

GAZETA NIEPOŁOMICKA



EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

Nr 3/290

KWIECIEŃ 2018

ISSN 1429-004

SAMI PISZEMY GAZETĘ: 56 AUTORÓW, 66 TEKSTÓW

Takich warsztatów
jeszcze nie było!

str. 44

Fot. Zofia Francuz



Uczcijmy Niepodległą

Serdecznie zapraszam do przejrzenia pamiątek rodzinnych i włączenia się do wspólnych obchodów 100-lecia odzyskania Niepodległości.

str. 2

Powstaną 472 miejsca parkingowe

9 marca podpisaliśmy umowę na budowę parkingów park&ride oraz punktów przesiadkowych.

str. 3

BO startuje!

To będzie czwarta edycja niepołomickiego Budżetu Obywatelskiego. W ręce mieszkańców znów trafia milion, o którym zadecydują, składając projekty i głosując na nie.

str. 5

2 NIEPOŁOMICKI MARATON ZUMBA FITNESS

14 kwietnia
17⁰⁰ - 20⁰⁰

Hala Sportowa
Niepołomice, ul. Kopernika



cena
biletu **30 zł**

bilety dostępne
u instruktorów oraz
w dniu imprezy

**Tomek
Oracz**



organizator

**Piotr
Brachowicz**



**Paulina
Rokita**



**Karolina
Kuźmienko**



**Gosia
Tyka**



**Marta
Haponowicz**



**Adrianna
Frasik**



PATRONAT:

**Paweł
Błasziewicz**

PARTNERZY:

RMF **MAXXX**

96,7 FM



Be Beauty

KATARZYNA GAJEŁ

DLA UCZESTNIKÓW PRZEWIDZIANE NIESPODZIANKI!

**TEMATY MIESIĄCA**

2. Uczcijmy Niepodległą

TWÓJ URZĄD

3. Powstaną 472 miejsca parkingowe
3. Oferty znacznie wyższe
3. Fotowoltaika
4. Mobilna Karta Dużej Rodziny
4. Mała retencja – duża sprawa

BUDŻET OBYWATELSKI

5. BO startuje!

BEZPIECZEŃSTWO

6. Dbają o bezpieczeństwo
7. Zebranie sprawozdawcze
8. Nieznany numer – oddzwaniać?

PODATKI

9. 1% twojego podatku na wybrany cel

NASZA TABLICA

10. Przemoc domowa
10. Wyniki naborów

EDUKACJA

11. Bezpieczny Internet
11. Niezwykły świat doświadczeń fizycznych
11. Przygotowania do rajdu
12. Odyseusze na start!
13. Zimowisko dzieci i młodzieży
13. Zimowe połowy ryb
13. Nie pal przy mnie, proszę...
14. Programowanie bez komputera
14. Roztańczeni uczniowie klas najmłodszych
14. W poszukiwaniu wiosny
15. Prawdziwe piękno Puszczy Niepołomickiej

ASTRONOMIA

15. Zimowe bieszczadowanie
16. Kwiecień

NA FALI

17. Ekspedycje radiowe

KULTURA

18. O pladze samotności

POLECAMY

19. Rdza trawi żelazo, a troska człowieka
20. Dom pod biegunem Arktyka i Antarktyka
20. Życie jest projektem podróży dookoła świata

21. Wieczory RPG w Inspiro

21. Mineraly w zamkowych wnętrzach

BIBLIOTEKA

22. Uczty, biesiady, zabawy, czyli spotkanie Klubu Czytelnika
23. To były ferie!
24. Namaste, czyli w Himalajach z Kasią Biernacką
24. Spotkanie z Gerardem Makoszem

LABORATORIUM AKTYWNOŚCI SPOŁECZNEJ

25. Marzec w LASie

DOMY KULTURY

26. W co zamienić dom?
26. Skąpiec w Staniątkach
27. Ciekawe ferie w Zagórzu
28. Zdobyliśmy cenną umiejętność
28. Piękno jest wokół nas
29. Można kupić w sklepie, ale...
29. Dzień Kobiet w Podgrabiu
29. Wrzós z koncertem w DPS w Staniątkach

SPORT

30. Koniec zimowego snu
31. Wreszcie gramy...
32. KT najlepszym klubem w Polsce
33. Celem jest czerpanie radości z treningu
34. Medalowe rozpoczęcie roku
34. Dwóch zawodników a trzy medale!
34. Medale na Mistrzostwach Polski Południowej
35. Sukcesy naszych pływaków
36. Srebro dla Mateusza Pichóra
36. Aktywne szachy w Trzebini
36. Marcowe zmagania przy szachownicy
37. Znakomite występy w Michałowicach
37. Ferie z Wiarusem
38. Dobra forma cel na wiosnę, cel na życie

ZDROWIE I URODA

39. Pieprzycia siewna zwana rzeżuchą
40. Jak zjesz, tak się wypisiz

TRADYCJE I ZWYCZAJE

41. Wielkanoc

PUSZCZA NIEPOŁOMICKA

44. Takich warsztatów jeszcze nie było!
46. Inżynier bóbr

**Radosnych Świąt
Wielkanocnych,
smacznej święconki,
udanych spotkań
z bliskimi
i mokrego
Śmigusa Dyngusa**

**życzy
Redakcja
Gazety Niepołomickiej**

GAZETA NIEPOŁOMICKA
www.niepolomice.eu

Nakład: 5000 egz.

Wydawca:

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

Redakcja:

ul. Zamkowa 5, 32-005 Niepołomice
tel. 12 250 94 50, faks 12 250 94 00
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, opatrywania ich własnym tytułem i korespondencji.

Za treść ogłoszeń i reklam redakcja nie odpowiada.

Kontakt z autorami za pośrednictwem redakcji.

Skład i druk:

Drukarnia Alnus Sp. z o.o. w Krakowie
www.alnus.pl, biuro@alnus.pl

Pismo należy do Polskiego Stowarzyszenia Prasy Lokalnej.

Uczcijmy Niepodległą

Roman Ptak

Burmistrz Miasta i Gminy Niepołomice

W 2018 roku przypada setna rocznica odzyskania przez Polskę niepodległości. To najważniejsze święto państwowe przypada, rzecz jasna, 11 listopada, jednak już dziś chcę zachęcić Państwa do wspólnego uczestnictwa w zaplanowanych wydarzeniach oraz do pomocy przy wypełnianiu białych plam w historii wydarzeń, które miały miejsce stulecie temu.

Nad ranem 11 listopada 1918 roku, w wagonie kolejowym w lesie Compiègne pod Paryżem, podpisany został rozejm kończący I Wojnę Światową. Tego samego dnia w Warszawie Rada Regencyjna przekazała władzę Józefowi Piłsudskiemu, który dzień wcześniej wrócił z magdeburskiego więzienia.

Jednak odzyskanie niepodległości nie trwało jeden dzień. Już w październiku czuć było schyłek wojny. Sukcesywnie i na ogół bez walki rozbrajane były kolejne niemieckie garnizony. 16 listopada Piłsudski wysłał telegram do państw zachodnich, zawiadamiając o powstaniu niepodległej Polski, a już dwa dni później powstał rząd. Samo Święto Niepodległości zostało jednak ustanowione niemal dwie dekady później.

Pamiętać należy, że w tamtym czasie wiadomości rozchodziły się znacznie wolniej niż obecnie. Z pewnością informacja o podpisaniu traktatu pokojowego

nie dotarła do wszystkich tego samego dnia. Różne są również przekazy pokazujące reakcje dużych miast na listopadowe wydarzenia – jedne mówią o masowej euforii, podczas gdy inne źródła podają informacje o skromnych wiecach



na głównych placach miast. Jednak przynajmniej jakieś źródła istnieją.

Inaczej sytuacja wygląda w Niepołomicach. Mimo poszukiwań prowadzonych przez pracowników Muzeum Niepołomickiego nie jesteśmy w stanie

powiedzieć dokładnie, co działo się w połowie listopada 1918 roku w naszym mieście. Przekazy są fragmentaryczne. Są to opowieści z drugiej lub już trzeciej ręki. Materiałów prasowych praktycznie nie ma zarówno w dziennikach krakowskich, jak i bocheńskich. Część przekazów wzajemnie się wyklucza. Znamienna jest tu choćby kwestia różnych opinii co do daty zasadzenia dębu rosnącego w Parku Miejskim. Nie wszyscy zgadzają się z prof. Zinkowem, który w swojej książce *Wokół Niepołomic i Puszczy Niepołomickiej* podaje datę 7 listopada 1918 jako dzień zasadzenia drzewa.

Dlatego chcę zachęcić Państwa – Mieszkańców Niepołomic – do podzielenia się swoją wiedzą, wspomnieniami, pamiątkami, listami czy fotografiami przekazywanymi z pokolenia na pokolenie, mogących pomóc stworzyć szerszy obraz wydarzeń, które miały miejsce jesienią i zimą 1918 roku w naszym mieście. Uzupełnijmy obraz Niepołomic u progu niepodległości kraju. Zbieraniem i systematyzacją materiałów zajmie się Muzeum Niepołomickie (tel. 12 261 98 51), a z tego, co wspólnie uda się nam odtworzyć, przygotowana zostanie specjalna odsłona wystawy Niepołomice Miasto. Czas. Ludzie.

Serdecznie zapraszam do przejrzenia pamiątek rodzinnych i włączenia się do wspólnych obchodów 100-lecia odzyskania Niepodległości.. ■



ZDROWYCH, RADOSNYCH I ZIELONYCH
ŚWIĄT WIELKANOCNYCH
ORAZ TRADYCYJNIE MOKREGO DYNGUSA
życzą

Marek Ciastoń

Marek Ciastoń
Przewodniczący Rady Miejskiej
w Niepołomicach

Roman Ptak

Roman Ptak
Burmistrz Miasta i Gminy
Niepołomice



Powstaną 472 miejsca parkingowe

Szymon Urban

Referat Promocji i Kultury

9 marca podpisaliśmy umowę na budowę parkingów park&ride oraz punktów przesiadkowych. W ramach inwestycji powstaną 472 miejsca parkingowe dla samochodów, 32 dla motocykli oraz 258 dla rowerów w Niepołomicach, Podłężu, Staniątkach i Woli Batorskiej.

Umowę podpisali – ze strony Gminy Niepołomice burmistrz Roman Ptak, a ze strony wykonawcy – firmy Energopol – prezes Józef Bogaczyk oraz prokurent Elżbieta Czech-Salawa.

To duży projekt, ale doświadczenia z firmą Energopol mamy dobre – powiedział Roman Ptak, podpisując umowę. I faktycznie – zadanie jest jednym z największych działań inwestycyjnych ostatnich lat. W pierwszej kolejności rozpoczną się prace przy budowie dworca autobusowego oraz remoncie ulicy Kolejowej w Niepołomicach. Później cze-

kają nas prace przy park&ride w Woli Batorskiej, Podłężu i Staniątkach oraz przebudowie ulicy Staniąteckiej.

Priorytetem podczas realizacji tej inwestycji będzie utrzymanie funkcjonalności przystanku kolejowego w Pod-

łężu. W ramach projektu południowy parking w tej miejscowości powstanie na miejscu obecnego placu postojowego. Zamknięcie go na czas przebudowy spowodowałoby paraliż komunikacyjny oraz utrudniło dojazd osobom korzystającym z połączeń kolejowych. Dlatego ta część inwestycji powinna być realizowana tak, aby dać możliwość zatrzymywania pojazdów po północnej części torów, zanim wykonawca przystąpi do pracy na obecnym parkingu.

Prace powinny się zakończyć do listopada 2019 roku. Niewiele później powinien dobieć końca remont torowiska w Krakowie.

Inwestycja jest warta ponad 23 mln zł. Dofinansowanie w kwocie 15,3 mln zł uzyskamy w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014–2020 (RPO WM) Poddziałanie 4.5.1 Niskoemisyjny transport miejski ZIT. ■



Oferty znacznie wyższe

Marek Bartoszek

Referat Promocji i Kultury

W czwartek 1 marca poznaliśmy oferty firm na budowę niepołomickiego zjazdu z autostrady A4. Zainteresowanych przeprowadzeniem prac jest sześć przedsiębiorstw. Najniższa oferta złożona przez Trakcję PRKiL SA z Warszawy opiewa na przeszło 41 milionów złotych. Najwyższą kwotę za zrealizowanie inwestycji zaproponowała spółka Strabag Infrastruktura Południe, która może wybudować nasz zjazd za 53,5 miliona złotych. Co ciekawe, wszystkie firmy zadeklarowały, że budowę zdołają zamknąć w ciągu 15 miesięcy.

Kwoty te znacznie przewyższają kosztorys inwestorski, który zakładał zrealizowanie inwestycji za około 29 milionów złotych. Zdaniem Burmistrza Miasta i Gminy Niepołomice Romana Ptaka, po weryfikacji ofert możliwe są dwa scenariusze. Pierwszy zakłada powtórzenie postępowania przetargowego, a drugi poszukiwania dodatkowych źródeł finansowania inwestycji.

Warto przypomnieć, że przetarg zo-

stał ogłoszony przez Generalną Dyрекcję Dróg Krajowych i Autostrad. Zadaniem wykonawcy jest wybudowanie węzła, gdyż projekt i niezbędne zgody są już przygotowane. Wojewoda Małopolski wydał także zezwolenie na realizację tej inwestycji.

Środki na realizację zadania pochodzą w połowie z budżetu GDDKiA, a w drugiej połowie łącznie z trzech budżetów: Urzędu Marszałkowskiego Województwa Małopolskiego, Powiatu Wielickiego oraz Gminy Niepołomice.

Nowy zjazd powstanie między istniejącymi już węzłami – Kraków Bieżanów i Targowisko, w miejscu, gdzie autostrada przechodzi nad drogą wojewódzką nr 964. Takie położenie pozwoli na dogodne połączenie tych szlaków.

To jednak nie wszystkie wydatki związane z budową węzła autostradowego. Zjazd z autostrady wiąże się z budową dwukilometrowej obwodnicy Podłęża. Drugą niezwykle ważną inwestycją związaną z budową zjazdu jest powstanie dwukilometrowej obwodnicy Podłęża, wraz z estakadą nad linią kolejową. Aktualnie trwa przygotowanie do przetargu i procedowanie decyzji środowiskowej. ■

FOTOWOLTAIKA. PIERWSZY ETAP ZA NAMI

Joanna Musiał

Projekt „Ekopartnerzy na rzecz energii słonecznej Małopolski”, w którym uczestniczy Gmina Niepołomice, przeszedł pozytywnie ocenę formalną w Urzędzie Marszałkowskim Województwa Małopolskiego. Obecnie czekamy na ocenę finansową i merytoryczną. Celem projektu jest pozyskanie środków finansowych na instalację ogniw fotowoltaicznych na obiektach prywatnych i użyteczności publicznej. Przedsięwzięcie umożliwi mieszkańcom znaczne obniżenie rachunków za prąd, przy jednoczesnej ochronie środowiska. Poziom dofinansowania wynosi aż 60% (minus podatek VAT).

W projekcie, którego liderem jest Stowarzyszenie Zielony Pierścień Tarnowa, uczestniczy 35 gmin.

Projekt jest realizowany w ramach konkursu nr RPMP.04.01.01-IZ.00-12-082/17, w Działaniu 4.1 Zwiększenie wykorzystania odnawialnych źródeł energii, poddziałaniu 4.1.1 Rozwój infrastruktury produkcji energii ze źródeł odnawialnych.

Więcej informacji o przedsięwzięciu można uzyskać w Referacie Energii Odnawialnej i Gospodarki Komunalnej UMiG w Niepołomicach, ul. Zamkowa 5, tel. 12 250 94 54.

Mobilna Karta Dużej Rodziny

Marek Bartoszek

Referat Promocji i Kultury

Od nowego roku posiadacze Karty Dużej Rodziny mogą złożyć uproszczony wniosek o aplikację mKDR, która umożliwi im dostęp do Karty na smartfonie.

1 stycznia 2018 roku Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej wprowadziło mobilną wersję Karty Dużej Rodziny. Dzięki temu udogodnieniu możemy korzystać z programu za pomocą telefonu komórkowego, bez konieczności posiadania przy sobie tradycyjnej, plastikowej karty.

Rodziny, które mają już Kartę Dużej Rodziny, w prosty i szybki sposób mogą złożyć wniosek o dostęp do aplikacji. Można to zrobić na dwa sposoby.

Pierwszy z nich zakłada wizytę w Referacie Promocji i Kultury Urzędu Miasta i Gminy w Niepołomicach, który koordynuje projekt na terenie naszej gminy. Wówczas w kilka minut możemy załatwić wszystkie formalności. Kluczowe jest posiadanie przez wnioskodawcę tylko dowodu osobistego oraz numerów

telefonów i adresów e-mail członków rodziny, co umożliwi proces pobrania aplikacji i pierwszego logowania. Na podany adres e-mail otrzymamy bowiem link do programu, który należy zainstalować na swoim smartfonie, a na podany numer telefonu zostanie wysłane hasło, które zmieniamy podczas aktywacji mobilnej karty.

Wniosek o Mobilną Kartę Dużej Rodziny można również złożyć przez Internet. Uproszczony wniosek dostępny jest na platformie empatia.mrpips.gov.pl. Aby go złożyć, wystarczy kilka prostych kroków – informuje Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej (MRPiPS). Przede wszystkim należy zalogować się na platformie Emp@tia i wybrać Wniosek o Kartę Dużej Rodziny oraz gminę Niepołomice. Wówczas mo-

NOWOCZESNA USŁUGA DLA DUŻEJ RODZINY



żemy złożyć pełny wniosek, jest to opcja dla rodzin nieposiadających dotychczas Karty, bądź drugi pozwalający na wyrobienie samej elektronicznej wersji.

Warto również zaznaczyć, że osoby, które posiadają dotychczas tylko wersję tradycyjną Karty, a odebrały ją przed 1 stycznia 2018 roku, mogą do 31 grudnia 2019 roku bezpłatnie wnioskować o drugi rodzaj Karty.

Aby dołączyć do programu Karta Dużej Rodziny, głównym warunkiem, jaki musimy spełnić, jest posiadanie na utrzymaniu co najmniej trójki dzieci, z tym że najstarsze dziecko nie może przekroczyć 25 roku życia i musi kontynuować swoją edukację.

Wszystkie dodatkowe informacje dotyczące realizacji projektu na terenie naszej gminy można otrzymać w Referacie Promocji i Kultury, ul. Zamkowa 5, pokój nr 3 na parterze, tel.: 12 250-94-50. ■

Mała retencja – duża sprawa

Zdzisław Urantówka

Referat Promocji i Kultury

W ostatnich tygodniach na lekcjach przyrody uczniowie dwóch szkół podstawowych w Niepołomicach, a także szkół w Woli Batorskiej i w Podłężu mogli dowiedzieć się, czym jest retencja wodna i jakie jest jej znaczenie dla naszego środowiska.

Zajęcia zostały zorganizowane przez Urząd Miasta i Gminy w Niepołomicach w ramach programu edukacyjnego *Mała retencja wodna* z projektu Epicuro. W lecie planowane są zajęcia w terenie, na których uczniowie będą mogli zobaczyć dobre przykłady alternatywnego gospodarowania wodami opadowymi na terenie naszej gminy.

Na lekcjach przyrody uczniowie dowiedzieli się, jakie są rodzaje retencji, które z nich są naturalne, a które sztuczne, jak duże mamy zasoby słodkich wód, czy mamy je

w wystarczającej ilości, jakie są możliwości i sposoby gospodarowania wodą opadową oraz jakie korzyści są dla rolnictwa, przyrody i bezpieczeństwa przed podtopieniami. W każdej z czterech szkół przedstawiano klasom prelekcję *Mała retencja wody na obszarach zabudowy jednorodzinnej*. Uczniowie dowiedzieli się z niej, dlaczego tak ważna jest dla właścicieli domów jednorodzinnych mała retencja wodna. Wielu uczniów mieszka wraz ze swoimi rodzinami w takiej zabudowie, mamy nadzieję, że podzielią się zdobytą



epicuro

wiedzą ze swoimi bliskimi, tak aby i oni wiedzieli, w jaki sposób można zmagazynować wodę na działkach przydomowych i jak ją wykorzystać.

W Szkole Podstawowej im. św. Jadwigi Królowej Polski w Podłężu w ramach podsumowania zajęć uczniowie wykonali plakaty przedstawiające obieg wody w przyrodzie. Autorzy najlepszych prac zostali nagrodzeni nagrodami rzeczowymi ufundowanymi przez Urząd Miasta i Gminy w Niepołomicach.

Lista nagrodzonych prac:

1. miejsce – praca zbiorowa, autorzy: Katarzyna Zabłocka, Julia Narkiewicz, Małgorzata Frankowska, Adrianna Kuglin-Porosło (klasa 6b)
2. miejsce – ex aequo 2 prace indywidualne, autorzy: Małgorzata Zięba (klasa 6a) oraz Aleksandra Czuma (klasa 6a).
3. miejsce – ex aequo 2 prace – grupowa i indywidualna, autorzy: grupowa: Gabriela Bylica, Wiktoria Nowak, Wiktoria Juszczyk, Julia Stalmach (klasa 5a), indywidualna: Aleksandra Knap (klasa 6a).

Projekt EPICURO jest finansowany ze środków Unii Europejskiej z programu Europa dla Obywateli. ■

BO startuje!

To będzie czwarta edycja niepołomickiego Budżetu Obywatelskiego. W ręce mieszkańców znów trafia milion, o którym zadecydują, składając projekty i głosując na nie.

Marta Makowska
Referat Promocji i Kultury

W nowym BO czekają nas niewielkie zmiany. Kolejne edycje uczą nas, że mieszkańcy gminy Niepołomice chcą uczestniczyć w budżecie obywatelskim, są bardzo często aktywni, pomimo że nie są zameldowani w naszej gminie. Dlatego w tym roku dajemy możliwość pisania projektów wszystkim osobom zamieszkującym naszą gminę i mamy tutaj również na względzie brak ograniczenia wiekowego. Swój projekt mogą zgłosić osoby niepełnoletnie.

Projekt do budżetu obywatelskiego będzie można złożyć zarówno w wersji elektronicznej poprzez stronę <https://niepolomice.budzet-obywatelski.org/> (bez konieczności składania na dziennik podawczy), jak i w sposób tradycyjny, czyli w wersji papierowej.

Nabór rozpocznie się 16 kwietnia i potrwa do 23 kwietnia. Tydzień poprzedzający tę datę będzie tygodniem konsultacji w Laboratorium Aktywności Społecznej, gdzie będzie można uzyskać informację na temat wniosków oraz pomoc w ich pisaniu.



Nabór rozpocznie się 16 kwietnia i potrwa do 23 kwietnia. Tydzień poprzedzający tę datę będzie tygodniem konsultacji w Laboratorium Aktywności Społecznej, gdzie będzie można uzyskać informację na temat wniosków, uzyskać pomoc w ich pisaniu..

Nie zmieniają się wytyczne dotyczące składanych wniosków. Ważne jest, aby projekt był realizowany na rzecz mieszkańców danego osiedla czy sołectwa, był zgodny z prawem oraz mieścił się w granicach zadań własnych gminy, tj. zadań wymienionych w art. 7 Ustawy o samorządzie gminnym. Koszt projektu nie może przekraczać 80% kwoty, która ma być przeznaczona dla danej jednostki pomocniczej i nie może być niższy niż 1000 zł brutto.

Weryfikacja projektów oraz odwołania od oceny negatywnej trwają kilka tygodni. Listę projektów poddanych pod głosowanie powinniśmy poznać w połowie czerwca. Głosowanie i wybór zadań Budżetu Obywatelskiego odbędzie się w dniach od 24 do 30 września 2018 r. do godz. 24.00. Oddać głos można w punktach do głosowania, przez włożenie do urny wypełnionej karty do głosowania, przesłanie na adres Urzędu Miasta i Gminy w Niepołomicach (Plac Zwycięstwa 13, 32-005 Niepołomice) karty do głosowania z dopiskiem na kopercie „Budżet Obywatelski – GŁOSOWANIE” (za datę oddania głosu w ten sposób uważa się datę stempla pocztowego) oraz w formie elektronicznej za pomocą interaktywnego formularza umieszczonego na stronie internetowej <http://niepolomice.budzet-obywatelski.org>.

Bardzo ważną informacją jest to, że nie będą rekomendowane do realizacji zadania, które uzyskały mniej niż 15 głosów. Oznacza to, że zadanie, które uzyska dwa, trzy czy nawet 10 głosów nie będzie realizowane.

Z zacięciem oczekujemy kolejnych Państwa pomysłów do Budżetu Obywatelskiego 2019. W całej gminie można zauważyć zainwestowane z Budżetu Obywatelskiego pieniądze. Na osiedlach mamy nowe place zabaw, ogrody społeczne, siłownie zewnętrzne. Udało się doinwestować biblioteki, domy kultury, przedszkola, straże pożarne. Cieszy aktywność młodzieży, która już walczy o swoje miejsce w budżecie obywatelskim, a w tym roku będzie miała możliwość składania wniosków. Kolejne lata pokazują nam coraz to inne potrzeby mieszkańców. Mamy nadzieję, że i ten rok będzie obfitował w różnorodne zadania.

Wszystkie informacje oraz obowiązujący regulamin, formularz zgłoszeniowy i inne załączniki znajdziecie Państwo na stronie <http://niepolomice.budzet-obywatelski.org>. ■

Dbają o bezpieczeństwo

Podczas ostatniej sesji Rady Miejskiej służby mundurowe przedstawiły raporty ze swojej ubiegłorocznej działalności, na ich podstawie przygotowaliśmy dla Państwa następujące zestawienie.

STRAŻ MIEJSKA

Straż Miejska w Niepołomicach obecnie liczy 4 etaty. Straż pracuje w systemie dwuzmianowym w godzinach od 8.00 do 20.00, od poniedziałku do piątku.

Straż miejska ma pełnić w naszej społeczności funkcje: ochronną – zapewnić bezpieczeństwo i spokój na terenie gminy; porządkową – egzekwować przestrzeganie prawa w zakresie czystości i porządku publicznego; prewencyjną – patrolować ulice i osiedla oraz reagować na zgłoszenia; profilaktyczną – zapobiegać przestępstwom, wykroczeniom; społeczno-administracyjną – współdziałać w zakresie bezpieczeństwa i porządku publicznego zainteresowanymi organami samorządowymi i organizacjami społecznymi.

Aby tego dokonać, tylko w 2017 roku, przeprowadzono 1112 kontroli i interwencji (w tym 382 zgłoszonych przez mieszkańców). W ten sposób ujawniono 927 wykroczeń, nałożono 185 mandatów karnych na kwotę 20 950 zł, skierowano 10 wniosków o ukaranie do sądu oraz udzielono 732 pouczeń.

Bardziej szczegółowo można je rozbić na:

- wykroczenia przeciwko obyczajności publicznej – 8 interwencji, w których wystawiono 3 mandaty karne oraz 1 wniosek o ukaranie do sądu. W pozostałych przypadkach zastosowano pouczenie.

- egzekwowanie zapisów ustawy o wychowaniu w trzeźwości – przeprowadzili 155 kontroli rejonów wokół lokali gastronomicznych oraz punktów sprzedaży napojów alkoholowych; wylegitymowali 64 osoby podejrzane o spożywanie alkoholu w miejscach publicznych, z których 49 osób pouczyli, nałożyli 13 mandatów karnych, sporządzili 1 wniosek o ukaranie do sądu, 3 osoby przewieźli do miejsca zamieszkania. Strażnicy miejscy starają się także minimalizować zjawiska „wałęsających” się bezpańskich zwierząt oraz podnosić świadomość właścicieli zwierząt o ich obowiązkach w związku z trzymaniem zwierząt. W sprawie zwierząt interwe-

niowali 47 razy, w ramach których ukarali mandatami 11 osób – w pozostałych przypadkach zastosowano pouczenie.

- starają się zapewnić bezpieczeństwo i porządek w komunikacji – w ramach tego zadania interweniowali 634, z czego 88 interwencji zakończyło się wystawieniem mandatów karnych, 541 kierowców pouczone, a 5-krotnie sporządzono wnioski o ukaranie do sądu.

- w trakcie patrolowania gminy i prowadzonych 310 kontroli, strażnicy miejscy ujawnili 54 przypadków zanieczyszczenia i zaśmiecania miejsc publicznych lub nielegalnego wywozu odpadów komunalnych. Skutkiem czego był jeden wniosek o ukaranie do sądu, 17 mandatów karnych na sprawców wykroczeń oraz pouczenie 40 osób.

- przeprowadzono ponad 300 kontroli palenisk domowych, podczas których w 2 przypadkach stwierdzono nieprawidłowości i pouczone właścicieli.

- strażnicy miejscy zabezpieczali ład i porządek na imprezach okolicznościowych i uroczystościach.

- brali czynny udział w corocznych akcjach takich jak: Bezpieczna droga do szkoły oraz Kampanii Parkingowej.

STAŻ POŻARNA

Z pewnością cieszy fakt wzrostu liczby aktywnych strażaków-ochotników. W naszej gminie we wszystkich 11 jednostkach OSP działa już 761 osób. Cztery spośród jedenastu jednostek należy do Krajowego Systemu Ratowniczo-Gaśniczego działającego na terenie całego kraju.



Strażacy ochotnicy niosą pomoc głównie podczas pożarów i powodzi, wypadków komunikacyjnych oraz innych zdarzeń i klęsk żywiołowych. Niestety

rocznie tych niebezpiecznych zdarzeń przybywa.

Łącznie na terenie naszej gminy odnotowano 574 zdarzenia w ciągu całego ostatniego roku. To wzrost o 170 zdarzeń w porównaniu do 2016 roku.

W minionym 2017 roku nasi strażacy wyjeżdżali do akcji łącznie 691 razy. Większa liczba zdarzeń w porównaniu do liczby wyjazdów spowodowana jest zakresem prowadzonych działań. Czasem do jednego zdarzenia wyjeżdżają strażacy z kilku jednostek OSP.

Zdecydowaną większość wyjazdów stanowiły miejscowe zagrożenia (383). Odnotowano także 250 pożarów. Sporo, bo aż 58 zgłoszeń okazało się fałszywych. Komendant gminny, pan Leszek Łach jednak uspokaja: wzrost fałszywych alarmów jest w głównej mierze spowodowany reakcją na działanie czujników przeciwpożarowych zamontowanych w m.in. w zakładach pracy, choćby na terenie Niepołomickiej Strefy Inwestycyjnej. Musimy na nie błyskawicznie reagować, a czasem po prostu wskazanie czujnika okazuje się błędne.

Najwięcej razy do pomocy wzywani byli strażacy z OSP w Niepołomicach, którzy zneutralizowali 175 miejscowych zagrożeń oraz walczyli z 75 pożarami. Sporo pracy mieli także druhowie ze Staniątek, którzy zaliczyli 111 akcji. Miniony rok był wyjątkowo spokojny dla strażaków i mieszkańców Słomiroga, gdzie w ciągu całego roku odnotowano tylko jeden wyjazd, który w rezultacie okazał się fałszywym alarmem.

Rośnie także liczba pojazdów, jakimi dysponują nasi strażacy. Na terenie całej gminy mamy do dyspozycji 36 samochodów ratowniczych. To o trzy samochody więcej, niż w 2016 roku.

Łącznie na zabezpieczenie działalności ratowniczej w ostatnim roku wydano prawie 2,5 miliona złotych. W zdecydowanej większości były to środki pochodzące z budżetu naszej gminy.

POLICJA

Komisariat Policji w Niepołomicach swoim działaniem obejmuje obszar dwóch gmin: Niepołomice i Klaj.

O bezpieczeństwo na tym terenie dba 41 zatrudnionych funkcjonariuszy, którzy dysponują 7 radiowozami.

W 2017 roku Policja interweniowała 3595 razy – o 375 więcej niż rok wcześniej (2016 – 3220, 2015 – 3339). Funkcjonariusze wszczęli 318 postępowań karnych, niemal tyle samo co rok wcześniej (312 w 2016).

