za to przed głównym podjazdem nad potokiem, w którym chłodzimy się i nabieramy wodę do butelek, by polewać się po drodze. Podjazd nie rozczarowuje nas, a wręcz przeciwnie droga malowniczymi serpentynami pnie się do góry, aby na odcinku około 7 km

osiągnąć maksymalne wzniesienie ok. 1100 m (to największy podjazd w historii naszych wycieczek). U góry rozległe widoki na Liptów z Jezioro Liptowskim i pasmo Niskich Tatr. Z wielką ulgą i przyjemnością zjeżdżamy do Zuberca (760 m) i Habovki, gdzie za jedyne 9 euro nocujemy w bardzo przyzwoitych warunkach. Tak zakończył się drugi etap wycieczki, który liczył 140 kilometrów. Ostatni dzień to przejazd do Zakopanego, jedziemy m.in. przez Orawice znane z basenów termalnych, a potem Chocholów. Droga na przemian wznosi się i opada, podjazdy jednak nie robią już na nas większego wrażenia. Za Chocholowem i jego góralskimi chałupami z listy UNESCO jeden z nas – Jurek – oddziela się od peletonu i kieruje się na Dzianisz i Gubałówkę, a my jedziemy przez Witów i Kościelisko do Zakopanego. Na dworcu kolejowym czekała nas niemiła niespodzianka – prawie godzinna kolejka po bilety. Sama podróż klimatyzowanym pociągiem przebiegła przyjemnie, choć z dużym



opóźnieniem, zapewne z powodu wysokiej temperatury. Z piekielnie gorącego Płaszowa wieczorem z ulgą wracamy rowerami przez Brzegi do Niepołomic. Była to ostatnia wycieczka Klubu Podróżników im. Kazimierza Nowaka przy Gimnazjum w Niepołomicach, które od 1 września straci swój samodzielny byt. Uczestnikami wycieczki byli absolwenci i przyjaciele niepołomickiego gimnazjum: Adam, Jurek, Bartek, Karol, Wojtek i Marcin oraz my – opiekunowie klubu. ■

W Pieniny



KATARZYNA KOŁODZIEJ

nauczyciel języka polskiego w SP w Niepołomicach

Na zieloną szkołę uczniowie z klasy 5e Szkoły Podstawowej im. Króla Kazimierza Wielkiego w Niepołomicach, pod opieką wychowawców Anny Buczek i Katarzyny Kołodziej, wybrali się w Pieniny. To były cudowne trzy dni, pełne przygód, wyzwań i nowych doświadczeń.

A wszystko zaczęło się w Szczawnicy. To tam uczniowie rozpoczęli swoją przygodę, przepływając tratwą na drugi brzeg Dunajca. Rwący prąd górskiej rzeki i specyficzne poczucie humoru, ubranego w regionalny strój flisaka spowodowało, że przeżycie to można było porównać do przejażdżki kolejką górską w wesołym miasteczku. Piskom i śmiechom nie było końca. Gdy młodzi turyści, rozbawieni i lekko mokrzy, dotarli na drugi brzeg, rozpoczęła się piesza wędrówka na Sokolicę (747 m n.p.m.). Dla niektórych była to pierwsza wycieczka na górę wyższą niż Kopiec Grunwaldzki w Niepołomicach. Jednak

wszyscy poradzili sobie doskonale. A zmęczenie i trud wynagrodził im piękny krajobraz, który mogli zobaczyć po dotarciu na miejsce, widok przełomu Dunajca oraz, znanej ze wszystkich pocztówek, mającej około 500 lat sosny, wyrastającej ze skał pod samym szczytem Sokolicy. Stamtąd uczniowie udali się w drogę powrotną, ale już innym szlakiem, który doprowadził ich do Krościenka. Kolejną atrakcją była bardzo interesująca góra Wdżar, znajdująca się w miejscowości Kluszkowce. Szczyt położony jest na granicy Gorców i Pienin i roztaczają się z niego przepiękne widoki na zaśnieżone Tatry oraz Zalew Czorszyński. Na Wdżar uczniowie wjechali wyciągiem krzesełkowym, a następnie zbiegli do stacji początkowej zjeżdżalni grawitacyjnej, czyli toru saneczkowego o łącznej długości prawie 1000 m, który znajduje się w stokach tej tajemniczej góry. Ekstremalna przejażdżka sprawiła wszystkim uczestnikom wycieczki wiele

frajdy, tak, że jeden przejazd to było zdecydowanie za mało i wszyscy zdecydowali się na dodatkowy. Kolejnym punktem programu było zwiedzanie Szczawnicy oraz wspaniała obiadokolacja – każdy mógł zjeść to, co lubi i tyle, ile chciał, a do wyboru było kilkanaście potraw. Po tej uczcie uczniowie byli syci, ale też zmęczeni i pełni wrażeń, chętnie by już odpoczęli, ale najpierw musieli zdobyć kolejny szczyt, by dotrzeć do schroniska – Bacówki pod Bereśnikiem, gdzie mieli miejsce noclegowe. Jak się okazało, nikt z uczestników wycieczki nigdy wcześniej nie spał w „prawdziwym” schronisku, tym bardziej była to wspaniała atrakcja. Należy również wspomnieć o przepięknych widokach, które zapierały dech w piersiach. Następnego dnia, po pysznym, typowo „schroniskowym” śniadanku, uczniowie musieli zjeść do Szczawnicy, a stamtąd udali się do Czorsztyna. Wizyta w prawdziwej bacówce i degustacja

popularnych, góralskich przysmaków, czyli serów, takich jak oscypek czy bundz, no i oczywiście żętycy, napoju, który powstaje przy ich produkcji była bardzo przyjemnym i smakowitym punktem programu. Natomiast podczas spaceru po zaporze w Niedzicy pani przewodnik opowiadała legendy związane z zamkiem, z którego słynie ta miejscowość. Być w Krościenku i nie zjeść tradycyjnych i sławnych w całej Małopolsce lodów – byłoby nie do pomyślenia. Grupa zatrzymała się więc przy lodziarni „U Marysi” na kolejną degustację. Tym razem nie serów, a pysznych, wykonanych na bazie tylko naturalnych składników, lodów. Jedną z większych atrakcji Pienin jest Wąwóz Homole, do którego również wybrali się niestrudzeni uczniowie. Ogromne wrażenie robiły otaczające go strome ściany, a każdy kamień był wspaniałą okazją do szukania niekonwencjonalnych sposobów przekraczania, płynącego dołem wąwozu, potoku Kamionka. Za rumowiskiem złożonym z wapiennych głazów dolina ulega rozszerzeniu, a stamtąd rozciąga się przepiękny widok na najwyższy szczyt Pienin – Wysoką. Oczywiście z Wąwozem Homole związanych jest wiele legend, które podczas odpoczynku na tworach skalnych zwanych „księgami”, opowiadała pani przewodnik, a uczniowie bardzo chętnie

słuchali. I choć dobrze im się siedziało, należało ruszyć w dalszą drogę. Bardzo szybko dotarli do szalasu Bukowinki, skąd kolejką linową zjechali do Jaworek. Tam czekał na nich autobus, który zawiózł zmęczoną młodzież na wspaniałą kolację do Szczawnicy. Oczywiście przed uczestnikami było jeszcze jedno zadanie – dotarcie do Bacówki pod Bereśnikami. Mimo zmęczenia, uczniowie wędrowali w dobrych humorach, śpiewając piosenkę o melonach, która stała się hitem tego wyjazdu.

Na ostatni dzień wycieczki wszyscy czekali bardzo niecierpliwie. Oczywiście nie chodzi tu o to, że chcieli już wracać do domu, tylko o kolejną atrakcję, czyli park linowy w Krościenku. Te spędzone w nim kilka godzin pokazało jak wyjątkową grupą są uczniowie klasy 5e. To, że świetnie poradzili sobie podczas pokonywania trasy, nikogo nie zaskoczyło. Niesamowicie piękne jednak było to, że gdy ktoś miał chwilę słabości, koledzy mu pomagali, dopingowali, podtrzymywali na duchu i dawali dobre rady. Nie było dokuczania, wyśmiewania, czy poniżania. Każdy cieszył się z sukcesu kolegów i troszczył się o bezpieczeństwo innych. Wszystko, co dobre, szybko się kończy, więc trzydniowa wycieczka w Pieniny również dobiegła końca. Jej uczestnicy będą ją jednak długo wspominać. Być może dla niektórych będzie ona



początkiem wielkiej „przyjaźni z górami”. Każdemu uczniowi została założona książeczka PTTK i pani przewodnik wpisała pierwsze punkty do odznaki. Być może niektórzy zdobędą kolejne szczyty, przejdą trudniejsze szlaki. A podczas każdej następnej wędrowki będą wspominać wycieczkę klasową w Pieniny, wycieczkę, która obfitowała nie tylko w wiele przygód, ale również była pełna wyzwań i okazji do walki z własnymi słabościami. Ten cudowny wyjazd to była prawdziwa „zielona szkoła” z niezapomnianymi lekcjami przyrody, historii, języka polskiego, matematyki, muzyki, wychowania fizycznego, nawet gastronomii, ale przede wszystkim był to wspaniały spędzony czas w gronie prawdziwych przyjaciół. ■

Amerykański sen



EWA KOŻUCH
grupa multimedialna MOA

21 sierpnia wszyscy fani zjawisk astronomicznych mieli swoje wielkie święto. Ponieważ członkowie grupy multimedialnej MOA w Niepołomicach też do wyżej wymienionych fanów należą, od dawna wyczekiwaliśmy wspomnianej daty. Co się wówczas wydarzyło? Otóż nastąpiło całkowite zaćmienie Słońca widoczne na rozległym obszarze USA. Nie mogło nas tam zabraknąć.

Ostatnie lata działalności naszego kółka multimedialnego obfitowały w wyjazdy zarówno bliższe, jak i dalekie (m.in. Teneryfa, Norwegia, Lofoty czy

Islandia). W ten sposób pokazaliśmy, że grupa młodzieży z niewielkiego miasteczka, mająca jednak wielkie marzenia, potrafi osiągnąć każdy postawiony przed sobą cel. Z każdej podróży wracaliśmy z pięknymi zdjęciami, reportażem filmowym, bagażem nowych doświadczeń, a przede wszystkim ze świeżymi pomysłami, które napędzały nas do organizowania na własną rękę wycieczek w kolejne miejsca. W ubiegłym roku jednak wyszliśmy poza utarte schematy i przestaliśmy ograniczać się jedynie do znajomej nam już Europy – na jednych



z zajęć padły bowiem pamiętne słowa: Stany Zjednoczone. Była to ulotna myśl, zaszczeplona głównie przez dobiegające nas zewsząd wiadomości o zbliżającym się całkowitym zaćmieniu Słońca oraz przez nieocenionego opiekuna naszej grupy, Janusza Jagłę. Podróż za Atlantyk... Przecież to

marzenie wielu ludzi niezależnie od wieku czy pochodzenia, marzenie – wydawałoby się – nierealne do spełnienia. Z tygodnia na tydzień zaczęło ono jednak zdawać się coraz bardziej możliwe, a inny kontynent znalazł się na wyciągnięcie ręki. Uskrzydliło nas uzyskanie w zeszłym roku środków z Budżetu Obywatelskiego (tu pragniemy z całego serca podziękować wszystkim, którzy głosowali na nasz projekt) oraz otrzymanie wsparcia finansowego z Gminnej Spółdzielni Samopomoc Chłopska.

Rozpoczęły się długie miesiące przygotowań, szukania lotów, noclegów i transferów, zbierania sprzętu i informacji niezbędnych do udokumentowania zaćmienia, kompletowania dokumentów, wiz. Bywały momenty ciężkie, kiedy wątpiliśmy, czy podołamy wyzwaniu, a nasze marzenia o spełnieniu amerykańskiego snu nie prysną niczym mydlana bańka. Wytrwale jednak dążyliśmy do celu, wyobrażając sobie, że pewnego sierpniowego popołudnia wylądujemy w Nowym Jorku, zobaczymy miejsca dotychczas znane jedynie z filmów i zaczniemy tym samym naszą dwunastodniową podróż.

W chwili, kiedy powstaje ta krótka relacja, tamte wyobrażenia są już wspomnieniami. 17 sierpnia wylądowaliśmy w „Wielkim Jabłku”. Nie zabawiliśmy tam długo, gdyż od kolejnego przelotu dzieliły nas zaledwie dwa dni, czas ten jednak na zawsze pozostanie w naszej pamięci. Z uśmiechem na ustach możemy już wspominać spacer się po zatłoczonych ulicach Manhattanu, rytmiczny dźwięk migawek kilkuset aparatów, kiedy każdy odwiedzający Museum of Modern Art chciał uwiecznić obraz Picassa, van Gogha czy Warhola, no i oczywiście słynny Times Square, akurat pogrążony w ulewnym deszczu. Te kilkanaście godzin obfitowało w niesamowite wrażenia, my jednak wiedzieliśmy, że Nowy Jork to tylko przystanek w dalszej drodze, a to, co zobaczyliśmy, to jedynie przedsmak tego, co nas czeka. Kolejnego dnia wsiedliśmy w samolot, aby w trakcie dwugodzinnego lotu widok surowych wieżowców Nowego Jorku ustąpił miejsca krajobrazowi zielonych pól Tennessee. Nie było to oczywiście miejsce przypadkowe – zaćmienie obejmowało 14 stanów, a największym miastem, w którym Słońce miało zniknąć całkowicie, było Nashville, które obraliśmy za główny

cel podróży. Na miejscu przywitało nas dla odmiany ciepłe Słońce, dając nam promyczek nadziei, że jeśli taka pogoda się utrzyma, a prognozy się sprawdzą, wszystko pójdzie zgodnie z planem. Już następnego dnia, nie marnując czasu, wypożyczonymi samochodami podążyliśmy na poszukiwanie idealnego miejsca do obserwacji wyczekiwanego przez nas zjawiska. Po drodze odwiedziliśmy centrum miasta i pobliskie obserwatorium Dyer, wszędzie przygotowania do zaćmienia trwały w pełni, miasto pełne było elementów związanych z tematyką astronomiczną, ciężko przeoczyć było wszechobecne dekoracje i plakaty informujące o zaćmieniu.

21 sierpnia nasze budziki zadzwoniły wcześniej, chociaż narastające emocje i tak nie pozwoliłyby na dłuższy sen. Statywy? Są. Aparaty? Spakowane. Specjalne okulary do obserwacji Słońca? Nawet w zapasie. Niebo? Bezchmurne. W powietrzu czuć było atmosferę wyczekiwania. Był poranek, a my wiedzieliśmy, że już niebawem doświadczymy kilkuminutowej nocy w ciągu dnia. Następne kilka godzin pamiętamy jak przez mgłę – dotarliśmy na zaplanowane miejsce, rozłożyliśmy sprzęt, ustawiliśmy obiektywy, z zegarkiem w dłoni wyczekiwaliśmy na rozpoczęcie, nie dowierzając, że widok znany ze zdjęć miał wydarzyć się naprawdę. Ale się wydarzył. W pewnym momencie Księżyc nasunął się na tarczę słoneczną i „odgryzł” jej pierwszy kęs. Wraz z tykaniem zegarków, cień się powiększał, serca biły jak szalone, cienie zaczęły robić się blade. Klęczeliśmy przed statywami, dokonując ostatnich poprawek w ustawieniach, a mimo upału na karkach czuć było chłodny powiew wiatru. Ptaki zamilkły, po drugiej stronie ulicy zapaliły się pierwsze latarnie, a ciemność ogarnęła horyzont w okamgnieniu. Nikt nie tracił jednak czasu na rozglądanie się wokół, wszyscy zwrócili wzrok w stronę nieba, słysząc było krzyki ludzi. Część z nas spoglądała przez wizjer aparatu, część przez okulary, nikt jednak nie pozostał obojętny, dostrzegając wysoko nad głową ostatnie promienie Słońca przedzierające się zza przerażająco czarnego kręgu. I nagle stało się. Brak światła, zachwyt tłumu, miarowy pstryk aparatu, na niebie gwiazdy. Już nie byliśmy w przyziemnym Nashville – na nieco ponad dwie minuty przeniesiliśmy się do innego świata. Nie byliśmy w tym sami, tysiące ludzi przyjechało do USA, aby

być świadkami niezwykle zjawiska, pozostała część mogła je obserwować dzięki internetowym transmisjom: zarówno tym oficjalnym (jak światowa transmisja NASA), jak i tym nadawanym na żywo przez wiele osób obserwujących to zaćmienie w różnych stanach.

My również zdecydowaliśmy się na przeprowadzenie własnej relacji online (twitch.tv/multimoo/videos/all, wciąż zapraszamy zainteresowanych do oglądania!), którą na bieżąco śledziło wiele osób w Polsce i poza jej granicami. Kilka sekund przed końcem fazy całkowitej powstało niesamowite zjawisko zwane poetycko „pierścieniem z diamentem”, które – poza samym zaćmieniem oczywiście – udało nam się utrwalić na zdjęciach. Mamy nadzieję, że te przesyłane przez nas oddają choć w części piękno całego zdarzenia. W chwili powstawania tej relacji jesteśmy ciągle w Stanach i realizujemy swój „amerykański sen”. Spędziliśmy kolejne kilka dni w Nashville, odkrywając je jako stolicę muzyki country, próbując amerykańskich potraw, chłonąc klimat miejsca. Trafiliśmy nawet na koncert lokalnych muzyków do pobliskiego Franklin, gdzie gościnny występ miał również nasz drugi opiekun, Wojciech Dudkowski, lider zespołu „Droga na Ostrołękę”. Udało nam się dotrzeć do Przylądka Canaveral, skąd wyruszają misje kosmiczne, i zwiedzić bazę NASA. Niezapomniane przeżycie i znowu ogrom pięknych zdjęć. Mieszkamy w Miami na Florydzie, zwiedzamy, fotografujemy. Za kilka dni czeka nas jeszcze jeden lot – na położoną nieopodal Kubę. Jak tam będzie? Co uda nam się zobaczyć, przeżyć, utrwalić na zdjęciach? To się dopiero okaże. Opowiemy o tym po powrocie, na razie wciąż trwa nasz spełniony amerykański sen. ■





Małopolska Noc Naukowców

29 września 2017

Młodzieżowe Obserwatorium Astronomiczne w Niepołomicach

PROGRAM MAŁOPOLSKIEJ NOCY NAUKOWCÓW W MOA W NIEPOŁOMICACH

18.00 Rozpoczęcie Małopolskiej Nocy Naukowców 2017 w Niepołomicach, Monika Maślaniec nauczyciel MOA – koordynator MNN w Niepołomicach

Warsztaty

MULTIMEDIALNE – Wszyscy mamy aparaty fotograficzne, ale czy umiemy z nich korzystać.

Pracownia komputerowa MOA – Tymon Kretschmer
Godzina: 20.00, 20.30, 21.00, 21.30

FIZYKA – Lewitujący fizyk

Domek nr 1 MOA – Łukasz Maślaniec, uczniowie MOA
Godzina: 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30

ASTRONOMIA dla najmłodszych – Spektroskop

Domek nr 2 MOA – Justyna Put, uczniowie MOA
Godzina: 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30

CHEMIA – Flesz

Domek nr 3 MOA – dr Gabriela Osiecka, uczniowie ZS
Godzina: 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30

BIOLOGIA – Modele biologiczne

Domek nr 4 MOA – Ewa Fijał, uczniowie ZS
Godzina: 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30

FIZYKA dla najmłodszych – Eksperyment a obserwacja

Domek nr 5 MOA – Tomasz Paliński, uczniowie Gimnazjum w Niepołomicach
Godzina: 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30

CHEMIA – Kłęby dymu

Pawilon MOA – dr hab. Witold Piskorz, dr inż. Paulina Indyka, studenci UJ w Krakowie
Godzina: 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30

Prezentacje

Sala wykładowa MOA

- 18.15 – **Tu mi ciepło, tu mi wygodnie, czyli jak patrzeć na Wszechświat z własnego pokoju** – Tymon Kretschmer
- 19.30 – **Komputerowe laboratorium** – Janusz Nicewicz

– 20.30 – **Radioteleskop** – Sebastian Kurowski

– 21.30 – **Budowa anten nadawczo-odbiorczych** – Mariusz Cieluch SPgHSQ

Planetarium

Godziny 19.00, 19.30 – **Pieski na niebie** – dla najmłodszych

Godzina 20.00 – **Lisek chytrusek**

Godzina 21.00 – **Taurus**

Godziny 22.00, 22.30 – **A jednak się nie kręci?**

Dodatkowe atrakcje

Herbaciarnia naukowa 18.00–24.00

Namiot informacyjny MOA

Quiz 18.00–22.00

Sala wykładowa MOA – po zakończeniu każdej z prezentacji

Wystawa „Na krańcu świata” 18.00–24.00

Sala wykładowa MOA

Wystawa – Niepołomicki Klub Krótkofalowców 18.00–24.00

Namiot wystawienniczy przy MOA

Wystawa sprzętu klubowego oraz okolicznościowa stacja SPgMOA

Pokazy nieba 19.00–24.00

(uzależnione od warunków pogodowych!)

Teren MOA – KW MOA Niepołomice

Pokazy wahadła Foucaulta w Krakowie

Kościół św. Piotra i Pawła w Krakowie – dr Adam Michalec

Godzina: 19.00, 20.00, 21.00

Wszystkim przypominamy, iż Koordynatorem Małopolskiej Nocy Naukowców jest **Urząd Marszałkowski Województwa Małopolskiego (www.nocnaukowcow.malopolska.pl)**. ■

Zapraszamy!!!



Spojrzenie na wrześniowe niebo

Gdy wrzesień z pogodą zaczyna, zwykle przez miesiąc pogoda trzyma – to przysłowie budzi w nas nadzieję, iż po ciepłym, chwilami gorącym, ale i mokrym lecie, czekać nas będzie czas pięknej, stabilnej i prawdziwie jesiennej pogody.



DR ADAM MICHALEC

Młodzieżowe Obserwatorium Astronomiczne w Niepołomicach

Wrzesień, poza wydarzeniami historycznymi, związany jest z powrotem dzieci i młodzieży do zapowiadanych jeszcze końcem czerwca, nowo zreformowanych szkół, na niebie zaś to okres równowagi między długością dnia i nocy. Te ostatnie są już coraz dłuższe i często bezchmurne, co sprzyja obserwacjom astronomicznym. Wiele ciekawych zjawisk będziemy mogli zaobserwować na wrześniowym niebie. Postaramy się w tym celu koniecznie wykorzystać, z dala od miejskich świateł, jakiś wolny wieczór lub wczesny ranek, aby chociaż przez chwilę spojrzeć w rozgwieżdżone niebo i podziwiać nawet gołym okiem Drogę Mleczną, czyli naszą **Galaktykę**. Korzystaliśmy, o ile to było tylko możliwe, z uroków tegorocznego lata, a tymczasem – ani nie spostrzegaliśmy się – kiedy **Słońce** w swej wędrówce po *Ekliptyce* systematycznie podążało ku równikowi niebieskiemu, przez co jego deklinacja – czyli wysokość nad równikiem – malała, a w związku z tym dni stawały się nieubłagane coraz to krótsze. Wieczorem 22 września o godz. 22.02 **Słońce** znajdzie się na równiku niebieskim w punkcie *Wagi*, potem przejdzie z półkuli północnej nieba na południową i tym samym rozpocznie się astronomiczna jesień. Niezależnie od tego faktu w Niepołomicach w dniu 1 września **Słońce** wschodzi o godz. 5.55, a zachodzi o godz. 19.23, natomiast 30 września wschodzi o godz. 6.39, a zachodzi o 18.20, zatem w ciągu tego miesiąca ubędzie nam dnia w Małopolsce aż o 107 minut! Skutkiem istnienia zjawiska refrakcji w atmosferze ziemskiej – wszystkie obiekty na niebie widzimy wyżej, niż są one w rzeczywistości – faktyczne

zrównanie długości dnia z nocą będzie dopiero 25 września. Ponadto w piątek 29 września planowana jest *Małopolska Noc Naukowców* – będą m.in.: drzwi otwarte w MOA w Niepołomicach, OA UJ na Bielanach czy pokazy uruchomienia wahadła Foucaulta ilustrujące rotację Ziemi, w polskim *Panteonie*, czyli w kościele św. św. Piotra i Pawła, przy ul. Grodzkiej w Krakowie (początki prelekcji o godz. 19, 20 i 21). Oby tylko dopisały nam wtedy humory, a przede wszystkim pogoda obserwacyjna.

Jeśli chodzi o stan aktywności magnetycznej naszej gwiazdy, to w tym miesiącu, podobnie jak to było w sierpniu, możemy się spodziewać małej ilości plam, pochodni czy protuberancji. Mogą się jednak zdarzyć rozbłyski rentgenowskie i wyrzuty plazmy ze **Słońca** w przestrzeni międzyplanetarnej, szczególnie w połowie września, które mogą manifestować się u nas w postaci zorzy polarnej. Ciemne, bezksiężycowe noce, dogodne do obserwacji astronomicznych, wystąpią na przełomie drugiej i trzeciej dekady września, **Księżyc** rozpocznie bowiem ten miesiąc po pierwszej kwadrze, podążając do pełni, która przypadnie 6 IX o godz. 9.03, ostatnia kwadra będzie 13 IX o godz. 08.25, now 20 IX o godz. 7.30 i pierwsza kwadra 28 IX o godz. 4.54. **Księżyc** znajdzie się w perygeum (najbliżej **Ziemi**) 13 IX o godz. 18, a w apogeum (najdalej od nas) będzie **Srebrny Glob** 27 IX o godz. 9. Natomiast na dwa dni przed nowiem, 18 września, **Księżyc** zakryje w kolejności: **Wenus**, **Marsa** i **Merkurego** oraz *Regulusa*, najjaśniejszą gwiazdę w konstelacji *Lwa*. U nas, nad ranem 18 IX, widoczne będą tylko ich zbliżenia na niebie.