Do wypadków drogowych na terenie gminy Niepołomice policjanci wyjeżdżali 24 razy (4 osoby poniosły w nich śmierć, a 22 zostały ranne). Dokładnie tyle samo wypadków odnotowano w 2016 (24 wypadki drogowe, 3 zabitych, 22 rannych), jednak mniej niż

w 2015 roku (31 wypadków drogowych, 3 zabitych, 32 rannych).

Samych kolizji drogowych odnotowano 189 – mniej niż w 2016 (203) i więcej niż w 2015 (145).

Stróże prawa zatrzymali na gorącym uczynku i w bezpośrednim pościgu 84 osoby. Zatrzymali ponadto 31 nietrzeźwych kierowców i 57 osób poszukiwanych.

Niepołomicką policję cechuje wysoka wykrywalność przestępstw. W 2017 roku wykrywalność ogólna wyniosła 80,4%, nieco mniej niż w 2016 roku, jednak więcej niż we wcześniejszych latach (w 2016 – 83,3%, 2014 – 73,3%, 2010 –



63,8%). Rośnie też wykrywalność przestępstw kryminalnych – w 2017 roku wyniosła 74,7% (2016 – 73,2%, 2014 – 66,5%, 2010 – 54,1%). ■

Zebranie sprawozdawcze

W niedzielę 11 marca w jednostce Ochotniczej Straży Pożarnej w Niepołomicach odbyło się walne zebranie sprawozdawcze, na którym przedstawiono sprawozdanie z działalności Zarządu za rok 2017.

Spotkanie tradycyjnie już rozpoczęło minikoncertem reprezentacyjnej strażackiej orkiestry dętej, a następnie Prezes OSP Niepołomice Stanisław Dąbróś rozpoczął zebranie i przywitał zaproszonych gości: Łukasza Smółkę, szefa Gabinetu Politycznego Ministra Infrastruktury i Budownictwa, nadbryg. Stanisława Nowaka – Małopolskiego Komendanta Wojewódzkiego PSP w Krakowie, Burmistrza Miasta i Gminy Niepołomice Romana Ptaka, przewodniczącego Rady Miejskiej Marka Ciastonia, p.o. komendanta powiatowego PSP st. kpt. Przemysława Przeczka, prezesa Zarządu Miejsko-Gminnego OSP w Niepołomicach druha Józefa Działonia, druha Tomasza Tomalę – wiceprezesa Zarządu Oddziału Powiatowego ZOSP RP w Wieliczce, radnego powiatowego druha Jakuba Palucha, komendanta Policji w Niepołomicach podinsp. Tomasza Jońca oraz wszystkich przybyłych na spotkanie Druhny oraz Druhów wraz z liczną Młodzieżową Drużyną Pożarniczą.

Następnie pierwszą część zebrania, czyli sprawozdanie z działalności OSP, przedstawił prezes Stanisław Dąbróś. W prezentacji przedstawiono szereg działań i przedsięwzięć, jakie podjęła jednostka w 2017 roku. OSP w Niepołomicach aktualnie zrzesza 121 członków

w tym trzydziestu orkiestry dętej oraz posiada również drużynę młodzieżową, w której szkoli się dwudziestu młodych strażaków.

W 2017 roku jednostka OSP Niepołomice interweniowała 305 razy, z czego 75 razy gaszono pożary, a 175 razy wyjeżdżano usuwać miejscowe zagrożenia. Po raz kolejny wzrosła liczba alarmów fałszywych do 37 wyjazdów. Średnio podczas jednej akcji ratowniczo-ga-



śniczej udział brało 9 strażaków. Duży nacisk nałożono na szkolenia oraz spotkania dla młodzieży. Przeprowadzono również pokazy na terenie straży, podczas których niepołomicką jednostkę w 2017 roku odwiedziło ponad 400 dzieci ze szkół oraz przedszkoli z terenu powiatu wielickiego.

Oprócz wyjazdów do akcji druhowie czynnie uczestniczyli w uroczystościach kościelnych, strażackich i państwowych. Przedstawiono również wszystkie ćwiczenia, pokazy oraz szkolenia, w ja-

kich uczestniczyła straż, sześciu strażaków ukończyło kurs z ratownictwa technicznego i kurs kierowców – konserwatorów, a kolejnych siedmiu jest na etapie rozpoczęcia kursu dowódców OSP. Strażacy brali także udział w IV manewrach ratowniczo-gaśniczych jednostek KSRG, zajmując ostatecznie 2. miejsce. Swoją obecnością zaakcentowaliśmy również udział w charytatywnym „II biegu po oddech” w Zakopanem pod patronatem Justyny Kowalczyk.

Prezes Dąbróś zaprezentował również prace, jakie wykonali strażacy oraz nowy sprzęt, jakim dysponują, a który został zakupiony dzięki dotacji: Urzędu Miasta i Gminy Niepołomice oraz darowizn osób wspomagających działalność straży. Przy okazji chcielibyśmy podziękować mieszkańcom Niepołomic, którzy oddali swoje głosy na projekt zgłoszony przez nas w Budżecie Obywatelskim w 2017 roku. Projekt udało się zrealizować w drugiej połowie tego roku, dzięki czemu nowy samochód Volvo wyposażony zostanie w specjalistyczny sprzęt hydrauliczny.

Podczas sprawozdania przedstawiono również inicjatywę wyjazdu naszych strażaków do miejscowości Wałdówko w województwie pomorskim, gdzie druhowie podczas tygodniowego wyjazdu usuwali skutki wichury, jaka przeszła

nad tym regionem w sierpniu ubiegłego roku. Warto zaznaczyć, że pomysł z zebraniem ekipy zrodził się od naszych strażaków, którzy obserwowali w mediach społecznościowych, co się tam dzieje, i jak tylko otrzymali zgodę na wyjazd, poświęcili swój prywatny czas i pojechali z pomocą na Pomorze. Warto również wspomnieć, że po zakończonej akcji zbierano również środki finansowe na odbudowę zniszczonych gospodarstw, dzięki kwestom prowadzonym przez strażaków z naszej gminy zebrano prawie 50 000 zł, za które zakupiono materiały budowlane i przekazano je poszkodowanym rodzinom. Kolejnym ważnym przedsięwzięciem było zorganizowanie w okresie wakacyjnym w remizie OSP tygodniowego pobytu 10-letniemu Patrykowi chorującemu na mukowiscydozę. Podczas pobytu zapewniono chłopcu i jego rodzinie liczne atrakcje związane z naszym regionem, a na zakończenie pobytu zorganizowano zbiórki pieniędzy na leczenie Patryka.

Jednym z ostatnich punktów sprawozdania było przedstawienie działań związanych z pozyskaniem w ubiegłym roku nowego średniego samochodu Volvo w ramach programu „Bezpieczna Małopolska – samochody strażackie”.

Następnie swoje sprawozdania przedstawili kolejno druh Jerzy Makula

– sprawozdanie finansowe, druh Antoni Klag – sprawozdanie komisji rewizyjnej oraz sprawozdanie z działalności młodzieżowej drużyny pożarniczej przedstawili opiekunowie druh Jakub Batko oraz druh Radosław Dybczak.

Bardzo ważnym punktem zebrania było głosowanie nad udzieleniem absolutorium Zarządowi OSP za rok 2017. Głosowanie przyjęto jednogłośnie, pogratulowano wyników prezesowi, który podziękował wszystkim strażakom oraz samorządowi i sponsorom za całoroczne wsparcie, jakiego udzielają OSP.

Ostatnim punktem zebrania było przedstawienie planu działalności na rok 2018. Po raz kolejny przypomniano o pozyskaniu z PSP używanego ciężkiego wozu gaśniczego oraz o ważniejszych pracach na terenie remizy, takich jak naprawa posadzki w garażach, zamontowanie nowego monitoringu oraz odbycie kolejnych szkoleń i zakupu umundurowania bojowego dla strażaków wyjeżdżających do akcji.

W trakcie zebrania wręczono również podziękowania dla osób wpierających działalność straży oraz wyróżniających się strażaków w 2017 roku. Bardzo miłe podziękowanie otrzymał najstarszy druh niepołomickiej straży Józef Ślusarczyk za 60-lecie społecznej działalności w szeregach OSP Niepołomice.

Strażackie odznaczenia „Za Wysługę Lat w działalności OSP” otrzymali:

50-lecie: druh Józef Kapera, druh Antoni Siwek, druh Julian Karasiński

40-lecie: druh Marian Biernat, druh Stanisław Bułat, druh Józef Mazgaj, druh Stanisław Dąbróś,

Symbolicznie wręczono również podziękowania strażakom za „Bezinteresowny społeczny trud włożony w działalność ratowniczo-gaśniczą oraz rozwój Jednostki Ochotniczej Straży Pożarnej w Niepołomicach w roku 2017 r.”. Podziękowania otrzymali druhowie: Paweł Dąbróś, Krzysztof Zielenka, Mateusz Drabik, Grzegorz Dziadkowiec, Dariusz Klima, Bartłomiej Wnorowski, Przemysław Więclaw, Krzysztof Gałań, Szymon Maj, Jakub Batko, Daniel Siwek, Krzysztof Balachowski, Piotr Garus, Łukasz Woś, Sebastian Ptak, Krzysztof Haniśzewski, Alicja Drabik, Maciej Turchan, Mirosław Bober, Sebastian Trzos, Piotr Pradel, Rafał Turchan, Grzegorz Wnęk, Andrzej Perdał, Mateusz Turchan, Radosław Dybczak, Paweł Zajac, Marek Marcinczyk. ■



Paweł Dąbróś
naczelnik OSP Niepołomice

Nieznany numer – oddzwaniać?

Joanna Kocot

Referat Promocji i Kultury

Najpierw dzwoni telefon. Bardzo krótko – tak, aby nie można było odebrać. Dzwoniący liczy na to, że widząc nieodebrane połączenie, będziemy chcieli dowiedzieć się, o co chodzi i oddzwonimy, a wtedy... potężnie zapłacimy. Wszystko dlatego, że oddzwaniamy do dalekich krajów.

Pierwsze tego typu sygnały pojawiły się pod koniec grudnia 2017 roku. W lutym rozpoczęła się druga fala oszustw telefonicznych. Pierwsze tego typu zaczepki były z Kuby. Połączenia były podobne do tych z Polski, tylko zaczynały się od 53 – wprawdzie nie jest to kierunkowy żadnego regionu, ale już może być początek numeru jednego z operatorów telefonii komórkowej. Oddzwonienie na taki numer kosztuje 8 złotych za minutę, o ile nie jest to numer premium, bo wtedy jeszcze więcej.

Pod koniec lutego pojawiła się druga

fala oszustów – tym razem naciągacze dzwonili z Papui-Nowej Gwinei, czyli numer wyświetlany zaczyna się od 67 – tak jak z Wielkopolski. Mechanizm jest ten sam – jeden sygnał i rozłączenie. Reszta jest po stronie osoby, która taki sygnał otrzymała.

Mylące jest to, że są to numery podobne do tych z różnych regionów Polski. Co je różni? Jeśli wyświetlają się w całości, polskie numery zaczynają się od +48, a jeśli przy połączeniu polski prefiks nam się nie wyświetli – warto sprawdzić, ile wyświetlany numer ma cyfr – krajowy

będzie miał 9, połączenie zagraniczne 11 i wtedy to, co braliśmy za początek konkretnego numeru telefonu, będzie prefiksem kraju, z którego do nas dzwonił. Pamiętajmy też, że nie muszą to być dokładnie te wymienione wyżej prefiksy. Skoro pojawił się sposób, mogą z niego skorzystać i inni naciągacze.

W przypadku nieznanych numerów zalecana jest ostrożność. Co to za numer nam się wyświetlił i skąd do nas dzwonił, możemy sprawdzić w Internecie lub ściągnąć na telefon specjalną aplikację (np. Odebrać telefon?, czy Nieznany numer). Jeśli nie spodziewamy się telefonów międzynarodowych, możemy takie zablokować na stałe u operatora. Jeśli jednak mamy bliskich za granicą, warto uświadomić sobie, że jeśli będą chcieli się z nami skontaktować, telefon nie przestaje dzwonić po jednym dzwonku, a jak raz nie odbierzemy – zwykle spróbują zadzwonić po raz kolejny. ■

1% twojego podatku na wybrany cel

Joanna Kocot
Referat Promocji i Kultury

Tradycyjnie, jak co roku, do końca kwietnia rozliczamy podatki od osób fizycznych. PIT-y możemy składać osobiście w urzędzie skarbowym, listownie – wysyłając zeznania listem poleconym oraz – co jest niezwykle wygodne – elektronicznie. Zresztą, jeśli chodzi o elektronikę, niesie ona dodatkowe ułatwienia. Coraz więcej firm i instytucji udostępnia nam za darmo programy do rozliczenia podatku. Często przekonują, że wypełniając PIT, 1% podatku możemy przekazać na organizację pożytku publicznego. Można wesprzeć konkretny cel, czy nawet konkretnych ludzi w realizacji ich zadań.

Czy jest sobie czym zawracać głowę?

Czasami zaglądając do swojego PIT-u, uważamy, że 1% to na tyle niewielka kwota, że właściwie nie ma czym się zajmować. Ale nie do końca tak jest. Jak podaje GUS, średnio 1% podatku to ok. 48 złotych. Na szczęście z roku na rok coraz więcej osób docenia moc swojego podatku i świadomie wybiera osobę czy organizację, którą może w ten sposób wesprzeć. Według danych urzędu statystycznego jest to około 80% osób rozliczających się z fiskusem. Dzięki temu z roku na rok coraz większa jest rozdzielana pula – z podatku za rok 2016, czyli tego rozliczanego w ubiegłym roku, rozdzielono ponad 618 milionów złotych.

Kogo możemy wesprzeć?

Według wykazu zamieszczonego na stronie Kancelarii Rady Ministrów, w tym roku nasz podatek możemy przekazać jednej z 8862 organizacji. Niektóre są olbrzymie, działają na terenie całego kraju i są ogólnie znane, inne realizują swoje cele w danym regionie, na terenie jednego powiatu, jednej gminy czy nawet jednej miejscowości. Łączy je to, że każda z nich ma określone zadania – organizuje zajęcia sportowe, doposaża w sprzęt określone instytucje, przekazuje pieniądze na leczenie czy rehabilitację konkretnych osób.

O niektórych słyszymy dość często, inne prowadzą kampanie informujące o swojej działalności tylko w czasie rozliczeń podatkowych. Ale o większości z nich przez cały rok można przeczytać w internecie. Co warto wiedzieć? Na przykład czy długo istnieją, co udało im się już zrealizować, jak bardzo są skuteczni oraz czy dokładnie się rozliczają przed podatnikami. Warto sprawdzić, żeby nasze pieniądze faktycznie szły na to, na co je przekazujemy.

W jaki sposób?

Procedura przekazania 1% podatku nie jest ani trudna, ani skomplikowana. Wystarczy w punkcie *Wniosek o przekazanie 1% podatku należnego na rzecz organizacji pożytku publicznego* OPP (w PIT-37 to punkt J, pozycja 137) wpisać KRS organizacji, którą wybraliśmy,

Nazwa OPP	Numer KRS
STOWARZYSZENIE IM. LADY SUE RYDER W WOLI BATORSKIEJ	0000039805
STOWARZYSZENIE „RODZINA KOLPINGA W NIEPOŁOMICACH”	0000084670
KOŁO PRZYJACIÓŁ SZKOŁY PODSTAWOWEJ I NIEPUBLICZNEGO GIMNAZJUM W STANIĄTKACH	0000114009
STOWARZYSZENIE RODZIN I PRZYJACIÓŁ DZIECI NIEPEŁNOSPRAWNYCH „DZIECIĘCE MARZENIA”	0000150740
STOWARZYSZENIE PROPAGUJĄCE IDEE KAZIMIERZOWSKIE	0000207442
STOWARZYSZENIE „KLUB POLSKIEGO TRAKERA”	0000310226
STOWARZYSZENIE RODZIN I PRZYJACIÓŁ OSÓB Z ROZSZCZEPEM KRĘGOSŁUPA I GŁĘBOKĄ LUB SPRZĘŻONĄ NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ „BĄDŹMY RAZEM”	0000414760
KOŁO PRZYJACIÓŁ HARCERSTWA – STOWARZYSZENIE BYŁYCH INSTRUKTORÓW, WYCHOWANKÓW I SYMPATYKÓW SZCZEPU „PUSZCZA”	0000103777
FUNDACJA NA RZECZ CHORYCH NA SM IM. BL. ANIELI SALAWY	0000055578
KATOLICKIE STOWARZYSZENIE CHARYTATYWNE „BETEL”	0000087707
STOWARZYSZENIE „POMOC BLIŹNIEMU”	0000188739
STOWARZYSZENIE SZWADRON NIEPOŁOMIC W BARWACH 8 PUŁKU UŁANÓW KSIĘCIA JÓZEFA PONIATOWSKIEGO	0000249374

poprzez inne organizacje, jako cel szczegółowy:

OPACTWO ŚW. WOJCIECHA MNISZEK BENEDYKTYNEK W STANIĄTKACH	0000195764, CEL SZCZEGÓŁOWY: STANIĄTKI lub 006
OSP WOLA BATORSKA	0000116212, CEL SZCZEGÓŁOWY: OSP WOLA BATORSKA, POWIAT WIELICKI

a w kolejnej pozycji kwotę – 1% naszego podatku, zaokrąglony w dół do dziesiątek groszy. I już. Pieniądze trafią w wybrane przez nas miejsce.

Warto też pamiętać, że wybierając organizację OPP, nasz podatek się nie zwiększy. Kwota, którą musimy zapłacić, jest zawsze taka sama. Ale wybierając konkretną organizację, sami świadomie decydujemy, do kogo ta drobna część naszych podatków trafi.

W budżetach niektórych organizacji dochody z 1% stanowią całkiem pokaźną część budżetu. Największym udaje się otrzymać w ten sposób nawet po kilka milionów. Średnio obdarowane organizacje zyskały w ten sposób

76 tysięcy złotych, ale, co również należy zauważyć, ponad 50% z nich otrzymała jednak mniej niż 5 tysięcy złotych. Prowadząc OPP, warto pamiętać o kampanii informacyjnej i zachęcać do przekazywania podatków na rzecz swojej organizacji. Nie wystarczy tylko być na liście.

Zachęcamy do świadomego rozliczania podatków i wspierania osób, organizacji i idei, które są dla Państwa ważne. Szczególnie zwracamy uwagę na OPP działające na rzecz mieszkańców gminy Niepołomice, dlatego też przygotowaliśmy tabelę naszych „sąsiadów”, którzy znajdują się na rządowej liście organizacji pożytku publicznego. ■

Przemoc domowa

Justyna Janusz

psycholog, Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wieliczce – Punkt Interwencji Kryzysowej

O przemocy domowej nie mówi się zbyt często, zarówno w mediach, jak i w życiu codziennym. To temat przemilczany, często niedostrzegany. A przecież jest to problem, który latami występuje w wielu rodzinach i naraża na ogromne cierpienie jej członków.

SKALA PROBLEMU

Choć istnieją statystyki tworzone przez policję czy instytucje społeczne, nie są one w stanie dokładnie odzwierciedlić skali problemu. A to dlatego, że przemoc w rodzinie jest wciąż tematem wstydlwym, ukrywanym przez poszczególnych członków rodziny. Osoby doświadczające przemocy często nie wiedzą, że mogą szukać pomocy, lub nie wierzą w jej skuteczność. Zdarza się również, że dana osoba nie ma świadomości, iż przemoc jest wobec niej stosowana, zwłaszcza, że sprawca może posługiwać się różnymi jej formami, niekiedy bardzo subtelnymi.

RODZAJE PRZEMOCY W RODZINIE

Myśląc o przemocy w rodzinie, u większości osób pojawi się obraz skórzanego paska, którym dotkliwie bite są żona lub dzieci. Ale sama przemoc fizyczna miewa różne oblicza: od szarpania i popychania, do krępowania ruchów, czy rzucania przedmiotami w daną osobę. Często spotykana jest przemoc psychiczna. Może ona polegać

na wszczynaniu awantur, podnoszeniu głosu, przeklinaniu i wyzywaniu. Ale bywa też zapodana głosem spokojnym, pełnym krytyki, oskarżeń i poniżania. Do przemocy psychicznej należy także zaliczyć wszelkie formy grożenia, szantażowania czy zastraszania.

Inną formą przemocy jest ta, która narusza intymność, a więc przemoc seksualna, do których należą gwałt, wymuszanie pożycia seksualnego, czy nieakceptowanych zachowań seksualnych. Przemoc może także manifestować się w sferze ekonomicznej: sprawca kontroluje wówczas wydatki domowe, odmawia danej osobie zarobione pieniądze, może także zakazać jej pracy zarobkowej. Przemoc ekonomiczna to także niszczenie wspólnych dóbr materialnych, bądź ich sprzedawanie bez uzgodnienia z resztą rodziny, zmuszanie do zaciągania kredytów. Przemoc w rodzinie może mieć także formę zaniedbania, czyli naruszenia obowiązku do opieki ze strony bliskich, często w stosunku do osób nieletnich lub chorujących i starszych.

Statystycznie najczęściej sprawcami przemocy są mężczyźni, a jej ofiarami kobiety i dzieci. Należy jednak podkreślić, że przemoc domowa pojawiać się może w różnych kontekstach, a jej sprawcą może być osoba, z którą stereotypowo nie łączymy agresywnych zachowań, np. osoba starsza czy kobieta. Warto także wspomnieć, że w Polsce duża liczba przypadków przemocy w rodzinie związana jest z alkoholizmem jednego z jej członków.

GDZIE SZUKAĆ POMOCY?

Istnieje możliwość zmiany życia, w którym przemoc jest codziennością. W tym celu warto, aby osoby jej doświadczające, sięgnęły po pomoc psychologiczną. Jedną z jej form może być udział w grupie wsparcia dla osób doświadczających przemocy w rodzinie. Każda osoba, która czuje, że problem jest jej bliski, jest zaproszona do udziału w spotkaniach grupowych, które będą się odbywać w Punkcie Interwencji Kryzysowej przy Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Wieliczce, ul. Daniłowicza 12. Pierwsze spotkanie będzie mieć miejsce 10 kwietnia, w godzinach 16.00-18.00. Istnieje także możliwość konsultacji indywidualnej z psychologiem oraz porady prawnej. Pomoc świadczona jest nieodpłatnie. Szczegóły można uzyskać pod numerami: 730 201 771 i 12 288 02 20. ■

WYNIKI NABORÓW

Wyniki naborów wniosków na podejmowanie działalności gospodarczej organizowanych przez LGD, które odbyły się w dniach 5.01.2018 – 22.01.2018, zostaną podane do publicznej wiadomości poprzez stronę internetową Stowarzyszenia www.lgdpowiatwielicki.eu

Tam również można znaleźć aktualny harmonogram naborów wniosków. W przypadku pytań prosimy o kontakt mailowy: biuro@lgdpowiatwielicki.eu, formularz kontaktowy na stronie [www](http://www.lgdpowiatwielicki.eu) lub kontakt telefoniczny pod numerem 12 288 00 95. Biuro LGD mieszczące się w Wieliczce przy ulicy Henryka Sienkiewicza 2 jest czynne od poniedziałku do piątku w godzinach 8.00–16.00.



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”.

Zdrowych, pogodnych Świąt Wielkanocnych, przepełnionych wiarą, nadzieją i miłością.
Radosnego, wiosennego nastroju, serdecznych spotkań w gronie rodziny i wśród przyjaciół
oraz wesołego Alleluja.

życzą Druhnny i Druhowie OSP Niepołomice



Bezpieczny Internet

Jarosław Rusek

nauczyciel geografii i informatyki,
organizator konkursu i inicjatywy DBI 2018
w CKZiU

27 lutego w naszej szkole odbył się Dzień Bezpiecznego Internetu 2018 pod tegorocznym hasłem: *Two-
rzymy kulturę szacunku w sieci*. W jego ramach zorganizowaliśmy konkurs pod patronatem Burmistrza Miasta i Gminy Niepołomice, dla wszystkich chętnych uczniów Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego.

Dzień Bezpiecznego Internetu wprowadzony został z inicjatywy Komisji Europejskiej w 2004 roku, od 2005 roku obchodzimy go również w Polsce, a głównym organizatorem jest Polskie Centrum Programu Safer Internet. Liczbę państw na świecie biorących udział w organizowaniu różnych form

propagowania bezpieczeństwa w sieci przedstawia interaktywna mapa na stronie www.saferinternetday.org. Jesteśmy jedną z 3606 szkół w Polsce, które biorą udział w tegorocznej edycji.

Dzień Bezpiecznego Internetu to nie wyścig, ale wspólny cel, którym jest cięgle uświadamianie, jakim wspaniałym wynalazkiem jest Internet. Służy jako narzędzie samorozwoju i komunikacji między ludźmi niezależnie od odległości. Niestety, może być również niebezpieczny i doprowadzić do tragedii.

W tym roku, przed przystąpieniem do rozwiązywania testu dotyczącego zagadnień bezpieczeństwa w sieci, uczniowie wzięli udział w prelekcji multimedialnej, dotyczącej nowych zachowań użytkowników i sposobów obrony przed zagrożeniami. Następnie bezpośrednio po prelekcji przygotowane instrukcje posłużyły uczniom w przeskanowaniu

komputerów w pracowni i za pomocą odpowiednich narzędzi usunięcie potencjalnie niechcianego oprogramowania (PUP – potentially unwanted program).

Tegoroczny test nie należał do najłatwiejszych, gdyż uczniowie musieli wykazać się nie tylko znajomością terminologii, ale również znajomością zapobiegania i radzenia sobie z zagrożeniami czyhającymi w Internecie. Zwycięzcą konkursu został Jakub Kozub z klasy Ic, rozwiązując test z wynikiem 29 pkt na 37 możliwych. Na kolejnych miejscach uplasowali się: 2 miejsce – Grzegorz Ptak, 3 miejsce – Kacper Trojanowski.

Serdecznie gratulujemy wszystkim uczestnikom wiedzy oraz zapraszamy do udziału w kolejnym DBI 2019 również w lutym. ■

Niezwykły świat eksperymentów fizycznych

Beata Książek

wychowawca klasy 2c w SP w Niepołomicach

7 lutego klasy 2c oraz 3c zostały zaproszone przez swoich starszych kolegów z gimnazjum na pokaz doświadczeń fizycznych w ramach realizowanego projektu Niezwykły świat doświadczeń fizycznych pod czujnym kierunkiem Alicji Luty – nauczyciela fizyki w Niepołomickim Gimnazjum im. Króla Władysława Jagiełły.

Był to niezwykle dzień, dzieci w tym dniu wkroczyły niemalże w świat magii. Któż bowiem potrafi tak zrobić, aby balon przyczepił się do ściany, nie używając kleju i sznurka, lub, by jajkiem obranym ze skórki odbijać jak piłką?

Uczniowie gimnazjum bardzo starannie przygotowali się do zajęć, gdyż zaprezentowali jeszcze wiele innych ciekawych eksperymentów takich jak: elektryzowanie balonów, złudzenia optyczne. Dzieci dowiedziały się, co to takiego jest elektrosta-

tyka, ciecz nieniu-tonowska. Widziały magiczny palec, hydronurka oraz lampę lawę. Fantastyczną zabawą było to, że wiele z tych doświadczeń mogły wykonać same, pod czujnym okiem starszych kolegów, którzy bardzo dbali o ich bezpieczeństwo.

Lekcja fizyki niezwykle przypadła do gustu naszym podopiecznym. Cieszymy się, że jesteśmy tak mile przyjmowani w nowej dla nas szkole i tak życzliwe traktowani. ■

PRZYGOTOWANIA DO RAJDU

Marek Kępa

nauczyciel przedmiotów branży mechanicznej

W warsztacie mechanicznym CKZiU przy ul. Kolejowej przed feriami rozpoczęły się prace nad projektem budowy rajdowego samochodu, Fiata Cinquento Abarth Trofeo. Uczniowie pod okiem Rafała i Marka pomagają w przygotowaniu samochodu do startów w Historycznych Rajdowych Samochodowych Mistrzostwach Polski i Rajdach pojazdów zabytkowych.

Jeśli wszystko się uda, samochód zobaczymy w 1. eliminacji HRSP 2018 – Rajd Memoriał Kuliga i Bublewicz rozgrywanym w Wieliczce w dniach 7–8.04.2018. Aktualnie przeprowadzana jest kontrola i naprawa elementów zawieszenia.



Odyseusze na start!

Czy wyobraźnię można wykorzystać w praktyczny sposób? Czy warto umieć współpracować? Czy jedno zadanie może mieć wiele dobrych rozwiązań? Odyseusze wiedzą już, że odpowiedź na te pytania brzmi „tak”. Odyseja Umysłu to międzynarodowy program, w Polsce realizowany pod patronatem Ministerstwa Edukacji, dzięki któremu dzieci i młodzież uczą się współpracować w grupie, myśleć kreatywnie i krytycznie oraz twórczo rozwiązywać problemy rozbieżne, czyli takie, które mają wiele dobrych rozwiązań. Słowo „problem” ma dla Odyseuszy inne niż „przeszkoda” znaczenie – dla nich oznacza wyzwanie.

Po co to robimy? Jeżeli nawet nie potrafimy sobie dzisiaj wyobrazić zawodów, w których będą w przyszłości pracowali nasi uczniowie, to jak możemy ich przygotować do życia w świecie zmieniającym się tak szybko? Trenujący do konkursów Odysei Umysłu uczą się odważnie marzyć, wytrwale dążyć do celu, samodzielnie i nieszablonowo myśleć, tworzyć rozwiązania oryginalne i efektywne, łamać schematy i przyzwyczajenia, współpracować z kolegami z zespołu i dobrze się przy tym bawić.

Najważniejszą zasadą Odysei jest to, że wszystkie rozwiązania mają być samodzielnym dziełem dzieci. Rolą trenera jest wspieranie drużyn, dbanie, by dobrze rozumiały rozwiązywany problem, koordynowanie działań i planowanie treningów. Żadnego podpowiadania, żadnej pomocy! Jeżeli Odyseusze chcą wbić gwóźdź, skonstruować maszynę, wywiercić dziurę – muszą zrobić to całkiem sami albo zmienić rozwiązanie. Trener może tylko pokazać, jak bezpiecznie posługiwać się narzędziami. Jeżeli chcą przygotować przedstawienie, muszą zrobić to od początku do końca samodzielnie – napisać scenariusz, wymyślić i wykonać kostiumy, dekoracje i rekwizyty.

W tym roku dwie drużyny ze Społecznej Szkoły Podstawowej im. Lady Sue Ryder rozpoczęły swoją przygodę z Odyseją Umysłu. Każda z nich pracowała nad rozwiązaniem innego problemu długoterminowego oraz ćwiczyła rozwiązywanie problemów spontanicznych, aby przygotować się do startu w eliminacjach regionalnych, które odbywały się 3 marca w Katowicach. Tego dnia o godzinie 7.30 na parkingu przed szkołą zapakowaliśmy do busa wielki karton z kostiumami, dekoracjami i rekwizytami. Do bagażnika musiała zmieścić się składana drabina i nadmuchiwana palma oraz tajemniczo wyglądające przedmioty przyczepione do kijów od mioteł. Dwanaścioro Odyseuszy wyruszyło ku przygodzie. Towarzyszyły im ciekawość, trema, radosne oczekiwanie i stres przed występem.

Pierwsza drużyna przygotowywała się do zaprezentowania rozwiązania problemu długoterminowego *Bajdokument – prawie prawda*. O wyznaczonych godzinach pojawialiśmy się w miejscu rozwiązywania Problemów Spontanicznych, a w przerwach oglądaliśmy prezentacje innych drużyn, odwiedzaliśmy sklepik z pamiątkami, robiliśmy sobie zdjęcia z Omerem – maskotką Odysei Umysłu albo posilaliśmy się w bufecie. Na zakończenie druga z naszych drużyn zaprezentowała rozwiązanie Problemu *O co chodzi z emoji?*.