Jeśli chodzi o planety, to **Merkurego**

możemy obserwować bardzo nisko nad horyzontem porannego nieba od 4 do 28 IX, wcześniej i potem kryje się on w promieniach **Słońca**. Najlepsze warunki do jego obserwacji będą w połowie września, 12 IX będzie bowiem kątowno najdalej od **Słońca** (18 stopni elongacja zachodnia). **Wenus**, jako *Jutrzenka*, króluje nisko na wschodnim niebie, poprzedzając o godzinę wschód **Słońca**, a z upływem dni będzie dostępna coraz niżej nad horyzontem. Czerwonego **Marsa** też będzie można obserwować na porannym niebie, ale znajdziemy go dopiero od drugiej dekady w gwiazdozbiórze *Lwa*. **Jowisz** gości w gwiazdozbiórze *Panny*, a dostrzeżemy go nisko nad zachodnim horyzontem. Ponadto 5 września zbliży się do najjaśniejszej gwiazdy w tym gwiazdozbiórze – *Spiki*. Natomiast **Saturn**, przystrojony w pierścienie, świeci na tle gwiazdozbioru *Wężownika*, a dostrzeżemy go przez cały miesiąc na wieczornym niebie, aż do północy. 27 IX do planety zbliży się na odległość 3 stopni **Księżyc**, będący w pierwszej kwadrze. **Uran** będzie widoczny prawie przez całą noc w gwiazdozbiórze *Ryby*, 19 X będzie bowiem w opozycji do **Słońca**. Natomiast w gwiazdozbiórze *Wodnika* przez całą noc można obserwować **Neptuna**, który 5 IX będzie w opozycji, ale do jego obserwacji trzeba się już posłużyć chociażby małą lunetką. Aby obserwować **Księżyc** i jego zbliżenia do planet, najłatwiej będzie skorzystać z lunet Młodzieżowego Obserwatorium Astronomicznego w Niepołomicach, mieszczącego się przy ul. Mikołaja Kopernika 2 (tel. 12 281 15 61) – szczególnie polecam *Małopolską Astronomiczną Noc* 29 września. ■

Łączność radiowa z ISS



MICHAŁ MATUSIK SQ9ZAY

prezes Niepołomickiego Klubu krótkofalowców SP9MOA

W poprzednim artykule pisałem, jak można podsłuchać Międzynarodową Stację Kosmiczną. Teraz odpowiem na pytanie, czy da się nawiązać łączność z załogą.

Przywilej radioamatorów

Oczywiście, że można nawiązać łączność z kosmonautami, lecz nie jest to już takie proste, jak ich słuchanie. Najważniejszą rzeczą, jakiej potrzebujemy, by móc w ogóle nadawać, to pozwolenie radiowe. Bez niego nie możemy pracować na pasmach amatorskich. Kolejną rzeczą jest odpowiednia radiostacja oraz antena. Ostatnim, czego potrzebujemy, to odrobina szczęścia, by w momencie zawołania stacji któryś z astronautów był właśnie przy radiu. Ale zacznijmy od początku.

Na stacji znajduje się sprzęt radiowy na potrzeby krótkofalarstwa zainstalowany w ramach programu ARISS (o tym za chwilę). Ma ona także przydzielone własne znaki wywoławcze: amerykański NA1SS, rosyjski RSoISS oraz europejskie: DPoISS, OR4ISS, IRoISS. Wśród załogi stacji często zdarzają się krótkofalowcy (obecnie jest to Włoch Paolo Nespoli IZØJPA), co ułatwia sprawę, gdyż szanse na łączność są dużo większe. Korespondencję możemy prowadzić na oficjalnej częstotliwości 145.800 MHz i potrzebujemy do tego już dobrej anteny zewnętrznej oraz radiostacji UKF. Przyda się również umiejętność prowadzenia kosmicznej korespondencji, która różni się od tej realizowanej na lądzie. Jest to spowodowane tzw. Zjawiskiem Dopplera, polegającym na powstawaniu różnicy częstotliwości wysyłanej przez źródło fali oraz rejestrowanej przez obserwatora, który zmienia położenie względem nadajnika. W uproszczeniu, z powodu poruszania się stacji z prędkością ponad 27 tys. km/h częstotliwość nadawania i odbioru musi być nieustannie korygowana, aby nasza korespondencja czytelnie dotarła na ISS. Wymaga to dużej cierpliwości i wytrwałości, a ogromne emocje mamy gwarantowane. Za przeprowadzoną łączność z Międzynarodową Stacją Kosmiczną można otrzymać pamiątkową kartę QSL potwierdzającą nawiązanie kontaktu.

No dobrze, ale czy zwykły śmiertelnik niebędący radioamatorem też ma szansę porozmawiać z astronautami?

Program ARISS

Jest to możliwe w ramach międzynarodowego programu edukacyjnego ARISS (Amateur Radio on the International Space Station). Szkoła przy wsparciu lokalnego Klubu Krótkofalowców może nawiązać bezpośrednią łączność radiową z Międzynarodową Stacją Kosmiczną, a uczniowie mają wtedy możliwość zadania kilkunastu pytań kosmonaucie przebywającemu na stacji. Jest to olbrzymie przedsięwzięcie, którego przygotowanie trwa około roku. Jednostka edukacyjna wraz z Klubem Krótkofalowców zgłasza wniosek o przeprowadzenie takiej łączności do koordynatora ARISS, który po zaakceptowaniu go przydziela termin kontaktu. Aby łączność się powiodła, nie wystarczy nam już małe radio i zwykła antena zewnętrzna. Należy zastosować o wiele bardziej skomplikowany system, czyli radio dużej mocy, przedwzmacniacz antenowy oraz najważniejszy element, jakim jest antena kierunkowa sterowana przez komputer, która będzie śledzić przelatującą stację. Tak zestaw pozwala z dużym prawdopodobieństwem (zawsze może coś nie zadziałać) na przeprowadzenie łączności z kosmonautą na stacji, który przez kilka minut odpowiada na zadawane mu pytania. Jedną z takich łączności można zobaczyć pod adresem: <https://www.youtube.com/watch?v=zZomOqmoRZE>

Niepołomicki Klub Krótkofalowców wraz z Młodzieżowym Obserwatorium Astronomicznym, chcąc przystąpić do tego projektu, rozpoczął montaż anten kierunkowych przy budynku Planetarium MOA. Pozostaje już tylko zdobyć potrzebne urządzenia oraz uzyskać termin łączności, by móc na poważnie rozpocząć przygodę z ISS.

Wszystkich zainteresowanych kosmicznymi łącznościami zapraszamy w każdy czwartek o godzinie 18.00 do Planetarium MOA.

73! ■



BEZPIECZNIE DO SZKOŁY

IRENA KARCZ

dyrektor SP w Niepołomicach-Podgrabiu

Nowory rok szkolny to nowe wyzwania, nie tylko w zakresie edukacji, ale także wychowania. W Szkole Podstawowej nr 3 w Niepołomicach-Podgrabiu szczególnym jego aspektem jest przygotowanie uczniów do świadomego i bezpiecznego poruszania się dzieci po drogach.

Po wakacjach dzieci wracają rozbawione, przyzwyczajone do większej swobody. Dlatego już od pierwszych dni września jednym z głównych działań, jakie podejmujemy, jest przypomnienie i utrwalenie zasad bezpieczeństwa na drodze. Działania wychowawców skierowane są na takie przygotowanie uczniów do

świadomego uczestnictwa w ruchu drogowym, by zminimalizować ryzyko wypadków. Przypominamy dzieciom przepisy ruchu drogowego zarówno na lekcjach wychowawczych, jak i zajęciach w plenerze, gdzie na przejściu dla pieszych, szczególnie najmłodszy wraz z panią przeprowadzającą ćwiczą bezpieczne przechodzenie przez jezdnię. Jak co roku również uczestniczymy w akcji Odblaskowa Szkoła.

W tym roku szkolnym planujemy podjąć wiele działań, w których dzieci nie tylko wystąpią w roli uczniów, ale i nauczycieli wobec dorosłych. Bo przecież przykład nie zawsze musi iść z góry...

ROK Z MEGA MISJĄ

JOLANTA TUREK

koordynator projektu MegaMisja

Dzieci z klas 1-3 Szkoły Podstawowej nr 3 w Niepołomicach-Podgrabiu, uczęszczające na zajęcia świetlicowe realizowały przez cały rok szkolny 2016/17 program MegaMisja, przygotowany przez Fundację Orange. Przebieg zadań w programie MegaMisja oparty został na sfabularyzowanej historii. Dzieci przeniosły się do Cyfrowego Laboratorium, gdzie czekały na nie pełne przygód misje. Razem z animowanymi bohaterami: bliźniakami Julką i Kubą uczyły się poruszać w wirtualnym świecie (zdobywając kompetencje cyfrowe), by chronić laboratorium przed niesfornym Psotnikiem.

Zdobywanie kompetencji cyfrowych, komunikacyjnych i medialnych odbywało się podczas wykonywania MegaMisyjnych zadań, za wykonanie których uczniowie zdobywali punkty w grywalizacji oraz nagrody rzeczowe dla świetlicy. Dzieci poznały zasady bezpiecznego korzystania z internetu i informacji online, podstawy komunikacji i netykiety, aspekty ochrony prywatności i prawa w mediach, wskazówki dotyczące tworzenia własnych dzieł w sieci, pomysły na kreatywne korzystanie z nowych technologii.

Każdy uczestnik programu otrzymał osobiste album MegaMisji, w którym po zakończeniu

realizacji zadań z poszczególnych działów wklejał naklejkę z Psotnikiem. Prace uczniów wykonane na zajęciach były prezentowane na gazetce, a po każdym wykonanym zadaniu nauczyciel zdawał relację z przebiegu zajęć, umieszczaną na platformie internetowej programu. Dzieci bardzo chętnie i z zaangażowaniem brały udział w zajęciach, świetnie się przy tym bawiąc. Dzięki temu rozwijały umiejętności pracy zespołowej. Wspólne wykonywanie wyzwań edukacyjnych i osiąganie celów zaowocowało również doposażeniem świetlicy w materiały edukacyjne. W programie zdobyliśmy następujące nagrody: kreatywne zestawy plastyczne, tablety, zestawy książek i gier edukacyjnych, audiobooki.

Podsumowanie programu pod hasłem: *Urodziny Psotnika* odbyło się podczas Święta Świetlicy, na którym uczniowie uczęszczający na zajęcia MegaMisji otrzymali pamiątkowe dyplomy. To jeszcze nie koniec spotkań z MegaMisją. Dzieci zawsze z niecierpliwością czekały na kolejne zajęcia, dlatego w nowym roku szkolnym podejmujemy realizację zadania dodatkowego dotyczącego programowania, włączając się równocześnie w akcję Odblaskowa Szkoła, aby dzieci były bezpieczne nie tylko w sieci, ale także jako uczestnicy ruchu drogowego.

RODZICE DZIELĄ SIĘ SWOIMI PASJAMI

MONIKA KAPUSTKA

nauczyciel edukacji przedszkolnej z Samorządowego Przedszkola w Zabierzowie Bocheńskim

Już po raz kolejny mogliśmy gościć w naszym Przedszkolu w Zabierzowie Bocheńskim Jadwigę Pitek, właścicielkę sklepu Ziółowo w Niepołomicach. Tym razem przybliżyła dzieciom pachnący i kolorowy świat mydełek.

Mydło i jego walory znane jest od starożytności, z początku służyło głównie do prania. Obecnie towarzyszy nam od pierwszych chwil naszego życia. Jest najczęściej używanym kosmetykiem do ciała. Jednak mało kto wie, jak powstaje. Grupa Krasnoludków miała okazję doświadczyć tego procesu na własnej skórze. Zachwyciły kolory i zapachy. Po rozpuszczeniu bazy mydlanej glicerynowej, dzieci wyposażone w plastikowe miseczki i łyżeczki zabrały się do pracy. Każdy sam mógł wybrać swój ulubiony kolor (barwnik) i zapach olejku eterycznego. Najwięcej emocji budziły kształty foremek, które później przybierało gotowe mydło. Po wymieszaniu

bazy glicerynowej z barwnikami, olejkami dzieci dodawały również suszone kwiaty (lawendy, róży, płatki nagietka oraz trawę cytrynową). Wszystko przelewały do foremek silikonowych i z niecierpliwością obserwowały, jak przygotowana konsystencja tężeje. Po kilkunastu minutach gotowe mydełka można było wyjąć z foremek i podpisać, aby żadne mydełko nie pomyliło właściciela. W ten sposób powstały piękne prezenty dla rodziców, które zostały im wręczone zaraz po uroczystym przedstawieniu z okazji Dnia Mamy i Taty.

Serdecznie dziękujemy Jadwidze Pitek za zaangażowanie i pomoc w przygotowaniu pięknych prezentów.

Z WIZYTĄ U RÓWIEŚNIKÓW W NIEMCZECH

ANNA MARZEC, MAŁGORZATA JUSZCZYK

koordynatorki projektu, nauczyciele Gimnazjum w Niepołomicach

Wczerwcu odbył się kolejny projekt wymiany młodzieży szkolnej między niepołomickim gimnazjum a szkołą w Geilenkirchen. To niezwykła przygoda, która pozwala młodym osobom na sprawdzenie się w wielu życiowych sytuacjach, uczy odpowiedzialności, samodzielności, ale przede wszystkim daje szansę na komunikowanie się w języku obcym i rozwijanie swoich umiejętności językowych.

Przez 6 dni mieliśmy okazję na poznanie szkoły naszych partnerów, ich kultury oraz historii. Wizyta w pobliskim Aachen przeniosła nas na chwilę w czasy średniowiecznego panowania Franków i Karolingów, a spacer po Geilenkirchen i opowieść o patronce szkoły – Anicie Lichtenstein, przypomniły dramatyczny czas II wojny światowej. Zostaliśmy wyjątkowo ciepło przyjęci przez burmistrza, który

opowiadał o mieście i regionie, a także zaprosił nas na słodki poczęstunek. Niezwykle ekscytującą okazała się dzień w bazie NATO i spotkanie z żołnierzami. Większość z nas zapamięta na długo możliwość dokładnego poznania tajników samej bazy i nowoczesnych samolotów. Gościnność polskich żołnierzy i wyczerpujące odpowiedzi na liczne pytania uczniów na długo zostaną w naszej pamięci.

Szczególne wrażenie wywarły życzliwość i troska, z jaką traktowali nas uczniowie, ich rodzice oraz niemieccy nauczyciele. Za wszelką gościnność serdecznie dziękujemy i postaramy się odwzajemnić podczas nadchodzącej rewizyty. Mamy nadzieję, że pobyt w Geilenkirchen zaowocuje nie tylko większą motywacją do nauki języka niemieckiego, lecz prawdziwymi przyjaźniami i będzie jednym z najlepszych wspomnień z gimnazjalnych lat.

Pierwsze dni w przedszkolu

JAK WSPÓLNIE PRZETRWAĆ TEN TRUDNY OKRES

Początek września to trudny okres dla dziecka, które po raz pierwszy przekracza próg przedszkola. Aby ułatwić ten moment, należy wspólnie przygotować się do tego wydarzenia.



TERESA KUŚ

Nauczyciel Przedszkola Samorządowego w Woli Batorskiej

Zazwyczaj dzieci osiągają dojrzałość przedszkolną między 3. a 4. rokiem życia. Zależy to od indywidualnego rozwoju oraz osobistych doświadczeń zdobytych do tej pory. Okres adaptacji przebiega różnie – jedno dziecko po tygodniu ma już najgorsze za sobą, inne swój trudny czas zacznie dopiero po miesiącu (i to też jest normalne), gdy zrozumie, że pewien okres skończył się bezpowrotnie, a ono wolałoby, żeby było jak dawniej.

Dziecko dojrzało do pójścia do przedszkola, jeśli:

- Dobrze znosi nieobecność mamy (zostaje pod opieką innych członków rodziny lub znajomych osób),
- Z własnej inicjatywy oddala się od mamy, nie trzyma jej się kurczowo,
- Potrafi wykonać proste czynności samoobsługowe (zgłasza potrzeby fizjologiczne, potrafi zdjąć i podciągnąć majteczki, umie korzystać z papieru toaletowego, potrafi umyć ręce mydłem i wytrzeć w ręcznik, umie jeść samodzielnie – posługuje się łyżką i widelcem),
- W miarę samodzielnie ubiera się i rozbiera.

Podczas pierwszych dni w przedszkolu istotne jest, aby rodzice byli w miarę możliwości spokojni i zdecydowani – ich niepokój może udzielić się dziecku. Chodzenie do przedszkola powinno być traktowane jako zupełnie naturalna rzecz (podobnie mama czy tata chodzą do pracy). Rodzice powinni być konsekwentni w przyprowadzaniu dziecka, gdyż przerwanie rytmu chodzenia do przedszkola przedłuża tylko okres adaptacji. Z czasem zrozumie ono, że chodzenie do przedszkola jest bardzo przyjemnym „obowiązkiem”.

Pożegnanie z dzieckiem powinno odbywać się bez pośpiechu, ale stanowczo, bez zbytniego odwlekania momentu rozstania. Z obserwacji wiemy, że choć dziecko płacze i nie chce rozstać się z mamą, to kiedy zostanie samo, bardzo szybko zaczyna się bawić z rówieśnikami i nie pamięta o porannych łzach. Ulubiona zabawka przyniesiona z domu na pewno pomoże dziecku przetrwać chwile bez mamy i stworzy poczucie bezpieczeństwa. Dziecko powinno być wygodnie ubrane – na „cebulkę” – najlepsze są spodnie dresowe czy getry, które pozwolą na swobodne ruchy. Dobrze, by dziecko wiedziało, kiedy i kto po nie przyjdzie, że na pewno zostanie odebrane, że w przedszkolu nikt nie zostaje do nocy. Rodzice powinni chwalić dziecko za jego dzielność i umiejętność radzenia sobie w nowej sytuacji. Jeśli dziecko będzie płakało, trzeba mu powiedzieć, że wszyscy ludzie denerwują się i boją trochę, gdy robią coś po raz pierwszy, ale po kilku dniach czują się pewniej – i tak samo będzie z nim.

W rozmowach z dzieckiem na temat przedszkola należy podkreślać jego dobre strony. Dziecko z pewnością będzie się żaliło, ale trzeba podtrzymywać je na duchu. Przedszkolak powinien wiedzieć, że w trudnych sytuacjach może zaufać swojej pani tak samo, jak mamie. Warto zapytać wychowawcę, jak minął dziecku dzień – czy dobrze się bawiło z rówieśnikami, czy wystąpiły problemy wychowawcze, czy zjadło posiłek, jak sobie radzi podczas zajęć. Należy pamiętać, że opinie i uwagi nauczycielek (szczególnie te trudne do zaakceptowania przez rodziców) wynikają z troski o dobro dziecka. Przedszkole jest bowiem partnerem

rodziców we właściwym kształtowaniu osobowości ich pociech.

Czego rodzice nie powinni robić:

- Nie należy straszyć dziecka przedszkolem (poczekaj, już pani w przedszkolu nauczy cię porządku),
- Posyłać do przedszkola dziecka, które nigdy dotąd nie zostawało bez mamy – taki początek z góry skazany jest na niepowodzenie,
- Po pożegnaniu zaglądać do sali, by sprawdzić, czy dziecko się bawi (jeśli maluch to zauważy, to resztę dnia z pewnością spędzi przy drzwiach, bo skoro mama zajrzała raz, to może jeszcze raz zajrzy),
- Nie należy się poddawać. Jeśli rodzice wzruszeni łzami lub zdenerwowani tupaniem swej latorośli zdecydują się zostawić dziecko „jeszcze tylko dziś” w domu, jest to sygnał dla małego inteligenta, aby jeszcze bardziej demonstrować swoje niezadowolenie. Zwykle jest tak, że jedno ustępstwo rodzica sprawia, że wcześniej czy później dziecko postawi na swoim i zostanie w domu dłużej.

Należy pamiętać, że jeśli nawet przedszkole, do którego dziecko będzie uczęszczać, jest idealne i dziecko będzie dobrze przygotowane, to i tak ma ono prawo wyrażać swoje niezadowolenie i sprzeciw – w końcu w jego życiu zaszła radykalna zmiana i potrzeba czasu, aby ją zaakceptowało. Jeśli przetrwa pierwszy miesiąc – dalej będzie już łatwiej. Pobyt w przedszkolu jest tylko jednym z wielu etapów w życiu dziecka. Przy niewielu staraniach można sprawić, by był on wspominany jako jeden z najradośniejszych okresów jego życia. ■

Strażacy z pomocą na Pomorzu

PAWEŁ DĄBROŚ

naczelnik OSP Niepołomice

Dwunastu strażaków ochotników z OSP Niepołomice, OSP Staniątki, OSP Podłęże oraz OSP Wola Batorska brało udział w działaniach związanych z pomocą w usunięciu skutków nawałnicy, jaka 11 sierpnia przeszła przez województwo kujawsko-pomorskie.

W piątek 18 sierpnia w godzinach przedpołudniowych grupa strażaków z Niepołomic wraz z komendantem gminnym Leszkiem Łachem wpadła na pomysł zorganizowania wyjazdu na pomoc mieszkańcom Pomorza. Zadzwonili do najbardziej poszkodowanych powiatów i zorientowali się, gdzie ich działania będą potrzebne. Przedstawili swój pomysł i plan kolegom. Na odzew stra-

żaków nie trzeba było długo czekać i w ciągu kilku godzin zgłosili się ochotnicy, zorganizowali sprzęt, wolne w pracy i wyruszyli do miejscowości Wałdówko, gdzie mieszkańcy zostali poszkodowani przez gwałtowne burze.

Strażacy zabrali ze sobą niezbędny ekwipunek osobisty na kilka dni oraz specjalistyczny sprzęt między innymi: piły do drzewa i betonu, agregaty prądotwórcze, namiot pneumatyczny oraz wiele innych urządzeń niezbędnych do usuwania skutków nawałnicy.

W sobotę o godzinie 6.00 zameldowali się już na miejscu i od razu zostali skierowani przez lokalne władze w konkretne miejsca. Pracy było bardzo dużo, dlatego podzieleni zostali na dwie grupy, z czego jedna przez kilka kolejnych dni udrażniała drogi z powalonych drzew, a druga pomagała mieszkańcom w za-

bezpieczeniu oraz rozbiórkach zagrożonych konstrukcji dachów. Dodać trzeba, że w tej miejscowości, żadne gospodarstwo domowe nie pozostało nienaruszone. Niektóre budynki – szczególnie gospodarcze – zostały zrównane z ziemią. Strażacy pracowali od świtu do późnych godzin wieczornych. Łącznie pomoc została udzielona około dziesięciu gospodarstwom oraz udrożniono około dwóch kilometrów dróg. Strażacy z naszej gminy pracowali na Pomorzu przez 5 dni, poświęcając swój prywatny czas.

Przy okazji chcielibyśmy podziękować restauracji Joanna, sklepowi Spar (przy ul. Grunwaldzkiej) oraz GS Niepołomice za zorganizowanie wyżywienia dla strażaków biorących udział w akcji.

Informacje z Pomorza oraz bieżące akcje strażaków można śledzić na Facebooku OSP Niepołomice. ■



Foto: Piotr Baran

Patryk kontra mukowiscydoza

PAWEŁ DĄBROŚ

naczelnik OSP Niepołomice

Przez tydzień strażacy z jednostki OSP Niepołomice gościli w swojej remizie 17-letniego Patryka chorego na mukowiscydozę.

Pomysł na zorganizowanie wypoczynku wziął się z inicjatywy Anny Fudalik – mieszkanki Woli Batorskiej oraz Grzegorza Dziadkowca strażaka z Niepołomic. Patryk oraz jego rodzina mieszkają w Kałuszynie – niewielkiej miejscowości koło Warszawy. Od kilku lat rodzina prowadzi akcję mającą na celu pomoc Patrykowi w zebraniu środków na leczenie. W tym roku na wakacje zaprosiliśmy Patryka do Niepołomic i zaproszenie zo-

stało przyjęte. Przyjechał do nas z mamą i dwójką rodzeństwa.

Na tygodniową przygodę przygotowane zostało dla niego wiele atrakcji, między innymi zwiedzanie zamku królewskiego, kościoła parafialnego czy komisariatu policji, ale też wizyta w obserwatorium astronomicznym, klubie krótkofalowców, nadleśnictwie wraz z odwiedzeniem żubrowiska. Patryk odbył także trening z pierwszoligową drużyną MKS Puszcza. Na zakończenie wypoczynku odbyło się również zwiedzanie Kopalni Soli w Bochni. Patryk z rodziną zakwaterowani byli w remizie strażackiej, gdzie mogli na bieżąco podglądać pracę strażaka ochotnika, udało się również popływać strażacką łódką po akwenie wodnym w Woli Batorskiej.

Pobyt nie mógłby się odbyć bez licznych sponsorów, którym organizatorzy chcieliby bardzo podziękować, a są to przede wszystkim: Fundacja Zamek Niepołomice z prezes Barbarą Ptak na czele, Łukasz Wdaniec z restauracji Via Farina w Hotelu Niepołomice, Restauracja Jakubowe Smaki w Niepołomicach, Restauracja Tomson, Restauracja Burger Chata, Stadnina koni w Niepołomicach, Kopalnia Soli Bochnia, Agnieszka Maj z synem, Monika Bielecka, Taxi Niepołomice Marek Marcinczyk, Daria Adamik z Lukanet, Piotr Iwulski – Krusz Bud, Nadleśnictwo Niepołomice, Komendant Policji – Tomasz Joniec. Dziękujemy też wszystkim strażakom z Niepołomic i Zambierzowa Bocheńskiego, którzy zaangażowali się w akcję. ■



2079 książek

6 sierpnia w Niepołomicach odbyła się 10. Wielka Wymiana Książek. Na ten dzień czekali z niecierpliwością wszyscy „poszukiwacze i tropiciele” książkowych okazji.

BARBARA WYCZESANA
MARTA PIOTROWSKA
Biblioteka Publiczna w Niepołomicach

Akcja wymiany zgromadziła tłumy czytelników – pasjonatów literatury oraz gości i turystów zwiedzających nasze miasto. To niecodzienne spotkanie „książkomaniaków” było pretekstem do uporządkowania prywatnych bibliotek, okazją do literackich „polowań”, do ciekawych rozmów o książkach, które warto przeczytać oraz do poznania innych wielbicieli czytania.

Wymianie książek towarzyszyło również wiele atrakcji adresowanych do najmłodszych bywalców tej niecodziennej imprezy. I tak w zaimprovizowanej pracowni malarskiej dzieci miały okazję poszaleć z farbami i pędzlami, wyczarowując wspa-

niałe obrazy przedstawiające najczęściej piękno przyrody i ulubione czworonogi. Mali wielbiciele warsztatów manualnych mogli natomiast popisać się zręcznością swoich rąk, ozdabiając szare papierowe torebki niezwykle barwnymi wizerunkami sówek. Do tych efektownych potem torebek z radością wkładali wyszukane na stołach ulubione książeczki.

Dla miłośników Klocków Lego Centrum Kreatywności Bricks 4 Kidz przygotowało wiele atrakcji. Młodzi legomaniacy mogli budować różne modele z klocków Lego (w oparciu o gotowe instrukcje). Następnie samodzielnie wprawiali je w ruch. Dla kreatywnych przygotowano górę klocków, z których mogli wyczarować budowle według własnych pomysłów. Wytrwali wzięli udział w konkursie na najwyższą klockową budowlę.

Na zakończenie zabrano uczestników w podróż do magicznej krainy teatru i literatury jednocześnie. Było to możliwe dzięki teatrykowi obrazkowemu Kamishibai, który łączy czytanie z prezentowaniem ilustracji. Zabawa była przednia, bowiem zaprezentowane w teatryku 3 opowieści (Groszki, Mój przyjaciel Kemushi, Rower Walentynki) nie tylko zainteresowały młodych widzów swoją treścią, ale też angażowały ich do aktywnego udziału w spektaklach.

Sama wymiana książek zakończyła się sukcesem. Nowych właścicieli znalazło aż 2079 książek! To dotychczasowy rekord!

Cieszymy się, że tak wiele osób przychodzi, wymienia, oddaje przeczytane książki i dzięki temu mogą one nadal krążyć po niepołomiczym „książkobiegu”. ■



Kalendarium na wrzesień:

8 września godz. 18.00 – Wieczór z planszówkami – spotkanie przy grach planszowych. (Biblioteka Publiczna w Niepołomicach)

19 września godz. 17.30 – Klub Czytel-nika (Biblioteka Publiczna w Niepołomicach)

20 września godz. 18.00 – spotkanie Klubu poszukiwaczy historii Niepołomic – *Mój Sybir* – wspomnienia Wojciecha i Stanisława Lasków (Biblioteka Publiczna w Niepołomicach - LAS OpenSpace)

20 września godz. 16.00 (grupa wieko-

wa 5–6 lat) – zajęcia edukacyjno-literackie: Podróże w dziecięcy świat (Biblioteka Publiczna w Niepołomicach)

27 września godz. 16.00 (grupa wiekowa 7–9 lat) – zajęcia edukacyjno-literackie: Podróże w dziecięcy świat (Biblioteka Publiczna w Niepołomicach)

Książka i życie

W bibliotece niepołomickiej powstaje nowy klub dyskusyjny: miejsce rozmów o życiu i literaturze.

AGATA OKOŃSKA

prowadząca klub dyskusyjny w Bibliotece Publicznej w Niepołomicach

Codziennie tyle do zrobienia: praca, dziecko, gotowanie, dziecko, lekarz, dom ogarnąć i znów dziecko. A jeszcze rachunki, przelewy, śmieci, ogród, samochód do przeglądu, zakupy. Kiedy mielibyśmy sięgnąć po książkę? Jak jesteśmy tacy zmęczeni, tacy zabiegani, to już się nam nie chce czytać.

A jednak: odkryłam ostatnio, że mogę czytać zawsze. Że ten świat, który nakłada na mnie presję, potrafi też zwalniać i zwalniać mnie z obowiązków, jeśli tylko mu na to pozwoli. Jeśli nie nakręcę go

jak drażniącej pozytywki, ciągle gapiąc się w telewizor albo wchodząc na Facebooka, na Twittera, na Messengera, na cokolwiek. Portale społecznościowe nie sprzyjają zwalnieniu, wolnemu czasowi, wolnej głowie. Książka sprzyja. Dlatego, jak dziecko zaśnie, pranie puszczę, zupę wstawię, mam tę chwilę, że siadam z westchnieniem ulgi i już, już sięgam po telefon, już, już znów nakręcę sprężynkę, uśmiecę się do siebie szeroko i wyciągam rękę ciut dalej, omijając mały przenośny aparacik. A tam baśnie albo wiersze, albo opowieści o dalekich krajach, albo historie czyjegoś życia. Czego dusza potrzebuje.

Wcale się nie męczę, czytając, oj wcale. Czasem płaczę, to fakt. Czasem czytam o sprawach trudnych i smutnych, nie po to jednak, by potrząsać sobą, by zapewnić sobie jeszcze jedną jazdę w tym światowym lunaparku złych zdarzeń. Szukam książek, które oczyszczają mnie i świat. Nie wymagam też od siebie nadrabiania

listy lektur, zadowalania wyimaginowanych profesorów i krytyków. Czytam to, co lubię i co mi służy. Czytam, bo to jest jak wyglądanie przez okno z wieży na szklanej górze albo z pociągu w krainie duchów do stacji, na której nikt nie wysiada, albo z tej strony mojego domu, z której nigdy okna nie było. Tyle można zobaczyć! Cuda i dziwy.

A jak już książkę przeczytam, mam potrzebę o niej rozmawiać, dzielić się swoim przeżyciem – wcale przecież nieoderwanym od życia, przeciwnie: nierozzerwalnie z nim związanym. Zapraszam w ostatni czwartek miesiąca do biblioteki w Niepołomicach – będziemy czytać i rozmawiać, będziemy też spotykać się z gośćmi: pisarkami i pisarzami, wydawcami, redaktorami i wszystkimi, którzy mogą powiedzieć nam coś ważnego i ciekawego.

O książkach, o życiu.

Więcej szczegółów na profilu Facebookowym: Książka i życie. ■

Książka, zabawa i słońce

W tym roku wakacje organizowane przez Bibliotekę Publiczną wystartowały 3 lipca. Przez dwa tygodnie zrealizowaliśmy tak różnorodne i dynamiczne zajęcia, że trudno było dzieciom pożegnać się z biblioteką!

ANETA KURAK

Galeria Książki dla Młodych

Oczywiście głównym celem naszej corocznej wakacyjnej akcji była promocja czytelnictwa. Dzieciaki, bawiąc się razem z nami, przede wszystkim miały kontakt z dobrą dziecięcą literaturą. Wsłuchując się we fragmenty wybranych powieści fantastycznych, reportażu Martyny Wojciechowskiej i Neli – Małej Reporterki, czy w wiersze Danuty Wawilow, uczestnicy namacalnie poznali magiczną moc książki, dzięki której rozbudzili swoją kreatywność i wyobraź-

nię. Śladem po wspólnych spotkaniach literackich były m. in. oryginalne chińskie smoki, małe akwaria czy „rupaki”. Oprócz „dni z książką” bibliotekarki Galerii Książki dla Młodych przygotowały zajęcia, w których uczestnicy mogli dać upust swojej energii. Różnorodne konkursy i zabawy ruchowe były okazją pochwalenia się przez dzieciaki swoimi talentami i predyspozycjami. Ale i tak największym hitem okazały się warsztaty kulinarne. Nasi wczasowicze nie mogli się nacieszyć z samodzielnego kucharzenia. Zapał do pracy i chęć tworzenia dały smakowite efekty. Na stole wylądowały przepyszne desery owocowe, śmietanowe i nawet zupa brokułowa z grzankami.

Ponadto nasza wakacyjna oferta została wzbogacona fachowymi warsztatami oraz imprezami towarzyszącymi. Zajęcia prowadzone przez Małgorzatę Klimę przybliżyły dzieciom rękodzieło i dały możliwość jego poznania. Pod czujnym okiem naszej trenerki uczestnicy warsztatów wykonali poduszki z wizerunkiem sowy, pudełeczka z łubu zdobione techniką decoupage oraz artystyczne pop-

-artowe plakaty. Z wielką radością został dwukrotnie przywitany krakowski teatrzyk Art-Re. Przedstawienia pt. *Wilki zając* i *Żółw i zając* miały charakter interaktywny, który widzowie uwielbiają. A niedaleka wycieczka do Izby Regionalnej przeniosła wczasowiczów w bardzo odległe czasy. Dzieci zapoznały się z eksponatami sztuki ludowej oraz rękodzieła artystycznego. Niecodzienną podróż wzbogaciła degustacja domowych, naturalnych drożdżowych rogalików oraz samodzielne wykonanie swojego wypieku. Finał bibliotecznych wakacji odbył się 14 lipca. Do tego czasu przybyło do nas łącznie 360 uczestników. Dzieciom trudno było się z nami rozstać. Jednak serca nam rosły, jak uczestnicy opuszczali mury naszej biblioteki pełni satysfakcji, radości i dumy, trzymając w rękach pamiątkowy dyplom. Kochane dzieci i rodzice, dziękujemy za zaufanie i wspólną zabawę. Na koniec nasuwa mi się jeszcze jeden wniosek powakacyjny. Podrzucamy dzieciom różne książki, nawet jeśli miałyby tylko „leżeć” niedaleko od nich. I wpuszczajmy pociechy do kuchni. Sukces i zabawa gwarantowane! ■

Artystycznie w LAS

MAGDALENA PORĄBKA
LAS OpenSpace

WLaboratorium Aktywności Społecznej wiele będzie się działo w nowym roku szkolnym.

Dzieciom i młodzieży proponujemy kreatywne spędzanie wolnego czasu na zajęciach **Art Natura** o charakterze edukacyjnym. Prowadzący Michał Molicki przybliży młodym obserwatorom świat przyrody, pokaże niezwykle zwierzęta i rośliny (od pradziejów do współczesności). Na spotkaniach będzie można zobaczyć eksponaty i repliki. Zanurzymy się w głąb oceanu, poznamy puszcę Amazonii, przeniesiemy się w czasie, aby zobaczyć, jak żyły organizmy kilkadziesiąt milionów lat temu. W programie zajęć będziemy realizować plastyczną część spotkań. Stworzymy figurki z masy, drewna i innych materiałów, będziemy malować zwierzęta w ich naturalnym środowisku. Poznamy techniki malowania futra, piór, oczu, kory drzew. Jeśli kochasz świat zwierząt, lubisz rysować, malować,

lepić – te zajęcia są dla Ciebie. Michał Molicki – ornitolog, zapalony obserwator przyrody, kocha ptaki i dinozaury. Każdą wolną chwilę spędza w terenie. W LAS gości już po raz kolejny, odsłaniając przed nami swoje talenty, dzieli się wiedzą z najmłodszymi. W programie; świat oceanów, prehistoria, życie lasu, pustynie, zwierzęta świata, a także tropy zwierząt. Zapraszamy dzieci od 7 lat. Więcej informacji udzieli sam prowadzący na pierwszym spotkaniu 11 września o godz. 17.30.

Już drugi rok skorzysta z powierzchni OpenSpace **Szkoła Rysunku Żalubowski**. Zajęcia adresowane do dzieci w wieku do 12 lat pozwalają doskonalić technikę rysunku, rozwijają wyobraźnię i kreatywność. Uczestnicy w trakcie zajęć poznają nie tylko warsztat rysunkowy z zagadnieniami perspektywy linearnej i malarskiej, proporcji, światłocienia i modelunku przestrzennego, ale też zdobywają wiadomości o sztuce, kulturze, przyrodzie oraz zjawiskach z otaczającego ich świata. Rysunek jest w tym wypadku narzędziem prowa-

dzących przez szczególne skupienie do badania i rozumienia świata. Zajęcia odbywają się w miłej atmosferze, na podstawie autorskiego zestawu zadań tworzonych przez doświadczony zespół. Szkoła Rysunku Żalubowski działa od 2002 roku. Obecnie, wliczając niepołomicką, posiada cztery filie. W tym czasie uczęszczało na jej zajęcia wielu dzisiaj już absolwentów, studentów i uczniów szkół średnich oraz uczelni artystycznych i politechnicznych w całym kraju. Zajęcia rysunku to szansa przygotowania się do wykonywania zawodu na rynku mediów i w dyscyplinach projektowych, ale także możliwość samorealizacji w bardzo twórczy i ciekawy sposób. Startujemy już 4 września, młodsze dzieci zapraszamy od 16.00 do 18.00, starsze od 18.00 do 20.00.

A to dopiero początek, po informacje o innych zajęciach i warsztatach w LAS OpenSpace przy ul. Bocheńskiej 26 zapraszamy na nasz profil facebookowy oraz na naszą nową stronę internetową www.lasopenspace.pl. ■

Nasz LAS w wakacje

IWONA SCHABOWSKA
LAS OpenSpace

Karty wakacyjnego kalendarza w Laboratorium Aktywności Społecznej wypełniały się naprawdę szybko. Wachlarz możliwości, który zaproponowaliśmy, był imponujący.

Na początku przyrodnik Michał Molicki przeniósł dzieci w czasy prehistoryczne. Poprowadził warsztaty paleontologiczno-plastyczne, na których uczestnicy oprócz poznanych ciekawostek o dinozaurach wykonali własnoręcznie figurki spinosaura. Jeśli jakieś dziecko czuje niedosyt, to spokojnie! Od września ruszają cotygodniowe warsztaty ART Natura, na które już dziś zapraszamy wraz z Panem Michałem.

Pomyśleliśmy również o miłośnikach kreowania mody i własnego stylu. W ciągu dwóch dni młodzież miała okazję (z pomocą znanych już nam doskonale instruktorów – Ani i Gosi Klimy) stworzyć

niepowtarzalny T-shirt z wymarzoną aplikacją oraz trampki z wzorzystą mandalą. Wszyscy byli zachwyceni efektami. Kto wie, może komuś się tak spodobało, że w przyszłości zostanie paryskim projektantem mody.

Dzięki naszej aktywistce Agnieszce Zerco-Komendzie LAS gościł w wakacje najmłodsze niepołomickie szkraby. Sensory Play, bo tak nazywa się projekt Agnieszki, jest realizowany ze środków Budżetu Obywatelskiego Miasta i Gminy Niepołomice. Daje naszym maluszkom wiele radości i świetnej zabawy. Wspomaga rozwój, pobudzając dotyk, węch, słuch i smak. Zabawa będzie jeszcze trwała we wrześniu, więc jeśli ktoś nie zdążył się zapisać – jest jeszcze szansa.

Przeżyliśmy także tygodniową przygodę z fotografią. Mali adepci poznawali tajniki aparatu, uczyli się jego obsługi, ale też aranżacji kadru, by stworzyć niepowtarzalne ujęcia. W świat fotografii

wprowadzały dzieci trenerki: Dominika Sowa i Krystyna Sudol. Zajęcia odbywały się we wnętrzach i w plenerze. Na koniec wszyscy otrzymali pamiątkowe dyplomy.

To jeszcze nie koniec! Na początku sierpnia zagościła w LAS-ie Szkoła Języków Obcych Open English na czele z rodowitym Kanadyjczykiem Maksymem Palusem, który udowadniał grupie nastolatków, że nauka w wakacje to fajna sprawa, szczególnie gdy można doskonalić umiejętności przez zabawę. O tym, jak ważna jest znajomość języków obcych, nikomu w dzisiejszych czasach nie trzeba tłumaczyć. Dlatego byliśmy dumni, kiedy słyszeliśmy, jak nasi uczestnicy świetnie sobie radzą. Liczymy na to, że Maksym zawita do nas znowu w ferie.

Wakacje się skończyły, ale u nas nadal będzie ciekawie. Kreatywność, pasja – właśnie na to stawiamy! Przybawajcie do nas, jeśli i wy je cenicie. ■

Relikwie na Polach Chwały

Z ks. Stanisławem Miką proboszczem parafii pw. Dziesięciu Tysięcy Męczenników z Góry Ararat rozmawia Małgorzata Bochenek (Duszpasterska Rada Parafialna).

Księżu Proboszczu, w naszej parafii odbędzie się uroczystość wprowadzenia relikwii bł. ks. Władysława Bukowińskiego apostoła Kazachstanu.

W zeszłym roku w Karagandzie odbyła się jego beatyfikacja. Poprosiłem ks. dra Jana Nowaka postulatora w procesie beatyfikacyjnym ks. Władysława Bukowińskiego o możliwość otrzymania tych relikwii. Ksiądz postulator chętnie odpowiedział na moją prośbę. Ksiądz Bukowiński już bardzo dawno mnie zainspirował, zwróciłem uwagę na jego postać, czytając jeszcze w seminarium zakazane wówczas wspomnienia apostoła Kazachstanu. Zachwylił mnie najbardziej tym, że mimo pozbawienia wolności cały czas prowadził działalność duszpasterską, a nawet gdy mógł, nie opuścił wiernych, bo wierzył, że warto choć dla garstki osób głosić Chrystusa. W 1936 r. udał się na Kresy Wschodnie, gdzie był wykładowcą w Seminarium Duchownym w Łucku na Wołyniu. W 1939 r. został mianowany proboszczem tamtejszej katedry. Uwięziony przez NKWD, blisko dziewięć lat przebywał w radzieckich więzieniach i obozach pracy. Odbił też kilka wypraw misyjnych. Kiedy w latach 70. ubiegłego wieku przyjechał do Polski,

radzono mu, aby nie wracał do Kazachstanu. Jednak on stwierdził, że musi tam być z wiernymi i ewangelizować.

Na czym polega aktualność jego przesłania?

Pokazuje, że warto pracować nawet z najmniejszą garstką ludzi, że wspieranie choćby jednego człowieka ma sens. Jego duszpasterstwo było pełne wyrzeczeń. Odznaczał się ogromnym zaufaniem do Pana Boga. Nie przeciwstawiał się siłą prawu, które obowiązywało na nieludzkiej ziemi, ale czyniąc dobro. Walka ze złem trwa cały czas, jesteśmy jej świadkami. Jednak nie chodzi o to, aby siłą zwalczać zło, ale na podstawie własnego życia, osobistego pójścia za Chrystusem, dawać przykład innym i pociągnąć innych na drogę Ewangelii. Dlatego bardzo zależało mi na ukazaniu przykładu bł. ks. Bukowińskiego.

Kiedy odbędzie się uroczystość powitania jego relikwii?

Myślę, że najlepszym ku temu jest weekend 23–24 września, wtedy w Niepołomicach odbywać się będą Pola Chwały. Błogosławiony ks. Władysław Bukowiński będzie obecny z nami podczas rycerskiej



mszy św. polowej sprawowanej na przykościelnym placu 24 września o godz. 10.00. Po tej Eucharystii, w ramach defilady pododdziałów rekonstrukcyjnych, uroczystość wprowadzimy jego relikwie do naszej świątyni. Kazania na wszystkich mszach św. będzie głosił wówczas ks. dr Jan Nowak, który po beatyfikacji ks. Władysława Bukowińskiego szerzy jego kult. Chciałbym, aby Pola Chwały nie były tylko czasem pogłębienia wiedzy historycznej, potrzebna jest też formacja i szkoła patriotyzmu. Trzeba pamiętać, że największą walkę każdego dnia toczymy sami w sobie. Jeżeli w nas będzie zwyciężało dobro, to będziemy odporni na działanie zła, a wtedy wygramy wojnę o to, co najważniejsze, o duszę swoją i ludzi, których zainspirujemy naszym przykładem.

Dziękuję za rozmowę. ■

PODZIĘKOWANIE

Zarząd Koła Nr 2 Polskiego Związku Emerytów Rencistów i Inwalidów w Zabierzowie Bocheńskim składa serdeczne podziękowanie Panu Leszkowi Wilkowi za nieodpłatne umożliwienie zorganizowania ogniska dla Seniorów na terenie kąpieliska Bobrowe Rozlewisko w Zabierzowie Bocheńskim.

Seniorzy są bardzo zadowoleni, ponieważ wesoło spędzili niedzielne popołudnie w uroczym miejscu przy muzyce, śpiewie i tańcach. Na ognisku pieczono kiełbaski, do których seniorki przyrządziły wspaniałe sałatki i ciasta.

Przewodniczący Zarządu Koła Nr 2
Henryk Osika

GEOCACHING

PAWEŁ PAWŁOWSKI

Fundacja Lepsze Niepołomice

Geo caching to gra terenowa polegająca na poszukiwaniu skrytek (geokeszy) za pomocą odbiornika GPS, np. smartfona. Geokesze ukrywane są w miejscach wartych zobaczenia, o których niekoniecznie przeczytamy w przewodnikach turystycznych. Do odnalezienia jest około 20 skrytek na terenie gminy i kilkadziesiąt tysięcy na całym świecie.

Fundacja Lepsze Niepołomice oraz Niepołomska Grupa Geocachingowa dzięki dofinansowaniu otrzymanemu z programu FIO Małopolska Lokalnie od września rozpoczynają projekt pt. *Geocaching na szlaku zachodniogalicyskich cmentarzy wojennych*. Pierwszy etap to szkolenie z poszukiwania geoskrytek, które odbędzie się 6 września o godz. 18.00 w Laboratorium Aktywności Społecznej. Zdobyte umiejętności zweryfikujemy w trakcie wspólnych wycieczek. Pierwsza z nich zaplanowana jest na 10 września. Wyruszamy o godz. 10.00 spod

budynku biblioteki w Niepołomicach. Spróbujemy odszukać skrytki ukryte na terenie Puszczy Niepołomickiej, planowana długość trasy to 33 km. Podczas kolejnych wycieczek odwiedzimy m.in. cmentarze wojenne z okresu I wojny światowej, znajdujące się na terenie naszej gminy. Przy większości z nich znajdują się geoskrytki. Ostatni etap projektu to ukrycie nowych geokeszy oraz wspólne opracowanie trasy rowerowej. Więcej informacji na temat projektu *Geocaching na szlaku zachodniogalicyskich cmentarzy wojennych* znaleźć można na stronie lepszeniepolomice.pl.

Osoby chętne do udziału w szkoleniu i projekcie zapraszamy 6 września, godz. 18.00 do Laboratorium Aktywności Społecznej.

Projekt dofinansowany jest ze środków Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich, Gminy Miejskiej Kraków oraz Województwa Małopolskiego.

Jesteś dłużnikiem – rozmawiaj z wierzycielem

MARTA CICHOSTĘPSKA-HORAIN

kierownik Działu Egzekucji Administracyjnej
Urzędu Skarbowego w Wieliczce

Naczelnik Urzędu Skarbowego egzekwuje należności nie tylko swoje, ale także innych wierzycieli. Trafiają do niego tytuły wykonawcze wystawione między innymi na niezapłacone mandaty, opłaty za parkowanie, abonament radiowo-telewizyjny, pobyt w izbach wytrzeźwień, podatki lokalne (rolny, od nieruchomości), za wywóz śmieci, nienależnie wypłacone świadczenia z MOPS-u i wiele innych. Wierzycielem jest ten organ, któremu należy się nieuiszczona opłata. Są to zatem: wójt, burmistrz, wojewoda, Poczta Polska i inni. Wierzyciel przed wystawieniem tytułu wykonawczego ma obowiązek wysłać dłużnikowi upomnienie. W ten sposób przypomina, że należna mu kwota nie została uiszczona i grozi, że w razie jej niewpłacenia wystawi tytuł wykonawczy. Jeżeli nie wpłacimy tej należności w terminie 7 dni od odebrania upomnienia, będziemy mieli do czynienia z egzekucją.

Kiedy tytuł wykonawczy wpłynie od urzędu skarbowego, ten nie ma prawa sprawdzać, czy kwota wpisana na tytule jest prawidłowa. Nawet jeżeli wierzyciel się pomylił, pracownik urzędu nie może tego kwestionować. Dłużnikowi, już bez uprzedzenia, zajmuje się konto, wynagrodzenie, rentę lub inny majątek. Pismo w sprawie zajęcia wysyła się do banku, pracodawcy lub organu rentowego, a jego kopię, wraz z kopią tytułu wykonawczego, przesyła się pocztą do dłużnika.

Co zatem zrobić, gdy uważamy, że tytuł wykonawczy został wystawiony niesłusznie?