Wyniki tegorocznej edycji poznaliśmy wieczorem – wiadomość, że obie nasze drużyny przeszły do finału ogólnopolskiego, rozeszła się lotem błyskawicy i spowodowała, że w kilku domach nikt nie mógł zasnąć z przejęcia i radości.

Co dalej? Organizujemy wyjazd do Gdyni i pracujemy nad udoskonaleniem rozwiązań. Ocena sędziów zawiera bezcenne dla nas wskazówki, co było dobre, a co trzeba udoskonalić. Prosimy o trzymanie kciuków 24 i 25 marca. ■

*Najważniejszą
zasadą Odysei
jest to,
że wszystkie
rozwiązania
mają być
samodzielnym
dziełem
dzieci.*



Agnieszka Krzyńska-Duś
trener Odysei umysłu w SSP Niepołomice-Jazy

Zimowisko dzieci i młodzieży

Alicja Włodarczyk

nauczycielka j. polskiego w SSP w Niepołomicach-Jazach

12–17 lutego, czyli w pierwszym tygodniu małopolskich ferii, Klub Podróżnika TURBACZ, działający w Społecznej Szkole Podstawowej w Niepołomicach-Jazach zorganizował dla swoich podopiecznych zimowisko w górach. Z oferty zimowego odpoczynku skorzystało 28 uczniów gimnazjum i szkoły podstawowej.

Ferie to wprost idealny czas na wypoczynek z dziećmi na świeżym powietrzu, a połączony z odrobiną białego szaleństwa w malowniczych górach okazał się w tym roku pełnią szczęścia nie

tylko dla najmłodszych. Miejscem docelowym były Koninki. Zimowa pogoda lubi płatać figle, ale udało nam się trafić na bardzo dobre warunki naturalne do nauki i doskonalenia umiejętności

jazdy na nartach na zboczach góry Tołbów. Nie zabrakło pieszych wycieczek do doliny Olszowego Potoku czy wizyty w Orkanówce – muzeum Władysława Orkana. Najistotniejszym jednak wyznikiem było zdobycie w tych śnieżnych warunkach szczytu Turbacza, czyli najwyższego wzniesienia Gorców, liczącego 1310 m n.p.m. Widoki zapierały dech w piersiach. Udało się również „zwiedzić” okolicę dronem, co też stanowiło swego rodzaju atrakcję.

Czas aktywnego wypoczynku minął wyjątkowo szybko. Naładowani pozytywną energią wróciliśmy do Niepołomic. Następny dłuższy wyjazd miłośników turystyki górskiej wraz z Klubem Podróżnika – już w wakacje.

Ahoj, przygodo! ■

Zimowe połowy ryb

Michał Dziedzic

nauczyciel geografii w SSP w Niepołomicach-Jazach

To był pierwszy i ostatni weekend, kiedy szkolne Koło Wędkarskie EL-DORADO, funkcjonujące przy Społecznej Szkole Podstawowej im. Lady Sue Ryder, mogło połowić ryby pod lodem. Dzięki uprzejmości Tadeusza Biernata z niepołomiczkiego Koła Wędkarskiego, który wspiera grupę młodych wędkarzy, mogliśmy spędzić kilka godzin na lodzie. Czekał na ten dzień całą zimę. I skorzystaliśmy z okazji, kiedy mrozy skuły łowisko na Woli Batorskiej do tego stopnia, że można było bezpiecznie wejść na lód.

Na początku spotkania zostały omówione kwestie bezpieczeństwa. Młodzi wędkarze dowiedzieli się, że nie wolno bezmyślnie wchodzić na zamrożone zbiorniki i rzeki. Grubość lodu nie wszędzie jest taka sama, szczególnie na rzekach z silnym nurtem. Wpadnięcie do lodowatej wody to walka z czasem i zarazem walka o życie. Uratować nas może sprzęt: specjalne kolce, za pomocą których wczolgamy się z powrotem na lód, linka, którą rzucimy osobie w pobliżu lub ktoś, kto usłyszy nasz krzyk. Obowiązuje bardzo ważna zasada – „nigdy sam”.

Zaczęliśmy od wiercenia przerębli. Specjalne ostre wiertło do lodu, kilka

sekund i powstał otwór o średnicy ok. 20 cm. Jeszcze jeden i kilka kolejnych, razem parę sztuk w różnych częściach łowiska. Potem dzieciaki wrzuciły kulki z zanętą i zaczęło się!

Wędką do łowienia pod lodem jest bardzo mała i z czymś w rodzaju kołowrotka, ale tylko do wygodnego przechowywania żyłki. Ustalamy grunt, czyli głębokość i staramy się łowić tuż przy dnie, delikatnie potrząsając żyłką. Ryba, widząc skaczącą przynętę, atakuje.

Złowiliśmy kilkanaście sztuk małych ryb: płocie, leszcze, okoń, jazgarz. Był też i duży leszcz – niestety za małe dziury w lodzie umożliwiły mu ucieczkę.

Piękna słoneczna pogoda, słaby wiatr, łowienie ryby na lodzie – czego chcieć więcej?

Oby następna zima była choć przez chwilę tak mroźna, jak ta! ■

Nie pal przy mnie, proszę...

Marzena Migdał i Anna Cendrowicz

nauczycielki edukacji wczesnoszkolnej w SSP Niepołomice-Jazy

W Społecznej Szkole Podstawowej im. Lady Sue Ryder realizowany jest w tym roku ogólnopolski program antynikotynowy *Nie pal przy mnie, proszę*, który adresowany jest do uczniów klas I–III oraz ich rodziców. Celem programu jest zmniejszenie narażenia dzieci na bierne palenie tytoniu, zwiększenie wiedzy w zakresie odpowiedzialności za własne zdrowie oraz kształtowanie postaw asertywnych związanych

z unikaniem czynnego i biernego palenia tytoniu.

Na zajęciach edukacyjnych uczniowie z klas I–III poznali główną bohaterkę programu *Nie pal przy mnie, proszę* – wiewiórkę Wikę, która towarzyszyła im na zajęciach. Korzystali z kart pracy zawartych w materiałach programowych.

Zajęcia przeprowadzono według scenariuszy programu *Nie pal przy mnie, proszę*. Dzieci wykonały plakaty o tematyce antytytoniowej, które zostały powieszone na gazetkach każdej z klas. Chętni uczniowie mogli wziąć udział w konkursie Wierszyk-rymowanka, w którym te

utwory zostały wydrukowane na ulotkach i rozdane rodzicom oraz uczniom. Ponadto każda klasa uczęstniczyła w pogadance z Elżbietą Zaleńską – szkolną pielęgniarką, na temat szkodliwości czynnego i biernego palenia tytoniu.

Cele zostały osiągnięte. Dzieci uporządkowały i poszerzyły wiadomości na temat zdrowia, uświadomiły sobie, że same mogą unikać szkodliwych dla zdrowia sytuacji, poznały sposoby zachowań w sytuacjach, gdy inni ludzie palą przy nich papierosy. Zajęcia w ramach opisywanego programu cieszyły się dużym zainteresowaniem ze strony dzieci.

W przyszłości równie chętnie przystąpimy do realizacji tego programu. ■

Programowanie bez komputera

Agnieszka Karcz

nauczyciel robotyki i wychowania przedszkolnego w PS w Woli Batorskiej

Kodowanie to jedna z najbardziej przydatnych umiejętności w XXI wieku. Dlaczego warto zainteresować się zajęciami z kodowania i robotyki dla najmłodszych?

Czy robotyka może być kreatywną zabawą? Choć kojarzy się „technicznie” i wiele w niej z matematyki, elektroniki oraz informatyki, to jednak potrafi bardzo pobudzić wyobraźnię niejednego dziecka. Nawet nowa podstawa programowa zaleca nauczycielom edukacji przedszkolnej nauczanie dzieci kodowania i programowania przez zabawę. Programista nie bez powodu jest uważany za jeden z zawodów przyszłości. No dobrze, ale co to ma wspólnego z przedszkolem?

Wbrew pozorom programowanie ma wiele wspólnych mianowników z edukacją przedszkolną. Nic dziwnego, że coraz większą wagę do tego rodzaju nauki przykładają zarówno rodzice, jak i nauczyciele.

Od stycznia dzieci uczęszczające do Przedszkola Samorządowego w Woli

Batorskiej mają możliwość raz w tygodniu uczestniczyć w zajęciach z robotyki. Odbývają się one na robotach Code and go polecanych przez wydawnictwo Nowa Szkoła do nauki robotyki i programowania dla dzieci już od 4. roku życia.

Programowanie robotów dla dzieci to doskonała zabawa, ale jednocześnie sposób na rozwijanie ich umiejętności na wielu płaszczyznach. Do najważniejszych



szych zalet programowania w przedszkolu trzeba zaliczyć:

- rozwój wyobraźni i kreatywności,
- rozwój abstrakcyjnego i logicznego myślenia oraz inteligencji przestrzennej,
- trening liczenia,
- zainteresowanie programowaniem od najmłodszych lat, poznanie podstawowych informacji o kodowaniu, zapoznanie z pojęciami, takimi jak algorytm, zbiory, rytm, pytania, sekwencje i wykorzystywanie tych sformułowań w praktyce
- urozmaicenie zajęć i nowy sposób realizacji pracy w grupie,
- naukę na błędach.

Nasze przedszkole wspiera wielokierunkową aktywność dziecka w zakresie nowych technologii. W tym roku przystąpiliśmy do akcji Smyki kodują, mającej na celu popularyzację nauki programowania dla dzieci, a także już drugi rok realizujemy innowację pedagogiczną Programowanie od najmłodszych lat. Aktywne metody pracy z wykorzystaniem tablic interaktywnych dostępnych w naszej placówce, programy, innowacje i nowatorskie rozwiązania gwarantują wychowankom atrakcyjny, twórczy i aktywny sposób na osiąganie sukcesów rozwojowych. ■

Roztańczeni uczniowie

Edyta Jeleń

nauczycielka edukacji wczesnoszkolnej w SSP Niepołomice-Jazy

Zajęcia taneczno-ruchowe *Wesołe dzieciaki* prowadzone są od września w Społecznej Szkole Podstawowej im. Lady Sue Ryder na podstawie programu autorskiego stworzonego specjalnie dla uczniów klas 1–3.

Ruch przy muzyce stanowi dla wielu dzieci ulubioną formę zajęć, podczas których w sposób spontaniczny i radosny mogą odreagować swoje napięcia, ale także stanowią odskocznice od siedzącego trybu życia i długiego spędzania czasu w szkolnej ławce. Dzięki tym zajęciom uczniowie nie tylko w sposób aktywny spędzają czas, ale także wielu z nich rozwija bądź pobudza swoje zainteresowania, integruje się z innymi dziećmi, ćwiczy pamięć ruchową, którą kształtuje przez powtarzanie sekwencji kroków i figur tanecznych. Dzieci wyzbywają się kompleksów, zahamowań, otwierają

się na świat, są spontaniczne i bardzo często odnajdują swoje miejsce w grupie rówieśniczej.

W trakcie zajęć prowadzony jest aerobik dziecięcy, ćwiczenia relaksacyjne i rozluźniające, swobodne interpretacje ruchowe piosenek, zabawy ruchowe przy dźwiękach muzyki. Dzieci uczą się wielu układów choreograficznych i tańców integracyjnych, które doskonałą podczas kolejnych zajęć. Najmłodszy uczestniczący w zajęciach chętnie i z pełnym zaangażowaniem wykonują ćwiczenia, uczą się kroków, przeżywają radość ze wspólnej zabawy. Potrafią współpracować indywidualnie, z parterem lub w większej grupie.

Zajęcia taneczno-ruchowe stanowią bardzo ważną formę zajęć, wpływającą pozytywnie zarówno na zdrowie, jak i samopoczucie. Z całą pewnością można powiedzieć, iż dzieci uczestniczące w zajęciach *Wesołe dzieciaki* zgadzają się z tą myślą, dzięki czemu w trakcie lekcji panuje miła atmosfera, sprzyjająca nauce i zabawie. ■

W POSZUKIWANIU WIOSNY

Anastazja Wąchała

Pszczółki i Promyczki z Przedszkola Samorządowego nr 1 w Niepołomicach odwiedziły pełne wiosennych barw Muzeum Motyli Arthropoda w Bochni. Dzieci obejrzały największą stałą ekspozycję motyli świata w Polsce, liczącą ponad 5 tysięcy okazów.

Oprócz walorów wizualnych, takich jak mieniące się wieloma barwami, różnej wielkości oraz różnego kształtu motyle, dzieci mogły posłuchać również o życiu i sposobach na przetrwanie poszczególnych gatunków. Były też ciekawostki o tym, jak motyle mogą zmylić przeciwnika, przestraszyć go i udawać inne zwierzę. Dzieci obejrzały również krótki film edukacyjny o cyklu rozwojowym motyla, mogły poczuć się również jak prawdziwi entomolodzy, gdyż w muzeum do dyspozycji odwiedzających są lupy, przez które można bliżej przyjrzeć się budowie prezentowanych owadów.

Była to prawdziwa lekcja przyrody, podczas której przedszkolaki mogły na własne oczy podziwiać piękno natury oraz pogłębiać oraz rozbudować swoje przyrodnicze zainteresowania.

Prawdziwe piękno Puszczy Niepołomickiej

Justyna Bielec

nauczyciel języka polskiego

Uczniowie Szkoły Podstawowej nr 3 w Niepołomicach-Podgrapiu mieli okazję zwiedzić wystawę pt.: Na puszczańskim szlaku autorstwa Anny Pagacz, Mariana Gałata oraz Janusza Spizaka znajdującą się w Laboratorium Aktywności Społecznej oraz Bibliotece Publicznej w Niepołomicach.

Fotografia odkrywa przed nami nowe horyzonty. Czyni jeszcze bliższym to, co wcześniej wydaje się dobrze znane. Odsłania tajemnice i piękno, które – kiedy jest zatrzymane – pozwala na zaważenie swej istoty.

Zdjęcia przedstawione na wystawie prezentowały piękno tak bliskiej sercu każdego niepołomiczanina – Puszczy

Niepołomickiej oraz faunę i florę Polesia i Podlasia.

Grupa złożona z uczniów z klas II, III i IV pod opieką: Karoliny Gołas i Justyny Bielec z wielkim zainteresowaniem podziwiała zwierzęta, rośliny i przepiękne widoki ujęte na fotografiach. Zaskakujące było nie tylko samo przedstawienie niektórych zwierząt, ale i przekaz, który

wypływał z konkretnego zdjęcia. Piękno pokazanej natury trafiło w gust niemal każdego zwiedzającego.

Nasi podopieczni nie kryli swego zainteresowania i zadawali mnóstwo pytań. Zwierzęta, które wcześniej nie robiły na nich żadnego wrażenia, krajobrazy będące po prostu przyrodniczym terenem, w ujęciu autorów zdjęć nabrały szczególnego sensu. Potwierdziły prawdziwość maksymy: *Cudze chwalić, swego nie znacie*. Nie potrzeba dalekich podróży, egzotyki, zachwytu nad obcymi terenami, bo piękno mamy w zasięgu ręki.

Dziękujemy pracownikom Biblioteki Publicznej w Niepołomicach za gościnę i bardzo ciekawe przedstawienie wystawy oraz sylwetek jej autorów. ■

Zimowe bieszczadowanie

Grzegorz Sęk

nauczyciel MOA w Niepołomicach

Trochę mrozu, mnóstwo śniegu, a wokół wspaniała, dzika przyroda – to są właśnie Stuposiany położone w samym centrum bieszczadzkiego „worka”. Tradycyjnie w porze ferii młodzież zrzeszona w MOA odbywa tam tygodniowy obóz, korzystając z możliwości oferowanych przez bieszczadzki Park Gwiazdowego Nieba.

Co prawda w tym roku aura nie sprzyjała prowadzeniu obserwacji astronomicznych, bo tylko jedna noc była całkowicie bezchmurna, ale czas pobytu na obozie wykorzystaliśmy na wycieczki, uprawianie sportów zimowych, wykłady i konkursy, a także na zwykłą żywiołową zabawę. Warto tu wspomnieć o nowej dla nas formie edukacyjnej, jaką stały się telekonferencje prowadzone przy pomocy Internetu.

Nauczyciel MOA Tymon Kretschmer, przebywając w swoim mieszkaniu, połączył się z nami trzykrotnie na godzinne sesje, objaśniając w ich trakcie zasady i ogłaszając wyniki konkursu fotograficznego. Do przeprowadzenia zdalnych zajęć tego typu potrzebne jest

tylko łącze internetowe i dwie kamerki – tak, aby respondenci mogli widzieć się wzajemnie.

Ponieważ na obozie byli uczniowie od lat 11 aż do 19, konkurs został rozegrany w trzech kategoriach wiekowych i przyniósł w rezultacie wiele świetnych zdjęć. A okazji do ich wykonania było sporo, ponieważ codziennie dokądś wędrowaliśmy. I tak odwiedziliśmy żubry w zagrodzie adaptacyjnej i zwiedziliśmy Centrum Promocji Leśnictwa w Muczmem, podziwialiśmy otoczenie w miejscu, gdzie potok Wołosaty wpada do Sanu, pojechaliśmy do Lutowisk, aby zobaczyć tam dwa zegary słoneczne i zaopatrzyć się w pamiątki w Galerii – Stare Kino, wreszcie



To zdjęcie Magdaleny Duś wygrało konkurs fotograficzny w kategorii najstarszych uczniów



Obserwujemy niebo zimową mroźną nocą



Kosmiczne struktury „namalowane” światłem

zaniósł nas do Smolnika, gdzie znajduje się łemkowska cerkiewka o świetnej architekturze i gdzie przy okazji u miejscowego hodowcy kóz mogliśmy delektować się smakiem kozich serów. Była też lekcja o malowaniu światłem, poprowadzona przez Roberta Burego, jednego z inicjatorów Parku Gwiazdowego Nieba. Sześć świetnie spędzonych dni, jedna noc obserwacyjna i nieskończenie wiele wrażeń – przychodźcie na zajęcia do MOA, wtedy sami to przeżyjecie.

Bardzo często organizujemy obozy i wycieczki, a pomagają nam w tym finansowo Stowarzyszenie Astrotur i Rada Rodziców MOA. Obozem w Stuposianach kierowała Aleksandra Janusz, a funkcje opiekunów pełnili Mateusz Windak oraz Grzegorz Sęk. ■

Spojrzenie w niebo 2018

Kwiecień

dr Adam Michalec

Młodzieżowe Obserwatorium Astronomiczne



Czasem kwietnia pora letnia, czasem zwiędzie, w marzec zjedzie – właśnie tak to bywa z kwietniową pogodą. My mamy nadzieję na prawdziwą wiosenną aurę. Tęsknimy bardzo za słonecznymi wiosennymi dniami, które powinny nam wynagrodzić tegoroczne smogowe i mroźne dni zimowe.

Tym razem kwiecień rozpocznie nie tylko Prima Aprilisem, ale i Świętami Wielkanocnymi, gdyż będzie to też pierwsza niedziela po pierwszej wiosennej pełni Księżyca. Ogromnie pocieszającym będzie fakt, iż w tym miesiącu Słońce systematycznie wznosi się coraz wyżej ponad równik niebieski tak, że w ciągu kwietnia, w Małopolsce, przybędzie dnia dokładnie o 103 minuty. Na początku miesiąca Słońce wschodzi o godz. 6.17, a zachodzi o 19.12. Natomiast w ostatnim dniu miesiąca, wschód Słońca nastąpi już o 5.18, a zachód dopiero o 19.57, ostatniego kwietnia dzień będzie zatem trwał 14 godzin i 39 minut; będzie już dłuższy od najkrótszego dnia roku aż o 6 godzin i 34 minuty, ale jeszcze krótszy o 104 minuty

od tego najdłuższego, czerwcowego dnia.

Przez cały miesiąc będziemy notować niską aktywność magnetyczną Słońca, ponieważ nasza gwiazda znajduje się obecnie w fazie dochodzenia do minimum aktywności tzw. jedenastoletniego cyklu. Najczęściej liczba Wolfa, czyli ilość grup i plam na tarczy Słońca wynosić będzie co najwyżej kilka lub wręcz zero. 20 kwietnia o godz. 13.23 Słońce wstępuje w znak Byka.

22 kwietnia obchodzimy Światowy Dzień Ziemi – zatem patrząc w niebo, nie zapominajmy o naszej Błękitnej Planecie.

Jeśli chodzi o Księżyc, to w połowie miesiąca nie będzie nam przeszkadzał w nocnych obserwacjach nieba, bo kolejność faz Księżyca w kwietniu będzie następująca: ostatnia kwadra 8 IV o godz. 09.18, now 16 IV o godz. 03.57, pierwsza kwadra 22 IV o godz. 23.46 i pełnia 30 IV o godz. 02.58. Najdalej od Ziemi (w apogeum) znajdzie się Księżyc 8 IV o godz. 8, a najbliżej Ziemi (w perygeum) będzie 20 IV o godz. 17. Ponadto Księżyc w swej wędrówce po nieboskłonie zakryje rano 19 IV o godz. 7 Aldebarana, najjaśniejszą gwiazdę w konstelacji Byka, a 24 IV o godz. 22 Regulusa, najjaśniejszą gwiazdę w gwiazdozbiorze Lwa. U nas, te ciekawe zjawiska, będą widoczne jako bliskie spotkania ww. gwiazd z Księżycem.

Jeśli chcemy obserwować planety, to Merkurego będzie można zobaczyć nisko nad horyzontem na porannym niebie, ale dopiero od drugiej dekady miesiąca na niespełną godzinę przed wschodem Słońca. 29 IV oddali się on maksymalnie od Słońca na 27 stopni, czyli będzie w elongacji zachodniej.

Tajemnicza i błyszcząca Wenus jako Gwiazda Wieczorna pojawiać się będzie nisko nad zachodnim horyzontem tuż po zachodzie Słońca. Będzie ona coraz to wyżej i dłużej przebywała nad hory-

zontem z upływem dni kwietniowych.

Czerwonawy Mars widoczny będzie w drugiej połowie nocy w gwiazdozbiorze Strzelca. 2 kwietnia w swej wędrówce po nieboskłonie, zbliży się (będzie w koniunkcji) na odległość 1,3 stopnia do Saturna.

Jowisza, goszczącego w gwiazdozbiorze Wagi, z charakterystycznym cyklonem – czerwoną plamą – na jego południowej półkuli, wraz z gromadką czterech najjaśniejszych satelitów, można będzie obserwować już od późnych godzin wieczornych, 9 maja planeta będzie bowiem w opozycji do Słońca i w maju będzie widoczny przez całą noc. A 3 i 30 kwietnia do Jowisza zbliży się nasz poczciwy Księżyc na odległość około 4 stopni.

Saturna – z pięknie prezentującymi się pierścieniami, który świeci – podobnie jak i Mars – na tle gwiazdozbioru Strzelca, możemy obserwować w drugiej połowie nocy. Stopniowo będzie on przebywał coraz to dłużej ponad horyzontem, zbliża się bowiem do czerwcowej opozycji. Obie ww. planety będą w koniunkcji, czyli zbliżą się do siebie na niebie 2 kwietnia – polecam to zjawisko do obserwacji.

Uran przebywa w gwiazdozbiorze Ryb, ale kryje się przez cały miesiąc w promieniach słonecznych, wyłoni się nam dopiero z zórz porannych w połowie maja.

Neptun przebywa w Wodniku, a możemy go obserwować przez lunetę rano, krótko przed świtem.

Od 15 do 25 kwietnia promieniują meteory z roju kwietniowych Lirydów. Radiant meteorów leży w pobliżu Wagi, najjaśniejszej gwiazdy w gwiazdozbiorze Lutni. Maksimum aktywności (do 30 przelotów na godzinę) przypada na 22/23 kwietnia. Warunki do ich obserwacji są dobre, gdyż w nocnych obserwacjach nie będzie nam przeszkadzał Księżyc w pierwszej kwadrze.

To tylko najważniejsze zjawiska na niebie, które polecałbym zobaczyć podczas wiosennych spacerów przy bezchmurnym niebie. I jeszcze na koniec przypomnijmy jedno optymistyczne staropolskie przysłowie: *Gdy w końcu kwietnia deszcz porosi, błogostawieństwo połam przynosi.* ■

**🕒 SZKOŁA MUZYCZNA
W NIEPOŁOMICACH**

**Ogłasza nabór na rok szkolny
2018/2019**

Do klasy: trąbki, fletu, akordeonu, gitary klasycznej,
fortepianu, skrzypiec, saksofonu, wiolonczeli.

**Przestuchania kandydatów odbędą się
w poniedziałek – 4 czerwca 2018 r.
od godz. 14.00**

**w budynku Szkoły Muzycznej
Niepołomice, ul. Piękna 1
tel. 12 2811-204**

W miesiącach: kwietniu i maju należy pobrać
w szkole ankietę, wypełnić ją i złożyć
w sekretariacie szkoły w godzinach urzędowania.

Zapraszamy na kursy przygotowawcze w terminach:
**14, 21, 28 kwietnia, oraz 19 i 26 maja
w godz. 10.00 – 10.45 w budynku Szkoły.**

**ZESPÓŁ PAŃSTWOWYCH
SZKÓŁ MUZYCZNYCH**

im. Mieczysława Karłowicza w Krakowie

Ekspedycje radiowe

Jak zaliczyć łączność radiową z wyspą, na której nikt nie mieszka, a jest wymieniona na liście prefiksów jako odrębny kraj?
Z pomocą przychodzą tzw. ekspedycje radiowe.



Istnieją takie zakątki Ziemi, gdzie nie ma krótkofalowców (tak, to prawda), a nawet nie mieszka tam żaden człowiek. Jedyną możliwość zrobienia łączności z tym miejscem daje nam ekspedycja radiowa, organizowana tylko po to, aby tysiące radioamatorów z całego świata mogło zaliczyć QSO (połączenie) z egzotycznym skrawkiem globu. Często taka okazja trafia się raz na dwadzieścia lat!

Jedną z takich ekspedycji była wyprawa polskich krótkofalowców na wyspę Dhiffushi w archipelagu Malediwów. Brało w niej udział 7 uczestników z różnych stron naszego kraju. Stacja ta pracowała na pasmach amatorskich od 20 listopada do 3 grudnia 2016 roku pod specjalnym znakiem 8Q7SP. Uczestnicy zabrali ze sobą 5 kompletnych radiostacji wraz z antenami i zainstalowali się każdy w innym pomieszczeniu, po to, aby sobie nawzajem nie przeszkadzać podczas prowadzenia korespondencji.



Każdy krótkofalowiec nadawał na innym paśmie. Łączności prowadzono na falach od 160 do 10 metrów emisjami CW (telegrafia), SSB (fonia) i RTTY (emisja cyfrowa) przez 24 godziny na dobę. Log stacji (spis łączności) był na bieżąco aktualizowany w Internecie, można było więc on-line śledzić pracę kolegów i porównywać swoje osiągnięcia w stosunku do innych stacji. Pod adresem <https://clublog.org/charts/?c=8Q7SP#r> jest dostępne podsumowanie łączności zrealizowanych podczas działania wyprawy. A było ich ponad 20 tysięcy! Każda łączność była potwierdzana za pomocą karty QSL widocznej na zdjęciu. Karty zostały wysłane do każdego krótkofalowca, któremu udało się nawiązać łączności z ekspedycją.

Inną ciekawą wyprawą był wyjazd do Mołdawii, w której uczestniczył mój kolega Rafał SQ9MCI z Krakowskiej Grupy Ekspedycji Radiowych. Cała ekipa wyruszyła w piątek 21 kwietnia 2017 roku wynajętym busem, do którego zmieścili się również koledzy z Beskidzkiego Radioklubu SP9KAT. Po dużych perturbacjach, jakie mieli po drodze, związanych z zimową aurą na trasie oraz problemami na granicy Rumuńsko-Mołdawskiej, około godziny dwudziestej w sobotę dotarli do miejscowości Donici. Natychmiast rozwiesili swoje „druty”, czyli antenę na 80 metrów, po czym zrobili kilka

pierwszych łączności. Nazajutrz postawili więcej bardziej skomplikowanych anten (Bazooka, Deltę MOPLK, Yagi na 14, 50, 70 i 144 MHz) i rozpoczęli pracę na pasmach 80, 40, 30 i 20 metrów wszystkimi emisjami. Podczas ekspedycji warunki propagacyjne nie były najlepsze. Uczestnikom udało się zrobić około 1500 QSO (łączności), w tym blisko 500 z radioamatorami z Polski. Autor niniejszego artykułu zaliczył QSO we czwartek 27 kwietnia z raportem 5/9 (czytelność znakomita, siła sygnału bardzo dobra). Wyjazd do Mołdawii był traktowany również jako krajoznawczy. Koledzy zwiedzili m.in. stolicę Kiszyniów oraz Orhei Stary z piękną cerkwią nad rzeką Raut. Na fotografii widoczna jest cała ekipa uczestnicząca w wyjeździe do rzadko słyszanej na falach eteru Mołdawii. Więcej o wyprawie można przeczytać i zobaczyć zdjęcia pod adresem <http://rudolf.net.pl/kat/?p=135813>

Wszystkich czytelników zainteresowanych łącznościami z dalekimi krajami zapraszamy do naszego Klubu w każdy czwartek od godziny 18.00 (budynek Planetarium).

73! ■



Rafał Kowalik SQ9IAB
Niepołomicki Klub
Krótkofalowców

Felietony życiem pisane (92)

O pladze samotności

Marcin Urban

W ciągu ostatnich kilkunastu lat uległ diametralnej zmianie sposób porozumiewania się człowieka z człowiekiem. Prawie wszyscy nosimy przy sobie telefony, a to powoduje, że wystarczy kilka sekund, aby móc porozmawiać z dowolnie wybraną osobą. Wielostronicowe dokumenty, zdjęcia oraz filmy bez problemu przesyła się elektronicznie. Wszystko to odbywa się szybko i tanio, bo nie jest potrzebny listonosz ani znaczek.

Ten nowoczesny sposób komunikacji międzyludzkiej ma jednak poważny mankament. Chodzi o to, że człowiek jest istotą społeczną i potrzebuje kontaktu „twarzą w twarz” z innymi. Elektroniczny przekaz pozbawia nas ważnego elementu rozmowy, jakim jest „mowa ciała”. Jak wiadomo – kłamstwo na ogół rozpoznajemy właśnie po tym, że dostrzegamy jakąś niezgodność między tym, co ktoś do nas mówi oraz tym, co sygnalizuje jego mimika, oczy i postawa. A zatem w rozmowie telefonicznej łatwiej jest kogoś okłamać. Dowodem na to są chociażby oszustwa metodą „na wnuczka”.

Jest jeszcze drugi minus kontaktów za pośrednictwem urządzeń elektronicznych. Otóż dowiedziono, że każdemu człowiekowi potrzebny jest jakiś bezpośredni kontakt, czyli dotyk z innymi ludźmi. Małe dzieci źle się rozwijają, jeśli nie są przytulane i głaskane, a dorośli potrzebują choćby powitalnego podania ręki. Jest to tak niezbędne jak witaminy, natomiast rozmowa telefoniczna i kontakt e-mailowy oczywiście nie dają takiej możliwości. W efekcie popadamy w „społeczną awitaminozę”. Przykład z witaminami jest tym bardziej słuszny, że jak wiadomo witaminy, które czerpiemy z naturalnych źródeł takich jak owoce, warzywa i zdrowe jedzenie są dobrze

sytuacja cichcem, pomału i stopniowo spycha ludzi w stronę samotności. Trzeba sobie wyraźnie powiedzieć, że kontakt z innymi osobami przez urządzenia elektroniczne może stwarzać pozory świetnej komunikacji, ale jest on tak sztuczny, jak plastikowe kwiaty w porównaniu z prawdziwym ogrodem.