Najlepiej od razu po otrzymaniu tytułu wykonawczego skontaktować się z wierzycielem i próbować wyjaśnić pomyłkę. Jeżeli wierzyciel uzna rację dłużnika, wycofa tytuł wykonawczy, a konto, wynagrodzenie lub renta zostaną zwolnione z egzekucji. Jeżeli jednak nie uda się polubownie załatwić sprawy, zostaje droga urzędowa. W takiej sytuacji można złożyć do urzędu skarbowego pismo zawierające opis sytuacji i wyjaśnienie, dlaczego nie zgadzamy się z wie-

rzycielem co do jego żądań. Jest to tzw. zarzut na postępowanie egzekucyjne. Z chwilą, gdy pismo takie wpłynie do urzędu, postępowanie egzekucyjne zostaje zawieszone. Oznacza to, że nie będą podejmowane żadne dalsze czynności w celu wyegzekwowania należności. Zawieszenie obowiązuje do czasu wydania postanowienia w sprawie zarzutu. Zajęte konto, wynagrodzenie, lub renta nie zostaną zwolnione z egzekucji, ale bank, pracodawca i organ rentowy nie muszą na razie przekazywać do urzędu zajętych kwot. Zawierające zarzut pismo dłużnika przekazuje się do wierzyciela, bo to on musi stwierdzić, czy dłużnik ma rację. Jeżeli wierzyciel uzna, że się pomylił lub z innego powodu tytuł wystawiony jest niesłusznie, egzekucja zostanie umorzona, a ewentualnie wyegzekwowane kwoty zostaną zwrócone. Należy tylko pamiętać, żeby zarzut złożyć najpóźniej w ciągu 7 dni od dnia odebrania tytułu wykonawczego.

Podstawa prawna: art. 29 § 1 i 33-35 ustawy z dnia 17 czerwca 1966 r. o postępowaniu egzekucyjnym w administracji (Dz.U. z 2017, poz. 1201). ■

Jesienne nabory w LGD Powiatu Wielickiego.

Stowarzyszenie Lokalna Grupa Działania Powiatu Wielickiego z siedzibą w Wieliczce planuje zorganizować w drugiej połowie września dwa nabory wniosków. Będą to projekty z zakresów **podniesienia poziomu estetyki przestrzeni publicznych** na kwotę 750 000 zł oraz **renowacji obiektów zabytkowych i tych, które świadczą o lokalnej tożsamości miejsca oraz są ważne dla mieszkańców obszaru LGD** na kwotę 765 000 zł.

Oba nabory zostaną przeprowadzone w tym samym okresie. Dokładne terminy i daty będą podane w późniejszym czasie. Prosimy szukać informacji m.in. na plakatach, stronie internetowej www.lgdpowiatwielicki.eu oraz na portalu Facebook. Obszar objęty wsparciem to tradycyjnie w całości gmina Niepołomice oraz Kłaj i obszar wiejski gminy Wieliczka.

Treści ogłoszeń o poszczególnych naborach zostaną opublikowane na stronie internetowej oraz wywieszone w biurze LGD na ul. Henryka Sienkiewicza 2 w Wieliczce. W razie pytań prosimy o kontakt telefoniczny pod numerem 12 288 00 95.

Stowarzyszenie Lokalna Grupa Działania Powiatu Wielickiego
ul. Henryka Sienkiewicza 2, 32-020 Wieliczka
tel: 12 288 00 95 / mail: biuro@lgdpowiatwielicki.eu



ZASTAW SKARBOWY

ZMIANY OD 1 LIPCA 2017 ROKU

1 LIPCA 2017 R. WESZŁA W ŻYCIE NOWELIZACJA USTAWY ORDYNACJA PODATKOWA, KTÓRA WPROWADZIŁA ISTOTNE ZMIANY W FUNKCJONOWANIU INSTYTUCJI ZASTAWÓW SKARBOWYCH.

ŁUKASZ ŚLEBODA

Starszy Kontroler Skarbowy Urzędu Skarbowego w Wieliczce

Celem wprowadzanych zmian było z jednej strony zmniejszenie papierowego obiegu dokumentów w działaniach administracji publicznej (wpis do Rejestru Zastawów Skarbowych przez organ administracji będzie się obecnie odbywał na podstawie wniosku w formie elektronicznej), natomiast z drugiej ułatwienie klientom Krajowej Administracji Skarbowej dostępu do danych zawartych w Rejestrze Zastawów Skarbowych.

Zastaw skarbowy przysługuje Skarbowi Państwa i jednostkom samorządu terytorialnego, może on być ustanowiony na ruchomościach (np. samochód, motocykl, maszyna) oraz zbywalnych prawach majątkowych (np. akcje, obligacje, patenty).

Ustanowienie zastawu jest możliwe, jeżeli wartość ruchomości lub prawa majątkowego przekracza 12 400 zł (wszystkie ruchomości oraz zbywalne prawa majątkowe, na których ustanowiono zastaw skarbowy, znajdują się w Rejestrze Zastawów Skarbowych prowadzonym w formie elektronicznej przez Szefa Krajowej Administracji Skarbowej).

Co istotne, zastaw skarbowy umożliwia zaspokojenie się z przedmiotu zastawu bez względu na to, kto jest jego właścicielem.

Jeżeli więc organ podatkowy zabezpieczy samochód pana Nowaka zastawem skarbowym, to pan Kowalski, który zakupił tenże samochód, będzie musiał znosić egzekucję prowadzoną przez wierzyciela pana Nowaka z tej ruchomości.

Sposobem na uniknięcie tego typu sytuacji jest złożenie do dowolnego naczelnika urzędu skarbowego (wyłączono w tym zakresie przepisy dotyczące właściwości miejscowej podatnika) wniosku o wydanie wypisu lub zaświadczenia z Rejestru Zastawów Skarbowych.

Wniosek na formularzu WW-1 (dostępnym na stronie internetowej Ministerstwa Finansów) może być złożony bądź to w formie elektronicznej (na elektroniczną skrzynkę podawczą organu), bądź w formie papierowej. Do wniosku należy dołączyć potwierdzenie dokonania opłaty za wydanie wypisu lub zaświadczenia w wysokości 50 zł.

Wydany wypis wskaże, czy dana ruchomość lub prawo majątkowe jest obciążone zastawem skarbowym, a także wysokość zabezpieczonego zobowiązania podatkowego, organ, na wniosek którego wpisano zastaw oraz datę powstania zastawu.

Natomiast zaświadczenie będzie zawierało informację o tym, czy występujący z wnioskiem jest wpisany do rejestru zastawów, oraz wskaże przedmiot zastawu, wysokość zabezpieczonych zastawem zobowiązań podatkowych oraz datę powstania zastawu.

Całkowicie nową usługą przygotowaną przez Ministerstwo

Finansów jest bezpłatna możliwość sprawdzenia on-line, czy na wskazanej przez nas ruchomości lub zbywalnym prawie majątkowym został ustanowiony zastaw skarbowy.

W tym celu należy otworzyć aplikację dostępną pod adresem internetowym: www.finance.mf.gov.pl/pp/rzsw.

W przypadku sprawdzania samochodu należy wpisać jeden z następujących numerów: rejestracyjny, VIN, nadwozia, podwozia lub ramy natomiast np. w przypadku akcji trzeba będzie podać jej numer.

W przypadku pozytywnego wyniku wyszukiwania uzyskamy informację m.in. o wierzycielu, na rzecz którego ustanowiono zastaw skarbowy, dacie ustanowienia zastawu oraz wysokości należności objętych zastawem.

Wskazać należy, iż wydruki uzyskane z ww. aplikacji mają charakter informacyjny, i nie mają mocy dokumentu urzędowego. ■



Pratt & Whitney Tubes jest częścią korporacji United Technologies Corporation (UTC) zrzeszającej firmy z branży lotniczej i przemysłowej. Spółki UTC zlokalizowane są na całym świecie – w Polsce m.in. Pratt & Whitney Rzeszów, Otis, Pratt & Whitney Kalisz i inne. Pratt & Whitney Tubes prowadzi działalność w zakresie wytwarzania precyzyjnych części do silników lotniczych, będąc głównym dostawcą koncernu Pratt & Whitney w zakresie zespołów rurowych.

Obecnie do naszego zakładu w Niepolomicach pod Krakowem prowadzimy rekrutację na następujące stanowiska:

- **Operator Produkcji Złożeń Rurowych (Montaż, Spawanie Orbitalne, Prasy, Lutowanie, Gięcie CNC, Spawanie Manualne)**
- **Operator CNC Tokarz**
- **Operator CNC Frezer**
- **Inspektor Kontroli Jakości**
- **Inspektor Badań Nieniszczących**
- **Specjalista ds. Planowania Produkcji**
- **Magazynier**

Wszystkie ogłoszenia rekrutacyjne dostępne są pod adresem:

<http://www.kariera.pwpoland.com/>

Pratt & Whitney Tubes sp. z o.o. z siedzibą w Niepolomicach (32-005) przy ul. Grabskiej 4 jako administrator danych osobowych informuje, iż dane osobowe kandydatów podane w przesłanych dokumentach będą przetwarzane w celu obecnie prowadzonej rekrutacji oraz w przyszłości na potrzeby dalszych postępowań rekrutacyjnych. Kandydatowi przysługuje prawo dostępu do treści danych, ich poprawiania oraz uzupełnienia, uaktualnienia, sprostowania danych osobowych, czasowego lub stałego wstrzymania ich przetwarzania lub ich usunięcia. Podanie danych osobowych jest dobrowolne. Przesłane przez kandydata dokumenty winny zawierać zgodę na przetwarzanie danych osobowych zgodnie z poniższym oświadczeniem: „Niniejszym zgadzam się na przetwarzanie moich danych osobowych ujawnionych w dokumentach aplikacyjnych zgodnie z ustawą o ochronie danych osobowych z dnia 29 sierpnia 1997 roku (Dz. U. 2002 nr 101 poz. 926 ze zm.)”. Informujemy, że skontaktujemy się tylko z wybranymi kandydatami.

Znajduję starożytności bardzo piękne



MARIA JAGLARZ

dyrektor Muzeum Niepołomickiego

Dziesięcioletnia już współpraca Muzeum Niepołomickiego z Muzeum Narodowym w Krakowie zaowocowała kolejną wystawą. Tym razem na trzy lata w zamku królewskim w Niepołomicach zagości sztuka antyczna.

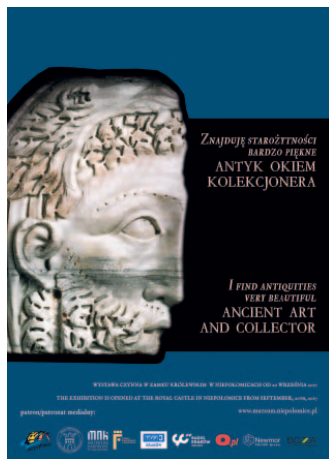
Kurator zbiorów sztuki starożytnej w Muzeum Narodowym w Krakowie i autorka wystawy, dr Dorota Gorzelany, tak wyjaśnia jej założenia:

Wystawa „Znajduję starożytności bardzo piękne. Antyk okiem kolekcjonera” obejmuje zbiory pochodzące z trzech krakowskich kolekcji: Muzeum Książąt Czartoryskich, Rodziny Potockich z Krzeszowic i Muzeum Narodowego w Krakowie. Zabytki rozmieszczone w dwóch salach oddają ideę sfery kobiecej i męskiej zarówno w świecie ludzi, jak i bogów. Świat mitologiczny przenika się ze światem doczesnym, tworząc spójną całość w sposób, w jaki postrzegano je w starożytności. Pierwsza sala poświęcona jest ukazaniu różnych aspektów świata mężczyzn. W grupie rzeźb znajdują się marmurowe kopie rzymskie brązowych posągów atletów *Dyskoforsa* i *Doryforosa* Polikleta, jednego z najważniejszych rzeźbiarzy greckich okresu klasycznego (V wiek p.n.e.). Towarzyszy im rzeźba Merkurego, przykład XIX-wiecznej działalności rekonstrukcyjnej, oraz zdobiący niegdyś fontannę posąg boga rzeki i chłopca z amforem. Zabytki zgrupowane w gablotach pokazują wyobrażenia bogów egipskich – Amona, Ozyrysa, Serapisa – a także śmiertelników podczas składania ofiary, stojących przed obliczem boga i pełniących funkcje publiczne. W grupie wyobrażeń wojowników znajduje się asyryjski i rzymski relief, a także greckie wazy dekorowane scenami walki i tańca wojennego *pyrriche*. Wątek sportowy i wojenny łączy przedstawienie głowy Heraklesa, najważniejszego herosa greckiego. Drugi zespół obiektów ma charakter dionizyjski. Są to marionetki i figurki aktorów, wyobrażenia zmarłego uczującego w zaświatach, fragment reliefu ze sceną składania ofiary. Przedstawienia amorków na sarkofagach rzymskich wiążą się ze sferą dionizyjską, ukazując przemijanie życia ludzkiego i nadzieję na życie wieczne – w symbolicznej scenie z zającem.

Na tle fragmentu *Krajobrazu z antycznymi ruinami i rzeźbami* Marca i Sebastiana Ricci (1725–1730) oś wystawy akcentuje rzymski posąg śpiącej nimfy, leśnej półbogini. W sali tej zgromadzono przedstawienia bogiń – Izydy, Afrodyty, Diany oraz portrety Egipcjanek, Greczynek, Rzymianek i Etruski. Prezentują one matczyną opiekę, dbałość o piękno i niezależny aspekt duszy kobiecej. Jedne kobiety trzymają lustro lub wachlarz, inne kosz, tamburyn czy instrument muzyczny *sistrum* – przedmioty wskazujące na udział w czynnościach kultowych. Piękno kobiety postrzegano jako zadbane wygląd. Przedmioty kosmetyczne wykonywano z różnych materiałów, nadając im czasami plastyczną formę. Wykorzystywano je do przygotowywania i przechowywania szminek czy pachnących balsamów. Zabytkom tym towarzyszy biżuteria, zarówno kosztowna – złota, jak i tania – fajansowa. Wśród nich znajduje się bransoleta misternie dekorowana przez rzemieślnika etruskiego metodą filigranu i granulacji oraz powszechnie noszone naszyjniki z masy szklanej, których połączone sznurki tworzyły instrument muzyczny *menat*. Główka Afrodyty ze złotym kolczykiem jest przykładem zdobienia marmurowych rzeźb elementami metalowymi. Wśród zabytków na wystawie znajdują się obiekty najwyższej jakości, ale też kilka falsyfikatów, których obecność w XIX-wiecznych zbiorach muzealnych jest naturalnym efektem rozwoju rynku kolekcjonerskiego, zainteresowania nabywców zabytkami antycznymi i kształtowania się wiedzy o dziełach sztuki. Kopie te ukazują kunszt rzemieślników i jednocześnie trudność wyboru, przed jakim stawał nabywca przedmiotów starożytnych w XIX wieku.

Wystawa czynna od 20 września, codziennie w godzinach 10.00 – 18.00.

Zapraszamy ■



FELIETONY ŻYCIEM PISANE (87)

O naszych trzech wewnętrznych naturach



MARCIN URBAN

W każdym człowieku podczas rozmów z innymi ludźmi mogą się pojawić trzy różne postawy dialogowe. Psychologowie określili te stany jako: „Dziecko”, „Rodzic” i „Dorosły”. Każda z tych „osobowości” jest pożyteczna w pewnych sytuacjach, ale jest całkowicie niestosowna w innych. Od tego, jakie formy wewnętrznego „ja” podczas rozmowy reprezentują różni ludzie, zależy, czy dialog doprowadzi do porozumienia, czy zakończy się fiaskiem lub konfliktem. Z tego powodu niezwykle ważna jest umiejętność rozpoznawania zarówno własnej natury psychicznej, jak i wewnętrznego „ja” innych osób. Zaczniemy zatem od zdefiniowania tych trzech możliwych „osobowości”.

„Dziecko” – to rozmówca funkcjonujący w sposób spontaniczny, z nieco przesadną ekspresją w głosie i w gestykulacji. W otwarty sposób okazuje emocje i ma skłonność do obrażania się lub dąsania. Ale jak wiadomo, dzieci zachowują się bardzo różnie w zależności od okoliczności i dlatego istnieją trzy podtypy tej grupy rozmówców:

„Dziecko naturalne”, które cechuje wesołość, impulsywne decyzje, śmiech, głośnie zachowanie, gotowość do wspólnej zabawy lub do dzielenia się z innymi tym, co ma, oraz pomijanie lub odsuwanie na później spraw trudnych.

„Dziecko ugrzecznione”, to rodzaj „potulnego ucznia”, który jest przesadnie uległy, często usprawiedliwia się i przeprasza. Brak pewności siebie wyraża słowami: „nie dam rady”, „chyba mi się nie uda” lub „proszę mi pomóc”.

„Dziecko zadziorne” – to „uczeń niegrzeczny”, przekorny, uparty, robiący żarty z innych, kłótlivy, skłonny do popisów i chętnie sprawdzający granice wytrzymałości. Jego ulubione odzywki to: „ja wiem lepiej”, „nie chcę tego słuchać” i „to moja sprawa”.

„Rodzic” jest postacią, która promuje uznane powszechnie wzorce zachowania oraz normy współżycia społecznego. Stara się zachowywać poprawnie i nalega, aby inni postępowali tak samo. Występują dwa „podtypy” tego rodzaju rozmówcy:

„Rodzic troskliwy”, który próbuje coś wyjaśnić, chce pomóc i jest opiekuńczy. Z reguły spogląda z uśmiechem i „pochyla się z życzliwością” nad problemem. Dużo mówi spokojnym, ale nie znoszącym sprzeciwu tonem. Chętnie używa określeń: „zawsze powtarzam, że...”, „dla twojego dobra”, „najlepiej będzie, jeśli...”.

„Rodzic nadzorujący” poucza, krytykuje i daje do zrozumienia, gdzie popełniono błędy. Ostrzega przed konsekwencjami. Niekiedy podnosi głos, uważając, że ma do tego pełne prawo. Zwykle okazuje wyższość, spogląda gniewnie i tonem rozkazującym mówi: „musisz”, „zabraniam”, „teraz”, „zawsze”, „nigdy”.

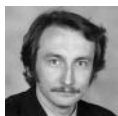
„Dorosły” – jest opanowany i analityczny, raczej obiektywny i posługuje się logicznym rozumowaniem, dzięki czemu podejmuje optymalne decyzje. Cechują go świadome zachowania, uważność w badaniu sytuacji, powściągliwe gesty i opanowana mimika. Podejmuje zaplanowane działania i trzyma się planu. Lubi stawiać pytania wyjaśniające w rodzaju: „kto?”, „kiedy?”, „co?”, „jak?” i „dlaczego?”.

Każda z opisanych „osobowości” jest korzystna w innych okolicznościach. Na przykład na urlopie lub podczas zabaw i gier sportowych cenna jest osobowość spontanicznego „Dziecka”. W sytuacjach, kiedy opiekujemy się kimś, kto ma mało doświadczenia i wymaga nadzoru – zdecydowanie korzystne jest przejawianie natury „Rodzica”. Również, kiedy przekazujemy komuś wiedzę, mamy status nauczyciela w stosunku do nowicjusza w jakiejś dziedzinie, to najstosowniejsza jest postawa „Rodzica”. Natomiast we wszelkich negocjacjach dotyczących spraw ważnych lub biznesowych oraz sytuacji społecznych jedyną słuszną postawą są zachowania „Dorosłego”. ■

Fraszka o trzech naturach

W każdym z nas są trzy natury: „dziecko”, „rodzic” i „dorosły”, „dziecko” lubi robić figle, „rodzic” wpada w ton podniosły, a „dorosły” bez emocji kalkulując – myśli o tym, jakie szanse wykorzystać i jak przebrnąć przez kłopoty.

Zapraszamy na Pola Chwały



ROBERT KOWALSKI
Fundacja Pola Chwały

Pola Chwały to dzisiaj jedna z największych imprez historyczno-militarnych w Polsce. Jest organizowana przez miłośników historii i wojskowości, których pasje realizują się na różne sposoby. Jedni odtwarzają historyczne oddziały wojskowe, szycją mundury i rekonstruują bitwy, inni robią to samo w skali makiety, a jeszcze inni na planszach do gry. Kolejni budują modele, śpiewają stare pieśni i tańczą albo piszą książki i prace naukowe. Dla nich wszystkich historia jest ważnym elementem życia, pasją i radością, którą chcą się dzielić.

Obecnie impreza obejmuje całe centrum Niepołomic, ogniskując się w najciekawszych punktach miasta. Niepołomice na trzy dni stają się wielkim, kolorowym i wielonarodowym garnizonem, a na jego ulicach można spotkać rycerzy i żołnierzy z różnych epok i krajów oraz wozy bojowe, które zwykle możemy podziwiać jedynie w muzeach.

Obozy wojskowe będą rozstawione wokół zamku, kościoła i na terenach zielonych w centrum Niepołomic. Oddziały rekonstrukcyjne zostały podzielone według epok, które reprezentują – od starożytności po współczesność. Każdy może z bliska oglądać mundury, broń i pojazdy wojskowe. Na hipodromie za zamkiem odbywają się pokazy oddziałów rekonstrukcyjnych, a w niedzielę o godz. 11.00 ulicami Niepołomic idzie widowiskowa defilada, podczas której prezentują się wszystkie oddziały biorące udział w imprezie.

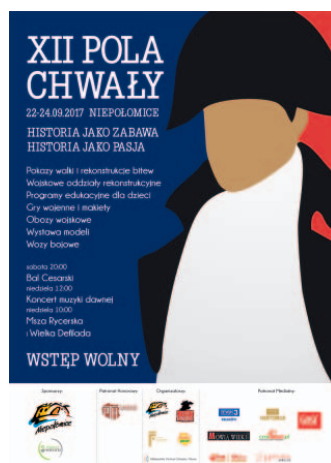
W niepołomiczku zamku na specjalnych makietach rozgrywane są bitwy na lądzie, morzu i w powietrzu – przy pomocy artystycznie wykonanych figur i modeli. Można także oglądać wystawę modeli wojskowych i wziąć udział w zawodach modelarskich. W zamkowych komnatach przez 48 godzin non stop odbywa się maraton miłośników gier planszowych. Na dziedzińcu są prowadzone warsztaty taneczne, pokazy mody z dawnych epok oraz koncerty, będzie można wypożyczyć też strój z różnych epok historycznych. Już od czwartkowego popołudnia zapraszamy także na konferencję naukową.

Tegoroczne Pola Chwały są w szczególności poświęcone czasom napoleońskim, stąd wyjątkowo licznie będą reprezentowane wojska z tego okresu. Piechota, kawaleria, artyleria – bogactwo mundurów tej epoki nie ma równego w dziejach. W Niepołomicach stanie także namiot wojskowy samego Napoleona – wielbiciel tej epoki i świetny gawędziarz wcieli się w postać Cesarza Francuzów, aby przybliżyć go uczestnikom imprezy. Pod okiem samego cesarza rozpocznie się też Bal Cesarski o 20.00 w sobotę, wcześniej o 15.00 cesarz poprowadzi specjalne spotkanie z dziećmi.

Wzgórze Małych Rekonstruktorów to miejsce, gdzie przez cały czas trwania imprezy będzie się działo mnóstwo wydarzeń kierowanych szczególnie dla dzieci. Kącik Pazia dla najmłodszych, Szkoła Rycerska i Szkoła Dam Dworu dla nieco starszych, gry wielkoformatowe, gry IPN, średniowieczne Konkursy dla Małej Białogłowy, Turniej walk na piankowe miecze, dziecięca audycja u Napoleona – szukajcie tego wszystkiego w okolicach Małopolskiego Centrum Dźwięku i Słowa.

Dziedziniec Sztuki to strefa zdemilitaryzowana wśród tych setek krążących dokoła żołnierzy. Tańce średniowieczne, staropolskie i swing, fotografia w technice z XIX wieku, moda z dawnych epok, koncert muzyki dawnej – zapraszamy na Dziedziniec Zamkowy tych, którzy pragną odpocząć nieco od zgiełku bitewnego i szczerku broni.

Nowa lokalizacja obozów – rozmieszczonych także wokół kościoła, pozwoli włączyć nowe obszary miasta, stąd część pokazów będzie się odbywała na Rynku. I choć będzie to już dwunasta edycja, będą to jednak zupełnie nowe Pola Chwały – serdecznie zapraszamy! ■



Gimbaza



DOROTA KULESZA-TAŁAN

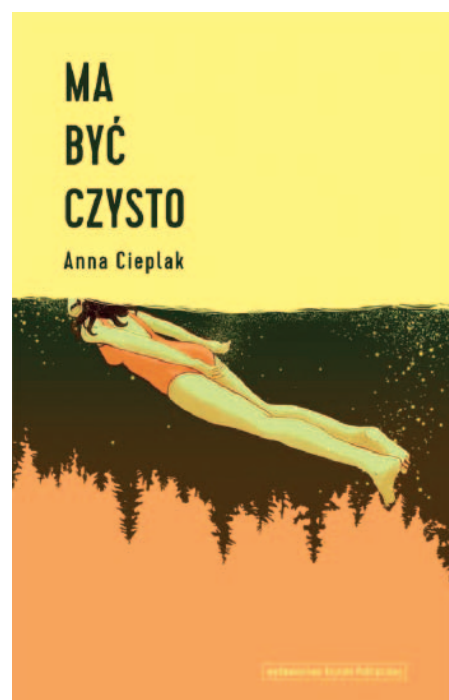
dyrektor Gimnazjum w Zabierzowie Bocheńskim

Gimbaza odchodzi do lamusa. Dwa słowa, z których jedno używane jest przez pokolenie nastolatków, a drugie w zasadzie jest archaizmem. Ale to pierwsze też niedługo będzie archaizmem, gimbazę odsyła się bowiem do składu rzeczy niepotrzebnych. Do lamusa. Pozostaną jednak użytkownicy gimbazy, już w zasadzie nie gimnazjaliści, tacy nie wiadomo kto, częściowo wchłonięci, częściowo wygaszani. No, ale ONI są. Bo niezależnie gdzie i w jakich warunkach żyjemy, mamy w pewnym momencie po 15 lat. I przeżywamy ból istnienia. Jedną z najciekawszych książek, jaką ostatnio przeczytałam o pokoleniu współczesnych nastolatków, jest powieść Anny Cieplak *Ma być czysto*¹. Przyjęta dość nierównomiernie, bo przez świat literacki ciepło (sporo nominacji konkursowych, książka roku w plebiscycie Radiowego Domu Kultury Trójki), recenzenci internetowi nie szczędzą zaś opinii mówiących, że jest płytka, a świat nastoletnich bohaterów mocno przerysowany. Wydana jesienią 2016 roku powieść opowiada o nastolatkach z polskiej prowincji, ma wkomponowane dość wyraźnie tło społeczne i dwie, no w sumie trzy kluczowe bohaterki.

Dwie gimnazjalistki: Oliwka i Julka, piętnastolatki z pretensjami (jak zawsze w tym wieku) do dorosłości. Oliwka na starcie ma trudniej. Dwoje rodzeństwa, którym musi się opiekować (w tym siostrą chodzącą do przedszkola), bo Rysiek, ojczym, pracuje i nie ma na to czasu. Tak, jakby Oliwka, ucząca się w gimnazjum, miała na to wszystko czas. Matka pracuje za granicą i od czasu do czasu przyjeżdża. Taka sytuacja powoduje, że do drzwi często puka kurator rodzinny, ale nie jest wpuszczany przez Oliwkę, żeby i ona, i jej rodzeństwo nie trafili do ośrodka. Oliwka musi się zastanawiać, jak za pieniądze, które ma, kupić to, co Rysiek napisał na kartce. Oliwka o życiu coś niecoś wie więcej niż jej nowa koleżanka z klasy. Sam fakt, że boi się, iż jest

w ciąży z kolegą z kamienicy, już o tym świadczy. Julka ma niby lepiej. Jedynaczka. Ale rodzice rozwiedzeni. Matka, Exelka, przeniosła ją do „gorszego” gimnazjum, żeby w nim miała lepsze oceny niż w tym bardziej prestiżowym. Ojciec Maciek nie może się zdecydować, czy ma się ożenić ze swoją partnerką, Magdą. Bo Magda, trzydziestolatka, jest w sumie trzecią wyrazistą bohaterką powieści. Dzięki niej wydaje się, że świat dorosłych jest lepszy, niż postrzegają to młodzi ludzie. Ale w sumie i ona sama jest zagubiona, jak Oliwka i Julka. Magda jest z pokolenia Gadu-Gadu i trochę bardziej rozumie potrzebę nieustannego sprawdzania przez Julkę, gdzie jest wi-fi. A dziewczyny nie rozstają się ze swoimi smartfonami, by sprawdzić, czy zostały otagowane, jakie hasztagi zostały wpisane pod ich najnowszym zdjęciem na Instagramie i czy selfie na Facebooku ukazuje ich korzystniejszy profil. Bo jak nie istniejesz w świecie wirtualnym, to nie istniejesz. *Prawie 70 proc. młodych Polaków uczy się poruszania w internetowym świecie w domu, ale na własną rękę. Rodzice pomagają co piątemu. Nauczyciele jednemu na dziesięć. Tak wynika z badania NASK „Nastolatki 3.0”, przeprowadzonego w ostatnich miesiącach wśród uczniów gimnazjów i szkół ponadgimnazjalnych. „Młode pokolenie w świecie wirtualnym zostało opuszczone przez swoich rodziców, opiekunów, nauczycieli” – odnotowują autorzy.*²

W powieści Anny Cieplak wyraźnie widać, jak bardzo osamotnione są nastolatki. Osamotnione w świecie wirtualnym, ponieważ są osamotnione w świecie realnym. Z jakim dorosłym ma porozmawiać Oliwka? Matka za granicą. Rysiek nie jest odpowiednią osobą do rozmowy o problemach nastolatki, zwłaszcza że pije i podejrzliwie przygląda się dojrzewającej dziewczynie. A Julka? Z Magdą? Partnerką ojca, która bardzo się stara być w porządku, ale tak bardzo się stara, że wydaje się to dziewczynie podejrzaną? A w ogóle to mieć piętnaście



lat to jak mieć przed sobą perspektywę przynajmniej pięciu lat uporczywych zaburzeń urojeniowych, których nie da się niczym wyleczyć. Kompleks wyrasta na kompleksie i tylko co bardziej gruboskórni nie czują się jak gówno. Albo przynajmniej dobrze udają. Zapamiętujesz dokładnie każdą uwagę na swój temat i odtwarzasz ją w samotności, interpretując na sto sposobów.

Nie tylko z cytowanych wcześniej badań wiemy, że ludzie rozwijają się w kontakcie z innymi, a żeby się dobrze poruszać w świecie relacji, trzeba je nieustannie ćwiczyć i przeżywać. Niestety stale dostępny telefon pomaga im skutecznie tego kontaktu unikać. – Zostawieni sami ze sobą, ze wszystkimi myślami, emocjami i chaosem okresu dojrzewania młodzi ludzie często przełączają się on-line. W ten sposób radzą sobie ze stresem, odcinają się od trudnych uczuć czy problemów. To redukuje napięcie, ale jednocześnie nie pomaga nauczyć się regulowania emocji, nie sprzyja autorefleksji czy szukaniu wsparcia innych – tłumaczy Ewa Dziemidowicz z Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę.

Internetowi recenzenci zarzucają autorce powieści, że nie zna świata

¹ Anna Cieplak, *Ma być czysto*, 2016 r.

² *Dzieci w sieci*, „Polityka”, nr 33, 2017 r.

nastoletnich ludzi. Bo czy jest możliwe, aby dobrze sytuowana nastolatka, która może sobie pozwolić na wystylizowaną w salonie fryzurę, przyjaźniła się z taką o niskim statusie społecznym, choć ta druga ma do zaoferowania świat naznaczony wagarami, używkami, wczesnym seksem i buntem na maksa? Moim zdaniem jest możliwe, sama takie przypadki znam. Bo w skomplikowanych relacjach uczymy się życia, nawet gdyby ono miało być tak szaro-bure, jak rzeczywistość Oliwki. Jest w tej powieści rozpaczliwie dołujący

smutek, związany z obrazem tzw. organów państwa. Opieki społecznej, kuratora sądowego, a nawet osób z organizacji pozarządowych. Brak przemyślanego systemu wsparcia, a także jakże stereotypowe myślenie o tym, że dziewczyna z „porządnego” domu na pewno nie popełni wykroczenia, ale taka z „patologicznej” rodziny to i owszem. Bardzo to przygnębiające. Pracując od lat z młodymi ludźmi, wiem, że rzeczywistość potrafi być jeszcze bardziej dla nich trudna niż dla

powieściowej Oliwki, a doświadczenia Julki i Nowego to wcale nie tak rzadkie przypadki. Dlatego dedykuję powieść Anny Cieplak przede wszystkim dorosłym. Nie ma co udawać, że w smartfonach młodych ludzi są galerie zbiorów Muzeum Narodowego. Warto nawiązywać relacje i rozmawiać o tym, co od zawsze dla młodych ludzi jest ważne, nawet jeśli jako rodzice boleśnie to przeżywamy. A młodym ludziom życzę, by świat realny ciągle kusił ich bardziej niż najpiękniejsza galeria w Instagramie. ■

Nabór do Grupy Teatralnej MCDiS

ALEKSANDRA KUPIS
MCDiS

S iódmy sezon warsztatowy rozpoczynamy od 18 września. W ofercie programowej jest kilka nowości, m.in. warsztaty teatralne dla dzieci i młodzieży prowadzone przez Joannę Rudkowską. Nasza nowa instruktorka z amatorskim ruchem teatralnym jest związana od dziecka. Najpierw jako obserwator krakowskich festiwali, później aktorka zespołów teatralnych, w końcu jako reżyser. Pracę z młodzieżą i dziećmi rozpoczęła w 1996 roku. Jako instruktorka teatralna w MDK im. Andrzeja Bursy, CM

im. Dra Henryka Jordana i XXX Liceum Ogólnokształcącym im. św. Brata Alberta – Adama Chmielowskiego w Krakowie zrealizowała blisko 50 premier. Są wśród nich adaptacje prozy, dramatu, spektakle poetyckie i najbliższe jej sercu – propozycje autorskie. Prowadzone przez nią grupy teatralne brały udział w wielu festiwalach na terenie całej Polski, zdobywając liczne nagrody i wyróżnienia. Zajęcia w naszym centrum będą miały formę warsztatów, w ramach których uczestnicy będą pracować nad dykcją i emisją głosu, kształtować umiejętności improwizacji przez realizację indywidualnych i zbiorowych etud teatralnych

oraz obrazów scenicznych inspirowanych muzyką. Będą również poznawać podstawowe zasady zachowania na scenie, pracować z tekstem i uczyć się dialogu z partnerem, a także kształtować umiejętność współpracy i współistnienia z partnerem na scenie. Nadrzędnym celem zajęć będzie realizacja spektaklu prezentowanego na zakończenie sezonu (maj 2018 r.). Tematyka oraz forma przedstawienia powstaną w porozumieniu z uczestnikami, po przeanalizowaniu składu grupy, jej oczekiwań i umiejętności.

Zachęcamy do zapisów i zapraszamy na warsztaty. Szczegóły: www.mcdiis.pl. ■

Na seniora nie ma mocnych

DOMINIKA MIKLASZEWSKA
współautorka projektu

J uż we wrześniu w Laboratorium Aktywności Społecznej, ruszamy z nowym projektem prospołecznym poświęconym wyjątkowej grupie odbiorców – seniorom. Nasza inicjatywa *Na seniora nie ma mocnych* powstała w ramach konkursu FIO Małopolska Lokalnie, przy współpracy ze Stowarzyszeniem Pomoc Bliźniemu. Autorkami projektu są: Iwona Schabowska, Magdalena Porąbka oraz Dominika Miklaszewska. Jest on skierowany do osób w wieku 60+ jako sprzeciw wobec wykluczenia społecznego i marginalizacji ludzi starszych. Projekt ma na celu aktywizację seniorów

i zaangażowanie ich w życie społeczne i kulturalne naszej gminy. Przez kontakt ze sztuką, wspólną wymianę wiedzy i doświadczeń, chcemy tworzyć dialog międzypokoleniowy, przyjazną przestrzeń, w której każdy senior będzie mógł spędzić twórczo czas i zdobyć odpowiedzi na nurtujące go pytania życia codziennego. W ramach projektu *Na seniora nie ma mocnych* odbędzie się 6 spotkań w Laboratorium Aktywności Społecznej, od września do listopada bieżącego roku. W programie m.in.: wykłady przedstawicieli zawodów zaufania publicznego, mające na celu podniesienie świadomości społecznej i konsumenckiej, prelekcje wykwalifikowanych specjalistów poruszające takie tematy jak motywacja, poczucie bliskości, asertywność, codzienne

zagrożenia, na które narażeni są seniorzy. Uczestnicy będą mieli okazję poznać ćwiczenia umysłowe i koncentracyjne, zdobyć niezbędną wiedzę, zapoznać się z podstawowymi informacjami dotyczącymi ich praw konsumenckich i bezpieczeństwa, ale także stworzyć arcydzieła na warsztatach z rękodzielnictwa czy przygotować zdrowe pyszności w ramach zajęć kulinarnych.

Wszystkich zainteresowanych serdecznie zapraszamy do udziału! Wstęp wolny. Pierwsze spotkanie, Bądź asertywny, prowadzone przez wykwalifikowanego coacha, odbędzie się **15 września 2017** roku w Laboratorium Aktywności Społecznej w Niepołomicach.

Kontakt: kontakt@lasopenspace.pl, 12 284 87 47 ■

Archaica – gra ze Staniątek

Studio TwoMammoths ogłasza wydanie swojej debiutanckiej gry Archaica: The Path of Light na platformę Steam.

MATERIAŁY PRASOWE TWOMAMMOTHS

Gdy na niebie pojawia się Ognisty Znak, świat staje w obliczu zagłady. Wtedy Powiernik Światła wyrusza ścieżką Starożytnych, by przynieść ocalenie swojemu ludowi.

8 września polskie studio TwoMammoths zadebiutuje grą Archaica: The Path of Light na platformie Steam. Utrzymaną w niezwykle klimacie gra logiczna z laserami i lustrami otwiera przed graczem pełen wymagających zagadek tajemniczy świat pradawnej cywilizacji. Wielu Powierników Światła przechodziło przez Krąg Próby, nie każdy jednak był godny powierzonej mu misji.

W grze wcielamy się w wybrańca, który musi przejść legendarną Ścieżkę Światła Starożytnych, aby uchronić świat przed zbliżającą się katastrofą. Podczas podróży przez niezwykle krainy przywracamy do życia tajemnicze artefakty, odkrywamy sekrety obcej cywilizacji oraz poznajemy prawdziwe przeznaczenie Ścieżki Światła.



czenie Ścieżki Światła.

Gra polega na manewrowaniu dostępnymi na planszy urządzeniami tak, aby promień światła przeciął w jednym momencie wszystkie znajdujące się w polu widzenia Kryształ. Gracz ma do dyspozycji wiele rodzajów urządzeń, które stopniowo napotyka na swej drodze. Dzięki temu każda z sześciu krain przedstawionych w grze, oprócz unikalnego wyglądu, posiada również unikalny charakter zagadek, a nowe mechaniki i urządzenia są wprowadzane przez cały czas trwania gry.

Trzy lata pracy, które TwoMammoths włożyli w projekt, nie poszło na marne.

Archaica:

The Path Of Light to gra, która urzeka piękną grafiką, świetnie zaprojektowa-

nymi poziomami, a także intrygującą narracją. Każdy poziom został stworzony z wnikliwym oddaniem detalu i posiada swój szczególny charakter, co zachęca do odkrywania kolejnych pomysłów lokacji.

Zacznij swoją przygodę w niezwykle świecie Archaiki. Dodaj grę do Listy Życzeń na Steam.

Jak wygląda gra? Kliknij tutaj!: <http://store.steampowered.com/app/550590>.

Twórcy:

TwoMammoths to polskie studio założone i prowadzone przez dwóch braci: Piotra Tureckiego – programistę i Marcina Tureckiego – artystę. Archaica jest pierwszą komercyjną grą braterskiego duetu. Prace nad grą trwały 3 lata. Gra jest oparta na autorskim silniku. ■

NABÓR DO CHÓRU W PODŁĘŻU

STANISŁAW KLESZCZYŃSKI

sekretarz Stowarzyszenia Chór Męski Totus Tuus

Chór Męski Totus Tuus z Podłęża zaprasza wszystkich zainteresowanych wspólnym śpiewaniem do uczestniczenia w zajęciach i koncertach.

Chór działa już ponad 17 lat. Wszystko zaczęło się od wspólnego kolędowania na przełomie lat 2000/2001. Kiedy kolędnicy z Zakrzowa odwiedzili podłęskiego proboszcza, ks. Józefa Gilka. Właśnie wtedy padła propozycja założenia męskiego chóru kościelnego. Na apele księdza do chóru dołączyli mieszkańcy Podłęża, Zakrzowa i Zakrzowca. Dzięki temu powstał i rozpoczął działanie chór męski, mający w swoim repertuarze pieśni kościelne, kolędy i pastorałki.

Tradycją stała się oprawa nie-

dzielnej mszy świętej o godzinie 9.00 w kościele parafialnym w Podłężu. Chórzyści zapewniają także oprawę muzyczną ślubów i pogrzebów, a także występują co roku na zaproszenie ks. kardynała Stanisława Dziwisza.

W 2015 roku chór przyjmuje nazwę Stowarzyszenie Chór Męski Totus Tuus w Podłężu.

Wszystkich zainteresowanych zarówno wspólnym śpiewaniem, jak i wsparciem chóru zapraszamy do kontaktu: Stowarzyszenie Chór Męski Totus Tuus, 32-003 Podłęże 429, tel. 513 833 124.

TANIEC W SOKOLE

MAREK KULAS

naczelnik wychowania PTG Sokół-Niepołomice

Sekcja Tańca i Gimnastyki Artystycznej PTG Sokół-Niepołomice zaprasza dziewczęta w wieku 4-14 lat na zajęcia tańca w bardzo urozmaiconych formach: taniec nowoczesny i disco, balet (podstawy tańca klasycznego), gimnastyka z elementami akrobatyki oraz włączeniem gimnastyki artystycznej (pokazy z przyborami np. wstążkami, obręczami hula-hop, piłkami oraz różnymi innymi rekwizytami).

Zajęcia taneczno-gimnastyczne wyrabiają u dziewcząt nienaganną sylwetkę, grację, lekkość wszelkiego ruchu i jego koordynację, poczucie rytmu, doskonałą pamięć oraz zdolności manu-

alne. Zajęcia odbywają się dwa razy w tygodniu. Rok szkolny kończy się koncertami - pokazami na niepołomickim Zamku Królewskim, w efektownych scenicznych kostiumach podczas Dni Niepołomice.

Zapraszamy na zajęcia: zapisy w siedzibie PTG SOKÓŁ, ul. Kościuszki 18 w Niepołomicach, w godz. 16.00-20.00 oraz telefonicznie: 12 281 17 91 i 514 515 313.



Bardzo dobry start Żubrów



MAREK BARTOSZEK
Referat Promocji i Kultury

Puszcza Niepołomice rozpoczęła rozgrywki w Nice 1 lidze. W 93-letniej historii klubu to drugi sezon naszej drużyny na zapleczu Lotto Ekstraklasy. Tym razem pierwsze mecze dają spore powody do optymizmu.

Już na inaugurację beniaminek z Niepołomic postawił doświadczonej drużynie z Chojnic bardzo trudne warunki. W rezultacie pierwszy mecz w nowej rzeczywistości zakończył się zwycięstwem Puszczy przed własną publicznością 2-0. Do siatki rywala trafili wówczas dwaj nowi piłkarze Puszczy Marcin Stefanik i Dawid Ryndak. Tego dnia na trybunach Stadionu Miejskiego w Niepołomicach zasiadło przeszło 800 widzów – był to nowy rekord frekwencji na meczu ligowym.

W drugiej kolejce podopieczni trenera Tomasza Tułacza znów grali u siebie z zespołem, z którym wspólnie świętowali promocję do pierwszej ligi, a więc z Rakowem Częstochowa. Ponad 900 widzów na Stadionie Miejskim miało okazję obejrzyć pojedynek z drużyną, która jako jedyna w poprzednich rozgrywkach ligowych zdołała dwukrotnie pokonać piłkarzy Puszczy. Jak się okazało, patent Rakowa na Puszczę nadal jest skuteczny, ponieważ po emocjonującym meczu Raków zwyciężył w Niepołomicach 3-2.

Tydzień później zawodników Puszczy czekał wyjazd na pierwszą delegację. Tym razem nie była to daleka podróż, bo przeciwnikiem Żubrów był pretendent do walki o awans do Ekstraklasy, GKS Katowice. Spotkanie zapowiadało się szczególnie, bowiem transmisję na żywo z tego spotkania przeprowadziła telewizja Polsat Sport. Telewizyjny debiut w Polsce wypadł okazale. Mimo straty bramki w 48. minucie meczu, piłkarze Puszczy odwrócili losy spotkania i wygrali mecz z popularną Gieksą 2-1.

Kolejnym rywalem Puszczy był trzeci z pierwszoligowych beniaminków, a więc Odra Opole. Oba zespoły mierzyły się przed rozegranie tego meczu dwukrotnie i za każdym razem spotkanie kończyło się remisem 1-1. Nie inaczej było i teraz, Odra i Puszcza wykorzystały po jednym rzucie karnym i podzieliły się punktami.

Kilka dni później drużyna Tomasza Tułacza udała się do Sosnowca na mecz z tamtejszym Zagłębiem. Gospodarze tego spotkania borykali się na początku rozgrywek ze sporymi problemami i przed rywalizacją z Puszczą zdecydowali się na zmianę szkoleniowca. Rozegrany 23 sierpnia mecz był debiutem nowego trenera Zagłębia, Dariusza Dudka. Brat byłego bramkarza reprezentacji Polski, Jerzego, w pierwszym meczu zdołał wygrać 1-0, a Żubry zanotowały tym samym pierwszą wyjazdową porażkę.

W ostatnim sierpniowym spotkaniu Puszcza podejmowała w Niepołomicach przedostatni zespół tabeli, Wigry Suwałki. Mecz podobnie jak spotkanie z GKS-em Katowice rozpoczęło się od prowadzenia rywali niepołomiczan. Podobnie jednak jak kilka tygodni wcześniej tak i tym razem nasi piłkarze nie złożyli broni i walczyli zaciekle o odwrócenie losów spotkania. Najpierw w 63. minucie wyrównał Ryndak, a 16 minut później pięknym strzałem do siatki kibiców na Stadionie Miejskim w Niepołomicach ucieszył Maciej Domański, dla którego był to już 4. gol w tym sezonie. Animuszu w tym meczu piłkarzom Puszczy dodała zapewne świadomość, że z trybun ich poczynania oglądał prezes Polskiego Związku Piłki Nożnej, Zbigniew Boniek.

Na początku września piłkarze Puszczy czeka dwutygodniowa przerwa, która związana jest z powołaniem do młodzieżowej reprezentacji Polski bramkarza Żubrów Marcina Staniszewskiego. Do gry o ligowe punkty drużyna kierowana przez trenera Tomasza Tułacza wróci w połowie września.

Po rozegraniu 6 meczów z dorobkiem 10 punktów Puszcza zajmuje 8. miejsce w ligowej tabeli. Warto jednak podkreślić, że strata do wicelidera Miedzi Legnica wynosi zaledwie dwa punkty. Znając ambicję niepołomickich piłkarzy, to właśnie w tym kierunku spoglądają, budując przy okazji bezpieczną przewagę nad strefą spadkową. ■

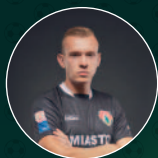


Foto: Overlia Studio

SKARB KIBICA - PUSZCZA NIEPOŁOMICE

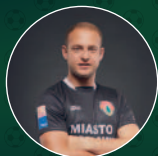
Po raz drugi w 93-letniej historii klubu piłkarze Puszczy rywalizują na zapleczu Ekstraklasy. Poznajmy zawodników, którzy będą reprezentować klub z Niepołomic w rundzie jesiennej Nice 1 ligi.

BRAMKARZE:



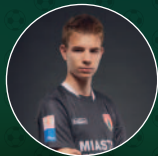
ANDRZEJ SOBIESZCZYK

to jeden z zawodników, który pamięta historyczny sezon Puszczy w pierwszej lidze. Wówczas występował w roli podstawowego bramkarza. Teraz o miejsce między słupkami rywalizuje z Marcinem Staniszewskim.



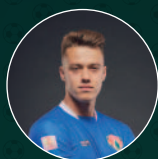
MARCIN STANISZEWSKI

pierwszy bramkarz Puszczy. Mimo bardzo młodego wieku (20 lat) ma za sobą spore doświadczenie w rozgrywkach centralnych. Jego dobrą postawę i harmonijny rozwój w Niepołomicach dostrzegli trenerzy Młodzieżowej Reprezentacji do lat 20, do której jest coraz częściej powoływany.



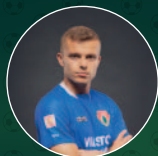
JAKUB ŁATAŁA

to przyszłość klubu. Na razie głównym zadaniem Kuby będzie podpatrywanie rywalizacji Marcina z Andrzejem i nauka bardziej doświadczonych kolegów.



DAMIAN LEPIARZ

uniwersalny zawodnik, który może zagrać zarówno na środku obrony, jak i na pozycji defensywnego pomocnika. Wciąż czeka na swój debiut w rozgrywkach Nice 1 ligi.



MICHAŁ MIKOŁAJCZYK

kapitan drużyny. Należy do niewielu zawodników w drużynie, którzy mają już za sobą grę w Puszczy w rozgrywkach I ligi. Trudno wyobrazić sobie lewą stronę defensywy Puszczy Niepołomice bez tego zawodnika.



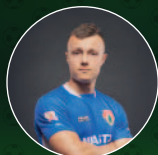
RAFAŁ MIKULEC

przykład zawodnika, który na wypożyczeniu do klubu z niższej ligi zyskał pewność siebie i niezbędne ogranie. W rozgrywkach pierwszej ligi wciąż czeka na pierwszą poważną szansę.



PIOTR STAWARCZYK

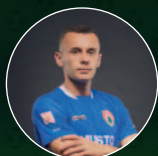
ma na koncie 185 meczów rozegranych w Ekstraklasie. Wnosi do drużyny niezbędny spokój i doświadczenie. Lider bloku defensywnego. Dzięki obecności Stawarczyka Puszcza traci bardzo mało bramek.



JAKUB ZAGÓRSKI

pechowa kontuzja w ubiegłym sezonie spowodowała, że od marca czeka na kolejny ligowy występ. Obecnie rehabilitacja mozolnie zbliża się do końca i czas do powrotu na boisko byłego zawodnika młodzieżowych drużyn Lecha Poznań zdaje się coraz krótszy.