Nowoczesne elektroniczne gadżety osaczają nas dziś coraz bardziej. Przecież trudno żyć bez karty bankomatowej, bez wielofunkcyjnego telefonu oraz bez nawigacji GPS. I tu znów przypominają mi się czasy, kiedy podróżując, trzeba było się zatrzymać przy jakimś obcym człowieku i zapytać go o drogę. Teraz jestem chyba jednym z ostatnich kierowców, którzy postępują w ten sposób, ale zauważyłem, że pojawił się nowy problem po drugiej stronie, ponieważ coraz więcej osób czekających na przystankach zupełnie mnie nie słyszy, albowiem mają w uszach słuchawki. Oni też są już zamknięci w swoim cybernetycznym świecie i ośmielam się twierdzić, że też są w nim osamotnieni. Tego rodzaju „osobność” staje się normą.

Oczywiście, aplikacje pomagające znaleźć na przykład najbliższy sklep lub restaurację są niezwykle pomocne, ale przecież tego rodzaju akcje ktoś sponzoruje i oczekuje, że algorytm wyszukiwarki wskaże właśnie jego adres, a nie adres konkurenta, który być może oferuje lepszą usługę. My natomiast posłusznie skierujemy się tam, gdzie wysłał nas automat. To tylko maleńki dowód na to, że używane przez nas elektroniczne narzędzia wkładają nam do głów różne przekonania i poglądy, które po pewnym czasie uznajemy za nasze własne. I jeśli nie poddajemy ich pod dyskusję z przyjaciółmi z rzeczywistego świata – to w pewnym sensie zaczynamy „tańczyć tak, jak nam zagrają” nieznani nam decydenci.

Będąc jedynie biernymi konsumentami informacji, stajemy się jeszcze bardziej osamotnieni i jeszcze silniej zależni od zglobalizowanych aplikacji, mód i trendów. Czyżby zatem homo sapiens przekształcał się powoli w *homo smartfonus*? ■

FRASZKA O BRAKU BLISKOŚCI

Mamy „komórki” oraz Internet,
lecz coś się w sercach na gorsze zmienia,
bo mimo długiej listy znajomych
rośnie poczucie osamotnienia.

pryskawialne i w zasadzie nie można ich przedawkować, natomiast łykanie witamin syntetycznych niekiedy daje efekty przeciwne do oczekiwanych. Zupełnie podobnie dzieje się wtedy, gdy przez media społecznościowe ludzie próbują stworzyć sobie namiastkę realnych kontaktów. Ekran komputera lub smartfona pozoruje uczestnictwo w ludzkiej wspólnocie. Jest „syntetyczną witaminą” na tyle silną i atrakcyjną, że potrafi od siebie uzależnić i już całkiem oderwać człowieka od grona znajomych i przyjaciół.

Dawniej po radę szło się do rodziców lub dziadków, a dziś wpisuje się słowa kluczowe do wyszukiwarki internetowej, a ona daje gotowe odpowiedzi na najdziwniejsze pytania. Jest to wprawdzie szybka i wygodna metoda szukania rozwiązań, ale w ten sposób traci się coś bardzo ważnego: osobistą więź i uczestnictwo w realnej, ludzkiej wspólnocie. Co gorsza, taka

Zapraszamy na jedyne w Niepołomicach

WARSZTATY SZYCIA

warsztaty poprowadzi:
Raisa Nazarowa
Laureatka ogólnopolskiego konkursu wydawnictwa BURDA

Niepołomice Szyja

- zajęcia z szycia ubrań i dodatków dla KAŻDEGO
- wiek, poziom i umiejętności nie mają znaczenia
- do dyspozycji Kursantek maszyny do szycia, owerloki, przybory krawieckie, wykroje wstęp WOLNY

Przyjmujemy zapisy!

607 36 39 03 | raisa.nazarowa@gmail.com

Cena warsztatów - 1 poziom: 170 złotych (w cenie koszty materiałów)

Rdza trawi żelazo, a troska człowieka

przysłowie polskie

Wiosna powoli nadciąga. A z nią refleksja o unikatowym zjawisku przyrodniczym, jakim są pory roku. Unikatowym, mając na uwadze inne strefy klimatyczne. Ileż one sprawiają ludziom kłopotów! Zwłaszcza w naszym kraju, w którym żyją specjaliści od wszystkiego, w tym także – a może nade wszystko – od narzekania. Jak zima, to zimno i smog, wiosną chlapa, błoto i przymrozki, które niszczą to, co zdążyło puścić pąki. W lecie gorąc, tłumy turystów od bałtyckich plaż po zakopiańskie Krupówki, ulewy i huragany albo susze na odmianę. Jesienią płucha, zimno, depresyjnie, no i zaczyna się smog.

A gdyby tak inaczej? Zimą zdarzają się jeszcze śniegi i w to graj kochającym białe szaleństwo, dzieciaki mają frajdę, lepiąc bałwany i jeżdżąc na sankach. Wiosną przylatują bociany i odnajdują swoje gniazda, kroczą dostojnie po polach, klekoczą z dumą, że oto i nowy sezon trzeba zacząć. A pierwsze wiosenne kwiaty? Kwitnące drzewa owocowe? Piękne to wszystko. W lecie długie wieczory sprzyjające przyjacielskim spotkaniom, puszcza tętni życiem, a nad Czarnym Stawem nic tylko posiedzieć po rowerowej wycieczce. Jesienią te wszystkie kolorowe barwy, kasztany, babie lato. Snucie się dostojne. Gromadzenie zapasów...

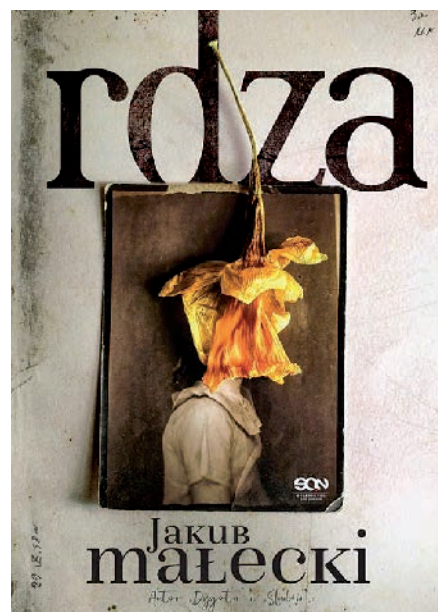
Przydługi dzisiaj wstęp, ale poczułam, że jest taki adekwatny po przeczytaniu ostatniej powieści (wydanej jesienią 2017 r.) Jakuba Małeckiego pt. *Rdza*. Małecki to pisarz oryginalny, z niebanalnym podejściem tak do techniki pisarskiej, jak i do tematyki swoich powieści. Rocznik 1982 (jak to niesamowicie pisać o coraz to młodszych pisarzach!), skończył Akademię Ekonomiczną w Poznaniu, prócz pisarstwa zajmuje się tłumaczeniem z języka angielskiego. Rozpoczął od przygody z prozą fantasy, ale dopiero sukces *Śladów* i *Dygotu* zwrócił na niego uwagę krytyków. *Dygot* wprowadził mnie w dygot. Niby była to zwyczajna, jak wiele,

opowieść o rodzinnych historiach przecinających się niepostrzeżenie, może w wyniku kławy (jak chcieli wierzyć bohaterowie), a może nie, na tle wydarzeń XX wieku. Ale narracja, sposób portretowania bohaterów, los „odmieńców” – wszystko to przykuwało uwagę od pierwszej do ostatniej kartki. Nie mogłam spać po tej lekturze, co zdarza mi się raczej rzadko.

Przypominałam sobie o bohaterach *Dygotu*, kiedy zaczęłam czytać *Rdzę*, bo można odnaleźć wiele podobieństw. Znow przestrzeń to wieś, małe miasteczko, w tle – epizodycznie stolica – historia rozpoczynająca się w czasie II wojny światowej, a kończąca prawie że teraz. Klamra spinająca to tory: na nich rozpoczyna się historia Szymka i Budzika i na nich się kończy. Dla Szymka nowe życie rozpoczyna się w 2002 roku, kiedy ma 7 lat, dla Tośki, jego babci, nowe życie rozpoczyna się we wrześniu 1939 roku. Też ma wtedy 7 lat. Mając 7 lat, powinno się być dzieckiem i beztrudno przeżywać dzieciństwo. I Szymek, i jego babcia nie mieli takiej szansy. Szymka poznajemy przez jego relację z Budzikiem, przyjacielem od małego, który z niewiadomych dla Szymka (i chyba Budzika również) powodów w pewnym momencie kumplem być przestaje. Przyglądamy się relacji z babcią, która musi radzić sobie nie tylko z demonami przeszłości, ale i z zabawkami Szymka chowanymi w pralce. Ciekawą postacią jest Michał, wujek-dziadek Szymka, dziwak o niespotykanym węchu, który na stare lata nauczył się języka niemieckiego, by pojechać do Berlina i przeczytać *Pachnidło* w oryginale.

Rdza opowiada o trudnych rodzinnych relacjach bez zbędnego patosu, choć jednocześnie przez cały czas czułam napięcie: taka huśtawka pomiędzy wzruszeniem a złością, że znow to wszystko musiało się ludziom przydarzyć.

Jeśli jednak w *Dygocie* nie było przestrzeni na pozytywne zakończenia hi-



storii bohaterów, to w *Rdzy* losy kilku osób mogłyby się potoczyć inaczej. Ale zależy to tylko od nich. Autor definitywnie sprzeciwia się ucieczkom, twierdząc, że od prawdziwej troski uciec się nie da. Ona pokryje człowieka jak rdza żelazo, co powodować będzie powolną korozję ciała i ducha. Ucieczka jest tak naprawdę nieudolną strategią, choć wybierana jest przez nas wyjątkowo często.

I teraz wytłumaczę się, dlaczego te pory roku i że unikatowe to zjawisko. Taka mi się pojawiła analogia relacji rodzinnych z porami roku. Że one mają – te relacje – swoje temperatury, odcienie, specyfikę. I – tak jak na pory roku możemy narzekać albo widzieć w nich siłę do działania. Jakkolwiek trudne czasem są to relacje, to one nas naznaczają, ale to od nas zależy, co z nimi zrobimy. Nie jestem zwolennikiem determinizmu rodzinnego, a genogramy odczytuję głównie poprzez zaskakujące. Dlatego też zgadzam się z Jakubem Małeckim, który podkreśla w swojej powieści, że grzechem jest zaniechanie. Wyznaję tę zasadę i propaguję od zawsze. Bo nawet jeśli powiesz „kocham” komuś, kto może na to nie odpowie, nie ucieszy się albo wyśmiej, to jest szansa, że odpowie, ucieszy się i przytuli. I warto to sprawdzić. Czego życzę serdecznie wiosennie i ciesząc się, że święta będą okazją dla mnie do rodzinnych spotkań. ■



Dorota Kulesza-Tałan

Dom pod biegunem Arktyka i Antarktyka

Kamila Gruszka

organizatorka pokazów podróżniczych w Małopolskim Centrum Dźwięku i Słowa

10 kwietnia w ramach cyklu *Podróże małe i duże* zapraszamy do kina Małopolskiego Centrum Dźwięku i Słowa w Niepołomicach na pokaz zdjęć i filmów z dwóch lat spędzonych pod biegunem.

Będzie to opowieść o 36-dniowym Biejsie, spotkaniach z pingwinami, fokami, niedźwiedziami polarnymi i reniferami. Jak sobie radzić z niekończącymi się przez kilka miesięcy dniem i nocą polarną. Jak wygląda życie z dala od cywilizacji oraz czy pod biegunem zawsze jest biało i zimno? W jaki sposób naukowcy z Polskich Stacji Badawczych spędzają święta, Sylwestra, a także jak organizują sobie wolny czas? Na czym polega ich praca i jak się tam dostać?

O tym wszystkim opowiedzą Dagmara i Piotr Andryszczak, para krakusów, która któregoś dnia postanowiła zrobić coś niezwykłego i aplikować na wyprawę polarną. Pożegnali się z pracą w korporacji na rzecz czegoś zupełnie nowego. Pracowali w Polskiej Stacji Polarnej w Hornsundzie na Spitsbergenie. Po dwuletniej przerwie zostali pracownikami Polskiej Stacji Antarktycznej im. Henryka Arctowskiego na Wyspie Króla Jerzego w archipelagu Szetlandów Południowych. W listopadzie 2017 roku wydali książkę *Dom pod biegunem. Gorączka (ant)arktyczna*. Więcej informacji: www.dompodbiegunem.pl.



Spotkanie odbędzie się 10 kwietnia 2018 roku (wtorek) o godz. 19.00 w kinie Małopolskiego Centrum Dźwięku i Słowa (ul. Zamkowa 4, wejście B, Niepołomice).

Wstęp wolny!
Więcej informacji: www.mcdis.pl. ■

Życie jest projektem podróż dookoła świata

Kamila Gruszka

organizatorka pokazów podróżniczych w Małopolskim Centrum Dźwięku i Słowa

24 kwietnia 2018 roku w ramach spotkań *Podróże małe i duże* w Niepołomicach wraz z rodziną Łopacińskich wybierzemy się w podróż dookoła świata.

Czterech mówców – czterech uczestników projektu: Wojciech Łopaciński wraz z żoną i dwójką dzieci opowie o niezwykłym wydarzeniu. Wykładowca uniwersytecki, szkoleniowiec i doświad-

czony manager zrezygnował z pracy i ruszył w roczną wyprawę dookoła świata, organizując niezwykle projekt. Podczas pokazu dowiemy się, jak zorganizować, budżetować i zrealizować

roczną wyprawę z bardzo nietypowymi uczestnikami...

Brak doświadczenia, niski budżet, ograniczony czas i maksymalne ryzyko nie przeszkodziło zespołowi rodziny Łopacińskich objechać 42 państwa na 5 kontynentach świata. Pokonali autostopem i lokalnymi autobusami ponad 114 tysięcy kilometrów, a ich dzieci przeprowadziły w szkołach na całym świecie 28 prelekcji, opowiadając swoim rówieśnikom o Polsce i Toruniu, rodzinnej miejscowości.

Informacje o prelegentach:

Wojciech Łopaciński, doświadczony manager, wykładowca uniwersytecki i szkoleniowiec. Zrezygnował z pracy i rzucił się w realizację ryzykownego projektu. Eliza Łopacińska, urzędniczka, udowodniła, że osoby pracujące za biurkiem też mogą mieć fantazję i ruszyła w roczną wyprawę dookoła świata. Wojtuś i Łucja Łopacińscy zdecydowali się zostawić kolegów, babcię oraz kota Bolusia i towarzyszyć rodzicom w odkrywaniu świata.

Spotkanie odbędzie się 24 kwietnia 2018 roku (wtorek) o godz. 19.00 w kinie Małopolskiego Centrum Dźwięku i Słowa (ul. Zamkowa 4, wejście B, Niepołomice).

Wstęp wolny!

Więcej informacji: www.mcdis.pl. ■



Wieczory RPG w Inspiro

Jakub Gładysz
organizator spotkań

*

Grupa postaci na murach zamku spogląda w dół, na zbliżającą się, ogromną armię orków. To ostatni punkt oporu, jeśli ten zamek padnie, nikt już nie będzie bronił cichych wsi i miasteczek w wewnętrznych prowincjach...

*

Światła latarek policyjnej grupy dochodzeniowej wylatują z mroku szczegóły makabrycznej zbrodni. Jeden z detektywów pochyla się nad zwłokami, które rzeka wyrzuciła na brzeg, pod czarną powierzchnią wody czai się coś, co zabiło tego człowieka i wielu innych przed nim...

*

Gdzieś w bunkrze Rebelii, ukrytym głęboko pod skutą lodem powierzchnią planety Hoth, grupa młodych Jedi obmyśla plany obalenia Imperium. Dzwonki alarmów przerywają toczoną dyskusję, oznajmiając, że ktoś przekroczył linię czujek na przedpolu bunkra. Błyskawiczna decyzja – tym razem będą walczyć, już dosyć cofania się...

Jeśli chcielibyście dowiedzieć się, jak potoczyły się te historie, a nawet wziąć w nich udział i samemu je kreować – zapraszam na spotkania miłośników gier fabularnych – RPG. Spotkania odbywają się cyklicznie, w ostatnią środę lub czwartek miesiąca w domu kultury Inspiro w Podłężu.

Gry RPG (*role playing games*) to gry towarzyskie, podczas których uczestnicy pokonują trudności, stawiane przed nimi przez prowadzącego rozgrywkę Mistrza Gry. Wspólnie tworzą otaczający świat i kształtują go poprzez podejmowane decyzje. Rozgrywka odbywa się według zasad spisanych w podręczniku do danego systemu RPG. Znajomość zasad przez graczy nie jest konieczna do wzięcia udziału w zabawie. Przygody mogą rozgrywać się w wielu różnych realiach, znanych z książek czy filmów, takich jak Wojny Gwiezdne czy Władca pierścieni, a także w całkowicie oryginalnych uniwersach, stworzonych przez autorów gry czy nawet graczy.

Do tej pory odbyło się pięć takich spotkań w Inspiro, podczas których rozegraliśmy kilkanaście sesji, przeżywając niesamowite przygody w wielu róż-



nych światach i realiach. Każdorazowo uczestniczyło w nich kilkanaście osób. Odbyła się również sesja specjalna, gdzie grającymi były dzieci (10–14 lat) wraz z rodzicami.

Szczególnie zapraszamy osoby, które nie miały do tej pory styczności z grami RPG, a chciałyby spróbować i zobaczyć, o co w tym wszystkim chodzi i dlaczego to tak wspaniałe hobby. Prowadzący grę wyjaśni wszystkie wątpliwości dotyczące tego, jak grać, co robić, wytłumaczy zasady, według których toczy się rozgrywka. Wydarzenia są całkowicie bezpłatne, nie trzeba również mieć żadnych materiałów do gry, wszystko zapewniamy na miejscu. Dokładne terminy spotkań podajemy na Facebooku w tworzonych wydarzeniach oraz na otwartej grupie Facebookowej – RPG w Inspiro.

Zapraszamy! ■

Minerały w zamkowych wnętrzach

Janusz Gradowski
Fundacja Na Rzecz Ziemi, Kraków

Pod koniec marca na zamku w Niepołomicach Fundacja na Rzecz Ziemi z Krakowa przy współpracy z Muzeum Niepołomickim otwiera w salach zamkowych szczególną wystawę minerałów.

Wystawa składać się będzie z 3 części: Piękno kryształów w świetle fluorescencyjnym oraz Piękno wycięte z kryształu.

Założeniem wystawy jest pokazanie naturalnego piękna minerałów występujących w postaci krystalicznej. Wystawa ma również cel poznawczo-edukacyjny.

Na wystawie eksponowane będzie ponad 150 wybranych krystalicznych okazów mineralnych pochodzących z całego świata m.in. Brazylii, USA, Tanzanii, RPA, Madagaskaru, Indii, Birmy, Kambodży, Rosji, Polski i innych

krajów. Wiele z pokazywanych okazów ma wybitną wartość kolekcjonerską i edukacyjną.

Niewielką, ale bardzo interesującą część wystawy stanowić będzie kolekcja kilkudziesięciu wybranych kamieni jubilerskich pokazana pod hasłem: Piękno wycięte z kryształu.

Ciekawostkę stanowi wykonana z kryształu górskiego replika historycznego, największego diamentu Cullinan, znajdującego w RPA na początku XX w.

Wyjątkowo atrakcyjnie zapowiada się pokaz minerałów w świetle fluorescencyjnym, na którym będzie można zobaczyć ukryte barwy kamieni niedostępne dla naszego oka.

Zwiedzający będą mogli również zobaczyć unikatowe wielkoformatowe zdjęcia atrakcyjnych kryształów, jak np. kryształy złota.

Wystawa czynna będzie do początku maja. Zapraszamy. ■

ZAMEK KRÓLEWSKI W NIEPOŁOMICACH

ZAPROSZENIE

na VIII GIEŁDĘ

MINERAŁÓW I BIŻUTERII

1–3 maja 2018 r.

wtorek–środa **czwartek**
godz. 10.00–18.00 **godz. 10.00–17.00**

WSTĘP WOLNY

Atrakcje:

- Wystawa „Tajemnice minerałów w świetle ultrafioletu”
- Wystawa Książków na dziedzińcu zamkowym
- Wystawa „Piękno kryształów”
- Konkurs dla publiczności z cennymi nagrodami

Organizator:
tanzanite.art („MULTISTONE”) Kraków

Współpraca:
Fundacja Zamek Królewski w Niepołomicach

Pełen ciekawostek:

Uczty, biesiady, zabawy, czyli spotkanie Klubu Czytelnika

Marta Piotrowska

Biblioteka Publiczna w Niepołomicach

Niech żyje bal! – to temat drugiego w tym roku spotkania Klubu Czytelnika. 20 lutego rozmawialiśmy o ucztach, biesiadach i zabawach na podstawie literatury pięknej i popularnonaukowej.

Na początku spotkania rozmawialiśmy o znanych nam z lat szkolnych utworach prezentujących sceny balu i zabawy. Panie zgodnie stwierdziły, że bohaterowie literaccy zwykli bawić się wszędzie – czy to na wsi, czy w mieście, w szlacheckim dworze, w pałacu magnata, prawie zawsze i przy każdej okazji. Wielkie zabawy stały się w ten sposób świadkami radości płynącej z tryumfu, jak i przykrywką dla zdrady oraz zbrodni. Uznałyśmy, że motyw zabawy obecny w literaturze pięknej raz służy jako pretekst ku bezlitosnej krytyce naszych narodowych wad ujawniających się podczas hulanki, kiedy indziej jest wyrazem radości, pogody ducha, bratania się z ludźmi i nadziei jutra.

Klubowiczki rozmawiały o książkach, które pokazują szerszy kontekst tematu uczt i życia towarzyskiego. W tym zagadnieniu największe uznanie wzbudziła książka pt. *Przy polskim stole* Krystyny Bockenheim. Autorka zapoznała nas z salami balowymi, obyczajami i etykietą, z rodzajami potraw i składników, z zastawami i pomieszczeniami kuchennymi, poczynawszy od stołu Piasta i jego żony Rzepichy, poprzez średniowieczne i renesansowe dworskie i klasztorne uczty, teatralnie rozpasane i nieprzyzwoite wręcz sarmackie biesiady czasów saskich, obiady czwartkowe, po XIX-wieczny rozkwit publicznych lokali gastronomicznych. Omawiając tę lekturę, obserwowaliśmy – pośród wybornie wkomponowanych zdjęć, ilustracji i reprodukcji – polskie stoły wraz z całą plejadą znanych osobistości: Rejem, Kochanowskim, Potockim, Morsztynem, Kitowiczem, Rzewuskim, potykając się, co rusz o przygody królów i książąt na dworach naszych i europejskich. Panie zaintrygował ostatni rozdział, w którym znalazły się przepisy na zapomniane potrawy: łapy niedźwiedzie, łapy bobrowe, chrapy łososiowe w galarecie... Wspaniałe opisy uczt i przyjęć znalazły nasze Klubowiczki

w książkach pt. *W przedwojennej Polsce* oraz *W ziemiańskim dworze* autorstwa M. i J. Łozińskich. Zachęcamy do przeczytania tych opowieści o rządowych i dyplomatycznych rautach, artystycznych biesiadach, myśliwskich ucztach w arystokratycznych domach, o balach elit towarzyskich, słowem o życiu wo-

kół nakrytego stołu i o ludziach, którzy nadawali mu blask.

Polecamy również książki, które wprowadzą nas w tematykę szeroko ujętych dziejów życia towarzyskiego w różnych epokach:

J. Carcopino *Życie codzienne w starożytnym Rzymie*

M. St. Byrne *Życie codzienne w Anglii elżbietańskiej*

A. Lisak *Życie towarzyskie w XIX wieku: salony, bale, teatry*

S. Koper *Życie towarzyskie elit PRL*

F. Bluche *Życie codzienne we Francji w czasach Ludwika XIV*

J. Kitowicz *Opis obyczajów*. ■



„Pan Jezus zmartwychwstał!
Życie odniosło zwycięstwo nad śmiercią.”
św. Józefmaria Esquivas

Święta Zmartwychwstania Pańskiego przynoszą
odrodzenie wiary i nadziei w siłę Chrystusa,
a tym samym w siłę człowieka.

Życzymy,
aby nadchodzące Święta Wielkanocne
napęłniły serca radością i nadzieją,
a chwile spędzone w gronie rodziny i przyjaciół
dodały otuchy i pozwoliły
przezwyciężyć wszelkie trudności.



Dyrektor i Pracownicy
Biblioteki Publicznej w Niepołomicach
oraz Laboratorium Aktywności Społecznej

To były ferie!

Aneta Kurak i Waldemar Stelmach
Biblioteka Publiczna w Niepołomicach

Kamishibai, konstruowanie super bohaterów, szaleństwa z chustą animacyjną, Artystyczny świat Małgosi i nie tylko – to były ferie w Bibliotece Publicznej w Niepołomicach!

Czas zimowej przerwy w nauce rozpoczął się w bibliotece od spotkań z książką. Dzięki wybranej literaturze dzieci mogły odbyć podróże do najbardziej odległych zakątków świata. Razem z Pippi Pończoszanką wybrały się do Szwecji, śladami Roalda Amundsena dotarły na biegun południowy, miś Paddington zabrał uczestników do Londynu, a dzięki drewnianej skrzynce Kamishibai dzieci poznały niesamowitą japońską kulturę. Hitem okazały się warsztaty z klockami Lego®. Dzieciaki zamieniły się w architektów i budowniczych. Powstały imponujące miasto i zoo, a także

konstrukcje superbohaterów oraz żywiołów, które wykonywały pewny ruch. Spotkania artystyczne z udziałem Małgorzaty Klimy – trenerki rękodzieła, rozbudziły kreatywność wśród naszych uczestników. Artyści mieli okazję poznać „przepis” na wykonanie króliczka ze skarpet, kolaże zimowe oraz kreatywne, domowe klocki. Nie zabrakło czasu na zabawy logiczne i ruchowe. Dzieciom najbardziej do gustu przypadły szaleństwa z chustą animacyjną. Ukoronowaniem bibliotecznym ferii był spektakl pt. *Piękna i bestia* w wykonaniu aktorów z Krakowskiego Studia Teatralnego Krak-Art.

W zimowe ferie odbywały się również organizowane przez Mediatekę Ferie z Wyobraźnią. Przez pięć dni uczestnicy mieli okazję ćwiczyć swoje umysły na podzielonych tematycznie warsztatach. Mieliśmy segmenty poświęcone grom planszowym, turniejowi wiedzy oraz grom fabularnym.

Przez pierwsze dwa dni tworzyliśmy gry planszowe. Od projektu, poprzez wykonanie, aż po testy to była świetna zabawa. Z planszówkami powiązane były również czwartkowe zajęcia, na których graliśmy w gry znajdujące się w księgozbiorze biblioteki. Środa to turniej wiedzy, podczas którego rywalizacja i emocje rozgrzewały uczestników do samego końca. Na zakończenie przeprowadziliśmy sesję RPG, w której uczestnicy wcielili się w bohaterów walczących ze złem. Cały tydzień pełen był inspirujących zajęć, które ćwiczyły wyobraźnię. ■



KALENDARIUM BIBLIOTEKI KWIECIEŃ

4 kwietnia godz. 16.00 – Zajęcia edukacyjno-literackie Podróże w dziecięcy świat, grupa wiekowa 5–6 lat, Biblioteka Publiczna w Niepołomicach

6 kwietnia godz. 21.00–24.00 – Noc w Bibliotece, młodzież z klas 7 i gimnazjum, Biblioteka Publiczna w Niepołomicach

11 kwietnia godz. 16.00 – Zajęcia edukacyjno-literackie: Podróże w dziecięcy świat, grupa wiekowa 7–8 lat, Biblioteka Publiczna w Niepołomicach

13 kwietnia godz. 17.00 – Wernisaż malarstwa Marii i Adama Chudeckich, Biblioteka Publiczna w Niepołomicach – LAS

13 kwietnia godz. 18.00 – Wieczór z Planszówkami, Biblioteka Publiczna w Niepołomicach

17 kwietnia godz. 17.30 – spotkanie Klubu Czytelniczego, Biblioteka Publiczna w Niepołomicach

18 kwietnia godz. 16.00 – Zajęcia edukacyjno-literackie:

Podróże w dziecięcy świat, grupa wiekowa 5–6 lat, Biblioteka Publiczna w Niepołomicach

18 kwietnia godz. 18.00 – spotkanie Klubu Poszukiwaczy Historii Niepołomic, Biblioteka Publiczna w Niepołomicach – LAS

20 kwietnia godz. 9.30 – Biblioteczne czytanki w piątkowe poranki, zajęcia dla dzieci w wieku 3 lat, Biblioteka Publiczna w Niepołomicach

25 kwietnia – Zabrałam brata dookoła świata – spotkanie z rodziną Łopacińskich: Elżą i Wojciechem oraz ich dziećmi Łucją i Wojtusiem.

godz. 9.00 i godz. 11.00 – Biblioteka Publiczna w Niepołomicach – LAS

25 kwietnia godz. 16.00 – Zajęcia edukacyjno-literackie: Podróże w dziecięcy świat, grupa wiekowa 7–8 lat, Biblioteka Publiczna w Niepołomicach

Namaste, czyli w Himalajach z Kasią Biernacką

Justyna Żak

Biblioteka Publiczna – filia w Podłężu

Ostatniego dnia lutego odbyły się dwa spotkania zorganizowane przez Bibliotekę Publiczną w Niepołomicach. Gościem klas pierwszych Szkoły Podstawowej w Podłężu i klas trzecich ze szkół w Niepołomicach i Niepołomicach-Jazach była Kasia Biernacka – pasjonatka górskich wypraw, eksploratorka jaskiń, wspaniała fotograf i filmowiec w jednym. Zauroczyła swoich słuchaczy pokazem na temat Himalajów. Rozpoczęła swój wykład od nauki tradycyjnego powitania będącego jednocześnie pozdrowieniem, które jest popularne w rejonie Himalajów.

Później przedstawiła barwne slajdy i krótkie filmiki, dodając do nich pięk-

ną narrację. Każdy uczestnik na chwilę przeniósł się nad szczyty ogromnych gór otulonych białymi chmurami, poczuł szczypiący mróz na policzkach i porywy lodowatego wiatru, usłyszał dzwoniące dzwonków zawieszonych na sztychach jaków transportujących bagaże himalaistów oraz łopot kolorowych chorągiewek w obozie pod szczytem i niemalże skosztował gotujących się na palenisku potraw. Piękno płynące z gór bez wątpienia przyciągało wielu polskich himalaistów. Oni również pojawili się w opowieści. Dzieciaki poznały w ten sposób dwie wyjątkowe postacie – Wandę Rutkiewicz i Jerzego Kukuczkę. Wiedzę na temat ich górskich wypraw będą mogły zgłębić dzięki lekturze *Pięciu skarbów pod wielkim śniegiem* oraz *Zdobycie koronę*, obie autorstwa Anny Czerwińskiej-

Rydel, o których również opowiedział nasz gość. Następnie mali podróżnicy poznali nazwy czternastu ośmiotysięczników, które tworzą Koronę Himalajów i Karakorum. Zobaczyli, jak toczy się życie w himalajskiej wiosce, czym zajmują się Nepalczycy i jak wyglądają tradycyjne stroje mieszkańców tego terenu.

Po fantastycznej prezentacji przyszedł czas na zajęcia manualne, podczas których, pod baczny okiem Kasi Biernackiej powstały... największe szczyty Himalajów. Na zakończenie półtorogodzinnego spotkania odbyła się prezentacja pięknie wykonanych prac.