OBROŃCY:



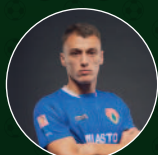
MATEUSZ BARTKÓW

w jednym sezonie świętował dwa awanse, do I ligi z Puszcą i do Ekstraklasy z Sandecją Nowy Sącz. Mateusz w zimie ubiegłego sezonu zamienił bowiem Nowy Sącz na Niepołomice i wydatnie pomógł drużynie w osiągnięciu awansu do 1 ligi, stając się z marszu podstawowym piłkarzem tej drużyny.



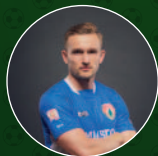
MICHAŁ CZARNY

filar obrony Puszczy Niepołomice. W poprzednim sezonie jeden z najbardziej zapracowanych zawodników, grający niemal w każdym meczu od początku do końca. W tym nie zszedł z murawy nawet na minutę.



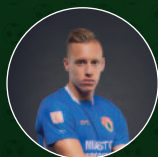
ŁUKASZ FURTAŁ

w ubiegłym sezonie rozegrał 34 mecze w rozgrywkach Pucharu Polski i II ligi. Ten sezon zaczął jako rezerwow, ale w meczu 6. kolejki z Wigrami dostał szansę rozegrania pełnych 90 minut, co bardzo dobrze wykorzystał.



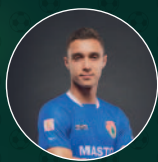
MACIEJ DOMAŃSKI

reżyser gry Puszczy Niepołomice. Aż trudno uwierzyć, że 27-letni piłkarz dopiero w tym sezonie zadebiutował w rozgrywkach I ligi. Prócz kluczowych podań potrafi również sam skutecznie zakończyć akcję celnym strzałem. Po 6 pierwszych ligowych kolejkach z dorobkiem 4 bramek jest liderem klasyfikacji strzelców całej ligi.



MARCEL KOTWICA

żelazne płuca zespołu. Choć sezon rozpoczął w roli rezerwowego, szybko przypomniał o swoich atutach i ze spotkania na spotkanie gra coraz więcej.



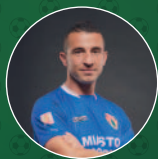
MATEUSZ LELENO

wciąż czeka na debiut. Zawodnik, który w letnim okresie przygotowawczym przekonał do siebie sztab szkoleniowy jest Mistrzem Polski Juniorów w barwach Legii Warszawa.



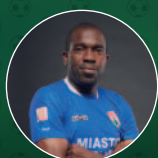
DAWID RYNDAK

z grona wszystkich nowych zawodników odnalazł się najszybciej. W zaledwie 6 meczach nowego sezonu zdobył już więcej bramek niż w całym poprzednim sezonie. Dotychczasowe wyniki pokazują, że jeśli trafia do siatki, Puszcza zawsze wygrywa.



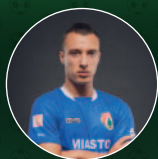
MARCIN STEFANIAK

nowa twarz środka pola Puszczy. Zdecydowanie podniósł rywalizację w drugiej linii Puszczy, „rozbijając parę” Uwakwe – Kotwica. 30-latek z marszu stał się podstawowym piłkarzem Puszczy.



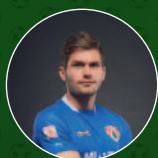
LONGINUS UWAKWE

wydaje się, że w Puszczy jest od zawsze. Sympatyczny Nigeryjczyk posiada już polskie obywatelstwo i coraz lepiej radzi sobie z językiem polskim. Na murawie nieustępliwy i widowiskowy. Kolekcjoner żółtych kartek. Nikt nie może się z nim równać w drużynie w tej statystyce.



DOMINIK ZAWADZKI

wychowanek Progresu Nowa Huta dołączył do drużyny wiosną 2017 roku. W wieku 19 lat zadebiutował w rozgrywkach II ligi od razu pokazując swoje firmowe zagranie, którym jest potężny strzał z dystansu. Czekają na debiut w Nice 1 lidze.



ROBERT ZIĘTARSKI

nagrodą za awans z trzecioliigową Gwardią Koszalin jest dla niego możliwość gry w I lidze. W swoim pierwszym oficjalnym meczu, w rozgrywkach Pucharu Polski wpisał się na listę strzelców.

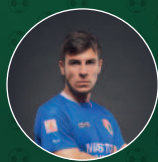


TRENER: TOMASZ TUŁACZ

Zdecydowanie odmienił grę i obraz drużyny. Twórca najnowszych sukcesów klubu. Udowodnił, że niepołomicki klub może jak równy z równym rywalizować nawet z zespołami z Lotto Ekstraklasy. Znalazł sposób na pokonanie Korony Kielce, Lechii Gdańsk czy zniwelowanie strat do Radomiaka Radom, co skończyło się awansem do I ligi. Jeśli zdoła utrzymać klub na obecnym poziomie rozgrywkowym, osiągnie sukces bez precedensu.

SZTAB SZKOLENIOWY:

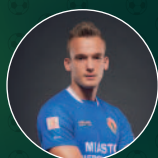
Mariusz Łuc, Bartłomiej Dydo (trenerzy asystenci), Jakub Kula (trener bramkarzy), Robert Strojek (kierownik drużyny), Jakub Grochocki (masażysta), Maciej Klusek (klubowy lekarz)



BARTOSZ ŻUREK

wygląda na to, że po ciężkiej kontuzji odnalazł dawną dyspozycję prezentowaną w Ekstraklasie kilka lat temu. Może grać zarówno na środku pomocy, jak i na lewej stronie. Etatowy wykonawca stałych fragmentów gry i to niezależnie od tego, czy wprowadza piłkę do gry rękami, czy nogą.

NAPASTNICY:



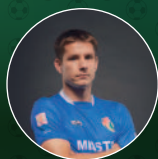
BARTOSZ KASZUBOWSKI

podobnie jak Ziętarski zamienił trzecią ligę na pierwszą. Czekają na swoje pierwsze minuty. Prócz gry na polskich rywalizował również w niższych ligach niemieckich.



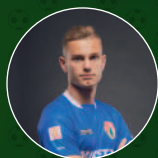
DAWID NOWAK

przez wielu uważany za jednego z najciekawszych transferów w całej lidze. Ośmiokrotny reprezentant Polski. W 186 meczach w Ekstraklasie zdobył 52 bramki. Jego rywalizacja o miejsce w składzie z Marcinem Orłowskim zapowiada się interesująco.



MARCIN ORŁOWSKI

ubiegły sezon zakończył 8 trafieniami w 37 meczach II ligi. Sezon wcześniej w 3 lidze w 33 meczach zdobył 30 bramek. W pierwszej lidze także strzelił już premierowego gola w meczu z GKS-em Katowice. Trudno znaleźć drugiego zawodnika, który posiada taką umiejętność zastawienia piłki jak Orłowski.



KRZYSZTOF SZEWCZYK

zawodnik wypożyczony z Cracovii. W tym sezonie zdołał już zagrać w Ekstraklasie i Pucharze Polski w barwach Pasów oraz zadebiutować w barwach Puszczy. Dwa sezony temu w barwach rezerw Cracovii pokazał, że strzelanie bramek przychodzi mu z łatwością. W 27 meczach III ligi zanotował 26 trafień.

OŁOMUNIEC

PIOTR PIĄTÓŃ

Stowarzyszenie Niepołomice Biegają

Półmaraton w Ołomuńcu w 2016 roku miał być jednym z moich największych sukcesów, kolejnym biegiem z cyklu „życiówka”, a okazał się totalną katastrofą. Wynik był najgorszy od kilku lat, pomimo solidnego okresu przygotowawczego i planu treningowego, który wcześniej zdawał egzamin. Mogłem wtedy obrazić się na całe to „bieganie” i dać sobie już z tym spokój. Zrobiłem zupełnie inaczej – potraktowałem tę sprawę jako sytuację do przerwy 0:3 i postanowiłem odrobić straty. Ba, nawet wygrać i to w tym samym miejscu.

Gdyby nie tak wielka porażka, nigdy bym nie studiował tabel z wynikami z tego biegu tak uważnie. Jak się okazało, w Ołomuńcu wystartowała światowa elita z życiówkami poniżej godziny, jak Stanley Biwot (wygrał maraton nowojorski, dwukrotnie zdobywał 2. miejsce w maratonie w Londynie). Gdy jednak zobaczyłem wyniki tejże elity, byłem w szoku. Okazało się, że nikt nie zdołał pobić rekordu trasy, a wszyscy zawodnicy mieli czasy dramatycznie gorsze od swoich rekordów życiowych. Różnice te dochodziły do kilku minut. Dość powiedzieć, że różnica czasu między pierwszym a drugim zawodnikiem wynosiła aż 4,5 minuty! Takie rzeczy nie miały miejsca w innych biegach. Wszystkich pokonało słońce. Temperatura w cieniu dochodziła do 37 stopni, a odczuwalna w słońcu w tym miejskim półmaratonie wynosiła grubo powyżej 40 stopni.

Skoro elita afrykańska na światowym poziomie miała wyniki gorsze o kilka minut, moje 17 minut powyżej życiówki zaczęło całkiem dobrze wyglądać. Dodam, że w żadnym momencie nie zatrzymałem się, nawet przy punktach odświeżania. Duma z biegu w takich warunkach powróciła – dałem radę! Kończąc przeglądanie tabel z wynikami, natrafiłem na sztafetę 3 × 5 + 6,097 m. Okazało się, że w tym biegu drużynowym nie startuje Afryka i szanse na sukces nie są iluzoryczne.

Pewnie nigdy bym nie uwierzył w możliwość stanięcia na podium, gdyby nie inspirujące wyczyny biegaczy i biegaczek z grupy Niepołomice Biegają. W sezonie praktycznie nie ma weekendu, by ktoś z grupy nie startował. Ilość sukcesów kobiet trudno zliczyć, dużo gorzej jest za to w męskiej sekcji. Bo-

dajże Paweł Żak był pierwszym, który aż dwukrotnie stanął na podium i zmienił perspektywę patrzenia na zwycięstwo mężczyzn z kategorii science fiction na coś realnego. Drugą inspiracją był wyczyn sztafety maratońskiej w Koszycach. Magda, Agnieszka, Marcin i Łukasz pokazali, że na dużej renomowanej imprezie, która jest najstarszym maratonem w Europie, można osiągnąć rewelacyjny wynik. Na 180 sztafet Niepołomice Biegają zajęły 7. miejsce ze stratą 2 minut do trzeciego miejsca.

Po postanowiłem, że stworzę sztafetę na półmaraton w Ołomuńcu. Postawiłem sobie za cel, że nie będę się posiłkował osobami, które w jakikolwiek sposób dotknęły sportu zawodowego. Wszyscy, którzy zasilili ekipę, podchodzą do sportu hobbystycznie, czyli pracują bądź studiują, a bieganie jest dla nich formą spędzania wolnego czasu (bardzo nie lubię określenia „biegane amatorskie”, ponieważ w języku polskim ma konotację z partactwem). Pierwszą osobą, której zaproponowałem udział w sztafecie, był Łukasz Juszczyk. Pomyślałem, że byłoby super zachować łączność między sztafetą w Koszycach a Ołomuńcem – wszak Łukasz brał w tej pierwszej udział. Drugą – Damian Czerczak, którego forma w ostatnim czasie wystrzeliła w kosmos i wszelkie grupowe tabele z czasami okupuje na pierwszym miejscu. Jako trzeciego zaprosiłem Dominika Nieszkowieckiego, z którym wielokrotnie spotykałem się na lokalnych imprezach. Dominik był też jedyną osobą w grupie, która specjalizowała się w biegach krótszych. Miałem już ekipę i określony cel. Do Ołomuńca jechaliśmy, by stanąć na podium w kategorii open!

W końcu nastał ten dzień: 24 czerwca 2017 roku. Do Ołomuńca przybyliśmy 8 godzin przed startem. Czas do 19.00, czyli rozpoczęcia zawodów, został wykorzystany na odbiór pakietów, zwiedzanie starówki oraz zapoznanie z trasą i punktami zmian. Zgodnie z niepisaną tradycją w Ołomuńcu pojawiło się mocne słońce, na szczęście „tylko” 30 stopni w cieniu. Linia startu przebiegała przez samo serce miasta. Piękna starówka i ogromna ilość kibiców spowodowały, że atmosfera startu była niepowtarzalna. Start półmaratonu i sztafet jest jednocześnie. Wszystko to spowodowało, że już po przekroczeniu pierwszego kilometra pojawiła się informacja na moim zegarku, że tętno mam za wysokie. Do zmiany jeszcze 4 długie kilometry, zwolniłem więc minimalnie, by mnie nie postawiło do pionu. Dalej biegłem, już nie wyprzedzając, ale starałem się zachować tempo. Dużo zyskałem przy punkcie z wodą, ponieważ panował tam ogromny tłok, a ja dzięki temu, że miałem ze sobą wodę, mogłem biec prawą stroną, która stała się dużo luźniejsza. Zyskałem kilkanaście sekund. Walka o utrzymanie tempa trwała do końca. Z daleka zobaczyłem balon, który był naszym wypracowanym systemem rozpoznawania. Dzięki temu szybko dobiegłem do Łukasza i zmiana nastąpiła błyskawicznie. Polegała na przepięciu pasa z numerem startowym i chipem. Wymiana numeru to w naszym przypadku tylko kilka sekund, zmiany innych ekip trwały nawet powyżej minuty – na tym elemencie również zyskaliśmy.

Dobiegłem na 6. miejsce na 129 uczestników pierwszej zmiany



sztafety. Numer startowy przejął Łukasz, który miesiąc wcześniej przekroczył linię mety ultramaratonu na 107 km. Nie byliśmy pewni, czy zregenerował się wystarczająco po zawodach i czy da sobie radę na tak krótkim dystansie. Poradził sobie rewelacyjnie! Osiągnął drugi wynik w naszej sztafecie, z czasem 19:42 na 5 km. Co ważniejsze, wyprzedził kolejne dwie sztafety i przy zmianie z Dominikiem byliśmy już czwartą drużyną w zawodach. Dominik na swojej zmianie wyprzedził kolejne dwie sztafety i przy zmianie z Damianem wskoczyliśmy na 2. miejsce. Na ostatniej zmianie Damian ruszył tempem 2:50. By go wyprzedzić, trzeba by pobiec z szybkością powyżej rekordu świata w maratonie. Już wiedziałem, że drugiego miejsca nikt nam nie odbierze. Damian dobiegł do linii mety z czasem swojego odcinka 21:11, co mu dało średnią biegu 3:28 – najszybszą wśród wszystkich startujących uczestników sztafety.

Łączny czas naszej sztafety 1:24,12 brutto dał nam upragnione miejsce na podium. Spośród 129 sklasyfikowanych ekip, zajęliśmy 2. miejsce. Radość na podium nie miała sobie równych. Moc spełnionych marzeń jest wielka. A kategoria OPEN w dużym biegu zagranicznym, jak wiadomo, magiczna.

Ołomuniec uwielbiam z kilku powodów. Dojazd to czysty relaks: zajmuje niecałe 3 godziny autostradą. Dość powiedzieć, że od mojego domu do parkingu mam trzy zakręty w prawo :) Między biurem zawodów a parkingiem jest tylko 200 metrów, dzięki czemu logistyka jest rewelacyjna. Warto też

Uczestnicy sztafety:

Damian Czerczak, Łukasz Juszczyk,
Dominik Nieszkowiecki, Piotr Piątoń

wspomnieć, że od biura zawodów do startu też mamy ledwie kilkaset metrów. Podczas odbierania pakietów nie ma kolejek, a wydawanie numerów startowych idzie nad wyraz sprawnie.

Ołomuniec jest perłą Moraw i jego piękna starówka ma kilkanaście ciekawych zabytków. Z wielu atrakcyjnych miejsc należy wymienić zegar astronomiczny, kościół św. Maurycego, Ratusz oraz Kolumnę Świętej Trójcy. Warto wspiąć się po krętych schodach dzwonnicy w kościele św. Maurycego, by zobaczyć widok na całe miasto. Z tego też miejsca widać start. Wyprawa do Ołomuńca była wielce udana, można było poznać, pobiegać, stanąć na podium i cieszyć się sukcesem, a to wszystko w ciągu ledwie jednego dnia.

Półmaraton w Ołomuńcu to jedna z największych imprez w Czechach. Należy do prestiżowej serii biegów RunCzech. Międzynarodowe Stowarzyszenie Federacji lekkoatletycznej przyznało biegowi Złote odznaczenie. Dla porównania Maraton Warszawski ma brązowe. Liczba uczestników wynosi 6500 biegaczy, w tym 129 sztafet 4-osobowych i 240 sztafet 2-osobowych. Razem z biegami towarzyszącymi liczba uczestników przekracza 10 000. ■

Wakacje z duchami karateków kyokushin

JUSTYNA KROSTA
zawodniczka NKKK

9 lipca Niepołomicki Klub Kyokushin Karate wyruszył na kolejny obóz sportowo-rekreacyjny.

Tym razem wybraliśmy malowniczą Niedzicę, znaną skądinąd z głośnego serialu dla dzieci z lat 70. pt. *Wakacje z duchami*. Liczne atrakcje i wspaniała atmosfera sprawiły, że uczestnicy obozu zapamiętają go na długi czas. Oczywiście poza zwiedzaniem, opalaniem, pływaniem w jeziorze i licznymi grami odbywały się też bardzo ciężkie codzienne treningi, na których można było poprawić swoje zdolności w walce i technikach kata.

Po przyjeździe do ośrodka i zakwaterowaniu, korzystając z ładnej pogody, udaliśmy się na krótkie zwiedzanie okolicy, a później plażowaliśmy do wieczora i mogliśmy się zrelaksować przed nadchodzącym tygodniem. Jednak po powrocie trenerzy zafundowali nam pierwszy trening, w którym wszyscy chętnie uczestniczyli. Drugiego dnia pobudka była dość wcześniej i zaraz po niej poranny rozruch, który rozpoczął każdy następny dzień obozu, a starsza młodzież dodatkowo po ćwiczeniach gimnastycznych miała możliwość bie-

gania pod dyktando sempaia Bartosza Weigela. Dzień jak co dzień, rano biegaliśmy, a następnie odbywały się treningi Karate Kyokushin. Korzystając z tego, że sempaia Bartosz Weigel jest także czynnym zawodnikiem boksu, to w czasie treningów ćwiczyliśmy również techniki bokserskie z użyciem tarcz, skakanek itp. Dla odreagowania wieczorami mieliśmy zagwarantowane atrakcje typu: kręgle, bilard, tenis stołowy i wiele innych świetlicowych atrakcji. W niektóre dni udawaliśmy się na basen lub na boisko, gdzie graliśmy w piłkę nożną, siatkową czy koszykówkę, a także w mini golf.

Czwartego dnia pogoda nam dopisała, więc nasi trenerzy Wiesław Krosta i Bartosz Weigel zorganizowali wycieczkę nad wodospad, gdzie wykonaliśmy pamiątkową sesję zdjęciową. Jej efekty można znaleźć na naszym profilu na FB. Jeszcze tego samego dnia wieczorem mogliśmy odreagować i zamiast treningów zaszaleliśmy na dyskotekę.

Był też czas na kupno pamiątek oraz pamiątkowe zdjęcia. Czas wolny spędzaliśmy w sali gier. Pod koniec obozu grafik zajęć stawał się coraz bardziej napięty, ale dzięki dobrej organizacji wszystko udało się nam zrealizować. W przedostatni dzień udaliśmy się na plażę,

gdzie mogliśmy złapać trochę promieni słonecznych, a także korzystaliśmy z różnych atrakcji na wodzie jak np. kajaki czy rowery wodne. Jednak to nie był koniec programu na ten dzień. Po obiedzie czekała nas wyprawa na Trzy Korony, które zdobyli wszyscy uczestnicy obozu. Wieczorem było jeszcze ognisko, a na nim: smażenie kiełbasek, muzyka i taniec w deszczu – coś wspaniałego!

Ostatniej nocy uczestnicy długo siedzieli i rozmawiali w pokojach oraz rozpamiętywali obozowe przygody. Ostatniego dnia skoro świt, obudził nas sensei i zaprosił na poranny rozruch na plaży. Po treningu odbyło się podsumowanie obozu i rozdanie pamiątkowych dyplomów. Były także podziękowania za opiekę dla rodziców, którzy pojechali z nami na obóz oraz podziękowania dla fotografa Piotra Gajosza. Upamiętnił on na zdjęciach sporo pięknych, niezapomnianych zdarzeń, do których będziemy mogli wracać. Na koniec, w imieniu wszystkich obozowiczów składam podziękowania dla senseia Wiesława Krosty i sempaia Bartosza Weigela za kreatywne treningi, pomysłowość i wspaniałą organizację wolnego czasu.

Więcej informacji: www.kyokushin-niepolomice.pl, Facebook: Niepołomice Klub Karate Kyokushin ■

Wakacje z karate

Blisko pół tysiąca karateków uczestniczyło w lipcu i sierpniu w obozach zorganizowanych przez Akademię Karate Tradycyjnego Niepołomice-Kraków. Treningi karate, morze, plaża, wycieczki, gry, zabawy, ścianka wspinaczkowa, park trampolin, kino, basen, ognisko – te i inne atrakcje wypełniły program wakacji.



JOANNA MUSIAŁ
AKT Niepołomice-Kraków

Już po raz 14. rozpoczęliśmy od Letniej Akademii Karate, tym razem jednak bazą obozowiczów stał się budynek przy ul. Szkolnej w Niepołomicach. Obóz od lat cieszy się dużą popularnością. W licznych atrakcjach uczestniczą setki młodych karateków.

W tym roku Letnia Akademia po raz pierwszy odbyła się w niepołomickim Gimnazjum. Oprócz treningów karate na uczestników czekały: zabawy, basen, wycieczki, taniec, grill, ognisko, dyskoteki, mecze i konkursy sportowe. – *Letnia Akademia to dobra próba dla najmłodszych dzieci, nawet tych 5-letnich. Z dala od domu uczą się samodzielności, współpracy w grupie. Miło patrzeć, jak po kilkudniowym pobycie stają się bardziej zaradne* – zaznaczył Paweł Janusz, szef niepołomickiej Akademii Karate Tradycyjnego.

Każdy dzień rozpoczynał się od porannego rozruchu. Były to nie tylko zajęcia z elementami karate, ale też zumba. Pogoda sprzyjała przez większość pobytu, często więc wychodziliśmy na treningi w centrum miasta – głównie w Parku Miejskim i okolicy. Obozowicze dwa razy odwiedzili krytą pływalnię, zajrzeli też na film do kina w Małopolskim Centrum Dźwięku i Słowa. Atrakcją był też tradycyjny grill z kielbaskami w Osadzie Podegrodzie.

Obóz zakończył się Sportowym Piknikiem Rodzinnym w Zamku Królewskim w Niepołomicach. Ze szkoły, w której mieszkaliśmy, przeszliśmy przez centrum miasta do zamku, prowadzeni przez Orkiestrę Lira oraz rycerzy z Niepołomickiego Bractwa Rycerskiego. Na dziedzińcu wszyscy

obozowicze zaprezentowali pokaz dla zgromadzonych i stęsknionych rodziców. Sensei Paweł przedstawił każdą grupę i opiekunów, podziękował za udany obóz, a każdy karateka otrzymał złoty medal za odwagę i pokonywanie swoich słabości. Po wspólnym pamiątkowym zdjęciu maluchy mogły już pobiec, by uściskać rodziców. Czas umilała nam pięknym śpiewem Emilka Azierska. Do dyspozycji obozowiczów był dmuchany zamek, wata cukrowa, malowanie twarzy. Można było obejrzeć też pokaz baniek. Przez całą imprezę byli z nami rycerze, którzy prowadzili pokazy walk i treningi rycerskie. Na koniec, wspólnie z Katrin Kargbo, zatańczyliśmy energetyczną zumbę.

9 lipca karatecy AKT wyjechali na kolejny obóz, tym razem nad morze, do Sianożęt. Już po raz piąty spędzili 10 aktywnych dni w tej urokliwej miejscowości. W zgrupowaniu uczestniczyło blisko 100 karateków Akademii Karate Tradycyjnego Niepołomice-Kraków oraz zaprzyjaźnieni karatecy z Zielonej Góry, Opola i Kluczborka. W sumie niemal 270 osób.

Treningi prowadzili na zmianę instruktorzy AKT oraz senseiowie z Zielonej Góry i Opola. Była to dobra okazja do porównań z karatekami z innych klubów oraz skorzystania z wiedzy doświadczonych trenerów i sędziów zarazem.

Mimo intensywnych zajęć sportowych sporo czasu zostawało na inne aktywności – gry, zabawy, kaligrafię japońską, przeciąganie liny, kąpiele w morzu, dyskoteki, spacer, wycieczki rowerowe czy po prostu relaks na plaży. Jak zwykle dużą popularnością cieszyły

się wycieczki na lody i gofry.

W Kołobrzegu odwiedziliśmy wioskę piratów, którzy przygotowali dla nas wiele atrakcji. Sprawdzaliśmy swoją siłę, celność, spryt i pomysłowość. Dużo było przy tym śmiechu i dobrej zabawy. Na koniec pobytu odbył się chrzest. Osoby, które były po raz pierwszy na obozie, z niecierpliwością go oczekiwały. Na temat tego wydarzenia krąży już sporo historii. Nic więc dziwnego, że – niepewni swego losu – obozowicze zasypywali senseiów dziesiątkami pytań. Jednak nie taki diabeł straszny... Wszyscy podołali niespodziankom przygotowanym przez starszych karateków i zostali pełnoprawnymi członkami obozu.