Dziękujemy naszemu gościowi za piękną opowieść o górach. Kto wie, może wśród uczestników dzisiejszych spotkań rośnie nowy pasjonat górskich przygód? ■

Spotkanie z Gerardem Makoszem

Ewa Korabik

Biblioteka Publiczna w Niepołomicach

21 lutego na spotkaniu Klubu Poszukiwaczy Historii Niepołomic gościliśmy Gerarda Makosza – syna również Gerarda Makosza – mistrza rusznikarskiego z Niepołomic, żołnierza 2 Dywizjonu Pociągów Pancernych, zamordowanego przez Niemców w 1939 r.

Wiosną 1928 roku z I Pułku Sapierów Kolejowych w Krakowie wydzielono kadre i sprzęt, tworząc 2 Dywizjon Pociągów Pancernych stacjonujący w Niepołomicach. W jego skład weszły pociągi: nr 5 Śmiały, nr 6 Groźny, nr 7 Piłsudczyk, nr 8 Stefan Czarnecki, nr 9 Pierwszy Marszałek, nr 10 Bartosz Głowacki, a także kilka wagonów bojowych z rozformowanych wcześniej pociągów oraz opancerzone i „czarne” lokomotywy.

Na bocznicę w Niepołomicach stacjonował Piłsudczyk, jako pociąg szkolny. Po wybuchu II wojny światowej Piłsudczyk został skierowany do obrony Warszawy. 20 września z licznymi uszkodzeniami, bez amunicji pociąg już nie nadawał się do walki. Dowódca P.P.52 zdecydował o wykojeniu pociągu i opuszczeniu go przez załogę. Jednym z żołnierzy z tego właśnie pociągu był Gerard Makosz, który wraz z trzema towarzyszami rozpoczął pieszą wędrów-

kę do domu. Szczęśliwie dotarł do Niepołomic, do młodej żony, którą poślubił przed wybuchem wojny w 1939 r. Niedługo jednak trwała radość z powrotu. Już po miesiącu został aresztowany przez Gestapo i osadzony w więzieniu na Montelupich, a następnie – w tym samym roku – rozstrzelany.

To i inne wspomnienia mogliśmy usłyszeć od jego syna, który urodził się niestety już po śmierci ojca w 1940 r. Żona długo jeszcze czekała na powrót męża, nie wierząc w jego śmierć. Nasz gość opowiadał również rodzinne historie, zarówno ze strony matki, jak i ojca. Opisywał losy pradiadków, dziadków, a także innych członków rodziny. Mogliśmy się też dowiedzieć, że ojciec naszego gościa jako małe dziecko został sierotą i był wychowywany przez ciotkę. Jako młody 20-letni chłopak przyjeżdża do Niepołomic, wstępuje do wojska i zostaje, jak się później okazało, nie na długo. Wspomnienia pana Gerarda Ma-

kosza (jr) dotyczyły również czasów wojny, tych ciężkich lat, w których dorastał. Wojna widziana z perspektywy małego dziecka, migawki wspomnień – z łapanek na Żydów mieszkających w Niepołomicach, polskich żołnierzy uciekających przed Niemcami – nie do końca uświadamiane, wracające w obrazach po latach. Przyjemniejsze już opowieści to czas szkoły, potem studiów, emigracji z Niepołomic, do których z radością wraca, praca w kopalni i wreszcie zasłużona emerytura.

Wszystko to opowiedziane zostało z ogromną ekspresją, czasem wzruszeniem, ale też okraszone sporą dozą humoru. Spotkanie, takie jak to z panem Gerardem, są żywą lekcją historii. Uruchamiają też falę wspomnień wśród ich uczestników. Każdy mógł przedstawić swój punkt widzenia, zadać pytania oraz indywidualnie porozmawiać z naszym gościem. ■



Marzec w LASie

PRZEGLĄD WYDARZEŃ W LABORATORIUM AKTYWNOŚCI SPOŁECZNEJ.

Marzec upłynął pod znakiem absolutnych nowości.

Magdalena Porąbka i Iwona Schabowska
Laboratorium Aktywności Społecznej

Jedną z propozycji, która cieszy się dużym zainteresowaniem są **Warsztaty szycia**. Prowadząca – Raisa Nazarowa, laureatka ogólnopolskiego konkursu wydawnictwa Burda, przeniosła kursantki w świat wykrojów, projektowania i mody. Po pierwszych warsztatach mogliśmy podziwiać ozdobne poduszki, na kolejnych powstały spódnice: olówkowa i z koła. Następnym etapem kursu była sukienka. Możliwości i korzyści jakie wypływają z nabywania nowych umiejętności przez uczestniczki warsztatów są ogromne: nowe ubrania dla najbliższych, tworzenie oryginalnych, niepowtarzalnych wzorów, odprężenie, a nade wszystko satysfakcja z tego, że założy coś własnoręcznie wykonanego.

Dla osób, które chciałyby zdobyć i pogłębić wiedzę na temat **Jak być dobrym i skutecznym rodzicem**, ruszyły warsztaty prowadzone przez Annę Moszko – trenerkę, coacha, blogerkę oraz szczęśliwą mamę trójki dzieci. Warsztaty mają na celu pomoc opiekunom w zrozumieniu swojego potomstwa, dostrzeganiu i wspieraniu ich naturalnego potencjału, wrażliwości, pewności siebie i odpowiedzialności. Spotkania to szansa, żeby podzielić się swoimi uczuciami i punktem widzenia oraz poszukać rozwiązań dobrych dla wszystkich.

Dla miłośników decaupage'u mamy ciekawą ofertę warsztatów z Gosią Klimą. Na przełomie trzech miesięcy, począwszy od marca, odbywają się spotkania pod intrygującymi tytułami: **Kuchnia jak z bajki**, **Toaletka retro dla pań** oraz **Kuferek księżniczki**. Nasza niepołomicka artystka przekazuje wiedzę i umiejętności sztuki zdobienia przedmiotów z drewna przy użyciu serwetki, kleju i farby. Efekty są wspaniałe i zachwycają niejedno oko.

10 marca w Laboratorium Aktywności Społecznej odbyła się kolejna edycja **Szafingu**. Impreza o charakterze cyklicznym umożliwia mieszkankom

Niepołomic odświeżenie szaf – można wymienić lub za drobną opłatą kupić lub sprzedać coś co jest w dobrym stanie, ale z jakiegoś powodu nieużywane przez byłą właścicielkę. To też dobra okazja żeby się spotkać i porozmawiać o nowinkach ze świata mody. Małgosia Klima demonstrowała wszystkim zainteresowanym, jak samodzielnie przygotować włóczkę typu „bobbiny”, czyli recykling t-shirta.

Dla przyszłych i obecnych mam proponowaliśmy dwa bezpłatne spotkania **Mięśnie dna miednicy – co każda kobieta powinna wiedzieć** oraz **Porozmawiamy o noszeniu: pielęgnacja dziecka i chustonoszenie**. Prowadząca warsztaty Kinga Gancarczyk to doradca noszenia w chustach i nosidlach miękkich ClauWi, fizjoterapeuta, terapeuta zajęciowy. Uczestniczki otrzymały wiedzę z zakresu anatomii i pielęgnacji mięśni dna miednicy, propozycję ćwiczeń i instrukcje jak prawidłowo dbać o kondycję.

Mamy dowiedziały się, jak właściwie pielęgnować, podnosić i przenosić niemowlę, jakie zabawy i sprzęt jest pomocny przy stymulacji prawidłowego rozwoju małego człowieka.

Zadbaliśmy również o najmłodszych mieszkańców naszego miasta. Laboratorium Aktywności Społecznej zaprosiło dzieci na dwa spotkania z Przedszkolem Olimpijskim i Sportowo-Tanecznym Tygrysek. **LAS Dzieciom** to zajęcia pełne kreatywnej zabawy, eksperymentów, tańca, malowania i radości w towarzystwie rówieśników. Dla rodzica była to możliwość wystąpienia w roli wspierającego obserwatora.

Polskie Towarzystwo Dysleksji zorganizowało w naszej przestrzeni wyjątkowe szkolenie z technik uczenia się, które prowadziła Ewa Bensch-Smagala – członek Niepołomickiego Oddziału PTD, pedagog, trener, nauczyciel akademicki. Wydarzenie było przeznaczone dla dzieci i dorosłych.

Jak powiedział Francois Rabelais *natura nie znosi próżni*, dlatego cieszy nas Wasze zainteresowanie przestrzenią LAS. Zachęcamy do korzystania z naszej strony www.lasopenspace.pl. Warto też polubić nasz profil facebookowy lasopenspace, by niczego nie przeoczyć.

Mamy nadzieję, że w różnorodnej ofercie każdy znajdzie coś dla siebie. ■



W co zamienić dom?

Marta Makowska
Dom Pełen Kultury

Kolejny raz przekonujemy się, że ogranicza nas tylko nasza własna wyobraźnia. Dlatego rozszerzamy nasze myślenie po horyzonty i, puszczając wodze fantazji, wędrujemy od jednego wydarzenia do drugiego.

Ac co tu jest? Zerkają niepewnie Uczestnicy domu do dużej sali, która nagle zmieniła się nie do poznania. Tu jest plaża, odpowiadają dumnie ci, którzy jeszcze przed chwilą rozsypywali piasek, żeby na środku oceanu stworzyć wyspę. Absolutnie wakacyjny klimat. Palmy na środku dużej sali, bańki mydlane fruwające dookoła i hawajskie spódnice. Tak zakończyliśmy nasze ferie. Grając w piłkę plażową i biesiadując na uroczystym poczęstunku przy świecach. Jeszcze przez kilka dni wychodzący zewsząd piasek przypominał nam, że ferie się skończyły.

Zaraz za rogiem czekał kolejny pomysł do zrealizowania, więc nie było

co płakać nad rozlany mlekiem. Zabrałiśmy się do budowy jaskini. Grota w domu kultury? Tak. Ale taka niezwykła. Do domu pełnego kultury nie można się było dostać inaczej, jak tylko przechodząc pomostem nad schodo-przepaścią, a stamtąd już prosto do tunelu w skałach. Na końcu była jaskinia – ogromna, ciemna z mnóstwem nietoperzy w środku. Na szczęście mamy w Staniątkach i okolicach samych odważnych śmiałków, którzy tę trasę pokonywali nawet kilkanaście razy, uśmiechając się od ucha do ucha. Pojawiające się od czasu do czasu piski świadczyły tylko o tym, że śmiałkowie zerknęli do groty obok z podziemnym



jeziorkiem, nad którym wisiał ogromny pająk.

I już miało być ciszej, spokojniej, kiedy na horyzoncie pojawił się Orient Night. Klimat jak z prawdziwego orientu. Indyjskie wnętrza w samym środku domu. Piękne siedziska, przygaszone światło, wschodnie kadzidła. Święto kobiet w Domu Pełnym Kultury z tańcem brzucha i smakołykami wschodu.

Dom Pełen Kultury zbliża osoby z nieograniczoną wyobraźnią. Jesteśmy wdzięczni, że są śmiałkowie, którzy przyniosą do domu ogromną drabinę, żeby powiesić coś pod samym sufitem, czy wiertarkę konieczną do zrobienia mostku. Każda pomoc i pojawiający się nowy pomysł rozbrzmiewa w nas głośnym „ach!”. A że echo w domu też się znajdzie, to mamy nadzieję, że to „ach” dotrze jak najdalej. ■

Skąpiec w Staniątkach

Zbigniew Szybiński
mieszkaniec Staniątek

Starsze pokolenie Staniątek pamięta przedstawienia teatralne z pierwszych lat powojennych prezentowane w skleconym z desek baraku pełniącym wówczas funkcję sali widowiskowej. Oglądając w lutową niedzielę spektakl Molierowskiego *Skąpca*, w wypełnionej po brzegi sali Domu Kultury w Staniątkach, odnosiło się wrażenie, że istnieje w tej miejscowości jakiś atawistyczny genetycznie uwarunkowany pęd w objęcia Melpomeny. Janusz Gajos powiedział kiedyś, że każdy człowiek jest z natury swym aktorem. Jeśli uznać te słowa za aksjomat, to odtwórcy ról molierowskich postaci posiadają jeszcze dodatkowo atut – talent, upoważniający ich do podejmowania artystycznych wyznań. Potwierdził to poziom wykonania sztuki Moliera w wykonaniu Staniąteckiej Grupy Teatralnej, która tym spektaklem fetowała swój piąty jubileusz. Przypomnieć w tym miejscu należy, że ze spół powstał z inicjatywy Rozalii Klimy,

a prowadzącym go, niemal od „urodzenia” jest Jarosław Szewc, aktor Teatru Ludowego.

Jubileuszowe przedstawienie miało zaiste pękającą w szwach widownię, która spragniona kulturalnej strawy „na żywo” reagowała spontanicznie na po-



pisy rozpoznawalnych na co dzień aktorów. Szczególne brawa towarzyszyły scenom z udziałem perfekcyjnej w swej scenicznej dostojności Frozynie (Marta Makowska), rozbawiającego śmiechem widownię Jakuba (Justyna Radwańska) i Harpagona, w którego postać – w sposób brawurowy – wcielił się Stanisław Kapała. W klimat sztuki wprowadzały też stroje (wypożyczone z Teatru Ludo-

wego) oraz scenografia użyczona (bezpłatnie) z Muzeum Niepołomickiego.

Sceniczny repertuar w 5-letnim życiorysie Staniąteckiej Grupy Teatralnej jest dosyć wymowny. Zainaugurowało go adresowane do najmłodszych widzów przedstawienie *Jaś i Małgosia*, które – jak pisał w „Gazecie Niepołomickiej” Grzegorz Samek – *zakończyło się ogromnym sukcesem*. Zapewne tak, skoro profesjonalny aktor, reżyser uznał, że z tym amatorskim przecież teatrem może sięgnąć po repertuar ze znacznie wyższej półki scenicznej. W pięcioletnim dorobku Staniąteckiej Grupy Teatralnej znalazły się takie klasyki jak *Antygona* Sofoklesa, *Chory z urojenia* i ww. *Skąpiec* Moliera.

Miłym zaskoczeniem dla widzów po zakończeniu jubileuszowego występu był (sponsorowany przez aktorów) poczęstunek w postaci tortu, ciasta i tradycyjnej lampki szampana. W imieniu wykonawców sztuki zapewniam, że nie był to z ich strony żaden akt korupcyjny w podzięce za w pełni przecież zasłużone oklaski. ■

Ciekawe ferie w Zagórzcu

Na czas ferii Dom Kultury w Zagórzcu przygotował dla dzieci wiele atrakcji. Od rana do późnego wieczora każdy mógł znaleźć coś dla siebie.

Barbara Wdaniec

instruktor Domu Kultury w Zagórzcu

W pierwszym tygodniu dzieci uczestniczyły w zimowisku organizowanym przez SALOS, Ośrodek Duszpasterski w Staniątkach, szkołę podstawową oraz dom kultury.

Od wczesnych godzin porannych dom kultury tętnił życiem. Blisko 60 osób wraz z opiekunami brało udział w zajęciach organizowanych w ramach projektu Zima bez Facebooka. Było wiele zajęć i zabaw w budynku, chociażby ciekawe gry, zabawy sprawnościowe, różnorodne konkursy, film zawierający wiele cennych wskazówek wychowawczych. Szczególnymi atrakcjami tego zimowiska były wyjazdy związane z poznawaniem naszego dziedzictwa kulturowego oraz promowaniem aktywności fizycznej wśród najmłodszych. Dzięki temu zwiedziliśmy trasę turystyczną kopalni soli w Wieliczce, wspaniale wyglądał dzień na niepołomickim basenie. Dopelnieniem dziecięcej radości była wyprawa na stok Limanowa Ski, gdzie mogliśmy się wyszaleć, zjeżdżając do woli na kolorowych jabłuszkach. Oczywiście podczas takiej aktywności rosły również nasze apetyty. O to, żeby nie stały się one problemem, dbały wspaniałe panie z zagórzeńskiego Koła Gospodyń, przygotowując pyszne posiłki.

W tym miejscu należą się bardzo zasłużone podziękowania dla księdza Pawła Kosowskiego, bez którego nie byłoby tak wspaniale, dla wychowawców i młodzieży pracującej w ramach wolontariatu jako opiekunowie, no i dla wspomnianych już Pań z Koła Gospodyń.

Drugi tydzień ferii miał inną formułę, chociaż podobne cele, czyli uatrakcyjnienie dzieciom czasu wolnego przez aktywizację w różnych sferach. Rozpoczął się od zmagani sportowych i zabaw ruchowych. Były wśród nich zabawy z piłką, z ulubioną chustą animacyjną, nie obyło się bez zmagani w tenisa stołowego, a w przerwie próbowaliśmy swoich sił w grach planszowych. Dopelnieniem poniedziałkowego dnia było przedstawienie teatralne pt. Pino-

kio w wykonaniu aktorów Teatru Błaszany Bębenek. Przy wypełnionej sali śledziliśmy śmieszne przygody Pinokia. Podczas interaktywnych zabaw z lubianym przez dzieci bohaterem odważni mogli spróbować swoich sił na scenie.

Niełatwe zadanie czekało dzieci w kolejnym dniu. Szycie filcowych maskotek i przytulanek według własnego projektu to nie tylko ciekawa zabawa, ale też wyzwanie dla wyobraźni. Trzeba było samemu zaprojektować, przenieść na materiał swój projekt, wykroić i oczywiście uszyć. Niełatwym zadaniem było ręczne i maszynowe szycie, zwłaszcza że część dzieci robiła to pierwszy raz. Pod fachowym okiem prowadzącej zajęcia Renaty Krzysztofek dzieciaki stworzyły niepowtarzalne, a przede wszystkim własne maskotki.

W kuchni też było wspaniale, nikt nie zabraniał robienia ciasta własnoręcznie, krojenia warzyw na sałatkę, ubijania kuleczek i robienia bałaganu. Wyzwań było dużo, zakres prac szeroki, ale i pomocników kucharza wielu. Zaplanowaliśmy na ten dzień dwudaniowy obiad, tort czekoladowo-śmietankowy oraz muffinki. Podzieleni na kilkusobowe grupy przygotowaliśmy ciasto na tort i muffinki, następnie surówkę, kotlety oraz frytki. Najwięcej radości sprawiło dzieciom robienie tortu, a zwłaszcza jego przekładanie i dekorowanie masą. Po kilkugodzinnej bardzo owocnej pracy z wielką dumą zasiedliśmy do degustacji przygotowanych przez dzieci smaczków.

Jeden zimowy dzień przeznaczaliśmy na przywoływanie wiosny, ale – jak czas pokazał – nie wyszło nam to najlepiej, bo zima srogimi mrozami przypominała, że jeszcze nie czas jej odchodzić. Nasze piękne prace plastyczne i bukiety kwiatów goszczących we flakonach przypominają o zbliżającej się wiosennej porze.

Dwa tygodnie radosnych i kreatywnych zabaw za nami. Jeśli ktoś chciałby kontynuować przygodę z szyciem,



projektowaniem, gotowaniem, malowaniem czy tańcem, zapraszamy na zajęcia stałe do Domu Kultury w Zagórzcu. Pełna oferta i harmonogram zajęć znajduje się na stronie internetowej www.kultura.niepolomice.pl. ■

Zdobyliśmy cenną umiejętność

Renata Siwek

instruktor Domu Kultury w Woli Batorskiej

W marcu zakończył się trzeci i ostatni stopień wtajemniczenia niepołomickich ikonopisarzy w tę także trudną sztukę.

Wzajęciach w Domu Kultury w Woli Batorskiej uczestniczyło za każdym razem kilkanaście osób. Do trzeciego stopnia mogły przystąpić osoby posiadające już pewne doświadczenie, wprawną rękę i umiejętności pisania ikon.

Tak jak na poprzednich etapach swoje umiejętności szlifowali pod czujnym okiem małżeństwa Katarzyny i Jarosława Kulów z pracowni w Częstochowie.

On – doskonale złoci i pilnuje, by żadna skaza nie wkradła się w złocenia. Dzięki niemu ikony zyskały piękny błysk, a uczestnicy nauczyli się samodzielnie kłaść złoto na swoje prace. Podczas trzeciego stopnia złocili swoje dzieła już czystym złotem.

Ona – profesjonalna ikonopisarka czuwała, by wszystko było perfekcyjne. Uczyla i doglądała, pilnowała, by każdy ruch pędzla był idealny, a każdy dobór kolorów przemyślany. To ona na pierwszym stopniu wprowadziła uczestni-

ków w meandry pisania ikon, podczas drugiego uczyla, jak układać szaty i w końcu podczas trzeciego – jak okiełznać całą ludzką sylwetkę.



Każda uwaga prowadzących była na wagę złota, ich doświadczenie pozwala bowiem na wielką swobodę w poruszaniu się po zawitych meandrach sztuki ikonopisarskiej. Przez lata własnej praktyki artystycznej nabyli wiedzy wyjątkowo cennej, z której teraz mogli czerpać garściami nasi uczestnicy.

Podczas trzeciego stopnia do pracy wybrane zostały bardzo trudne technicznie ikony: Trójca Święta autorstwa Andreja Rublowa lub Michał Anioł.

Wszyscy pracowali w wielkim skupieniu, pilnie i wytrwale starając się, jak najlepiej sprostać postawionemu zadaniu. Każdy pracował we własnym tempie, tak by jak najdokładniej wypracować każdy detal. Powoli wyłaniały się świetliste twarze aniołów, mieniące barwne pióra anielskich skrzydeł oraz rozświetlone szaty.

Pracowaliśmy w gronie znajomych. Atmosfera jak zawsze była bardzo miła. Po zakończeniu prac odwiedzający nas ksiądz proboszcz Wojciech Guzik i ksiądz Seweryn Puchała poświęcili wszystkie dzieła.

Uczestnicy, którzy brali udział we wszystkich trzech stopniach kursu, wiedzą dziś, że posiadli cenną wiedzę i szereg umiejętności pozwalających im rozpocząć samodzielnie przygodę z pisaniem ikon. Wszyscy dziękują Jarosławowi i Katarzynie Kulom za profesjonalizm, cierpliwość i wielką wyrozumiałość. Wyposażyliście nas w cenną umiejętność, którą mamy nadzieję dobrze spożytkować.

Serdecznie dziękujemy. ■

Piękno jest wokół nas

Renata Siwek

instruktor Domu Kultury w Woli Batorskiej

Piękno jest wokół nas i przeważnie tkwi w małych i najmniej oczywistych rzeczach. Zrozumiała to doskonale Maria Strzelec i, nie chcąc zachowywać dostrzeżonego piękna świata tylko dla siebie, zrobiła coś, co na pewno w pamięci wielu z nas zachowa się na długo.

Uchwyciła wyjątkowe chwile i zamknęła je w zdjęciach. Tematem wielu jej fotografii są momenty, które przychodzą i odchodzą z mrugnięciem oka: krople rosy zwisające porankiem z młodych gałązek, wiosenny wschód słońca, trzepot skrzydeł motyla, groza nadchodzącej burzy, a w końcu jej potężne pioruny. To tylko kilka przykładów tego, co zamyka w swoich fotografiach. Pokazuje piękno świata i jego ulotność. W jej zdjęciach nie ma kłamstwa, są, jakie są,

bo są prawdziwe i ukazują świat takim, jakim ona go widzi.

Doskonałą okazją do zobaczenia świata jej oczami był wernisaż fotografii, który odbył się 16 lutego w Domu Kultury w Woli Batorskiej – prezentujący najlepsze ze zdjęć Marii Strzelec. Wystawa otwarta krótką przemową dyrektor Centrum Kultury Małgorzaty Gajdy przy-

ciągnęła wielu gości. Stałych bywalców domu kultury i tych całkiem nowych, a także bliskich i znajomych autorki.

Wszyscy byli oczarowani wystawą. Miła atmosfera, gratulacje i zachwyty, piękne bukiety kwiatów i słodkie poczęstunki. To wszystko przyczyniło się do bardzo udanego wernisażu, który sprawił wiele radości naszej pani fotograf. ■



Można kupić w sklepie, ale...

Maria Strzelec

instruktor Domu Kultury w Zabierzowie Bocheńskim

Podobno w sklepach jest wszystko. Jednak ktoś to wykonał. Skoro tak, to my też możemy zrobić sami niektóre rzeczy np. oryginalne mydelka. Wystarczy mieć bazę glicerynową, barwnik, zapach i jakieś foremki, najlepiej silikonowe, takie do pieczenia. Z pomocą dorosłych mali twórcy z Domu Kultury w Zabierzowie Bocheńskim przygotowywali świąteczne kosmetyki do użytku w łazience. Kiedy będziemy mogli umyć ręce taką piękną babeczką z lukrem, albo owocem zamkniętym w kawałku lodu, to mycie będzie tylko przyjemno-

ścią. Jeśli dziecko nie jest entuzjastą czystości, można w kawałeczku mydła zatopić ulubioną zabawkę, którą dostanie, dopiero gdy już zużyje kosmetyk. Patrząc na zdjęcia, trudno oprzeć się pokusie skosztowania takiego cudenka. Dla bardziej romantycznych propozycją jest kwiat uwieczniony w kryształach. Wszystko jest jednak wykonane z mydła.

Inną propozycją na rozwijanie wyobraźni i umiejętności manualnych jest robienie bibułowców kwiatów. W trakcie ich wykonywania poznajemy dawne sposoby ozdabiania mieszkań, dekoracji palm wielkanocnych albo przygotowania wianków do strojów. Wystarczy krepina, druciki, nożyczki i odrobina wyobraźni. Nasze dziewczęta z radością wykonały



całe bukiety wiosennych kwiatów. Przy okazji przypomnieliśmy sobie, jakie kwiaty pojawiają się z początkiem ciepłej pory roku. Część kwiatów zostanie wykorzystana do ozdobienia palm, które na pewno będą wyjątkowo kolorowe, w dodatku takich oryginalnych nie kupi się w sklepie. ■

Dzień Kobiet w Podgrabiu

Grażyna Taborska

instruktor Świetlicy Kultury w Podgrabiu

8marca, wyjątkowy dzień dla kobiet, tradycyjny dzień, w którym obchodzimy swoje święto. W Świetlicy Kultury w Podgrabiu, jak co roku na świątecznym spotkaniu zgromadziły się panie z Koła Gospodyń oraz Koła Emerytów Rencistów i Inwalidów. Zaproszenie na wspólne spotkanie przyjęła również Lucyna Krom prezes SKR w Niepołomicach. Koleżanki gorąco przywitała Krystyna Rogowska przewodnicząca KGW oraz Tadeusz Kącki radny Rady Miejskiej, a zarazem przewodniczący Koła Emerytów Rencistów i Inwalidów w Podgrabiu oraz Piotr Nowak Radny Powiatu Wielickiego. Obydwaj panowie złożyli paniom okolicznościowe życzenia.

Od burmistrza Romana Ptaka, któremu obowiązki służbowe nie pozwoliły przybyć do Podgrabia, wszystkie Panie otrzyma-

ły serdeczne życzenia oraz piękny bukiet czerwonych róż. Każda uczestniczka spotkania mogła cieszyć oczy piękną prymulką od Piotra Nowaka. Panowie pamiętali również o słodczykach dla swoich koleżanek, a przewodnicząca koła o drobnym upominku.

Tradycyjne marcowe spotkanie kobiet w Podgrabiu to nie tylko okazja do świętowania, ale również bardzo miłe spotkanie znajomych, okazja do rozmów i wspomnień. Dość powiedzieć, że wieczór upłynął wszystkim w bardzo miłej atmosferze, wymieniony humor dopisywał, co zapewniło dobrą zabawę. ■



Wrzos z koncertem w DPS w Staniątkach

Halina Kurak

Zespół Wrzos

Wzimowy, pochmurny dzień 21 lutego Zespół Śpiewaczy Wrzos pojechał do Domu Pomocy Społecznej w Staniątkach. Dom prowadzony jest na zlecenie Gminy Niepołomice. Mieszkają w nim na stałe 24 osoby, ale na zajęcia przychodzi jeszcze drugie tyle.

Zostaliśmy bardzo serdecznie przyjęci przez Kazimierza Biernata, który pełni tutaj funkcję koordynatora. W miłej atmosferze, wśród mieszkańców domu zaśpiewaliśmy wianek melodii biesiadnych i cygańskich, a także piosenki znanych polskich wokalistów. Największe brawa otrzymała piosenka śpiewana przez Antoniego Nowaka *Brunetki, Blondynki*.

Po zakończeniu programu wokalnego poproszono nas na kawę, herbatę i pyszne ciastka piernikowe.

A wiceprezes zarządu Piotr Szewczyk z pasją opowiadał o swoich podopiecznych, ich zainteresowaniach, i potrzebie nabywania nowych umiejętności jak: malowanie, szycie czy rękodzieło. Zaznaczył także, że Dom Pomocy Społecznej posiada swoją bibliotekę, z której mogą korzystać mieszkańcy i czytać swoje wybrane i ulubione pozycje książkowe.

Członkowie Zespołu Wrzos, kierownik Maria Baran i kierownik artystyczny Maciej Ziobro bardzo gorąco dziękują za serdeczne przyjęcie, miłą i ciepłą atmosferę. ■



Koniec zimowego snu

Zawodnicy Puszczy Niepołomicze wracają do walki w Nice 1 lidze. Nadrzędnym celem drużyny jest dłuższe zadomowienie się w pierwszoligowej rzeczywistości.

Tegoroczny „zimowy sen” okazał się dłuższy dla piłkarzy z Niepołomic, niż to pierwotnie zakładano. Z uwagi na spore mrozy, jakie nawiedziły Małopolskę na przełomie lutego i marca, pierwsze spotkanie, które miało zostać rozegrane z GKS-em Katowice, zostało odwołane i najprawdopodobniej odbędzie się w połowie kwietnia.

Z jednej strony przedłużyło to czas przygotowań drużyny do startu rozgrywek, ale z drugiej spowodowało, że pierwszy mecz zamiast przed własnymi kibicami trzeba było rozegrać w Opolu. Głównym problemem zimowych przygotowań części klubów pierwszej ligi jest brak możliwości trenowania na naturalnych trawiastych boiskach. *Większość drużyn pierwszej ligi wyjeżdża na obozy zagraniczne, gdzie może potrenować na naturalnych boiskach. My na razie nie możemy sobie na to pozwolić, ale długofalowy rozwój klubu pokazuje, że wszystko zmierza w dobrą stronę. Maksymalnie wykorzystaliśmy warunki stworzone czy tu na miejscu w Niepołomicach, czy podczas obozu w Woli Chorzelskiej, gdzie byliśmy sami, w środku lasu – wspominał trener Puszczy Tomasz Tułacz.*

Odwołany mecz z GKS-em Katowice spowodował, że generalnym sprawdzianem formy drużyny przed wznowieniem rozgrywek był sparing z ekstraklasową Bruk-Bet Termalicą Nieciecza. Mecz z zawodnikami szerokiej kadry tejże drużyny, rozgrywany na naturalnej nawierzchni zakończył się zwycięstwem Puszczy 3 : 0 i pozwala mieć nadzieję, że drużyna znów odpowiednio przepracowała zimową przerwę.

Warto przypomnieć, że to właśnie znakomita postawa piłkarzy Puszczy wiosną 2017 roku okazała się kluczowa i spowodowała, że niepołomicki klub udanie włączył się w walkę o awans do pierwszej ligi, w której teraz z powodzeniem występuje.

Kibice w Niepołomicach do zakończenia rozgrywek będą mieli osiem okazji do zobaczenia swoich piłkarzy przy Kusocińskiego. Tak się akurat złożyło, że

gościć będziemy uznane marki polskiej piłki. W marcu Puszcza podejmuje u siebie Zagłębie Sosnowiec (17 marca) oraz Stal Mielec (31 marca). Na kwiecień zaplanowano pojedynki z Bytovią Bytów (14 kwietnia), Podbeskidziem Bielsko-Biała (28 kwietnia) oraz wspomniany wyżej mecz z GKS-em Katowice. Maj będzie miesiącem walki z GKS-em Tychy i Górnikiem Łęczna. Prawdopodobnie wtedy odbędzie się uroczysta inauguracja sztucznego oświetlenia na Stadionie Miejskim w Niepołomicach, którego montaż rozpoczął się w połowie lutego. Jest ono kluczowym warunkiem licencyjnym dla klubów grających w Nice 1 lidze, pozwalającym na przeprowadzanie bezpośredniej transmisji telewizyj-

By móc z powodzeniem rywalizować o ligowe punkty, zimą w klubie doszło do kilku zmian personalnych. Pożegnano zawodników, których liczba minut na boisku w pierwszej lidze była znikoma (Kaszubowski, Leleno, Ziętarski, Sobieszczuk), a dodatkowo trener Tułacz postanowił wypożyczyć do drugoligowej Garbarni Łukasza Furtaka.

Pojawiły się również nowe twarze, które dla kibiców interesujących się polską piłką nie powinny być anonimowe. Niecieczę na Niepołomicze zamienił Patryk Fryc, który w przeszłości grał również w Wiśle Kraków. Z tego drugiego klubu wypożyczony został również Krzysztof Drzazga. Umowę z Puszczą podpisał także jeden z lepszych zawod-



nej. Ostatnim meczem sezonu będzie czerwcowy potyczka z Miedzią Legnica. Ten mecz rozpocznie się w sobotę 2 czerwca (podczas Dni Niepołomic) o godzinie 17.00.

Klub tradycyjnie przygotował karty dla swoich kibiców i od kilku lat są one w niezmiennym cenie. Pakiety wejść na wszystkie mecze zaczynają się już od 6 złotych, a najdroższy karnet kosztuje 72 złote.

Piłkarzy Puszczy czeka również sporo podróży. Łącznie w drodze na mecze wyjazdowe pokonają ponad 5 tysięcy kilometrów, by dotrzeć na mecze m.in. w Suwałkach, Olsztynie czy Grudziądzu.

ników biegających po drugoligowych boiskach, Konrad Stępień. Rywalizację w bramce ma natomiast zwiększyć młody talent Lecha Poznań, Miłosz Mleczko.

W 2018 roku klub obchodzić będzie 95 lat swego istnienia. 5 lat temu po raz pierwszy przez jeden sezon rywalizował na zapleczu Ekstraklasy. Tym razem szansa na dłuższe zadomowienie się w Nice 1 lidze jest zdecydowanie większa. ■



Marek Bartoszek
Referat Promocji i Kultury

Wreszcie gramy

Z nadejściem wiosny ruszają rozgrywki piłkarskie, w których uczestniczą zawodniczki i zawodnicy Klubu Sportowego Dąb. Powoli rozpędza się machina meczów, wyjazdów, emocji związanych ze sportową rywalizacją. Ponad 150 zawodników zrzeszonych w naszym klubie przez najbliższe trzy miesiące będzie uganiać się za piłką, marząc o tym, żeby umieścić ją w bramce przeciwnika. Ruszyła wiosenna runda lokalnej rywalizacji piłkarskiej. Nareszcie...

Stanisław Łosiński

KS Dąb Zabierzów Bocheński

Już nie mogliśmy się doczekać, kiedy rozpoczną się mecze ligowe. Pomimo że praktycznie przez cały okres przerwy zimowej nasze zespoły uczestniczyły w rozgrywkach halowych, to jednak liga jest tym, na co wszyscy zawodnicy i sympatycy piłki czekają najbardziej. W zabierzowskim klubie okres zimowy był bardzo intensywny i obfitował w wiele inicjatyw, które mają za zadanie poprawienie funkcjonowania drużyn oraz podniesienie poziomu sportowego i organizacyjnego. W zespołach seniorów i juniorów nastąpiły zmiany na posadach szkoleniowców. Aktualnie za wyniki obydwu drużyn odpowiadać będzie, powszechnie znany w Niepołomicach duet: Roman Stiepankow i Michał Horkawy. W naszych najmłodszych grupach także zaszły zmiany na stanowiskach trenerskich. Obecnie drużynami żaków i orlików opiekują się trenerki: Izabela Włodarz i Justyna Sekunda.

Po raz pierwszy w ponad czterdziestoletniej historii klubu białą-zieloną koszulkę zespołu seniorskiego przywdzieje zawodnik z zagranicznym paszportem. Przeprowadzenie skomplikowanych procedur związanych z międzynarodowym transferem było nie lada wyzwaniem. Powoli, krok po kroku, dopiełgamy swego, dzięki czemu Oleksandr Dusheiko może swoją grą cieszyć zabierzowskich kibiców.

Już pod wodzą nowych trenerów drużyna juniorów odniosła znaczący sukces w rozgrywkach halowych organizowanych przez Podokręg Wielicki Małopolskiego Związku Piłki Nożnej. W bardzo silnie obsadzonym turnieju, rozgrywanym na początku bieżącego roku, nasi zawodnicy zajęli trzecie miejsce. W turnieju im. Karola Demczuka brały udział także drużyny żaków, orlików i młodzików. Możliwość uczestnictwa w rozgrywkach halowych stanowi fantastyczną odskocznnię od monotonii treningów



prowadzonych na salach gimnastycznych w trakcie okresu zimowego. W tym miejscu należy z całą mocą podkreślić naszą wdzięczność dla dyrekcji Szkoły Podstawowej i Gimnazjum w Zabierzowie Bocheńskim. Dzięki życzliwości zarządzających tymi placówkami możemy korzystać z hal gimnastycznych i prowadzić treningi w okresie, gdy warunki atmosferyczne nie pozwalają na organizację zajęć sportowych na świeżym powietrzu. W przypadku drużyny seniorów i zespołu żeńskiego szczególnie nacisk w tym czasie położony został na treningi i ustawiczne podnoszenie wartości sportowej. Na półmetku rozgrywek małopolskiej IV ligi kobiet, dziewczyny z Zabierzowa Bocheńskiego zajmują wspólnie z drużyną Górnik Wieliczka pierwsze

miejsce w tabeli. Nikt nie mówi o tym, głośno, ale patrząc na tabelę rozgrywek, oczywistym wydaje się to, czego wszyscy życzylibyśmy sobie po zakończeniu rundy wiosennej. Za osiągnięte wyniki zespół został nagrodzony podczas Niepołomickiej Gali Sportu. Dziewczyny mają olbrzymi potencjał, a zaangażowaniem i wolą walki ustawicznie podnoszą poziom drużyny, dzięki czemu można być spokojnym o dalszy rozwój zespołu.

Podsumowując działalność KS Dąb w okresie pomiędzy rundami rozgrywkowymi sezonu 2017/18, należy również wspomnieć, że czas ten został spożytkowany na pracę związaną z przygotowaniem obozu sportowego w Anglii. Całe przedsięwzięcie, które jest dla naszego klubu niebywałym wyzwaniem, jest możliwe do zrealizowania dzięki pomocy lokalnych władz samorządowych. Szczególne podziękowania należy skierować do Piotra Nowaka, radnego powiatowego, dzięki któremu nasz majowy wyjazd na zagraniczny obóz będzie mógł być zrealizowany.

Wydawać się może, że przerwa w rozgrywkach to dla lokalnych klubów czas na odpoczynek od zajęć związanych z prowadzeniem drużyn. Nic bardziej mylnego. To okres na dokonanie podsumowań, wyciąganie wniosków i wyznaczanie celów na przyszłość.

Krok po kroku budujemy nasz klub, który ma za zadanie w pierwszej kolejności jednoczyć lokalne środowisko. Oczywiście wynik sportowy jest wyznacznikiem celów, jakie należy stawiać przed organizacjami sportowymi. Paradoksalnie jednak nie same osiągnięcia sportowe powinny determinować sposób funkcjonowania lokalnych klubów, które poza rywalizacją sportową powinny stanowić miejsca, w których gromadzi się młodzież i w sposób aktywny, pożyteczny i kreatywny spędza wolny czas. Tak najprawdopodobniej jest w zabierzowskim Dębie. ■

AKT najlepszym klubem w Polsce

Akademia Karate Tradycyjnego Niepołomice-Kraków została najlepszym klubem w Polsce! Wyróżnienie przyznano 17 lutego podczas corocznego plebiscytu Polskiego Związku Karate Tradycyjnego. Ponadto, sensei Paweł Janusz został najlepszym szkoleniowcem młodzieżowców, sensei Michał Janusz najlepszym trenerem dzieci, a Wiktor Staszak najlepszym zawodnikiem 2017 roku!

Tytuł
najlepszego
klubu
Akademia
otrzymała
już trzeci
rok z rzędu.

Uroczystość była częścią zimowego Gasshuku, zorganizowanego w Dojo Stara Wieś od 14 do 18 lutego.

Tytuł najlepszego klubu Akademia otrzymała już trzeci rok z rzędu. Przyznano go za całokształt pracy na rzecz rozwoju karate tradycyjnego w 2017 roku (w szczególności za: ilość przeprowadzonych egzaminów na stopnie uczniowskie kyu, ilość indywidualnych licencji PZKT, liczbę osób uczestniczących w aktywnościach PZKT oraz liczbę startujących zawodników w imprezach PZKT).

Ten sukces to nie jest kwestia jednego roku. To efekt wielu lat pracy. Początki są zawsze trudne, ale odkąd mamy swoją Akademię, wiemy prym. Dzięki dojo możemy trenować, realizować cele, panuje w nim odpowiedni klimat do treningów. Ćwiczymy tak często, jak chcemy, także w weekendy, nikt nas nie ogranicza. Niepołomicka Akademia była jedną z pierwszych w Polsce. Budowali ją sami karatecy. Byliśmy inspiracją dla innych klubów. Karate stale się rozwija, z korzyścią dla wszystkich – skomentował Paweł Janusz.

Sensei Michał Janusz ponownie został najlepszym trenerem dzieci. Młodzi reprezentanci AKT w 2017 roku zdominowali podium najważniejszych imprez PZKT. W czasie V Pucharu Europy Dzieci, który zgromadził 600 zawodników z kilku państw, zdobyli 29 medali. Najlepsi byli też podczas Pucharu Polski Dzieci, w którym wystąpiło ponad tysiąc uczestników z 73 klubów Polski – wywalczyli 39 medali.

Równie dobrze wypadli młodzieżowcy. I właśnie za ich wyniki nagrodzono senseia Pawła Janusza tytułem najlepszego szkoleniowca. Rekordzistami okazali się Paweł Tomasik i Wiktor Staszak, którzy świetnie się spisali w najważniejszych zawodach – mistrzostwach Polski, mistrzostwach Europy w Rumunii oraz w międzynarodowych turniejach karate na Syberii i na Maltzie. Paweł wywalczył 19, a Wiktor 18 medali. W sumie zawodnicy AKT zdobyli w 2017 roku we wszystkich kategoriach wiekowych aż 247 medali (mistrzostwa Europy – 12, Puchar Europy Dzieci – 29, Klubowe Mistrzostwa Europy – 4, Mistrzostwa Polski – 19, Puchar Polski Dzieci – 39, międzynarodowy turniej na Maltzie – 4, międzynarodowy turniej na Syberii – 8, regionalne zawody we Wrocławiu, Warszawie i Bytomiu – 132).

Tytuł najlepszego zawodnika PZKT 2017 roku powędrował do Wiktora Staszaka. Jako debiutant i najmłodszy w historii reprezentant kraju zwyciężył w czasie IX Pucharu Świata w Karate Tradycyjnym. Mimo młodego wieku udowodnił, że należy do czołówki karate tradycyjnego na świecie. To niezwykle wszechstronny zawodnik, świetnie radzi sobie zarówno w kata (forma), jak i kumite (walka). Spośród 18 zdobytych przez niego medali aż 9 było złotych!

Najważniejsze ubiegłoroczne sukcesy Wiktora:

mistrz Europy w kata drużynowym i fuku-go młodzieżowców, mistrz Polski w kata drużynowym oraz fuku-go i kata indywidualnym młodzieżowców, wicemistrz Polski w en-bu mężczyzna/mężczyzna, brązowy medalista mistrzostw Polski w kumite drużynowym oraz kumite indywidualnym młodzieżowców, zwycięzca IX Pucharu Świata w Karate Tradycyjnym ORLEN 2017, zdobywca II miejsca w Polskiej Lidze Karate Tradycyjnego ORLEN 2017. ■



Joanna Musiał
AKT Niepołomice-Kraków

Dla radości z treningu

O tym, jak zmotywować dzieci do treningu oraz co zrobić, żeby nie zniechęcały ich porażki, rozmawiamy z trenerem niepołomickiej Akademii Karate – Michałem Januszem.

Joanna Musiał: Drugi rok z rzędu zostałeś najlepszym trenerem dzieci podczas plebiscytu PZKT. W 2017 roku twoi podopieczni zdominowali podium najważniejszych imprez, w tym Pucharu Polski i Pucharu Europy Dzieci, w których startowały setki młodych karateków. Jaki jest przepis na taki sukces?

Michał Janusz: Pokora, systematyczność, upór i przede wszystkim czerpanie radości z tego, co się robi i na co poświęca się tak wiele czasu. Przygotowania to żmudna praca, wiele godzin doskonalenia poszczególnych elementów treningu. Próbuję zarażać pasją do karate, w taki sposób, aby dzieci same chętnie przychodziły na trening i nie mogły doczekać się następnych zajęć.

W jaki sposób?

Przed wszystkim trzeba stworzyć drużynę, w której każdy świetnie się czuje pomimo ciężkich treningów. Przygotowania w takich konkurencjach jak enbu (walka pokazowa trwająca 1 min) czy kata drużynowe z bunkai (zastosowanie technik używanych w karate), pomimo że trudne do opanowania, sprawiają dzieciom wiele radości i satysfakcji. Wykonują bardzo skomplikowane techniki, które potęgują chęć treningu i nauki.

Dzięki systematycznym treningom i ciągłemu podnoszeniu sobie poprzeczki, pracujemy nie tylko nad przygotowaniem fizycznym, ale uczymy się też determinacji w zdobywaniu wyznaczonych celów, samodyscypliny, i tego, że na dobre efekty trzeba zapracować, nic samo nie przychodzi. Ważna jest też ciągła chęć nauki, doskonalenia, poszukiwania nowych wyzwań. Chciałbym nauczyć moich uczniów i przekazać im, jak ważny jest szacunek do innych.

A w jaki sposób trafić do kadry klubu?

Przed wszystkim trzeba chcieć. Każdy karateka może brać udział w treningach przygotowujących do zawodów. Jest wiele możliwości do startu w ciągu roku, więc każdy ma szansę, trzeba tylko być konsekwentnym i pracowitym. Talent na pewno pomaga w osiąganiu wysokich wyników, ale najważniejszy jest upór, sumienność i pracowitość.

W roku 2017 regularnie w treningach kadry brało udział 60 dzieci. Liczę na to, że w tym roku będzie ich jeszcze więcej.

Wiadomo, że sport to nie tylko zwycięstwa, ale i porażki. Co zrobić, żeby dzieci nie zrażały się po przegranej?

Duch walki nabywany podczas treningów w połączeniu ze wsparciem i dopingiem drużyny sprawia, że porażka nie zniechęca, ale mobilizuje do dalszej pracy. Staram się stworzyć drużynę, w której każdy będzie czuł, że może liczyć na wsparcie kolegów, nawet jeśli się nie powiedzie. Uczymy też dzieci, że to nie medale są najważniejsze, ale to, żeby w starty włożyły całe serce. Pokazujemy, co jest istotne w rywalizacji – ma ona mobilizować do pracy i sprawiać, żeby nieustannie się rozwijać. Największy sukces osiągamy wtedy, gdy uczniowie zaczynają rozumieć, że ciągle możemy coś poprawić i nadal nad sobą pracować.

Jesteś w klubie głównym trenerem dzieci, ale nie pracujesz z nimi sam...

Przygotowanie dzieci leży po stronie wszystkich instruktorów, to oni na co dzień prowadzą zajęcia w poszczególnych sekcjach, to oni wyznaczają im kierunek treningu i uczą wszystkiego. To wyróżnienie jest tak naprawdę zasługą całego zespołu. Ja to spinam w całość, w bezpośrednim przygotowaniu do startu. Sensei Paweł Janusz – główny trener w Akademii – nad wszystkim czuwa i koordynuje.

A rodzice?

Rola rodziców jest bardzo ważna, wspierają dzieci na każdym etapie, od przygotowań aż po start w turnieju. Bardzo nam pomagają. Poświęcają wiele czasu, aby przywieźć pociechy na zajęcia, niejednokrotnie 5 razy a czasami nawet 7 razy w tygodniu. Kiedy pojawi się chwila słabości, leń, to oni jako pierwsi motywują i mobilizują dzieci do wyjścia na trening.

Jakie cele stawiasz swoim podopiecznym na ten rok?

Przed wszystkim utrzymujemy wysoką i stabilną formę poprzez systematyczny trening i starty. Sprawdzianami będą turnieje w Krakowie, Wrocławiu, Zielonej Górze, Warszawie. 1 czerwca czeka nas najważniejsza impreza w kraju – Puchar Polski Dzieci w Gdańsku.

Być może w październiku nasi zawodnicy wylecą do Kanady na Puchar Świata Dzieci. To daleka i kosztowna wyprawa, dlatego szukamy sponsorów, żeby dzieci mogły wystartować i spróbować swoich sił na innym kontynencie. Chciałbym tam zabrać jak największą liczbę dzieci, na pewno byłaby to dla nich wspaniała przygoda i nagroda za ciężką całoroczną pracę. ■



Medalowe rozpoczęcie roku

Justyna Krosta

Niepołomicki Klub Karate Kyokushin

3 lutego w Rzeszowie odbył się Międzynarodowy Turniej Carpathia Cup. W zawodach wzięło udział ponad 600 zawodników z 12 krajów m.in. Litwy, Ukrainy, Austrii, Kazachstanu, Rosji i oczywiście Polski. Niepołomicki Klub Shinkyokushin reprezentowało 5 zawodników.

Może nie bardzo licznie, ale to wystarczyło, żeby mocno zaznaczyć swoją obecność. Na pierwszym miejscu podium stanęły dwie zawodniczki: Justyna Krosta w kategorii 2002/2003 do 50 kg, która stoczyła trzy walki. Wszystkie wygrywała jednogłośnie. Aleksandra Pieprzycza w kategorii 2004/2005 do 50 kg też wygrała wszystkie walki jednogłośnie.

Trzecie miejsce wywalczył Łukasz Fryca w kategorii 2004/2005 do 60 kg. Stoczył dwie walki. Pierwszą wygrał jednogłośnie, natomiast drugą przegrał. Równie dobrze spisała się nasza naj-

młodsza zawodniczka – Julia Stanecka w kategorii 2008/2009 do 35 kg. Pierwszą walkę wygrała, drugą zaś przegrała, pomimo że walczyła bardzo dobrze, ale w końcu zabrakło koncentracji i przeciwniczka za skuteczną technikę otrzymała waza-ari, czyli pół punktu. Niestety nie udało się już tej straty odrobić. Kacper Krawczyk także pokazał się z dobrej strony. Pierwszą walkę wygrał przed czasem z zawodnikiem z Rosji, drugą zaś po wyrównanej walce przegrał przez tzw. wskazanie sędziego.

Gratulujemy wszystkim zawodnikom. To był nasz pierwszy turniej w tym

roku. Trzeba przyznać, że wychowankowie Niepołomickiego Klubu Shinkyokushin pokazali się z dobrej strony, a ich walki stały na wysokim poziomie.

Podziękowania również dla trenera Wiesława Krosty, który przygotował zawodników do turnieju, prowadził rozgrzewki zawodników i udzielał ostatnich wskazówek przed walkami. Podziękowania również dla Macieja Krawczyka pełniącego jak zwykle funkcję fotografa. ■



2 zawodników, 3 medale

Justyna Krosta

Niepołomicki Klub Karate Kyokushin

24 lutego odbyły się Mistrzostwa Województwa Opolskiego Karate Kyokushin w Tarnowie Opolskim. W turnieju wzięło udział 200 zawodników z 16 klubów. Zawody rozgrywane były na dwóch matach z podziałem na kategorie wiekowe: dzieci, kadetów, młodzików, juniorów oraz seniorów. Nasz klub reprezentowało dwóch zawodników: Dariusz Koziół oraz Justyna Krosta.

Zawodnicy bardzo dobrze się spisali, w sumie zdobyliśmy trzy medale dwa złote i jeden brązowy.

Dariusz Koziół po rocznej przerwie od ostatnich startów zajął 3. miejsce w kategorii senior ponad 80 kg. Walkę

stoczył bardzo zaciętą, pokazał serce do walki. Na macie przebywał 4 minuty, dając z siebie naprawdę wszystko. Ostatecznie przegrał z minimalną przewagą przeciwnika. Po walce dostał liczne gratulacje. Również trener Wiesław Krosta był bardzo zadowolony ze stoczonej przez swojego zawodnika walki. Justyna Krosta po raz kolejny zajęła dwa pierwsze miejsca w kategorii kata juniorek oraz kumite juniorek do 50 kg.

Podsumowując, zawodnicy stoczyli dobre walki. Dając z siebie wiele, pokazali się z jak najlepszej strony. Na pewno zostaną mile zapamiętani. Do zawodów zostali przygotowani przez trenera Wiesława Krostę, który jest bardzo zadowolony z wyniku, determinacji oraz postawy swoich wychowanków. ■

Medale na Mistrzostwach Polski Południowej

Wiesław Krosta

trener Niepołomickiego Klubu Karate Kyokushin

W niedzielę 11 marca odbyły się w Krośnie Mistrzostwa Polski Południowej.

W zawodach wzięło udział ponad 200 zawodników z 36 klubów, którzy należą do PZK. Zawody odbywały się w dwóch konkurencyjnych kata i kumite (walka). Poziom na turnieju był wysoki, każdy zawodnik był bardzo dobrze przygotowany.

Zdobyliśmy trzy medale: jeden złoty, jeden srebrny i jeden brązowy. Nasz Klub reprezentowało dwóch zawodników: Justyna Krosta i Łukasz Fryca. Justyna Krosta zdobyła dwa medale. Złoty w kategorii kata rocznik 2000/2002, gdzie rywalizacja była naprawdę zacięta.

Natomiast srebrny w kategorii kumite 2000/2002 do 55 kg. Wstępne walki były zacięte i na wysokim poziomie, ale wygrane jednogłośnie. Jednak walkę finałową, która była widowiskowa i wyrównana, przegrała po czterech minutach przez wskazanie sędziego. Łukasz Fryca zajął 3 miejsce w kategorii kumite do 60 kg.

Zawodnicy pokazali się z dobrej strony zdobyli kolejne doświadczenie. Już niedługo kolejny turniej. Tym razem randze międzynarodowej. ■

Sukcesy naszych pływaków

Małgorzata Kasza
sekretarz KS Fala

26 stycznia odbyły się gminne zawody pływackie w ramach Igrzysk Młodzieży Szkolnej. Już od rana trwała rozgrzewka, a następnie zmagania zawodników na basenie przy ul. Korczaka w Niepołomicach. Nasza młodzież podeszła do zawodów bardzo ambitnie i w zaciętych rywalizacjach padły bardzo dobre wyniki.

Do zawodów powiatowych w Wieliczce przeszły m.in.: Natalia Martemianow, Karolina Mleko, Zuzanna Kot, Katarzyna Kasza, Gabriela Klima, Zuzanna Adamiec, Julia Wilk, Marta Szewczyk, Zofia Kowalska, Agnieszka Syguła, Maja Grabowska, Bartosz Krężałek, Bartłomiej Nosek, Kacper Zaleński, Wiktor Bobowski,

Patryk Karteczka, Marcel Gacoń, Tomasz Gauda, Mateusz Olesiński, Mateusz Kamiński, Jan Tynor, Marcel Kupiec, Krzysztof Dudek, Tomasz Gauda.

W sztafecie najlepsza okazała się ekipa dziewcząt ze Szkoły Podstawowej z Niepołomic.

Kolejnym etapem były powiatowe za-

wody pływackie, które odbyły się 1 lutego w Wieliczce na basenie w Solnym Mieście. Młodzież z naszej gminy dzielnie walczyła i potwierdziła swoje duże umiejętności. Wielu młodych pływaków z naszej gminy przeszło do dalszego etapu – do wojewódzkich zawodów pływackich w ramach Igrzysk Młodzieży Szkolnej.



Kategoria uczniów młodszych:

Styl grzbietowy 50 m dziewczęta:

2. miejsce – Maria Dudziak ze SP w Niepołomicach, z czasem 0:38,72

Styl grzbietowy 25 m chłopcy:

1. miejsce – Paweł Gumulak ze SP w Niepołomicach, z czasem 0:24,58
2. miejsce – Paweł Jagła ze SP w Niepołomicach, z czasem 0:25,11
3. miejsce – Jan Ryzner ze SP w Niepołomicach, z czasem 0:25,27

Styl klasyczny 50 m dziewczęta:

1. miejsce – Maja Grabowska ze SP w Niepołomicach, z czasem 0:42,72
3. miejsce – Nicola Human ze SSP w Niepołomicach-Jazach, z czasem 0:44,58

Styl klasyczny 50 m chłopcy:

2. miejsce – Krystian Cylny ze SP w Niepołomicach, z czasem 0:44,14

Styl klasyczny 25 m dziewczęta:

2. miejsce – Paulina Końska ze SSP w Niepołomicach-Jazach, z czasem 0:33,06
3. miejsce – Hanna Małecka ze SSP w Niepołomicach-Jazach, z czasem 0:34,28

Styl dowolny 50 m dziewczęta:

2. miejsce – Natalia Rychtarczyk ze SP w Niepołomicach, z czasem 0:36,39

Styl dowolny 50 m chłopcy:

2. miejsce – Kacper Tynor ze SP w Nie-

połomicach, z czasem 0:35,54

3. miejsce – Mateusz Łazarek ze SP w Niepołomicach, z czasem 0:38,02

Styl dowolny 25 m chłopcy:

2. miejsce Marcel Grabowski
SP Niepołomice 0:20,02
3. miejsce Kacper Żuchowski
SP Niepołomice 0:20,14

Sztafeta 6×50 stylem dowolnym dziewczęta:

1. miejsce SP w Niepołomicach, z czasem 04:07,41

Kategoria uczniów starszych:

Styl motylkowy 50 m dziewczęta:

1. miejsce – Natalia Martemianow ze SP w Niepołomicach, z czasem 0:34,04

Styl motylkowy 50 m chłopcy:

1. miejsce – Jan Tynor ze SP w Niepołomicach, z czasem 0:32,17

Styl grzbietowy 50 m dziewczęta:

1. miejsce – Karolina Mleko ze SP w Niepołomicach, z czasem 0:37,42
2. miejsce – Zofia Kowalska ze SSP w Niepołomicach-Jazach, z czasem 0:39,95

Styl klasyczny 50 m dziewczęta:

1. miejsce – Zuzanna Kot ze SSP w Niepołomicach-Jazach, z czasem 0:47,04
2. miejsce – Gabriela Klima ze SP w Niepołomicach, z czasem 0:49,07
3. miejsce – Karolina Nitsch ze SP

w Niepołomicach, z czasem 0:49,07

Styl klasyczny 50 m chłopcy:

1. miejsce – Bartosz Krężałek ze SP w Niepołomicach, z czasem 0:35,10

Styl dowolny 50 m dziewczęta:

1. miejsce – Katarzyna Kasza ze SP w Niepołomicach, z czasem 0:30,94
2. miejsce – Marta Szewczyk ze SSP w Niepołomicach-Jazach, z czasem 0:32,11

Styl dowolny chłopcy:

3. miejsce – Marcel Gacoń ze SSP w Niepołomicach-Jazach, z czasem 0:34,31

Sztafeta 6×50 stylem dowolnym dziewczęta:

1. miejsce SP w Niepołomicach, z czasem 3:36,30

Wszystkim serdecznie gratulujemy wyników i życzymy powodzenia na etapie wojewódzkich zawodów pływackich.

Wielu spośród młodych zawodników pływa w gminnej sekcji pływackiej Klubu Sportowego Fala Niepołomice, w którym trenerem jest Arkadiusz Szewczyk. Zapraszamy chętnych na zajęcia doskonalenia pływania, które odbywają się od poniedziałku do piątku w godz. 16.00–20.00

Kontakt:

668 252 392 Arkadiusz Szewczyk. ■

Srebro dla Mateusza Pichóra

Krzysztof Gawłowski

instruktor modelarstwa lotniczego i kosmicznego

Mateusz Pichór srebrnym medalistą Ogólnopolskich Zawodów Modeli Halowych F1N rozegranych 11 lutego w Krakowie.

Młodzięzowe Towarzystwo Sportowo-Rekreacyjne Sowiniec w Krakowie już po raz drugi było organizatorem Ogólnopolskich Zawodów Modeli Halowych F1N, które rozegrane zostały 11 lutego w hali sportowej MDK Dom Harcerza w Krakowie. Zawody zaliczane są do klasyfikacji Pucharu Polski. Udział w nich wzięło 38 zawodników reprezentujących Aerokluby: Warszawski, Rzeszowski, Gliwicki, Stalowa Wola i Krakowski, a także MTSR Sowiniec, OSiR Suwałki, MOKSiR Chrzanów oraz Domy Kultury z Woli Batorskiej i Zabierzowa Bocheńskiego.

Nasi modelarze, startując w Krakowie w roku 2017, zajęli miejsca w drugiej dziesiątce. Od tamtego czasu sporo jednak trenowali i w tym roku po cichu liczyliśmy na poprawę wyników. Bardzo miłe zaskoczenie sprawił nam wszystkim Mateusz Pichór uczęszczający na zajęcia w Domu Kultury w Zabierzowie Bocheńskim, który w kategorii młodzi-

ków zajął drugie miejsce, ustępując jedynie Piotrowi Stasiulewiczowi z Aeroklubu Warszawskiego. Trzecie miejsce wywalczył Emmet Kirwan z Aeroklubu Rzeszowskiego. W pierwszej dziesiątce znaleźli się jeszcze: Marcin Ostachowicz (7. miejsce) i Mikołaj Solarz (8. miejsce) – podopieczni Domu Kultury w Zabierzowie Bocheńskim.

W zawodach pucharowych zadebiutowało też kilku naszych najmłodszych modelarzy: Igor Strzelec z Domu Kultury w Zabierzowie Bocheńskim oraz Mikołaj Szewczyk, Marcel Włodarz, Bartek Pokrywka i Bernard Samek z Domu Kultury w Woli Batorskiej. Wszystkim należą się słowa uznania za bardzo dobre występy, świetne opanowanie tremy podczas pierwszych startów przy tak licznej publiczności i osiągnięcie lepszych czasów niż zakładaliśmy przed zawodami.

Obserwując zmagania zawodników z czołowych polskich klubów, z zado-

woleniem można stwierdzić, że nasi modelarze z powodzeniem nawiązują równorzędną walkę z tymi najlepszymi. Optymistyczne jest także to, że dysponujemy jeszcze sporym potencjałem, którego z różnych powodów jeszcze nie wykorzystaliśmy. Cieszymy się także z ogromnego zapалу najmłodszych modelarzy, którzy wytrwale trenują, uzyskując coraz lepsze wyniki. Z pewnością w kolejnym roku, a może jeszcze w tegorocznej rundzie jesiennej halowych zawodów pucharowych, przynajmniej niektórzy z nich znajdą się w pierwszej dziesiątce najlepszych zawodników. Bardzo też doceniamy zaangażowanie rodziców i opiekunów (szczególnie najmłodszych dzieci), dzięki którym ich pociechy mają dużo większą motywację do udziału w zajęciach modelarskich oraz w rywalizacji sportowej.