Ci, którzy czuli niedosyt po obozie, mogli wziąć udział w kolejnych atrakcjach. Przez dwa tygodnie (7–11 sierpnia oraz 21–25 sierpnia) karatecy AKT spotykali się codziennie rano w Tauron Arenie Kraków, by aktywnie spędzić czas. Każdy dzień wypełniony był treningami karate, grami i zabawami sprawnościowymi, a także dodatkowymi atrakcjami. Było aktywnie i ciekawie. Odwiedziliśmy park trampolin, gdzie mogliśmy spróbować rozmaitych akrobacji. Dużo wrażeń dostarczyła ścianka wspinaczkowa, gdzie karatecy sprawdzali się na dużych wysokościach. Wybraliśmy się także do kina i do Ogrodu Doświadczeń. Ponadto sporo czasu spędziliśmy w pobliskim Parku Lotników, gdzie maluchy brały udział w rozmaitych zabawach i grach terenowych.

Dziękujemy wszystkim uczestnikom wakacji z AKT i już dziś zapraszamy na kolejne obozy! ■



Kolejne sukcesy zawodników KJK Pod Żubrem Niepołomice!

JOANNA WYPIÓR
KJK Pod Żubrem

W dniach 14–16 lipca 2017 ekipa KJK Pod Żubrem Niepołomice rewelacyjnie zaprezentowała klub w regionalnych i towarzyskich zawodach w skokach przez przeszkody rozgrywanych w WLKS Krakus Swoszowice. Nasi zawodnicy aż 13-krotnie uzyskali wysokie miejsca w pierwszej szóstce i zostali wyróżnieni podczas dekoracji. Skład i wyniki zawodników prezentują się następująco:

– **Wiktoria Styś i OSKAR** – zdeklasowali konkurencję, zajmując **2x1 miejsce, 3x2 miejsce i 1x4 miejsce** na podium w 6 na 6 konkursach (LL70 cm, LL80 cm,

L(100 cm)). Para ta **wygrała Finał Rundy Srebrnej**.

– **Marta Wypiór i kuc GLORY** – para ta startowała w konkursach LL70, LL80 oraz L100 cm, zajmując **2x1 miejsce** w konkursach LL70 i LL80 oraz **2 miejsce w Finale Rundy Srebrnej**.

– **Joanna Szyndler i HAMAS** – startowali w konkursach LL70, LL80, LL90 i L100 cm, zajmując 2x2 miejsce w konkursach LL80 cm.

– **Karolina Sicińska na koniach FALA i BAKŁAJ** – startowała w konkursach L(100 cm), L1(105 cm), P(110 cm), C(130 cm) i C1(135 cm), uzyskując 2x4 miejsce

w konkursach C i C1!

– **Andrea Scholtyssek i IKAR** – ta zupełnie nowa para zaliczyła pierwsze wspólne starty w konkursach LL80 cm i L100 cm.

– **Julia Świerkosz i MILADY** – ta również zupełnie nowa para zaliczyła pierwsze wspólne starty w konkursach LL60 cm, LL80 cm i LL90 cm.

Serdecznie gratulujemy uzyskanych wyników zawodnikom i trenerowi Olegowi Badałowowi! Dziękujemy za wsparcie rodzicom-luzakom, organizatorom za świetne warunki oraz sportową atmosferę. Gorące podziękowania dla firmy Transport Koni Kraków! ■



Udane starty uczniów szkół podstawowych

MAREK BURDA

MKS Spartakus Niepołomice

MKS Spartakus Niepołomice jako organizator współzawodnictwa sportowego szkół podstawowych o miano Najbardziej Usportowionej Szkoły Miasta i Gminy Niepołomice podsumował sezon sportowy 2016/2017.

Na spotkaniu gratulowano zawodnikom i zawodniczkom, którzy odnieśli największe sukcesy w bieżącym roku sportowym.

Otrzymali oni pamiątkowe wyróżnienia z rąk prezesa MKS Spartakus Marka Burdy oraz sekretarza Roberta Frasia. Wszystkie szkoły uczestniczące tegorocznej rywalizacji otrzymały pamiątkowe statuetki oraz sprzęt sportowy.

Bardzo dobre wyniki młodzież z naszej

gminy osiągnęła w zawodach biegowych i lekkoatletycznych oraz tradycyjnie w badmintonie i pływaniu. Największymi sukcesami ostatniego roku sportowego było: 1. miejsce Mieszka Hytrosia z SP Podłęże w finałach wojewódzkich w biegach przełajowych. W drużynowych biegach przełajowych 2. miejsce zdobyły dziewczęta z SP Niepołomice – Zuzanna Adamiec, Nikola Nagieć, Karolina Nitsch, Dominika Kalisz, Małgorzata Duś, Wiktoria Frąś, Maja Grabowska, Maria Dudziak, Agnieszka Syguła, Julia Kaczmarczyk. Sukcesy sportowe z roku na rok powtarzają badmintoniści – tym razem drużyna chłopców (Paweł Mucha, Krzysztof Omilianowski, Maciej Gałan) z SP Niepołomice zdobyła 2. miejsce, a drużyna dziewcząt (Kinga Kura, Julia Więclaw, Dominika Kalisz) 3. w województwie.

Szymon Waligóra z SP Podłęże był 5. w biegach przełajowych, a drużynowo 8. miejsce w czwórboju lekkoatletycznym zdobyła drużyna dziewcząt z SP Niepołomice (Zuzanna Adamiec, Nikola Nagieć, Karolina Nitsch, Dominika Kalisz, Małgorzata Duś, Wiktoria Frąś).

Sukcesy wojewódzkie były też udziałem pływaków Natalii Karolczyk, Mai Grabowskiej, Marii Dudziak, Oliwii Sochackiej, Jana Tynora i Kacpra Tynora (wszyscy SP Niepołomice).

Doceniona została także praca nauczycieli, którzy poprowadzili młodzież do sukcesów. Nagrody otrzymali Anna Dominik z SP Niepołomice oraz Bogusław Kukła z SP Podłęże.

Teraz pora na wakacyjny wypoczynek, a w nowym roku liczymy na kontynuację dobrych wyników. ■

Jaka pielęgnacja po słonecznych wakacjach?



JOLA ZALEWSKA

Angelium SPA w Zamku Królewskim w Niepołomicach

We wrześniu poddajemy skórę zabiegom regenerującym, które mają przynieść nam odświeżenie, rozświetlenie i nade wszystko wyrównanie wody w skórze twarzy i ciała.

W domowym zaciszu można się wspomagać różnymi peelingami, od gruboziarnistych po gommage oraz maskami kremowymi, które nie są kłopotliwe w nakładaniu i spełniają świetnie funkcję pierwszej pomocy w nawilżaniu. W ich składzie znajdziemy wszechobecny kwas hialuronowy, glicerynę, sorbitol, mleczan sodu lub mocznik. Wszystkie one odgrywają swoją rolę doraźnie, ale jeśli potrzebujemy regeneracji i nawodnienia głębszych warstw skóry, to zachęcam do wybrania zabiegów gabinetowych.

Pierwsze, co polecam, to peelingi, których oferta jest naprawdę bogata i jest z czego wybrać. I tak **peelingi kwasowe** – to wybór bardzo skutecznych zabiegów, które najlepiej wykonywać w serii, zaczynając od minimalnych stężeń. Z kwasów świetnie nawilżających wyróżnia się najbardziej chyba znany paniom, kwas migdałowy. Nawilżająco będzie również działał kwas bursztynowy, fitowy, laktobionowy, shikimowy i oczywiście glikol. Niemniej oprócz nawilżania, często pojawiają się posłoneczne przebarwienia i wtedy musimy do tych nawilżających dołożyć także kwasy wybielające jak mlekowy, azelainowy, kojowy. O tym, jaki kwas zastosować w zależności od potrzeb skóry, zdecydować kosmetyczka, jak również o tym, jaką pielęgnację mieć w domu, by efekt był jak najbardziej zmaksymalizowany i jak najdłużej utrzymywał się w naszej skórze. Wybór peelingów gwarantuje nam także usunięcie tego wysuszonego i niepotrzebnego naskórka. Dotyczy to również ciała. Tu polecam mikrodermabrazję ciała lub naprawdę dobry, gruboziarnisty peeling wykonany dokładnie przez kosmetyczkę. Na to wystarczy nałożyć maskę piankową lub żelową z aloesem ewentualnie hydrolatami i skóra będzie jak nowo narodzona.

Z **zabiegów nawilżających i regenerujących** twarzy polecam takie, które mają w swoim protokole ampułki i serum wysokiej jakości. Do tego dokładamy sonoforezę, czysty tlen, criolift i już mamy pewność, że składniki aktywne dotarły w miejsce, gdzie są naprawdę potrzebne. Gwarantuje to szybką rewitalizację i nawodnienie.

Ja osobiście bardzo cenię **criolift** i **rolkę**. Pod kątem naprawczym to naprawdę rewelacyjne zabiegi. Pierwszy criolift schładza skórę głowicą minus 18 stopni, dając sygnał receptorom, że czas rozpocząć regenerację. Natomiast rolka to nakłucia na całą powierzchnię twarzy. Działają tym samym torem – uruchamiają nasze własne systemy naprawcze, co dla organizmu jest i najlepsze i najzdrowsze. Można zastosować także na ciało, odpowiednio dobierając długość igieł.

I ostatni, zawsze skuteczny, znany od dawna – **płat kolagenowy**. Jeśli jest wysokiej klasy, to naprawdę może zdziałać cuda. Oprócz wysokiego nawodnienia świetnie sprawdzi się w procesach regeneracyjnych i pojędrniających. Doda skórze napięcia z zachowaniem miękkości i wygładzenia. To taka wisienka na torcie wszystkich zabiegów nawilżająco naprawczych dostępnych praktycznie we wszystkich gabinetach.

Dla pań pragnących mocniejszych zabiegów i szybszych efektów zawsze pozostaje spotkanie z medycyną estetyczną, gdzie niewątpliwie warto zacząć od **mezoterapii witaminowo-hialuronowej lub Skinboostera**, który nawodni maksymalnie, poprawi owal twarzy i napnie skórę idealnie co po lecie odczuje się jak mega lifting. A wszystko dzięki czterem nakłuciom, bo tyle tylko potrzeba by wykonać ten zabieg.

Niemniej zanim zdecydujemy się na konkretny zabieg, warto wszystkie opcje przemyśleć, skonsultować z kompetentną osobą i wybrać to, co przyniesie najlepszy efekt. ■



Foto: pixabay.com

BRAIN FOODS

CZYLI JEDZ MĄDRZE DLA BYSTROŚCI UMYŚŁU!

Pamiętasz stracha na wróble z *Czarnoksiężnika z Oz*? Jego zdolności rozumowania nie były na najwyższym poziomie i w tym celu udał się wraz z Dorotką do czarnoksiężnika. Co z innymi mającymi podobny problem? Spokojnie, nie muszą przygotowywać się na wyprawę do Oz. Mogą co najwyżej udać się do najbliższego sklepu i skorzystać z darów matki natury.



ANNA ZAŁUBSKA

właściciel gabinetu dietetycznego w Niepołomicach
doktorantka wydziału technologii żywności UR Kraków

Nie każdy wie, że pożywienie może wpływać korzystnie na nasze zdolności poznawcze. A wiedza ta jest szczególnie przydatna w okresie nauki. Właśnie rozpoczął się nowy rok szkolny, a za miesiąc uczelnie zapełnią się studentami. To dobry moment na wdrożenie kilku zmian w naszym codziennym menu...

Każdy, kto chce zdobyć przewagę nad swoimi rówieśnikami i chce pobudzić szare komórki do pracy, powinien bezzwłocznie włączyć do swojej diety produkty pełnoziarniste.

Podobnie jak wszystko inne w ciele, mózg nie może pracować bez energii. Zdolność koncentracji i skupienie wynika ze stałej podaży energii w postaci glukozy. Taki efekt uzyskasz, spożywając produkty o niskim indeksie glikemicznym.

Ciemny ryż, pełnoziarniste makarony, chleb żytni to produkty, które nie powodują nadmiernego, chwilowego pobudzenia, tylko leciutko pobudzają twoje komórki mózgowe.

Musisz uwierzyć w moc witamin, szczególnie witamin z grupy B – B6, B12 i kwas foliowy. Zmniejszają one poziom homocysteiny we krwi. Ta natomiast odpowiada za wystąpienie udaru mózgu, zaburzenia funkcji poznawczych i chorobę Alzheimera. Skąd wiemy, że witamina B complex działa korzystnie na mózg? Przeprowadzono długoletnie badania na grupie osób w podeszłym wieku z zaburzeniami pamięci. Po dwóch latach diety i suplementacji witaminą B complex zaobserwowano wyraźne różnice w strukturze mózgu

w porównaniu do grupy placebo. Pomyślisz pewnie: 2 lata! To szmat czasu!, ale to nie wymaga wielkiego wysiłku – spożywaj na co dzień duże ilości jajek i zielonych warzyw, a na przekąskę sięgaj po orzechy lub nasionka. A jak już o nich mowa... nasiona dyni dostarczają nam cynk, który ma kluczowe znaczenie dla poprawy pamięci i myślenia. Pełne są również magnezu i tryptofanu, prekursora serotoniny odpowiedzialnej za dobre samopoczucie! Co jeszcze w nich znajdziemy? Kwasy omega-3, które „naoliwią” mózg! Jest wiele badań potwierdzających wpływ nienasyconych kwasów tłuszczowych na nasze szare komórki – zamiast chipsów wybieraj orzechy i nasiona.

Gdzie jeszcze znajdziesz drogie tłuszcze? W awokado! Ten tłusty owoc wpływa na prawidłowe ukrwienie naszych narządów – w tym także mózgu. Istnieją dowody sugerujące, że likopen, silny przeciwutleniacz znajdujący się w pomidorach, chroni przed wolnymi rodnikami, które tworzą się w naszym ciele i uszkadzają komórki. Z pozoru niewinne cząsteczki przyczyniają się do rozwoju demencji i chorób neurodegeneracyjnych. W okresie intensywnego wysiłku umysłowego eksperymentuj z włoską kuchnią, która obfituje w sosy pomidorowe domowej roboty z niewielkim dodatkiem oliwy, aby zoptymalizować wchłanianie. Brzmi pysznie, a twój mózg będzie za to bardzo wdzięczny.





W trakcie nauki zjadaj się ciemnymi owocami i warzywami. Zamiast słodczy – śliwki, ciemne winogrona, jagody. Zawierają antocyjany, które wg badań na

Uniwersytecie Tufts w USA pobudzają ośrodki odpowiedzialne za pamięć krótkotrwałą.

Postaw na brokuły! To świetne źródło witaminy K, która jest istotnym elementem w zwiększaniu funkcji poznawczych i poprawy potencjału umysłowego. Naukowcy odkryli, że brokuły zawierają glukozynolany, a one spowalniają rozkład neurotransmitera, acetylocholino, którego potrzebujesz do prawidłowego funkcjonowania ośrodkowego układu nerwowego.

Miedzy posiłkami sięgaj po zieloną herbatę, zawiera ona bowiem teaninę – aminokwas, który zwiększa poziom serotoniny (hormonu szczęścia) oraz

dopaminy (hormonu przyjemności). Dzięki temu chroni i pobudza twój mózg, podobnie jak dobry nauczyciel – który najpierw pokaże ci jak coś zrobić, a dopiero później pozwala ci pracować samemu.

Zamykając temat, należy wspomnieć, że nie tylko jakość posiłków, ale ich częstotliwość jest szalenie ważna! Gdy odczuwasz głód, poziom glukozy we krwi jest niski, a tym samym mózg nie ma paliwa do działania. Podobnie jest z płynami. Gdy pijesz małe ilości wody, mogą pojawiać się migreny, gdyż mózg nie jest prawidłowo ukrwiony. Pamiętaj więc o minimum 4 posiłkach dziennie i o odpowiedniej ilości płynów. ■

Żywnienie królików

PODSTAWY



MONIKA BIELAK

lekarz weterynarii w Przychodni Weterynaryjnej DAN-VET w Niepołomicach

Królik to najpopularniejszy przedstawiciel gatunku zajęczaków, należący do rodziny ssaków, ale mający nieco inne zapotrzebowania żywieniowe niż pozostałe zwierzęta domowe. Króliki są ścisłymi roślinożercami, posiadającymi niezwykle rozbudowane jelito ślepe zajmujące około 75% ich wielkości, gdzie – za sprawą licznych bakterii – zachodzą procesy fermentacji. Stąd ciągłe zapotrzebowanie na włókno w diecie. Nie zapomnijmy jednak, że również i ich potrzeby są zależne od wieku.

MŁODE KRÓLIKI

Po odsadzeniu króliki w wieku 8 tygodni – 7 miesięcy powinny być żywione pokarmem o bogatej kaloryczności, z odpowiednim dodatkiem witamin oraz minerałów – potrzebują go do wzrostu i prawidłowego rozwoju. Wszystkich potrzebnych składników dostarcza dobrej jakości granulaty i świeże siano.

Smaczny i zbilansowany granulaty to skoncentrowane źródło energii i składników odżywczych bogate w kwasy tłuszczowe, których często brakuje w świeżych pokarmach. A na dodatek dobre granulaty są właściwie

zbilansowane, bo grunt to prawidłowe proporcje! Ten o najlepszym składzie powinien mieć co najmniej 18% włókna pokarmowego, 12–14% białka, zaledwie 3% tłuszczu oraz 0,5–0,8% wapnia. Podstawą jest, aby ilość białka, tłuszczu i cukru nie przekraczała ilości włókna pokarmowego.

Siano – świeże siano jest najlepszym źródłem włókna, od którego zależą prawidłowe procesy trawienne. Najlepsze jest to najbardziej naturalne z łąki, o świeżym zapachu, zielone, suche i szorstkie. Nie może zawierać zbyt dużo pyłu. Często siano ze sklepu

jest mało aromatyczne i złej jakości. Warto na to zwrócić szczególną uwagę, jak również sprawdzać, czy nie jest zbyt wilgotne i nie zawiera pleśni.

U 3-miesięcznych maluchów ostrożnie możemy wprowadzać do diety warzywa. Są one doskonałym rezerwuarem witamin, ale i dodatkiem wody, korzystnie wpływającej na procesy trawienne. Pamiętajmy, by podawać je ostrożnie i w niewielkich ilościach, według zasady jeden rodzaj na raz i około doby obserwujemy wydalany kał. Jeśli nie widzimy zmiany konsystencji kału, kontynuujemy



Foto: pixabay.com

podawanie przez kolejny tydzień.

8 MIESIĘCY – 1 ROK

W tym wieku kontrolujemy uważnie ilość podawanego granulatu, ponieważ zapotrzebowanie na kalorie nie jest już aż tak duże. Królik osiągnął już docelową wagę, wielkość i dojrzałość płciową. Możemy natomiast stopniowo zwiększyć ilość warzyw w diecie oraz od czasu do czasu podawać przysmaki w postaci owoców (w bardzo niewielkiej ilości, gdyż są one źródłem węglowodanów, które mogą zaburzyć prawidłowe trawienie). Przed podaniem owocu należy usunąć z niego pestki i nasiona.

KRÓLIKI POWYŻEJ 1. ROKU ŻYCIA

Ich zapotrzebowanie na kalorie jest najniższe spośród wszystkich wcześniejszych etapów. Dieta powinna mieć swoją podstawę w sianie i warzywach. Staramy się natomiast jeszcze nieco ograniczyć ilość podawanego granulatu, w ten sposób zmniejszając kaloryczność posiłków. Kilka przykładów warzyw bezpiecznych i pożądanych w diecie królika: sałata rzymska, sałata motylkowa, sałata lollo rosso, rukola, cykoria, rzodkiewka

i liście rzodkiewki, papryka, seler korzeniowy, dynia, kabaczek, cukinia, buraki czerwone i ich liście, koper włoski, lucerna siewna, pasternak, pietruszka korzeń, szpinak, trawa pszeniczna, szparagi i zielone strączki słodkiego groszku.

W ograniczonych ilościach naszym pupilom podawać możemy: brokuły, kalafior, brukselkę, jarmuż, kapustę, kalarepę, rzepę i liście rzepy oraz pomidory.

Pamiętajmy o tym, by dietę królika uzupełniać o zioła: nać pietruszki, koniczynę, bazylię, miętę pieprzową, rzeżuchę ogrodową, szalwię, kminek, koperek, oregano, lawendę, rozmaryn, koper, tymianek, mniszek lekarski oraz kolendrę.

Dodatki owocowe (w ograniczonej ilości): maliny, czarne jagody, truskawki, jeżyny i ich liście, jabłka, melon, papaja, gruszki, ananasy, winogrona, banany, pomarańcze, mango.

JAK ZADBAĆ O KRÓLICZE ZĘBY

Prawidłowe żywienie u królików ma nie tylko korzystny wpływ na właściwą perystaltykę przewodu pokarmowego, ale równie ważne jest dla prawidłowego

ścierania zębów.

Zęby u królika wymieniane są raz, podobnie jak u nas, z mlecznych na stałe, jednak stałe zęby rosną u nich przez całe życie. Dlatego szczególnie ważne jest włókno, granulaty, warzywa oraz gałązki. Bezpieczne dla naszych podopiecznych gałązki pochodzą m.in. z takich drzew jak: jesion, brzoza, wierzba, świerk, klon, jałowiec, topola, jabłoń, grusza, leszczyna. **Unikamy gałązek z drzew mających owoce z jedną pestką, gdyż są dla królików trujące (np. wiśnia, śliwa).**

Zęby stałe przyrastają z prędkością około 2 mm/tydzień. Pamiętajmy zatem o częstej kontroli uzębienia oraz konieczności ich przycinania, kiedy stają się one dużym problemem w pobieraniu i gryzieniu pokarmu. Wprowadzając kolejne produkty do diety, pamiętajmy: do weterynarza trzeba się udać, gdy pojawiają się biegunki. W takim przypadku królik potrzebuje natychmiastowej pomocy. W przeciwnym razie może dojść do enterotoksemii, czyli zatrucia toksynami patologicznych bakterii i zatrzymania pracy jelit. ■

Kalendarz bociana



PAULINA SZERLEWICZ-GŁADYSZ
Stowarzyszenie Zielony Puszczyk

MARZEC

Nareszcie są!

W końcu miesiąca przyleciały. Wyczekiwałam ich już od początku marca. Są dla mnie zwiastunem wiosny, sygnałem, że przyroda budzi się z zimowego odrętwienia, dają nadzieję na ciepłe dni. Najpierw pojawił się „pan” bocian. Przypuszczam, że to samiec, bo ponoć to one pojawiają się w gnieździe pierwsze. Poza większą masą i postawniejszą sylwetką samce



Foto: Igor Długosz

niczym się nie różnią od samic. Przyleciał i zamiast odpocząć po dalekiej podróży, od razu zabrał się za porządkowanie swego nowego domu. Do gniazda ułożonego na specjalnej platformie na słupie energetycznym w pobliżu Puszczy Niepołomickiej leciał z afrykańskiego zimowiska przez Sudan i Synaj, Bliski Wschód, cieśninę Bosfor, Bałkany, omijając Morze Śródziemne. Podróż swą rozpoczął być może już w styczniu. Wykorzystując najłżejsze prądy ciepłego powietrza, nagrzewającego się od skał i powierzchni ziemi, szybował na wysokości nawet ponad 1000 m nad ziemią. Przemieszczał się około 150–200 km dziennie, a gdy warunki były sprzyjające – potrafił przelecieć dwa razy więcej. Pokonał w sumie około 8–10 tysięcy kilometrów. I w końcu jest...

Trudno powiedzieć czy gniazdo, które wybrał, było jego domem w poprzednim roku. Podobno bociany powracają do tych samych gniazd przez kilka lat z rzędu, a kiedy już wybiorą nowe, znajduje się one w odległości 10–20 km

od poprzedniego.

„Mój” bocian nie jest odosobnionym przedstawicielem swojego gatunku w miejscowościach otaczających Puszcę Niepołomicką. Co roku przylatuje ich tu około 60–70 par, dzięki czemu jest to rejon najliczniejszego występowania tego ptaka w województwie małopolskim. Przez okoliczne wsie wytyczono szlak turystyczny „Bocianie Gniazda”, biegnący od Niepołomic, poprzez Wolę Batorską, Zabierzów Bocheński, Wolę Zabierzowską, aż po łąki dzielące Puszcę Niepołomicką na kompleks główny i Las Grobla, ciągnące się wzdłuż Drwinki.

Tymczasem w Puszczy Niepołomickiej...

...w końcu marca do swego gniazda ukrytego w lesie, rozpiętego w koronie starego, dorodnego dębu, z dała od siedzib ludzkich, przyleciał bocian czarny. W porównaniu do swego białego kuzyna – jest odrobinę mniejszy, odróżnia go czarna głowa, szyja, grzbiet, pierś, z metalicznym zielonym lub fioletowym połyskiem, brzuch jest biały. Dziób, nogi i naga skóra wokół oczu ma kolor czerwony. Bocian czarny jest skryty i płochliwy. Woli zaciszne, leśne ostoje, w sąsiedztwie cieków wodnych,

lubi bowiem żerować na śródleśnych moczarach, wilgotnych łąkach, dolinach rzek, czy przy rowach melioracyjnych. Ten, który przyleciał niedawno, jest jednym z około 10 bocianów czarnych zamieszkujących Puszcę Niepołomicką. Wg szacunków w całej Polsce na lęgowiska udaje się 1400–1600 par (dla porównania – liczebność bociana białego w Polsce ocenia się na ponad 50 000 par [dane z 2005 r.]). Zajęcie terytorium lęgowego bocian czarny sygnalizował lotem tokowym nad gniazdem.