Wszystkich, którzy pragną zasmakować przygody z modelarstwem lotniczym i kosmicznym, zapraszamy do działających przy Centrum Kultury w Niepołomicach dwóch modelarni w Domach Kultury w Zabierzowie Bocheńskim i Woli Batorskiej. Oczywiście oprócz modeli halowych zajmujemy się przede wszystkim budową modeli swobodnie latających i zdalnie sterowanych szybowców, samolotów, a także rakiet i balonów na ogrzane powietrze, ale nie tylko... ■

Aktywne szachy w Trzebini

Ryszard Budkiewicz

UKS Goniec Staniątki

Jakub Micuła zwyciężył w XXIII Międzynarodowym Turnieju Młodych Talentów w Szachach Aktywnych w Trzebini.

Na zakończenie ferii, w dniach 24-25 lutego 2018 roku reprezentanci UKS Goniec Staniątki licznie reprezentowali nasz klub na XXIII Międzynarodowym Turnieju Młodych Talentów w Szachach Aktywnych w Trzebini.

Turniej odbywał się pod honorowym patronatem Jacka Krupy – Marszałka Województwa Małopolskiego i przyciągnął liczne grono zawodników z Polski, Słowacji i Ukrainy. Równie wielu było hojnych sponsorów, którzy ufundowali piękne i wartościowe nagrody dla najlepszych szachistów.

Wszyscy zawodnicy rywalizowali ze sobą na dystansie 9 rund tempem 30 minut dla zawodnika.

Najlepszym zawodnikiem naszego klubu w turnieju został okazał się Jakub Micuła, który zwyciężył bezapelacyjnie w grupie dzieci do lat 10. Kuba na rozegranych 9 partii w trakcie turnieju, wygrał 8 partii i tylko jedną zremisował!

W najmłodszej grupie do lat ośmiu 5. lokatę zajął Karol Kozak, który zdobył 6,5 pkt., natomiast drugą wśród dziewcząt okazała się Gabrysia Drozd, która zdobyła 5 punktów i w klasyfikacji generalnej zajęła 10. miejsce.

W grupie dzieci z rocznika 2006 i młodszych na 2. miejscu wśród dziewcząt uplasowała się Julka Gaczoł, która zdobyła 6 punktów i również uzyskała bardzo wysoki ranking - 1736, co w klasyfikacji generalnej turnieju dało naszej zawodniczce 4. miejsce.

Szerzej o naszych zawodnikach w tym turnieju na www.niepolomice.eu. ■

MARCOWE ZMAGANIA PRZY SZACHOWNICY

Zarząd Klubu

Taki tytuł nosił cykl turniejów szachowych, których organizatorem był UKS Goniec Staniątki. Tym razem, projekt wsparło finansowo Województwo Małopolskie. Poszczególne turnieje były rozgrywane w Hotelu Niepołomice w dniach 22-25 marca, Domu Kultury w Podłężu w dniach 23-25 marca i Domu Kultury w Staniątkach 22 marca. Wyniki znajdują się na łamach Gazety Niepołomickiej w następnym wydaniu. Zarząd UKS Goniec dziękuje FHPU Państwa Gaców za ufundowanie nagród finansowych oraz wszystkim wolontariuszom, którzy w dużej liczbie pomagali w organizacji.

Znakomite występy w Michałowicach

Joanna Wypiór
KJK Pod Żubrem

Od 2 do 4 marca podczas halowych zawodów dzieci i młodzieży w Michałowicach w jeździe konnej, bardzo dobrze zaprezentowali się zawodnicy KJK Pod Żubrem.

Za jeźdźcami pierwsze w tym sezonie zawody rangi ogólnopolskiej. Prócz zwycięstw, te zawody były szczególnie ważne dla debiutujących par: Magdaleny Kaim na Bakłaju i Daria Pietrzak na Sonacie W – debiut jak najbardziej udany, pierwsze wygrane, wiele czystych przejazdów i bardzo wysokie oceny w jeździe na styl.

Dodatkowo obie pary zdały licencję i zapewne kolejne zawody zaczną już od wyższych parkurów. Licencję zdała również Zuzanna Kuc na Esterze z rewelacyjnym wynikiem 1,5 pkt. – zajmując 1 miejsce w tym konkursie. Dodatkowo Julia i Milady pokazały bardzo dynamiczny i płynny przejazd w konkursie dwufazowym P plasując się na 5 pozycji.

W niedzielnych finałach nasze kucyki fantastycznie pojechały rozgrywkę i wróciły do domu z pucharami: Marta i Glory – 1 miejsce oraz Dasza i Miłek Pony Sport – 3 miejsce.

To co było chyba największym sukcesem tego wyjazdu to fakt, że nasze zawodniczki znane z waleczności pokazały bardzo wysoki poziom w jeździe na styl – wszystkie uzyskały oceny poniżej 3,5 pkt., za co ogromne podziękowania dla trenerów Olega Badałowa (skoki) i Gali Badałowej (ujeżdżenie).

Za niecałe 2 tygodnie jedziemy na HZODiM do Leszna, żeby jak najlepiej przygotować się do Halowego Pucharu Polski Dzieci i Młodzieży, który już pierwszych dniach kwietnia.



Wyniki poszczególnych zawodników:

Marta Wypiór i Glory

- 1 miejsce – konkurs na styl jeźdźca 80 cm
- 3 miejsce /ex aequo/ – konkurs na styl jeźdźca 90 cm
- 3 miejsce – konkurs dwufazowy 90 cm
- 3 miejsce – konkurs dwufazowy 100 cm
- 1 miejsce – Finał kuców grupy C 95 cm

Daria Pietrzak i Miłek Pony Sport

- 2 x 3 miejsce – konkurs na styl jeźdźca 90 cm
- 2 miejsce – konkurs dwufazowy 90 cm
- 3 miejsce – Finał kuców grupy C 95 cm

Julia Świerkosz i Milady

- 1 miejsce – konkurs dokładności L
- 5 miejsce – konkurs dwufazowy P

Zuzia Kuc

- 1 miejsce – konkurs na styl jeźdźca L

Magdalena Kaim

- 1 miejsce – konkurs dokładności L

Daria Pietrzak i Sonata W

- 1 miejsce – konkurs dokładności L. ■

Ferie z Wiarusem

Leon Pitucha
prezes Ogniska TKKF Wiarus

17 lutego Ognisko TKKF Wiarus w sali PTG Sokół przeprowadziło zawody strzeleckie z broni pneumatycznej dla dzieci i młodzieży Gminy Niepołomice z programu Ferie Zimowe 2018 pod honorowym patronatem burmistrza Romana Ptaka.

I tym razem Wiarusom udało się zagospodarować wolny czas dzieci i młodzieży naszej gminy. W zawodach poprzedzonych dwudniowymi treningami wzięło udział 36 uczestników. Strzelano z karabinka i pistoletu pneumatycznego z odległości 10 m. Każdy zawodnik oddał osiem strzałów, w tym trzy próbne i pięć ocenianych. Zawody rozstrzygnięto w trzech konkurencjach strzeleckich w kategoriach: do 13 lat (strzelanie z postawy siedzącej), od 14 do 18 lat oraz trzecia rodzinna, w któ-

rych osiągnięto czołowe miejsca z następującymi wynikami:

Podium w kategorii do 13 lat:

1. Konrad Liszka – 46 pkt.
2. Mateusz Liszka – 41 pkt.
3. Krystian Budyś – 41 pkt.

Najlepsi strzelcy kategorii od 14 do 18 lat:

1. Jakub Szkutnik – 45 pkt.
2. Sylwia Siwek – 44 pkt.
3. Tymoteusz Podorski – 42 pkt.

Czołowe miejsca w kategorii rodzinnej zajęli:

1. Albert, Jakub i Kacper Szkutnik – 137 pkt.
2. Andrzej, Piotr i Krystian Budyś – 129 pkt.
3. Weronika Paleczek, Sylwia i Weronika Siwek – 127 pkt.

Pełna lista uczestników i uzyskanych przez ich punktów na stronie www.niepolomice.eu.

Wszystkim uczestnikom serdecznie dziękujemy za wspólnie spędzony czas, a naszym medalistom życzymy kolejnych sukcesów sportowych.

Ferie mogły się odbyć dzięki: Burmistrzowi Miasta i Gminy Niepołomice, Miejsko-Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Niepołomicach, PTG Sokół oraz Ognisku TKKF Wiarus w Niepołomicach. ■

Dobra forma cel na wiosnę, cel na życie

Praca ze swoim ciałem uczy nas walki z samym sobą, determinacji, pokory i wytrwałości w dążeniu do wyznaczonych celów. Warto o tym pamiętać szczególnie wiosną, kiedy budzimy się z zimowej ospałości i postanawiamy poprawić kondycję czy pozbyć się zbędnych zimowych kilogramów.

Kiedy pozwolimy, aby sport stał się częścią naszego życia, bardzo szybko zauważymy jego pozytywny wpływ nie tylko na wygląd zewnętrzny, ale również na jakość naszego życia. To właśnie aktywność stanie się paliwem, które z całą mocą będzie nas napędzać, by jeszcze prędzej podążać za marzeniami i realizować cele. Zmieniając swoje ciało, zmieniasz więc również swoje życie.

Jeśli chcesz, aby i dla Ciebie trening stał się pasją, metamorfozą i radością – zacznij działać. Załóż dres, sportowe obuwie i zaufaj tym, którzy wiedzą, jak to się robi. Profesjonalnie opracowane treningi są dostosowane do twoich potrzeb. To daje planom większe szanse powodzenia.

O czym warto pamiętać, by poszło, tak jak zamierzaliśmy, aby wytrwać w treningu i osiągnąć zamierzony efekt? Nie stawiać sobie zbyt wygórowanych celów. Małe sukcesy też cieszą i motywują do dalszego działania. Porażki czy brak namacalnych efektów powodują, że tracimy zapał i szybko rezygnujemy.

Co jeszcze? Często konkretne dni zajęć i karnet sprawiają, że dłużej i lepiej się motywujemy – bo skoro już mamy, to trzeba wykorzystać. Jakie nie byłyby pobudki, ważne, że mobilizują nas do działania. Dlatego warto zacząć od wybrania odpowiedniego klubu do treningu, jest ich teraz dużo na rynku – każdy znajdzie coś dla siebie. Czym się kierować? Najlepiej własnymi upodobaniami. Zastanów się, czy odpowiada Ci

mały kameralny klub, a może większy? W niektórych trenuje więcej pań, w innych proporcje są odwrotne – jakiego towarzystwo zmotywuje Cię bardziej? Nie ważne gdzie pójdziesz, ważne z kim będziesz ćwiczyć. To właśnie na trenera czy instruktora zwróć szczególną uwagę.

I ponownie warto zauważyć, że w sporcie jak w życiu, najchętniej robimy, to co lubimy. Dlatego warto dobrać rodzaj treningu do swojego temperamentu. Czasem jednak dobrze poproboować nowych rodzajów zajęć, ponieważ tylko świadomy wybór gwarantuje, że

A w sporcie jak w życiu, nie ma drogi na skróty. Wszelkie spalacze, przyspieszacze dają tylko chwilowy efekt. Lepsze i trwalsze rezultaty daje systematyczność i wytrwałość.

To oni będą cię motywować do działania i wprowadzą w tajniki wybranej aktywności. Ich profesjonalizm i postawa będą mieć duży wpływ na twoje poczynania.

Doświadczony i znający się na rzeczy trener weźmie pod uwagę twoją kondycję, wydolność, ograniczenia zdrowotne, predyspozycje i zamierzony cel. To właśnie one pomogą mu ułożyć odpowiedni program dla ciebie.

Decydując się na uprawianie sportu, warto też zmierzyć się ze swoimi nawykami żywieniowymi. Aby efekty były lepsze, posiłki powinny być zdrowe i w odpowiednich ilościach. Jeśli za bardzo się najesz przed treningiem i to potraw ciężkostrawnych, jedyne, czego będziesz chciał, to przespać ćwiczenia. Z kolei, jak zjesz za mało, na zwiększony wysiłek zwyczajnie nie będziesz mieć siły. Jeśli masz problemy ze skomponowaniem swojego jadłospisu, skorzystaj z fachowej porady dietetyka. Połączenie diety i ruchu daje najlepsze efekty.

A w sporcie jak w życiu, nie ma drogi na skróty. Wszelkie spalacze, przyspieszacze dają tylko chwilowy efekt. Lepsze i trwalsze rezultaty daje systematyczność i wytrwałość. Pracuj uczciwie, a na efekty nie będziesz długo czekać.

wylądujemy na takich ćwiczeniach, które staną się naszą pasją.

Trenując, nie zapominaj też o swoich bliskich. Świetnie sprawdzają się zajęcia, które integrują rodziny. Często na treningach pojawiają się całe rodziny, rodzice z dziećmi (i to w różnym wieku). Można znaleźć treningi dla kobiet w ciąży, dla mam z niemowlętami, jak i aktywizujące starsze dzieci. Taka wspólna aktywność pozwala razem spędzać czas, wzajemnie się motywować, dobrze się razem bawić i dzielić pasję. A niewiele tak łączy, jak wspólna pasja.

A tuż przed pierwszym treningiem, pamiętaj o wygodnym ubraniu i odpowiednio dobranym obuwiu sportowym – to właśnie buty dadzą dobrą amortyzację, a przez to będą chronić stawy, by pasję móc rozwijać przez lata.

Podejdź do swoich treningów z sercem – wtedy na pewno osiągniesz swój zamierzony cel.

Do zobaczenia na treningu! ■



Katarzyna Strażyńska-Mizak
Trener Personalny,
Instruktor Fitness
FIT & WELL FITNESS STUDIO

Pieprzyca siewna zwana rzeżuchą

PIEPRZYCA SIEWNA (*Lepidium sativum*) powszechnie nazywana jest **rzeżuchą ogrodową**. Pochodzi prawdopodobnie z Etiopii. W Polsce można ją czasem spotkać dziczącą. Jest rośliną jednoroczną, która rozmnażana jest z nasion. Dorosła roślina ma łodygę o wysokości 30–60 cm, która w górnej części silnie się rozgałęzia. **Wczesnym latem (od czerwca do lipca)** zakwita małymi białymi lub bladnoróżowymi kwiatkami. Cała roślina jest niebieskawo oszroniona. Uprawia się ją przede wszystkim ze względu na wąskie, podługne liście o pikantnym smaku. Jej „kuzynka” – rzeżucha łąkowa – występuje często na wilgotnych łąkach, brzegach jezior i rzek. Rzeżucha ogrodowa jest tradycyjnie uprawiana przed Wielkanocą. Wysiewana w domu ma ostry, musztardowy smak. Jest rośliną miododajną. **Surowcem zielarskim jest ziele** *Herba lepidii sativi*.

WARUNKI UPRAWY

Przez cały rok nasiona można wysiewać w mieszkaniu, do doniczek, pojemników, skrzynek balkonowych na 3–5-centymetrowej warstwie ziemi lub na kilku warstwach ligniny, na wacie i w kielkownicy. Moczenie nasion przed siewem w wodzie przez 24 godziny przyspiesza wschody. Przez cały okres uprawy należy dbać o wysoką wilgotność podłoża.

Do gruntu wysiewa się ją co jakiś czas do lekkiej, spulchnionej ziemi od wczesnej wiosny do wczesnej jesieni. Należy podlewać obficie. Zbiera się młode listki, zanim stwardnieją.

WŁAŚCIWOŚCI

Młode rośliny spożywane w okresie zimowo-wiosennym są bogatym źródłem witamin i soli mineralnych. Pieprzyca zawiera naturalne antybiotyki. Znana jest w medycynie ludowej jako środek przeciwgorączkowy i rozkurczowy.

Kielki rzeżuchy są bogate w łatwo przyswajany jod, ponadto zawierają siarkę, chrom, potas, mangan, magnez i wapń. Kielki rzeżuchy są bogatym źródłem witaminy C, PP, P, B, E, K, beta-karotenu, chlorofilu. Wzmacniają organizm, a także korzystnie wpływają na stan skóry, włosów i paznokci. Świeża rzeżucha zalecana jest przy anemii, niedoborze jodu, w chorobach tarczycy, osobom cierpiącym na cukrzycę, osteoporozę, chorobę wieńcową, reumatyzm. Ma właściwości oczyszczające organizm, poprawia apetyt i wspomaga trawienie. Jednak największe znaczenie ma rzeżucha jako przyprawa. Zawarte w kielkach rzeżuchy olejki eteryczne (w skład których wchodzi związek siarki) nadają im specyficzny i wyrazisty smak.

ZASTOSOWANIE

Można ją dodawać do zup (zwłaszcza pomidorowej), sosów, zielonej sałaty, sałatek, ryb, jajecznicy i innych potraw z jaj, ziemniaków, twarogu, masła ziołowego. Sałata przyrządzona z rzeżuchą nabiera bardziej wyrazistego smaku. Z nasion rzeżuchy otrzymuje się olej jadalny i techniczny. Gdy obetniemy same listki, roślinki odrastają. Chcąc jeść kielki, po dwóch dniach już możemy spożywać je w całości.

UWAGA:

- Do sałatek z dodatkiem rzeżuchy lepiej nie dodawać octu, można zastąpić go sokiem cytrynowym lub śmietaną. Dodatek octu niweluje zawartość żelaza.

ŹRÓDŁO:

Wacław Jaroniewski. *Zioła dla wszystkich*. Warszawa 1990

Lesley Bremness. *Wielka księga ziół*. Warszawa 1991

Praca zbiorowa. *Zioła z apteki natury. Polskie zioła dla zdrowia i urody*. Poznań 2012. ■



Jadwiga Pitek

Sklep Ziołowo w Niepołomicach, www.ziołowo.pl

Jak zjesz, tak się wyśpisz

Najnowsze badania potwierdzają, że istnieją wzajemne korelacje pomiędzy zaburzeniami odżywiania, a zaburzeniami snu.

Zaburzenia snu mogą wpływać na metabolizm i aktywność hormonów odpowiedzialnych za nadmierne łaknienie. Z drugiej strony – złe nawyki żywieniowe i źle zbilansowana dieta mogą wpływać na problemy ze snem. Tak koło się zamyka...

Badania pokazują, że ponad 30% Polaków cierpi na zaburzenia snu lub bezsenność. Bezsenność dotyka dwukrotnie częściej kobiet niż mężczyzn, a podatność zwiększa się wraz z wiekiem, osiągając najwyższy poziom około 60 roku życia.

A czy ty dobrze śpisz? Jeśli nie, to czas zmienić dietę! Wielu z nas nie wie, że na problemy z bezsennością ma wpływ styl życia i to, co jemy. W badaniu z 2012 roku opublikowanym w „Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism” stwierdzono, że im bardziej jesteś zmęczony, tym więcej jesz w ciągu dnia, gdyż organizm próbuje się przystosować do niekorzystnych warunków, co z czasem może zwiększyć przyrost masy ciała.

Wiele substancji zawartych w produktach spożywczych wpływa na nastrój człowieka. Już w 1971 Fernstone i Wurtman wysunuli teorię, która zakłada, że spożycie węglowodanów wpływa na równowagę aminokwasów w surowicy krwi, powodując podwyższenie stężenia serotoniny – neuroprzekaźnika w mózgu. Serotonina ma bardzo szerokie spektrum działania – wpływa na

regulację snu, apetytu i poprawę nastroju. Wykazano, że osoby cierpiące na okresowe zaburzenia nastroju mogą mieć obniżone poziomy serotoniny, negatywnie wpływający na ich nastrój. W tym kontekście pomocna może okazać się żywność bogata w węglowodany. Dlaczego? W krótkim okresie czasu cukry stymulują uwalnianie insuliny, co sprzyja przechodzeniu tryptofanu przez barierę krew-mózg, z którego następnie powstaje serotonina. Mówiąc cukry, oczywiście mówimy o cukrach złożo-



nych, czyli o **zbożach, produktach pełnoziarnistych i warzywach**.

Istotnym elementem układanki jest **żelazo**. Niedobór żelaza, nawet na poziomie niewystarczającym do spowodowania niedokrwistości, jest związany z bezsennością. Często daje to objawy nazywane w reklamach zespołem niespokojnych nóg. Badania potwierdzają, że w przypadku nastolatków cierpiących na zaburzenia snu pomaga suplementacja żelazem. Zanim jednak sięgniemy po preparaty apteczne, warto wzbogacić dietę w **kasze, buraki, orzechy, nasiona, rośliny strączkowe, zielone warzywa, warzywa krzyżowe oraz dobrej jakości mięso**. Jedząc produkty roślinne, pamiętaj o wzbogacaniu dań w witaminę C dla lepszego przyswajania żelaza. Negatywny wpływ na wchłanianie żelaza ma przede wszystkim spożywanie wraz z posiłkiem nabiału – mleka lub serów, co może obniżyć przyswajanie żelaza aż o 60%.

Bezsenność jest jednym z objawów niedoboru **magnezu**. Typowa dieta zachodnia nie pokrywa zapotrzebowa-

nia na magnez. Ponadto różne rodzaje stresu fizycznego i psychicznego mogą prowadzić do zwiększonego zapotrzebowania na magnez. Z tych powodów wielu zdrowych ludzi ma suboptimalny poziom magnezu w organizmie. Duże ilości magnezu znajdziesz w **nasionach, orzechach, bananach i kakao**.

Spokojny sen zagwarantuje nam również **witamina B12**. Odpowiada ona za prawidłowe funkcjonowanie układu nerwowego i prawidłowy metabolizm. W opisach przypadków 5 pacjentów z przewlekłymi (> 18 miesięcy) zaburzeniami cyklu snu jakoś snu uległa znacznej poprawie po suplementacji witaminy B12. Warto więc zadbać o prawidłową podaż tej witaminy. Gdzie ją znajdziemy? Dużą ilością witaminy B12 charakteryzują się **ryby takie jak śledzie, pstragi, makrele**. Znajdziemy ją też w **serach, przetworach mlecznych i jajkach**. Warto też wypróbować tzw. **wegański parmezan**, czyli drożdże liofilizowane (nie mylić z drożdżami instant!). Jest szczególnie polecany w przypadku rezygnacji z mięsa w diecie.

Istotną rolę dogrywa też odpowiednie spożycie cynku oraz wapnia. Jeśli masz problemy ze snem, wcinaj **migdały, sezam, pestki dyni, czosnek, pieczarki**, a w sezonie **boczniki**.

Pamiętaj, że sen sprzyja regeneracji, a jego brak może być niebezpieczny zarówno dla nas jak i otoczenia! Dobry sen wpływa też na układ odpornościowy, dzięki czemu organizm efektywniej walczy z infekcjami bakteryjnymi i wirusowymi. Życzę słodkich snów! ■

MENU NA DOBRY SEN:

Śniadanie: Jaglanka z otrębami, orzechami i owocami

II śniadanie: Chleb żytni razowy ze szpinakiem, warzywami i pastą z makreli

Obiad: Stek wołowy lub gotowana soczewica z tartymi buraczkami, kaszą pęczak i sezamem

Przekąska: Koktajl bananowy z kakao na mleku roślinnym

Kolacja: Omlet z warzywami (pieczarki, suszone pomidory itp.)



mgr inż. Anna Załubka
Właścicielka Gabinetu
Dietetycznego w
Niepołomicach
Doktorantka WTŻ UR
w Krakowie
Wykładowca i szkoleniowiec
w Stowarzyszeniu
Psychoonkologii UNICORN
Kraków

Wielkanoc

Wielkanoc, najważniejsze i najstarsze święto chrześcijaństwa, obchodzone na pamiątkę Zmartwychwstania Chrystusa – początkowo w dniu żydowskiej Paschy, a od soboru w Nicei (325) w pierwszą niedzielę po pierwszej wiosennej pełni Księżyca (tj. między 21 marca a 25 kwietnia). Wielkanoc wieńczy okres Wielkiego Postu i poprzedzający ją Wielki Tydzień. Jest czasem radości (symbolizuje ją biały kolor szat liturgicznych).

Teresa Olearczyk

WIELKI PIĄTEK – RÓZGA NA MĘŻA

Raczej zapomnianym już zwyczajem są tak zwane „boże rany” upamiętniające biczowanie Jezusa. Kobiety w tym dniu symbolicznie biły męża i dzieci różgą. Najczęściej tego też dnia siadamy wieczorem, by wspólnie całą rodziną przygotować pisanki do święconki, z którą w sobotę wybierzemy się do kościoła.

Wielkanoc wiąże się z wieloma tradycjami, sięgającymi nawet XIV wieku. Jest nie tylko ważna ze względu na duchowy wymiar. Jest to bowiem czas, kiedy przyroda na nowo budzi się do życia.

WIELKA SOBOTA TO WIGILIA WIELKANOCY

Podczas nabożeństwa w tym dniu święci się ogień, wodę i ciernie. Ogień symbolicznie spala to, co stare, woda daje życie. Dawniej wodą spryskiwano dom, by rok był spokojny. Podsycano ogień i wrzucano do niego leśzczyny. Popiół rozrzucono w dniu pierwszej orki, co miało zapewnić szczęście i dostatek. Dziś ogień pełni inną funkcję, służy do odpalenia paschału, czyli wielkiej świecy, która pali się aż do końca świąt Wielkiej Nocy. Paschał stoi tuż przy ołtarzu.

Sobota to również dzień święcenia pokarmów. Zgodnie z tradycją święconka powinna zostać przygotowana już w Wielki Piątek. Do koszyczka wkładamy: baranka – symbol zmartwychwstałego Chrystusa, jajka – symbol rodzącego się życia, chrzan – symbol siły, wędlinę – symbol płodności i dostatku, ser – symbol zdrowia dla zwierząt hodowlanych,

sól – symbol oczyszczenia domostwa od złego oraz istota prawdy, ciasto (babkę) – symbol wszechstronnych umiejętności.

Po sobotnim święceniu nie powinno się już nic sprzątać ani przygotowywać. To czas, kiedy należy duchowo przygotować się na zmartwychwstanie Jezusa. Pisanki – Pochodzenie tradycji mało-

jajka farbowano, gotując je w łupinach cebuli, kwiatach malwy lub kory dębu.

W odpowiednim miejscu poza kościołem rozpala się ognisko. Po poświęceniu nowego ognia przed kapłanem staje ministrant, który trzyma paschał. Kapłan na paschale żłobi rylcem krzyż, nad krzyżem grecką literę alfa, pod krzyżem literę omega, a na czterech polach między ramionami krzyża cyfry bieżącego roku.

Po wyłobieniu krzyża kapłan umieszcza pięć symbolicznych gwoździ, w formie krzyża, zapala paschał od nowego ognia, mówiąc głośno: „Niech światło Chrystusa chwalnie zmartwychwstałego rozproszy ciemności naszych serc i umysłów”.

Niedziela Zmartwychwstania – Wielka Niedziela rozpoczyna się od uroczystej mszy – rezurekcyj. Później cała rodzina zasiada przy stole i spożywa świąteczne śniadanie, które poprzedza składanie życzeń i dzielenie się poświęconym jajkiem. Tradycyjne świąteczne potrawy to: żurek, kielbasa biała na gorąco, szynka wędzona w jałowcowym dymie, ćwikła z chrzanem, pieczone mięso, babka drożdżowa własnoręcznie wykonana, mazurek z artystycznymi dekoracjami, kołacz, sernik, pascha. Według tradycji stół świąteczny powinien być przykryty białym obrusem i udekorowany bukszpanem. Na środku stołu baranek na łączce z rzeżuchą. Rzeżucha to symbol sił vitalnych i rodzącego się życia.

PISANKI

Nad kwestią malowania jaj wielkanocnych zastanawiali się uczeni już od XVII wieku, jak świadczą dzieła wydane w latach 1682 w Heidelbergu i Frankfurt nad Odrą. Wcześniejsze ślady o jajach malowanych znajdują się w dziełach Juwenalia, Owidiusza i Pliniusza.

Podanie greckie zapisane w rękopisie z wieku X podaje, jakoby zwyczaj malowania jaj wielkanocnych wprowadziła św. Magdalen. Bolejącej Marii Magdalenie przy pustym grobie ukazał się anioł i rzekł: „Nie płacz Mario, Chrystus zmartwychwstał”. Uradowana pobiegła do domu i ujrzała wszystkie jaja, jakie w izdebce miała, ubarwione na czerwono. Gdy wyszła z nimi przed dom, napotkała apostołów i rozdawała im jaja, głosząc o zmartwychwstaniu. Jajka w rękach apostołów zmieniły się w ptaki, świadcząc, że ze śmierci Chrystusa powstał żywot wieczny dla ludzi.

Ale tradycja pisanek i dzielenia się święconym jajkiem sięga daleko w przeszłość. Już starożytni Persowie wiosną darowali swoim bliskim czerwono barwione jaja. Zwyczaj ten przyjęli od nich Grecy i Rzymianie. Rumuńskie przysłowie ludowe mówi: Jeśli my, chrześcijanie, zaprzestamy barwienia jaj na czerwono, wówczas nastąpi koniec świata. Czerwone pisanki mają ponoć moc magiczną i odpędzają złe uroki, są symbolem serca i miłości. Jajko jest formą najbardziej doskonałą. Zawiera wszystkie konieczne dla odżywienia organizmu składniki: białko, tłuszcz, sole mineralne i witaminy (ma około 100 kalorii). Pięknie zdobione jaja (będące symbolem odradzającego się życia) od wieków zdobią polskie stoły podczas Świąt Wielkanocnych. Wprawdzie przez lata sposoby barwienia i dekorowania jaj zmieniły się, ale tradycja pozostała.

wania pisanek nie jest do końca znane. Każdy kolor symbolizuje coś innego. Fioletowy i niebieski oznacza Wielki Post, czerwony to przelana na krzyżu krew Chrystusa, zielona, brązowa i żółta wyrażają radość. W naturalny sposób

WIELKANOCNE ZRÓB TO SAM

Najszybszą metodą barwienia jajek jest zanurzenie ich w gorącej wodzie, w której rozpuszczony został barwnik. Intensywność koloru zależy od tego, ile czasu jajo jest zanurzone w kąpeli oraz od koloru skorupki. Tą metodą można również barwić tylko fragmenty skorupki, kładąc jajo w naczyniu wypełnionym taką ilością rozpuszczonego barwnika, by skorupka była w nim zanurzona tylko do pewnego poziomu. Warto też pamiętać, że kolor możemy utrwalić, zanurzając jajka w occie lub spryskując pisanki lakierem do włosów.

PRZEPIS NA WYDMUSZKĘ

Weź jajo, zrób dwie dziurki z obu stron, najlepiej igłą. Dmuchał w jedną dziurkę. Jak wyleci ze skorupki białko i żółtko, możesz pokolorować.

BARWNIKI Z NATURY

Piękne kolory skorupki można uzyskać, stosując naturalne barwniki roślinne. Świeżo wyciśnięty, lekko zakwaszony sok z buraka barwi pisankę na różne odcienie różu i czerwieni, sok z jagód – na fioletowo, wywar z suchych łusek cebuli – na odcienie od ciepłej żółci aż do rudawego brązu, a woda, w której gotował się szczypiorek lub świeża, zielona trawa – na zielono.

WOSKOWANIE

Jeśli na czystą skorupkę naniesiemy wzór z roztopionego wosku, a następnie zanurzymy jajo w roztworze barwnika, to zabarwią się tylko odsłonięte fragmenty skorupki. Części ukryte pod woskiem nie zmieniają koloru. Po wyjęciu jajka z kąpeli wystarczy zetrzeć wosk miękką ściereczką.

KORONKOWE WZORY

Zabarwione na intensywny kolor skorupki można ozdobić misternymi wzorkami. Metoda jest prosta: wystarczy szpilką lub ostro zakończonym nożem „wydrapać” dowolne motywy. Uzyskany w ten sposób wzór jest tak subtelny, że przypomina delikatną koronkę. To metoda dla wytrwałych.

PISANKI – OKLEJANKI

Tę współczesną metodę zdobienia pisanek polecamy zwłaszcza dzieciom. Mogą one z barwnego papieru, cienkiego materiału o ciekawym wzorze lub kolorowej samoprzylepnej folii wyciąć fantazyjne elementy, a potem nakleić je na skorupkę tak, jak podpowiada im wyobraźnia.

MALOWANIE LAKIEREM DO PAZNOKCI

W sklepach można kupić lakier do paznokci we wszystkich niemal kolorach tęczy. Mając do wyboru taką paletę barw, nawet małe dziecko będzie mogło bez problemu namalo-



ŚWIĘCONE W ZAMOŻNYM DOMU MIESZCZAN KRAKOWSKICH W XVI W.

Taki obraz wielkanocnego stołu oparowałam na podstawie w *Rok Boży w liturgii i tradycji Kościoła*:

Stół nakryty obrysem, na sześciu misach srebrnych leżały mięsiwa wędzone wieprzowe, na pozostałych sześciu po dwoje prosiąt, kielbasy pięknie pachnące, ustrojone rzędami jak święcone, pomalowane w przeróżnej barwie, ale nie na rakowo. Stały figury z ciasta przedniego, wyobrażające zabawne historyjki. Kajfasz wyjmował kielbasę z kieszeni Mahometowi, a wiadomo, że Turcy i Izraelici nie jedzą mięsa wieprzowego.

Na środku stołu baranek z masła wielkości naturalnej owieczki, jego oczy były droższe niż cały stół, bo były to dwa duże brylanty w czarnej oprawie, czyli po prostu dwa pierścienie ukryte w masle. Dalej stały bańki srebrne, pozłacane i cztery kruche wielkiego starego miodu na tacach srebrnych, wyzlaczanych. Dalej srebrne łódeczki z wszelkimi owocami. Wino stało w gąsiorach szklanych (szkło było białe i gładkiej roboty), a gąsiory stały na srebrnych tacach.

Były też kołacz, placki, jajeczniki, makowniki. Kołacz miał w obwodzie z osiem łokci, gruby na dwie piędzi. Po brzegach wokoło stały różne figurki z ciasta: aniołowie, apostołowie, jak żywi, a wszyscy z ciasta. Oczywiście były znakomite napitki wina, miodu. Imć Pan Hetman (Gospodarz): *Używajcie Waszmości Panowie hojność gospoda-*

rza, a skromnie i honeste. W dolnych izbach pili i jedli, a pamiętając na uroczystość święta Bożego, zbytku się strzegli.

Po śniadaniu wielkanocnym jest pora na Zajączka, kiedy wszyscy zebrani chodzą po domu i szukają ukrytych upominków.

Wielkanocny Poniedziałek to czas radości, zabawy, psikusów, na które wszyscy czekali przez cały okres postu. O ile pierwszy dzień Świąt Wielkanocnych wszyscy spędzają w domu w gronie rodzinnym, zapraszając tylko tych, którzy u siebie święconego nie mają, o tyle drugi dzień świąt wypełniony jest od samego rana różnymi tradycyjnymi obrzędami i zwyczajami. Poniedziałek Wielkanocny rozpoczyna się „dyngusem”.

Śmigus Dyngus, czyli lany poniedziałek. Pogańskie święto symbolizujące budzenie się przyrody do życia oraz oczyszczenie z zimowego brudu. Przepowiednia mówi, że im mocniej obłana panna, tym większe szanse na szybkie zamążpójście. Śmigus znany był w Polsce na dworach, miastach i wsiach od najdawniejszych czasów.

Kitowicz tak opisuje dawniejszy sposób oblewania: *Była to swawola powszechna w całym kraju, tak między pospółstwem, jako też między dystygowanymi. W Poniedziałek Wielkanocny mężczyźni oblewali wodą kobiety, a we wtorek i następujące dni, kobiety oblewały mężczyzn, uzurpując sobie do*



wać na pisance żółtego kurczaczka, błękitne niebo czy zieloną trawkę. Lakier należy nanosić na skorupkę cienkim pędzelkiem, dołączonym do buteleczki z lakierem. Uwaga: małe dzieci nie lubią długo czekać na efekt swojej pracy. Ucieszą się, jeśli będą mogły użyć lakieru szybko schnącego.

JAK ZROBIĆ KURCZACZKA Z WATY?

Z 2 kulek zabarwionej na żółto waty, drucika (najlepiej w czerwonej osłonce), 2 czarnych koralików i kawałeczka dość sztywnego czerwonego materiału można błyskawicznie zrobić sympatycznego kurczaczka. W kuleczki z waty (jedną mniejszą – główkę, drugą większą – tułów) wkłuwamy drut. Wyginamy go tak, by główka była pod odpowiednim kątem do tułowia. Końce drucika zaginamy, by wata się nie zsuwała. Doklejamy oczka z koralików i dziobek z czerwonego materiału. Nóżki kurczaczka robimy z drutu owiniętego czerwoną przędzą lub materiałem.

BARANEK Z FUTERKA

Mały rulonik ze sztywnego papieru oklejamy kawałkiem białego futerka. Z jednej strony przymocowujemy niezbyt duży pompon z białej puszystej włóczki (głowa) i 2 małe pomponiki (uszki). Doklejamy oczy z koralików i pyszczek wycięty z paseczka czarnego lub brązowego materiału. Z drugiej strony rulonika przymocowujemy ogonek z pomponika. Nóżki baranka możemy zrobić z cienkich patyczków lub zapatek oklejonych skrawkami białego futerka.

tego prawo aż do Zielonych Świątek, ale nie praktykując dłużej, jak do kilku dni... A gdy się rozswawoliła kompania, panowie i dworzanie, panny, nie czekając dnia swego, lali jedni drugich wszelkimi statkami, jakich dopaść mogli. Hajdacy i lokaje donosili cebrami wody, a kompania dystygowana, czerpiąc z nich, gonila się i oblewała od stóp do głów, tak, że wszyscy zmoczeni byli jakby wyszli z potopu (...)

Także dyngusy odprawiały się po wsiach i po miastach, między osobami poufatymi. Parobcy po wsiach łapali dziewczki, które się w ten dzień, jak mogły, kryły. Złapaną zawlekali do stawu, albo do rzeki i tam, wzięwszy za nogi i ręce, rzucali, albo wkładali w koryto przy studni, lali wodą dopóty, dopóki się im podobało. Tyle Kitowicz

Pochodzenie dyngusu nie zostało dokładnie ustalone. Według Kitowicza datuje ono jeszcze z czasów jerozolimskich, kiedy Żydzi rozpędzali, oblewając wodą chrześcijan, zbierających się na ulicach i rozmawiających o zmartwychwstałym Chrystusie. Inni badacze widzą w dyngusie pamiątkę zaprowadzania chrześcijaństwa, kiedy całe rzesze wpędzano do wody, celem udzielenia im sakramentu Chrztu św.

Dawniej śmigus i dyngus były osobnymi zwyczajami – śmigus oznaczał tradycyjne smaganie, czyli uderzanie wierzbowymi gałązkami lub polewanie wodą. Wszystko w formie zabawy – chłopcy smagali dziewczęta po gołych tydkach. Dyngus to inaczej wykup.

Chłopcy chodzi od domu do domu i w zamian za życzenia i śpiew domagali się wykupu w postaci pisanek, słodczy, pieniędzy. Z czasem połączono te zwyczaje i dziś tylko polewamy się wodą. Dawniej chodzono po wsi z kogutem – symbolem sił vitalnych i urodzaju. Kogutek był mile widzianym gościem w każdym gospodarstwie. Z czasem żywe zwierzęta zastąpiły te gliniane, drewniane.

W Wielkanocny Poniedziałek święci się pola. Gospodarze wyruszają w procesji na pola. Święcą je palmami nasączonym wodą. Z tych palm robią krzyżyki i wbijają w ziemię, aby zapewnić sobie dostatek. To okazja do spotkań towarzyskich i rozmów, cieszenia się wspólnie spędzonym czasem i budzącą się do życia przyrodą.

Trzeciego dnia Świąt Wielkanocnych w Krakowie jest obchód Rękawki, który Ł. Gołębiowski tak opisuje: *Ponad przedmieściem Podgórze, na prawym brzegu Wisły wznoszą się góry skaliste, zwane Krzemionkami; przy nich jest mogiła Krakusa. Kochali go poddani i na grób wodza tysiące rąk zanosilo po garstce ziemi z różnych stron, w czym kto mógł, i w rękawach od sukni, czy koszuli związanej, stąd mogiła krakusa nazwana Rękawką. Opodal znajduje się mała kapliczka – tam w trzeci dzień Świąt Wielkanocnych odprawia się uroczyste nabożeństwo. Z rana lud wiejski licnie się z zewsząd gromadzi i cały dzień tam obozuje. Przy mogile Krakusa nie ma różnicy stanów: wszystko bez*

ładu mieszane zdaje się przypominać, że za owych czasów równość i szczerłość panowała, że nie znano wyższych, tylko przez wyższość w cnotach. Bywały rozmaite zapasy ludu i młodzieży szkolnej, niejeden wracał uszkodzony. Tłumy chłopców miejskich i wiejskich trzymają od rana w oblężeniu część góry, na której wnosi się kaplica. Stamtąd rzucają orzechy, jabłka, bułki, pierniki itp. Rzeczy, za którymi na złamanie szyi spycha jeden drugiego na dół. Chwytają, co który może... Smutek wielki, jeżeli deszcze lub zimno przyjemność tej zabawy odejmuje. Mogiła Krakusa w święto Rękawki obowiązkowa. ■

prof. nadzw. dr hab.

Teresa Olearczyk

gospodarz cyklu Spotkania czwartkowe w Zamku Królewskim w Niepołomicach, wykładowca Krakowskiej Akademii im. Andrzeja Frycza Modrzewskiego



Takich warsztatów jeszcze nie było

Paulina Szelerewicz-Gładysz

W sobotni lutowy poranek na Polanie Sitowiec, w pobliżu Puszczy Niepołomickiej, zaczęły pojawiać się kolejne osoby. Dzieci i dorosłych z każdą chwilą przybywało. Przy jednej z ław, pod wiatą, siedziały dwie postacie – jedna z nich notowała coś w zeszytce, a druga trzymała w dłoniach małego ptaszka. Przy krawędzi stołu, na patyku, wisiało kilka bawełnianych, kolorowych woreczków – niektóre z nich się poruszały. Zaciekawione dzieci otoczyły ławę i z wyrazem zachwytu na twarzach obserwowały kolorową bogatkę w rękach pana Jana. Janek Rapczyński oraz Julia Barczyk to ornitolog, przyrodnicy-pasjonaci, obrączkarze, którzy od wielu lat uczestniczą i organizują akcje obrączkowania ptaków, jak np. Akcja Carpatica, odbywająca się już od 20 lat w Beskidzie Niskim. Tym razem Julia i Janek, zaproszeni przez Zielonego Puszczyka, mieli pokazać dzieciom i dorosłym, na czym polega obrączkowanie ptaków.

Przygotowania do warsztatów rozpoczęliśmy kilka tygodni wcześniej. Na jednym z drzew na polanie ustawiliśmy karmnik. Co drugi dzień odwiedzaliśmy go i uzupełnialiśmy pokarm. Przez pierwsze dwa dni z karmnika nic nie zniknęło i nawet martwiłam się, czy ptaki zorientują się w istnieniu nowej jadalni wśród drzew. Jeśli nie – nie mielibyśmy pewności, w jakim miejscu ustawić w dzień obrączkowania sieci... Trzeciego dnia zaważyłam, że zniknął słonecznik – czyli sikory odkryły nową stołówkę.

W dzień warsztatów Julia i Jan rozpięli na długich tyczkach w pobliżu karmnika specjalne, bardzo delikatne nylonowe sieci. Już po chwili złapały się w nie pierwsze ptaki. Od tej pory, regularnie co około 30 minut Janek i Julia wizytowali sieci (towarzyszył im całkiem spory sznureczek zaciekawionych dzieci), bardzo ostrożnie wyciągali z nich ptaki, umieszczali każdego z osobna w kolorowym woreczku i wędrowali w stronę ławy pod wiatą, gdzie



Wizytacja sieci. Fot. Paulina Szelerewicz-Gładysz

zorganizowany był nasz punkt obrączkowania.

Jak wyglądało nasze centrum obrączkowania? Najważniejszy był zeszyt i długopis, gdzie notowano kolejne oznaczone ptaki. W pierwszej kolum-

nie tabeli wpisywano godzinę, potem numer obrączki, którą otrzymał ptak (znacznik zapina się na lewym skoku ptaka – czyli słabo umięśnionej części kończyny dolnej). W kolejnej notowano gatunek, status (czy ptak jest ponow-



Do dzieci należała najbardziej emocjonująca część – przywracanie ptakom wolności. Fot. Paulina Szelerewicz-Gładysz



Obrączkowaniu stale towarzyszyła spora grupa ciekawskich oczu.
Fot. Paulina Szelerewicz-Gładysz



Sójka – dla niej przeznaczona jest dużo większa obrączka niż np. dla sikor. Fot. Paulina Szelerewicz-Gładysz

nie złapany, czy też obrączkowany po raz pierwszy), wiek, płeć, otłuszczenie, długość skrzydła. Obrączki wykonane są z metalu lub plastiku, a średnica znacznika jest różna, dostosowana do wielkości ptaka. Najmniejsze przeznaczone są dla mysikrólika i zniczka, niewiele większe dla sikor, których tego dnia zaobserwowaliśmy najwięcej – około 40 osobników. Znacznie większą obrączkę otrzymała sójka, która była naszym najbardziej okazałym gościem. Całkiem dorodnie prezentował się też dzięcioł duży i średni. Dzieciom bardzo podobał się grubodziób. Zaobserwowaliśmy także

dla dzieci szczególnie emocjonujące było wypuszczanie ptaka na wolność. Julka lub Janek pokazywali nam, jak należy to zrobić. Ta krótka chwila z małym, żywym stworzeniem, które najczęściej oglądaliśmy z pewnej odległości, dostarczała dzieciom niezapomnianych przeżyć. Janek cały czas opowia-

dał nam o ptakach — opisywał gatunki, tłumaczył, jak można rozpoznać płeć. Wiele mówił o samym obrączkowaniu – tłumaczył, czemu służy ta metoda naukowa. Janek uświadomił nam, że dzięki indywidualnej obrączce ptak może

w 1931 r. powstała pierwsza Stacja Badania Wędrówek Ptaków. Trudno dzisiaj wyobrazić sobie, że jeszcze nie tak dawno temu ludzie nie zdawali sobie sprawy z tego, jak dalekie wędrówki podejmują ptaki, poszukując zimą warunków

Dane, które zostały tego dnia spisane w zeszycie, trafiają następnie do cyfrowej bazy danych. Jeśli kiedyś zdarzy się nam znaleźć lub zaobserwować ptaka ze znacznikiem, możemy przekazać te informacje za pomocą formularza na stronie <http://ring.stornit.gda.pl/>.

być rozpoznawalnym, można śledzić jego losy, pod warunkiem, że obrączka zostanie ponownie odczytana.

Tę metodę badawczą stosuje się na świecie od końca XIX w. W Polsce

do przetrwania. Obrączkowanie jest główną metodą badania tych wędrówek.

Dane, które zostały tego dnia spisane w zeszycie, trafiają następnie do cyfrowej bazy danych. Jeśli kiedyś zdarzy się nam znaleźć lub zaobserwować ptaka ze znacznikiem, możemy przekazać te informacje za pomocą formularza na stronie <http://ring.stornit.gda.pl/>. Zebrane dane pomagają tworzyć historie danego ptaka.

W czasie warsztatów na polanie cały czas płonęło ognisko, przy którym można było się ogrzać, zjeść rumianą grzankę czy pieczoną kielbasę. Polana zagospodarowana przez Nadleśnictwo ma ogromne plusy — oprócz wiat i miejsca na ognisko kolejnym walorem jest ogromna łąka, po której mogły biegać dzieci. Dzięki temu każdy mógł tego dnia znaleźć coś dla siebie i był to dla nas naprawdę miły dzień. ■



Grubodziób. Fot. Zosia Francuz



Paulina Szelerewicz-Gładysz
Stowarzyszenie Zielony
Puszczyk

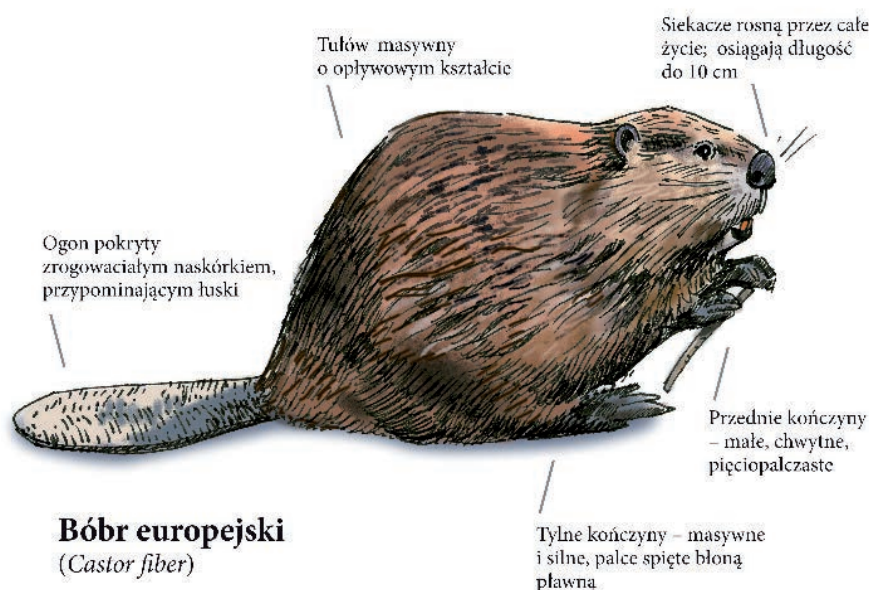
Inżynier bóbr

Każdy go zna, ale niewielu go widziało. Bóbr europejski (*Castor fiber*) – największy gryzoń naszego kontynentu, którego waga sięga 30 kg, a długość może wynosić nawet metr – prowadzi nocny tryb życia. Można liczyć na spotkanie z nim np. w czasie długich, letnich wieczorów.

Paulina Szelerewicz-Gładysz

Jeśli mieszka w naszej okolicy, to bardzo łatwo dostrzeżemy ślady jego działalności – przewrócone drzewa, zgryzy na pniach, tamy bobrowe, żeremia, wydeptane ścieżki prowadzące od cieku wodnego w stronę żerowiska. Właśnie woda jest istotą środowiska, w którym żyje. Można powiedzieć, że bóbr czuje się w wodzie... jak ryba. Jest dobrym pływakiem, choć całkowicie zanurzony może przebywać pod powierzchnią wody maksymalnie 15 minut. Podczas nurkowania tempo bicia jego serca spowalnia, dzięki czemu zużywa mniej tlenu. Spłaszczony ogon pełni funkcję steru, błony pławne między palcami tylnych łap ułatwiają pływanie, są siłą napędową. Miękkie futro – składające się z włosów puchowych i okrywowych – jest dla bobra doskonałą warstwą termoizolacyjną. Dodatkowo z pietyzmem posmarowane strojem bobrowym – czyli substancją wytwarzaną przez gruczoł znajdujący się w okolicach odbytu – futro staje się wodoodporne. Oczy, uszy i nos znajdują się niemal w jednej płaszczyźnie na płaskiej głowie – dzięki temu nie musi on całkowicie wychylać się z wody, by obserwować otoczenie. Specjalne fałdy skóry w nosie i w uszach zabezpieczają te narządy przed wodą w czasie nurkowania, trzecia powieka chroni oczy, nie zakłócając widoczności, a specjalne włosy czuciowe znajdujące się na głowie, pełnią funkcję zmysłu dotyku. O tak – woda, to ulubione środowisko bobra! Bóbr dąży więc do tego, by mieć jej pod dostatkiem. To ona umożliwia mu szybkie przedostanie się do miejsc żerowania, zapewnia mu bezpieczeństwo, gdyż wejście do nor czy żeremi zawsze znajduje się pod wodą.

Na łódzie bór porusza się niezdarnie. Ogon nie dodaje mu gracji, ale przydaje się podczas pracy – stanowi podporę w czasie, gdy bóbr np. zgryza drzewo. Kolejną funkcją ogona jest gromadzenie tłuszczu, który jest zapasem energetycznym w czasie zimy.



Bóbr europejski
(*Castor fiber*)

NORY, ŻEREMIA I PÓŁŻEREMIA

W Puszczy Niepołomickiej i w samych Niepołomicach widywałam tu i tam ślady bobrowej działalności. Solidne tamy, które buduje, są przykładem zdolności inżynierskich tego zwierzęcia. Budując tamę, bobry działają kolektywnie – jeden ścina gałęzie, inny

Celem tamy jest spiętrzenie wody, która rozlewając się po okolicy, stworzy bobrowi doskonałe warunki do życia. Takich tam na niedługim odcinku cieku może być kilka, co zaobserwowałam np. na rzeczce Podłęzance. Kiedy wody jest pod dostatkiem – np. nad jeziorami, stawami – tamy nie powstają.

Budując tamę, bobry działają kolektywnie – jeden ścina gałęzie, inny transportuje je, a jeszcze kolejny układa we właściwym porządku, zgodnie z zasadami bobra architektury.

transportuje je, a jeszcze kolejny układa we właściwym porządku, zgodnie z zasadami bobra architektury. Kierownikiem budowy pozostaje ojciec rodziny, najmniej odpowiedzialne funkcje – np. transport materiału budowlanego – spoczywają w łapach najmłodszych, tegorocznych bobrów. Tamy powstają na ciekach wodnych, gdzie nurt nie jest zbyt szybki. W przeciwnym razie konstrukcja mogłaby ulec zniszczeniu.

Inżynierskie zdolności wykorzystuje także, budując żeremie – czyli bobrowy domek, przypominający stos gałęzi naniesionych podczas powodzi. Żeremie nie musi stać na wodzie – przeciwnie, często zbudowane jest na łódzie, ale prowadzi do niego dwa (zazwyczaj) wejścia, jak już wspomniałam, pozostające pod wodą na poziomie gwarantującym niezamarzanie. Ta sprawiająca wrażenie nieładu bobrowa konstrukcja wcale nie

jest przypadkowa – to zmyślnie poukładane różnej grubości gałęzie, wzmocnione mułem i kępkami roślin. Takie żeremie może osiągnąć nawet 3 metry wysokości i średnicę do 12 metrów!

Jeśli brzegi rzeki czy stawu są odpowiednio strome, by wykopać w nich norę, bóbr korzysta z tych dobrodziejstw. Nora podnosi się stromo ku górze, komora mieszkalna położona jest na samym końcu, dość płytko pod powierzchnią ziemi, koniecznie musi być sucha i zaopatrzona w kanał wentylacyjny. Jeśli sklepienie nory jest słabe, bobry nakrywają je gałęziami. Otwór wentylacyjny także zamaskowany jest stosem gałązek. Oprócz nor mieszkalnych bobry kopią też nory ucieczkowe oraz odpoczynkowe.



Przekroje przez trzy rodzaje bobrowych schronień: nora, półżeremie, żeremie.

Ilustracje: Paulina Szelerewicz-Gładysz

Innym rodzajem konstrukcji mieszkalnej stosowanej, jeśli brzeg nie jest dostatecznie wysoki, jest żeremie brzegowe (półżeremie), czyli nora połączona z żeremiem.

BÓBR LUBI „ZIELONE”

Jest roślinożercą – wiosną i latem zjada rośliny zielone, trawy, roślinność wodną, a gdy tego nie ma pod dostatkiem – wybiera drzewa, z których najbardziej interesują go młode gałązki. Jesienią – kiedy trzeba zacząć martwić się o przetrwanie zimy – bóbr obala drzewa i ścina krzewy. Ulubionymi gatunkami są dla bobra wierzby, topole, jesiony, leszczyny, jarzęby, brzozy, olsze. Bóbr gromadzi zapasy i przechowuje je w wodzie w tzw. zimowych magazynach żerowych, znajdujących się w pobliżu nor czy żeremi. Oprócz tego bobrową dietę wzbogacają korzonki, kłącza czy pędy roślin wodnych. Jeśli na danym obszarze zostanie wyeksploatowana baza pokarmowa, bobrowa rodzina opuszcza teren i poszukuje nowego miejsca do życia.

RODZINA BARDZO WAŻNA

Oprócz pracowitości bóbr słynie także z tego, że jest zwierzęciem rodzinnym. Partnerkę wybiera na całe życie (a jest to zwierze długowieczne, dożywa bowiem nawet 30 lat). Wraz ze swymi bobrzętami zazwyczaj z dwóch pokoleń, żyją razem, tworząc bobrową kolonię. W trzecim roku życia młode osobniki opuszczają kolonię, poszukując własnego terytorium i partnera.

Młode bobry rodzą się na wiosnę i przez miesiąc odżywiają się mlekiem matki, stopniowo przechodząc na pokarm roślinny. Rodzice otaczają boborki troskliwą opieką – młode są karmione, oczyszczane z pasożytów, sumiennie pilnowane – samica, opuszczając norę i pozostawiając w niej małe bobry, zatyka otwór gałęziami. Boborki są niezwykle energiczne i ciekawe świata, a już kilkutgodniowe

maluchy zaczynają pomagać rodzicom przy pracy.

BÓBR – WSPIERA MAŁĄ RETENCJĘ WODNĄ

Bóbr uważany jest za gatunek kluczowy (zwornikowy), co oznacza, że jest niezbędny do prawidłowego funkcjonowania całego ekosystemu, warunkujący istnienie innych gatunków.

Swoją działalnością wywiera ogromny wpływ na środowisko, w którym żyje: podnosi poziom wód powierzchniowych, dzięki czemu na zalanych obszarach rozwija się nowa, różnorodna roślinność; w stawie bobrowym pojawia się flora wodna, która pomaga zbierać osady, działa więc jak filtr. Napływające zanieczyszczenia rozkładane są przez rozwijające się w stawie mikroorganizmy, dzięki czemu staw pełni rolę oczyszczalni.

Także tamy bobrowe świetnie filtrują wodę w sposób mechaniczny.

Bobry, zgryzając drzewa, przyczyniają się do przerzedzenia drzewostanu, co z kolei pomaga „doświetlić” dno lasu – rozrastają się jego niższe partie: podszyt, runo, roślinność zielona.

Nie do przecenienia jest rola bobra, jeśli chodzi o retencję wód. Staw bobrowy pomaga przejąć część nadmiaru wód, spłaszczając szczyt fali powodziowej. Uregulowane niegdyś przez człowieka cieki wodne dzięki bobrom na nowo odzyskują naturalny charakter. Powraca bujna roślinność z różnorodnym światem zwierzęcym. Dość wspomnieć, że takie bobrowe rozlewiska są ulubionym terenem żerowania niektórych gatunków ptaków.

BÓBR – CZASEM KŁOPOT

Z przyrodniczego punktu widzenia działalność bobrów przynosi ogromne korzyści. Odmiennego zdania są zapewne właściciele zalanych wodą łąk... Szkody bobrowe są problemem, z którym usiłuje poradzić sobie człowiek. Nie tylko zalane łąki, ale też straty w drzewostanach, budowa tam na urządzeniach melioracyjnych, rozkopywanie grobli itp. powodują straty gospodarcze. Bóbr jest objęty częściową ochroną gatunkową, dlatego za szkody wyrządzone przez niego odpowiada Skarb Państwa.

PRZYWRÓCONY ŚRODOWISKU CENNY SKARB

Już w średniowieczu był gatunkiem zagrożonym (czego dowodem były wzrastające ceny za bobrowe skóry). Cenione było jego futro, tusza, ogon (wygląda-



Ślady bobrowej działalności – tama i rozlewisko w Poszynie, w Puszczy Niepołomickiej.



Żeremie na Wielkim Błocie, Puszcza Niepołomicka. Fot. Paulina Szelerewicz-Gładysz

jący jakby był pokryty łuską, uchodził za danie postne) oraz strój bobrowy (używany w farmakologii oraz w perfumerii i kosmetyce – jako utrwalacz zapachu wysokogatunkowych perfum). W XII wieku na ziemiach polskich zabroniono polowań na bobry – z przywileju tego korzystali jedynie książęta i arystokracja kościelna. Ochrona ta przetrwała do wieku XVIII. Potem stopniowo następował spadek liczebności bobra, a na początku XIX wieku gatunek ten na ziemiach polskich praktycznie wyginął. W roku 1919 r. bobry objęto ochroną, a w latach 50. rozpoczęto proces reintrodukcji, czyli przesiedlania w miejsca dawnego występowania. Z byłego Związku Radzieckiego przyjechały bobry do Polski, tworzone rezerwaty, będące ostoją tego gatunku (np. na rzece Pasłęce czy Czarnej Hańcy w północno-wschodniej Polsce). Na obszarach, gdzie bóbr występował licznie, odławiano poszczególne osobniki i przesiedlano. Proces reintrodukcji, wprowadzanie kolejnych etapów ochrony (np. Programu aktywnej ochrony bobra eu-

Bóbr uważany jest za gatunek kluczowy (zwornikowy), co oznacza, że jest niezbędny do prawidłowego funkcjonowania całego ekosystemu, warunkujący istnienie innych gatunków.

ropejskiego w Polsce), tworzenie ferm bobrowych – przyniosły zamierzony efekt. W roku 2000 populacja bobra była tak liczna i rozprzestrzeniona, że gatunkowi temu nie groziło już wyginięcie.

Pomimo tego, że ślady występowania bobra są dobrze widoczne w Puszczy Niepołomickiej, a nawet w samych Niepołomicach, nie udało mi się jak dotąd zobaczyć go na własne oczy. Raz tylko podczas spaceru w Staniątkach usłyszałam nad niewielkim stawem głośny plusk – od razu skojarzyło mi się to z kłasnieniem bobrowym ogonem, co dla tych zwierząt jest znakiem ostrzegawczym o możliwym niebezpieczeństwie. Tym razem owym niebezpieczeństwem

była tylko para ciekawskich oczu, ale skąd bóbr mógł o tym wiedzieć. W każdym razie wierzę, że to był właśnie bóbr.

Tekst, ilustracje i zdjęcia
Paulina Szelerewicz-Gładysz
Stowarzyszenie Zielony Puszczyk

Bibliografia:
Janiszewski P., Misiukiewicz W., *Bóbr europejski* Castor fiber, Warszawa 2012
Jermaczek-Sitak M., *Mistrzowie Retencji*, W: „Salamandra. Magazyn Przyrodniczy”, Nr 1/2017 (43)
Wąsik S., *Ssaki Polski od A do Ż*, Warszawa 2011



Bóbr na rozlewisku na Wielkim Błocie, Puszcza Niepołomicka. Fot. Patrycja Wąsikowska



Zgryzy bobrowe (Zagórze, okolice rzeki Podgęzanki)

PONIEDZIAŁEK WIELKANOCNY.

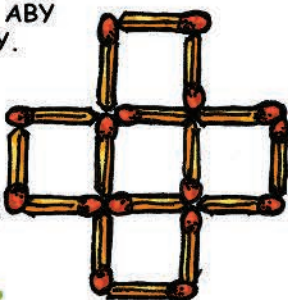


RUSZ makówką z Trzoskiem



W CIĄGU 60 SEKUND SPRAWDŹ
KTÓRE PISKLAKI WYKLUŁY SIĘ
Z KTÓREJ PISANKI.

PRZEŁÓŻ 4 ZAPAŁKI TAK ABY
POWSTAŁO 3 KWADRATY.



KŁADZIESZ SIĘ SPAĆ
O 8.00. WSTAJESZ
O 9.00. ILE GODZIN
ŚPISZ?



REBUS



+



+





SERDECZNIE ZAPRASZAMY NA

**XXV
OGÓLNOPOLSKĄ
WYSTAWĘ
OGRODNICZĄ**

1-3 MAJA 2018R.
OD GODZ. 10.00 DO 18.00
DZIEDZINIEC ZAMKU
W NIEPOŁOMICACH



WYSTAWA POŁĄCZONA BĘDZIE Z KIERMASZEM
ORAZ WYSTAWĄ MINERAŁÓW
WSTĘP WOLNY