KWIECIEŃ

U „białego” w gnieździe dużo się dzieje...

W kilka dni po przylocie samca w gnieździe zawitała samica. Jak podaje dr Kruszewicz w swojej książce *Ptaki Polski* to właśnie gniazdu, a nie sobie, wierne są bocianie pary. Wygląda na to, że miejsce lęgu, które wybrały moje bociany, jest położone w okolicy atrakcyjnego żerowiska (podmokłe, wykaszane łąki, rzeka Drwinka), bo pewnego dnia pojawił się konkurent. Głośnym klekotaniem, przybraniem „strasznej” pozy i wymachiwaniem skrzydłami gospodarz gniazda wypłoszył intruza. Nie zawsze konfrontacja ma tak łagodny przebieg – zdarza się, że w gnieździe lub też w powietrzu dochodzi do prawdziwej bocianie walki. Ptaki wykorzystują wówczas swój oręż, czyli długie, mocne dzioby. Tym razem skończyło się na straszeniu i obyło się bez ofiar śmiertelnych – właściciel gniazda wyszedł z potyczki obronny... dziobem. Ptaki powróciły do swych codziennych, bocianich obowiązków. Od czasu przylotu, właściwie przez cały okres lęgowy, gniazdo jest ulepszane, poprawiane. Szukanie materiału potrzebnego do renowacji jest domeną samca. Zebrany materiał, jak gałązki, siano, słoma, perz, plastikowe worki czy szmaty, składa na brzegu gniazda, a wówczas samica zajmuje się „wystrojem wnętrza” – czyli układa w wybranych miejscach zebrany materiał. Bociani dom nadbudowywany



Foto: Paulina Szerlewicz-Gładysz

Foto: Paulina Szerelewicz-Gładysz



jest z roku na rok i czasem osiąga imponujące rozmiary, a wagę nawet do dwóch ton. Tak wielka konstrukcja bywa niebezpieczna. Zdarza się, że takie „wieżowce” spadają, dlatego, jeśli gniazdo urasta do niepokojących rozmiarów, czasem jest w części zrzućane. Bywa, że bocianie lęgowiska mają sublokatorów: głównie wróble, mazurki, ale też szpaki czy kawki. Konstrukcję gniazda tworzą patyki i gałęzie ułożone w formie pierścienia. Średnica takiej budowli wynosi od 90 do 200 cm, a wysokość zazwyczaj kilkadziesiąt centymetrów. Gniazdo „mojego” bociana jest raczej średnich rozmiarów, ani za duże ani za małe –

na zmianę – po zakończeniu szczyty bocian ma czas na znalezienie dla siebie pokarmu, potem wraca do wysiadywania, przewracając czasem jaja, by równomiernie się ogrzały, wietrząc tym samym dno gniazda.

Tymczasem w Puszczy Niepołomickiej...

Podczas odwiedzin przy gnieździe zauważyłam kołujące nad nim dwa czarne bociany. Staralam się być cicho, bo wiem, że ptaki te są bardzo płochliwe. Pod gniazdem widać masę białych plam, jakby ktoś malował sufit – to bocianie odchody. Czyli „moje” boćki wybrały sobie to drzewo na miejsce swego lęgu. Prawdopodobnie jest to gniazdo tegoroczne – sądzę tak, ponieważ nie jest ono zbyt rozbudowane. Takie nowe lęgowisko ma zazwyczaj 75–95 cm średnicy – starsze gniazda bywają znacznie większe, o zewnętrznej średnicy mierzącej nawet 200 cm i tyleż samo wysokości. Bocian buduje je z gałęzi, wysięciła mchem, trawami, suchymi roślinami.

Cykl rozrodczy wygląda podobnie jak u bociana białego. Lęg składa się od 3 do 6 jaj, wysiadywanie (wspólny obowiązek samca i samicy) zabiera ptakom 32–38 dni, a młode przebywają w gnieździe około 60–70 dni.

MAJ

U „białego” są maluchy!

Pod koniec maja wykluła się trójka młodych bocianów. Dało się zaobserwować poprzedzający klucie niepokój w gnieździe – ptak przesuwał jaja, często wstawał, wiercił się. Po wykluciu się zjadł skorupy jaj. Młode są zupełnie bezradne a dowodem na to, że się wykluły, jest widok karmiących je rodziców. W niedalekiej odległości od gniazda jeden z nich szuka pożywienia. Drugi – przez pierwsze 3–4 tygodnie życia młodych – pilnuje potomstwa, chroniąc je przed drapieżnikami czy osłaniając przez silnym wiatrem, deszczem czy upałem (rozkłada skrzydła

jak parasol). Poszukując pokarmu, bociany zjadają w zasadzie wszystko, co wpadnie im do dzioba, czyli dżdżownice, pisklęta ptaków, jaszczurki, traszki, węże, krety, szarańczaki, chrząszcze, ryby, a nawet padlinę. Bocian jest oportunistą pokarmowym – dieta jego jest uzależniona od zasobności siedliska. Żaby są ważnym składnikiem diety bocianie tylko na przedwiośniu, gdy gryzonie i owady są jeszcze nieliczne. Dietę bociana można poznać dzięki wypluwkom, czyli wydalonym niestrawionym fragmentom pokarmu.



Foto: Paulina Szerelewicz-Gładysz

Tymczasem w Puszczy Niepołomickiej...

Znowu tam byłam – widziałam „czarnego”, jak kołuje nad lasem. Ciekawe, czy lęg się udał? Gniazdo jest wysoko, wokół gęste korony drzew – trudno tu o wnikliwą obserwację. Bociany czarne wyprowadzają od 1 do 6 młodych, a najczęściej par doczekuje trójki potomstwa. Wydaje się, że okoliczne wilgotne łąki, rzeka oraz koryta starorzecza zapełnione wodą mogą dostarczyć ptakowi wystarczającej ilości jego ulubionego pokarmu, który stanowią przede wszystkim ryby, oprócz tego wodne owady, pijawki, płazy, gady i gryzonie. Tymczasem oddalam się w ciszy, mam nadzieję, że niezauważona...

CZERWIEC

U „białego” w gnieździe robi się ciasno

Boćki szybko rosną, ilość miejsca w gnieździe jakby się skurczyła. Młode różnią się od rodziców czarnym dziobem i czarnymi nogami. Pokryte są białym puchem. Gdy pisklęta częściowo się opierzą, rodzice pozostawiają je w gnieździe same, gdy oni tymczasem zajmują się poszukiwaniem pokarmu. Po trzech tygodniach bociany stają na nogach. Widać, że otaczający świat zaczyna być ciekawie – rozglądają się dookoła – gdyby przy gnieździe pojawił się człowiek, czy inny intruz, udawałyby martwe aż do czasu przybycia rodziców, ▶

Foto: Igor Długosz



takie w sam raz dla bocianie rodziny. Bardzo szybko po przylocie bociany znajdują czas na miłość. Nie tracą czasu na wyrafinowane amory – nie ma toków czy zalotów. Po krótkiej ceremonii powitalnej dochodzi do kopulacji. Wszystko przez napięty terminarz. W trwającym 100 dni cyklu rozrodczym, który jest głównym zajęciem bocianów podczas ich pobytu w Europie, samica musi znieść jaja, wysiedzieć je przez 33–34 dni, a po wykluciu się młodych wykarmić je, bo te dopiero po 60–65 dniach gotowe są opuścić gniazdo. W połowie czy w końcu sierpnia trzeba już zbierać się do odlotu na zimowiska. Nie ma więc czasu na zbędne amory – trzeba działać!

Wysiadywanie lęgu należy do obowiązku obojga rodziców. Robią to

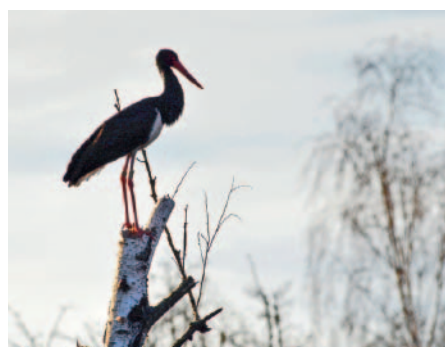


Foto: Igor Długosz



przywierając nieruchomo do gniazda. Dla młodych już najwyższy czas rozpocząć ćwiczenia skrzydeł. Machając nimi, boćki potrafią wzlecieć metr lub dwa ponad gniazdo. Wygląda to niezwykle!

Bociana rodzina ma szczęście, bo dochowała się trójki zdrowego potomstwa. Nie każdej ptasiej familii los tak sprzyja. W gnieździe zdarzają się tragedie. Jedną z przyczyn śmierci piskląt jest zaplątanie w przynoszone przez rodziców do gniazda sznurki z tworzywa sztucznego, używane w rolnictwie. Inną mogą być pasożyty, wyrzucenie z gniazda przez rodzica, napaść drapieżnika, np. kuny czy wrony, czy śmierć z powodu upadku, spowodowanego np. silnym wiatrem. Niesprzyjające warunki atmosferyczne, jak długotrwałe oziębienie, może także spowodować masową śmierć młodych.

Tymczasem w Puszczy Niepołomickiej...

W gnieździe siedzi ptak – raczej dorosły. Trudno ocenić, wypatrując między gałęziami. Jeśli są młode – ich rodzice, podobnie jak to jest u białego krewniaka, wspólnie zajmują się ich wyżywieniem. Tu także przez pierwsze 3-4 tygodnie życia zawsze któryś z dorosłych ptaków jest przy gnieździe i pilnuje piskląt. Drugi w tym czasie poszukuje pokarmu. Potrzeba go naprawdę sporo, młode bociany bowiem karmione są od kilku do 14 razy w ciągu doby i tak przez cały okres ich przebywania w gnieździe. Rodzice mają ręce, a raczej dzioby pełne roboty!

LIPIEC

„Białe” wyleciały z gniazda

Po 7 tygodniach życia, bociany osiągnęły masę około 3000 g. Bociana rodzina wypełnia całe lęgowisko. Po upływie kolejnych dwóch tygodni młode są gotowe wylecieć z gniazda – niezbyt daleko, na sąsiednie pole czy dach stojącej nieopodal stodoły. Ten pierwszy lot jest nieudolny, widać, że ptaki mają problemy z manewrami – jednak szybko się uczą i doskonałą technikę. Zdarza się, że niewprawni lotnicy ulegają porażeniu prądem, jeśli wpadną w druty wysokiego napięcia, lub też giną potrącone przez samochód. Szybko jednak młode ptaki nabierają w lataniu wprawy – to dobrze, bo niebawem czeka je daleka podróż na zimowiska.

Tymczasem w Puszczy Niepołomickiej...

Na początku lipca udałam się na swoją comiesięczną wizytę u „czarnego”. Zaniepokoiliam się, wchodząc do lasu – w miejscu nieprzetartej ścieżki zastałam wyjeżdżoną drogę. Z każdym krokiem niepokój mój wzrastał – widać, że w lesie prowadzona była trzebież. Koła ciężkiego pojazdu prowadziły pod drzewo z bocianim gniazdem. Ptaków nie było widać, nie znalazłam śladów po odchodach. Jak dowiedziałam się później – pozyskanie drewna w tej części Puszczy było planowane, a ptaki być może się wyniosły. Najpewniej nie przystąpiły do lęgu bądź lęg się nie udał. Na skutek różnych przyczyn losowych lęg co szóstej pary kończy się niepowodzeniem – tak musiało być i tutaj. Wielka szkoda, że nie udało mi się zaobserwować młodych. Czarne bocianięta w puchu są... białe, mają żółte dzioby i nogi, na grzbiecie rosną im ciemnobrązowe pióra, które dopiero w trzecim roku życia uzyskają właściwy kolor. Pocieszenie wyglądają młode ptaki z resztkami puchu na grzbiecie jakby oprószone mąką albo przysypane śniegiem...

SIERPIEŃ

Spotkania na „sejmikach”

Czas w gnieździe szybko płynie na codziennych bocianich obowiązkach. Gniazdo przez cały okres lęgowy jest pielęgnowane, uzupełniane. Jeszcze przez jakiś czas młode są dokarmiane przez rodziców, choć już towarzyszą im w wycieczkach na łąkę i potrafią same znaleźć pokarm. Dzioby stają się bardziej czerwone, choć właściwy kolor uzyskają

dopiero po około roku. Ich loty, a w szczególności manewr lądowania stają się bardziej precyzyjne. W sierpniu rozpoczynają się bocianie „sejmiki”, które stanowią etap przygotowania do odlotów. Ptaki spotykają się licznie na łąkach, na których żerując, uzupełniają energię przed długim lotem. Jako pierwsze odlecają ptaki, które nie przystąpiły do lęgów. Za nimi podążają młode bociany tegoroczne, dla których podróż jest szczególnie niebezpieczna (aż 30% z nich nie dotrze do zimowiska). Ostatnie odlatają osobniki dorosłe, które odchowwały potomstwo. Wędrowka na afrykańskie zimowiska zajmuje ptakom około dwóch miesięcy.

„Czarny” odlataje później...

Bocian czarny odlataje nieco później niż biały – zdarzają się odloty także w październiku. Trasa jego wędrówki jest różna, ptak ten bowiem jest mniej uzależniony od ciepłych prądów wznoszących, w przeciwieństwie do swego białego krewniaka. Bywa, że leci sam, lub też łączy się w stada przekraczające 100 osobników. W ciągu doby może przemieścić się na odległość przekraczającą 500 km! Niecodziennie jednak jest w stanie pokonać taki sam dystans – po kilku intensywnych dniach ptak potrzebuje odpocząć, nawet przez kilka dni.

„Biały” i „czarny” – pod ochroną!

Zarówno bocian czarny, jak i biały są w Polsce objęte ochroną ścisłą i wymagają ochrony czynnej. Dodatkowo wokół gniazda bociana czarnego tworzy się strefy ochronne: w promieniu około 100 m – strefę ścisłej ochrony całorocznej oraz w promieniu około 500 m strefę, w której nie można przebywać w okresie lęgowym (od 15 marca do 31 sierpnia). W strefie ochrony ścisłej nie prowadzi się żadnej działalności (np. pozyskania drewna). Bocian czarny chroniony przez prawo międzynarodowe: Dyrektywę 79/409/EWG w sprawie ochrony dzikich

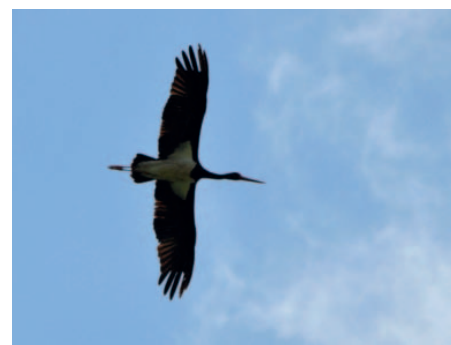


Foto: Igor Długosz



ptaków (tzw. Dyrektywa Ptasia), Konwencję o ochronie dzikiej fauny i flory europejskiej oraz ich siedlisk (Konwencja Berneńska), Konwencję o międzynarodowym handlu dzikimi zwierzętami i roślinami gatunków zagrożonych wyginięciem (Konwencja

Waszyngtońska), Konwencję o ochronie wędrownych gatunków dzikich zwierząt (Konwencja Bońska).

Kiedy piszę te słowa, jest połowa sierpnia – gdzieś tam pewnie już rozpoczęły się bocianie sejmiki. Wkrótce bociany znikną na kilka miesięcy z naszych okolic i pewnie każdy pomyśli wtedy o nadchodzącej jesieni... A ja całą zimę – jak zwykle – będę wyczekiwała dnia przylotu czarno-białych, dostojnych zwiastunów wiosny. I jak co roku – kiedy zobaczę takiego zwiastuna, łza szczęścia zakręci się w oku. Do następnego, panie bocianie!

Literatura:

Chylarecki P., Sikora A., Cenian Z.,

Chodkiewicz T. (red.). Monitoring ptaków lęgowych. Poradnik metodyczny. Wydanie 2. GIOŚ, Warszawa 2015.

Inwentaryzacja ornitologiczna wybranych gatunków ptaków obszaru Europejskiej Sieci Ekologicznej Natura 2000 Puszcza Niepołomska PLB120002, Fundacja Wspierania Inicjatyw Ekologicznych i Stowarzyszenie Ochrony Sów, 2008 r.

Kruszewicz, A. G., Ptaki Polski, tom 1, 2010
Przyleciały bociany, Tatrzy TPN, Nr 48, 2014, ss. 68-87.

Ptaki, Przewodnik Collinsa, 2009
Wybrane ptaki lęgowe Puszczy Niepołomskiej w latach 2004-2011, Ornithologia 2013, 54: 50-67.
<http://www.bocianopedia.pl> ■

POZNAJEMY PTAKI

Krukowate

Krukowate – to średniej i dużej wielkości ptaki o krępej budowie, mocnych nogach i masywnych dziobach. Towarzyskie i szybko uczące się, inteligentne, często stadnie żyjące w pobliżu ludzi.

PIOTR WOŚ

Stowarzyszenie Zielony Puszcz
Rys. JUSTYNA KIERAT

Ptaki należące do tej rodziny występują licznie na terenie całego naszego kraju. Spotkać je można zarówno w lasach, górach, nadmorskich skarpach, jak i na polach, wsiach i w miastach. W Polsce występuje kilka gatunków krukowatych, a cztery z nich jest przez większość z nas nagminnie ze sobą mylonych. Należą do nich: kruk, wrona siwa, gawron i kawka.

Kruk (*Corvus corax*) to największy przedstawiciel krukowatych. Najczęściej można go spotkać w dużych kompleksach leśnych, górach oraz na nadmorskich klifach, gdzie odbywa lęgi. Jest płochliwy i unika towarzystwa ludzi. Posiada całkowicie czarne upierzenie z metalicznym połyskiem. Od gawrona, poza wielkością, głosem i miejscami występowania, odróżnia go masywniejszy i ciemniejszy dziób oraz klinowaty ogon. Bardzo

inteligentny, potrafi zapamiętać twarz oprawcy i zemścić się na nim po latach. Żyje w parach, w które łączy się na całe życie. Nie jest rzadkim gatunkiem, ale żeby go spotkać należy przede wszystkim wyjechać poza miasto.

Wrona siwa (*Corvus cornix*) ptak o charakterystycznym dwukolorowym upierzeniu, towarzyski i inteligentny, który znany jest także z umiejętności bawienia się znalezionymi przedmiotami. Potocznie przyjęło się, że wrony są czarne i często myli się je w naszym kraju z gawronami. W Polsce, sporadycznie przy zachodniej granicy, spotkać można bliskiego kuzyna wrony siwej - czarnowrona, który różni się od niej przede wszystkim jednolicie czarnym kolorem piór. Występuje on dość licznie w zachodniej i południowej Europie.

Gawron (*Corvus frugilegus*) jest najliczniej występującym przedstawicielem krukowatych, gniazduje w koloniach w koronach drzew. Podczas lęgów dość hałaśliwy i „brudzący”, przez co bywa płoszony w miejskich parkach. Jest wielkości wrony siwej, jednak o całkowicie czarnym upierzeniu, które widziane pod kątem ma fioletowy połysk. Dla nas dorosłe gawrony wydają się identyczne, jednak ptaki widzą się wzajemnie we wszystkich kolorach tęczy. Od wrony siwej odróżniają je także szare dzioby z charakterystyczną „łysinką” u nasady. Gawron jest wszystkożerny, znakomicie przystosował się do życia wśród ludzi.

Kawka zwyczajna (*Corvus monedula*) to



najmniejszy z omawianych tu gatunków przedstawicieli rodziny krukowatych. Przez sporą grupę błędnie nazywana wroną. Jest ciemnoszara, z bliska widoczne jaśniejsze pióra na szyi i szara czapeczka oraz najważniejsza różnica – szarobiałe oko. Ponieważ kawki były pierwotnie dziuplakami, jasne oczy ułatwiły ptakom komunikację przy zajmowaniu dziupli mówiąc w ten sposób „to miejsce jest już zajęte” wyraźnie świecąc w ciemności wnętrza drzewa. Obecnie kawki często gnieźdzą się w kominach i przewodach wentylacyjnych domów zapychając je, co stwarza nam problemy. Rozwiązaniem są specjalne budki lęgowe.

Wszystkie wymienione gatunki ptaków są w naszym kraju objęte ochroną.

Źródło: Przewodnik Collinsa - Ptaki Europy i Obszaru Śródziemnomorskiego. ■

RUSZ makówką z Trzoskiem



PRZENIEŚ JEDNĄ ZAPALKĄ W TAKI SPOSÓB
ABY RÓWNANIE BYŁO POPRAWNE.



**SZYBKIE
PYTANIE!**

BYŁO
DZIESIĘCIU
MĘŻCZYZN
I NA JABŁONI
DZIESIĘĆ
JABŁEK.
KAŻDY ZERWAŁ
JEDNO JABŁKO.
ZOSTAŁO
DZIEWIEĆ.
JAK TO
MOŻLIWE?



POŁĄCZ KROPKI OD 1 DO 48
I ZOBACZ JAKIE ZWIERZE UKRYWA RYSUNEK.



DOBIERZ W PARY
RYMUJĄCE SIĘ
NAZWY OBRAZKÓW.
ZNAJDŹ RYSUNEK
BEZ PARY.



ZAJĘCIA

Młodzieżowego Obserwatorium Astronomicznego

W ROKU SZKOLNYM 2017/2018 dla uczniów i przedszkolaków*

WSZECHŚWIAT I TY!

Koło ASTRONOMICZNE

FOTOGRAFIA, FILM, KOMPUTER!

Koło MULTIMEDIALNE

PRZYGOTUJ STRONĘ WWW!

Koło INTERNETOWE

POBAW SIĘ NAUKĄ!

Klub MŁODEGO ODKRYWCY

ROZBUDŹ SWOJĄ KREATYWNOŚĆ!

Koło ODYSEJA UMYŚLU

INFORMACJE | ZAPISY | ZAJĘCIA

Młodzieżowe Obserwatorium Astronomiczne
ul. Mikołaja Kopernika 2, 32-005 Niepołomice
telefon: (12) 281-15-61
moa.edu.pl | moa@moa.edu.pl

**MAŁE GRUPY, DOSTOSOWANE DO WIEKU
I UMIEJĘTNOŚCI NASZYCH UCZNIÓW!**

*Przedszkolaki: zajęcia astronomiczne,
wtorki od godziny 15:30 do 17:00.



Małopolskie Centrum Dźwięku i Słowa

7 sezon

2017 | 2018

profesjonalne warsztaty artystyczne

pracownia TAŃCA I RUCHU

taniec nowoczesny STREET DANCE

8 - 11 lat | poniedziałek | godz. 15:00 - 15:55
od 12 lat | poniedziałek | godz. 16:00 - 16:55
koszt | 90 zł miesięcznie

BREAK DANCE

grupa początkująca | piątek | godz. 16:00 - 17:25
grupa zaawansowana | piątek | godz. 17:30 - 18:55
koszt | 110 zł miesięcznie

TAŃCOWANIE

3 - 4 lata | czwartek | godz. 16:50 - 17:40
koszt | 90 zł miesięcznie

taniec KREATYWNY

5 - 6 lat | czwartek | godz. 17:45 - 18:45
koszt | 90 zł miesięcznie

taniec MIX

7 - 9 lat | czwartek | godz. 15:45 - 16:45
koszt | 90 zł miesięcznie

taniec WSPÓŁCZESNY

od 13 lat | czwartek | godz. 18:50 - 20:05
koszt | 90 zł miesięcznie

ZUMBA

16 - 50 lat | czwartek | godz. 20:15 - 21:15
koszt | karnet MCDiS*

JOGA dla początkujących

poniedziałek, środa | 18:00 - 18:55
koszt | karnet MCDiS*

JOGA ogólna

poniedziałek, środa | 19:00 - 20:15
koszt | karnet MCDiS*

joga ŁAGODNA + kobiety w CIAŻY

poniedziałek | 17:00 - 17:55
koszt | karnet MCDiS*

PILATES + JOGA

wtorek, czwartek | 8:30 - 9:30
koszt | karnet MCDiS*

GIMNASTYKA dla SENIORÓW

wtorek | 9:45 - 10:45
koszt | karnet MCDiS*

pracownia INTERDYSCYPLINARNA

warsztaty TEATRALNE

od 9 lat | 2 godziny tygodniowo
koszt | 150 zł miesięcznie

warsztaty CERAMICZNO-RĘKODZIELNICZE

od 6 lat | piątek | godz. 16:30 - 18:00
koszt | 110 zł miesięcznie

zajęcia WYRÓWNAWCZE z j. angielskiego

koszt | 50 zł miesięcznie

zajęcia WYRÓWNAWCZE z j. polskiego

koszt | 40 zł miesięcznie



informacje, szczegóły, zapisy:

kontakt@mcdiis.pl 692 380 139 www.mcdiis.pl /emcediis

XII POLA CHWAŁY

22-24.09.2017 NIEPOŁOMICE

HISTORIA JAKO ZABAWA
HISTORIA JAKO PASJA

Pokazy walki i rekonstrukcje bitew
Wojskowe oddziały rekonstrukcyjne
Programy edukacyjne dla dzieci
Gry wojenne i makiety
Obozy wojskowe
Wystawa modeli
Wozy bojowe

sobota 20:00

Bal Cesarski

niedziela 12:00

Koncert muzyki dawnej

niedziela 10:00

Msza Rycerska

i Wielka Defilada

WSTĘP WOLNY

Sponsorzy:



Patronat Honorowy:



Organizatorzy:



Małopolskie Centrum Dźwięku i Słowa

Patronat Medialny:

